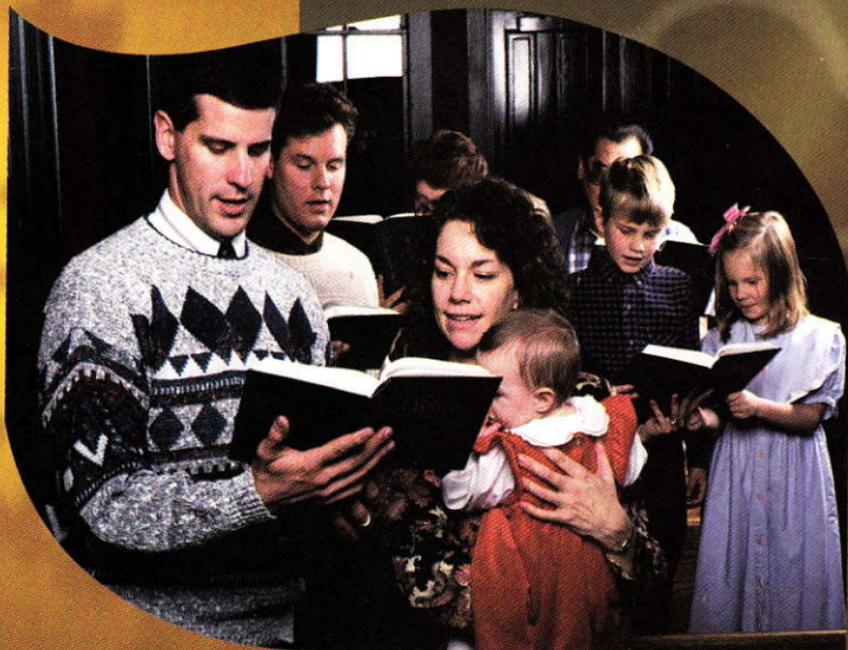


نبذات روحية هادفة
(٩٦)

مطرائفة بنف مزار
والبهنسا



كيف تستعد للعبادة

الأب أنتوني م. كونيارس
المعرب : ي - م

مراجعة وتقديم
نفاة الأنا أثناسفوس
أسقف بنف مزار والبهنسا



قداسة البابا شنودة الثالث

بابا الإسكندرية وبطريك الكرازة المرقسية (١١٧)



اسم الكتاب: نبذات روحية هادفة (٩٦)

كيف تستعد للعبادة؟

اسم المؤلف: الأب أنتوني م. كونيارس

اسم المعرب: ي. م. بتصرف

الطبعة: الأولى نوفمبر ٢٠١٠ م

اسم المطبعة: مدارس الأحد

٧٠ شارع روض الفرج

ت: ٢٢٠٢٩٧٤٤

الغلاف والصورة: الفنان كمال غطاس

الإستعداد للعبادة

إنَّ الأصل اليوناني لليوم الذي يسبق يوم السبت كلمة يُطلقُ عليها "باراسكيفي Paraskevi"، وهي تعني "الإستعداد والتهيئة". لقد كان يوم الجمعة هو اليوم الذي يهيئ فيه العبرانيون أنفسهم ليوم السبت. وهذا يوضح لنا أنَّه إذا أردنا أن تكون عبادتنا ذات مغزى، فيتعيَّن علينا أن نهيئ أنفسنا لذلك.

أحد المعرَّقات الكبرى للعبادة العامة في صباح يوم الأحد (أو اليوم الذي سنحضر فيه القدَّاس الإلهي) ينشأ من الطرق التي نقضي بها أمسيات يوم السبت. إنَّ الله لا يمكن أن يهب غناه لأذهان مزدحمة غير مستعدَّة، بل يهبه فقط للأذهان والقلوب التي يحكمها صلاة بلا عجلة وتأمل هادئ. ففي التقليد الكنسي يبدأ يوم الأحد بطقس صلاة عشية مساء السبت، ثم صلاة وتسبحة نصف الليل. فنحن نبدأ في مساء يوم السبت بالاستعداد لقداس يوم الأحد. ومن الطرق الإضافية التي يمكننا من خلالها أن نهيئ أنفسنا لعبادة يوم الأحد نجدها فيما يلي:



نيافة الحبر الجليل الأنبا أثناسيوس

أسقف بني مزار والبهنسا

كيف نستعد للعبادة في يوم الأحد؟

أولاً، لا يمكننا أن نعيش حياة غير روحية من صباح يوم الاثنين حتى بعد منتصف ليل يوم السبت ونتوقع أن يكون القداس ذا مغزى لنا. العبادة في صباح الأحد تدعونا إلى تكريس شخصي وعائلي، لهذا تدعونا إلى الصلاة طيلة أيام الأسبوع، والأمر البالغ في الأهمية هو الاستعداد الروحي في مساء السبت (صلاة عشية)، وكذلك أن يُفسر الوالدان قراءات يوم الأحد مسبقاً في المنزل للأولاد.

ثانياً، من المهم أن نأتي إلى العبادة في يوم الأحد باتجاه صحيح، فبعد أن نكون قضينا أمسية هادئة بالأمس، لذا نحضر مستريحين ومستعدّين بالجسد والذهن، مع محاسبة النفس.

ثالثاً، من المهم أيضاً أن نذهب للعبادة وفكرنا هادئ ومستقر، فقد صار المعتاد هو: "اندفاع العائلات إلى الكنيسة في الوقت الأخير"، فهذا لن يوصلنا إلى عبادة فعّالة. إننا نحتاج أن نستيقظ مبكراً على نحو يُحبّبنا التهور والتسرّع، فالتحرر من التوتر أمر مهم للعبادة الصحية. الوقت الذي تصرفه في القيادة بالسيارة لحضور الليتورجيا (القداس) يمكن أن تقضيه

في الترنيم، بينما الوقت الذي تصرفه لدي عودتك إلى البيت بعد الليتورجيا يمكن أن تقضيه في مناقشة العظة والأمور التي تعلّمها الأولاد في مدرسة الأحد.

رابعاً، ينبغي علينا أن نذهب إلى الكنيسة بروح الفرح، مثلما ينشد كاتب المزامير: «فرحتُ بالقائلين لي: 'إلى بيت الرب نذهب!'» (مز ١٢٢: ١). لذلك يجب أن نحضر إلى الكنيسة كل أحد بقلب فرح. كذلك يجب علينا أن نأتي بتسايبح وشكر لأجل صلاح الله.

خامساً، ينبغي علينا أن نأتي لنعبد بذهن خال تماماً من القلق، فلا ينبغي أن ندع مشكلاتنا تملّكننا. لنحرص أن نكون منفتحين على كلمة الله وتوجيهه وغفرانه وقوّته.

سادساً، ينبغي علينا أن نأتي إلى الكنيسة مبكراً بكفاية حتى ما نتمتع على الأقل بوضع لحظات نقضها في التأمل الهادئ قبل أن تبدأ الليتورجيا. ولنفكر في الله وعظائم نعمته، ولنتلو ما يلزم من صلوات قبل المائدة المقدّسة. لتستغل تلك اللحظات القليلة للاستعداد للتناول.

أخيراً، لا تحضر للكنيسة بمشاعر عدائية، فالحقد يعيق تدفق القوّة الروحية.

لنترك الأحقاد والمرارة خلفك:

يَحكي شخص كان قد سافر إلى فرنسا قائلاً إنَّه في حين أن كثيراً من الكاتدرائيات العتيقة في هذا البلد جميلة من الداخل، لكنَّها غالباً ما يبعث شكلها الخارجي على الاشمزاز بسبب النقوش الفنيَّة التي تصوِّر حيوانات ذات ملامح مشوَّهة بصورة بشعة. ولما سأل عن هذه السمَّة الغريبة قيل له إنَّ البُناء في العصور الوسطى أراد أن تعكس أشكال هذه المنحوتات شهوات ورغبات الإنسان الجسدانيَّة! ولقد وُضعت هناك لتُذكِّر كلَّ الآتين للعبادة أنَّه يتوجَّب عليهم أن يتركوا المرارة والسخط خارج المكان المُقدَّس، هذا إذا تمَّنوا أن ينالوا بركة الله. وعليه، فإنَّ تقرب إلى الرب بأي أسلوب مغاير لذلك فلن يكون مقبولاً وقد يجرم من السلام الداخلي.

كيف نحفظ يوم الأحد؟

ثُرى كيف نحفظ يوم الأحد؟ هل لابد أن يكون هو يوماً للراحة والعبادة وحسب؟ هل هناك أنشطة أخرى من خلالها نستطيع أن نكرم الله في هذا اليوم؟ في الحقيقة هناك الكثير... إليك بعضها:

(١) نظراً لأنَّ يوم الأحد هو يومٌ نختبر فيه قيامة الرب وقيامتنا معه، فهو يوم يدعونا إلى أن نموت بصورة شخصيَّة أكبر عن

طبيعتنا الخاطئة، وعلى القيامة الشخصيَّة في المسيح حياة جديدة دعانا إليها. وهذا يستلزم التوبة والتغذية بانتظام في المسيح الذي هو كلمة الله وخبز الحياة.

(٢) كما أن هذا يعني على وجه التَّحديد أنَّ الأعمال التي قام بها الرب يسوع في يوم السبت، مثل فتح عيني الأعمى وإشباع الجوع وشفاء المرضى، ينبغي أن تكون جزءاً من حفظنا يوم الأحد. فعلى سبيل المثال تُكرِّس إحدى السيدات بضع ساعات من وقت فراغها في يوم الأحد لإسعاد ذوي الإعاقات وإعداد طعام منزلي شهي لهم. شخص آخر هوايته العمل في المشغولات الخشبية، يقضي أمسيات في صناعة ألعاب عيد الميلاد للأطفال الفقراء... مثل هذه الأعمال الخيريَّة المُحبة هي بمثابة عبادة عمليَّة، ففي يوم السبت أجرى الرب يسوع بعضاً من أبرز أعمال الخير والرحمة التي تعرَّض بسببها إلى انتقاد لاذع من قِبل الفريسيين.

يوم أغابي:

(٣) ونظراً لكون يوم الأحد يوم خدمة الآخرين، فقد أصبح يوم الأحد يوم أغابي، يوم محبة... يوماً حينما نكسر فيه الخبز مع غريب على المائدة، فنحن نتقابل مع المسيح المُقام الذي لا يزال يأتي

يوم إرساليّة:

(٥) يوم الأحد هو يوم إرساليّة؛ فهو اليوم الذي فيه يأمّتنا الله على رسالة الإنجيل، ويُمكننا بسر الإفخارستيا، ويُرسلنا إلى العالم لكي نحتفل بـ"الليتورجيا بعد الليتورجيا"، حتى نكرز للعالم فنتمّم الإرسالية العظمى (مت ٢٨: ١٩ - ٢٠). أليس هذا هو سر إقامة الخدمات ومدارس الأحد في هذا اليوم؟

يوم الروح القدس:

(٦) يوم الأحد هو اليوم الذي انسكب فيه الروح القدس على التلاميذ فيما كانوا مجتمعين معاً يُصلُّون في العلية، وهو أيضاً بالنسبة لنا اليوم الذي فيه انسكب الروح القدس علينا فيما نسجد أثناء القداس ونصلي صلاة استدعاء الروح القدس علينا فيما للانسكاب علينا وعلى القرايين. إنّه اليوم الذي ننال فيه قوّة من الأعالى لمزاولة أعمال الحياة.

يوم عبادة:

(٧) يوم الأحد هو يوم عبادة، فهو اليوم الذي بعدما نكون قد استنفدت طاقتنا من هموم وجهد الأسبوع، نغمر أرواحنا في محضر الله فنعود ونحن منتعشون ومتجددون للقيام بمهامنا. نحن نذهب

إلينا متخفياً كبستاني، أو كشخص كفيف أو كرفيق في الطريق. إنّه يوم فيه ندعو الأرامل والفقراء إلى مائدة أغابي أو الذهاب بالطعام إليهم. إنّه يوم حينما ننطلق فيه لكي ما نداوي جروح المتألمين، نكتشف جروح الرب يسوع في الآخرين ونختبر حقيقة واقعيّة قيامته. إنّه يوم فيه نأخذ سر التناول بعرباتنا للمرضى والمسجونين، كما أنه يوم نجمع فيه المال للفقراء. فيوم الأحد يُحفظ على أفضل وجه كيوم خدمة ومحبة للآخرين، فهو يوم أغابي.

يوم مصالحة وسلام:

(٤) إن يوم الأحد هو اليوم الذي أعطى فيه المسيح ثمرة السلام عندما ظهر لتلاميذه وقال لهم: «سلاّم لكم!» نفس السلام الذي يعطيه لنا الرب يسوع في الليتورجية، حيث نأخذه إلى بيوتنا. يقول الرب يسوع: «فإن قدّمت قُربانك إلى المذبح، وهناك تذكّرت أن لأخيك شيئاً عليك فاترك هناك قُربانك قدّام المذبح، واذهب أولاً اصطلح مع أخيك وحينئذ تعال وقدّم قُربانك» (مت ٥: ٢٣ - ٢٤).

فيوم الأحد يُحفظ على أفضل وجه كيوم للمصالحة وصنع السلام مع إخوتنا وأخواتنا البعيدين.

يوم للعائلة:

(٩) أخيراً، إنَّ يوم الأحد هو يوم للشركة العائليَّة، وهو اليوم الوحيد الذي فيه تتاح فرصة للعائلة أن تتجمَّع سوياً حيث يستطيع الآباء والأمهات أن يقضوا وقتاً مع بعضهم البعض ومع أبنائهم. قال أحد الآباء مرة: "زوجتي وأنا حاولنا دائماً أن نوَكِّد لأبنائنا أن يوم الأحد ينبغي أن يكون يوم فرح. فبجانب حضور الكنيسة كعائلة، فإننا نسعى لعمل أشياء في ذلك اليوم لا نعملها في بقية أيام الأسبوع مثل عمل مسابقات كتابيَّة ومناقشة المشكلات والخطط، وزيارة الأقارب وقضاء فترة وجيزة في دراسة الكتاب المقدَّس والصلاة والترتيل وحفظ الألحان بحيويَّة ونشاط؟ كذلك لم يكن هناك حظر على الترفيه الصحي، فكنا نستمتع بلعب الكرة أو الذهاب لحمام السباحة. ولقد شعرتُ أننا، وإلى حدِّ ما، نجحنا في جعل يوم الأحد يوماً عائلياً دافئاً عندما قالت لي مؤخراً إحدى بناتنا: "أبي، إنَّ الشيء الذي أفتقده أكثر من غيره هو أيام الآحاد التي نقضيها سوياً".

والديداخي (الذي هو كتاب تعليم الرب للأمم بواسطة الاثني عشر رسولاً، ٨٠ ميلادية) يُلخِّص الطريقة التي يجب علينا مراعاتها لحفظ يوم الأحد:

للكنيسة للتقابل مع الله... نذهب للكنيسة لنهب حياتنا له... نذهب للكنيسة لنأخذ الله داخلنا، لذلك لا عجب عندما يترنم كاتب سفر المزامير قائلاً: «فرحتُ بالقائلين لي: 'إلى بيت الرب نذهب'» (مز ١٢٢: ١).

يوم راحة:

(٨) يوم الأحد هو يوم راحة. ذات مرة ألغى قادة الثورة الفرنسيَّة العبادة في أيام الآحاد، لكنهم اكتشفوا أنهم مضطرون أن يرجعوا مرَّة أخرى؛ ببساطة، لأنَّ ذلك في صالح ازدهار الأمة. وبينما يسير العالم بإيقاع متزايد على نحو مطرد، تكثر متاعب الناس كثيراً، حتى أن أحدهم قال: إنَّ أكثر سمة ممبزة للإنسان المعاصر هي عيناه المتعبتان. وعندما لا نخصِّص وقتاً لاستريح فيه يتوقَّف الجسد عن العمل بشكل طبيعي ويجبرنا على أن نأخذ قسطاً أطول من الراحة نعوض فيه أوقات الراحة التي تجاهلناها.

قال طبيب إنجليزي مشهور ذات مرة:

"نحن الأطباء في علاج الأمراض العصبيَّة دائماً ما نضطر إلى وصف فترات من الراحة. وأعتقد أنَّه مؤخراً لا تتاح بعض هذه الفترات إلاَّ في أيام الآحاد".

”عند اجتماعكم يوم الأحد، يوم الرب، اكسروا الخبز (أي تناول) واشكروا بعد أن تكونوا قد اعترفتم بخطاياكم، لكي تكون ذبيحتكم طاهرة (١:١٤).

لا يجتمع معكم كل من له منازعة مع صاحبه حتى يتصالحا، لئلا تنتجس الذبيحة (٢:١٤).

وبخوا بعضكم بعضاً، لا بغضب بل بمودة، بحسب الإنجيل. وإذا أهان أحدٌ قريبه، فلا تكلموه أو تصغوا إليه حتى يتوب (٣:١٥).

اعملوا صلواتكم وصدقاتكم وجميع أعمالكم بحسب إنجيل ربنا (٤:١٥).

يوم راحة للجسد والروح:

بالإضافة إلى أن يوم الأحد يعمل كمذكر لنا وخط اتصال مع الله، فإن يوم الأحد أعطي لنا كيوم لنستريح فيه. ففي خلقه العالم عمل الله ستة أيام واستراح في اليوم السابع كمشال لنا، وكل شخص بحاجة إلى أن يعيد تجديد نشاطه. وكالبطارية التي تضعف وتكون بحاجة إلى إعادة شحنها هكذا الإنسان أيضاً. قال عالم نفس بارز ذات مرة:

”إن أكثر من نصف حالات الاضطرابات العقلية في الولايات المتحدة سببها المنبّهات ومذكرات المواعيد. الاستعجال باستمرار كثيراً ما يجعل من الناس من يصابون بأمراض عقلية أكثر من الخوف من قبلة ذرية أو الافتقار لنظام غذائي سليم. إن الإجهاد العصبي هو المسبب الرئيسي للمرض. لذا فالله الذي خلقنا — والذي يعرف أكثر منا — يقول لنا إننا بحاجة إلى يوم راحة واحد من سبعة أيام. لكن في حال إذا كنا نتجاهل هذه القاعدة، نتسبب في إلحاق الأذى بأنفسنا“.

غالبية الناس تستريح في يوم الأحد، فما إن يأتي صباح الأحد تجدهم يذهبون مبكراً إلى البحيرة أو ملعب الجولف أو الخروج للنزهة. علينا ألا ننتقدهم من جهة فعل هذا الأمر، فيوم الأحد هو يوم للراحة، لكنّه أكثر من مجرد يوم راحة للجسد، إذ إنّه يوم راحة للروح أيضاً. الإنسان يسمو عن الحيوان، كما أنّه يفوق أكثر الحيوانات رقياً من حيث مستوى الذكاء، فهو روح خالدة، ولقد جعل يوم الأحد لتسديد احتياجات الإنسان بأكمله، الجسدية والوقتية منها؛ وكذلك الروحية والأبدية. أحد أهم الأمور على الأرض هنا هي خلاص أرواحنا، لذلك يتعين علينا أن نُخصّص لذلك الأمر البالغ الأهمية وقتاً واهتماماً مُحدّدين، مثلما نُخصّص

وقتًا للأكل والنوم. أمّا كوننا نستغل يوم الأحد كيوم للراحة الجسدية وحسب، غاضِبين الطرف عن الروح، فهذا بمثابة سوء استغلال لهذا اليوم.

قَصَدَت مجموعة من المستكشفين الأمريكيين قارة إفريقيا حيث استرشدوا ببعض المرشدين الأصليين. ففي اليوم الأول أسرعوا وفعلوا ذات الأمر في اليومين الثاني والثالث إلى آخر الأيام، لكن في اليوم السابع لاحظوا أن المرشدين جالسون تحت شجرة رافضين أن يتحركوا، فوضَّح لهم رئيس المرشدين ذلك قائلاً: "لا نستطيع أن نتحرَّك إلى أن تلحق أرواحنا بأجسادنا". هذا أحد الأسباب التي لأجلها يوصينا الله قائلاً: «اذكر يوم السبت لتقدِّسه»، كيوم راحة للجسد والروح. وما لم نسمح لأرواحنا أن تلحق بأجسادنا فستعثر في سباق الحياة.

أفضل استغلال ليوم الأحد:

واحدة من أفضل الطرق للاستفادة من يوم الأحد والتي بلا منازع أكثرها إشباعاً هي جعل هذا اليوم يوم عبادة وراحة. إننا نحتاج إلى يوم عبادة كما يقول دوستويفسكي
:Dostoevski

”إنَّ الإنسان الذي ينحني للاشياء (أي لا يسجد لله أو يعبده)، لا يمكنه مطلقاً أن يحمل حمل نفسه“.

كثير من مخاوفنا وهمونا وتوتراتنا العصبية كانت لتتبدد، لو أننا تذكَّرنا أن نلقي بحمل قلوبنا على الله في يوم الأحد. إننا بحاجة إلى يوم راحة حتى نحافظ على هدوئنا واسترخائنا ويقظتنا الذهنية، إذ إن نقصان الراحة يُسبِّب قصوراً ويُنتج اضطرابات جسدية. نحن نحتاج إلى يوم نسمع فيه صوت الله، يوم فيه نستمع للعليِّ. ومثلما نُشيد التلسكوبات للحصول على صورة أوضح للنجوم، هكذا ومنذ بزوغ الحضارة قد شيَّدنا كنائس وخصَّصنا يوماً للعبادة حتى نحصل على صورة أوضح عن الله والقصد الأسمى من الحياة. وعندما ننسى هذا اليوم نصبح في طريقنا إلى نسيان الله. لذلك يجب أن نجتهد في حفظ خط الاتصال مع الله مفتوحاً... «اذكر يوم السبت لتقدِّسه».

قال أحدهم:

”يمكنك أن تقرأ صحيفة الأخبار وتسمع الراديو وتشاهد التلفزيون طوال الأسبوع فتسمع ما يقوله الإنسان عن مشكلات الإنسان، أمّا في يوم الأحد، فأنت تحتاج لأن توجد في بيت الله لتسمع ما يريد أن يقوله الله عن حل مشكلات الإنسان“.

ذات مرة سأل شخص غريب كان يمر بمنجم ضخمة بولاية بنسيلفانيا صبياً صغيراً عن سبب وجود بغال كثيرة في الموقع، فأجابته الصبي قائلاً: "هذه البغال تعمل في المنجم طوال الأسبوع، لكنها تُحضّر إلى النور في يوم الأحد للحفاظ عليها من التعرّض للإصابة بالعمى".

تُرى هل "نأتي" في يوم الأحد لنستريح من كل الهموم والصراعات وإرباكات الأسبوع ونسمح لنور كلمة الله أن تضيء في قلوبنا؟ أم أننا نقضي يوم الأحد في "داخل المنجم" مثلما نقضيه في أيام السبت والاثنين والثلاثاء؟

بعد أسبوع من التعثر والتماس الطريق، لا يوجد شيء ينقذنا أكثر من ساعة نقضيتها في صحبة ذلك الذي قال: «أنا هو نور العالم، مَنْ يتبعني فلا يمشي في الظلمة، بل يكون له نور الحياة» (يو ٨: ١٢). ولمن المهم أن نعرف أن يوم الأحد — أول أيام الأسبوع — هو اليوم الذي خلق الله فيه النور (تك ١: ٣-٥).

فما من حزن في يوم السبت لا يستطيع الأحد على مداواته، هذا إذا كان يوم الأحد هو يوم العبادة والصلاة والتسبيح.

يوم الملكوت:

رغم أنه من المثير للاهتمام ملاحظة أن الكنيسة الأولى لم تربط بين فكرة الراحة بيوم السبت، إذ إنه بالنسبة لها كان يوم الأحد في الأساس هو يوم الرب، يوم الملكوت، يوم الإفخارستيا، حسب ما كتب الأب ألكسندر شيمين:

"الكنيسة الأولى لم تربط بين كل من فكرة السكنية أو الراحة من العمل، مع يوم الرب الإفخارستي.

لكن الإمبراطور قسطنطين هو الذي أسس هذا الاتصال عن طريق إصداره مرسومًا يجعل يوم الأحد يوم عطلة رسمية. ويوم الرب بالنسبة للكنيسة الأولى هو يوم ملكوت مفرح، حيث كان يشير لا مجرد تبديل لأحد أشكال الزمن بشكل آخر، أي إحلال يوم الأحد محل يوم السبت، إنما كان وقفة للدخول إلى "العهد الجديد" والمشاركة في زمن مختلف تمامًا بطبيعته".

وعلى ضوء هذا، فبينما كان يوم السبت هو في المقام الأول يوم راحة، فإن يوم الأحد كان في المقام الأول يوم تسبيح وفرح وعبادة وإفخارستيا وتسيحة شكر لله، ولقد كان حقاً هو يوم العهد الجديد، يوم الملكوت، يوم فيه تتقابل مع المسيح الحي المقام.

ومع ذلك، ولقرون، ظلَّ يوم الأحد المسيحي بالضرورة يوم راحة وعبادة معًا، أمَّا الآن ومع ظهور نظام العمل خمسة أيام في الأسبوع، أصبح بإمكان مُعظم المسيحيين أن يحفظوا كلام من يومي السبت والأحد المسيحي، ومن ثم جعلوا يوم السبت يوم راحة وترفيه، فيما صار يوم الأحد يوم عبادة وخدمة مسيحية.

رب السبت:

الشخص الوحيد الذي يعمل يوم السبت حسب العرف اليهودي هو الله، فهو المسؤول عن الأطفال المولودين، وشرق الشمس وغروبها... إلخ، لذلك عندما قال الرب يسوع: «أبي يعمل حتى الآن وأنا (أيضًا) أعمل» (يو ٥: ١٧)، كان يُعلن تطابق مشيئته مع الآب. وبعد أن أعلن نفسه واحدًا مع الآب، تقدّم الرب يسوع ليقول إنَّ السبت جعل لأجل الإنسان (يو ٧: ٢٢).

ولكون الرب يسوع ربًّا للسبت، فإنَّ راحة الله النهائية لن تكون إلا بعد أن يكتمل وينجز مصالحة الخليقة كلها لنفسه، عندئذ فقط نستطيع أن ندرك المغزى الحقيقي من راحة الله في يوم السبت. ولهذا فإنَّ هذا السبت قد أُكمل بالفعل بحياة الرب يسوع وموته وقيامته.

ومع ذلك لا يزال ذلك الجزء من السبت المتعلق بالراحة الأبدية النهائية في الله يُنتظر برجاء (انظر عب ٤: ٩-١١).

أكمل السبت:

لم ينقض الرب يسوع السبت إنما أكمله على ضوء إرسلته، فكثير من المعجزات التي أجزاها الرب يسوع تمت في يوم السبت: شفاء، ومناداة بالغفران وإطعام الجموع... إلخ، ففي هذا اليوم دعا الرب يسوع الناس أن يجدوا فيه الراحة (مت ١١: ٢٨-٣٠). فبداية خدمة الرب يسوع الفعلية بدأت وانتهت في يوم السبت (لو ٢٣: ٥٣ - ٥٤). لهذا فيسوع وحده هو سبتنا، ففيه وحده نجد راحة الله وسلامه اللذين يفوقان كل تصوُّر.

وبناء على كل ما سبق، فنحن نحتاج لأن نطرح على أنفسنا هذا السؤال: تُرى لماذا نذهب إلى الكنيسة في يوم الأحد؟ يرُدُّ أحدهم على هذا السؤال قائلاً: "أذهب إلى الكنيسة لأنني أستمتع بألحان القُدَّاس". بينما يجيب آخر: "أذهب إلى الكنيسة لأنني أحب عظمة الليتورجيا". وآخر يقول: "إنَّني أذهب إلى الكنيسة لأنني أحتاج إلى الشركة مع بقية المؤمنين، أو أحتاج لسماع رسالة الكاهن، أو لأنَّ

الناس ودودون". كل هذه الأسباب ليست خطأ لكنها غير كافية، لأن الموضوع وكما رأينا، لا يتعلق بـ "الذهاب إلى الكنيسة"، على قدر ما يتعلق باستمرارية التواصل مع الله الحي، والتقابل مع المسيح المقام، واختبار راحة الله الحقيقية وفرح القيامة الحقيقي.

كما أن الموضوع يتعلق بالتخلص من إخفاقات الماضي، واستمداد الإلهام المتجدد من محضر الرب يسوع المقام، الذي يظهر في وسطنا أول أيام الأسبوع مثلما فعل مع تلاميذه بعد قيامته من الأموات... إن الموضوع يتعلق بقبول المسيح في سر الإفخارستيا.

"ركن الحلقة" الخاص بنا نلتقط فيه أنفاسنا:

إذا شاهد شخص مباراة ملاكمة، فإنه سيرى أنه بعد سماع صوت الجرس عند نهاية كل جولة، يذهب الملاكم إلى ركن الحلبة ليعيد تجديد نشاطه، وتلقي النصح والتشجيع من مدرّبه. فكّر معي ماذا سيكون عليه الأمر لو أن الملاكم، بعد أن تعرّض لبعض اللكمات والارتطامات في الحلقة، ذهب إلى الركن المخصّص له ولم يجد أحدًا هناك. وبالمثل، فنحن وبينما نعيش حياتنا نحتاج إلى أناس في الركن الخاص بنا سواء أكان

في العمل أم في البيت. ألم يهبنا الله يوم الأحد بمشاة "ركن" نقصده كل سبعة أيام للحصول على التعزيز والإرشاد والقوة؟ ألا يُعتبر هذا اليوم واحدًا من أعظم المصادر الروحية؟ بل واحدة من أعظم العطايا الإلهية لنا؟

كل صباح أحد كان يُشاهد شيخ قصير القامة وهو يمشي ذاهبًا إلى الكنيسة، وحيث إن هذا الرجل كان أصم وبالتالي لا يسمع ولا كلمة واحدة من العظة أو التراتيل التي تُرثلها جوقة الترنيم، سأله ساخر مرة وقال له: "لماذا تقضي أيام الآحاد في تلك الكنيسة مع أنك تعجز عن أن تسمع حتى ولو كلمة واحدة؟" فأجابته العجوز بالقول: "إني أريد أن يعلم جيراني وأقاربي الجانب الذي أنحاز إليه. ليعلموا أن الكنيسة هي حياتي ووجودي".

أدرك إن إف إس جروندتفيج N. F. S. Grundtvig المفكر المسيحي الذي عاش في القرن التاسع عشر، أدرك جوهر المعنى الحقيقي ليوم الأحد المسيحي عندما كتب هذه الكلمات:

"صباح الأحد، قام الرب يسوع منتصرًا.

فجر الأحد، يأتينا بالحياة بدلًا من الموت.

وفيه نستعيد أيام حياة الرب على الأرض.

آلاف من النفوس استيقظت في كل الأرض،
وقامت من النوم والنعاس لتوكّد ثانية.
في يوم كل أحد،
الموت يرتعش، والظلام يرتعب،
لأنه بمجد يسطع المسيح بالضياء.
كلمة الحياة لها نعمات جبارة،
وبنصرة يقهر ويطأ رئيس الموت ومملكة الظلام تُداس.

﴿ صلاة ﴾

يا رب، هبنا حياة النقاوة الداخليّة،
لنعبدك بنفوس نقيّة،
خالية من شوائب الحقد والبغضة والكراهية.
وبقلوب ملؤها الفرح،
ندخل إلى بيتك بتسابيح شكر،
ونعمات تسبيح لائقة بجلالك الإلهي.
أنت الرب القدّوس،
المستحق كل مجد وكرامة وشكر وتسبيح،
من الآن وإلى الأبد. آمين.