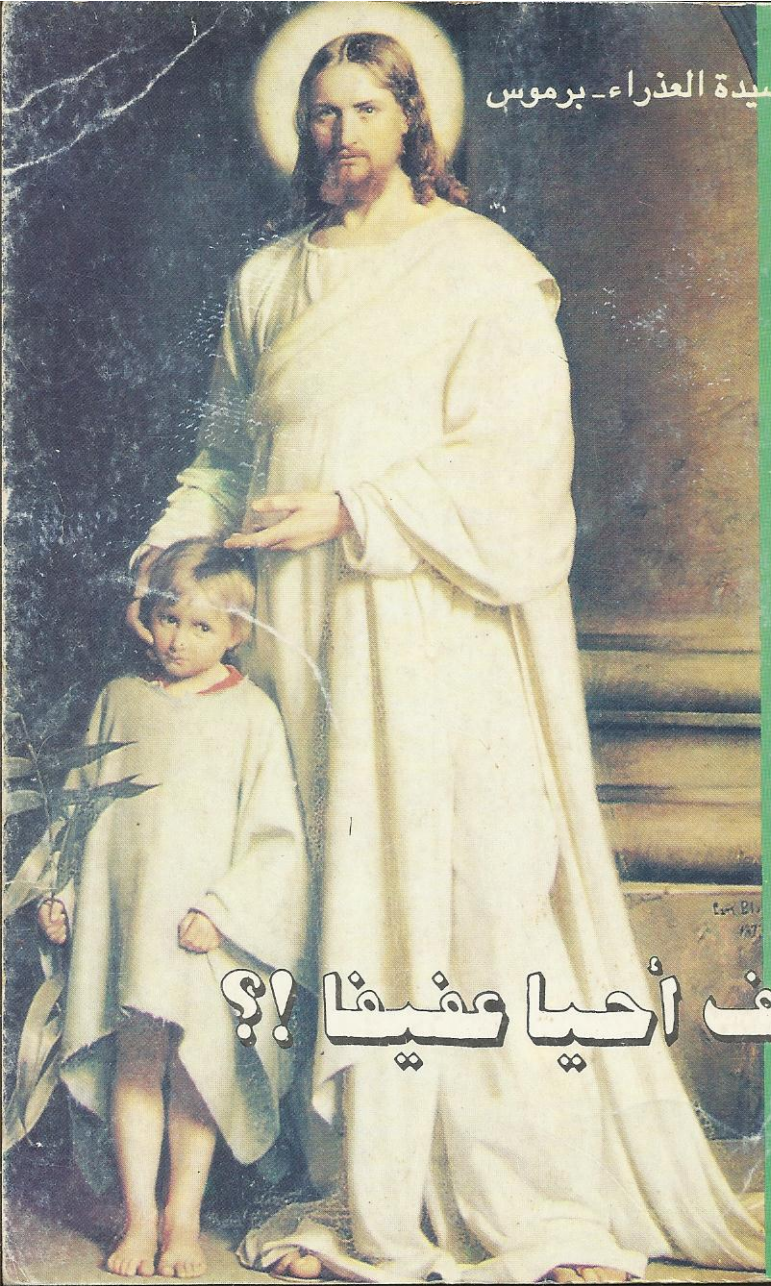
دير السيدة العذراء - برموس

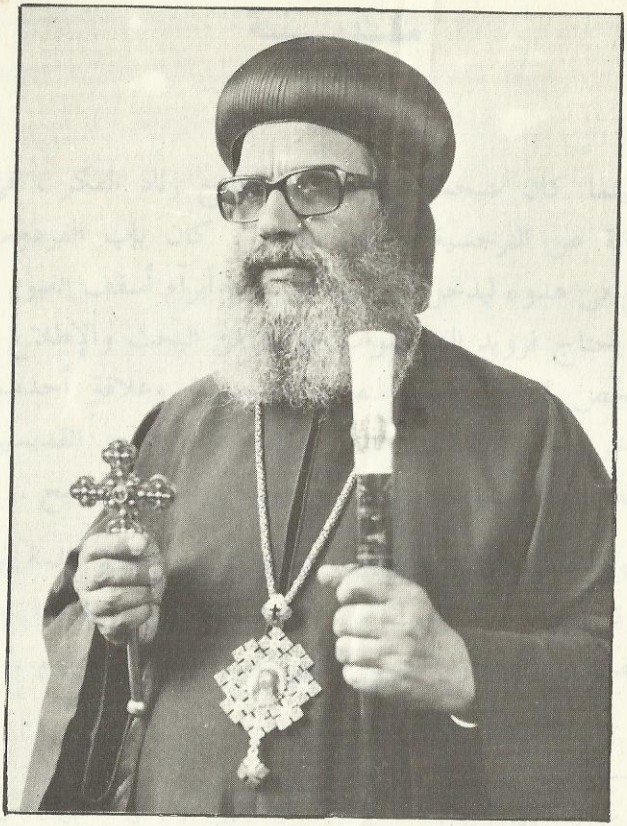


كيف أحيا عفيفا !؟

كيف أحيا عفيفاً!

صاحب القداسة

البابا شنودة الثالث



الأنبا أرسانيوس

أسقف المنيا وأبو قرقاص
ورئيس دير البرموس

مقـدمـــة

بينما كان سيجموند فرويد* ، يقدح زناد الفكر ، فى الكتابة عن النرجسية[1] عام ١٩١٤ ، كان باب الفردوس يُفتح فى هدوء ليدخل إليه القديس الأنبا أبرآم أسقف الفيوم . لقد إحتاج فرويد إلى سنوات طويلة من البحث والإطلاع ، ليشخّص لنا الأمراض النفسية والجنسية وعلاقة أحدهما بالآخر ، فى الوقت الذى عرف فيه آلاف القديسين والقديسات البديل ، فى كلمة واحدة : محبة المسيح .

وتُرجمت فيهم إلى حياة ، وتحوّلت من مجرد كلمة إلى خبرة ذاقوها ، وخشوا من مغامرات العقل ، وهربوا من السفسطة ، فجعلوا الحب الإلهى سراً مكنوناً داخلهم .

(*) سيجوند فرويد ١٨٥٦ - ١٩٣٩م صاحب أشهر مدرسة فى التحليل النفسى .

(١) إختار ب تاكه NACKE تعبير الزجية ليشير به إلى سلوك الفرد حين يتحول جسمه إلى موضوع لهتمام ولذة - ثم كيف يصير ذلك دلالة على انحراف الشخص وأنانيته (الحياة الجنسية لفرويد ص ١١٣) .

عرفوا كيف يشفون الضدّ بالضدّ ، والعجيب أنهم لم يبذلوا مجهوداً ضخماً فى سبيل الحصول على حياة الطهارة ، وإنما وجدوها سلسة هيّنة ، إذ تفاعلوا مع نعمة الله الموهوبة لهم ، ووجدت هذه النعمة صدى لها فى قلوبهم ، فأثمرت ثمر القداسة الشهى .

ونعرف أن الخطية ضعيفة – ضعيفة جداً ، ولكنها تستمدّ كل قوتها من ضعف الخاطىء ، وشأن الخطية فى ذلك هو شأن الشيطان الذى يستمدّ سلطانه من خنوع الخاطىء وخوفه ، ولعلكم تذكرون أن الشيطان (الروح النجس) يدخل فى الشخص الخائف ، بينما يرتعب من القوى .

إذن نستطيع أن نقول أن عمق ضعف الخاطىء = شدة قوة الشيطان .

ونحن بذلك لا نقلل من شأن الخطيئة والشيطان ، ولكننا نودّ أن نضعهما إلى جانب الإرادة القوية التى تسندها نعمة المسيح ، فيصيران أضعف من الضعف ، إسمعوا قول الرب : « ثقوا أنا قد غلبت العالم[٢] » (الخطية والجسد والشيطان) .

---

(٢) يو ١٦ : ٣٣

فقد جمع الخطية كلها فى جسده عند موته على الصليب وأماتها معه[٣] ، وغلب الجسد على جبل التجربة .. كما أذّل الشيطان على الصليب . وهكذا غلب الثلاثة وتركهم لنا مهزومين مهانين مُذلّين ، فمابالك تتصاغر وتركع أمامهم مأخوذا بسلطانهم ؟

لا تخـــف ..

فأنت تستطيع كل شيء فى المسيح الذى يقويك[٤] .

لا تخـــف ..

فإن الذى فينا أقوى مما فيهم

لا تخـــف ..

إجعل المسيح بينك وبين الخطية .. ولا تجعل الخطية بينك وبينه .

لا تخـــف ..

فإن الحرب للرب ومسيحه

وللرب حرب مع عماليق (الشيطان) من دور إلى دور[٥] .

---

(٣) يلاحظ أن القربان يضاف إليه عند صنعه (الخميرة) دلالة على أن المسيح جمع كل خطايا العالم فى جسده عندما قدم ذاته فدية لأجلنا على الصليب

(٤) فى ٤ : ١٣ (٥) مز ١٧ : ١٦

فى كنيسة بحى شبرا ، وعلى أريكة طويلة فى بهوها ، جلس السيد المسيح وإلى جواره شاب فى حوالى السادسة عشر من عمره . كان يسوع يلبس ثوباً أبيضاً ومن فوقه وشاح أحمر ، بينما إرتدى الشاب ، الجينز مع فانلة بيضاء مخططة بلون فيروزى . قال السيد المسيح ، وهو يحتضن الشاب بعينيه :

✧ هل تسمح لى بأن أتحدث معك .. وأعاتبك ؟

– بكل سرور ، فإننى أكاد أطير من الفرح ، وأحسب نفسى فى حلم من أحلام الطفولة ، فإننى أصلى فى كل مرة ، وأحاول أن أتخيلّك قبالتى فاتحاً ذراعيك ، مبتسماً فرحاً بما أقول ، أما وتتنازل لتجلس إلى جوارى ، فهذا أبعد مما كنت أتخيّل ، إننى أحلم ..

✧ أبداً .. هذا واقع ، وأنا كلّ يوم أقف أمامك هكذا ، ولكنك لا ترانى بعينك المجردة ، وقد آثرت اليوم أن أزورك على هذه الحال ، فقد أنّت عليك أحشائى .

« هنا وخاف الشاب ، وابتعد قليلاً فى مجلسه ، ولكن السيد المسيح عاد وإقترب منه ، ووضع يده على كتفه فى حنان ، ثم قال :

✧ لنبدأ الحديث .

– أنا عبدك

✧ بل أنت إبنى وأخى والحبيب إلى قلبى .

– تنازل منك .

✧ لى عليك أنك تركت محبتك الأولى ، علاقتك بى فترت منذ تسعة شهور مضت . أتذكر رأس السنة ؟ كيف وقفت هنا (وأشار إلى مبنى الكنيسة) ، وبكيت ووعدتنى أن تبدأ من جديد ، وتسدل الستار على الماضى ، وتسمح لى أن أقتادك فى طريق النصرة للملكوت ؟

– نعم ياربى .. وكنتُ صادقاً فيما قلتُ وفيما وعدتُ .

✧ إذا لماذا فترت علاقتك بى ، ولم تعد تقف أمامى دائماً ، وكتابى الذى خططته بدمى لأجلك ، وكتبتُ فيه تاريخ علاقتى بعائلتك (البشرية) وقصة خلاصكم ، أهملته ، لم تستمر سوى ثلاثة أشهر ، ثم أخذتك منّى (....)

– قل ياربى .. نعم أخذتنى منك تلك الخطية .. نعم إننى لا أنكر هذا ، فقد وعدتك ليلتها أن أقلع عنها ، وصمّمت ، وداومت ، ولكننى خُذلت .. وضِقتُ بطهارتى ! أنا الشرير الذى أميل بطبعى إلى الخطية ..

✧ صدقنى .. لو كانت تلك الخطية تشبعك ، لما أصبحْت على ما أنت فيه الآن .

– أنت إلهى ومخلصى وقادر على كل شىء ، فلماذا لا تجعلنى أنتصر عليها وأقلع عنها ؟

✧ أنا لا أحب أن أقتحم عليك دائرتك ، إننى أحب أن تكون حراً حتى فى علاقتك بى ، ولعلك تعلم أننى أعطيت الملحدين حرية لينكروا وجودى ... أحب أن يقودك نحوى ، حبّك لى ، وما الناموس والوصايا إلاّ الدفعة الأولى .. الحد الأدنى إنها البداية .

– فإن كان الأمر كذلك ، فلماذا سوف تدينني يوم الدينونة ؟ إذا تركت الجسد وأنا فى خطيتى ؟

✧ أنا لا أدينك ، ولكن الحق هو الذى يدينك .. أعمالك تحكم عليك أو تحكم لك ، وأما أنا فإنى أحب لك الخير .

– فما الضرر فى أن أشتهى وأفعل ما أريد ؟

✧ إن جسدك ليس ملكاً لك ، إنه جسدى .. إمتداد لنفس الجسد الذى صلبت به ، وهكذا عيناك اللتان تنظر وتشتهى بهما هما عيناى ، وكذلك أذناك .. وبقية أعضاء

جسمك ، هى لى ، أفتأخذ أعضائى وتجعلها أعضاء زانية .. إنك تفسد هيكلى لأن روحى يسكن فيك .

– إذن فأنت خصم لى !

✧ أبداً .. الشيطان هو خصمك وخصم كل إنسان ، بل هو خصم لى ولك .

– أو تعد الشيطان خصماً لك ، إنك تعطيه اكثر من إستحقاقه .

✧ بما أنه هو المشتكى عليك ، فأنى أعتبر أن الحرب موجهة لى أيضاً ، لأنك إبنى ولا توجد خليقة مدللة ومحبوبة لدىّ أكثر منك ..

هذا ما تخيلته كجانب من حيديث رائع فيه أسمى معانى الأبوة ، دار بين أبونا السماوى ، وشاب مغلوب من الشهوة الرديئة (العادة الشبابية) .

وقد أثرت أن أكون صريحاً فى تناولى لهذا الموضوع الحسَّاس ، وإن كنت قد إستحسنت أن أجعل عنوان الكتيب غير مباشر ، وذلك مراعاة لحياء أولئك الذين يريدون إقتنائه .

وبإيجاز سوف أناقش ثلاثة نقاط رئيسية :

أولاً : الشهوة الشبابية من الناحية النفسية

ثانياً : الشهوة الشبابية من الناحية الروحية

ثالثاً : الشهوة الشبابية وكيف أتحرر منها

كما أودّ أن أعتذر عن ضياع الوقت الذى ستصرفه فى القراءة عنها ، إذ هى فى الواقع ، لا تستحق هذا الإهتمام ، ولكن ربما أردتُ بذلك أن أقلل من شأنها ، أو بعبارة أخرى أن أضعها فى حجمها الطبيعى .

أولاً :

الشهوة الشبابية نفسياً

تعتبر العفة (بمقياس طبيعى) مسألة لياقة أكثر منها قداسة ، لأن الإنسان العفيف لا شك فى أنه أكثر سوّية من الناحية النفسية من النجس ، ذلك لما تسببّه الشهوة الشبابية من عبء نفسى على ممارسها .

ونعرف أنه لا يمكن بحال ، إقامة أى بناء روحى فوق أرضية نفسية هزيلة ، لأن عناصر الإنسان الثلاثة الجسد والنفس والروح ، مرتبطة ببعضها البعض إرتباطاً وثيقاً ، حتى أن التعب الجسدى غالباً ما يؤدى إلى التعب النفسى ، ذلك إذا إعتبرنا – وهذا صدق – أن كل الأجهزة والغرائز متصلة ببعضها البعض مع الشبكة العصبية للجسم ، فإذا ما تدخلّت الرغبة الشريرة فى محاولة التخلص مما يُظن خطأ أنه فائض عن الجسم(+) (MASTURBATION) فإن الجسم كله يرهق

(+) أما فيما يختص بالإحتلام فإنه لا يعد خطية ، ولكن الكنيسة على سبيل اللياقة قد فضّلت ألاّ يتقدم المحتلم إلى الاسرار المقدسة قبل مرور يوم كامل على الاحتلام .

نتيجة الطاقة الكبيرة التى كان من الممكن أن يوجهها فى بناء خلاياه .

ويسهم التعب النفسى بلا شك فى الهزال الروحى ..

ويؤدى الخوف والتهويل من أمر هذه العادة ، وكذلك عدم توافر التربية الجنسية السليمة ، إلى رغبة خفية من التعرّف عليها ، وهكذا تبدأ فى حط أوزارها عادة فى المرحلة الإعدادية ، عن طريق نقلها – كخبرة جنسية ولذّة سرية – بين الفتيان والفتيات بعضهم البعض ، بإعتبارها شيء قبيح ممقوت لدى الأهل ورجال الدين ، لاسيمّا وأنه لا يوجد طرف آخر يضار منها (على حد تعبيرهم وفهمهم) .

وقد ترجع إلى الفترة التى كان الطفل يجد فيها لذته فى جسده وأعضائه . ويذكر كوستى بندلى(٦) أنها شكل من أشكال الاكتفاء الذاتى والالظواء والإرتداد إلى النفس .

وهى لاشك أيضاً ، صورة من صور الانحراف الجنسى ، ولذلك تسمى الجنسية الذاتية (OUTO EROTISM) وتزداد فى الفترة التى يصاحب ممارسها ، الشعور بالفشل ، إمّا فى مجال

---

(٦) كوستى بندلى (مقالات فى العفة)

الدراسة أو المجتمع ، كما تزداد أيضاً بين أولئك الذي يتسمون بإتجاهات سلبية إنسحابية .

ويمكن الخطر فيها ، من أن يصبح الاكتفاء الذاتى ، أسلوباً عاماً فى الحياة ، يحول دون التجاوب الاجتماعى ، وتسرّب الحب نحو الذات بدلاً من إتجاهه نحو الآخرين .

كذلك تأتى الشهوة الشبابية ، كحسم للصراع بين الخيال والواقع ، الخيال المزدحم بالصور الفاسدة وأحاديث الخبرات الدنسة ، والإعلانات الرديئة فى وسائل الإعلام ، وبين الواقع الذى يفرض على الشاب والفتاة اللياقة وضبط النفس واحترام التقاليد وتجنب سياط التعليم الدينى !

ولكن ومن الضرورى جداً ، التفريق بين الكبت وضبط النفس ، فالكبت هو التحرق (شدة الإشتياق) مع عدم توافر الفرصة والوسيلة ، فى حين أن ضبط النفس هو تفضيل شىء على آخر وإختيار القداسة مثلاً دون النجاسة ، حتى ولو توافرت ظروف السقوط ، يأتى ضبط النفس ليس كرادع فقط ، وإنما كموجّه مسوق من الضمير إلى اللياقة والعفة .

وهكذا إعتبر فرويد أن النرجسية هى أقوى أسباب السقوط

فى تلك العادة الرزيلة(*) ، وهنا نستطيع أن نؤكد أن هذا النمو الجنسى المنحرف ، له علاقة وطيدة بإختلال النمو الوجدانى . فإذا ماكسر الشاب أو الفتاة ، الحصار النفسى المسجون فيه ، أمكن التخلص منها ، إضافة إلى الاهتمام بالأنشطة وإقامة صداقات نقية فى المحيط الكنسى ، بدلاً من التفكير الدائم فى الذات .

لذلك فإن أكثر ممارسيها هم أولئك الذين يعانون من الإنطواء والخجل ، وعدم القدرة على ممارسة الحوار والاختلاط بالآخرين فى محيط الدراسة والعمل بل والكنيسة أيضاً ، وعلى الخدام والخادمات فى الكنيسة مراعاة ذلك وإحتوائه فى مرحلة مبكرة .

لاحظ أيضاً أن الشخص المستعبد لها ، يصير اكثر إنطواءاً وأكثر عصبية ، عقب السقوط فيها ، ويفقد شهيته لكل عمل إيجابى وبالتالى لكل عمل روحى ، ويدفعه اليأس إلى مزيد من السقوط ، وهكذا يستكين إلى الصغف ويركن إلى الهزيمة ..

(*) الحياة الجنسية تأليف سيجموند فرويد ص ١١٣

فإن كل من يشرب من هذا الماء (ماء الخطية) يعطش أيضاً(٧) .

وكما قلنا سابقاً ، فإن الخوف الشديد من السقوط فيها ، يعدّ من أهم أسباب السقوط ! ، ولذلك ينبغى للمهددّ بالسقوط فيها أن يكون له قلب أسد ، وأن تكون لديه القناعة الكافية بأنه يمارسها بمحض إرادته ، حتى وإن كان هناك (عملية تعبئة) إلاّ أنه ترك نفسه لتلك التأثيرات أيضاً بإرادته ، ولذلك فهو المسئول الأول عن الوقوع فيها وتحمّل تبعاتها .

قال القديس الأنبا موسى الاسود :

« الحرية تولّد العفة ومكابدة الهموم تولّد الأفكار » .

كذلك للخيال دور هام فى السقوط ، كما له نفس أهمية الدور فى الهروب وفى الخلاص منها .

---

(٧) يـو ٤ : ١٣

فمـاذا بعـــد :

هل ندخل فى حرب معها .. لا بالطبع بل الإرادة القوية المسنودة بالإتضاع تنجينا من براثنها ، ومما لاشك فيه أن مرة واحدة نستطيع مراوغتها والافلات منها ، تحسب لك وكأنك منقطع عنها شهوراً طويلة .

تذكر أيضاً أن الخطية التى تستغرق دقائقاً ، تخلّف شعوراً قاسياً بالهزيمة وإزدياد الفراغ والضياع في الداخل ، مع شعور آخر بالقذارة والإثم وصغر النفس قد يقود إلى اليأس ، إذا لم يكن هناك قدراً كافياً من الرجاء .

هذه المشاعر التى تنتاب الخاطىء عقب السقوط ، لها علاقة مباشرة ووطيدة بالضعف الروحى .

أخيـراً : فإن الطهارة هى الشىء الذى يمزج بين المادة والروح ، حالاً بذلك مشكلة المادة بالنسبة للإغريق الذين إعتبروها شرّاً ..

ثانيـاً :

الشـهوة الشـبابيـة روحيـاً

الشيطان الماكر يعمل معك بطريقتين ، الأولى قبل السقوط فى الخطية ، والثانية عقب السقوط مباشرة .

فى الأولى وأنت فى مواجهة الخطية ، يكرز لك بالرجاء ! وبأن الجنس نِيْر ، وعبء وضعه الله عليك ، وسمح بأن يستيقظ قبل الزواج ، وبأن القديسين قد سقطوا ثم تابوا ، وبأنه طالما لا يوجد طرف آخر يضار فما المانع ، وما هو الداعى للكبت والدخول فى متاعب نفسية ؟ ! .

وهكذا يقيم الشيطان من نفسه واعظاً وعالماً نفسانياً ومشفقاً على البشر ! وهو فى الواقع مخادع وكذّاب ، وسبق معلمنا بولس الرسول فحذرنا منه قائلاً : لئلا يطمع فينا الشيطان لأننا لا نجهل أفكاره(٨) .

وقال القديس مكاريوس :

« لا تطاوع الشياطين الأنجاس ، إذا حدعوك قائلين ، إن

---

(٨) ٢ كو ٢ : ١١

الله لا يؤاخذك بخصوص هذا الأمر اليسير أو هذه الوصية الصغيرة إذا توانيت فيها ، بل أذكر أن كل معصية كبيرة كانت أم صغيرة أنها تغضب الله »(٩) .

فإذا ما إستطاع أن يسقيك من خمر غشّه ومكره ، وغاب عقلك : سقطت حصونك وسقطت معها فى لحظات .

أما فى الطريقة الثانية عقب السقوط مباشرةً – فإنه يقوم بدور الكارز بالهلاك والنار الأبدية التى لا تطفأ والدود الذى لا يموت ، وأن غضب الله معلن على جميع الفجَّار ، ثم ينتهرك إذا أقدمت على الصلاة بأن شفتيك نجستين ، وإذا أردت أن تقرأ فى الكتاب المقدس بأنك ملوث اليدين ، ثم هل تتناول من الاسرار وأنت دنس !

وهكذا يقعدك عن التوبة وعن أى عمل روحى ، مما يدفعك للسقوط مرة أخرى فى جو غاب منه الرجاء .

أو بعبارة أخرى ، أن الشيطان يفقدك الحساسية تماما وأنت أمام الخطية ، فإذا ما سقطت ، عاد ليغمرك بها !

---

(٩) بستان الرهبان ص ٢١٤

سأل أحد الاخوة راهباً قائلاً :

« إذا بذر فى الشيطان فكراً نجساً أو غواية الليل بالخطية ، يمنعنى من أن أصلى قائلاً أنك نجس فماذا أعمل ؟ » .

أجاب الأب قائلاً :

« إذا وضعت الأم طفلها على الأرض متمرغاً فى وسخه ، فإنه عندما يرى أمه يرفع يديه ووجهه نحوها وعيناه ممتلئة دموعاً ، فتتحنن أمه عليه وتضمّه إليها وتضعه على صدرها وتقبّله ، ولا تنظر إلى شيء من وسخه ، كذلك نحن ياأخى إذا أغوتنا الشياطين فلنسرع صارخين نحو الله باكين بين يديه فإنه يقبلنا من وسط نجاساتنا ويطهرنا له دفعة أخرى »(١٠) .

وهكذا نجد أن للشيطان القدرة على الإقناع بالشيء وبضدّه ، إن لم ننتبه .

لاحظ أيضاً أن السقوط يقود إلى الهرب من النفس ومن الله ، كما أن الهرب من الله يفضى حتماً إلى التمادى فى السقوط ، وهكذا ينتقل الشاب من سقطة إلى سقطة ،

---

(١٠) بستان الرهبان ص ٢٠٥

وهزيمة تسلّمه إلى هزيمة ، ويجد ذاته مع الوقت فإذا به يرزح تحت سلسلة من الهزائم .

فى حين أن النصرة تقود إلى نصرة أخرى ، وتحميه من السقوط ، وثقته فى نفسه وفى المسيح الذى يستطيع به كل شىء ، تجعل من الصعب إختراق دفاعاته .

وعلى الرغم من أن الشيطان له قوة عقلية فائقة ، إلا أنه لا يملك أى سلطان على العقل البشرى الذى عضّده الله بنعمته ، وقدسه ، وصار لنا الإشتياق أن نهبه إياه ، كذبيحة يفرح بها ويرضى عنها .

لذلك فإن الشيطان فى المحاولات الأولى ، (يعرض بضاعته فقط) بالحيلة ، ويخلع صورة اللا خطية على النجاسة ، وصورة الكبت على العفة الجسدية – كما أشرنا سابقاً – وهو يبدأ الحرب هادئة لخوفه من المجهول ، حيث يتوقّع أن يسارع الله لنجده من يحاربه إذا ما صرخ إليه ، فيخزى بذلك ويجنى الفضيحة بدل النصرة ، وله فى ذلك ذكريات مرَّة مع الكثير من القديسين .

وبالتالى فقد إعتاد ألاّ يغامر بكل رصيده دائماً ، وإنمّا

يحتفظ بالبقيّة إلى آخر جولة له ، فإذا مُنِىَ بالهزيمة وإرتدّ خائباً ، أعلن عن كل جبروته – قبل إنصرافه – فى محاولة يائسة وأخيرة لإسقاط ذلك الإنسان .

ونقرأ عن أحد الآباء ، إعتاد الشيطان خلال بعض الأيام أن يأتى إليه فى شبه أسد – أثناء الصلاة – ثم يقف على قائمتيه الخليفتين ، بينما ينشب أظافره فى حقوى المجاهد لكى ينزل يديه عن الصلاة ، وماكان القديس لينزلهما قبل أن ينتهى من صلاته(١١) .

هذا أقصى ما يمكن أن يعمله الشيطان ، ولكنه لا يزال يذكر مواقع كثيرة ذُلَّ فيها وأهين وسخر منه .

ويطمئننا معلمنا بولس الرسول قائلاً أن « إله السلام سيسحق الشيطان تحت أرجلكم سريعاً »(١٢) .

أفالإرادة القويّة التى تملكها ، تخضعها لمشيئة الشيطان ، فى حين أنك تستخدمها أحياناً ضد مشيئة الله !

---

(١١) بستان الرهبان

(١٢) رو ٦ : ٢٠

الشهوة الشبابية والجسد :

« لكى يبطل جسد الخطية »(١٣)

أتظن أن الله يود أن يحرمك مما تظن أنه متعة ؟ صدقنى .. لو كان الله يرى فيها شبعاً لك ، لما حذّرك ، ولما أنت عليك أحشاء رأفته ، ولكنها بئر لا يضبط ماء ، ولن يمتلىء أبداً ، هى كذلك إهانة لأعضاء أعطاها الله كرامة أفضل(١٤) .

ولعلكم تعرفون أن الشبّان فى الدول الغربية ، زهدوا الآن فى الجنس عن ذى قبل ، وإتجهوا إلى المخدرات .. علهم يجدون فيها شبعاً بعد أن لم يستطع الجنس سدّ الفراغ الموجود فى داخلهم ، ولكن هيهات أن يشبعهم شىء سوى المسيح .

أضف إلى ذلك أن الجنس هو قدس أقداس الجسم

---

(١٣) رو ٦ : ٦

(١٤) اكو ١٢ : ٢٣

الإنسانى ، هو الجزء الإلهى فيك ، هو نصيب الإنسان فى شركته مع الله فى عملية الخلق .

إذن « فالجسد ليس للزنى بل للرب »(١٥)

وإذن فالجنس مقدّس ، فدعه يسير فى طريقه الذى رسمه الله له ، وأى إستخدام خاطىء سيهينك ويعطل عمل الله فيك .

أهو عبء ! تضيق به وتئن تحت وطأته ؟ وإذا كان الأمر كذلك ، فلازال الجنس لا يأخذ مكانه ومكانته فى حياتك .

واقرأ ماذا يقول معلمنا بولس الرسول :

« لا تقدموا أعضاءكم آلات إثم للخطّية ، بل قدموا ذواتكم لله كأحياء من الأموات ، وأعضاءكم آلات بر لله لأن الخطيئة لن تسودكم لأنكم لستم تحت الناموس بل تحت النعمة(١٦) .

---

(١٥) اكو ٦ : ١٣

(١٦) رو ٦ : ١٣

أهو ملهـــاة !

لقد أعطاك الله الجسد كلّه مقدساً ، كل عضو فيه ، بل كل خليّة ، لقد إقتطع المسيح جسدك كجزء من جسده ، حينما كنت فكرة .. مجرد فكرة عند الله ، وأحبّ الله أن يترجم هذه الفكرة إلى كيان له وجود وحضور ، ونصيب فى مجده وصفاته وخيراته ، إتخذ لك من جسده جسداً ! فأنت إذن مقدس بالتمام ... كلك مقدس ، وإنتبه جيداً إلى أن الله لن يقبل أن يتسلم أى عضو من أعضائك إلاَّ مقدساً ، ثم إحذر لئلا تسمع منه برعدة « هوذا بيتكم يترك لكم خراباً (جسدكم)[١٧] ، مع أنه قال فى اكثر من موضع عن جسدك أنه بيته « بيتى بيت الصلاة يدعى » وكان ذلك تحذيراً متكرراً لك ، ولكن إذا تخرّب هذا البيت بالدّنس وأنتنت رائحته ، لن يحسبه أنه بيته فيما بعد ، لن يصبح بيته ، بل بيتك وخراباً صار .

فإسرع أرجوك .. وردّ كل شىء إلى موضعه ، وإغسل

---

(١٧) يو ٢ : ١٦ ، مت ٢٣ : ٣٨ ، لو ١٣ : ٣٥

ما أفسدته ، بدموعك المزوجة بالرجاء ، وإستمدّ منه القوة ، فله ومنه وبه جميع الأشياء[١٨] ، فمجدوا الله فى أجسادكم وفى أرواحكم التى هى لله »[١٩] .

الشـــهوة الشـــبابية والأفكـــار :

جوع وفراغ فى الداخل ، تسبب فى إتخاذ الخرنوب طعاماً ، وبعد أن كنت شبعاناً يغمرك بر المسيح ومجده ، صرت تستجدى الخراب لنفسك ، قام فى داخلك إنسان الخطية ، الإنسان العتيق يزأر ويزمجر طالباً جعالته وقوته ، لقد عرف الطريق (الجنس) وإعتاد أن يقرع بين الآن والآخر ، يريد أن ينمو ، أو هو بالأحرى نما ، وإزدادت مطالبه ، ولم يعد يكفيه القليل الذى يأخذه وأصبح يلحّ فى الطلب مرات عديدة فى اليوم الواحد .

وهكذا تطيع صاغراً .: وتصير مغرماً بوضع سلسلة العبودية فى رقبتك ، وكلمّا حاولت النعمة (إنسان المسيح)

---

(١٨) رو ١١ : ٣٦

(١٩) اكو ٦ : ٢٠

تحطيمها وتخليصك منها ، عُدَّت لتحكم حلقاتها حول نفسك .

فخلال مشاهدات النهار إنطبعت بعض المشاهد والصور فى صفحة عقلك ، ثم عادت لتمر ببطء شديد فى وقت الراحة والفراغ ، محاولة بذلك إختراق حصن طهارتك .

كذلك السماعات غير العفيفة ، والخبرات الشريرة التى تنوقلت بين الأصدقاء ، خلال فترة الراحة بين محاضرة وأخرى ، أو فى (المترو) أو فى مكتب الوظيفة ، حيث نحتاج إلى الكلام كوسيلة لقتل الوقت ! فتكون الأحاديث غير النقية مادة مشوّقة وسهلة ، تعود هى الأخرى لتمر فى خيالك على مهل ، والعبارة التى لم يستغرق سماعها لحظات ، تستنزف منك دقائق ، وتعاد مرات ومرات ، مع تعليقات من خبراتك السابقة ورصيد الشيطان ، تهزّك بقوة من الجذور .

والقراءة التى لم تخترها قبل قراءتها ، عادت لتطالبك حقوق الصداقة وواجبات المنفعة المشتركة ، والشيطان يرقص طرباً !

من لى بختم المسيح .. ليختم على عينىّ وأذنىَّ .. ولسانى وجميع مداخلى لكى تصير إلهية ؟

من لى بصلبهم معه(٢٠) لكى يتقدسوا ويحسبوا للمسيح ، بعد عبادة ذلك الصنم ، الذى أقدم حواسى كل يوم ذبيحة له ، فما شبع هو ، وما إرتويت أنا .

(٢٠) غل ٥ : ٢٤

ثالثاً :

كيـف أتحـرر منهـا

على الرغم من أن الخطية تحاول إسترداد سلطانها ، بعد أن جردها المسيح منه على الصليب ، إلاّ أنها فى الواقع متهالكة مكسورة الجناحين هى وقرينها الشيطان ، أذلّهما المسيح ونزع منهما كل صلاحية وكل سلطان ، ثم اسلمهما لنا عند قيامته كدُميتين نلهو بهما .

أنظروا كيف شبههما القديس أثناسيوس الرسولى ، رامزاً لهما بالموت ، قال : « لقد أمسى الموت مثل جبار هزمه السيد المسيح وقيد يديه ورجليه فصار بلا كرامة .. يستهزىء به الرجال والنساء فى الشوارع .. ويقذفه الأطفال بالحجارة قائلين أين شوكتك ياموت أين غلبتك ياهاوية » .

لقد سحق المسيح قوة الشيطان فى موقعة الجلجثة ، وترك لنا تلك النصرة رصيداً لنا ، لذلك فإننى أعيد القول ، أن الشيطان يحاول يائساً – كخصم لكل إنسان – إستعادة قوته .

كذلك ، فقد كتب القديس أنطونيوس مقالة طويلة فى

ضعف الشياطين ، وقال لهم ذات مرة لو كنتم أقوياء لما تجمهرتم هكذا حولى مراراً ، ولكان واحداً منكم يكفى .

إذن فحربك مع الشيطان ، وصراعك مع الخطية ، هو فى الواقع حرب للمسيح معهما ، فهلا إستدعيته وفوّضت له هذا الأمر ، وستوبخنى بأنه يعرف إحتياجاتك ولكنى أعود فأذكرك بأنه يريد أن تتحدّ إرادتك بإرادته ، لكى تتم النصرة ، ويحدث الخلاص .

إذن ليكن لنا هذا الرجاء فى المسيح يسوع ، أنه قادر أن يخلصنا منها .

الرجـــــاء :

لابد أن تقتنع تماماً أنك تمارسها بكامل إرادتك .. لأن هذا هو بداية الطريق للخلاص منها .

وعلى الرغم من أن كثيرين لم يستطيعوا التخلص منها ، حتى بعد الزواج ، إلا أن كثيرين أيضاً من ضحاياها – لسنوات طويلة ، استطاعوا التخلص منها بقوة إرادتهم وشدّة رجائهم فى المسيح . وأصبحت فيما بعد بالنسبة لهم ، مجرد

ذكرى كريهة ، يتذكرونها فيأسفون على الوقت الذى كانوا فيه عبيداً لها ، ثم يشكرون الله المتحنن .

ونسمع عن أحد الأخوة كان مستعبداً لها ، ولكنه كان له رجاء قوى فى المسيح أنه سيخلص منها ، فكان يصلى كل يوم قائلاً : « يارب أنت تعرف شدة حالى وشدة حزنى ، فإنتشلنى يارب إن شئت أنا أم لم أشأ ، لأننى مثل الطين أشاء وأحب الخطية ، ولكن انت الإله الجبار اكففنى عن هذا الجنس ، لانك إن كنت ترحم القديسين فقط فليس هذا بعجيب ، وإن كنت تخلص الاطهار فقط فما الحاجة ، لأن أولئك مستحقون ، ولكن فىّ أنا الغير مستحق ياسيدى ، أرى عجب رحمتك لأنى إليك أسلمت نفسى .

ويقول القديس بلاديوس كاتب الرواية ، أن الشيطان ضجر من حسن رجائه وشدة عناده معه ، وظهر له وجهاً لوجه ، بينما كان يرتل مزاميره وقال له : أما تخزى وأنت تقف بين يدىّ الله بالجملة وتنطق إسمه بفمك النجس ؟

فقال له الأخ : أنت توقعنى فى الخطية وأنا أطلب من الله الرحيم أن يتحنن علىّ وأنا أضاربك على هذا الصراع حتى يدركنى الموت ، ولن أقطع رجائى من إلهى ولا أكف عن

الاستعداد لك وسننظر من يغلب : أنت أم رحمة الله .

فقال له الشيطان : من الآن لن أعود إلى محاربتك لئلا أسبب لك مزيداً من الأكاليل بسبب رجائك[٢١] .

التمسك باسم يسوع المسيح والطلبة المستمرة :

بقدر ما تحس بالحق ومقدار القداسة ، كلما يزيد جهادك ضد النجاسة ، جاهد واطلب الله بكل قوتك فإنه لن يبخل عليك ، قال القديس مكاريوس :

« فلنتوسل إلى الله إذن ، أن ينزع منا الإنسان العتيق ، لأنه وحده القادر على نزعه منا مع الخطية لأنهما أقوى منا ، بحيث أنهما استأسرانا واستعبدانا فى مملكتهما » .

تذكروا يوستينا العفيفة ، كيف كان لها الذكر الحسن لاسم ربنا يسوع المسيح ، حصناً ضد مكائد الشياطين المعاونين لكبريانوس . كيف لم يستطيعوا الدخول إليها ، ومحاولة إستمالتها إلى الدنس ، ثم كيف اعترفوا بذلك أمام

---

(٢١) بستان الرهبان ص ٢٤٧

كبريانوس أقوى وأشهر سحرة عصره .. فقد تأثر وصار مسيحياً بل شهيداً .

انظروا كيف شبّه أحد الآباء ، اسم ربنا يسوع المسيح ، بأخ ممسكاً بأخته (النفس البشرية) يحرسها من ميولها الرديئة تارة ، ومن أغراءات الأعداء تارة أخرى[٢٢] .

.. تمسّك بالوعد : أُدعنى وقت الضيق أنقذك فتمجدنى[٢٣] لا يقدر الشيطان أن يخطفكم منى[٢٤] وردد على الدوام :

- طلبتك من عمق قلبى ياربى يسوع أعنى
- حِلَّ عنّى رباطات الخطية ..
- كن لى معيناً لكى تخلصنى ..
- إسرع ياإلهى لتخلصنى ..
- أنت تعرف أفكارى وتفحص كليتى
- أمِلْ سمعك إلىّ وإستجب لى عاجلاً

---

(٢٢) بستان الرهبان

(٢٣) مز ٥٠ : ١٥

(٢٤) يو ١٠ : ٢٨ ، ٢٩

✧ فى زمن مقبول إستجب لى يارب
✧ وفرق عنى كل الأبالسة
✧ إغرس فىّ ثمرة برّك

(من أبصاليـــة الأحـــد)

واقرأ ماذا تقول إبصالية يوم الأثنين :

✧ كل من يقول ياربى يسوع كمن بيده سيف يصرع العدو .
✧ يسوع هو ربى .. رجاء كل المسيحيين .
✧ كل العلل الرديئة فلنتركها عنا ولنطهر قلوبنا باسم الرب ..
✧ عنبر كثير الثمن هو اسمك القدوس ياربى يسوع .
✧ كمثل طبيب حقيقى ومشفٍ داويت جميع أمراضنا .

✧ لكن اسمك القدوس ياربى يسوع يكون لهم ناصراً فى جميع ضيقاتهم .
✧ اسمك القدوس ياربى يسوع هو ينجيهم من جميع شدائدهم ..
✧ هو يكون لهم طعام حياة تقتات به نفوسهم وأجسادهم معاً
✧ هو يكون لهم ماء حياة حلواً فى حناجرهم اكثر من العسل .

✧ إذا أخبروا به تفرح قلوبهم وتزهر أجسادهم .
✧ إذا نطقوا به تستنير عقولهم وترتفع إلى العلاء قلوبهم

(من ابصالية يوم الثلاثاء)

التوبة :

الصورة التى للمسيح فيك ، وقد تشوّهت وأسأت إليها : الله يود أن ترجع كما كانت لن يستبدلك بآخر : ولكنه مصرّ على إصلاحك وإرجاعك إلى حالتك الأولى ..

ليتك تعرف مقدار الهوة التى هبطت اليها ، استحضر صورة السيدة العذراء الكلية الطهر ، لتبكتك طهارتها ، وتخزيك نقاوتها ، وتحفزّك سيرتها ، لتثور الثورة المقدسة وتحصل على القداسة التى بدونها لن يرى أحد الله(٢٥) .

وتهرب مسرعاً من موضع النتن كغزال من أمام أسد جائع .. إهرب من الموضع الذى فيه قيء الكلاب ومراغة الحمأة(٢٦) ولا تدع معلمنا بولس الرسول ينوح عليك كما

---

(٢٥) عب ١٢ : ١٤
(٢٦) ٢ بط ٢ : ٢٢

فعل سابقاً مع أهل كورنثوس « أنوح على كثيرين من الذين أخطأوا من قبل ولم يتوبوا عن النجاسة والزنا والعهارة التى فعلوها(٢٧) .

وقال أحد القديسين :

ليس شيء يغسل دنس الزانى مثل دموع التوبة ، لأن الزنى يخرج من الجسد والقلب وكذلك الدموع تخرج من الجسد والقلب(٢٨) .

إدخل إذن إلى مخدعك واطرح نفسك أمام الله ، واعتذر له عن أزمنة الجهل التى كنت فيها تصنع هواك ، وحينئذ تستمد القوة اللازمة لمجابهة الخطية .

قال أنبا أغاثون :

« امضوا واطرحوا ضعفكم أمام الله فتجدوا قوة »(٢٩) ..

ولتكن لك الثقة الكاملة فى الله أنه سوف (يبلع) كل خطايانا السابقة ولا يعود يذكرها ، ويدخلنا معه فى عهد جديد ونصبح بالتوبة وكأننا لم نخطىء .

---

(٢٧) ٢كو ١٢ : ٢١

(٢٨) بستان الرهبان ص ٢٠٥

(٢٩) بستان الرهبان ص ٢٦٧

ومما لاشك فيه أن الخطية الأولى التى تستطيع أن تكسر الشاب : هى خطية النجاسة ، حيث تطرده من أمام الله وتذّله وتضغط رأسه بقوة إلى أسفل لتغمسه فى (الوحل) ولذلك يقول معلمنا بولس الرسول : إن عشتم حسب الجسد **فستموتون** ولكن إن كنتم بالروح تميتون أعمال الجسد **فستحيون**(٣٠) .

وفى المقابل تعد الطهارة هى اكبر سلاح يحمله الشاب .. إنها رصيد هائل يستوعب كل الهجمات التى تأتيه من الخارج .. العفيف شخص تعلن العفة فيه عن نفسها .. عن طريق كلماته وسلوكه .. ويقول الشيخ الروحانى :
« فم العفيف يتكلم بالطيبات ويلذذ صاحبه ويفرح سامعيه » .

وأنت فى مواجهة الخطية :

إحذر أن تدخل فى مواجهة مع الخطية فإن الهروب من الخطية افضل من مواجهتها ..

---

(٣٠) رو ٤ : ١٣

✧ إحرص على ألاّ تفرط فى الطعام ، لاسيما الانواع الدسمة والحريفة منه

✧ راعى أن يكون جسمك نظيفاً دائماً مع التواجد فى اماكن جيدة التهوية وإختيار الملابس اللائقة .

✧ إهرب من كل ما من شأنه إستدراجك إليها ..

✧ إهرب من الفراغ وإشغل نفسك دائماً بالأعمال المفيدة ، أو الحديث مع الآخرين .

✧ راعى ألاّ تذهب إلى السرير ، إلاّ وأنت مرهق (مستهلك) ومحتاج إلى النوم ، وعندها إرشم ذاتك بعلامة الصليب وكذلك إرشمه على كل الجهات حولك .. وإن أمكن فليكن لك صليب يد خشب صغير تمسكه بيدك عند النوم . ثم نم على الجانب الأيمن كأنسب وضع للنوم .

كذلك يفضل جداً القراءة قبل النوم .. وترتيل بعض المزامير .. وآيات من الكتاب المقدس فإن من شأن ذلك تنقية العقل ، وتقديس الفكر .. بل ستجد ذاتك تردد ما كنت تقوله أو تقرأه عند النوم وذلك عند إستيقاظك .

وعند إستيقاظك من النوم ، غادر السرير ولا تجعل هناك وقتاً بين استيقاظك ومغادرتك له .

قال أحد القديسين :

« لا تملأ بطنك من الخبز والماء ، ولا تشبع من نوم الليل ، فإن الجوع والسهر ينقيان أوساخ القلب من الأفكار »(٣١) .

لاحظ أيضاً نقطة هامّة ، وهى أنه يحدث (عملية تصعيد) يشترك فيها الشيطان مع الخيال ، فإذا ما وصلا معك إلى نقطة القمة : حدث السقوط .

فكن حذراً .. وكن يقظاً .. وأهرب دائماً إلى الإسم الحلو الذى لربنا يسوع المسيح ، فإن إعلان التمسك بالمسيح هو فى الواقع إعلان الحرب ضد الشيطان .

قال القديس مار اسحق : « طوبى لمن نام واسمك القدوس على شفتيه »

✧ وأيضاً يا أحبائى فلنطرح عنّا ميول قلوبنا الرديئة التى تجذبنا إلى الخطية .

✧ ولنبارك الاسم الحلو الذى لربنا يسوع المسيح

(أبصالية الخميس)

---

(٣١) بستان الرهبان ص ٣٦٦

✧ الحقيقة أننى تقدّمت إلى رأس عظيم هو اسم الخلاص الذى لربنا يسوع المسيح

✧ ربنا يسوع المسيح أعطى علامة لعبيده الذين يخافونه لكى يتسلّطوا على أعدائهم .

✧ طوبى للرجل الذى ترك عنه هذا العمر واهتماماته المملؤة تعباً القاتلة للنفس .

✧ ويحمل كل يوم صليبه ويلصق عقله وقلبه باسم الخلاص الذى لربنا يسوع المسيح .

(ابصاليـة الجمعـة)

✧ كل أسباب الخطية إنزعها عنى .. كل أفكار العدو فلتبعد عنى

✧ إقبل توسلاتنا نحن الخطاه ..

(أبصاليـة السـبت)

فـإذا ما حدث السـقوط :

فإذا ما سقطت ، إما لتهاونك وإمّا لضعفك ، ووقعت مثل

(الثور الخائر المذبوح) فقم فى الحال وإنفض عنك غبار الخطية وقل فى ثقة :

لا بـــأس .. لا يـــأس ..

باب التوبة مفتوح .. ولن أترك الشيطان يغلق علىّ باب الخطّية ، سأعوّض كل ما خسرته ، وشكراً لله الذى وهبنى أن أقدم توبة ثانية .. وسأصير أفضل مما كنت .

وبالجملة فكر فى **الخطوة الثانية** ، بدلاً من أن تدفن رأسك فى الأرض .. وتولول .. وتندب حالك ، أو بدلاً من أن تصل إلى اللا مبالاه ، لئلا تؤخذ فى سقطتك .

قـــال قديـــس :

« ليس أصعب من العادة الرديئة ، فإن كثيرين ماتوا قبل أن يقدموا عنها توبة ، والله وحده يعلم كيف سيدينهم » .

وأعلم جيداً أن الشيطان لا يهمّه فى كثير أو قليل أن تخطىء ، ولكنه يهمّه جداً أن يفقدك رجاءك ، **فإنتبه** وثق أن الله دائماً فى إنتظارك ويده المباركة ممدودة لك .. وأن الوعد لك .. والمجد والخيرات معدّة لك أيضاً .

فى هـذا الكتـاب

صفحة

مقدمـــة ٧

أولاً :

الشـهوة الشبابية نفسـياً ١٥

ثانياً :

الشـهوة الشبابية روحيـاً ٢٣

ثالثاً :

كيـف اتحـرر منهـا ٣٧

... فقم في الحال وإنفض عنك غبار الخطية وقل في ثقة :

لا بـــأس .. لا يـــأس ..

باب التوبة مفتوح .. ولن أترك الشيطان يغلق عليّ باب الخطّية ، بل أعوّض كل ما خسرته ، وشكراً لله الذي وهبني أن أقدم توبة ثانية .. وسأصير أفضل مما كنت .

وبالجملة فكر في **الخطوة الثانية** ، بدلاً من أن تدفن رأسك في الأرض .. وتولول .. وتندب حالك ، أو بدلاً من أن تصل إلى اللا مبالاه ، لئلا تؤخذ في سقطتك .

وأعلم جيداً أن الشيطان لا يهمّه في كثير أو قليل أن تخطىء ، ولكنه يهمّه جداً أن يفقدك رجاءك ، **فإنتبه** وثق أن الله دائماً في إنتظارك ويده المباركة ممدودة لك .. وأن الوعد لك .. والمجد والخيرات معدّة لك أيضاً .

مطبعة دير البرموس