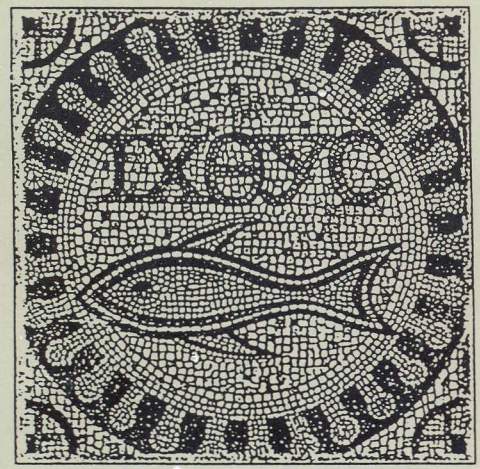
سيكولوچية الاعتراف



ترجمة
شريف يوسف جيد

مراجعة وتقديم
د. رسمى عبد الملك

سيكولوچية الاعتراف

PSYCHOLOGY OF CONFESSION

تأليف

نيقولاس ڤ. جامڤاس

ترجمة

شريف يوسف جيد

مراجعة وتقديم

د. رسمى عبد الملك

أستاذ التربية وعلم النفس

بمعهد الرعاية والتربية

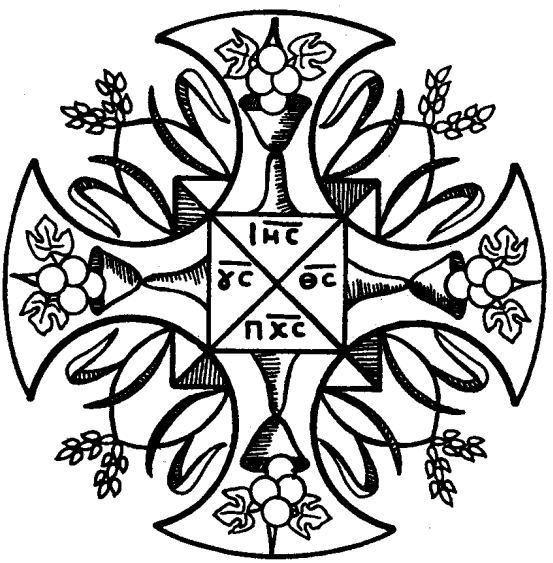
وعضو المجلس الملى العام

الكتـــــاب : سيكولوچية الاعتراف .
تـألـــيـف : نيقولاس ڤ. جامڤاس NICHOLAS V. GAMVAS .
ترجـــمـة : شريف يوسف جيد .
مراجعة وتقديم : أ.د. رسمى عبد الملك رستم .
المطـبـعـــة : الأنبا رويس (الاوفست) ـ العباسية ـ القاهرة .
رقـم الايـداع : ٢ ١٠٣٨

يُطلب من :
كنيسة مارجرجس ـ اسبورتنج ـ الاسكندرية .
ص.ب. ١٧ الابراهيمية ـ ت . (٠٣/٥٩٦٩٨٨) .

كنيسة القديسين ـ سيدى بشر ـ الاسكندرية .
ت . (٠٣/٥٤٨٧٧٢٨) .

قداسة البابا شنوده الثالث


ΙΗC
ΧC
ΘC
ΠXC

توطئة

تتناول هذه الدراسة مجموعة من المفاهيم حول «سر الاعتراف» ، وهى فى جملتها دراسة ذات طابع نسكى سرائرى أبائى وعلمى ، للبلوغ إلى نوال بركة السر...

إن هناك رغبات كثيرة معاصرة فى صدور دراسات تجمع بين تاريخ الروحانية وعلم النفس ، وهناك تمنى أن نستعمل العلوم النفسية المعاصرة كما استعمل أباؤنا القديسون علم النفس المعاصر لزمانهم .

فإذا كانت المادة غير مطروقة وناشئة ، إلا أنه فى ضوء اللاهوت والكتابات الأبائية يحتاج الأمر إلى صبة جديدة تماماً ، وما هذا الكتاب إلا هيكل بحثى ترجمناه مع بعض الإضافات نقلاً عن كتاب

The Psychology of Confession and the Orthodox Church

لمؤلفه نيقولاس ف. جامڤاس *Nicholas V. Gamvas*، من أجل المنفعة الروحية ، ومن أجل مزيد من المعرفة فى مجال علم اللاهوت الرعوى *Pastoral Theology* .

وبلسان الشكر نتقدم بعميق التقدير للأستاذ **الدكتور رسمى عبد الملك** أستاذ التخطيط التربوى بالمركز القومى للبحوث التربوية والتنمية ، وأستاذ التربية وعلم النفس بمعهد الرعاية والتربية وأستاذ إجتماعيات التربية بمعهد

الدراسات القبطيـة وعضـو المجلس الملى العام ، من أجل مراجعته وتدريسه لهذا البحـث ضمن مـادة التربـية وعلم النفس بمعهد الرعايـة ... ونحن دائماً نستنير بخبراتـه العلمية وبخدمته بينـنا فى برامج التدريب بمدينة الاسكندريـة ، ليعوضه الرب عن أتعابه فى هذا الدهر وفى الدهر الأتى .

وكذلك نذكر بكل الخير خدمة وتعب الخادم الأمين والمترجم النابغة **شريف يوسف جيد** الذى قام بترجمة هذه الدراسة وبإصدارات مجموعة **أخثوس** *IXΘYΣ*.

الله أبـونا السماوى يبـارك هـذا العمل لمجـد اسمه القدوس المبـارك ، وليجعل هذه الأقـوال خلاصـية لحساب ملكوته السماوى ، وليقبل هـذا التكريس فى دم المسيح يسوع ربنا ، وليجعلنا ذبيحة مقبولة فى نعمة روحه القدوس ، وليعوض كل من لـه تعب فـهو لا ينسـى كأس مـاء بـارد... بصلوات قداسة البابا المعظم **الأنبا شنوده الثالث** بابا الاسكندرية وبطريرك الكرازة المرقسـية وشريكه فى الخدمـة الرسولية نيافة **الأنبا بنيامين** النائب البابوى .

له المجد فى كنيسته من الآن وإلى الأبد آمين .

أنطون فهمى چورچ

أخثوس - IXΘYΣ

٧ نوفمبر ١٩٩٥م

تقديم

إن جلسة الكاهن مع ابنه فى الاعتراف ، هى من أهم مجالات العمل الفردى ، والتعرف على خراف القطيع بأسمائها وأحوالها... فالاعتراف حب لله أكثر من أن يكون مجرد ندم أو حزن أو عملية تهدئة ضمير أو تنفيس عن المشاكل المكبوتة أو مجرد تذكير للخطايا أو إحصاء لها.. لكن الاعتراف هو اشتياق حار ورغبة أكيدة فى عشرة الرب.. هو تجاوب مع عمل الله الخلاصى.. يصبح الدافع إليه حب الله المنسكب فى قلبك ، بقصد إنماء هذا الحب فيك.. فالاعتراف ليس أمام الكاهن ، بل فى حضرته ، إنما هو أمام رب البشرية مباشرة ، للتحلل من ثقل الخطية لنمو الإنسان الجديد والتعمق فى الحياة مع ربنا يسوع.. لهذا لا نستطيع أن ننكر دور أب الاعتراف كطبيب يعالج الروح.. وهذا لا يعنى أن الكاهن يهتم بالناحية الروحية فقط ، ويتجاهل الناحية الجسدية أو النفسية أو العقلية.. فالإنسان وحدة متكاملة ، يحتاج إلى صديق صدوق ـ كما يقول غبطة البابا شنوده الثالث ـ صديق لا يشمئز من سماع خطاياك ، لأنه تعوّد سماع الخطايا.. هذا الصديق هو الكاهن.. حيث يرى فى سماع الخطايا توبة لا إفتخاراً.. إنه الأب والطبيب.

إن الاعتراف جلسة مع الرب فى حضرة أب الاعتراف ، الذى يحاول أن يدخل إلى أعماق النفس... لهذا هناك أهمية وضرورة أن يتتلمذ

الإنسان لأب روحى قديس قادر على تهذيب النفس البشرية ، وتدريبها على صنع الفضيلة من أجل المسيح .

وهذا الكتاب الذى بين يديك «سيكولوچية الاعتراف *Psychology of Confession*» يوضح أمام الأباء الكهنة السبل لمساعدة الناس على أن يكتشفوا كيف يتعاملوا مع مشاعر الذنب المختلفة ، خاصة وأن وعى الشعب المتزايد اليوم بالمصطلحات السيكولوچية ، يحتم أن يكون رعاة الكنيسة واعين بذلك المجال بطريقة وأسلوب جديد... فالمفاهيم السيكولوچية يمكن أن تُستخدم للوصول إلى فهم أفضل لعملية الإعتراف وتأثيراته على الأفراد ، حتى يتم تفاعل شخصى بين الكاهن والمعترف ، فأخذ الاعترافات أو إعطاء المشورة هو من صميم البناء الذاتى للإنسان من خلال العلاقة الثنائية بين الكاهن والمعترف ...

وهكذا نتنزه نزهة روحية وعلمية بين صفحات هذا الكتاب القيم الذى يتكون من عدة فصول مترابطة ، تعرض أولاً إلى مفاهيم سيكولوچية عن الخطية والذنب وكيف يتحرر الفرد من قلقه وخطاياه ومن مشاعر الذنب من خلال سر الاعتراف المقدس ، وهو يمكنه أن يتضمن الإقرار بالأفكار والأفعال التى كُبتت أو قُمعت قبلاً بسبب الخوف أو الخجل... ومن المفيد هنا للكاهن فى خدمته كأب اعتراف أن يفهم ويعى المنظورات السيكولوچية لطبيعة الذات وأثار الكبت وأصول الشعور بالذنب.. ثم نصل فى رحلتنا داخل هذا الكتاب إلى مناقشة دور أب الاعتراف وكيف يمكن أن تُفهم تأثيرات هذا الدور من منظور سيكولوچى ، وخاصة ما يؤكده

علم النفس عن مدى قيمة الشعور بالإرتياح الذى يحسه الإنسان عندما يروى بعض الخبرات التى مر بها وأهمية ذلك فى شفاء الإضطرابات النفسية... ثم نصل إلى المحطة الثالثة فى هذا الكتاب حيث يوضح الأبعاد السيكولوچية للحل والمغفرة.. حيث يشعر المعترف برغبة عميقة وباحتياج لأن يتقابل مع هذا السلطان ، ويجده فى شخص أب الاعتراف.. وهكذا فى سر الاعتراف يؤدى أب الاعتراف دورين:

الأول ينبع من سلطانه المعطى له بنعمة الكهنوت ، والثانى هو قدرته الشخصية على الإرشاد الروحى ، وتقديم المحبة والصداقة الأبوية للمعترف.. ويؤكد الفصل الثالث من هذا الكتاب أن المعترفين يحتاجون إلى فهم وتعاطف وتفاعل واهتمام ورعاية وغفران ، وثقتهم الكاملة التى يضعونها فى الكاهن ، إنما هى تسليم صادق لشخص المسيح رئيس كهنة الخيرات العتيدة .

وفى الفصل الرابع نجد المؤلف يوجه الأنظار إلى أن الاعتراف وسيلة للتغيير ففى مارسة سر الاعتراف يضع المعترف نفسه تحت عينى الله ورؤيته ويحدد القيم التى سيحيا بها فى حياته المستقبلية ، وهنا يكون التغيير عمل شعورى واعى تقدم فيه الإرادة البشرية رغبة واشتياق للجهاد لأجل الكمال ، وهنا ايضاً لابد أن نشير إلى أن قدرة الاعتراف على إحداث شعور للتحول نحو المسيح والتغيير إنما هى بسبب ما يحدثه من توحيد وتجميع لكل القوى المتصارعة والمتعارضة فى شخصيته.. هذا هو الوضع المثالى الذى يقول عنه الكتاب المقدس «لأن كل الذين ينقادون بروح الله

أولئك هم أبناء الله» (رو٨:١٤) روح الله يقود أرواحهم ، وأرواحهم تقود أجسادهم وعقولهم ويكون الله هو الكل فى الكل فى حياتهم..

وفى الفصل الخامس وقبل الأخير ، أراد الكاتب أن يطلق طلقته التى تساير آراء علماء علم النفس الذين درسوا اللاشعور «سيجموند فرويد ، وكارل چنج» ، ويؤكد أن الاعتراف هو اكتشاف اللاشعور .

وفى الفصل السادس أوضح الكتاب دور الكاهن كخادم لسر الاعتراف وكمعالج للمعترف .

وبعد هذه السياحة الروحية فى هذا الكتاب ، جلست مع نفسى وتساءلت هل هناك سمات معينة يجب أن تصبح من خصائص شخصية الأب الكاهن .. فعدت لقراءة هذا الكتاب مرة ثانية .. وجاءتنى الإجابة «نعم» ، وتتلخص هذه السمات الشخصية فى :

١) معالج نفسى وروحى .
٢) له دراية بالمبادئ السيكولوچية .
٣) واع للمفاهيم السيكولوچية (الشعور ، اللاشعور ، الذنب).
٤) له معرفة بدوافع السلوك البشرى حسب خصائص نموهم .
٥) له مهارة الإستماع والإنصات واستخدام أساليب تجعل المعترف يتكلم بحريته وإرادته ، ومهارة كيف يسأل التائب .
٦) مهارات للتفاعل مع الأخرين وله خبرة متخصصة فى حل المشكلات
٧) قادر على بناء الثقة بالنفس لدى المعترف وإنماء ذلك الشعور بالثقة .

٨) أن يتمتع بشخصية محبة متعاطفة وقادرة على مشاركة الأخرين فى مشاعرهم ، لإنماء علاقة الثقة مع المعترف .

٩) يتسم سلوكه بالصبر والوداعة والرقة والاستعداد الدائم للمساعدة .

١٠) لديه القدرة على التعاطف مع الشخص المعترف بخطاياه حتى يشعر الشخص أنه قد سمع له حقاً وقبل .

١١) مستعد لتقديم الإرشاد الروحى (بالإلهام والخبرة) .

١٢) مريحاً ومعزياً ومشجعاً التائب أن يعترف .

١٣) يتمتع بسلطان داخلى ، وأن يضبط الكاهن نفسه ، ويضبط حواسه (مثلا لا يبدى أى علامات نفاذ صبر أو دهشة أو رفض) .

١٤) أن يتصف بالقدرة على التمييز (موهبة الإفراز) .

١٥) لديه مهارات سيكولوچية ناضجة ، إذ لابد أن يكون قادراً على تقييم وتمييز الحالة العقلية للتائب...

١٦) أن يكون صديقاً للمعترف مع الاحتفاظ بوقاره واحترامه ، والحرص على ألا يتسبب التوقير والاحترام فى تقليل الثقة ، وألا تتسبب ثقة علاقات الصداقة فى تقليل التوقير والاحترام... وأن يكون موضع ثقة حنون على المعترف يقدم له طاقة حب من أجل شفائه .

١٧) له فضائل روحية ، وجهاد لأجل الكمال فى المسيح ...

١٨) قادر على الجهاد وبذل الذات من أجل المعترف ، وبذل الوقت مع المعترفين .

١٩) له سمات المعلم والمدبر وخادم السر ووكيل سرائر الله .

٢٠) إشباع حاجة المعترف لسلطة ضابطة ، وهو احتياج يضمن أن يؤتى

الاعتراف بثمار طيبة .

وأب الاعتراف مهما علت قامته لا يقوى أن يبنى نفسه ولكن «بانى الكل هو الله» (عب٣: ٤) وهكذا ليس هناك شك فى الفائدة المرجوة من هذا الكتاب القيم ، فالتعرف على المفاهيم السيكولوچية يسهم فى تعميق فهمنا لسر الاعتراف وتحقيق الإرشاد الروحى ، واستخدام الكنيسة لهذه المفاهيم يمكن ـ كما يذكر الكاتب فى دراسته القيمة ـ أن يساعدها على تقديم قيادة فعالة لأعضائها للوصول إلى المرشد الأوحد والطبيب الحقيقى ربنا يسوع المسيح «ويكون الجميع متعلمين من الله» (يو٦: ٤٥).

إذ يسعدنى تقديم هذه الدراسة الجادة والحديثة ، أرجو أن يتم الاستفادة منها والبحث الجيد فى معانيها ومفاهيمها... لتقديم خدمة باذلة للإنسان الذى اشتراه السيد المسيح له المجد بدمه.. إعلاناً منه بقيمة النفس البشرية .

كما يسعدنى أن أهنئ وأشكر **الأستاذ أنطون فهمى** لما تميز به من جدية فى إخراج مجموعة جادة من البحوث والدراسات الهامة لخدمة العمل الكنسى ومنها ترجمة هذا الكتاب القيم... بإشراف وتوجيه ورعاية وصلوات نيافة **الأنبا بنيامين** النائب البابوى للاسكندرية الذى يفتح قلبه لكل جديد مشجعاً وموجهاً ورائداً وراعياً ، وأرجو أن يحقق الرب يسوع بهذه الدراسة النفع المرجو منها والذى يعود على الإنسان بكل تقدم

روحى وإجتماعى ونفسى ، وحياة أفضل كما يقول السيد المسيح «جئت ليكون لهم حياة وليكون لهم أفضل» .

بصلوات **قداسة البابا المعظم**.. البابا المتجدد دائماً ورائد المسيرة التربوية والنفسية من خلال منظورها المسيحى الروحى الحريص على دوام التعليم وإستمراره لجميع قيادات العمل الرعوى الكنسى وتشجيع البحث والدراسة والترجمة والتأليف والنشر... أطال الله لنا حياته سنيناً عديدة وأزمنة سالمة .

أ.د/ رسمى عبد الملك رستم

أستاذ التخطيط التربوى
بالمركز القومى للبحوث التربوية والتنمية
وأستاذ التربية وعلم النفس
بمعهد الرعاية والتربية
وعضو المجلس الملى العام

مدخل

محاسبة النفس

يحتاج الإنسان إلى جلسة مع نفسه يفحصها ويفتش دواخلها ، ويرقب تصرفاتها ويحاسبها ، إذ أن هذه الرقابة الذاتية وملاحظة النفس لازمة لاكتشاف الخبرات المؤلمة المقموعة والأفكار الشريرة المختزنة داخل النفس «لاحظ نفسك والتعليم ، ودوام على ذلك ، فإنك إن فعلت ذلك تخلص نفسك والذين يسمعونك ايضاً» (١تى٤ :١٦) .

ويعتبر مبدأ ملاحظة النفس وفحصها ومحاسبتها من المبادئ الروحية الهامة التى بها نكشف مشاعرنا وتصرفاتنا وافكارنا وحركات حواسنا وأقوالنا بطريقة روحية صريحة ومتزنة ، نجلس فيها مع أنفسنا ونتذكر قول القديس مكاريوس الكبير «احكم يا أخى على نفسك ، قبل أن يحكموا عليك» .

وتأتى جلسة محاسبة النفس من أجل لومها وتبكيتها واعدادها للاقرار بالتوبة والاعتراف دون تبريرات أو أعذار «أنت بلا عذر أيها الإنسان» (رو٢ :١) ، ويقول القديس أنطونيوس الكبير «إن تذكرنا خطايانا ، ينساها لنا الله ، وإن نسينا خطايانا يذكرها لنا الله» .

فمحاسبة النفس تليها إدانة النفس ، يليهما علاج النفس ، لذلك تدريب محاسبة النفس يهيئ لممارسة سليمة لسر الاعتراف وطلب الحل

والمغفرة والمشورة الصالحة ، فليس أفضل من أن يرجع الإنسان بالملامة على نفسه فى كل شئ ، دون الوقوع فى عقدة الذنب *sense of Guilt* أو الشعور بالاحباط *Depression* .

لا نراعى إثماً فى القلب بل نرجع إلى أنفسنا ندينها فى الداخل ونتطلع إلى مخدعنا الخفى فى اعماق قلوبنا ، حيث نكون نحن وذاك الذى نراه وحدنا ، هناك فليكن الاثم مكروهاً لدينا ، وعندئذ نكون موضع سرور الله .

ومحاسبتنا لأنفسنا تبعدنا عن الإنقسام النفسى وتساعد على إنجماع شخصيتنا ، إذ أن ملكوت الله لا يقوم مع مملكة الشر ، ذلك إن كانت ارادتنا ان نكون تحت ملك الله ، نفحص طرقنا ونتقدم للمسيح الطبيب الحقيقى الذى لأنفسنا وأجسادنا وأرواحنا معترفين بخطايانا ، نجمع شخصيتنا فى صراحة وشجاعة روحية ونرفض أعمال الجسد والأمور الغريبة عن الله ، ولا نعرج بين الفرقتين ، رافضين فى أعماقنا تدليل الأنا من أجل المصالحة مع الله العالم بكل الأسرار .

والتدقيق فى محاسبة النفس ينمى الضمير الصالح لدى الإنسان ويجعله مستعداً لمعاينة القوات السمائية ، خلال غسل الخطية بالندامة وتوبة النفس والحذر من السقوط المتكرر ، فبالقلب المنسحق نتمتع بغسل الخطية خلال التوبة والاعتراف وفتح جرح القلب لإزالة كل ثقل الخطايا أثناء ممارسة الاعتراف الكامل ، وايضاً نطلب العقوبة لأنفسنا متى أخطأنا ضد ذاك الذى ينبغى ألا نخطئ فى حقه ... فإن كنا نحب المسيح كما ينبغى يلزمنا أن نعاقب أنفسنا عندما نخطئ .

لا شك أن محاسبة النفس تساعد على تدريب الحواس ، فالزارع الذى يزرع فى أرضه حنطة مسوسة لا ينتج منها ثمراً ، كذلك الذى يجاهد ويتعب بغير معرفة... فالتوبة ميلاد جديد وهى ضمادة الطبيب السمائى ، من وضعها على جرحه يبرأ على الفور ، إنها بحر يغسل جميع النجسين.

إنها دعوة لمحاسبة النفس «لنفحص طرقنا ونمتحنها ونرجع إلى الرب لنرفع قلوبنا وأيدينا إلى الله فى السموات» (مراثى٣:٤٠) ، ويقول القديس أنطونيوس الكبير «إذا سلمت نفسك ذاتها للرب بكل قوتها فإن الله الصالح يظهر لها هذه الأوجاع والعيوب واحدة فواحدة لكى تحيد عنها» .

سر الاعتراف

نسمى فى الكنيسة سر الاعتراف بـ «سر التوبة» لأنه فعلاً يقود إلى التوبة ، يغسل وينقى ويطهر شحنات الشر «لك وحدك أخطأت والشر قدامك صنعت» (مز٥٠) ، وفى هذا الاعتراف نقر بخطايانا ونطلب الحل والمغفرة للوصول إلى المصالحة مع الله والناس .

وسمى العلامة ترتليان سر التوبة والاعتراف «حلاً للخطايا» و«ميناءً ثانية بعد الغرق» ودعاه ايريناؤس «اعترافاً» وسماه أغسطينوس «مصالحة» ، لذلك من المشاعر المقترنة بالاعتراف أن يشعر الخاطئ بندامة قلب وإنسحاق وإصرار على ترك الماضى الخاطئ وقطع الصلة بالخطية تماماً ، فى اعتراف الى الله بواسطة الكاهن لنوال الحل والبركة .

ومعنى الاعتراف بالخطية أن المسيح يحملها بدلاً من المعترف فتنتقل منه إلى المسيح ليحملها عنه ويمحوها بدمه «وضع عليه إثم جميعنا» (أش٥٣: ٦) ، لذلك لابد من فهم سليم لسرائرية الاعتراف كسر كنسى وطب روحى يعالج الأمراض الروحية ، فلا ينفصل الاعتراف عن المسيح ودمه ، فهو جزء من التوبة ، وممارسته ليست معزولة عن غفران الخطايا .

وهذا هو الفرق بين الاعتراف كسر وبين العلاج النفسى ، أن الاعتراف هو عملية نقل ، وبدون هذا النقل لا تتم مغفرة ، فداود النبى والملك ظل يبلل فراشه بدموعه بسبب خطيته ، وقال له يوناثان «الرب نقل عنك خطيتك ، لا تموت» (٢صم١٢: ١٣) .

وهناك ارتباط بين سر التوبة والاعتراف وبين الغفران ، فهذه هى الطريقة الوحيدة للمغفرة ، لانه بدون سفك دم لا تحصل مغفرة (عب٩: ٢٢) والمعترف عندما يتوب عن خطيته ويعترف بها ، تنتقل إلى حساب المسيح فلا يموت لأن المسيح قد مات عنه «ودم يسوع المسيح ابنه يطهرنا من كل خطية» (١يو١: ٧) .

فهناك فرق بين جلسة الاعتراف التى تنتقل فيها خطايانا إلى القدوس الذى بلا خطية ليغفرها لنا بفعل دمه وفدائه الثمين ، وبين جلسات العلاج النفسى ، إذ ان سر الاعتراف لابد أن يقترن بالتوبة والإيمان بالغفران مع العزم الصادق على التغيير بفاعلية استحقاقات دم المسيح الذى يطهر من كل خطية ، إنه فعل غفران وتغيير من وإلى ، من الخطية إلى البر ، من الظلمة إلى النور ، من الدنس إلى القداسة ، إنه تحول من الشعور بالذنب إلى الشفاء والإتحاد بالابن القدوس حامل خطية العالم كله

الذى يبرر ويقدس الفاجر .

إن الدور الذى يمارسه أب الاعتراف هو مثل قبول ناثان لتوبة داود النبى من بعد السقطة العظيمة وإقامته منها ، إذ قال له ان الله قد غفر لك خطيتك واعطاه علامة المغفرة والشفاء من الأوجاع ، وسيبقى المحلل طبيباً نفسياً ويبقى الكاهن طبيباً روحياً والسر الروحى أرقى بما لا يقاس من العملية النفسية .

وللمعترف أنموذج رائع فى توبة داود النبى الذى يقود التائبين إلى الندم بقدوته ويعلمهم فى ندمهم ما ينبغى أن يعملوه وما ينبغى أن يعترفوا به ليتمتعوا بوفرة المراحم الإلهية وغزارتها بمحو المعاصى وشطب الدين من السجل ، حينما يكون المدين قد سدد الدين أو يكون الدائن قد تنازل عن دينه .

وفى صراحة الاعتراف يكون لدينا شعور بالندامة على الخطية ويكون ايضاً الصفح ماثلاً بوضوح أكثر أمامنا ، فتغتسل نفوسنا بعمل النعمة وتتطهر قلوبنا ونكون لائقين للعشرة الإلهية مقبولين لدى المسيح ولنا دالة عنده .

نأتى مقرين ومخبرين بأفعالنا (أع١٩ :١٨) ولا نخجل من أن نكشف خطايانا أمام كاهن الله طالبين منه الشفاء ، ولا نخفى أثامنا بل نعترف للرب بذنوبنا ، ونكشف خطايانا لله وللأباء الذين يستطيعون ايضاً أن يشفوا جراحاتنا ، فكما أن المعتمد من الكاهن يستنير بنعمة الروح القدس هكذا كل من يعترف بخطاياه بواسطة الكاهن يحظى بالغفران بنعمة المسيح .

وعن ضرورة الاعتراف فى الحياة الروحية يقول القديس كيرلس الأورشليمى «إن الزمان الحاضر زمان الاعتراف فاعترف بما ارتكبت قولاً وفعلاً ليلاً ونهاراً» ، ويقول القديس باسيليوس «من اللازم الاعتراف بالخطايا لمن سلم إليهم توزيع اسرار الله» إذ أن القوانين والتأديبات والتداريب الكنسية هى بمثابة عقاقير روحية تعالج بها أمراض النفس للتهذيب والتقويم والبنيان .

فالذى يتذكر خطاياه دائماً يخجل ، ومن يخجل يندم ، ومن يندم يعترف ، ثم يتهذب ويحترس من الوقوع فى غيرها فينال مغفرة الخطية «قلت اعترف للرب بذنبى وأنت رفعت اثم خطيتى» (مز٣٢) وتحس النفس بأنها تخلصت من الخوف لأجل خطاياها وأنها ساكنة فى نعمة الله ومحبته ، تتمتع بالسلامة التى تفوق كل عقل ، وبقلب مستريح ومبتهج بالخلاص .

لذلك لابد أن نعترف بخطايانا مادمنا فى الحياة الحاضرة... نتقدم معترفين بندامة وخشوع وإنسحاق ونفحص خطايانا ونعرف ثقل أثامنا ، وبضمير صالح نفتح أعين قلوبنا وندرك نقائصنا وبقدر ما نكثر من الخطايا ، نحن مديونون أن ننوح عليها .

وقد تحدث العلامة ترتليان بصورة واضحة عن إجراءات وشكل التوبة ، مؤكداً بأن هناك غفراناً ثانياً للخطية بعد المعمودية والذى به يعود الخاطئ إلى حالة النعمة مرة أخرى ، فيرى أن الخطوة الأخيرة فى التوبة هى الحل الكنسى من الأب الأسقف الذى يملك ايضاً سلطان الحرمان ، وبصفة عامة أى إنسان خاطئ ـ وحتى أردأ الخطاة ـ يمكن أن ينال

المغفرة ، ويفرّق العلامة ترتليان بين الخطايا الجسدية والخطايا الروحية ، أى بين الخطايا التى تقترف فعلاً وبين الخطايا التى يشتهيها الإنسان فقط ، ويعلم ترتليان أن كلا النوعين يقع تحت دينونة الله ، فقد قال رب المجد أنه ليس فقط الذى يزنى فعلاً هو زانى بل والذى يشتهى ايضاً ، لكن كل هذه التعديات يمكن أن تُغفر ، والله الذى وضع العقوبة والدينونة ، هو نفسه يهب الغفران عن طريق التوبة والاعتراف ، فالتوبة هى الحياة ، ولا يستقصى أى خاطئ من نوال نعمة التوبة الثانية ،كالدرهم المفقود والخروف الضال والابن الضال ، هكذا فرح الله بالإنسان الراجع .

ويؤكد العلامة ترتليان بأن الاعتراف بالخطية يهونها ، بقدر ما أن إخفائها يكبرها ، لأن الاعتراف قرين الرضى ، والخفاء هو قرين التمرد ، ولكن لا يكفى فقط الإتيان بالتوبة داخل الضمير ، بل يلزم ايضاً التعبير عنها بالعمل ، وهذا العمل يعبر عنه عادة بالاصطلاح اليونانى *Εξομολογησισ* أى «الاعتراف» وبه نعترف بخطايانا للرب ، ليس لأنه لا يعرفها بل لأجل أن ننال الرضى بالاعتراف ، وبالاعتراف تنشأ التوبة ، وبالتوبة نسكن غضب الله ، فالاعتراف هو النظام الذى يلزم الإنسان أن يسجد ويتضع إذ يفرض عليه حتى فى أسلوب لبسه وطعامه سلوكاً معيناً يجتذب إليه الرحمة ، لهذا حينما يضع الإنسان نفسه يرفعها الله ، وحينما يتهمها يبررها الله ، وحينما يدينها يحلها الله ، و«بقدر ما ترفض أن تشفق على نفسك بقدر ما يشفق الله عليك» .

كثيرون ينظرون إلى الاعتراف على انه مجرد جلسة مع محلل نفسى ، يحلل مشاكل المعترف ليعطيه علاجاً نفسياً ، أى أنها عملية تنفيس

للمشاكل المكبوتة فى النفس ، حيث لا يجد المعترف منْ يعرض عليه مشاكله الخاصة لأسباب اجتماعية أو شخصية ، وأخرون يحسبون الاعتراف عملية تهدئة للضمير ، بينما سر التوبة والاعتراف هو ايضاً معمودية ثانية ، يحاكم فيها الخاطئ ويحالل فيها التائب ويحيا... ولادة جديدة ، معمودية بلا ماء ، خدمة مصالحة مع الله.

ففى إقامة لعازر ، خرج خارجاً ولكن بأربطته ، وهكذا صار حياً بالاعتراف ولكنه لم يكن قادراً على السير إنما تخبل بأربطته... لذلك تعطى الكنيسة الحل للمعترف بحسب ما قاله الرب لتلاميذه «حلوه ودعوه يذهب» ليصير المعترف قائماً حياً حالاً ، يتحلل من الإنسان العتيق بالاعتراف الحسن ليحيا فى نمو روحى .

كما يتركز التأثير العلاجى لسر الاعتراف فى الحرص على كشف حيل الشيطان وفضح خداعه وألاعيبه ، إذ أن الخطية تجد مجالاً خصباً فى الخفاء والظلمة ، وباعترافنا نسقطه أكثر من غلبته لنا بسكوتنا السابق ، فبعد أن يفتضح الشيطان لن تستطيع الشياطين أن تكدرنا ، وباعترافنا ندخل النور ، منسحبين من الظلمة ، ويزول عنا الاستبداد الشيطانى بقوة الاعتراف... ويذكر لنا التاريخ الكنسى كيف أن القديس الأنبا موسى القس الأسود عندما اعترف بجرائمه على يدى الأنبا إيسيذروس ، رأى القديس مكاريوس الكبير أثناء اعترافه ملاكاً ممسكاً بلوح عليه كتابة سوداء ، وكلما اعترف موسى بخطية قديمة مسحها ملاك الرب حتى إذا ما انتهى من الاعتراف وجد اللوح ابيضاً تماماً .

فلنستعد للاعتراف لا مزودين بلائحة من الخطايا بل متسلحين بالحاجة

الأكيدة إلى التوبة ، نتمتع بفرح وسلام التوبة ، عندما لا يمتد ولا يغرقنا الشر فى لجة مياه عكرة ، مياه الإكتفاء الذاتى والأعذار وتبرير النفس .

المعترف

أما عن المعترف فيجب أن يبكى بمرارة لانه عصى السيد الرحيم الذى يطلب خلاصه ، وأن يظهر فى قلبه سائر علامات التوبة بعزم على اصلاح سيرته مقراً بالخطية معترفاً بها فينال الغفران والصفح بواسطة الآباء كأنه من الله ، فإن الله يمنح المواهب ويعطيها لوكلائه .

وكثير من المعترفين ينتبهون إلى الخجل أكثر من الخلاص فيهربون من الاعتراف أو يؤخرونه كمن يخفى مرضه عن الأطباء فيباد بخجله... فالمعترف يشفى ويبرأ من أوجاعه بعمل نعمة السر ، وكما أن من يبقى فيهم الطعام الفاسد وتتثقل معدتهم بخلط أو ببلغم ، عندما يتقيأوا يستريحوا ، كذلك من أخطأوا وأخفوا الاثم فيهم تضايقوا وخنقهم بلغم الخطية وخلطها ، ولكن إن شكا أحد نفسه فبشكايته واعترافه يتقيأ الاثم وتزول علة المرض ، وكل من يُقبل إلى الاعتراف متعطشاً يرى عتمته الداخلية ، ويتمتع بالحل الذى يجدد فعل الروح القدس فيه .

فالأولى بالمعترفين ان يعترفوا بأثامهم وخطاياهم من أن تتصلب قلوبهم (بحسب قول القديس كلمنضس الرومانى) لأن من يكتم خطاياه لا ينجح لذلك يقول القديس امبروسيوس «إظهر جراحاتك للطبيب فيشفيك ، ازل اثار جروحك بالدموع» ويقول ايضاً القديس اغريغوريوس النيصى «إن نعمة الله لا يمكن أن تنسكب على النفوس التى تتهرب من خلاصها» .

وعلى المعترف ألا يخجل من أن يعترف بخطاياه فالذى يستحى أن يعترف بخطاياه لا يخلص ، ففى ذلك اليوم ليس قدام واحد يُشهّر بل قدام المسكونة كلها ، ليتنا نسمد حقلنا متمثلين بالمزارعين المجاهدين ، الذين لا يخجلون من اشباع الأرض بالسماد ، وينثرون الرماد القذر على الحقل حتى يجمعوا محصولاً أوفر ، حقاً انه من المخجل أن يعترف الإنسان بخطاياه ، ولكن هذا الخجل يكون اشبه بعملية الحرث للأرض ، وإزالة العوسج منها ، وتنقيتها من الأشواك ، وبذلك تظهر الثمار التى كانت معدودة .

وفى وصف الآباء لسر التوبة والاعتراف يؤكدون على أن منْ لم يخجل من الرب على الأرض ، هكذا لن يخجل الرب منه فى السماء (لو٩ :٢٦) فالخروج خارج المحلة وكشف الجراحات والاعتراف يعيدنا إلى المحلة مرة أخرى عابرين حفاة القدمين على أنهار دموع التوبة .

ما أحوج المعترف أن يوضح ذاته للطبيب إذا شاء العلاج من علته ، فإذا تكاثرت عليه الأمراض والعلل ، عليه أن يوضحها كلها لأبيه الروحى لأنه إن أخفى عنه واحدة لن يفيد علاجه من المرض... ففى صراحة المعترف المطلقة يضفى نوراً مشعاً على خفايا حياته فيساعد أبيه الروحى على قيادته.. ويكون النور عاملاً فيه بلا ظلمة خفاء أو كذب ، مستعملاً الشعور بالذنب لإستجماع طاقاته ضد الأهواء والأفكار الشريرة ، مذكياً هذا الشعور لبداية جديدة وللتبديل والتحول .

ولابد أن يتقدم المعترف ليدين نفسه شاعراً بأهمية الاعتراف لخلاصه ليتخلص من الخطايا المقبلة بشغف وبسرعة ، لئلا يخسر نعمة الغسل التى

نالها فى المعمودية ، لانه من الأفضل أن يكون لنا ثوب نصلحه عن ألا يكون لنا ثوب نرتديه.

إن المريض (المعترف) الذى يعترف بمرضه يجد العافية وينال الشفاء ، وندامة المعترف تُصلح نفسه ، لأن كل من يعترف بخطيته يكون بذلك قد قام من موته... إذ ان الاعتراف معدوماً عند الميت ، أما المعترف فلابد أن يكون حياً... وقوة الاعتراف تشفى ألاعيب الشيطان وتلجم لسانه عن أن يشتكى على المعترف ، وتفتح نوافذ النفس لقبول عمل النعمة الإلهية .

ويعتبر الاعتراف والاقرار بالأعمال الشريرة بداية الأعمال الصالحة... والاعتراف بالجهل خطوة إلى المعرفة يفتح فيها المعترف صدره لينقى ويعرى كل أفكاره الخفية ويسمع من مرشد مختبر «افعل هذا وتجنب ذاك ، هذا حق وذاك لا ، هذه فضيلة وتلك ارداة ذاتية» ومن يسمع من أبائه فمن الرب يسمع ، ومن لا يسمع منهم فلا يسمع من الرب ، ومن يعتمد على رأيه الذاتى مخدوعاً حتى ولو كان قديساً ، لذلك لابد للمعترف أن يقطع جميع هوى نفسه ، ويعمل هوى الذى أئتمنه على نفسه أى أبيه الروحى .

فالنفس تحتاج إلى من يرشدها ويغذيها بنار المحبة الإلهية التى أُضرمت فى قلبها بالمعمودية ، لئلا تجف داخلياً وتيبس وتقع فريسة للعدو الشرير ، فالتدرب على الاعتراف يكشف فرح التوبة العميق ويرقى سلم الملكوت ويستعيد القوة الروحية .

أب الاعتراف

وعن دور أب الاعتراف يقول القديس يوحنا ذهبى الفم أن ما يعمله الكهنة تحت يثبته الله فوق ، ويؤيد السيد رأى عبيده ، لذلك يقوم أباء الاعتراف بإعطاء الحل والارشاد الروحى للمعترف ، فهؤلاء نالوا سلطاناً لا على مرض جسدانى بل على الدنس النفسانى .

وكما أن غاية صناعة الطب فى معالجة الجسد واحدة وهى صحة المريض وأوجه المعالجة كثيرة ومتنوعة ، كذلك تتنوع العلاجات فى سر الاعتراف بحسب تنوع مرض الخاطئ وسقم نفسه .

وإذا كان أب الاعتراف يمنح المغفرة بالسلطان الممنوح له من الله ، فهو ايضاً شاهد على توبة المعترف يلازم ويساند جهاده الروحى ، وهو مدبر ومرشد للمعترف يعطى الارشاد والمشورة التى تقود الإنسان فى حياته مع الله ، تلك الارشادات الأبوية التى تلين قساوة القلب الخاطئ وتحركه إلى الشعور بالذنب والاعتراف به ، كمراهم تهذب أعضاء الكنيسة وتبرر الخطاة وتغير سيرتهم الرديئة وترجعهم من طرائقهم الشريرة مشتاقين إلى إصلاح نفوسهم «لأنه وإن كان لكم ربوات من المرشدين لكن ليس أباء كثيرون» (١كو٤ :١٥) .

وأباء الاعتراف يتركون فى نفوس سامعيهم مناخس تدخل تعاليمهم صميم القلوب حتى يبرزوا خفاياهم ويعترفوا جهاراً بقبائح سيرتهم الماضية فينضموا إلى صفوف الباكين مع الذين سقطوا ودخلوا مصاف التائبين والمعترفين ، وبالعلاجات صاروا أصحاء .

وأب الاعتراف وكيل أمين يقوم بإدارة أمور موكله حسناً ، ويعمل بقوته الممنوحة له من الله ، وباتساع قلب خبير بشئون العالم متصرفاً فى أمور شتى... فهو يختصر المسافات ويوفر على المعترف مشقة الإنحرافات المهلكة ، إذ أنه «معلم صنعة ماهر» و«مدرب روحى» ، يسحب المعترف من ألوان التعلق ، ويقوده فى نموه الروحى وفى نقل الجبال (جبال الخطايا) بقوة الروح القدس الفاعل والذى يقدس الأسرار .

ويقول البابا أثناسيوس الرسولى «بواسطة الكاهن ينال التائب الغفران بنعمة المسيح» ويؤكد القديس باسيليوس الكبير على أن «الاعتراف بالخطايا للمؤتمنين على تدبير أسرار الله ضرورى» ويدلل القديس امبروسيوس على دور الكاهن فى ممارسة السر ، فيقول «من يستطيع أن يترك خطايانا إلا الله وحده والذين اعطاهم هو هذا السلطان» .

فأب الاعتراف يهتم بخلاص المعترف لأن فى خلاص المعترف خلاصاً لأب الاعتراف ، لذلك يقوم أب الاعتراف بدور أبوى إرشادى «الذين بلا ارشاد يسقطون كأوراق الشجر» (أم١١ :١٤) «ويل لمن هو وحده ، إن وقع ليس له ثان ليقيمه» (جا٤ :١٠) لذلك يتحقق الارتباط السرى بين المعترف وأبيه الكاهن ويصير ارتباطاً سرائرياً روحياً يقوم فيه الكاهن بدوره الكهنوتى الأبوى والارشادى ليتلمذ أولاداً للرب «اسأل اباك فيخبرك ومشائخك فيقولون لك» (تث٣٢ :٧) .

ولابد أن تتوفر الثقة بين أب الاعتراف والمعترف كقول القديس أنطونيوس الكبير «ضع فى قلبك أن تسمع لأبيك فتحل بركة الله عليك» ويصير لأب الاعتراف دوره كطبيب يعالج الروح والنفس ، الأمر

الذى جعل علماء النفس يرون أن الاعتراف من الناحية النفسية مفيد لسلامة شخصية الإنسان .

إن أب الاعتراف باعتباره طبيباً روحياً يعطى للمعترف الدواء الذى يمنحه الله قوة وخصائص مؤثرة تنفذ فى مفعولها ، فعلاجه الذى يعطيه ولو كان سهلاً مشاعاً ، لكنه ينفع المعترف أكثر من كل ما يعرفه حتى ولو كان عالماً ، فينتفع بإرشاده ويلمس فيه أبوة الله وحنان قبوله للتائبين.

وبينما أب الاعتراف يقود أولاده الروحيين يحتاج هو إلى منْ يقوده ، فسيرة الكهنة هى وعظ دائم لخلاص المعترفين ، والقديس ساويرس بن المقفع يقول «لا يجب لأحد أن يجعل نفسه رأساً بغير رأس ولا أباً بغير أب» ، وكل منْ لا يتخذ مرشداً له فى حياته الروحية يشبه ورقة الخريف التى تقطع عن غذاء الشجرة الأم فتيبس وتنفصل عن الغصن فيستولى عليها الأعداء ويدوسونها بأرجلهم .

فالكاهن يقدم المعالجة لشفاء الأوجاع وفى حضرته يدين الخاطئ نفسه أمام الله ، فيعلن المغفرة عندما تنقل الخطية لحساب المسيح ، لذلك على الكاهن أن لا يتهاون فى حق الله مع أولاده المعترفين ، بل يقودهم للقاء شخصى مع ربنا يسوع المسيح مخلصنا بواسطة الروح القدس ، فنسمع صوت الله على يدى الكاهن ونتعرف على إرادة الله ونطلبها كاملة على لسانه ، لأننا نحتاج إلى عون وإرشاد بجانب نعمة الله ، فليس من بائس ولا من يصطاد بسهولة من غير ضرر مثل ذاك الذى لا يقوده أحد فى طريق الله .

الفصل الأول

مفاهيم سيكولوچية عن الخطية والذنب

Psychological Perspectives on Sin and Guilt

إن الاعتراف هو فعل شخصى فردى ، وعلاقة ثنائية بين الكاهن والمعترف ، ويعد هذا هو التشابه الأول بين الاعتراف والعلاج النفسى الذى يعالج حالات مماثلة فى العالم خارج الكنيسة ، وقد كانت الدراسات السيكولوچية نافعة دوماً للآباء الكهنة الذين يقضون الكثير من وقتهم فى إرشاد ابنائهم الروحيين .

وتأتى أهمية دراسة علم النفس من التشابه والتماثل القائم بين الاعتراف وبعض أبعاد التحليل النفسى أو العلاج النفسى ، فالكنيسة الأرثوذكسية تحرص وتهتم أن يمارس أبناؤها بانتظام سر الاعتراف عن خطاياهم ، إذ أن الخطية تعوق شركة المؤمن وعلاقته مع المؤمنين ومع الله ايضاً ، والخطية يليها شعور بالذنب *Sense of Guilt* ، والذنب يتبعه الاعتراف ، وعندئذ عن طريق الحل المُعطى فى سر الاعتراف المقدس ، يتصالح التائب ثانية مع الكنيسة ومع الله ، وهكذا يجد شفاءً لمرض خطيته .

وبالمثل فى حالات العلاج النفسى ، يعانى المريض من العُصاب *Neurosis* أو يكون غير مدركاً أنه يخطئ ، وينتج عن هذا شعور بالذنب والقلق ، وخلال عملية العلاج النفسى والتى تتضمن مناقشة الأخطاء

وظواهر العُصاب ، يتحرر الفرد من قلقه مما يساعده أن يحيا حياة أكثر مسئولية وأكثر صحة .

ويجب أن نشير إلى أن المفهوم السيكولوچى المُقدم هنا سوف يكون عملياً وتقليدياً ، إذ أن هناك مدارس فكرية لا حصر لها فى هذا المجال ، ومن المستحيل أن نستعرض أراء كل هذه المدارس المتنوعة ، وينطبق هذا بالأخص على تقنيات العلاج النفسى ، وعلى درجة التشابه بينه وبين الاعتراف كوسيلة للشفاء من الذنب ، وهكذا سنتناول فى هذه الدراسة العموميات المقبولة من الجميع ، والمبادئ السيكولوچية التى تعنى بالخطية والذنب والأثار التطهيرية للاعتراف .

وفى العهد الجديد وفى تعليم وتقليد الكنيسة ، يُنظر إلى الخطية كأعمال تُرتكب أو كحالة يكون فيها الإنسان ، وترتبط تعريفات الخطية بالمفاهيم الخاصة بطبيعة الإنسان ، وفى رسالته إلى أهل رومية يقول القديس بولس الرسول «إذاً أجد الناموس لى حينما أريد أن أفعل الحسنى أن الشر حاضر عندى ، فأنى أسر بناموس الله بحسب الإنسان الباطن ، ولكنى أرى ناموساً أخر فى أعضائى يحارب ذهنى ويسبينى إلى ناموس الخطية الكائن فى أعضائى» (رو٧:٢١-٢٣) وفى إنجيل معلمنا مرقس نقرأ «لانه من الداخل من قلوب الناس تخرج الأفكار الشريرة... جميع هذه الشرور تخرج من الداخل وتنجس الإنسان» (مر٧:٢١-٢٣) .

إذاً لابد أن يكون من الواضح أنه يمكن الإشارة إلى الخطية كأفعال محددة أو كحالة يكون عليها الذهن (مثل الكبرياء) .

ويتضمن المفهوم السيكولوچى للخطية أو لارتكاب الخطية ، مفاهيم عن الشعور واللاشعور *conscious and unconscious* ويؤكد على أهمية دوافع السلوك الإنسانى ، وبدلاً من دراسة الخطايا ، يتناول علم النفسى التقييم الأخلاقى لبعض الأفعال ، ومدى شعور الفرد بالمسئولية الأخلاقية ، كما يتناول التوقعات الإجتماعية أى توقعات المجتمع من الفرد ، والتى فى النهاية تصيبه بالشعور بالذنب .

ويفترض علم النفس أن دوافع السلوك البشرى تنتج من غرائز أساسية فى الإنسان ، وهذه موجودة فى اللاشعور ، مثل الحاجة إلى الحب ، الحاجة إلى الأمان ، إلى الاشباع الجنسى ، إلى القبول ، الخ ، وتبدأ المتاعب عندما تُكبت هذه الغرائز وتقمع ، مما يسبب توتر نفسى هائل ، واخيراً يصل الإنسان إلى الشعور بالذنب ، وهكذا يتناول التحليل النفسى الذنب أكثر مما يتناول الخطية أو فعل الخطأ .

وبينما يعتمد تعريف الخطية وعلاقتها بطبيعة الإنسان على الإطار اللاهوتى الذى تناقش فيه ، نجد الذنب من الناحية الأخرى مصطلحاً أكثر حيادية فيمكن أن يستخدمه اللاهوتيون والنفسيون بنفس الطريقة ، وبالنسبة للمسيحيين فإنهم يعالجون الشعور بالذنب عن طريق سر الاعتراف ، أما المعالجون النفسيون فيعالجونه عن طريق قبول الذات *Self acceptance* ومعرفة وإكتشاف أصول وجذور هذا الذنب .

ويمكن أن يتخذ الذنب عدة أشكال اعتماداً على جذوره وأسبابه ، وقد رأى فرويد *Freud* الذنب كنوع من العصاب الذى ينتج من ضغوط إجتماعية ، والشخص العصابى يشعر بخوف شديد وقلق .

ويشرح علم النفس أن الناس جميعهم ينمون ويكبرون بمشاعر الذنب المرتبطة بالتوقعات الإجتماعية المنتظرة منهم ، فالحياة الأسرية هى مجال يُسمع فيه الكثير من النقد المتبادل ، ويمكن أن ينتج عن هذا شعور بالذنب ، فالطفل الذى ينمو وله أب ناقد متسلط ، يمكن أن تنغرس فيه مشاعر قوية بالذنب والدونية وانه عديم القيمة ، ومثل هذا الذنب يمكن أن يتسبب فى الكثير من المتاعب ما لم تتم معالجته .

ونمو وتطور مشاعر الذنب القوية هذه يصحبه تعدى وانتهاك للمحرمات *Taboos* ـ وهى قيود وموانع ضد أعمال معينة ـ ودائماً ما يكون لهذه المحرمات سمة أخلاقية وإجتماعية وتكون مرتبطة عادة بالمبادئ الدينية ، وانتهاك وكسر هذه المحرمات يتبعه استنكار ورفض قاس وهكذا ينتج عنه الذنب .

ومن الأهمية بمكان أن نميز بين الأنواع المختلفة للذنب ، ومن الواضح أنه عندما يكون الذنب نتيجة للخطية ، عندئذ تعالجه الكنيسة عن طريق التوبة والاعتراف والغفران ، لكن كيف يمكن للمرء أن يميز بين الذنب الحقيقى والذنب الكاذب ، بين الذنب الواقعى والذنب التخيلى؟

وإجابة على هذا التساؤل نستعين بكتابات بول تورنير *Paul Tournier* وهو طبيب نفسى له مؤلفاته الكثيرة عن العلاج النفسى ، وله خبرة كبيرة فى ذلك المجال ، وفى كتابه «الذنب والنعمة *Guilt and Grace*» تناول الذنب الذى نشعر به كلنا لأننا لا نعيش بحسب توقعات الأخرين ، والشعور الذى يخالج كل إنسان ليس لأجل الشر الذى ارتكبه بل لأجل الخير الذى لم يصنعه .

ومثل هذا الشعور بالذنب يمكن أن يوصل الإنسان لأقصى درجات نقد الذات *self criticism* لأنه يتضمن عدم مصداقية الشخص مع نفسه ويؤكد تورنير ايضاً على الفرق بين الذنب الحقيقى والذنب الكاذب .

ويأخذ هذا الفرق بين الذنب الحقيقى والكاذب اشكالاً عديدة فى الأدب النفسى ، فبالنسبة لفرويد ، يرى أن مشاعر الذنب هى نتيجة لقيود وضغوط إجتماعية ، عندما يوبخ الأطفال ويُعنّفوا ، وهكذا يخافون من فقدان محبة والديهم ، ورغم أن هذا المبدأ الأساسى مقبول بصفة عامة ، إلا أن مضمونه أخذ تفسيرات عديدة متنوعة ، فبالنسبة لأودير *Odier* على سبيل المثال ، يميز بين الذنب الوظيفى *functional guilt* وذنب القيمة *value guilt*، ويرى أن الأول يحدث نتيجة للتوقعات الإجتماعية ، ومن الخوف من فقدان محبة الأخرين وقبولهم ، أما الثانى أى ذنب القيمة ، فهو وعى المرء وإدراكه انه قد انتهك مستوى أخلاقى معين ، أو أنه قد خان وخدع إيمانه واعتقاده الداخلى .

ويشرح تورنير أن الذنب الوظيفى هو طبيعى فى الأطفال ولكنه يستمر حتى مرحلة متقدمة فى العصابيين *Neurotics*، وبالنسبة لأودير ، الذنب الوظيفى متماثل مع الذنب العصابى *neurotic guilt* أو الذنب الكاذب .

إذاً ذنب القيمة هو «الذنب الحقيقى» وبالنسبة لچنج *Jung* يأتى الذنب الوظيفى كنتيجة لرفضنا قبول أنفسنا بصورة كاملة ، أما أدلر *Adler*، فيرى أن الذنب الوظيفى ينتج من رفضنا قبول دونيتنا *our inferiority* .

وليس من المتاح دوماً أن نميز بين أنواع الذنب المختلفة بحسب أصلها كما أسلفنا ، وعلى أية حال ، يؤكد علم النفس والتحليل النفسى أن الإنسان لا يمكنه أن يتحرر من مشاعر الذنب إلا عن طريق جلب واستدعاء بعض الخبرات التى تصحب هذه المشاعر إلى مستوى الشعور الواعى *the conscious level* ، ويُعد أمراً حاسماً وأساسياً أن الشخص لابد أن يقبل هذه الخبرات المؤلمة مدركاً أنها خبراته هو الشخصية ، وأن يريد ويرغب فى موجهة تبعاتها ومتضمناتها .

والاحتفاظ بهذه الخبرات مكبوتة ومقموعة فى اللاشعور يسبب المشكلة ، وهكذا تحت إرشاد الطبيب المعالج ، يستطيع الشخص أن يعترف بالأفكار والمشاعر التى كان غير واعياً بها تماماً ، أو كان خجلاناً خجلاً عميقاً منها لسبب ما ، وبهذا المعنى وهذه الرؤية ، يعمل المعالج النفسى كأب اعتراف ، ويقبل خبرات المريض دون إدانة لها أو حكم عليها .

وسر الاعتراف المقدس يمكن ان يتضمن ايضاً الإقرار بالأفكار والأفعال التى كُبتت وقُمعت قبلاً بسبب الخوف أو الخجل ، ومن المفيد جداً للكاهن فى خدمته كأب اعتراف أن يفهم ويعى المنظورات السيكولوچية لطبيعة الذات وأصول الذنب وآثار القمع والكبت ، والفصل التالى يناقش دور أب الاعتراف وكيف يمكن أن تفهم تأثيرات هذا الدور من منظور سيكولوچى .

الفصل الثانى

فعل الاعتراف

The Act of Confession

إن الاعتراف فى الكنيسة الأرثوذكسية سر مقدس يلى التوبة ويقود إلى الغفران والحل ، فعندما يعى الشخص خطاياه ويعرفها ، يشعر بالذنب بسبب هذه الخطايا وبتأثيرها على علاقته مع الله ومع الأخرين ، ويشعر انه يريد أن يعترف بهذه الخطايا لأب كاهن معطى سلطان كى يسمعها ، ووجود شعور بالثقة والقبول بين التائب وأب الاعتراف يساعد المعترف ويمكنه من التغلب على الذنب المكبوت داخله وعلى الاعتراف بخطيته والإقرار بها .

وعندما يصير الله حقيقة وواقع فى حياة الإنسان المسيحى ، عندئذ يصبح الإنسان واعياً بأهمية الاعتراف لأجل الحفاظ على شركته وعلاقته مع الله ، وهكذا تتيح الكنيسة الفرصة للإنسان المسيحى ليعالج ذنبه وليتقوى ويتشدد بإرشاد أب اعترافه ونصيحته ، وكما يقول هلم *Hulm* : «الاعتراف هو جزء من عملية الإرشاد فيه يطلق طالب الإرشاد ـ عن طريق التعبير عن النفس ـ كل المشاعر المدمرة الكائنة داخله» .

ومن المعروف أن الاعتراف له تأثير تطهيرى تفريغى *cathartic* وكلمة طهارة تعنى باليونانية *Καθαρτικον* والتى تعنى «أن تنظف وتفرغ *to clean out*» وبهذا المعنى ، الاعتراف هو تنظيف النفس وتفريغها من

المشاعر المضطربة المتعبة ومن أحاسيس الذنب والخطية ، ويهب فعل الاعتراف للإنسان ارتياح من الذنب وإعادة بناء لعلاقته مع الله... ولكن من منظور علم النفس كيف يتم ذلك؟

يؤكد علم النفس دوماً على قيمة الشعور بالإرتياح الذى يحسه الإنسان عندما يروى بعض الخبرات التى مر بها ، وأهمية ذلك فى شفاء الإضطرابات النفسية ، وجزء كبير من العلاج النفسى الحديث مبنى على أساس أن مناقشة الذكريات المكبوتة أو الخبرات المقموعة ، يمنح الشخص إنطلاقة وتحرر من أثار هذه الذكريات .

وظاهرة الإرتياح من مشاعر الذنب والذكريات المقلقة المتعبة والتخلص منها هى عملية شعورية معروفة باسم «التنفيس *Abreaction*» وسواء كان ذلك يتم فى العلاج النفسى أو فى سر الاعتراف ، فهو يحدث عن طريق عملية النقل *the process of transference* ، إذ أن المريض أو التائب ينقل شعوره بالعدوانية والألم إلى الطبيب أو أب الاعتراف ، وبهذه الطريقة يصير الشخص أكثر وعياً بالصراع الذى سبب الذنب أو المشكلة .

وكان سيجموند فرويد أول من ناقش ظاهرة النقل ، إذ لاحظ أن هناك ارتباطاً سرياً ينشأ بين المريض والمعالج النفسى فى عملية العلاج ، ولاحظ فرويد أن المرضى يتعاملون ويتفاعلون مع الطبيب النفسى تماماً مثلما كانوا يتعاملون ويتفاعلون مع والديهم فى الفترات المبكرة من حياتهم ، ويعطى المرضى قوة هائلة للطبيب الذى يصير فى الغالب محور حياة المريض العاطفية .

وعندما يتم النقل ، لابد أن يجد الطبيب الوسائل والطرق التى يساعد بها المريض ليعى ويتفهم العلاقة الحقيقية بينه وبينه الطبيب المعالج ، إذ لابد أن ينتقل المريض من الارتباط اللاشعورى بالطبيب إلى علاقة مبنية على الواقع ، وإلى ارتباط مبنى على علاقة واقعية من الحب والاتفاق بينهما ، ولابد ايضاً من إيجاد السبل المناسبة لإنماء الثقة بالنفس عند المريض ، ولا يمكن أن يكون هذا إلا فى جو من الحب والقبول المتبادل وهذا يتطلب ايضاً من المعالج ومن المريض أن يكونا واضحين محددين فيما يمكن أن يقدماه كلٌ للأخر ، وفى تحديد مسئوليات كل منهما .

وكل من عملية النقل والاهتمام بإنماء الثقة بالنفس عند المريض يمكن أن يحدث غالباً بين المعترف وأب الاعتراف خاصة إذا كانت علاقتهما قائمة لفترة طويلة ، وهنا لابد أن يعى الكاهن الموقف ، إذ عن طريق عملية النقل هذه ، يعطى المعترف قوة وسلطان عظيم لأب الاعتراف معتبراً إياه الوحيد الذى يستطيع مساعدته ، أو الشخص الوحيد الذى لديه إجابات وحلول له ، ومن هنا كان للفهم الصحيح لعملية النقل أهميته فى مساعدة الأب الكاهن على إتمام هذه العملية بطريقة صحيحة سليمة .

وتختلف عملية الاعتراف عن العلاج النفسى ، ذلك أن الاهتمام الأول فى الاعتراف ينصب على علاقة المعترف بالله وليس بأب الاعتراف إلا أنه ليس هناك إنكار للتأثيرات الحسنة لعملية التنفيس التى تتم فى الاعتراف .

والاعتراف يبدأ بالتوبة والتى تتضمن تحمل المرء لمسئوليته الشخصية

تجاه خطاياه وتغيير إتجاهاته وأهدافه ، فالتوبة هى تغيير للنية والقصد ، ويليها الاعتراف ، وينتج عن هذا الأخير تحرر تفريغى تطهيرى *cathartic* *release*وهو قوة جبارة للغاية .

وقد تحدث إيرك برجرين *Erik Berggren* باستفاضة عن الأثر التطهيرى التفريغى للاعتراف مقارناً بين ما يحدث فى سر الاعتراف وبين خبرة المريض فى التحليل النفسى ، ولاحظ أن هناك تشابهات كبيرة بين الأثنين ، ويشرح أن عملية التنفيس *abreaction* تخلص الإنسان وتريحه من توتر ناتج من كبت خبرات أو ذكريات معينة من شعوره ، وبالمثل كثيراً ما ينال المعترف راحة من التوتر المؤثر الحادث داخله والناتج من تذكره لخطاياه ، وهكذا يعطى الاعتراف للإنسان إمكانية أن يحرر نفسه من مشاعر الندم عما فعله .

ويشير برجرين ايضاً إلى فرق هام بين الاعتراف والعلاج النفسى ، فالمريض فى العلاج لنفسى يتناول خبرات مؤلمة ويحضرها إلى الشعور بمساعدة الطبيب ، بينما المعترف لا يتعامل فقط مع أفعال محددة ارتكبها بل ايضاً مع مشاعر اللوم والتى يمكن أن تتطور وتنمو كلما اصبح الشخص أكثر وعياً بالمدلولات والقيم الروحية لتصرفاته وأعماله ، وبخبرة العبادة وبإرشاد الكنيسة ، يمكن أن يبلغ المسيحى إلى إدراك ووعى جديد بأنه قد ارتكب خطايا ولابد أن يعترف بها .

وهناك مفهوم سيكولوچى أخر مرتبط بشدة بعملية النقل فى الاعتراف والعلاج النفسى ، ألا وهو مفهوم التجميع ، ففى علم النفس ، التجميع هو العملية التى بها يستطيع الإنسان أن يعيد تجميع العناصر المتفرقة فى

نفسه وهكذ يتحقق نوع من الوحدة والهارمونية العقلية ، والأشخاص العصابيون يكونون غالباً غير قادرين على تجميع عناصر معينة من خبراتهم فى كل متناسق ، ويظلون ثابتين مركزين على خبرات ومخاوف أو آلام معينة ولا يستطيعون أن ينتزعوا أنفسهم منها ، ويمكن للطبيب أن يساعد المريض ليكتشف ويعرف هذه العناصر ، وأن يتخلص من التوتر الذى ينبنى مع ثباته ووقوفه عند هذه الخبرات والمخاوف .

وحدوث عملية إعادة التجميع *reassociation* فى الاعتراف أو عدم حدوثها يعتمد على رغبة المعترف فى إمتحان مشاعره واختبارها وعلى طبيعة العلاقة بين المعترف وأب الاعتراف ، ومن الواضح أن جو الاعتراف ومناخه يقدم فرصة نافعة لفحص النفس يمكن أن تقود الشخص إلى إعادة التجميع وإلى نظرات جديدة نحو دوافعه الشخصية .

وعند مناقشة النتائج الإيجابية الطيبة التى يمكن الحصول عليها فى العلاج النفسى أو فى الاعتراف ، فإنه من المفترض أن المريض أو المعترف يختار بحريته وإرادته أن يأتى ويتقدم بنفسه إلى عملية فحص الذات بإخلاص وصدق ، وأن يكون صادقاً بقدر الإمكان فى الكشف عن خبراته ، ولكن الأمر لا يكون هكذا دائماً ، إذ من الممكن أن يكون عند الشخص مخاوف عميقة من كشف الذات ، وهكذا فإن درجة شعور الشخص بالتفريغ التطهيرى وزيادة فهمه ومعرفته لنفسه تعتمد على ما يقدمه هو نفسه إلى العملية العلاجية .

كما تعتمد نتائج الاعتراف أو العلاج النفسى ايضاً على شخصية أب الاعتراف أو الطبيب ، وعلى العلاقة التى يمكن أن تنمو بينهما وبين من

يحتاج إليهما ، والأدب النفسى ثرى للغاية فى دراسة العلاقة بين الطبيب والمريض ، وسوف نتحدث هنا عن بعض السمات المطلوبة لتوفير مناخ مناسب يساعد على الوصول لنتائج طيبة ، ومما لاشك فيه أن لشخصية وتصرفات المعالج تأثيراً قاطعاً وحاسماً خاصة إذا كان هناك خبرات ماضية مطلوب تجميعها وصراعات داخلية يجب أن تنهى وتحل .

ويؤكد چنج *C.G.Jung* على أهمية الدور الأساسى الذى يلعبه المعالج فى إراحة وتهدئة الإضطراب الحادث عند المريض بسبب الذكريات المتعبة له ، كما أكد على ضرورة أن يكون المعالج قادراً على بناء الثقة بالنفس لدى المريض حتى يستطيع دفع عجلة العلاج إلى الأمام .

وفى نظريات علم النفس والعلاج النفسى التقليدى ، لابد أن يقدم الطبيب المعالج نفسه كشخص صاحب سلطان وقادر على تقديم خبرة متخصصة ليساعد المريض على حل مشاكله الشخصية ، وبالطبع يتوقع المريض من الطبيب أن يلعب ذلك الدور وغالباً ما تنشأ اعتماديات على الأطباء .

وإحدى سمات الطبيب هى القدرة على إنماء شعور بالثقة بالنفس عند المريض ، وهذا يعنى أن الطبيب لابد أن يكون صريحاً وأميناً وواضحاً فى تعامله مع المريض وثابتاً فى الرسائل التى ينقلها للمريض ، وهذا يتطلب درجة عالية من معرفة الذات *self-knowledge*.

والقدرة على إنماء الشعور بالثقة بالنفس عند المريض تتضمن ايضاً استخدام أسلوب يجعل المريض يتكلم بحريته وإرادته ، وأياً كانت

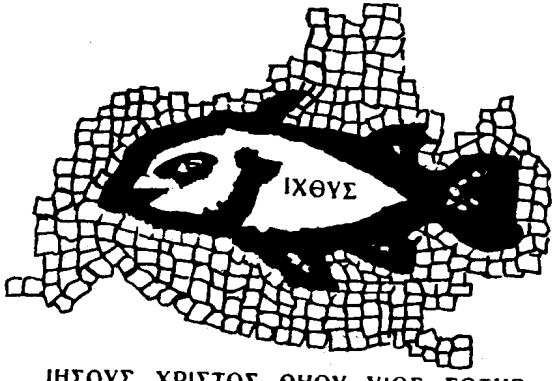
الافتراضات النظرية أو التقنيات العلاجية المستخدمة ، فإن العملية العلاجية تتطلب معرفة وإنفتاح بين الطبيب والمريض .

وتماماً مثل الطبيب النفسى ، لابد أن يكون لدى أب الاعتراف سلطان وفى الكنيسة الأرثوذكسية يكون أب الاعتراف هو الأب الكاهن أو الأب الأسقف ، وتقدس الكنيسة الاعتراف كسر إلهى ، ويرى المعترف فى أب الاعتراف ممثلاً عن الكنيسة ، ويرى فيه الشخص الذى له يجب أن يعترف بخطاياه لله .

ولابد أن يتمتع أب الاعتراف بشخصية مُحبة متعاطفة وقادرة على مشاركة الأخرين فى مشاعرهم ، وهذا أمر أساسى وحيوى لإنماء علاقة الثقة مع المعترف ، تماماً كما هو الحال مع الطبيب النفسى ، ويجب أن يتضح من أسلوب أب الاعتراف وسلوكه الصبر والوداعة والرقة والإستعداد الدائم للمساعدة ، ولابد أن يكون لديه القدرة على التعاطف مع المعترف حتى يشعر أنه قد سُمع له حقاً وأنه قد قُبل .

وبجانب ذلك ، لابد أن يكون أباء الاعتراف مستعدين لتقديم النصيحة والإرشاد الروحى وهذا يتطلب حكمة لا تأتى إلا بالإلهام والخبرة ، وبهذه الطريقة يؤدى أب الاعتراف دوراً إرشادياً أكثر مما يفعل الطبيب النفسى ، وكلما ازدادت بشاعة الخطية ، كلما ازدادت أهمية النصيحة العطوفة والتدريبات والتشجيع المُعطى للمعترف ، إلا أن الكاهن هنا ليس قاضياً ليعلن رفضه ، بل هو موضع ثقة المعترف ، وكوكيل لله وللكنيسة وكوسيط لنعمة الروح القدس ، يهب الغفران للمعترف التائب .

ومن الواضح انـه فى فعل الاعتـراف ، يكـون للعوامـل الشخصـية أهميتـها ، ويؤكد الاعتـراف على سلطان الكاهن كجزء من السر ، وتمثل ممارسة السر فرصة لأب الاعتراف وللمعترف لكى يتشاركا فى جو من الثقة .



الفصل الثالث

الأبعاد السيكولوچية للحل والمغفرة

Psychological Aspects of Absolution and Forgiveness

بالاعتراف ينال المرء المغفرة والحل وهكذا الشفاء ، ويخدم الكاهن كوكيل لروح الله ، وعندما يقرأ صلاة التحليل للمعترف ، يقوم بدور وسيط أو وكيل الله وتغفر الخطايا ويتم الشفاء .

ورغم أن علم النفس لا يتناول بصورة مباشرة مفاهيم الغفران والحل ، إلا أن المفهومات السيكولوچية يمكن أن تستخدم للوصول إلى فهم أفضل للغفران والحل ولإدراك تأثيراتهما على النفس ، إذ أنهما الوسيلة التى بها يتصالح الإنسان المسيحى مع الله ومع جماعة المؤمنين ، وهكذا يمثلان وسيلة يستطيع بها الإنسان أن يتخلص من تسمره وثباته عند خبرات معينة مؤلمة أو من مشاعر الذنب التى تمنع الشخصية من أن تتكامل بصورة شاملة وأن تكون كلاً واحداً متناسقاً ، وبينما لا يستطيع الطبيب أن يهب الغفران للمريض ، يمكنه أن يساعده ليدرك مسئوليته الشخصية عن أعماله ، وهكذا يحرر نفسه ويستطيع أن يضع حداً لإختلافاته مع الأخرين واخيراً مع الله .

وبالمغفرة والحل يتحرر الذهن من التوترات المؤثرة التى أوجدتها القوى المتصارعة داخل النفس ، وهذا يحد من قوة وسيطرة تحكم الذات ، مما يسمح لعناصر من اللاشعور أن تظهر وتلعب دوراً أكثر فاعلية وتعطى

الشخص وصولاً إلى الطاقات الخلاقة الكائنة داخله ، وعندئذ ينال الشخص القدرة على إعادة تجميع العناصر المتباعدة والمتناثرة داخل نفسه وصياغتها فى شكل جديد أكثر فاعلية .

وفى التقليد الأرثوذكسى ، لابد أن يعترف المؤمنون قبل أن يتقدموا للتناول من الأسرار المقدسة ، وتشجع الكنيسة أبناؤها على الاعتراف بتكرار وإنتظام حتى يتنقوا من الخطية ويكون لهم شركة كاملة مع الكنيسة ، فالاعتراف المنتظم هو الجهاد القانونى الذى به يحيا الإنسان الإنتماء التام إلى الكنيسة جسد المسيح .

والحاجة إلى الاعتراف ونوال المغفرة تدل على إدراك واعى وتقوى شخصية ، ولذلك جعلته الكنيسة شرطاً أساسياً لابد أن يمارسه كل أرثوذكسى يريد أن يتقدم للشركة فى النعمة الإلهية ونوال المغفرة ، ولكن يجب ألا يصير الاعتراف مجرد حفاظاً على طقس أو مجرد عادة نحرص على ادائها ، دون أن نعى جوهرها وقيمتها وفاعليتها ، ولذلك كتب الأباء كثيراً محذرين من هذه الاتجاهات (الممارسة الشكلية) .

وبغض النظر عن أنماط الشخصيات ، فإن هناك دوماً اشتياق لنوال الحل والمغفرة ، هناك ذاك الاحتياج الإنسانى داخل المسيحى الأرثوذكسى إلى العودة إلى محبة الله ثانية ، إلى تنقية الضمير ، إلى الشعور بالشفاء مرة ثانية ، هناك اشتياق إلى التعاطف والمساعدة والارشاد للوصول إلى ملء المحبة فى الحياة بحسب البر فى المسيح يسوع ، وهناك ايضاً احتياجنا الداخلى أن نحكى لشخص أخر عما يزعجنا ويؤلمنا... هذه الحاجات والاشتياقات كلها تمثل القوة الدافعة التى تحثنا على الاعتراف .

الثقة والشركة *Confidentiality and Sharing*

تعتبر ثقة المعترف فى أب اعترافه مكوناً أساسياً فى عملية الاعتراف الجاد ، ولابد أن يتمتع الكاهن بسلطان داخلى ، ولكن ليس لجميع الأباء الكهنة القدرة على تحقيق نتائج إيجابية مع أبناءهم المعترفين .

وفى علاقة أب الاعتراف بالمعترف ، لابد أن يستبعد الأب الكاهن أى أمر من شأنه أن يزعج أو يتعب المعترف التائب ، وبحسب تعليم الكنيسة ، ليس الكاهن مجرد مسيطر أو حاكم على التائب بل هو أبوه الروحى المُحب ، والإرادة الطيبة تجاه الشخص الذى يحتاج للتقويم تأتى دوماً بثمار أفضل من السلطان ، التشجيع أفضل من التهديدات ، المحبة أفضل من القوة ، ويجب أن تصير الصفات الشخصية النموذجية لأب الاعتراف ، سلوكاً يسلكه الكاهن فى تصرفاته أثناء سر الاعتراف المقدس .

وكلما ازدادت بشاعة الخطية ، كلما كان من الواجب أن يكون أب الاعتراف مريحاً ومعزياً أكثر ، مشجعاً التائب أن يعترف ، ويجب أن يضبط الكاهن نفسه ولايبدى أى علامات نفاذ صبر أو دهشة أو رفض إذ يجب ألا يشعر المعترف بالخوف أو بالخجل .

والسمات الشخصية لأب الاعتراف هامة للغاية فى ممارسة دوره كطبيب للنفس ، ويجب أن يبحث عن أسباب الخطية ، ويقدم الإرشاد والتداريب اللازمة لمعالجة الخطية ، وايضاً النصيحة الوقائية التى تمنع تكرار سقوط التائب فيها .

ولكى يكون الكاهن ناجحاً كأب اعتراف ، لابد أن يتصف بالقدرة

على التمييز (موهبة الإفراز) ويكتسب المهارات السيكولوچية الناضجة ، إذ لابد أن يكون قادراً على تقييم وتمييز الحالة العقلية للتائب مع إنفاق الوقت الكافى لبنائه والاهتمام به من أجل نموه فى القامة والنعمة .

والكاهن الذى نال الكرامة والمسئولية بأن يكون أب اعتراف لابد أن يفهم ويعى كيف يسأل التائب عن خطاياه ، وبالمثل لابد أن يكون الكاهن صديقاً للمعترف وموضع ثقته .

ويجب أن تنشأ بين أب الاعتراف وابنه المعترف علاقة صداقة ، وعلى المعترف أن يضع كل ثقته فى أب اعترافه مع توقيره واحترامه ، مع الحرص على ألا يتسبب التوقير والاحترام فى تقليل الثقة ، وألا تتسبب الثقة فى تقليل التوقير والاحترام .

وفضائل أب الاعتراف هى خير دليل على الاعتراف الناجح وعلى الاهتمام بالمعترف، ولابد أن يكون هناك تقارب وثقة وعلاقة تبادلية بينهما ، حتى يعين الكاهن الشخص المعترف كى يكشف عن نفسه بكاملها ويجاهد لأجل الكمال الروحى فى المسيح ، وقد كان سر نجاح أباء الكنيسة وقديسيها كأباء اعتراف هو بذلهم لذواتهم وجهادهم حتى استطاعوا بشخصياتهم المبنية فى المسيح يسوع أن يقتنوا الإرادة والقدرة على تقديم ذواتهم لكل من يأتيهم طالباً المعونة الروحية أو كلمة منفعة أو التحرر من خطاياه بالاعتراف .

وفى سر الاعتراف يتدخل العديد من العوامل الشخصية ، فالمكونات الفعلية للصداقة والتلاقى بين الكاهن والمعترف تفترض مسبقاً وجود

صفات ومقومات الثقة والإستئمان ، وايضاً فى سر الاعتراف يزداد سلطان الكاهن تأكيداً ، وهذا السلطان يعطى الكاهن السمة الضرورية كمعلم ومدبر وخديم للسر وكوكيل لسرائر الله .

رمزية الكاهن كأب اعتراف

The Symbolism of The Priest as Father Confessor

يحتاج التائب لأن يعترف لشخص ذى سلطان فى الكنيسة ، وهذا الشخص كما أسلفنا هو الكاهن ، الذى يعترف له التائب وهو بسلطانه الممنوح له من الله يهبه الغفران والحِل من ربنا يسوع المسيح ، ورغم أن الناس يريدون أن يعترفوا لله ، إلا أنهم يحتاجون لأب اعتراف ليكون وكيلاً لله .

ووجود الأب الكاهن صاحب السلطان هو احتياج يضمن أن يؤتى الاعتراف بثمار طيبة ، وحاجة المعترف للكاهن تتضح بصورة رمزية فى واقعية اعتراف الشخص عن أعمق أسراره الباطنية ، ولذلك عن طريق رمزية الكاهن كوسيط ووكيل لسرائر الله ، تشبع حاجة التائب العميقة لأن يرتاح ويتحرر من الشعور بالذنب ، وتتضح بالأكثر حاجة التائب للجلوس مع أب الاعتراف ـ كرمز للمغفرة ـ فى طلبه الغفران والحِل والتحرر من خطاياه .

وتتباين الحاجة إلى الاعتراف وإلى التقدم للاسرار وإلى الكاهن كرمز لسلطان الكنيسة ، من شخص لأخر ، فالحاجة إلى السلطان يكون لها السيادة الكلية فى الحياة العاطفية لبعض الناس غير المتدينين وهم يخضعون

لها تماماً ، وهذه ظاهرة معروفة ومنتشرة جداً بين هؤلاء الذين يعجزون عن مواجهة مشاكل الحياة وحدهم *psychastheniques* ، وهذا الاحتياج للوقوع تحت قيادة وتدبير شخص أخر ـ والموجود فى الطفولة ـ كما يخبرنا علماء النفس ، يمثل جزءً من حياتنا الشعورية العادية ، وغريزة الخضوع *instinct of submission* هذه تعنى رغبة الإنسان وميله لأن يضع نفسه تحت سيادة سلطان ما .

ومن الواضح ـ وهى حقيقة ايضاً ـ ان المعترف يشعر برغبة عميقة وباحتياج لأن يتقابل مع هذا السلطان ويجده فى شخص أب الاعتراف ، ويتمثل سلطان أب الاعتراف فى قدرته على إراحة التائب من خطيته وتحريره منها بالغفران والحل ، كما أن له ايضاً القدرة على تقديم التعليم الكنسى المشجع الإيجابى للتائب ، ذاك هو التعليم بأن نعمة الله تسند وتقوم وتصلح وتقيم التائب من سقطته وخطيته ، بل إن السبب الأول وراء نوال أب الاعتراف ثقة المعترف هو انه يقدم له ضماناً وتأكيداً لقيامته وتحرره من خطيته .

وهكذا ، فى سر الاعتراف يؤدى أب الاعتراف دورين :

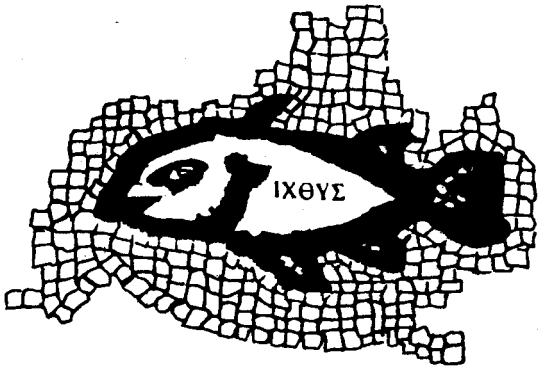
الأول : ينبع من سلطانه المُعطى له بنعمة الكهنوت .

والثانى: هو قدرته الشخصية على الإرشاد الروحى وتقديم المحبة والصداقة الأبوية للمعترف .

وبحسب علم النفس وتعليم الكنيسة المقدسة ، فإن لثقة التائب فى سر الاعتراف كتأسيس وترتيب إلهى أثراً علاجياً فعالاً ، ويلازم الحاجة إلى

أب الاعتراف دوماً رغبة فى الوثوق فى شخص أخر وجعله موضع ثقة المعترف .

إن المعترفين يحتاجون إلى فهم وتعاطف وتفاعل وإهتمام ورعاية وغفران ، فثقتهم الكاملة التى يضعونها فى الكاهن إنما هى تسليم صادق لشخص المسيح رئيس كهنة الخيرات العتيدة .



ΙΗΣΟΥΣ ΧΡΙΣΤΟΣ ΘΗΟΥ ΥΙΟΣ ΣΩΤΗΡ

الفصل الرابع

الاعتراف وسيلة للتغيير

Conversion Through Confession

إن الاعتراف يحدث تغييراً فى القلب (ميطانيا μετανια) فهو ميلاد جديد به يكف الإنسان عن كونه مجرد شئ سيكولوچى أو ذات منقسمة بل يصير كائن منجمع القوى وله توجهه المحدد تحت إرشاد مجموعة من الأهداف والوصايا المتوافقة والمتناسبة .

وتعتمد نتائج الاعتراف على إيمان المعترف ، وتكون ثماره خبرة روحية عميقة للغاية ، ويقول القديس ماراسحق السريانى: «ادخل إلى منزلك وخزانتك الباطنية وسوف تبصر كنوز السماء» .

وفى ممارسة سر الاعتراف ، يضع المعترف نفسه تحت عينى الله ورؤيته ويحدد القيم التى سيحيا بحسبها فى حياته المستقبلية ، وهنا نشير إلى أنه لابد أن ينظر إلى هذا التغيير كعمل شعورى واعى ، فيه تقدم الإرادة البشرية كل رغبتها واشتياقها للجهاد لأجل الكمال ، وأثناء هذا العمل الشعورى الواعى ، يشعر المعترف بتحرره من قيود خطاياه وأثامه ، لأن من يعرف خزيه يعرف كيف يطلب النعمة ، والذى يبصر نفسه جيداً أفضل من الذى يبصر الملائكة .

وهناك مثلان رائعان فى العهد الجديد يوضحان التغير والتحول عن

الخطية :

١) قصة المرأة الخاطئة فى بيت الفريسى (لو٧ :٣٧-٥٠) .

٢) مثل الابن الضال (لو١٥ :١١-٣٢) .

ففى قصة المرأة الخاطئة نجد أقصى حدود الغفران والتحول كما وهبه لنا السيد المسيح ، ويتضح لنا كيف أن الندم على الخطايا والجهاد ضد حياة الخطية هما صفتين أصيلتين لتكامل الشخصية وللغفران ، وتتم عملية التحول هذه فى الاعتراف الذى يتلامس فيه التائب الصادق مع الله ومحبته .

وقد أقر الكثير من علماء النفس حقيقة أن الاعتراف له نتائجه وثماره المفيدة جداً للإنسان ، فنعمة الاعتراف فى الكنيسة هى راحة وتعزية للمصابين بالقلق والاحباط .

وفى منهج چنج فى العلاج النفسى ، يلعب المعالج دور الوسيط بين شعور المريض ولاشعوره ، إذ أكد كل من فرويد وچنج على أن ذلك هو العلاج الأساسى الفعال ، والذى يقدمه المعالج للمريض بهدف تعليمى علاجى .

وفى قول سقراط الفيلسوف اليونانى نجد نظرة هامة إلى الطرق التى بها نفهم أنفسنا وحرياتنا إذ قال «اعرف نفسك *know yourself* » فعلى الإنسان أن يدلف إلى أعماق النفس الداخلية ليجد ذاته ، وذلك الفهم والمعرفة للذات يأتى من خبرة الإنسان مع ذاته ، مع الأخرين ، ومع الله ، وهذا هو الهدف النهائى من الاعتراف ، والذى يتبعه تحرر داخلى ، وهكذا

يحدث التحول نحو المسيح ، ويعى المعترف أن توجيه القيم والفضائل أمر أساسى لنموه الشخصى وثباته فى المسيح .

وهناك العديد من الأسباب للحماس الهائل الذى يشعر به التائب بعد الاعتراف ، الذى يسمح بتحول وتغيير جديد ، وبعض علماء النفس يجلّون سر الاعتراف ويحترمونه للغاية لما له من تأثير علاجى هائل ، وهنا لابد أن نشير إلى أن قدرة الاعتراف على إحداث شعور بالتحول نحو المسيح والتغير إنما هى بسبب ما يحدثه من توحيد وتجميع لكل القوى المتصارعة والمتعارضة فى شخصية المعترف .

فالاعتراف يستطيع أن يغير قلب الإنسان ويسهم فى توحيد قوى الشخصية مسهلاً عملية الشفاء والتحول والتغيير ، وهذه الخبرة الدينية تثبت دوماً أنها فعل تكريس عميق يسهم فى التشكيل الكامل لشخصية المعترف ووحدتها .

الفصل الخامس

الاعتراف : اكتشاف اللاشعور

Confession: An Exploration of The Unconscious

لقد حاولنا فى الفصول السابقة أن ندرس الاعتراف ونفحص مفهوماته النفسية ، وسوف نحاول هنا أن نكتشف الطريق لكشف وإطلاق الخبرات والاعترافات المكبوتة فى اللاشعور ، فبجانب دراسة الاعتراف لابد ايضاً من اكتشاف ودراسة اللاشعور لأن ذلك سوف يحدد المناطق المختلفة فى الشخصية والتى تحتاج أن تدخل فى كل واحد منجمع فى اتفاق وتناسق.

وقد كان سيجموند فرويد *Sigmund Freud* وكارل چنج *Carl G.Jung* من أعظم علماء النفس الذين اكتشفوا اللاشعور وكتبوا عنه ، وقد وصف فرويد اللاشعور بانه ذلك الجزء من الإنسان حيث تختزن الخبرات المؤلمة أو السيئة ، وكبت مثل هذه المشاعر والأحاسيس فى اللاشعور تنعكس أثاره على الشعور بطرق عديدة ، وكان فرويد هو أول من نادى بأن العُصاب يمكن علاجه عن طريق تفريغ المشاعر المكبوتة .

أما كارل چنج فقد رأى أن اللاشعور هو أوسع وأكبر من أن يشمل فقط المشاعر المكبوتة ، وكانت هذه هى نقطة الخلاف بينه وبين فرويد .

وكانت نظرية چنج السيكولوچية تقول أن هناك محتويات كثيرة فى اللاشعور ولا يمكن أبداً تفريغها بعملية التحليل النفسى ، وبعض هذه

المحتويات النفسية الموجودة فى اللاشعور تتضمن: الشعور بالألم ، الخبرات السيئة ، الذكريات ، تغيرات الشخصية ، الأحلام ...ولهذه جميعها تأثيراتها المختلفة على النزعة الدينية عند الفرد .

وبعد سنوات طويلة من الدراسة والبحث أعلن چنج أن اللاشعور يتكون من جانبين: الأول يتضمن المشاعر الحقيقية ، والثانى يتضمن المشاعر الغير حقيقية .

ويتكون الجزء الشخصى من اللاشعور من الذكريات والخبرات والمشاعر المكبوتة ، ويفسح هذا الجزء الطريق لإحداث مشاعر الدونية عند الشخص ، وهذا يدلل على أن الجزء اللاشعورى من النفس يطفو إلى سطح الحالة الشعورية الواعية .

وبُعد أخر هام من أبعاد الشخصية الإنسانية هو التفرد *Individuation* ، وهو العملية التى بها نحاول ـ عن طريق اكتشاف محتويات ومضامين اللاشعور ـ أن نعرف كل أجزاء وأقسام أنفسنا وذواتنا وأن نوفق فيما بينها ، ويصف چنج عملية التفرد بأنها عملية إجتماعية ، فبالتفرد لا يعود الشخص بعد أنانى بل يصير عضواً فى جماعة وجموعية ، ولابد أن نذكر هنا أن التفرد عملية تلقائية وطبيعية داخل النفس .

وفى نمو الشخص فى سنى حياته الأولى ، يكون هناك وعى بالشعور ينشأ من خلال الاتصال مع البيئة ، فمنذ الطفولة نتعلم ما هو صالح وما هو ردئ ، ما هو مسموح لنا أن نفعله وما هو ممنوع ، وجميعنا نتذكر أوقات فى طفولتنا فعلنا فيها أشياء كان يجب ألا نفعلها ، وعندما

كنا ـ كأطفال ـ نفعل شيئاً ما خطأ ، كنا نعرف أننا سنُعاقب إذا ضُبطنا ، ولو كنا ضُبطنا ، يمكننا أن نتذكر كيف كنا نحاول أن نخفى ما فعلناه بنوع من البراءة ، وهذا الإخفاء أو القناع هو ما يسميه چنج باسم «البرسونا *the persona*» وهذه عملية نحاول بها أن نخفى لاشعورنا ونكبت شخصياتنا ، وهى تتم بجملتها لاشعورياً .

وقد حددت مدرسة چنج السيكولوچية أقسام تطور ونمو النفس كالأتى :

١) الأنا أو الذات (الإيجو) *Ego - I - Self*.

٢) البرسونا *Persona* وهو القناع المستخدم لإخفاء الأمور المكبوتة أو المقموعة .

٣) الظل *Shadow* وهو جزء منا مخفى ومخزون عميقاً فى لاشعورنا لأننا نشعر أنه من المستحيل أن نكشفه ، ويمكن أن ينسى الشخص الظل ، ومع ذلك يكون ملحوظاً من الأخرين .

ففى اللاشعور تتم عملية فصل تُعرف باسم «الظل *Shadow*» وتقوم بتخزين جميع الصفات التى نصنفها نحن لاشعورياً بأنها غير مقبولة فى اللاشعور .

ويُعطى الشعور للشخص القدرة على التمييز بين الجوانب المختلفة للشخصية وللمشاعر ، وعلى أية حال هناك أمثلة يحدث فيها أنه عندما يكون هناك شئ مؤلم للغاية لدرجة يصعب معها احتماله ، تُرفض هذه المشاعر وتُدفن فى اللاشعور .

وكشف خطايا وآلام الشخص المخفية والمظلمة فى سر الاعتراف هو ايضاً تصدى ومواجهة بين الشخص وظله ، لأن ذلك الظل القاتم داخل اللاشعور هو الذى يختزن كل أحزاننا ومخاوفنا ، وقد لاحظ چاكوبى *Jacobi* انه حتى الصفات الشخصية الحلوة والإيجابية تُكبت ، وهو يشير إلى ذلك باسم «الظل الفاتح *Light Shadow*»... وبصفة عامة ، الظل هو ذاك الجزء من ذواتنا الذى لا يُعبر عنه ، ولا يُنفّس عنه بسبب الإنكار والرفض اللاشعورى له ، وعندما يدرك المرء ويقبل أنه خاطئ ، عندئذ يبدأ بذلك الإدراك فى التصدى ومواجهته .

ولن يمكننا أن نرى ظلنا إلا إذا فحصنا شخصياتنا بأمانة كاملة ، ودون إنكار أو رفض للظل ، إذ برفضه نكبت شخصياتنا الحقيقية لا شعورياً ونقيدها .

والظل ليس فقط قاتماً أو فاتحاً أو سلبياً ، ففى العديد من الأمثلة يمكن أن يكون الظل هو ذلك الجزء غير المكتشف من شخصية المرء ، ويمكن أن يتضمن صفات الحب والعطف التام .

وينبغى الإنتباه إلى أن قوة تصورات وتهيئات الظل يمكن أن تكون محبطة وخطرة ، فالكتاب المقدس يخبرنا أنه عندما كان رب المجد يصنع معجزاته ، كان هناك بعض من الحاضرين قليلى الإيمان ، فكانوا يسألونه وادانوه وارادوا قتله !!

وبحسب هاردينج *Harding* ، إذا لم يتم التعرف على الظل ، ولم يراع ولم يجد اهتماماً به ، فإن الشر يمكن أن يتدخل ويتغلغل داخل

اللاشعور الشخصى ويفسد الظل ، ومن هنا كان لجلسة الاعتراف بين الكاهن والمعترف اهميتها فى اكتشاف الظل وتصوراته .

وهكذا هناك ضرورة واضحة موضوعة علينا أن نتعرف على ظلنا ، وهذه الضرورة إنما هى نتيجة طبيعية لوجود الظل فعلاً ، ولا يمكننا أن نتخلص من ذلك الجزء من النفس بأن نقمعه أو نكبته ، تماماً كما أنه لا يمكننا أن نتخلص من الجسد بأن نتجاهله ، وهذا التعرف على الظل يتم فى سر الاعتراف .

إن الإنسان يحتاج إلى شجاعة هائلة ليمارس سر الاعتراف ، ولابد أن يعلن أفكاره ويقر بها ، ولكن النتائج واضحة ، فما إن يبدأ الشخص يعرف ظله وينظر إلى خطاياه ويندم عليها متألماً منها ، حتى يتصالح مع الله ثانية ، وكلما كان الإنسان مدركاً لحاجته لأن يعترف ، كلما جاءت النتائج بشخصية أكثر صحة وسائرة نحو الكمال المسيحى متطلعة إلى ما هو أفضل فى عشرتها مع الله .

وتعلمنا الكنيسة الأرثوذكسية أن أحداً لا يستطيع أن يفعل ذلك وحده بل بمعونة ونعمة ربنا التى تأتى لنا من خلال الكنيسة ، فالكاهن فى سر الاعتراف ـ كما أسلفنا ـ يخدم كوكيل لله .

الفصل السادس

دور الكاهن كخديم لسر الاعتراف وكمعالج للمعترف

إن دور الكاهن فى الاعتراف وغفران الخطايا يتضح تماماً فى الخدمة بمثل الخروف الضال كما نقرأه فى إنجيل معلمنا لوقا البشير:

«فكلمهم بهذا المثل قائلاً: أى إنسان منكم له مئة خروف وأضاع واحداً منها ألا يترك التسعة والتسعين فى البرية ويذهب لأجل الضال حتى يجده ، وإذا وجده يضعه على منكبيه فرحاً ويأتى إلى بيته ويدعو الأصدقاء والجيران قائلاً لهم افرحوا معى لأنى وجدت خروفى الضال ، أقول لكم أنه هكذا يكون فرح فى السماء بخاطئ واحد يتوب أكثر من تسعة وتسعين باراً لا يحتاجون إلى التوبة» (لو١٥ :٣-٧) .

لقد أعطى السيد المسيح لرسله وللأباء الكهنة مهمة استعادة التكامل فى الناس ، فلابد أن نواجه جميعنا الظل القاتم وأن نتوب ، وفى مثل الخروف الضال ، نجد أن الانتباه الفورى معطى للخروف الضال ، إذ أن كل شخص يمكنه أن يمر بعملية التفرد *individuation process* ، وهذا هو الطريق لنوال الغفران فى سر الاعتراف .

فى ذلك المثل ، الراعى هو «الأنا ـ الإيجو» والتسعة والتسعون خروفاً هى البرسونا ، والخروف الضال هو الظل .

والبرسونا المقدمة هنا فى صورة التسعة والتسعين خروفاً هى مثل القناع الذى يرتديه الإنسان ليعلن شعوره بأن كل الأمور على ما يرام .

والراعى أو الأنا يدرك أن هناك شيئاً ما مفقود ، والخروف الضال أو الظل يمثل ذلك الشعور بالدونية *inferiority* والكبت الناتج من الحالة الشعورية .

لذلك يخرج الراعى أو الأنا بحثاً عما هو مفقود ، وبعودة الخروف الضال إلى التسعة والتسعين يتحقق التكامل والإكتمال .

وفى جهادنا لأجل الحياة الحقيقية فى المسيح ، يجب أن يتعرف الشخص ـ بإرادته الحرة ـ على الخروف الضال أى ظله ، كى يستطيع أن يحيا فى كل واحد منجمع متوافق *wholeness*.

والكاهن ، الوسيط الحقيقى لله ، لابد أن يكون ذلك النمط من الناس القادر على احتمال الألم البشرى كى يقدر أن يشفيه باسم الله وبقوة الروح القدس ، وهذه الخبرة الحقيقية تهب الأب الكاهن القدرة الأساسية على مساعدة أبناءه ورعيته على اجتيار متاعبهم وحيرتهم أثناء سعيهم وجهادهم الروحى .

فالكاهن فى الكنيسة الأرثوذكسية مدعو لأن يكون طبيباً للنفس ، وأن يلاحظ ويكتشف المواقف التى يغيب عنها الحب ، ولذلك يقول القديس يعقوب الرسول «أمريض أحداً بينكم فليدع قسوس الكنيسة فيصلوا عليه ويدهنوه بزيت باسم الرب وصلاة الإيمان تشفى المريض والرب يقيمه وإن كان قد فعل خطية تغفر له» (يع٥ :١٣-١٥) .

ولا يستطيع الكاهن حقاً أن يساعد الأخرين ويعينهم إلا إذا اشبع بعض احتياجاتهم السيكولوچية ، وأهم ما يحتاجه الإنسان المحتار والمضطرب لأجل الوصول إلى التكامل فى شخصيته وحياته هو هارمونية الإيمان والرجاء والمحبة ، لذلك يقول القديس أغسطينوس «لايخلص عن طريقك إلا الذى يحبك» .

إن أباء الكنيسة القديسين يدعون الجميع للحياة بحسب المسيح يسوع كى يختبر الإنسان اتحاده مع نفسه ومع الله ايضاً ، ونجد كتب طقس المعمودية تحدثنا عن هذه الحياة الجديدة فى المسيح ، وهذه مؤسسة على تعليم الكتاب المقدس «فدفنا معه بالمعمودية للموت حتى كما اقيم المسيح من الأموات بمجد الآب هكذا نسلك نحن ايضاً فى جدة الحياة» (رو٦ :٤) .

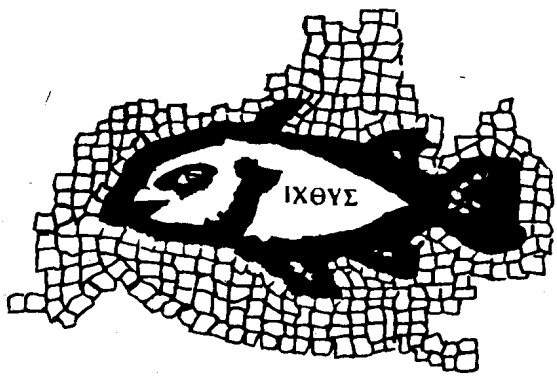
وكنيستنا الأرثوذكسية تمتلك كنزاً من الخدمة الرعوية لشعبها وهى تقدم لهم وصولاً وبلوغاً إلى المسيح فى المسيح ، ففى عملية الاعتراف نفحص ذواتنا ونمارس نوعاً من النقد الذاتى البناء *constructive self-criticism*، وهذا أمر هام وضرورى لفهم الإنسان لشخصيته حتى يستطيع أن يكتشف الدوافع الحقيقية لسلوك الظل .

ومن المتطلبات الأساسية التى ينبغى أن تتوافر فى المعترف حتى يستطيع الوصول إلى توحيد قوى شخصيته وعناصرها ، هى أن يقبل نفسه ولكنه لا يستطيع أن يفعل ذلك وحده ، بل بمعونة الله والكاهن كإناء للنعمة الإلهية ، وهنا يؤكد علماء النفس الأرثوذكس أنه لا تتاح لأى طبيب أو محلل أو معالج نفسى الفرصة الكافية لشفاء النفوس وإصلاح العقول

مثلما تتاح للكاهن خديم سر الاعتراف وفقاً لعمل النعمة والروح الفاعل فى السر .

إذ المسيحى الأرثـوذكسى يعى أن الكنيسة هى الحضـور المتجسد والنعموى للمسيح فى العالم ، وأن الليتورچيا والأسرار هى أيقونات لتجسد ربنا يسوع المسيح ، فالكنيسة على الأرض ـ بعمل الروح القدس ـ تكمل خدمة المسيح للغفران والشفاء .

وهكذا تقودنا الكنيسة للانفتاح ولفهم فرادة وضرورة الحياة السرائرية فى المسيح ، إذ بالاسرار نتلامس مع حضور الله... فسر الاعتراف يهب للإنسان نعمة حضور الله فى الموقف البشرى .



ΙΗΣΟΥΣ ΧΡΙΣΤΟΣ ΘΗΟΥ ΥΙΟΣ ΣΩΤΗΡ

الخلاصة

إن ضرورة وأهمية سر الاعتراف المقدس متأصلة فى النصوص الكتابية وفى تعليم أباء الكنيسة ، وبعد مرور العديد من القرون ، جاءت الدراسات السيكولوچية تكشف لنا التأثيرات العلاجية لعمليات التنفيس والنقل والتى تحدث فى سر الاعتراف .

ففى تقليد الكنيسة وفى الكتاب المقدس تتضح أهمية ومحورية موضوعات الخطية والتوبة والاعتراف والذنب ، وقد حفظت الكنيسة الأرثوذكسية سر الاعتراف فعالاً وحياً فيها حتى الآن .

وخبرة العبادة عند المسيحيين تقدم لهم ما يذكرهم بسلطان الكنيسة كنائبة ووكيلة عن الله على الأرض ، وذلك من خلال الليتورچيا ، الأيقونات ، الألحان ، والحركات الطقسية التى يقوم بها الأب الكاهن ، وهذه جميعها تساهم فى خلق جو من مخافة الله والاستعداد للتوبة عن الخطية والسعى لأجل الخلاص ، وهكذا ، أحد أهداف وأبعاد خبرة العبادة الليتورچية هى أن تأتى بالخاطئ إلى طلب المغفرة والتحرر من الخطية .

وفى مناقشتنا للمفاهيم السيكولوچية لسر الاعتراف ، لابد أن نعى وندرك أوجه التشابه بين الاعتراف وبين العلاج النفسى ، وفى نفس الوقت أوجه الاختلاف بينهما ، وفى كلتا الحالتين ، يكشف الفرد الذى يعترف لأب اعترافه أو يستشير طبيباً نفسياً عن شعور بالذنب بسبب أعماله السابقة .

وبالنسبة للمسيحيين ، ينتج هذا الشعور عن فعل الخطية ، أما بالنسبة للمرضى النفسيين ، فيرتبط الذنب بتقييم المرء لنفسه عما إذا كان يعيش حسب توقعات الأخرين أم لا ، أو أنه خدع نفسه أم لا ، وفى كلتا الحالتين ، أى فى الاعتراف والعلاج النفسى ، يكون المتوقع من الفرد أن يتحدث بحرية وصراحة عن الأعمال والذكريات التى يؤلمه تذكرها ، وذلك فى إطار الثقة المتبادلة التامة بينه وبين أب الاعتراف أو المعالج النفسى ، وهذان الأخيران يؤديان دور السلطان بالنسبة للمعترف أو المريض ، واخيراً ، النتيجة المرجوة هى التحرر من الشعور بالذنب والتوتر المصاحب له .

وكى نرى كيف يمكن للتفسيرات والمنظورات السيكولوچية أن تثرى فهمنا لسر الاعتراف ، وكيف يمكن أن تكون هذه المعرفة نافعة ومفيدة للأباء الكهنة والرعاة ، تم فحص الأبعاد المختلفة لسر الاعتراف ، والاشارة للتشابهات والاختلافات بين الاعتراف والعلاج النفسى .

ومن المفترض أن الشخص الذى يطلب أن يعترف يفعل ذلك بإرادته الحرة ، إذ أن الاعتراف هو احتياج للتطهير والتنقية من الخطية ورغبة من المرء فى كشف حالته الحقيقية ، وإذا لم يكنِ الاعتراف هكذا ، فلن يؤتى بثمر ، وحتى بالنسبة للعلاج النفسى ، يعد ذلك متطلباً وشرطاً أساسياً للعلاج الناجح ، وأب الاعتراف الحكيم هو الذى يساعد ويعين المعترف كى تنمو فيه الرغبة والإرادة أن يتكلم ويتحدث عن أفعاله الرديئة المؤلمة له ، تماماً كما أن الطبيب النفسى لابد أن يجعل المريض يتكلم .

وأحد الأبعاد الهامة للغاية فى العلاقة بين المعترف وأب الاعتراف هى

معرفة أب الاعتراف بمراحل التطور البشرى ، وقد حدد علماء النفس سلسلة من مراحل النمو الشخصى يمر بها معظم الناس فى حياتهم ، والكاهن الذى يتمتع بمعرفة ودراية بهذه المراحل يستطيع ـ غالباً ـ أن يتوقع مسبقاً أنواع القلق والمشاكل التى تصاحب كل مرحلة ، ويمكن أن يستخدم ذلك ليريح هؤلاء الذين يمكن أن يشعروا بالذنب الكاذب تجاه أنفسهم ، وايضاً معرفة الضغط والتوترات التى تصاحب التغيرات الكبرى فى حياة الإنسان مثل الزواج ، التقدم فى الحياة العملية ، النجاح المفاجئ... الخ ، يمكن أن تساعد أب الاعتراف أن يتوقع بصورة أفضل تلك الأمور التى ستعرض عليه ويقدم لها العلاج المناسب .

ودور الكاهن فى سر الاعتراف يحدد بدرجة كبيرة مدى حدوث وتقدم التأثيرات العلاجية لعمليات التنفيس والنقل كما أسلفنا ، ولن تتم المفاعيل التطهيرية والتفريغية لمعرفة الفرد لحالته الساقطة فى الخطية ولاعترافه بالرغبات والشهوات والأفعال الخاطئة ، إلا إذا كان هناك وقت كاف للنمو فى علاقة شخصية مع أب الاعتراف ، وقد اثبتت البحوث والدراسات السيكولوجية بوضوح أهمية التخلص من التوترات الناتجة عن الذكريات المكبوتة أو الاحباطات المقموعة داخل الظل .

وتختلف ظاهرة النقل فى الاعتراف عنها فى العلاج النفسى ، ومنذ أيام فرويد ، ادرك المعالجون النفسيون أن المريض ربما يرتبط ارتباطاً اصيلاً بالمعالج ، وهذا الارتباط يتضمن :

١) أن يقوم المريض بنقل مواقف العداء والغضب تجاه الأخرين إلى المعالج النفسى .

٢) أن يعتمد اعتماداً تاماً على المعالج فى الإرشاد والنصح .

ولا يحدث النقل فى سر الاعتراف بهذه الدرجة ، وذلك لسببين:

١) أباء الاعتراف لا يصرفون نفس القدر من الوقت مع المعترفين ، ولا تنمو بينهم وبين المعترف نفس نوع العلاقة الحميمة الشخصية التى تنمو بين الطبيب والمريض.

٢) أساس ومنطلقات سلطان أب الاعتراف تختلف عن تلك التى لسلطان الطبيب ، فأب الاعتراف هو وكيل وممثل الله ، ويخدم كمرشد وأب من خلاله يجد الإنسان المسيحى الإرشاد الذى يقوده إلى الله وينال الحل والمغفرة من الله بواسطته .

ومع ذلك ، لابد أن نعى أن عملية النقل تحدث فى سر الاعتراف ، ويمكن أن يصل المعترفون إلى درجة من الاعتماد على أباء اعترافهم ، ويعطونهم سلطاناً كبيراً للغاية على حياتهم وإرشادهم ، وبينما يجب أن يقبل المعترف سلطان الأب الكاهن وبالتالى سلطان الكنيسة ، إلا أنه مع ذلك يظل هو المسئول أمام الله عن خطاياه وعن معرفته لها ، ويحاول بعض المعترفين أن ينال من الكاهن كلمة يبرر فيها أفعاله أو أن يهرب من المسئولية الشخصية عنها ، وهنا لابد أن يكون الكاهن قادراً على إعادة توجيه انتباه الشخص إلى تحمل المسئولية الشخصية عن أعماله وخطاياه .

وبسبب عملية النقل التى تتم فى الاعتراف ، يكون مطلوباً من أب الاعتراف أن يؤدى دورين معاً فى وقت واحد:

١) أن يكون موضع ثقة حنون على المعترف يقدم له طاقة حب من أجل شفائه .

٢) أن يكون وكيل الله .

ومن الأهمية بمكان أن يكون الكاهن واعياً ومدركاً لهذين الدورين ، إذ لهما اهميتهما فى جعل الاعتراف خبرة عميقة ونافعة ، خلال حساسية النفس للمحبة الإلهية الصادقة عند الأب ، فمحبة الأب إن كانت من الله ، تكون طاقة جاذبة تجذب النفس المتعبة والساقطة .

وربما تكون أكبر إسهامة تقدمها المفاهيم السيكولوچية الخاصة بالخطية والذنب ، هى أنها تساعد على التمييز بين الأنماط المختلفة للذنب وعلى إيجاد السبل لمساعدة الناس على أن يكتشفوا كيف يتعاملوا مع مشاعر الذنب المختلفة .

وسواء كان الذنب نتيجة للخطية ، كما نؤمن نحن ، أو بسبب كبت وقمع اشباع الغرائز الأساسية ، كما يرى السيكولوچيون ، فإن الشعور بالذنب يحدث توترات من شأنها أن تعوق وتوقف النمو الشخصى ، ويسعى المعالجون النفسيون لإحضار هذه المشاعر المكبوتة والمثقلة بالذنب إلى مستوى الشعور عند المرضى حتى يمكنهم أن يجمعوا كل خبراتهم فى شخصية كلية متكاملة ، ويمكن أن يكون للاعتراف ـ احياناً ـ تأثير مثيل حتى بالرغم من أن أباء الاعتراف يقضون وقت أقل فى إحضار هذه المشاعر إلى سطح الشعور الواعى .

إن نوال المغفرة والحل هما بعدين لسر الاعتراف ليس لهما ما يقابلهما فى العلاج النفسى ، والإنسان المسيحى الذى يشعر حقاً أنه نال الغفران وتطهر أمام الله هو ايضاً متحرر من الشعور بالذنب الناتج عن تقصيراته

وأخطائه ، فترضى النفس عن ذاتها وتقبلها فى ضوء رضى المسيح وحبه العجيب وغفرانه وتستعيد حماسها الروحى ، وبينما يسعى المعالج النفسى ليصل بالمريض إلى نقطة إدراكه لمسئوليته الشخصية عن أعماله وأفعاله – وهو متطلب أساسى ايضاً لأجل نوال المغفرة فى الاعتراف – إلا أن العلاج النفسى لا يقدم غفران الله للمعترف .

لقد صار الكثير من المصطلحات السيكولوچية جزءً من الأحاديث اليومية العادية ، ووسائل الإعلام والإتصال مليئة اليوم بالمناقشات حول برامج الترقية والتأهيل والتعليم الذاتى ، ولذلك لابد أن يضع الأباء الكهنة اهتمامات الشعب هذه فى اعتبارهم واهتمامهم .

وباختصار ، وعى الشعب المتزايد اليوم بالمصطلحات والمعرفة السيكولوچية ، يحتم أن يكون قادة الكنيسة ايضاً واعين بذلك المجال بطريقة وأسلوب جديد ، ويجب أن يعتبر هذا أمراً نافعاً لأن المفاهيم السيكولوچية يمكن أن تستخدم للوصول لفهم أفضل لعملية الاعتراف وتأثيراته على الأفراد ، وهذا لا يعنى أن تتغير طريقة الاعتراف ، بل يعنى أن المسيحيين الذين يطلبون الاعتراف والغفران يمكن أن يتوقعوا تفاعلاً شخصياً مع الأباء الكهنة أعمق مما ذى قبل ، وليكن معلوماً أن أخذ الاعترافات أو إعطاء المشورات هو من صميم البناء الذاتى للإنسان ، وأب الاعتراف مهما علت قامته لا يقوى أن يبنى نفساً ولكن «بانى الكل هو الله» (عب٣:٤) .

وهكذا ليس هناك شك فى الفائدة المرجوة من المفاهيم السيكولوچية فى تعميق فهمنا لسر الاعتراف وتحقيق الشفاء الروحى ، فاستخدام

الكنيسة لهذه المفاهيم يمكن أن يساعدها على تقديم قيادة فعالة لأعضائها للوصول إلى المرشد الأوحد والطبيب الحقيقى ربنا يسوع المسيح و«يكون الجميع متعلمين من الله» (يو٦ :٤٥) .

المصادر والمراجع

1) Argyle, Michael. *The Psychology of Interpersonal Behavior*. Maryland: Penguin Books. 1967.
2) Augustine. Augustine: *Confession and Enchiridion*. Translated and edited by Albert C. Dutler. Library of Christian Classics. Vol. VII. Philadelphia: Westminster Press. 1955.
3) Belgum, David. Guilt: Where Religion and Psychology Meet. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. Inc. 1963.
4) Berggren, Erik. *The Psychology of Confession*. Leiden, Netherlands: E.J.Brill. 1975.
5) Bergsten, Gote. *Pastoral Psychology*. London: George Allen & Unwin Ltd. 1962.
6) Bourke, Vernone J. Trans. *The Fathers of the Church*. Vol. 21: *Saint Augustine Confessions*. New York: Fathers of the Church. Inc. 1953.
7) Brister, C.W. *Pastoral Care in The Church*. New York: Harper & Row. 1964.
8) Brown, J.A.C. *Freud and the Post-Freudians*. Victoria, Australia: Penguin Books. 1964.
9) Campbell, Joseph. *The Portable Jung*. Translated by R.F.C. Hull. New York: The Viking Press. 1975.
10) Coleman. James C. *Personality Dynamics and Effective*

Behavior. Chicago: Scott, Foresman and Co. 1960.
11) Cox. D. *Jung and St. Paul*. London: Longmans, Green & Co. 1959.
12) Drever, James. *A Dictionary of Psychology*. Maryland: Penguin Books. 1962.
13) Farnsworth, Dana L. and Francis J. Braceland. *Psychiatry, The Clergy and Pastoral Counseling*. Minnesota: St. John's University Press. 1969.
14) Fromm, Erich. *Psychoanalysis and Religion*. New Haven: Yale University Press. 1950.
15) Fuglesang-Damgaard, Hans. *Private Confessions*. Berlin: Kirke. 1933.
16) Freud, Sigmund. *Two Short Accounts of Psycho-Analysis*. Translated and edited by James Stachey. Victoria, Australia: Pelican Books. 1962.
17) Hall, Calvin S. and Lindzey. Gardner. *Theories of Personality*. New York: John Wiley & Sons, Inc. 1962.
18) Hiltner, Seward. *Preface to Pastoral Theology*. New York: Abingdon Press. 1958.
19) Hughes, T.H. *Psychology and Religious Truth*. New York: Mac-Millan Co. 1942.
20) Hulme, W.E. *Counseling and Theology*. Philadelphia: Muhlenberg Press. 1956.
21) Jacobi, Jolande. *The Psychology of C.G. Jung*. New Haven & London: Yale University Press. 1973.
22) Johnson, Paul E. *Psychology of Pastoral Care*. New

York: Abingdon Press. 1953.
23) Jung, C.G. *Psychology and Religion.* New Haven: Yale University Press. 1938.
24) ---------- . *Integration of Personality.* New York: Farrar & Rinehart, Inc. 1939.
25) ---------- . *Psychotherapists or the Clergy.* Collected Works. Vol. 11. New York: Bollingen Foundation. 1958.
26) Mackintoch, H.R. *The Christian Experience of Forgiveness.* London: Nisbet. 1927.
27) Welbie, W.B. *The Psychology of Religion.* Oxford. England: Oxford Press. 1924.
28) Tillich, Paul. "The Spiritual and Theological Foundations of Pastoral Care", *Clinical Education for the Pastoral Ministry.* Fifth National Conference on Clinical Pastoral Education: Proceeding 1956; n.p.: The Advisory Committee on Pastoral Education, 1958, 1-6.
29) Tournier, Paul. *A Doctor's Casebook in he Light of the Bible.* London: SCM Press. LTD. 1958.

الفهرس

توطئة ٥

تقديم ٧

مدخل ١٤

الفصل الأول

مفاهيم سيكولوچية عن الخطية والذنب ٢٨

الفصل الثانى

فعل الاعتراف ٣٤

الفصل الثالث

الأبعاد السيكولوچية للحلِ والمغفرة ٤٢

الفصل الرابع

الاعتراف وسيلة للتغيير ٤٩

الفصل الخامس

الاعتراف : إكتشاف اللاشعور ٥٢

الفصل السادس

دور الكاهن كخديم لسر الاعتراف وكمعالج للمعترف ٥٧

الخلاصة ٦١

المصادر والمراجع ٦٨

السمكة فى التقليد المسيحى المبكر جداً هى الشعار الذى كان المسيحيون يتعارفون به على بعضهم ، برسمها أو بكتابة اسمها «اخثوس» IXΘYΣ وهذه الحروف الخمسة هى اختزال اسم المسيح وصفته ، وتعنى :

"يسوع المسيح ابن الله مخلص"

I	=	IHΣOYΣ	=	إيســـوس	=	يســوع
X	=	XPIΣTOΣ	=	خريستوس	=	المسيح
Θ	=	ΘHOY	=	ثيـــــؤ	=	اللـــه
Y	=	YIOΣ	=	يـــــوس	=	ابـــن
Σ	=	ΣΩTHP	=	ســـوتـير	=	مخلص