مطرانية الزقازيق ومنيا القمح
للأقباط الأرثوذكس
كنيسة السيدة العذراء
ومار يوحنا بالزقازيق

الصوم الكبير
روحانية وحياة

بنعمة الله
الأنبا ياكوبوس
أسقف الزقازيق ومنيا القمح

الصوم هو تدريب عملي للتقدم في الحياة الروحية ، وهـــو إحدى الوسائل المستحبة والعلامات الظاهرة للدخول في عهـــود متجددة مع الله .

والصوم ليس حرماناً من بعض الأطعمة وإنما هـــو زهـــد اختياري . وليس إذلالاً للجسد وإنما هو إنعاش للروح .

وليس تقييداً أو سجناً للحواس وإنما انطلاق بغير معطل نحو التأمل في الله .

والصوم لا يحمل معنى الحصر والضيق بل يهـــدف إلـــى السرور والاتساع في القلب .

هو طقس كنسى عام كما هو اختيار فردى شيق . والصوم ليس ضرورة أو فرضاً موضوعاً علينا وإنما هو احتيـــاج لازم ولا غنى عنه قط . لأنه يقود إلى حياة التجرد وعدم الارتبـــاط بالعالم ، بل يرفع الإنسان فوق مستوى الماديات ليكون اتجـــاه الإنسان سمائي .

وليس هو أمراً متعلقاً بالجسد بقدر ما هو متعلق بالروح والملكوت والحياة الأبدية .

والصوم هو إعداد النفس للاتصال بخالقها والوجود في حضرته. للتمتع بفيض حبه وغزير نعمته .

الصوم الكبير هو أهم صوم في الكنيسة :

أنه صوم سيدى ، نصومه على مثال صوم الرب نفسه ... فالرب صامه عنا ، صامه من أجلنا .

فترة الصوم الكبير هي فترة تخزين روحي للعام كله ، وفترة روحيات مركزة . أنها أقدس أيام السنة ، وأكثرها روحانية .

الذي يتهاون في الصوم الكبير من الصعب أن يكون مدققاً في باقي أيام السنة . لذلك يجب الاستعداد له بما يليق به .

فترة الصوم الكبير بالذات كان السيد المسيح فيها معتكفاً ، كان وحده فى البرية ، صائماً ، فى وحدة وصلة دائمة بالآب

فان كنت لا تستطيع الاعتكاف بمعناه المطلق ، فعلى الأقل اعتكف في حدود إمكانياتك ، بتصميم وجدية ..

للصوم ركيزتان،لا نستطيع ان نهتم بإحداهما،دون الأخرى !.

هو إخضاع للجسد من ناحية ، لكي من ناحية أخرى تنال الروح حريتها . وهو تجويع للجسد ، فتنال الروح شبعها .

ولا نكتفي في الصوم بإذلال الجسد ، ونهمل الهدف الأساسي الذي هو الاهتمام بالروح وإنعاشها وتغذيتها .. ! .

في هذا الصوم ، ينبغي أن نتأمل .. كيف بدأ بالنسبة إلى السيد المسيح نفسه .

بدأ الرب تجسده بإخلاء ذاته ، وكذلك بدأ خدمته .

ذهب إلى يوحنا المعمدان ليعتمد منه معمودية التوبة ، وقد أخلى ذاته ، حتى أظهر يوحنا عدم استحقاقه بأن يقوم بعماده .

ولما حل الروح القدس عليه كحمامة ، وشهد له الآب من السماء ، ذهب الى الجبل وحده ، بعيداً عن التمجيد ...

كانت عملية اخلاء الذات دائمة طوال تجسده على الأرض . وأرانا الرب بهذا ، أن الخدمة تبدأ باخلاء الذات .

والسيد المسيح لم يبدأ خدمته بالمجد ، وإنما بالتجرد ، بالدخول من الباب الضيق ، والسير فى طريق الآلام .

إن اخلاء الذات لم يكن عند المسيح مجرد نقطة البدء ، كما ظهر فى التجسد ، والميلاد فى مذود ، والهروب الى مصر ،

حتى فى فترة ما قبل بدءه الخدمة الجهارية . إنما استمر معه هذا الإخلاء طوال الطريق ،الى جثسيمانى، والجلجثة والقبر...

أنه تخلى عن الذاتية تخلياً كاملاً .فان أردنا أن نصوم مثله، علينا أن نتخلى عن الذاتية مثله ... فننكر ذواتنا ، ونحمل صليبه ، ونتبعه بكل قلوبنا . .

إن كان وهو السيد ، سيد الكل ، قد أخذ شكل العبد فنحن العبيد أى شكل نأخذ ...؟! نأخذ شكل التراب والرماد ، أثناء الصوم ، وفى غير فترات الصوم .

كان السيد المسيح فى البرية اربعين يوماً قبل أن يبدأ خدمته الجهارية .

وانت أيضاً قبل أن تعمل مع الناس ، اجلس مع الله ، قبل كل كلمة ، قبل كل تصرف ، انفرد بالرب ولو لحظة . لكى تنال حكمة ونعمة وارشاد كيف تعمل وكيف تتصرف ؟ ! .

إن كنت لا تستطيع أن تعتكف أربعين يوماً ، بسبب مسئولياتك العالمية ، فاعتكف ولو اربعين دقيقة ... إن كل لحظة تختلى فيها بالرب لها قيمتها وفاعليتها ...

فترة الصوم فترة حروب وتجارب

إن فترة الاربعين يوماً التى قضاها الرب فى البرية ، كانت فترة حروب وتجارب من عدو الخير .

إن التجارب لا تضايقنا ... انها محاولة يائسة من الشيطان أن يثنينا عن العمل الروحى ... إنها محاولة من فرعون عند البحر لكى يبقينا فى أرض العبودية .فى الاربعين يوماً كانت هناك تجارب ، وأيضاً كان انتصار . فلنحارب حروب الرب فى شجاعة ، فننتصر كما انتصر هو ، وهو نفسه " سيقودنا فى موكب نصرته " .

فترة الصوم هى فترة مقدسة ، يجب أن نسلك فيها بكل قداسة . والصوم الكبير فترة امتلاء بالروح وفترة تخزين روحى ، وخبرة روحية ، وعشرة مع الله ...

فى فترة الصوم اشعر أنك داخل كنز من الروحيات ، وعلى مخزن من الخبرات وستأخذ من هذا الكنز لحياتك كلما احتجت لتنال غنى الروح .

كن مدققاً . وثق أن التدقيق الذى تمارسه خلال الخمسة والخمسين يوماً ، ستصحبك آثاره ونتائجه بعد الصوم أيضاً .

وتكون خلال الصوم قد تعودت الحرص والتدقيق ، وقد تدربت على التعفف ، وعلى الصلاة والوحدة والتأمل .

حاول كل يوم ان تنال من الرب بركة خاصة . وصلى الى الرب أن يمنحك معونة خاصة خلال الصوم . اطلب منه أن يعطيك أياماً مقدسة تبدأ بها .. وصوماً طاهراً كعطية مجانية من لدنه . وبركة لحياتك تشملك كل الايام .

ولا تظن أن الصوم هو مجرد نسك جسدى ، أو مجرد تغيير طعام بطعام ، بل هو مناسبة روحية مقدسة . تستطيع فيها الروح أن تنطلق من ضغوط الجسد وشهواته . لسمو الروح ونقائها والتقائها بالله فى كل لحظة لتشبع من محبة الله وتتحد به .

بين يديك أيها القارئ العزيز كتاب :

" **الصوم الكبير روحانية وحياة** ".

يحتوى على موضوعات روحية هامة وعميقة وهى :

(١) الصوم والروحانية . (٢) الصوم وحياة التوبة .

(٣) الصوم والصلاة والسهر .

(٤) الصوم والتجرد والعطاء .

(٥) الصوم والقراءات الروحية .

(٦) الصوم والسجود والمطانيات .

(٧) الصوم وحياة القداسة .

فليعطنا الرب أن نكمل هذا الصوم المقدس فى توبة حقيقية وحياة نقية ، وفرح روحى ، وامتلأ مقدساً ونمواً فى الروح . بمعونة الروح القدس . الذى يقوينا ويشددنا فى الجهاد لكى ننتصر وننال اكليل المجد المعد لنا . بشفاعة والدة الإله القديسة مريم العذراء ، وكافة الملائكة والآباء الرسل ، والشهداء والابرار والقديسين.وبصلوات صاحب الغبطة والقداسة **البابا**

شنودة الثالث

بابا الاسكندرية وبطريرك الكرازة المرقسية وسائر أفريقيا وبلاد المهجر .

بدء الصوم الكبير

٦ مارس سنة ٢٠٠٠ ميلادية .

بنعمة الله

الأنبا ياكوبوس

اسقف الزقازيق ومنيا القمح

محتوى الكتاب

الفصل الأول :

الصوم والروحانية

الفصل الثانى :

الصوم وحياة التوبة

الفصل الثالث :

الصوم والصلاة والسهر

الفصل الرابع :

الصوم والتجرد والعطاء

الفصل الخامس :

الصوم والقراءات الروحية

الفصل السادس :

الصوم والسجود والمطانيات

الفصل السابع :

الصوم وحياة القداسة

الفصل الأول :

الصوم والروحانية

الصوم الروحاني

" اضربوا بالبوق فى صهيون قدسوا صوماً نادوا باعتكاف ".

(يؤ ٢ : ١٥) .

" وأما أنت فمتى صمت فأدهن رأسك وأغسل وجهك . لكي لا تظهر للناس صائماً بل لأبيك الذي فى الخفاء . فأبوك الذي يرى في الخفاء يجازيك علانية " (مت ٦ : ١٧ ، ١٨) .

الصوم هو أول وصية أعطيت للإنسان . إذ أمره الرب أن يمتنع عن أكل صنف معين من الطعام . فماذا كان يعنى هذا الأمر ؟ .

كان يعنى هذا الأمر ان يسيطر الإنسان على جسده ، فلا يعطيه الحرية الكاملة ، ليعمل ما يشاء أو يأكل ما يشاء .

وهذا معناه ان يرتفع الإنسان فوق مستوى الجسد .

فلا تقوده فى التصرف رغبات الجسد ، ولا يستسلم للجسد فيما يشتهى أو يريد ، أو يحقق رغباته التى تعوق نمو الروح .

إذن فترة الصوم ، هي فترة غير جسدانية .

وإذا كان طعام الجسد من المادة ، إذن فالإنسان في فترة الصوم لا يرتفع فقط فوق مستوى الجسد ، وإنما يرتفع أيضاً فوق مستوى المادة .

معنى هذا أن لا يكون تحت سلطان الجسد . وبهذا يعطى روحه فرصة أن تنطلق من سلطان الجسد .

ولما كان الصوم هو أول وصية أعطيت للإنسان لذلك نجد أن السيد المسيح بدأ خدمته على الأرض بالصوم .

إن الصوم له جذور عميقة في النفس البشرية ، حتى يتميز بأنه ليس قاصراً على منع الجسد ، وإنما فيه الغذاء الروحي بعمق .

هو ارتفاع فوق المستوى الجسدانى ، وارتفاع فوق المستوى المادي وهو إعطاء الروح غذاءها ، والاهتمام بالطعام الذي للحياة الأبدية .

جوهر الصوم

جوهر الصوم هو انطلاق الروح من مطالب هذا الجسد ، الذي يعطل سمو الروح ،ويرتفع بعيداً عن ثقل المادة ،فتتجه الروح والجسد معاً في اتجاه واحد هو محبة الله والتمتع بعشرته .

هذا الصوم يجب أن يكون مقدساً ، أى مخصصاً لله وحده فقط دون شئ آخر .

ثلاثة أشياء لابد ان تخصصها لله في صومك ، إن أردت ان تقدس هذا الصوم لله .

فى هذا الصوم الكبير تخصص القلب والفكر والإرادة لله .

فلا يكون كل صومك هو انشغال بالأكل والشرب . وإنما امتناعك عن الأكل والشرب ، و ضبط النفس فيما ترغب فيه وتشتهيه ، إنما هو تدريب لهذه الإرادة كيف تقوى ، ولا تكون قاصرة على موضوع الطعام فحسب ، وإنما إرادتك التي نجحت فى السيطرة على الطعام ، تقدم ذاتها لله في كل شئ .

(١) يجب ان تكون إرادتك وفق إرادة الله .

وهذه هي الحكمة من الصوم . أن منع النفس عن الأكل ، يمتد إلى أن يصير منعاً عاماً عن كل ما يغضب الله .

فى صومك قدم إرادتك لله فى كل تصرفاتك وقل له :

" لتكن لا إرادتي بل إرادتك " .

(٢) حاول أن تعرف أين تشرد إرادتك بعيداً عن الله .

حاول بكل جهدك والنعمة تسندك ، لكي تقدم لله إرادة صالحة ترضيه . وهذا التدريب الذي تسلك فيه أثناء الصوم سوف يصحبك بعده أيضاً . لأنه من غير المعقول أن تضبط نفسك في البعد عن خطايا معينة أثناء الصوم ، ثم تبيح هذا الأمر لنفسك عندما ينتهي الصوم !. وإلا فما الذي تكون قد إستفدته من صومك ؟ ! .

(٣) احرص أن يكون الصوم قد غير فيك شيئاً .

لا تأخذ من الصوم مجرد تغيير الطعام ، إنما تغيير الحياة إلى أفضل ... تغيير النقائص التي فيك ، والضعفات التي تكون سبباً في توتر العلاقة مع الله والناس .

(٤) فى الصوم يجب ان يكون القلب ملتصق بالله .

هل تعطى قلبك لله كما تعطيه إرادتك ؟ وهل تشعر بحبه أثناء الصوم ؟ وهل هذا الحب طابع واضح في صلواتك وتأملاتك أثناء الصوم .

وهل من أجل محبته نسيت طعامك وشرابك ، ولم تعد تهتم بشيء من هذا ؟ .

(٥) في الصوم ينشغل الفكر بالرب وحده .

الصوم فترة مقدسة للرب ، مخصصة له ، يجب فيها أن ينشغل الفكر بالله وحده .

لندخل إلى أعماق نفوسنا ونفحص ذواتنا جيداً ، وأفكارنا أين هي أثناء الصوم .

هل أنت أيها الأخ في دوامة العمل مشغول ، وفى دوامة الأخباروكثرة الأحاديث مع الناس ، حتى لا تجد وقتاً لله تعطيه فيه فكرك وربما تصوم حتى الغروب وفكرك ليس مع الله .

ربما تفكر في أمور تافهة ، وتتكلم في أحاديث مطولة لا نفع منها ولا فائدة ولا ثمار تجنى . والله ليس في فكرك .

لا تتذكر الله إلا حين تجلس لتأكل فتصلى فقط . وتتذكر أنك كنت صائماً هل هذا صوم روحي يريح ضميرك ؟ .

ليتك تتذكر قول داود النبي في المزمور : "**جعلت الرب أمامي في كل حين . لأنه عن يميني فلا أتزعزع** " (مز ١٦ : ٨) .

تقول هو أمامي فى كل عمل أعمله ، وفى كل كلمة أقولها . الله هو هدفك الوحيد وهو يراك وشاهد على كل شئ تعمله وعلى كل فكر تفكر فيه وعلى كل كلمة تقولها .

ليتنا فى الصوم نضع الله أمامنا فى كل حين لكي ما تدركنا مراحم الرب ، ويفيض علينا من مواهبه ويشرق على عقولنا بأشعة النقاوة لتستنير بحكمته الإلهية ، وننال الفهم الحقيقي من عند الرب .

الهدف السليم للصوم

لماذا نصوم وما هو هدفنا من الصوم ؟! .

١) نصوم من أجل محبتنا لله .

نحن نصوم من أجل محبتنا لله ، نريد أن تكون أرواحنا ملتصقة بالله . ولا نشاء أن تكون أجسادنا عائقاً في طريق **الروح** .

لذلك نخضعها بالصوم لكي تساير الروح في عملها . وهكذا نود في الصوم ، أن نرتفع عن المستوى المادي وعن المستوى الجسدانى ، لكي نحيا بالروح ، ولكي تكون هناك فرصة لأرواحنا البشرية أن تشترك في العمل مع روح الله ، وأن تتمتع بمحبة الله وبعشرته . والتمتع بمحبة الله في علاقة قوية ثابتة غير متذبذبة ، ودائمة النمو والسمو ، هي أسلوب الحياة كلها . ولكن يكون بصورة أقوى ومركزة في الصوم ، فيها عمق أكثر وحرص أكثر ، كتدريب وكتمهيد لكي تكون هذه المتعة بالله هي أسلوب الحياة كلها .

٢) نحن نصوم لأن الصوم يقربنا الى الله .

الصوم فيه اعتكاف ، والاعتكاف فرصة للصلاة والقراءة الروحية والتأمل فى كلمة الله .

والصوم يساعد السهر وعلى المطانيات ، والسهر والمطانيات مجالاً للصلاة .

والصوم فيه ضبط للإرادة وانتصار على الرغبات .

وهذا يساعد على التوبة التى هى الطريق الى الله والى الصلح

معه . ومن التغرب لكى نعود إلى الأحضان الإلهية .

ونحن نصوم وفى صومنا نتغذى على كل كلمة تخرج من فم الله . لأن كلام الله هو الغذاء الروحي والرئيسي لأرواحنا .

" ليس بالخبز وحده يحيا الإنسان بل بكل كلمة تخرج من فم الله " (مت ٤ : ٤) .

إذن من أجل محبة الله وعشرته ، نحن نصوم .

٣) نحن نصوم لكى نتعلم الزهد فى الأمور المادية والعالمية .

الصوم يساعد على الزهد فى العالميات ، والتخلى عن الماديات وهذا يقوينا على الاستعداد للأبدية والالتصاق بالله .

الصوم يقود الفرد الى التجرد الكامل ، وعدم الارتباط بهذا العالم الحاضر بكل ما فيه من مشتهيات للجسد ، وللعين وتعظم المعيشة ، ويرى الفرد أن هذا العالم سوف يمضى وشهوته ، أما الذى يصنع مشيئة الله فيثبت الى الأبد " .

(١يو ٢ : ١٧) .

يعطى بحب فيربح الأبدية ، كنزه الحقيقى لا فى مقتنيات هذا الدهر التى يفسدها سوس المجد الباطل وصدأ الشهوات .

بل الكنز الحقيقى فيما يقدمه للرب من محبة وخدمة وعطاء للآخرين فيكون كنزه الحقيقى فى السماء .

" **اكنزوا لكم كنوزاً فى السماء حيث لا يفسد سوس ولا صدأ وحيث لا ينقب سارقون ولا يسرقون . لأنه حيث يكون كنزك هناك يكون قلبك أيضاً** " **(مت ٦ : ٢٠ ، ٢١) .**

الزهد فى الأمور الجسدية سمو روحى وانطلاق بغير معطل نحو الأبدية .

وفى التجرد عطاء بالحب ، لأقتبال ما هو أفضل وإقتناء ما هو أسمى وأرفع ، وما هو أعظم ، الأبدية بأمجادها . لأن التخلى الإرادى عن أمور هذا العالم بكل ما فيه من مغريات الحياة ومسرات الدنيا ، ورفض حب القنية واكتناز المال ، يجعل الانسان لديه الاستعداد لقبول ما هو أفضل .

فاقتناء الحب الإلهى يغنيه عن اكتناز المال ، والشبع بكلام الله أفضل من طعام الجسد ، وارتداء ثوب البر ، أفضل من لـــبس الثياب الناعمة .

كما قال رب المجد فى انجيل معلمنا لوقا البشير :

" **هوذا الذين فى اللباس الفاخر والتنعم هم فى قصور الملوك**"

(لو ٧ : ٢٥) .

لأن الاكتساء بثوب العفة أفضل مـــن ارتـــداء الارجـــوان ، ونقاوة القلب الداخلية أفضل من ثياب الحرير الذى يكتسى بهـــا إنسان قلبه مدنس ملئ بالشهوات .

الاستعداد للأبدية يرفع الإنسان أن يزهد فى كل شـــئ لأنـــه يشعر أنه فى أى لحظة سوف ينطلق من هذا العالم تاركاً وراءه كل شئ .

لأن الذى يحيا الملكوت هنا ، سوف يحيا هناك . لأن ملكوت الله ليس أكلاً ولا شرباً بل بر وسلام وفرح فى الروح القدس .

للرب التمجيد والتعظيم ،ولإسمه ينبغى التسبيح فى كل حين .

الذى يشرق بنور المعرفة على العقل ، لنعى ما هو مذخر لنا فى المسيح يسوع من مواهب وعطايا وما هو محفوظ لنا فى السماء .

لنحتقر أمور هذا العالم الحاضر ، ونتجرد عن المقتنيات ونزهد في الماديات والجسديات ، ونتطلع بعين فاحصة إلى السماء حيث الميراث المعد لنا من قبل الرب حسب وعده الأمين الذي وعد به كل الذين يحبونه .

" **تعالوا يا مباركى أبى رثوا الملكوت المعد لكم منذ تأسيس العالم (مت ٢٥ : ٣٤) .**

الفصل الثانى :

الصوم وحياة التوبة

الصوم وحياة التوبة

(١) الحرص والغربة :

إن الإنسان التائب ، الذي جرب الخطية وعرف ضغطاتها وعنفها وشدتها ، كما عرف ضعفه إزاءها وعجزه كثيراً عن مقاومتها ، تراه يحرص كثيراً في سلوكه ... يخاف جدا من السقوط ، لذلك يحترس من الصغائر التي تبدو لغيره توافه لا تعثر ولا تسقط ، لئلا تقود إلى الخطايا الأخرى الأصعب التي " **طرحت كثيرين جرحى وكل قتلاها اقوياء** " (ام ٧ : ٢٦) .

أنه فى تويته لا يشعر أنه أقوى من الخطية ، بل على العكس يشعر أنه ضعيف عن مقاتلة أصغرها . لذلك يهرب من الخطية ومن طرقها وكل أسبابها . ومن كل الطرق المؤدية إليها .

لعل هذا الحرص الشديد كان أحد العوامل الأساسية التى جعلت قديسى التوبة المشهورين ، لا يعودون الى خطاياهم القديمة مرة أخرى بعد توبتهم .

أقوال الآباء :

١) من اقتنى الفضائل العظيمة ، مثل الصوم والسهر ، ولكنه لم يقتنى حراسة القلب واللسان ، فإنه فى الباطل يتعب ويعمل اذا وضعت كل أعمال التوبة فى ناحية ، والحفظ فى ناحية أخرى ، فإن الحفظ يرجح ، فان المسيح وضع قياس الوصايا على أصل الأفكار القلبية .

٢) حفظ الحواس يقلع الخطايا . وحفظ القلب يقطع الآلام التى تلد الخطايا .

٣) إنسان مماحك (مجادل) لا يظفر بسلامة الفكر ، والعادم من السلامة هو العادم من الفرح . الإنسان الذي يطلق لسانه على الناس بكل جيد وردئ ، لن يؤهل للنعمة من الله .

٤) احفظ لسانك كيما تسكن فيك مخافة الله .

٥) ابغض كلام العالم لكي يعاين قلبك الله .

٦) ورع صادر عن حسد كسهم مسموم .

ماراسحق السريانى

٧) لا تسكن فى القرية التى أخطأت فيها .

القديس انطونيوس

٨) انى لا أتذكر أن الشياطين أطغونى مرتين فقط فى أمر واحد .

شيخ حدثته أفكاره قائلة له : " استرح اليوم وتب غداً "

فقال : لن يكون ذلك أبداً ، بل على ان أتوب اليوم ، ولتكن مشيئة الرب غداً .

أحد الآباء الشيوخ

٩) علامة الخوف الهرب من العيوب الصغار ، حذراً من الوقوع فى الذنوب الكبار .

القديس باسيليوس

١٠) أنا قلت لنفسى : " يوم خروجى من العالم ، هو اليوم الذى فيه أكون قد ولدت ، وبدأت بعبودية الرب ، كذلك كن كل يوم بمنزلة الغريب الذى يترجى الرجوع بالغداة " .

أحد الآباء الشيوخ

١١) ان غلب الإنسان بالله التجربة الأولى، فلن يقوى عليه العدو فيما بعد ، أما إن انغلب فى التجربة الأولى ، فان العدو متى أراد أتى به الى عبادة الأصنام . (١)

القديس برصنوفيوس

١٢) قيل عن أنبا أور :

أنه لم يكذب قط ، ولم يحلف ، ولم يلعن ، ولا كان يتكلم إلا للضرورة ، وكان يوصى تلميذه قائلاً : " انظر يا ابنى ألا تدخل هذه القلاية كلمة غريبة " .

١٣) **حدث مرة أن مضى تلميذ أنبا أور :** ليبتاع خوصاً ، فقال له البستانى: ان إنساناً أعطانى عربوناً من ثمن الخوص ، ولم يرجع الى الأن فادفع الثمن وخذه . فأخذه وجاء وأخبر الشيخ بما قاله له البستانى فلما سمع الشيخ بذلك ، وضع يديه على الأرض وقال: " أن أورلن يعمل فى هذا العام عملاً ، وفعلاً لم يدع الخوص يدخل قلايته ، فأخذه التلميذ ورده الى صاحبه .

(١) ليس المقصود هنا أن من يسقط مرة فلا توبة له ، بل يريد القديس ألا يتهاون الإنسان إطلاقا لئلا يعتاد التهاون ويتكرر سقوطه .

(٢) امتزاج الفضائل بروح التوبة .

الفضائل معروفة فى أسبابها ومظاهرها . ولكن فضائل التوبة مميزة بروح خاص ، تمتزج دائماً بالانسحاق والشعور بعدم الاستحقاق ...

مثال ذلك الصوم : كثيرون يصومون . أما التائب فصومه من نوع خاص . هو لا يصوم ليكتسب فضيلة الصوم ، ولا ليقهر جسده ويذله فحسب ، إنما هو أيضاً يشعر انه لا يستحق الطعام . هو يقول لنفسه أحياناً " كثيرون يعملون أفعالى هذه ، وهم الآن فى السجون ، لا يتمتعون بالحرية كما لا يجدون ما يأكلون ، وأنا ههنا حر وأتمتع بالطعام ! وما ذلك إلا لسبب واحدوهو أن أخطائى مخفاة ...وهؤلاء المسجونون أفضل منى : **أولاً** : لأنهم شُهروا فى خطاياهم ، أما أنا فمرائى أخفى خطاياى .

ثانياً : لأنهم نالوا عقوبتهم ههنا ، أما أنا فلم أنل أية عقوبة .

فلا أقل اذن من أحرم نفسى من بعض ملاذ الطعام ، يكفيها ما أخذته من لذات الخطية الدنسة " ..

✝ **كان انسان جندى من بلاد الأكـــراد** ، قد عمل خطايا كثيـــرة ودنس جسده بكل أصناف النجاسات ، وبرحمة الله ، تخشع قلبه ، فزهد في العالم ومضى إلى موضع قفر ، وبنى له قلاية فـــى أسفل الوادى ، وأقام فيها مهتماً بخلاص نفسه . فلمـــا عـــرف مكانه بعض معارفه صاروا يحضرون له خبزاً وشراباً وكـــل حاجاته ، فلما رأى ذاته فى راحة ،" واصبح لا يعوزه شـــئ . حزن وقال فى نفسه : " اننا ما عملنا شيئاً يستوجب الراحـــة ، وهذا النياح الآن يفقدنى النياح الأبدى ، لأنى لـــست مـــستوجباً لنياح البتة " .

وهكذا ترك قلايته وانصرف قائلاً : لنسر الى الضيعة ، لأنه ينبغى لى أن آكل الحشيش طعام البهائم ، اذ كنت قد فعلت أفعال البهائم ، وهكذا أصبح راهباً مجاهداً .

(٣) الانسحاق والدموع

أ) الانسحاق :

من سمات التائب الحقيقى ، نفسه منسحقة دائماً ، يشعر بذل الخطية ويسلك بهذه المذلة فى أعماق نفسه وأمام الله .

وفى انسحاقه يبكت ذاته باستمرار على ما ارتكب من خطايا واقترف من آثام ، يبكت نفسه على عدم تنفيذ وصايا الرب وعلى عدم اطاعته وعدم استعداده بالسهر والجهاد مثل الذين سبقوه ووصلوا الى مستوى روحى أفضل بكثير منه وعلاقات قوية بالله .

وفى انسحاقه وتبكيته لذاته يحيا فى الاتضاع دائماً . وحينما يحارب بالمجد الباطل يذكر نفسه بسقوطه وآثامه . ويلوم نفسه فيقتنى اتضاع الفكر .

وكلما طالت فترة انسحاق التائب ، تزداد توبته عمقاً ، فيحترس من الخطية ويسلك بالتدقيق . واضعاً أمامه قول معلمنا بولس الرسول : " **فانظروا كيف تسلكون بالتدقيق لا كجهلاء بل ككحماء مفتدين الوقت لأن الأيام شريرة** " .

(اف ٥ : ١٥،١٦) .

والذى لا يقتنى الإنسحاق ، ليس هو تائباً بالحقيقة .

وحين نتأمل فى حياة القديسين الذين تابوا ، واحتفظوا باتضاع قلوبهم ، وبمذلة نفوسهم وعاشوا بانسحاق الروح ، واذا خطر

على بالهم فكر انهم تابوا ، كانوا يقدمون ذبيحة شكر إلـــى الله الذى قادهم الى حياة التوبةوسندهم بمعونته وعضدهم بنعمته ، الله الذى أنقذهم من موت الخطية .

" **المقيم المسكين من التراب . والرافع البائس من المذبلة** " . (مـــز١١٣: ٧) .

وهذه المشاعر تلازمهم كل أيام حياتهم فيشعرون أن الـــرب قريب منهم متذكرين قول المزمور" **قريـــب هـــو الـــرب مـــن المنكسرى القلوب ويخلص المنسحقى الـــروح** "(مـــز٣٤: ١٨). وأمامنا مثال عظيم لمعلمنا بولس الرسول الذى ظل منسحقاً فى اتضاع القلب الكامل حتى بعد الرسولية ، ووصل الى الـــرؤى والاستعلانات وعمل المعجزات وحتى بعد ان اختطـــف الـــى السماء الثالثة فنجده يقول : "**ولكن بنعمة الله أنا ما أنا ونعمتـــه المعطاة لى لم تكن باطلة بل أنا تعبت أكثر مـــنهم جمـــيعهم . ولكن لا أنا بل نعمة الله التى معى** "(١كو١٥: ١٠) .

ويقول أيضاً متذكراً خطاياه وأن رحمة الرب ادركته لأنه كان يفعل ذلك بجهل فى عدم إيمان .

فيقول فى رسالته الى تلميذه تيموثاوس : " **أنا الذى كنت قبلا مجدفاً ومضطهداً ومفترياً . ولكننى رحمت لأنى فعلت بجهل فى عدم إيمان** " (١تى١: ١٣) .

خطيته مازالت ماثلة أمامه ، تمنحه الانسحاق ، والشعور بعدم الاستحقاق . بالرغم أنه وصل إلى درجة الرسولية وكتب أربعة عشر رسالة .

الإنسان المنسحق النفس لا يشعر أنه قد وصل أو أدرك أو نال شيئاً كما يقول هو أيضاً في رسالته إلى فيلبى :" **أيها الاخوة أنا لست أحسب نفسى أنى قد أدركت . ولكنى أفعل شيئاً واحداً إذ أنا أنسى ما هو وراء وامتد إلى ما هو قدام** " (فى٣: ١٣) .

التائب المنسحق الذى يتقدم خطوات إلى الأمام فى طريق التوبة وينمو فى الروح ويثمر بالفضائل يشعر فى أعماق نفسه أنه مازال بادئاً ، وأن طريق الجهاد أمامه طويلاً ناظراً إلى نعمة الله المفاضة عليه من لدن القدير تسنده فى جهاده الى أن ينطلق من العالم ليستوطن عند الرب .

فالانسحاق علامة من علامات التوبة التي تلازم التائب كل أيام حياته .

أقوال الآباء :

١٤) يستحق الانسان المتضع الاعجاب ، وأن يكون صديقاً لله إذ قيل بأحد الأنبياء : " الى من انظر ، إلا إلى المتواضع والمنسحق ، الذى يرتعد من كلامى " .

١٥) الفكر المقبول والمضبوط يُرفع إلى الله ، لأنه كما هو مكتوب أن الله لا يرذل القلب المتضع والمنكسر .

القديس كيرلس الكبير

١٦) الاتضاع هو المذبح الذهبى وموضع الذبيحة الروحى . لأن الروح المنسحق ذبيحة الله . الاتضاع هو والد الحكمة. إن كان لإنسان هذه الفضيلة تكون له بقية الفضائل .

القديس يوحنا ذهبي الفم

١٧) لا يمكننا أن نحوز ربنا داخلنا بدون انسحاق وتعب كثير وصلاة بغير فتور .

أحد الآباء الشيوخ

١٨) كما أن الأرض لا تسقط لأنها أسفل ، هكـذا مـن يـضع نفسه لا يسقط .

أنبا بيمـين

١٩) من احكم الاتضاع ، فقد احكم كل الفضائل .

القديس مكسيموس

٢٠) بدء الصالحات وكمالها هو حد الاتضاع بمعرفة حقيقيـة ، لأن المعرفة مقترنة بالتواضع .

مـارافرام

ب) الدمـوع

أولاً : المفهوم الروحى للدموع :

الدموع هى لغة النفس المفعمة بأصدق المشاعر ، هى غسل القلب ، وتطهير الأعضاء ، وشفاء النفس المريضة . وهى لغة الروح ، وصلاة الصامت ، واحتقار العالم ، والحنين إلى السماء ، وانتظار الموت ، وتطلع الأبدية .

ودموع التوبة الصادقة تدخل الى حضرة الله القدير لتتحـدث أمامه؟.كماحدث مع حزقيا الملك حين استجاب الرب إلى صلاته

" **قد سمعت صلاتك . قد رأيت دموعك** " (اش٣: ٥) .
والدموع التى تتساقط على الأرض تجمع فى زق الله .
" **تيهانى راقبت . اجعل أنت دموعي في زقك . أما هي في سفرك** " (مز٥٦: ٨) .
والدموع تزلزل أعتاب السماء ، وتغلب تحنن الله ! .
" **حولى عنى عينيك فانهما قد غلبتانى** " (نش٦: ٥) .

ثانياً : الدموع الصحيحة المثمرة :

١) دموع الشعور بنخس الخطايا وهى تكسر القلب باعثة الحزن .
٢) دموع التأمل فى صلاح الله والأمجاد المزمعة المعدة لنا . وهذا النوع من الدموع ينابيعه غزيرة ووافرة ومبهجة للقلب وباعثة للرجاء .
٣) دموع الرعبة من جهنم والدينونة التى لا يكون لها أى صلة بدموع نخس الخطايا .
٤) دموع على الآخرين ، وهى شديدة الكآبة. خالية من أى دينونة أو انتقام .

٥) دموع الضيقة التى يعانيها مساكين الله من جراء تعسف العالم والظالمين .

وهذه الأنواع من الدموع يربطها جميعاً صفتان اساسيتان :

{أ} دوافعها صحيحة فهى بالتالى أيضاً صحيحة .

{ب} لا يمارس الانسان أثناءها أى نوع من التغصب أو المجاهدة أو التصنع لكى يذرف هذه الدموع أو لكى يستديمها أو يستزيدها بأى حال من الأحوال . هى دموع تلقائية تتبع بالضرورة دوافعها واسبابها الصحيحة ولا تنفصل عن هذه الدوافع أو تتقدم عليها .

ثالثاً : ماذا تعنى الدموع ؟

١) الدموع دليل أن النفس البشرية قد حظيت بالرحمة الإلهية ، كما تفيد أن النفس قُبلت لدى الله عن طريق التوبة . كما تشير أن النفس بدأت مرحلة النقاوة .

٢) ان احساس الانسان سريعاً بخطاياه هو موهبة من الله تقع فى الضمير . فاذا اقتنى الدموع بسببها خصوصاً أثناء

الصلاة ، فكأنه يقدم قرباناً عظيماً للملك السمائى فيقتنى أمامه وجهاً مرفوعاً ويغفر له خطاياه .

٣) توجد دموع تأتى للعمالين بالروح مع الله لعزائهم ، وتدخل الفرح إلى قلوبهم لرجاء الحياة الأبدية .

وتوقع الفرح الدائم المزمع أن يكون للوجود الدائم مع الله .

أقوال الآباء :

٢١) لا تجعل نفسك معدوداً بالجملة وانت تتفرغ لتبكى على خطيتك .

٢٢) أوقد سراجك بدموع عينيك .

٢٣) الزم البكاء فيفيض الله عليك بالرحمة لكن احذر من أن تكون صغير القلب لأن صغر القلب يجلب الأحزان .

الأنبا أنطونيوس

٢٤) الدموع الدائمة أثناء الصلاة علامة على الرحمة الإلهية التى وهبت للنفس كنتيجة لقبول توبتها . بهذه الدموع تؤهل النفس للدخول فى نور صفاء الأبدية .

٢٥) طوبى للباكين من أجل الحق لأنه من خلال دموعهم يرون باستمرار وجه الله .

٢٦) أعمال التوبة والصلوات والدموع باتضاع وكسر القلب لا تغلب الآلام من النفس فقط بل ومن الموت تقيمها .

ماراسحق السريانى

٢٧) الدموع أثناء الصلاة هى علامة الحياة الطيبة ، هى موهبة كبيرة ، اسألوا هذه النعمة من الله ، اسكبوا أمامه الدموع لتصير صلاتكم كالبخور قدامه .

٢٨) مجارى المياه لوقت الحريق، ومجارىالدموع فى زمن التجربة الماء يخمدلهيب النارو الدموع تطفئ شهوة الشر!.

مارافرام السريانى

٢٩) لا تغصب نفسك على الدموع فهى لاتأتى بالعنف لئلا تسوقك الى صغر النفس من كثرة المحاولات الفاشلة .

٣٠) ارفع عقلك فى الصلاة واتركه ينبسط بحرية الارادة ليحلق فى السماء.وترفع عن الدموع العاقرة التى بالتغصب

الأب يوحنا كاسيان

٣١) ان كانت المعمودية قد طهرتنا من الخطية المتوارثة فينا من آدم ، فالدموع هى تجديد لقوة تطهير المعمودية لغسل الخطايا التى عملناها فى انفسنا .

المعمودية التى اخذناها أطفالاً قد دنسناها كلنا ! . والعين الباكية هى جرن دائم لمعمودية التوبة والتجديد . لو لم يهبنا الله نعمة الدموع لتعذر خلاص الكثيرين ! .

الأب يوحنا الدرجى

٣٢) من اقتنى الدموع النابعة من العين النفسية الداخلية فقد ضبط النوح واحكم استعمالاته .

٣٣) كل من يغصب نفسه على الدموع بغير معرفة وبغير همة وعمل وتوبة وندامة فهو يقدم تقدمة جسدية فحسب .

٣٤) لا تصدق يا أخى دموعك قبل أن تبلغ حد الطهارة الكاملة .

٣٥) من لبس النوح السعيد كمنطقة على حقويه فقد كتب لنفسه الفرح الدائم مع القديسين فى الحياة الأبدية .

٣٦) قد رأيت كثيرين من الفقراء والمساكين الخالين من الفضائل ، اغتصبوا ملكوت السموات بكثرة بكائهم وصيامهم أمام الله .

٣٧) ان النفس وقت خروجها من العالم لا تجد ما يعزيها ويشجعها إلا ما قدمته من التوبة والدموع ! .

القديس يوحنا الدرجى

٣٨) النوح يغسل ، وبتعب كثير يصل الانسان إليه ، إذ لا يأتى البكاء إلا بكثرة الهذيذ ، وبذكر الموت ، والدينونة المرهوبة ، والعذاب الدهرى ، وأن تفكر فى نفسك وتقطع هواك وتحمل الصليب .

أحد الآباء الشيوخ

٣٩) ان كان انسان يجربه ابليس بأوجاع الخطية ، ويبكى وينوح لذلك بين يدى الله ، فإن الله يشتاق إليه ، لأن التنهد قادر أن يحل الخطية ، والبكاء يغسل الذنوب .

أحد الآباء الشيوخ

٤٠) حينما تفيض منك الدموع أثناء الصلاة لا تستكبر فى ذاتك كأنما قد صرت أعلى من الآخرين . ولكن اعلم أن الصلاة هى التى وهبتك الدموع لتمهد لك طريق الاعتراف باشتياق ، وتحنن قلب الله عليك ! .

ولكن حذار أن تجعل الدموع شهوتك لأنها وضعت لتكون ضد الشهوات فلا تشتهيها فى ذاتها لئلا تغضب معطيها !!.

نيلوس السينائى

قصص فى حياة الآباء :

{١} مرض أنبا سيصوى : وكان الآباء جلوساً حوله ، فسمعوه قوماً ، فقالوا له : " ماذا تعاين أيها الأب ؟ فقال : هاأنذا أعاين قوماً قد جاءوا لأخذ نفسى ، وأنا أتضرع اليهم أن يمهلونى قليلاً حتى أتوب .فقال له أحد الشيوخ :وان أمهلوك ، هل تقدر الآن أن تنجح فى التوبة وانت فى هذا السن ؟ فقال : وان كنت لا أقدر أن أعمل عملاً فانى أتنهد وأبكى .

فقال له الشيوخ : ان توبتك قد كملت أيها الأب ، فقال لهم : صدقونى فانى لست أعرف من ذاتى ان كنت قد بدأت إلى الآن ؟

ولما قال هذا أشرق وجهه كالشمس ، ففزع الذين كانوا حوله ، فقال : انظروا ، ان الرب قال : ائتونى بتائب البرية ، وللوقت أسلم الروح وامتلأ المكان من رائحة البخور .

{٢} لقى أنبا جراسيموس امرأة فى البرية عارية ، فلما أبصرته توارت عنه ، لكنه أراد أن يكلمها فتوارت خلف صخرة وكلمته ، فقال لها : كم لك فى هذه البرية من الزمان؟ قالت خمسون سنة . قال لها ما هو غذاؤك ؟ . قالت : ان الخالق لا يضيع ما خلق ، قال لها : فماذا أبصرت فى البرية؟ فقالت : ما أبصرت غير المسيح وأعماله وصنائعه، قال لها : وفيما الخلاص ؟ . قالت " فى ترك ما أنت فيه " ، قال لها : وما هو ؟ . قالت شغلك بالبكاء على خطاياك أولى من سؤالك امرأة عما لا ينفعك ، قال لها : صدقت وعمل مطانية ، وانصرف .

{٣} مضى أنبا بيمين فى بعض الأوقات قاصداً مصر ، فنظر امرأة جالسة على قبر تبكى بكاءاً مراً ، فقال لمن كان معه: " لو جئ لهذه المرأة بكل مرطبات العالم وكل الملاهى ، لما انتقلت عليه من الحزن ، وهكذا يجب على الراهب أن يكون حزنه دائماً ومستمر .

{٤}حدث أن مضى ثلاثة اخوة الى الأب بفنوتيوس،وسألوه كلمة ، فقال لهم الشيخ : امضوا ، وليكن عندكم الحزن أفضل من الفرح ، والتعب أفضل من النياح ، والاهانة أفضل من الكرامة ، وليكن عطاؤكم أكثر من أخذكم .

{٥} جاء عن أنبا يوحنا صاحب القلالى :

كانت امرأة خاطئة بمصر ، وكانت جميلة جداً وغنية وكان الرؤساء يأتون اليها ، وفى بعض الأيام جاءت الى الكنيسة وأرادت الدخول فلم يدعها الايبودياكون ماسك الأبواب قائلاً : لست أنت مستحقة أن تدخلى بيت الله لأنك نجسة . واذ كان

معها فى الكلام سمع الأسقف الخصومة فخرج فقالت لـــه هـــذه المرأة الخاطئة من الآن لن أعود الى الخطية ، فقال لها الأسقف : ان جئتى بغناك كله الى هنا علمت أنكِ لا ترتكبى الخطيئـــة ، فمضت واتت بمالها جميعه ، فأخذه وأحرقه بالنار .

ولما دخلت الكنيسة كانت باكية قائلة : " ان كان ههنا حل بى هذا ، فهناك ماذا يحل بى ! . وعملت توبة حسنة وصارت اناء مختار .

(٤) اذكر محبتك الأولى

قال ماراسحق السريانى :

فى الوقت الذى تكون فيه مغلوباً مقهوراً وفى ملل وكسل وقد قيدك عدوك بسماجة فعل الخطيئة اذكر الأوقات القديمـــة التـــى فيها تنشطت ، وكيف كنت مهتماً حتى بصغائر الأمور ، وكيف كنت تتحرك بالغيرة على الذين يعوقون مصيرك . وتنهد علـــى أقل شئ فاتك فى عمل الفضيلة وكذلك اذكر كيف كنت تحظـــى باكليل الغلبة على الأعداء . بمثل هذه التذكارات تتيقظ نفـــسك كمثل من هو فى نوم عميق وتلبس حرارة الغيرة – وكمثل مـــن

فى الموت تقوم النفس من مسقطها وتصلب ذاتها حتى تعود الى طقسها الأول بالجهاد الحار قبالة الشيطان والخطية .

(٥) ذكر ساعة الموت والدينونة

تحدث شيخ قائلاً :

انى مرتعب فزع من تلك الشدة التى سوف تعانيها النفس عند خروجها من الجسد ، اذ تأتيها أجناد الشر ، وماسكو ظلمة هذا العالم الخبيث ، فيأخذونها ويظهرون لها كل ما عملت ، من الخطايا ، بمعرفة وبغير معرفة ، ويحاجونها على كل ما عملت ، فأى شدة ورعب تلحق بالنفس فى تلك الساعة حتى يصدر الحكم بمصيرها ، وتصبح فى عتق . هذه هى ساعة الشدة ، التى تقاسيها حتى تبصر خاتمة أمرها فان كانت مستحقة النعيم ، يأخذها الملائكة بكرامة ويحفظونها من الشياطين الأشرار، وحينئذ تصبح من ذلك اليوم معتوقة منهم ، كما هو مكتوب :" ان مسكن جميع الفرحين فيك يا مدينة الله " ، وحينئذ يتم المكتوب

أن الوجع والتنهد والتعب يهرب ، وحينئذ تفلت من أجناد الظلمة ، لتمضى الى ذلك المجد الأسنى الذى لا ينطق به .

أما إن وجدت النفس وقد كانت عائشة بالتوانى ، فانها تسمع ذلك الصوت المحزن : " ليبعد المنافق كيلا يعاين مجد الرب " . وحينئذ يدركها يوم السخط ، يوم الحزن والشدة ، يوم الظلمة وظلال الموت ، فتُلقى فى الظلمة الخارجية ، ويحكم عليها بالعذاب الأبدى فى نار غير منطفئة ، حيث يهرب كل نعيم وحيث لا يوجد فرح ولا نياح ، ولا غنى ولا جاه ، ولا من يخلص من ذلك اللهيب المعد للنفوس الخاطئة ، فاذا كانت هذه الأمور هكذا ، فأى تدبير ذى أمانة وقداسة ، ينبغى لنا أن نتدبر به فى هذا العمر ، وأى تسبيح وأية صلوات وأى تحفظ يجب أن نقتنى بغير دنس وبغير عيب ، بطهارة وسلام ، لتؤهلوا لسماع ذلك الصوت المملوء فرحاً **القائل :** " **تعالوا يا مباركي أبى رثوا الملكوت المعد لكم منذ تأسيس العالم** " (**مت ٢٥: ٣٤**) .

✝ سأل إخوة القديس اثناسيوس الرسولى : لماذا نرى قوماً من الصديقين ينازعون عند الموت أياماً ويحاسبون . وقوم خطاة نراهم يقضون أجلهم بسكوت وهدوء ؟ .

الجواب :

" ان عرفنا جميع أحكام الله فنحن إذن آلهة ، فيحسن بنا ألا نفتش تفتيشاً زائداً عن مثل هذه الأحكام لأنه يتفق أن رجالاً أبراراً يعاقبون فى وقت نزعهم الآخير ، لنرى نحن ذلك ونفزع ونخاف ، كما أنه ربما كان لأولئك القديسين – بما أنهم بشر – ذلة صغيرة ، فينظفون بذلك العقاب فى وقت نزعهم تنظيفاً تاماً بليغاً ، ويمضون بلا عيب أنقياء " .

أقوال الآباء :

٤١) أعد نفسك للقاء الرب فتعمل حسب مشيئته ، افحص نفسك هاهنا واعرف ماذا يعوزك فتنجو من الشدة فى ساعة الموت ويبصر اخوتك أعمالك فتأخذهم الغيرة الصالحة .

٤٢) اذا قمت كل يوم بالغداة ، تذكر أنك سوف تعطى لله جواباً عن سائر أعمالك فلن تخطئ البتة ، بل يسكن خوف الله فيك .

٤٣) فكر فى نار جهنم لكيما تمقت أعمالها .

٤٤) ذكر الدينونة يولد فى الفكر تقوى الله . وقلة خوف الله تضل العقل .

القديس موسى الأسود

٤٥) كل من يجعل الموت مقابله كل حين ، فانه يغلب الضجر وصغر النفس .

أحد الآباء الشيوخ

٤٦) لا يستطيع إنسان ان يختار يوماً كما ينبغى ، ان لم يحسبه أخر يوم من حياته فى الدنيا .

القديس اكليميكوس

٤٧) ساعة الموت مرهوبة ، وهى تأتى على الانسان مثل الفخ حينئذ يلحق النفس ندم عظيم وتقول : " كيف جازت أيامى وأنا مشغول بالأعمال الفارغة التى لا منفعة منها ؟ " .

الانبا ابرآم

٤٨) ان من كان همه في تذكار الموت ، فذلك يهديه بخوف الله

القديس أوغريس

٤٩) قيل لشيخ :

" لماذا تضجر يا أبتاه ؟ " فقال لأنى فى كل يوم أتوقع الموت .

٥٠) ان هذا النزع ينظف النفوس الخارجة من العالم من الخطايا الدنية الخفيفة ، وذلك بحسب ما سمعته من رجل قديس ، حكى لى عن قديس آخر فقال : أنه لما حضرته الوفاة فزع فزعاً عظيماً ، وبعد موته ظهر لتلاميذه بحلة بيضاء ، دالاً بذلك على البهاء الذى حصل عليه .

القديس اغريغوريوس

قصص فى حياة الآباء :

(٦) **أحاط اخوة بشيخ عند وفاته** ، ففتح عينيه وضحك ثلاث مرات ، المرة بعد الأخرى . فقالوا له : " لماذا تضحك يا أبتاه ونحن نبكى ؟ " . فقال لهم: أما ضحكي الأول فهو لأنى رأيتكم تخافون الموت ، والثانى فهو لأنكم رغم خوفكم منه لا تستعدون له ، أما ضحكي الثالث فهو

لأني ماض من التعب الى الراحة . وهكذا تتيح فانتفع الاخوة منه .

(٧) **تحدث الاباء عن شيخ** أخذت روحه ، وبعد ساعة رجعت اليه فسألوه: ماذا أبصرت يا أبانا؟ فقال وهو يبكي : سمعت هناك قوماً يقولون وهو باكين : الويل لى، الويل لى .

(٨) **كان لأحد المتوحدين** فى البرية نديم علمانى يبيع له عمل يديه ، ويحضر له ما يحتاجه . وكان فى المدينة بالقرب منه رجل غنى جداً ، ولكنه كان مذموم الطريق ، قليل الرحمة وفى أحد الايام سار العلمانى الى المدينة كعادته ليبيع شغل المتوحد، فوجد جنازة عظيمة،والأسقف يتقدمها، وجماعة الكهنة وكل أهل المدينة . فاستخبر عن ميت تلك الجنازة ، فقيل له أنه فلان الغنى كبير المدينة ، فمشى مع الجنازة الى القبر وكان معهم شموع وبخور بكميات كبيرة ، فعجب لذلك ، وبعد ان رجع أخذ حاجة المتوحد ومضى إليه ، فوجده ملقى على وجهه ميتاً ، والضبعة تجره من رجليه ، فبكى بكاءاً مراً وألقى بنفسه الى الارض وقال :

" انى لن أقوم حتى تعرفنى هذا الحكم ، فذلك الغنى القليل الرحمة كان له كل ذلك المجد والكرامة فى موته ، وهذا المتوحد الذى لم يزل متعبداً لك ليلاً ونهاراً تخرجه هذه الضبعة هكذا وتجره من رجليه ؟! " . وفيما هو يقول ذلك ، ظهر له ملاك قائلاً : ومن أنت حتى تعارض الرب وتعيب حكمه ، ولكن لأجل تعبك مع هذا المتوحد القديس ، وخدمتك له ، ها أنا أعرفك السبب : ان ذلك الغنى مع قلة خيره ، وقلة رحمته ، قد عمل فى عمره كله حسنة واحدة مع الأسقف ، والرب ليس بظالم ، فأراد أن يعوضه عنها فى هذه الدنيا ، حتى لا يكون له عنده شئ ، أما هذا المتوحد القديس ، فقد كانت له ذلة صغيرة ، صنعها فى كل عمره ، فجوزى عنها ههنا بهذه الميتة ، حتى يكون قدام الله نقياً . فنهض الرجل شاكراً الله قائلاً :

" **عادلة هى أحكامك** " .

الفصل الثالث :

الصوم والصلاة والسهر

الصوم استعداد روحى بالصلاة والسهر .

" اسهروا وصلوا لئلا تدخلوا فى تجربة " (مت ٢٦ : ١١) .

السيد المسيح له المجد لا يطلب من التلاميذ السهر فقط ، إنما السهر مع الصلاة ، أو السهر فى الصلاة .

والسهر فى الصلاة هو السهر مع الله ، ليتحدث الانسان الى الله فى سكون الليل ، فى الهدوء يرفع قلبه بالشكر الذى أجاز عليه النهار فى سلام وأمان محاطاً بملائكته وأتى به الى هذه الساعة ليقف بين يدى الله .

فى خشوع وانسكاب الروح ليقدم تسبيحه كذبيحة نقية مشاركاً الملائكة فى التسبيح .

ساعة الصلاة بالليل ماذا تعمل ؟! .

ساعة الصلاة بالليل ، تقدس فراشك ، وتقدس عقلك الباطن ...

لذلك قبل ان تنام ، قدس مخدعك بالصلوات ، بحديث القلب مع الله . بالتسابيح والمزامير والترانيم والألحان والتأملات الروحية لكى تستطيع أن تنام فى هدوء ، ويكون الله هو آخر ما يلصق بذهنك قبل النوم ، وآخر صورة تصحبها معك فى رحلة

النوم ومسالك الأحلام إلى ان تستيقظ ... رحلة النوم التى يقودك فيها العقل الباطن وما اكتنزته فيه من أفكار ومشاعر وصور وأخبار .

وهكذا فإن ساعة الصلاة قبل النوم ، تساعدك على نوم طاهر نقى ، بما تغرسه فى ذهنك من أفكار روحانية ... وبالتالى تقدس أحلامك أثناء النوم .

آباؤنا القديسون كانوا يقطعون ليلهم ونومهم بالصلاة ...

فلا يسمحون لأنفسهم بفترة نوم طويلة ينقطعون فيها عن الحديث مع الله ... وإنما حسب ترتيب الكنيسة فى صلوات الأجبية جُعل النوم من ثلاث هجعات ، لكل هجعة صلاة ، وتشملها كلها صلاة نصف الليل ...

أهمية الليل فى الصلاة :

هل الليل له أهمية خاصة فى الصلاة ؟ .

الليل له أهمية خاصة . ولهذا قيل فى المزمور :

"هوذا باركوا الرب يا جميع عبيد الرب الواقفين فى بيت الرب بالليالى. ارفعوا أيديكم نحو القدس وباركو الرب".(مز١٣٤: ١،٢)

وقد قيل عن السيد المسيح نفسه إنه كان يقضى الليل كله فى الصلاة (لو٦ :١٢) . وكان يقضى هذا الليل فى جبل الزيتون ، وفى بستان جثسيمانى ...

وقيل فى المزمور الكبير : " ذكرت فى الليل اسمك يارب وحفظت شريعتك " (مز١١٩ : ٥٥) . وقيل أيضاً :

" فى منتصف الليل أقوم لأحمدك على أحكام برك "

(مز١١٩ : ٦٢) .

والكنيسة المقدسة تعطى أهمية كبيرة لصلوات الليل ...

ثلاث صلوات تقال فى نصف الليل ، تعقبها التسبحة اليومية ، وهى تسبحة نصف الليل . وصلاة النوم ، وصلاة الستار فى الليل كذلك ، وأيضاً صلاة الغروب التى نقول فى تحليلها " نشكرك يا ملكنا المتحنن ، لأنك منحتنا ان نعبر هذا اليوم بسلام ، وأتيت بنا الى المساء شاكرين"... وحتى صلاة باكر نقول فيها "سبقت عيناى وقت السحر ،لأتلو فى جميع أقوالك "...

فلماذا كل هذه الأهمية لليل ؟ .

يقول ماراسحق : الليل مفروز لعمل الصلاة .

ويقول أيضاً : " صلاة واحدة يصليها الانسان بالليل ، أحسن من مائة صلاة يصليها فى النهار " ... ! .

العمل الروحى يصلح له الليل أكثر من النهار ، لأن الليل يوجد به هدوء ، ويسود فيه السكون . والليل بعيد عن صخب الطبيعة وضجيج الحياة وصياح الناس .

فى الليل يمكن للانسان فيه أن ينفرد بالله ، بعيداً عن المحادثات البشرية وكثرة الكلام ، والضوضاء ...

إن الذى يقضى الليل فى الصلاة ، أو يقضى جزءاً كبيراً منه فى العمل الروحى ، هذا من الصعب عليه أن يخطئ أثناء النهار ... لأن قلبه شبعان بالله طوال الليل . العدو يقابلك بالنهار وأنت غير محصن وغير مؤيد بقوة روحية . فلما تأخذ هذه القوة بالليل من عمل الصلاة ، تستطيع أن تحارب بها بالنهار ...

الرصيد الروحى الذى أخذه القلب بالليل ، ينفعه فى حروب النهار ..

كيف تصلى ؟

(١) الوقوف بخوف وخشوع أثناء الصلاة :

ان الوقوف بخشوع أمام الله والوقار ، والانسحاق يكون سبباً فى استجابة صلواتنا ونوال بركات ونعم روحية يهبها لنا الله حسب مشيئته المقدسة الطوباوية .

وهدفها خلاص نفوسنا ولبنائها الروحي وتقدمها ونموها الروحي لتثمر ثمراً روحياً مقدساً لحساب الحياة الأبدية .

" **يوضح لنا مار اسحق هذا الأمر ، ويدعوه " الزى الحسن فى الصلاة** " .

ويقول في ذلك : حسب الكرامة التي يظهرها الإنسان وقت الصلاة ذاته بالجسد والضمير ، هكذا توجد له نقاوة حركات واستضاءة في الصلاة ، ويؤهله لنعمة كثيرة من العلاء .

فعلى قدر ما نهتم بالوقار فى الصلاة وبسط اليدين الى السماء ، وقيام متعفف وسقوط وجثو على الأرض ، لذلك الذى يزين صلاته بهذه الأنواع على الدوام ، سريعاً ما يؤهل لنعمة الروح القدس .

وهناك أوضاع جسدية مختلفة للمصلى . لا يمكن أن يتبع الجميع وضعاً واحداً ، لكن على المصلى يتخذ الوضع الجسدي الذي يتلاءم مع مشاعره القلبية وقت الصلاة ...

(أ) الوقوف فى الصلاة : هو الوضع الشائع . قال الرب يسوع : " **ومتى وقفتم تصلون فاغفروا ان لكم على أحد شئ..**" **. (مر ١١ : ٢٥) .**

ويصاحب الوقوف عادة رفع الأيدى ... قال داود النبى :

" استمع صوت تضرعى اذ استغيث بك وارفع يدى الى محراب قدسك " (مز ٢٨ : ٢) .

وقال القديس بولس الرسول : " فأريد أن يصلى الرجال فى كل مكان رافعين أيادى طاهرة بدون غضب ولا جدال "

(ا تى ٢ : ٨) .

(ب) الجثو أو الركوع :

فهو يناسب حالة الأعتراف بالذنوب أمام الله وسؤال العفو والغفران لمن يريد أن يتضع ، كما يقول معلمنا بولس :

" بسبب هذا أحنى ركبتى لدى أبى ربنا يسوع المسيح الذى منه تسمى كل عشيرة فى السموات وعلى الارض " .

(أف ٣ : ١٤ ، ١٥) .

وقال المرتل داود : " هلم نسجد ونركع ونجثو أمام الرب خالقنا " (مز ٩٥ : ٦) .

والرب يسوع نفسه فى بستان جثيسمانى جثا على ركبتيه وصلى . (لو ٢٢ : ٤١) .

(جـ) التذلل والانسحاق والجهاد فى الصلاة :

يخر فيها المصلى على وجهه . يذكر الكتاب عن موسى وهارون بعد أن حمى غضب الرب على الشعب بسبب خطية قورح وداثان وابيرام . أنهما " خرا على وجهيهما وقالا اللهم إله أرواح جميع البشر هل يخطئ رجل واحد فتسخط على كل الجماعة ؟ ! " (عد ١٦ : ٢٢) ...

والسيد المسيح نفسه فى ليلة آلامه فى البستان " خر على وجهه وكان يصلى ... " (مت ٢٦ : ٣٩) .

(د) العيون المرفوعة لله فى الصلاة :

يقول داود النبى :"اليك رفعت عينى يا ساكن السماء"(مـز١٢٣ :١) .

ويتبع رفع العينين الى الله رفع عينى النفس ايضاً :

" اليك يا رب أرفع نفسى " (مز ٢٥ : ١) .

وعينى النفس تُرفعان الى الله متى توقفنا عن تبادل النظر مع الاشياء الأرضية أو الامتلاء من الصور المادية ، وتبدأ فى احتقار الأشياء المصنوعة وتفكر فى الله وحده ... إن العيون المرفوعة لله لا تخزى أبداً .

" حولى عنى عينيك فانهما غلبتانى " (نش ٦ : ٥) .

(٢) ضبط الفكر أثناء الصلاة :

إن الصلاة الروحانية لا تكون مجرد الكلام وتلاوة الألفاظ ، لأنك لا تصلى الى انسان حتى تتلو أمامه كلاماً مركباً . ولكن الله روح فصلى أمامه بالروح .

فيجب أن يشترك العقل والقلب واللسان فى الصلاة .

العقل يعى ما يقال ، والقلب يشعر بما يفكر به العقل ، والشفتان تنطقان بكلمات الروح والصحو .

كثيراً ما يحدث أن اللسان يتلو كلمات الصلاة المقدسة فى حين أن القلب يتجول فى أشياء أخرى ، أو العقل يعى كلمات الصلاة بينما لا يشعر القلب بها وبمعانيها ..

ان الصلاة الحقيقية هى التى تكون فيها أفكار الصلاة متحدة مع مشاعر القلب .

ويتصل بموضوع ضبط الفكر فى الصلاة عدم التشاغل بأى أمر آخر اثناءها .

والسيد المسيح حينما قال:"متى صليت ادخل الى مخدعك واغلق بابك..."(مت٦:٦). يقصد الاتتشاغل بأى أمر عن الصلاة . فمخدع الروح هو الجسد ، وأبوابه هى حواسنا الخمس الجسدية .

ومعلوم ان الحواس هى مداخل المعرفة.ومفروض أن نغلق هذه النوافذ حتى لا يدخل فيها شئ يشتت فكرنا أثناء الصلاة .

فيجب أن يجاهد الإنسان لكي يثبت في الصلاة ولا ينشغل بشيء آخر حتى لا يتشتت فكره بل تكون صلاته بفكر ثابت ومشاعر مقدسة وحرارة روحية وانسحاق قلب .

(٣) حرارة الصلاة :

اذا ثبت الانسان فى جهاده من أجل ضبط الفكر ومقاومة طياشته أثناء الصلاة – تلك التى تتسبب عن شهوات النفس – نصل الى صلاة القلب النقية بلا طياشة .

وهذا النوع من الصلاة يولد فى القلب حالة من الدفئ الروحى تلك التى تغنى بها داود النبى فى مزموره :"**حمى قلبى فى جوفى .عند لهجى اشتعلت النار .تكلمت بلسانى**" (مز٣٩ : ٣) .

هذه هى النار التى جاء ربنا يسوع المسيح ليضرمها على أرض قلوبنا حيث نما قبلاً زوان الشهوات ، والآن بالنعمة يعطى ثمراً روحياً كما قال مخلصنا " جئت لألقى ناراً على الأرض . فماذا أريد لو اضطرمت " (لو١٢ : ٤٩) .

إن هذه النار التى اشعلت قلبى كليوباس ورفيقه وجعلتهما يصرخان فى فرح " ألم يكن قلبنا ملتهباً فينا اذ كان يكلمنا فى الطريق ويوضح لنا الكتب " (لو٢٤ : ٣٢) .

يقول ماراسحق السريانى :

العمل القوى يولد فى القلب حرارة لا تقاس ، تتقوى بالأفكار الملتهبة التى تصعد الى العقل من جديد ، وهذا العمل مع حراسة الفكر ينقيان العقل بحرارتهما ، وينعم عليه بالرؤى .

هذه الحرارة التى تعطى بواسطة نعمة التأمل تولد الدموع . والدموع المستمرة تهدئ الفكر وتنقى العقل .

والإنسان بواسطة الفكر النقي يرى الأسرار الإلهية .

بعد ذلك يصل العقل الى رؤية الاستعلانات والرموز .

(٤) حديث الصلاة :

لا تظن أن الصلاة هى مجموعة اصطلاحات متراصة متلاصقة ، أو مجموعة آيات محفوظة ، يضاف اليها بعض الألفاظ المنمقة المنتقاة .. لا تظن ذلك ، بل أن الصلاة الحقيقية هى حديث على سجيته .. يفيض بها القلب وينطق بها اللسان . لا تتقيد باستخدام اللغة الفصحى فى صلاتك لئلا يقيد اللفظ المعنى ويمنعك من الانطلاق فى حديث شجى مع من تحبه نفسك ..

لا تكن رسمياً فى صلاتك الى الله .. فعلاقتنا مع الله علاقة بنين لا عبيد . فالله لم يعطنا روح العبودية للخوف بل روح التبنى التى بها نصرخ يا أبا الآب .. ستكون أمامه بمفردك .. انطلق من ذاتك ومن قيود المجتمع ، وحدثه عن متاعبك وآلامك وحبك واشتياقاتك ، قل له " انى مغلوب يا إلهى فى كذا و كذا ، وأريد أن أحيا لك فى طهارة وبر ، قونى وأعنى..".ادخل مع الله فى حديث دالة ونقاش كما كان يفعل داود:" ان كنت للآثام راصداً يا رب .يا رب من يثبت أمامك" ذكره بمراحمه مع آبائك واحساناته اليهم من جيل الى جيل ، واطلب منه أن يعاملك هكذا ، فهو أمس واليوم والى الأبد .

يجب على المصلى ان يستخدم لغة المفرد فى صلاته فيقول: أنا إنسان خاطئ ، وكثيراً ما أهنتك وأغضبتك يا إلهى وتعديت وصاياك .. " فتعبيرات المفرد توقف المصلى وجهاً لوجه أمام الله ، فيشعر أنه فى حديث واقعى معه . ويعبر عما فى داخله من أتعاب وأحزان ويعترف قدام الرب بخطاياه وما أرتكبه من آثام دون خوف وبصراحة تامة ، وعجزه فى تنفيذ وصايا الرب

، واذا كان اعترافه صادقاً نابعاً من أعماقه ويشعر بخجل إزاء محبة الله وحنوه ورحمته ، حتماً الرب يقبل صلاته ويمنحه الغفران والفرح والسلام القلبى .

(٥) عناصر الصلاة :

ليست الصلاة التى نرفعها الى الله مجموعة طلبات فحسب ، وإلا لكانت علاقتنا به علاقة نفعية .

ولكن هناك مثلاً طلبات من أجل الآخرين تدفع اليها المحبة والخدمة .وقد تكون الطلبة من أجل الآخرين لأسباب روحية تتعلق بخلاص أنفسهم ،كما قد تكون من أجل خيرهم فى الحياة الجسدية ، كطلب شفائهم من أمراض ، أو انفراج ضيقاتهم ..

وهناك عناصر أخرى ينبغى أن تتضمنها صلاتنا ، تلك التى نلمس طرفاً منها فى كلمات الرسول بولس :

" **فأطلب أول كل شئ أن تقام طلبات وابتهالات وتشكرات لأجل جميع الناس ..** " (١ تى ٢ : ١) .

ونضع الآن أمام أعيننا أربعة عناصر هامة يجب أن نلاحظها فى صلوتنا :

١) يجب أن نمجد الله بكل قوتنا وبقدر استطاعتنا .. ونلمس ذلك فى المزمورين (١٠٣ ، ١٠٤) .

٢) نشكر الله من أجل إحساناته لكل البشر عامة ولنا خاصة .

٣) يعترف الانسان بخطاياه وعصيانه لأوامره ، وطلبته الى الله أن يغفر خطاياه الماضية وأن يشفيه من كل الأمراض الروحية المتسلطة عليه ، والتى تعطل خلاصه .

٤) يقدم المصلى الى الله احتياجاته الروحية والنفسية والجسدية وللجميع .

وأخيراً يختم المصلى صلاته بتمجيد الله .. على عظم صنيعه معه وهيأ له هذه الفرصة المقدسة التى فيها يلتقى بالله ويتحدث إليه لينال من لدنه رحمة واشراق بالنور الإلهي على العقل فيستنير بالحكمة ويعرف ما هي مشيئة الله الصالحة ، والخير الذي يريده الرب له وأنه سوف يستجيب في الوقت المناسب لأن الله هو صانع الخيرات ويحب الخير لأولاده ويسندهم بنعمته ليكونوا قديسين أمامه وبلا لوم قدامه في المحبة .

سهر القديسين :

القديسون كانوا يقضون لياليهم فى العمل الروحى : فى الصلاة ، والتسابيح ، والتأمل ، وأحياناً فى القراءة الروحية أو تلاوة المزامير .

ونجد أن القديس ارسانيوس ، كثيراً ما كان يقضى الليل واقفاً يصلى .. وهو رافع يديه نحو السماء ... كان يقف متجهاً الى الشرق وقت الغروب ، والشمس خلفه . ويظل واقفاً يصلى حتى تطلع الشمس من أمامه . وكان يقاوم النوم ..

والقديس الأنبا بيشوى ، كانت له طريقته فى السهر .. كان يقضى الليل ساهراً . وإذ يخشى أن يغلبه النوم كان يربط شعره بحبل مثبت فى الحائط ، حتى إذا غفى من ضعف الجسد ، يشده الحبل فيصحو . وهكذا يرغم جسده على السهر .

وكما قال السيد المسيح له المجد : " **الروح نشيط . أما الجسد فضعيف** " (**مت ٢٦ : ٤١**) .

على أن الأقوياء فى الروح ، لا يخضعون لضعف الجسد ، بل يرغمونه – أراد الجسد أو لم يرد – على السهر مع الروح

والاشتراك معها فى عملها الروحى .

وكان سهر القديسين مصحوباً بالصلاة والمطانيات ، وأيضاً بالدموع .

والسهر عمل اساسى فى حياة الآباء ، وعنصر روحى ما كانوا يستغنون عنه .

" وسهر الليل فى الصلاة " عبارة وردت فى سيامة الرهبان والسهر ليس قاصراً على الرهبان فقط ، وإنما السهر فضيلة للخدام أيضاً ، ولجميع الناس ...

والقديس بولس الرسول يتحدث عن خدمته وخدمة زملائه أيضاً فيقول " ... فى كل شئ نُظهر أنفسنا كخدام الله فى صبر كثير ... فى أسهار فى أصوام ... " (٢ كو ٦ : ٤ ، ٥) .

وهكذا ترينا طريقة معاملته للجسد : يسيطر عليه من جهة الطعام ، فيقدم له الأصوام . ويسيطر عليه من جهة النوم ، فيقدم له الأسهار ... وبهذا يظهر نفسه كخادم وليس كراهب ..

ونجد أن داود النبى كان يتبع اسلوب السهر فى حياته بالرغم من كثرة مشغولياته فيقول فى المزمور :

" لا ادخل خيمة بيتي لا أصعد على سرير فراشي . لا أعطى وسَناً لعينيّ ولا نوماً لأجفاني . أو أجد مقاماً للرب مسكناً لعزيز يعقوب " (مز ١٣٢ : ٣ – ٥) .

إن الذين تعودوا السهر مع الله ، إذا ناموا تكون قلوبهم أيضاً معه ...

هؤلاء إذا ناموا يحلمون بالإله المحبوب الذي يملأ قلوبهم ... ويقول مار اسحق عن نوم هؤلاء ، إن خيالات أحلامهم أطهر وأقدس من صحو غيرهم ممن يعملون عملاً روحياً مثلهم .

لاشك أن الذي ينشغل في النهار بعمل روحي ، يملأ ذهنه بالأفكار الروحية ، ويملأ قلبه بالمشاعر المقدسة . هذا إذا نام تخرج من عقله الباطن فى نومه صور روحية جميلة ، وربما يصلى أيضاً وهو نائم ، أو تكون له فى أحلامه تأملات روحية عميقة ...

إن كان لك سهر روحى مقدس ، يكون لك أيضاً نوم روحى مقدس ...

وإن رفعت عينيك الى الله فى سهرك ، تستطيع حينما تطبقهما أن تراه أيضاً .

قم ساهراً فى الليل ، حسب دعوة الكنيسة التى تقول : " قوموا يا بنى النور ، لنسبح رب القوات ، لينعم علينا بخلاص نفوسنا ". ثم نقول للرب " عندما نقف أمامك جسدياً ، أعطنايا رب يقظة ،لكى نفهم كيف نقف أمامك وقت الصلاة "

لنسهر ولنقضى الليل فى الصلاة حيث الهدوء والسكون ، والإلتقاء بالرب .

لا تجعلوا أيها الأخوة عيونكم تثقل بالنوم ، ولا أجسادكم تثقل بالنوم ...

مارسوا السهر حتى يصبح لكم عادة . ولتكن أجسادكم نشيطة ، وأرواحكم أيضاً نشيطة . اسهروا مع الرب ، لأنه يوبخنا بقوله : " أما قدرتم أن تسهروا معى ساعة واحدة ؟! ".

واعلموا أن السهر مع الرب له دلائل روحية .

السهرمع الرب يدل بلا شك على محبة الله التى تملأ قلب الانسان . وعلى محبة الصلاة ...

فمحبة الله هى التى تدفع الانسان الى قهر الجسد ، والسيطرة على رغبته فى الراحة وحاجته الى الاسترخاء ، وذلك لكى يستمر فى حديثه مع الله دون أن يمنعه النوم عن ذلك ...

إن سهر الإنسان في الصلاة ،يدل على أن محبته لله أكثر من محبته لذاته، بمعنى أنها أكثر من محبته لراحته...أو أنه يرى راحته الحقيقية في الله و في الحديث معه...

و السهر يدل على أن الروح هي المسيطرة وليس الجسد...

أن الجسد صارت له أهداف روحية . ومن هنا أمكن أن يشترك مع الروح في عمل واحد ، هو الحديث مع الله .

و السهر يدل على أن مشاغل النهار لم تعطل الروح ...

فالذي يسهر في الصلاة ، فإنه يدل على إنه طرح مشاغل النهار وراء ظهره ، بحيث لا يبقى في عقله وفى قلبه سوى الله وحده . أما عن العالم واهتماماته فقد مات الجميع فى قلبه

والصلاة التى بلا طياشة هى الموت عن العالم ، مات العالم وكل اهتماماته من القلب ، فأصبح الفكر يصلى بلا طياشة .

لأنه لم يعد مشغولاً بأى شئ من اهتمامات هذا العالم الحاضر ولا مشتت فى أى أمر آخر سوى عمل الصلاة .

وتسمى الصلاة التى بلا طياشة ، هى الصلاة النقية والمقبولة أمام الله .

طقس الكنيسة فى سهر الليل :

الكنيسة المقدسة تقدم لنا برنامجاً فى السهر يشمل :

(١) مقدمة كل صلاة ، مع مقدمة خاصة ...

(٢) صلاة نصف الليل ، ثلاث خدمات .

(٣) تسبحة نصف الليل من (الابصلمودية) .

ونبدأ بالصلاة الربانية ، حسبما علم الرب تلاميذه .

ثم صلاة الشكر ، المزمور الخمسين ، طالبين من الرب الرحمة وغفران خطايانا .

وتوقظ الكنيسة أبناءها النائمين بالجسد ، ليشتركوا معاً فى صلاة واحدة وتسبحة واحدة يقدمونها الى الله ...

فتقول : " قوموا يا بنى النور لنسبح رب القوات ... " .

أعطنا يا رب يقظة ، لكى نفهم كيف نقف أمامك وقت الصلاة ...

معلمة إيانا أن اليقظة والسهر هما عطية من الله . وليس الأمر مجرد اجتهاد بشرى ، بل هى فى طلب معونته . وفى صلاة نصف الليل بعض النقاط الهامة نستخلص منها الآتى :

(١) الكنيسة تصلى أن يقبل الله هذه الصلاة :

فترتل فى أكثر من موضع قول المرنم فى المزمور الكبير:

(أ) " فلتدن وسيلتى قدامك يا رب ... " .

(ب) " فلتدخل طلبتى الى حضرتك " .

وذلك لأنه ليست كل صلاة مقبولة أمام الله ، إنما علينا أن نصلى من أجل قبول الله لصلواتنا ، ومن أجل دخولها الى عرشه ...

(٢) يقف المصلى أولاً ، يقدم حبه للرب :

وهذا هو الهدف الأول من السهر ، حيث يقول القلب لله ، من خلال كلمات هذا المزمور العجيب :

" من كل قلبى طلبتك ... " ، " حظى أنت يا رب ... ترضيت وجهك بكل قلبى " . " محبوب هو اسمك يا رب ، فهو طول النهار تلاوتى " ، " ناموس فمك خير لى من ألوف ذهب وفضة " .

" كلماتك حلوة فى حلقى ، أفضل من العسل والشهد فى فمى". " لك أنا فخلصنى " ، " نفسى فى يديك كل حين ، وناموسك لم أنسى " . " أبتهج أنا بكلامك ، كمن وجد غنائم كثيرة " .

(٣) يصرخ المصلى إلى الله :

سواء فى المزمور الكبير ، أو باقى مزامير نصف الليل ، وتشمل أيضاً مزامير الغروب والنوم .. إن القلب الشاعر بضعفه ، يتوجه الى الله مصدر كل قوة ، صارخاً إليه طالباً تدخله ومعونته ...

وفى أول مزمور من صلاة النوم " من الاعماق صرخت اليك يا رب . يا رب استمع صوتى لتكن أذناك مصغيتين الى صوت تضرعاتى " (مز ١٣٠ : ١ ، ٢) .

وأيضاً فى مزمور آخر : " بصوتى الى الرب أصرخ بصوتى الى الرب اتضرع . " (مز ١٤٢ : ١) .

(٤) وفى صلاة نصف الليل توجد تعزيات بمعونة الله ...

فنقول فيها : " انفلتت أنفسنا مثل العصفور من فخ الصيادين الفخ أنكسر ونحن انفلتنا " (مز ١٢٤ : ٧) .

وأيضاً : " المتوكلون على الرب مثل جبل صهيون الذى لا يتزعزع بل يسكن الى الدهر " . (مز ١٢٥ : ١) .

وأيضاً :"عظم الرب العمل معنا وصرنا فرحين"(مز١٢٦ :٣) .

وفى صلاة النوم مزمور : " سبحى الرب يا أورشليم سبحى إلهك يا صهيون . لأنه قد شدد عوارض أبوابك ... الذى يجعل تخومك سلاماً ويشبعك من شحم الحنطة "

(مز ١٤٧ : ١٢ – ١٤) .

معونة الله المعزية كما تبدو فى قطع الأبصلمودية ...

الابصلمودية تذكرنا بأعمال الله العجيبة مع البشر . فالهوس الأول يركز على شق البحر الأحمر ، والنجاة من عبودية فرعون ، وقوة الله التى خلصت أيضاً من سيحون ملك

الأموريين وعوج ملك باشان وباقى الأعداء .. وإبصالية الهوس الثالث نتغنى فيها بنجاة الثلاثة فتية من أتون النـــار ، وكيـــف سبحوا الرب وهم فى الاتون ... كلها أحداث تعزى كل من هو فى ضيقة أو تعب أو تجربة ، أو فى حيرة أو فـــى مـــشكلة ، سوف يجد رجاء فى الرب الذى ينقذه من هذه الشدائد فيتقـــوى قلبه ويفرح بالرب .

(٥) صلوات الليل مليئة بالتسابيح :

التسبيح بالمزامير ، او التسبيح بالابصلمودية .

أنه شكر للرب ، و تأمل فى عجائبة الكثيرة ، لأنه إلـــى الأبـــد رحمته ، كما فى الهوس الثانى .

وتسبيح لله الذى تسبحة الطبيعة كلها ، بما فى ذلـــك الكائنـــات السمائية أو كل الطبائع الأرضية ، حتى الحيوانات و الطيور و الجبال و الأنهار ...

وفى كل هذا يشعر المصلى فى نصف الليل ، أن الأنـــسان ليس هو وحدة الذى يسبح الله ، إنما الخليقة كلها ... و انه كنائب عن الطبيعة يدعوها كلها لتسبيح الرب ... كما يظهر ذلك فـــى

الهوس الثالث والهوس الرابع ،مع تسبيح للرب بكل آلات الموسيقى والطرب..ما أعجب هذا ،وما أعمق تأثيره فى القلب .

إن التسبيح سمو روحى ، و شركة مع الملائكة فى طقس السمائين الذين يسبحون الرب على الدوام بغير فتور .

(٦) الاعتراف بالخطية وتبكيت النفس :

نجد فى الكثير من المزامير ، وقطع الأجبية . عبارات عديدة فيها تبكيت للنفس أمام الله :

" أفنيت عمرى فى اللذات والشهوات ، وقد مضى منى النهار وفات " .

" لكل إثم بحرص ونشاط فعلت ، ولكل خطية بشوق واجتهاد ارتكبت " .

" توبي يا نفسي مادمت في الأرض ساكنة " ، " أي جواب تجيبي ، وأنت على سرير الخطايا منطرحة ، وفى إخضاع الجسد متهاونة ؟! " .

" اعطنى يا رب ينابيع دموع كثيرة ، كما أعطيت فى القديم للمرأة الخاطئة " ... وأمثال هذه الصلوات كثير ...

(٧) صلاة نصف الليل تذكر الإنسان بالموت والدينونة والاستعداد للأبدية ...

" هوذا أنا عتيد أن أقف أمام الديان العادل ... " .

"هاهوذا الختن يأتى فى نصف الليل..طوبى للعبد الذى يجده مستيقظاً...".

وتتكرر عبارة "الآن يا سيد تطلق عبدك بسلام" فى إنجيل صلاة النوم ، وفى أخر صلاة نصف الليل .. مع إيقاظ للنفس " تفهمى يا نفسى ذلك اليوم الرهيب واستيقظى"وفى صلاةالستار "يا رب ان دينونتك لمرهوبة..تُفتح الأسفار،وتتكشف الأعمال".

الإنسان يحتاج إلى هذا التذكار ، لئلا يجرفه تيار العالم .

وما أجمل أن الكنيسة تضع صلوات يتذكر فيها الإنسان يوم الموت حتى لا تغره الحياة . ويتذكر يوم الدينونة ، حتى يحاسب نفسه قبل أن يحاسبه الله . ويتذكر مجئ المسيح ثانية ، حتى يشعر بفناء هذا العالم .

وفى الختام يقول : نعم يا رب ، سهل لنا أن نكون فى تلك الساعة ، بغير خوف ولا اضطراب ، ولا وقوع فى الدينونة "

(٨) التشفع بالقديسين فى صلاة نصف الليل لكى يطلبوا من الرب عنا ليغفر لنا خطايانا .

طلب شفاعة القديسة مريم العذراء موجود فى كل صلوات الأجبية ... ولكن فى تسبحة نصف الليل ، توجد صلاة المجمع نتوجه فيها الى السيدة العذراء ، والملائكة ، والقديسين الذين انتقلوا .. رسلاً وأنبياء وشهداء وآباء ورعاة ... نقول لكل واحد منهم" اطلب من الرب عنا،لينعم علينا بغفران خطايانا ".

(٩) وفى صلوات نصف الليل معانى أخرى :

الاعتماد الكامل على الله ، وسؤاله التدخل فى حياتنا .. وتسليم كل أمورنا فى يد الله ، لتكن وفق مشيئته الصالحة . لأن الله يرتب لنا الخير من أجل محبته الفائقة لنا لكى نسلك فى وصاياه ونحيا حسب رضاه صورة صادقة لإنجيله ، ونعلن للآخرين عمل نعمته فينا لتمجيد اسمه القدوس .

(١٠) الآلحان فى طقس الكنيسة :

استخدام الآلحان فى الصلوات والتسابيح ، سواء فى تسبحة عشية ، ونصف الليل وباكر .

تساعد على يقظة الجسد ، وانتعاش الروح ، والألحان لها تأثير روحي على المشاعر والعواطف والأحاسيس .

لكي يعبد المصلى الرب بالفرح والتهليل . فتكون عبادتنا للرب بمخافة وخشوع ، ورهبة مصحوبة بالتمجيد والشكر ، والفرح والبهجة والتهليل .

باشتراك الجسد والروح في وحدانية كاملة .

قائلين : " فلنسبح الرب لأنه بالمجد قد تمجد " .

الفصل الرابع :

الصوم والتجرد والعطاء

١) التجرد يقود إلى حياة الكمال :

قال رب المجد يسوع للشاب الغنـــى : " **إن أردت أن تكـــون كاملاً فاذهب وبع أملاكك وأعط الفقراء والمساكين فيكون لك كنز في السماء وتعال اتبعني**" (مت١٩: ٢١) .

التجرد في نظر الإنجيل مرتبط بخدمة المسيح وخدمة الإنجيل ، كعمل يكشف عن عمق صلة الحب بالله ، وذبيحة تعلن عـــن قوة الإيمان في القلب ، وتغليب الروح على الجسد ، وإجـــراء يشهد بحقيقة الإنجيل وصدق وعود الله داخل النفس !..

فالذي يبيع أملاكاً حباً في المسيح حاملاً صليبه يشهد أعظـــم شهادة أنه قد تبع المسيح حقاً وأطاع وصاياه و تعاليمه .

وشهادة مثل هذه هي شهادة عملية لا تحتاج إلى كلام ، كنور يسبق ويضئ أمام وجه الإنسان ..

وفى الوقت نفسه بواسطة التجرد يتخلص الإنسان من كل عـــائق يعوقه في انطلاقه للحياة حسب الروح،والمسير بحرارة وحريـــة نحو الملكوت ،وهذا سروعد المسيح له المجـــد الإنـــسان الـــذى يتجرد من كل شئ من أجله ومن أجل الإنجيل ينال الحياة الأبدية !.

دعوة التجرد أمر عام للجميع :

إن كانت الأعمال تختلف حسب الدعوات التي يـدعوها الله وكذلك المسئوليات تتمايز حسب تمايز المواهب الممنوحة ، ولكن وصايا الروح للسلوك بالتجرد الاختيـارى و العفـة والقداسـة والاتضاع والمسكنة والقناعة ،الكل مطالب بها وهى عامة وفى متنـاول الجميـع ، لـذلك لا يمكـن أن يعفـى منهـا أحـد " **فبدون القداسة لن يرى أحد الله** " **(عب ١٢:١٤)** ..

وبدون الفقر الاختياري يتعذر جداً دخول ملكوت الـسموات . إن شروط دخول ملكوت الله لا يمكن المساومة فيها . فما يقوله الإنجيل فى متى" إن أردت أن تكون كاملاً فاذهب وبع املاكك"، يقوله فى مرقس" يعوزك شئ واحد اذهب بع أملاكك " ، وفـى لوقا " فكذلك كل واحد منكم لا يترك جميع أمواله لا يقـدر أن يكون لى تلميذاً ".فما يبدو كأنه " كمال" فى انجيل متى هوعوز وضرورة فى انجيل مرقس ،والدليل على ذلك أن الشاب الغنى لما رفض أن يكون كاملاً حُرم من الملكوت ومضى حزينـاً ، ولم تسعفه الوصايا التى حفظها جيداً وأجهد بها صباه ! ..

ويتحدث معلمنا بولس الرسول عن التجرد قائلاً :

" **لأننا لم ندخل العالم بشئ وواضح أننا لا نقدر أن نخرج منه بشئ . فإن كان لنا قوت وكسوة فلنكتف بهما** " (١تى٦: ٧) .

ولنلاحظ الكلمات التى استخدمها الرسول " قوت وكسوة " أى ما يقيت الانسان ويسد رمقه ، ويكسو عريه .. أما الآباء القديسون النساك فقد عاشوا حياة التجرد من المقتنيات ، وعلموا أنها مقدمة لرفض الشهوات والتخلى عن الذات وعن كل قنية ، وكل رغبة فى أى أمرمن أمور هذا العالم الحاضر.

أقوال الآباء :

٥١) هذه هى ذروة الفضيلة الكاملة الرسولية أن يبيع الانسان كل ما يملك ويوزعه على الفقراء ، متحرراً من كل عائق ليعبر إلى الممالك السماوية مع المسيح .

خادم المسيح ليس له شئ بجانب المسيح ، ترجم كلماته إلى عمل ،فإنك إذ تتعرى تتبع الصليب حيث العرس، وتصعد سلم يعقوب الذى يسهل صعوده لمن لايحمل شيئاً .

القديس جيروم

٥٢) إن كان الكنز فى السماء.يكون القلب والعقل والمشاعر فى السماء ، ولا يستطيع العالم أن يغلب الإنسان الذى ليس فيه شيء يمكن أن يغلب .إنك تستطيع أن تتبع الرب حراً بلا قيود كما فعل الرسول ، وكثيرون فى أيامهم ، الذين تركوا مالهم وأقربائهم والتصقوا بالمسيح برباطات لا تنفك.

القديس كبريانوس

٥٣) التجرد من المقتنيات ليس هو هذا الكمال ،لكن مبدأ طريق الإيمان...فإن لم يبدأ الإنسان بالتجرد عن المقتنيات لايمكن أن يتجرد عن آلام الأفكار الرديئة .وإن لم يتجرد عن حركات آلام الشهوة لايقتنى نقاوة النفس ،التى هى مبدأ سيرة الإنسان الجديد.

القديس يوحنا التبايسى الأسيوطى (١)

٥٤) الانسان لا يستطيع أن يسير فى طريق الكمال ما دام يملك شيئاً جسدانياً ، لأنه حسب مقدار الإقتناء تكون رباطات النفس التى تربط اجنحة العقل ،فتعطل طيرانها الى السماء .

القديس فيلوكسينوس (٢)

(١) القديس يوحنا الأسيوطى من قديسى القرن الرابع .

(٢) القديس فيلوكسينوس من قديسى القرن السادس .

أولاً : أمثلة للتجرد من العهد الجديد :

نرى بعض التلاميذ الذين اختارهم السيد المسيح له المجد ، حين وجه إليهم الدعوة تركوا كل شئ وتبعوه . وعاشوا حياة التجرد الكامل . واثقين تماماً أن الرب هو غناهم الوحيد .

وفى إنجيل معلمنا مرقس البشير يروى لنا قصة اختيار سمعان واندراوس ، ويعقوب ويوحنا ابنا زبدى .

(١) "وفيما هو يمشى عند بحر الجليل أبصر سمعان واندراوس أخاه يلقيان شبكة فى البحر . فانهما كانا صيادين . فقال لهما يسوع هلم ورائى فأجعلكما تصيران صيادي الناس . فللوقت تركا شباكهما وتبعاه " . (مر ١ : ١٦ – ١٨) .

(٢) اختيار يعقوب ويوحنا :

" ثم اجتاز من هناك قليلاً فرأى يعقوب بن زبدى ويوحنا أخاه وهما فى السفينة يصلحان الشباك . فدعاهما للوقت فتركا أباهما زبدى فى السفينة مع الأجرى وذهبا وراءه " .

(مر١ : ١٩ ، ٢٠) .

(٣) دعوة العشار :

وبعد هذا خرج فنظر عشاراً اسمه لاوى جالساً عند مكان الجباية . فقال له اتبعنى . فترك كل شئ وقام وتبعه . وصنع له لاوى ضيافة كبيرة فى بيته . والذين كانوا متكئين معه كانوا جمعاً من عشارين وآخرين " . (لوه : ٢٧ – ٢٩) .

وجه الرب يسوع المسيح له المجد الدعوة الى لاوى الذى كان يجلس عند مكان الجباية يمارس عمله ، وكان جابياً للضرائب وجه له كلمة واحدة . ولكن هذه الكلمة لآنها صادرة من فم الرب ، فكان لها قوة التأثير الإلهى .

لم تصل إلى الأذن فقط بل دخلت إلى أعماق قلبه فوجدت صدى داخلي عميق لقبولها وأثرت التأثير المباشر الذى غيّر كيانه الداخلى تغييراً كاملاً وشاملاً .

ترك كل شئ !! ..

ترك كل ما يتعلق بعمله .. ترك الوظيفة والمال والمركز الاجتماعى ، والسلطة .

تجرد تجرداً كاملاً . لم يفكر فى أى شئ آخر سوى طاعة الصوت الإلهى . لم يناقش الرب فى شئ ولم يسأل عن وضعه المستقبلى .

ما هى الوظيفة التى سوف يأخذها والدرجة التى سينالها ، وما هو الوضع المالى وكم سيأخذ ؟ ! .

لقد ملأ الحب الإلهى قلبه .. فترك كل شئ . وجد فى المسيح له المجد كل الغنى . فصار غنى المال ورغبات العالم تافهة وسراب خادع بالنسبة له .

صار تلميذاً مختاراً من صفوة التلاميذ الاثنى عشر . كارزاً.. إنجيلياً .. مبشراً .

كتب إنجيله الأول المعروف لليهود مبشراً إياهم بالمسيح الكلمة المتجسد من سبط يهوذا الملك الموعود به ، الذى جاء خصيصاً لهم . " لأن ابن الانسان قد جاء لكى يطلب ويخلص ما قد هلك " . (لو ١٩ : ١٠) .

ثانياً : أمثلة من حياة الآباء الرهبان القديسين :

القديس أنبا أنطونيوس أب الرهبان (٢٥١ -٣٥٦ ميلادية)

ولد القديس انطونيوس فى بلدة قُمَن العروس قرب بنى سويف سنة ٢٥١ ميلادية من أبوين مسيحيين ، واشتهروالديه بالغنى فى المال والفضيلة ، فربياه على مبادئ الدين والتقوى فنشأ هادئاً وقوراً محباً للعزلة والإنفراد كثير القناعة فى جميع مقتضيات المعيشة .

ومع أن والداه لم يدعاه ينتظم فى سلك التعليم بإحدى المدارس إلا أنهما هذباه بعلومهما ومعارفهما كما تدل كتابات القديس انطونيوس الباقية الى الآن على مقدرته وتشهد له بالتضلع فى المعرفة الروحية .

ولم يبلغ الثامنة عشر من عمره حتى فقد أبوه فالتزم أن يعتنى بتربية أخته الصغيرة ويدير حركة أملاكه الواسعة التى كان ينفق منها كثيراً لإغاثة البائسين ، غير أن الأفكار المقدسة كانت قد تملكت عليه وكثيراً كان يعجب من شهامة

الآباء الرسل الذين تركوا كل شئ وتجندوا لخدمة الكلمة . وكيف كان مؤمناً بواسطتهم يبيع أملاكه ويضع ثمنها تحت أقدامهم .

واتفق ذات يوم أنه ذهب الى الكنيسة كعادته هو وأخته وهذه الأفكار تشغل خاطره ، وإذا بفصل الانجيل يُقرأ . فسمع السيد المسيح له المجد يقول لأحد شبان اليهود الأغنياء :

" **إن أردت أن تكون كاملاً اذهب وبع كل أملاكك وأعط الفقراء فيكون لك كنز فى السماء وتعال اتبعنى** "(مت ١٩: ٢١).

فحالما سمع هذه العبارة حسبها صوتاً إلهياً يناديه من السماء فأطاع هذا الصوت وعزم على تنفيذ الوصية . ولما عاد الى منزله شرع فى العمل بهذا الكلام فأعطى أخته نصيبها ثم توجه بها الى دور العذارى التى كانت فى عصره قد اتسع نطاقها وأوصى بها رئيستهن لكى تراعيها كأبنة لها .

أما هو فأخذ يبيع كل أملاكه ويوزع منها على الفقراء حتى لم يبقى لنفسه شيئاً ، وعاش بعد ذلك من كد يديه حيث كان يصنع قففاً وحصراً ويقتات بثمنها . ثم انصرف همه نحو

ترويض جسده على النمو فى الفضيلة والحياة بالقداسة والتقوى .

ثم بدأ يسلك طريق العزلة والإنفراد فأتى وسكن بجوار النهر . ثم حدث بعد ذلك أن ترك ذلك المكان وذهب الى البرية الداخلية حيث اجتمع حوله تلاميذ وبنى ديراً وأسس حياة الرهبنة ، وصار القديس انطونيوس هو أول من أسس حياة الرهبنة فى العالم ومازال ديره عامراً بالرهبان حتى الأن بالصحراء الشرقية .

٢) العطاء ذبيحة حب وتقدمة نقية للرب :

- **" وأما أنت فمتى صنعت صدقة فلا تعرف شمالك ما تفعل يمينك . لكى تكون صدقتك فى الخفاء . فأبوك الذى يرى فى الخفاء يجازيك علانية "** (مت ٦ : ٣ ، ٤) .
- " اعطوا تعطوا كيلاً جيداً ملبداً مهزوزاً فائضاً يعطون فى احضانكم ... " (لو ٦ : ٣٨) .
- **" بيعوا مالكم وأعطوا صدقة ... "** (لو ١٢ : ٣٣) .

* العطاء من الناحية الايجابية هو انشغال القلب بكامله بشخص الرب يسوع المسيح ، ومن الناحية السلبية الملازمة للإيجابية هى تحرر له من سلطان المال ، هى اعلان عن ملء القلب الذى أحب الرب . وتفريغ كل ما يعطل هذا الملء.

والعطاء فى حقيقته رفع القلب عن الارضيات نحو السمائيات ، والاتجاه به نحو الأبدية .

وإذا دفن الانسان كنزه فى الأرض ، يطلب قلبه مما هو فى الأرض الأمور الدنياوية و الدنيئة ، أما إذا حفظ كنزه فى السماء فسيكون قلبه مرتفعاً داخل دائرة الروح وانشغاله بالحب

الإلهى الذى يملأه . لذلك إذا أراد المسيحيون أن يرفعوا قلوبهم إلى فوق يلزمهم أن يدخروا ما يحبونه هناك فى الأبدية فالبرغم من وجودهم بالجسد على الأرض ، إلا أنهم يقطنون مع المسيح بالقلب .

- والعطاء هو حب حى للمحتاجين وعطف داخلى عميــق ، يكشف لك عن عمل الرب فيك تتزوقه وتختبره .

بهذا يرتفع عن كونه عطاء مادى صرف الى سر حب عميــق يربط أعضاء المسيح بعضها البعض .

كما يقول معلمنا بولس الرسول :

" **فإن كان عضو واحد يتألم فجميع الأعضاء تتألم معــه . وإن كان عضو واحد يكرم فجميع الأعضاء تفرح معه** " .

(١ كــو ١٢ : ٢٦) .

هكذا يجب أن نتصرف مع اخوتنا ، فنهتم بهم كفرحنا بخيرنا ونتألم لمصابهم كما لو كان مصابنا .

فالحب المتدفق منا للآخرين فى شركة آلامهم يخفف من هذه الآلام .

- **والعطاء يعلن أمانتنا فيما وُكِلنا عليه .**

الذى يعطى بحب هو أمين فيما وكل إليه ، وعدم العطاء فيما نال من خير وفير وفيض من عند الرب هو اغتصاب للأمانة التى لديه . فلابد أن يكون الانسان أميناً فيما لديه من عطايا الرب ، وبذلك يحق له سماع الصوت الإلهى القائل : " **كنت أميناً فى القليل فأقيمك على الكثير** " .(**مت ٢٥: ٢١**) .

والعطاء هو إضرام كل ما وهبك الرب متذكراً قوله :

مغبوط هو العطاء أكثر من الأخذ " (١ أى ٢٩ : ١٤) .

وكما يقول آباؤنا :

إن جاءك مسكيناً فلا تصرفه من عندك فارغاً ، بل إعطه من البركة التى أعطاك الله إياها . وأعلم أن كل شئ لك ليس ملكك فأعطه من أجل الرب . فالرب هو المعطى وليس أنت .

- والعطاء ذبيحة حب وتقدمة طاهرة،ورائحة بخور عطر يتنسمها الله .وحين يعطى الإنسان بالحب فهو يبذل،والبذل من أجل الآخرين فيه تخلية عن الذات التى تحب القنية والامتلاك ، لأن الذات تريد أن كل شئ يتمركز حولها .

وحين يتجرد الانسان عن رغباته وشهوات هذا العالم ، وتعلقه بالمال أو المقتنيات ، يتنقى من الداخل ، فلا يوجد شئ يملك على قلبه إلا محبة الله التى تطهر كيانه الداخلى فيصير نقياً واتجاه قلبه سمائياً .

أوجه العطاء :

يوجد وجهان لهذا الموضوع . وجه فردى ، وجه كنسى عام .

(١) من الناحية الفردية :

لقد أوضح رب المجد يسوع مبدءاً هاماً بقوله : " كل من سألك فأعطه " (مت ٥ : ٤٢) ، (لو ٦ : ٣٩) .

والأمر واضح وصريح أننا لسنا مسئولين عن فحص حالة من يسألنا " أى يطلب منا صدقة " .

بل الأجر سيعطى لنا كاملاً بحسب النية فى تقديم العطاء .

" من يقبل نبياً باسم نبى فأجر نبى يأخذ . ومن يقبل باراً باسم بار فأجر بار يأخذ . ومن سقى أحد هؤلاء الصغار كأس ماء بارد فقط باسم تلميذ فالحق أقول لكم أنه لا يضيع أجره " .

(مت١٠ : ٤١ – ٤٢) .

وحكمة السيد المسيح من ذلك أننا لا نقيم من أنفسنا قضاة تفحص شئون الناس الداخلية بل نحن نعبد الله بالحق والاستقامة .

ولكى نكون متشبهين بأبينا السماوى " فإنه يشرق شمسه على الأشرار والصالحين ويمطر على الأبرار والظالمين " .

ومما يؤكد ذلك أن الرب يسوع يختم هذا الكلام بقوله :

" **فكونوا أنتم كاملين كما أن أباكم الذى فى السموات هو كامل** " **(مت ٥ : ٤٥ – ٤٨) .**

(٢) الناحية الثانية : الكنيسة أو العامة :

يحتاج ذلك الى التنظيم بما ينطوى عليه من فحص فالنظام أمر ضرورى .

قال معلمنا بولس : " وأما من جهة الجمع لأجل القديسين فكما أوصيت كنائس غلاطية هكذا افعلوا أنتم أيضاً . فى كل أول اسبوع ليضع كل واحد منكم عنده خازناً ما تيسر حتى اذا جئت لا يكون جمع حينئذ " (١ كو ١٦ : ١ – ٢) . فنلاحظ هنا عملية التنظيم التى وضعها الرسول : " فى كل أول أسبوع " .

فالمسيحية التى تحث على عمل الرحمة تفرق بين المحتاج والكسول .

أما عن وجوه صرف الأموال التى نقدمها والجهات التى يمكن ان نقدم لها عطاءنا ، فهى كثيرة بطبيعة الحال ، وليس من اليسير أن نحصيها لكن يمكن وضعها تحت البنود الآتية :

١) عطاء للخدمات والاحتياجات الجسدية :

إطعام جائع - إعطاء كساء لإنسان محتاج - إنفاق على مريض معوز - ايواء غريب - فك ضيقة انسان - إعالة الأرامل والأيتام والمحتاجين الذين ليس لهم أحد يهتم بهم - الأسرالفقيرة التى ليس لها عائل - العجائز وليس لهم مورد رزق - المنكوبين ...

٢) عطاء للخدمات الروحية :

التعليم الدينى - الوعظ فى القرى المحرومة - خدمة التربية الكنسية - الانفاق على الكتب والمطبوعات التى توزع مجاناً أو بقيمة تكاليفها رغبة فى ربح النفوس للمسيح . واحتياجات خدمة

الكنيسة: الدقيق اللازم لعمل القربان–الاباركة–الزيت –البخور– الشمع – الستور– كتب القراءة – أوانى المذبح.

٣) العطاء من أجل البناء والتعمير :

بناء الكنائس–تعمير الأديرة –الملاجئ – المؤسسات الخيرية .

٤) عطاء يقدم لخدام الكلمة : خاصة فى البلاد والقرى الفقيرة .

" الستم تعلمون أن الذين يعملون فى الأشياء المقدسة من الهيكل يأكلون . الذين يلازمون المذبح يشاركون المذبح . هكذا أيضاً أمر الرب ان الذين ينادون بالإنجيل من الإنجيل يعيشون " (١ كو ٩ : ١٣ ، ١٤) .

أقوال الآباء :

٥٥) ان الرحوم هو الإنسان العظيم والرجل الكريم ، الفاعل الخير ببشاشة واشتياق من غير حزن ... ولا يحصل له الارتياح في العطاء،إلا إذا ظن في فكره الصالح أن لا يعطى بل يأخذ وقاس في عقله أنه هو الكاسب الرابح،وأنه هو الذي نال الإحسان ولا يعدما يعطيه خسارة وذاهب سدى. القديس يوحنا ذهبي الفم

٥٦) محب الفقراء يكون كمن له شفيع في بيت الحاكم . ومن يفتح بابه للمعوزين يمسك في يده مفتاح باب الله . من يقرض الذين يسألونه يكافئه سيد الكل .

القديس يوحنا التبايسى الاسيوطى

٥٧) الصدقة ليست علاجاً هيناً ، فهي توضع على كل جرح... انها أفضل من الصوم أو النوم على الأرض ، إذ أن هذه الأمور مؤلمة وشاقة ، أما الصدقة أكثر نفعاً .

القديس يوحنا ذهبى الفم

٥٨) انظروا هذه المجموعة العظيمة من الأدوية ! فرحمة الله تنقينا ، وكلمته تطهرنا ، كما هو مكتوب : " انتم أنقياء بسبب الكلام الذى كلمتكم به " (يو١٥ : ٣) ، كما تجد اللحن الشجى :" الصدقة تنجى من الموت " (طو١٢ : ٩) ، " خبئ الصدقة فى قلب المسكين يشفع عنك فى الأيام الشريرة " (سيراخ ٢٩ : ١٢) .

القديس امبروسيوس (١)

---

١) Of holy virginity 3

٥٩) أمرنا الله الرحوم أن نظهر رحمة ، وإذ هــو يطلــب أن ينقذ الذين خلصهم بثمن عظيم أمر الذين تدنسوا بعد نــوالهم نعمة المعمودية أن يتطهروا جيداً من جديد .

القديس كبريــانوس (١)

٦٠) عن كان المؤمن الحقيقى يتحدث عن الملكــوت ، فلــيعلن حديثه هذا عملياً بالعطاء .

القديس اغسطينوس (٢)

٦١) ليكن شغفنا نحو الأمور المقبلة ثابتاً ، لنخزن الرجاء فــى الأمور العتيدة ككنز لنا . لنجمع أمامنا لأنفــسنا كــل هــذه الأمور التى بها نتأهل لعطايا الله .

القديس كيرلس الكبير (٣)

٦٢) الصدقة دواء لكل جرح . لكن الصدقة لا تقاس بالعطــاء المالي وحده بل بكل ما يمكن للإنسان أن يربح بــه آخــر ، فالطبيب يعالج والحكيم يقدم مشورة .

القديس يوحنا ذهبى الفــم

---

١) in luke ser 82. ٢) in luke ser 90 ٣) in luke12: 13-48

٦٣) الصدقة بمعرفة تولد التأمل فيما سيكون وترشد الى المجد أما الإنسان القاسى القلب فانه يدل علـــى انعدامـــه مـــن أى فضيلة .

٦٤) اعط المحتاجين بسرور ورضى لئلا تخجل بـــين وتحـــرم من امجادهم .

٦٥) احب المساكين لتخلص بسببهم فى أيام الشدة .

القديس موسى الأســـود

أمثلة للعطاء فى العهد الجديد :

١) يورد سفر العمال صورة لحياة الشركة فى الكنيسة الأولى "**وجميع الذين آمنوا كانوا معاً وكان عندهم كل شئ مشتركاً**" (أع٢:٤٤) .

وصورة لحياة التجرد والعطاء بسخاء :

" والأملاك والمقتنيات كانوا يبيعونها ويقسمونها بين الجميع كما يكون لكل واحد احتياج " (أع ٢ : ٤٥) .

٢) ونجد معلمنا بولس الرســـول يوصـــى كنيـــسة كورنثـــوس بالعطاء . " وأما من جهة الجمع لأجل القديسين فكما أوصيت

كنائس غلاطية هكذا افعلوا انتم ايضاً . فى كل أول أسبوع ليضع كل واحد منكم عنده . خازناً ما تيسر حتى إذا جئت لا يكون جمع حينئذ . ومتى حضرت فالذين تستحسنونهم ارسلهم برسائل ليحملوا احسانكم الى أورشليم "(١كو ١٦: ١- ٣).

أمثلة لذوى العطاء من القديسين

١) الراهب الرحوم :

كان راهباً مسكيناً لا يملك شيئاً ، لكنه كان رحوماً ، فأتاه سائل يطلب صدقة ، ولم يكن عنده سوى خبزة واحدة فدفعها إليه ، ولكن السائل قال له لست محتاجاً الى خبز ، بل الى ثوب . فأراد الأخ اقناعه فأخذ بيده وأدخله الى القلاية ، فلما أبصر السائل أنه ليس له شئ غير الثوب الذى على جسده رق له وصب تليس خبز كان معه .

٢) البابا متاؤوس الأول : (١٣٣٧ - ١٤٠٩ ميلادية) .

(أ) محبته للعطاء :

كان البابا متاؤوس يتصدق بكل ما يصل إليه من أموال . فلقد ورث عن سلفه البطريرك مبلغ مائة الف درهم ،

فتصدق بها على المساكين . ولما رأى تلاميذه أنه كلما وقعت تحت يديه أموال ، يصرفها أول بأول على المساكين ، اشاروا عليه أن يبقى بعض ما يصل إليه لمواجهة أى عوارض فى المستقبل وألحوا عليه كثيراً . فحفر حفرة فى الأرض ووضع فيها مبلغ ستمائة دينار كانت لديه .ولكن تفكر فى نفسه وقال : " يا متى ، ربنا يقول فى الكتاب المقدس لا تكنزوا لكم كنوزاً فى الأرض ، حيث السوس يفسدها والسارقون يحتالون فيسرقون ، وأنت حبست ذلك على المساكين وخزنته فى الأرض ، وبقيت مخالفاً لقول الإنجيل !! .

ألا تعلم ان الله يعوض بدل ما تعطيه للمساكين .

وبكى وندم وقال لساعته ليخرج تلك الستمائة دينار ، فاذا به يجد الى جانبها ستمائة دينار أخرى . فتعجب ونادى تلاميذه وقال لهم : " يا أولادى إنه إذ كان هذا صنيع الرب مع من ينجد ويعطى المساكين ، فكيف تمنعونى أنا الحقير من أن أعطى المساكين " .

ثم اشترى بالمبلغ كله قمحاً وحبوباً وفرقها علـــى المـــساكين والمحتاجين والأرامل والأيتام والمستورين وعلى الأديرة .

كان القديس يتصدق حتى بملابسه الخاصة وملابسه الكهنوتية، حيث كان يكتفى ببدلة واحدة يلبسها وقت تأدية الشعائر المقدسة .

وحدث مرة أن رسم أسقفاً فقير الحال وأراد أن يعطيه برنسه الذى عنده ، لأنه لم يكن لديه ما يـــشترى بـــه لـــه البـــرنس... فعارضه تلاميذه بحجة أنه لاستعماله الخاص . وبينما هو يلـــح عليهم فى إعطائه البرنس للأسقف ، إذ بسيدة تحضر وتقدم لـــه برنساً حريرياً ثميناً . فأخذه منها شاكراً وأعطاه للأسقف فنـــدم التلاميذ على معارضتهم له .

وكان القديس يتصرف من أعوازه . فمرة تصدق بالبساط الذى تحته ، ومرة تصدق بثوبه . وجاء إليه يوماً إنسان جائع وقـــت المساء ، فأعطاه عشاءه ثم خرج وقرع الأبواب طالباً رغيـــف صدقة . فلما قرع أحد الأبواب وتحقق أصحاب البيت أنه صوت البطريرك ، سألوه أن يقبـــل أكثـــر مـــن رغيـــف فـــرفض .

اعتاد البابا متاؤوس أن يعيد عيدى السيدة العذراء ورئـــيس

الملائكة ميخائيل كل شهر . وكان بعد الصلاة فى هذين العيدين ، يدخل ويبارك المخازن ، فكانت تنمو وتفيض من البركة السمائية .

(ب) اهتمامه بالمساجين :

اهتم البابا القديس بالمساجين فكان يفتقدهم فى سجونهم ، ويحمل لهم الطعام ، ويتوسط لدى الأمراء والحكام ويبذل لهم الأموال الكثيرة حتى يخلصهم من الشدة . خاصة أنه فى زمانه وقعت شدائد كثيرة على الأقباط ، وكثيرون منهم كانوا يطرحون فى السجن لسبب إيمانهم .

٣) المعلم جرجس أبو منصور :

من أراخنة الأقباط فى العصر العثمانى ، وعاصر البابا يؤانس السادس عشر الذى تولى الكرسى المرقسى لمدة ٤٢ سنة (١٦٧٦ – ١٧١٨ ميلادية) .

تفانى المعلم جرجس أبو منصور فى عمل الرحمة والعطاء ، ففتح بيته لكل قاصد ومحتاج . وكان يقيم الولائم للفقراء والغرباء ، ويذكر التاريخ أنه اعتاد فى أيام الآحاد بعد القداس

الإلهى ، أن يدعو البابا والكهنة والفقراء والغرباء الى الإفطار فى بيته .

واهتم بتعمير الكنائس فعمر كنيسة العذراء ومارجرجس بحارة الروم ، فأسند إليه البابا نظارة كنيسة العذراء (المعلقة) فرممها ، وأعاد إليها رونقها الأثرى واستكمل مكتبتها . ولما أراد البابا عمل الميرون أحضر له المعلم جرجس أبو منصور كل مستلزمات الميرون على نفقته الخاصة . وعندما رغب البابا فى زيارة القدس ، قام بعمل الترتيبات الخاصة بالزيارة .

٤) الأرض المعلم إبراهيم الجوهري :

كان رئيساً للدواوين فى حكومة الأتراك والمماليك ، وكان متواضعاً .. ومن أهم الفضائل التى تميز بها الرحمة والاحسان . وذكر أنه كان يقسم دخله الى ثلاثة أقسام ، ثلثاها للفقراء والانفاق على الكتب ونسخها ووقفها ، وترميم ما تهدم من الكنائس والأديرة . وابتاع أملاكاً كثيرة ووقفها على هذه الأماكن المقدسة . وكان يرسل التقدمات سنوياً الى الأديرة ...

وكان يعمل الولائم للفقراء بالكنائس .

ففى يوم كان فى كنيسة القديسة بربارة بمصر القديمة ولاحظ أن الخدم قصروا فى خدمة الفقراء،فوبخهم جداً قائلاً : "لا تكسروا قلب الفقراء الضعفاء ، بل طيبوا خاطرهم . فالسيد المسيح له المجد أمرنا أن نضيف من لا يستطيع أن يكافئنا " .

* كان المعلم ابراهيم باعتباره ناظراً لكنائس القاهرة ومصر القديمة يصلى فى كل منها فى أوقات معينة حتى يقتدى به الأراخنة ... ففى إحدى المرات كان يصلى فى كنيسة بابلون الدرج يوم رفاع أحد الأصوام . وبعد انتهاء القداس انصرف الناس ، ولاحظ المعلم أن رجلاً صعد الى تلٍ عالٍ أمام الكنيسة فأرسل خادمه خلفه ليرى ماذا يفعل .. فأخذ الرجل يبحث حتى وجد أوزة ميتة فشكر ربه وهم بالنزول . فأسرع الخادم وروى للمعلم إبراهيم الجوهرى ما رآه . فانتظر الرجل ريثما ينزل وكأنه لا يعرف شيئاً عما حدث . واستفسر عن احواله وعاتبه على عدم كشف حاله له . ثم قال له توجه بسلام . وأرسل خادمه له بكل ما يلزمه . وسأله ألايكتم عنه شيئاً إذا احتاج مرة أخرى .

٥) الأنبا صرابامون أسقف المنوفية المتنيح ١٨٥٣ ميلادية:

يذكر لنا التاريخ الحديث عن الأنبا صرابامون أسقف المنوفية أنه كان يسير متنكراً فى الليل حاملاً سلة ثقيلة بها احتياجات الفقراء ، حتى ظنه أحد خدام البطريركية بالقاهرة لصاً ، فسار خلفه حتى رأه يقف بباب ويقرعه ، فانفتح له الباب وسلم السلة دون أن ينطق بكلمة واحدة ، وعاد من حيث أتى ، وعندئذ تقدم الخادم الذى يدعى حنا النجار وأمسك به وتحقق منه وعلم أنه الانبا صرابامون ، فقد كان يحمل الدقيق والقمح بنفسه الى العائلات التى تخجل من أن تطلب صدقة .

٦)الأنبا ابرآم اسقف الفيوم المتنيح : (١٨٢٩ - ١٩١٤ميلادية) .

ذهب إليه مرة رجل فقير معدم يشكو إليه ضيق ذات اليد فى ظرف هو فى حاجة شديدة الى المال لينفق على زوجته التى وضعت حديثاً ، فأعطاه جنيهاً هو كل ما كان يملك فى ذلك الوقت . ولما خرج الرجل الفقير قابل الوكيل ورأى أن معه جنيهاً ، فأخذه منه واستبدله بريال .

فرجع الرجل المسكين للقديس وأعلمه بـــالخبر ، فاســتدعى الوكيل ووبخه على قساوة قلبه وعدم إيمانه ، وأمر برد الجنيــه للرجل وأن لا يأخذ منه الريال ويعطيه أيضاً لحافاً لأن الوقــت شتاء .

احتج الوكيل بحاجة الاسقفية الى هذا المبلغ ، فأجاب رجــل الله " الرب يرسل " وفعلاً بعد خروج الرجل بقليل استلم القديس خطاباً من أحد المؤمنين به حوالة بمبلغ عشرة جنيهات وحافظة سكة حديد بعشرة أرادب قمح .

وكان هذا درساً للوكيل لكى يقوى إيمانه ، بأن الــرب هــو الذى يهب الخيرات ويعطى فوق ما نطلب أو نفتكر .

- **فى ليلة عيد القيامة المجيد تقدم إليه تلميذه يخبره**

بأن حنا بك نخلة قد أرسل للمطرانية أصنافاً كثيرة من الطعــام وديك رومى .

فتح الأسقف فاه وبارك المرسل وفى ابتسامة عذبة طلب تلميذه أن يحضر الطعام ويضعه على المائدة . أسرع التلميذ بتنفيذ أمر أبيه الأسقف . وهنا التفت الأســقف إليــه ليــستدعى العجــزة

والعميان والمرضى القاطنين فى الدور الأول من المطرانيـــة ، ووقف بينهم كأب يطمئن على أولاده حتى أكلوا وشبعوا .

أما هوفلم يذق سوى فجلاً وقليلاً من اللبن الخالى من الدسم .

*** دخلت إليه إحدى الفقيرات تشكو حالها له ، وإذ مد يده** تحت الوسادة كالعادة لم يجد شيئاً ، فقدم شالاً جديداً كان قد أهداه إليه أحد أحبائه من أبناءه المباركين .

وفى اليوم التالى دخل صاحب الشال الى الأب الأسقف ، وسأله عن الشال ، فأجاب الأنبا ابرآم الشال فوق يا ولدى .

وهنا أظهر له صاحب الشال ، قائلاً انه اشتراه من الـــسيدة الفقيرة ليعيده إليه . وهكذا فى حنان تطلع إليه ، قائلاً له : ربما تكون ظلمتها يا ولدى ! .

أجاب الشخص قائلاً لا يا أبى : بل أعطيتها ثمنه بالكامل .

٧) فقراء ونحن نغنى كثيرين :

سيدة مات زوجها وكان عاملاً فقيراً ، وتـــرك لهـــا طفلـــين وكانوا يسكنون في أحد الأحياء الفقيرة في حجرة صغيرة بمدينة الإسكندرية . ولم يكن لهذه الأرملة سند ، لا من مال ولا مـــن

رجال وكانت ترفض أن يكون لها سوى المسيح الذي كانت تطلب بحسب وعده أن يكون قاضياً للأرامل وأباً للأيتام

كان يقينها الشديد برعاية الله وعنايته وإيمانها القوى . ولم تكن لها قدرة على العمل بسبب ضعفها وضيق ظروفها . ولكن أحياناً تعمل بعض الأعمال المنزلية على قدر طاقتها وكانت تصلى دائماً وترنم وهى تعمل بيديها . وتقدم الشكر لله على أقل نصيب لها من أمور هذه الحياة . حقاً كان المسيح بذاته يملأ عليها حياتها فرحاً ونعيماً .

من اعوازها :

كانت هذه الأرملة تدخر من القروش القليلة التى كانت تصل اليها ... ومن هذه القروش التى ادخرتها اشترت دقيقاً وخبزت خبزاً وحملت الخبز على رأسها ، وذهبت إلى دير مارمينا بمريوط وكانت شديدة التعلق بالشهيد العظيم مارمينا . وقدمت الخبز للدير وقضت باقى اليوم تغسل وتخدم وتمسح الأرض بفرح عجيب وسعادة غامرة إنها تعطى حقاً كما قال الرب :

" **من اعوازها بل كل معيشتها** " .

٨) بركة الرب هى تغنى ولا يزيد معها تعب .

كان رجل يعيش فى منطقة شعبية بالأسكندرية وقد بدأ حياته فقيراً جداً ، كان يسكن حجرة بسيطة أقرب ما تكون الى الأكشاك منها الى البيوت ، وكان هو وأولاده وزوجته يبيتون تحت هذا السقف المتهالك الذى لم يكن يحميهم فى أوقات كثيرة من غزير الأمطار رغم الاستحكمات التى كانت تسمح بها امكانيات هذا الرجل الفقير ، فكان يرمم السقف بكل ما فى وسعه ولكن لم يكن هذا كله يعفى صغاره من قطرات من المطر كانت تتسلل لتتساقط عليهم فى ليل الشتاء القارص ، لتزيد من آلام البرد مع قلة الغطاء وضعف الأجساد .

وكان الرجل يعمل بائعاً متجولاً للحبوب ، كان يستأجر عربة صغيرة ، يضع عليها بعضاً من العدس والأرز والفول وما إلى ذلك ، يجوب شوارع وحوارى غيط العنب وغربال ، بعربته الصغيرة يجرها بيديه .

وكان الرجل فى آخر النهار يفوز بربح قروش قليلة من تجارته البسيطة هذه .

وكان هذا الرجل يعطى بسخاء ، وكان إذ يفعل ذلك كان الرب يغدق عليه أكثر إحسانا عجيباً في كل ما تمتد إليه يداه .

وبعد ذلك أنعم عليه الرب بأن فتح محلاً واتسعت تجارته . وفى الصوم الكبير كان يأتى إليه الفقراء يطلبون حسنة ولم يرد أحداً منهم قط فارغاً ولا يسأل حتى عن اسمه .

إذ كان يصلى الى الرب يسوع كل يوم ويطلب منه كل صباح أن يبارك يومه ويرسل من اخوته كل من له احتياج فقط . وهو يعلم يقيناً أن كل الفقراء الذين يأتون إليه ليأخذوا هم محتاجون فكان يعطيهم لأن الرب قد أرسلهم إليه .

فى وقت الأزمات :

حدث فى نهاية الستينات بعض الأزمات فى السلع التموينية ولا سيما فى أيام الأصوام وكان غلاء فى البقول واختفى بعضها من الأسواق وكان الميسورى الحال بالكاد يحصلون على (الفول والعدس ..) بأسعار غالية بالنسبة لتلك الأيام .

وكانت أيام الصوم الكبير ، وإذ بهذا الرجل البار يدخل الكنيسة المرقسية بالإسكندرية،ويتقابل مع الأباء ويسألهم هل

يوجدعندنا شئ من الفول والعدس،وقبل أن يسمع الاجابة،يقــول المسيح يساعدنى وأرسل لأخوتى الفقراء شيئاًمن أجل الصوم .

وعند المساء وقفت سيارة نقل أمام باب الكنيسة محملة بأكثر من أربعين جوالاً من العدس والفول وهكذا فعل مع آباء كثيرين .

وكان هذا الرجل يشجع بمسلكه المتواضع الكثيرين للسعى فى طريق العطاء ،وقد كان مثالاً لإنكار الذات فلم يطلب مديحاً من إنسان ولا أشتهى كرامة لأجل عطاياه،ولا أن يسجل اسمه فى ايصال أودفتر للتبرعات ،ولا أن يكتب اسمه على ستر الهيكل أو مقعد فى الكنيسة .. لقد سلك سلوكاً روحياً وأكمــل وصـــايا سيده لكى ينال أجراً كاملاً فى ملكوت الأبرار .

وبعد أن أكمل أيامه فى حياة مرضية ، بحضور القداســات والصلوات والتناول من الأسرار الالهية .

وتقديم قرابين وذبائح اشتمها الرب رائحة سرور ، وبعد أن ربى أولاده فى طريق مخافة الله انضم الى صــفوف الأبــرار ليضئ فى الملكوت بأعمال الرحمة ومكافأة الصديقين .

هذا مثال عملى لانسان بسيط ، بدأ حياته فقيراً ولكن كان له حب العطاء ولو بتقدمة من قروش قليلة ، والرب بـــارك فـــى عطاياه وكافأه عنها وأجزل له الخير فلم ينسى أن يقدم لأخـــوة الرب بكل ما يستطيع عطاء بحب ، وسخاء فى الخفاء من أجل الله الذي أحبه ، لم يطمع في أى أمور أرضية ولكنه كان يكنـــز في السماء . كنزاً حقيقياً

هو غنى الملكوت وميراث الحياة الأبدية .

الفصل الخامس :

الصوم
و
القراءات الروحية

الصوم والقراءات الروحية :

القراءات الروحية هدفها ليس هو حشو الذهن بالمعلومات ، أو اختزان المعرفة أو الإلمام بمواضيع معينة ، أو الإحاطة بالأمور التي يجهلها الآخرون . أو طلب المعرفة والحصول على المعلومات في مجالات روحية أو لاهوتية أو عقائدية أو تاريخية ، للإمساك بناحية الحديث عند التحدث فى جلسات مع آخرين أو فى اجتماعات والاعتداد بالمعرفة والافتخار على الآخرين لنيل المديح لكي تتمجد الذات .

بل القراءات الروحية التي تهدف إلى الهاب الروح بمحبة الله والى تقويم الشخصية وتنقية النفس والجسد من أدناسهما .

مادة هذه القراءات

توجد ثلاثة مصادر أساسية للقراءات الروحية وهى :

(١) الكتاب المقدس بعهديه ، وما يستخدم مع الكتاب المقدس من فهرس وقاموس الكتاب المقدس وكتب تفسير وتأملات ووعظ وسير قديسى الكتاب .

(٢) **أقوال الآباء ، والكتب النسكية :** الكتب التى تحتوى على أقوال الآباء فى التدبير الروحي والموضوعات المختلفة والكتب النسكية التى تقود النفس الى التوبة والزهد فى أمور هذا العالم الحاضر . والنمو فى الفضائل التى عاشها الآباء كنموذج حي للحياة الروحية واقتناء الفضائل .

(٣) **سير القديسين :** سواء كانوا قديسى البرية أو العالم ، أو الشهداء أو المتوحدين أو الخدام أو أبطال الإيمان أو قادة الفكر المسيحي ... وهذا النوع يعطى أمثلة حية كيف جاهدوا على طريق الملكوت والحياة الأبدية .

كما قال مار اسحق " شهية جداً هي أخبار القديسين فى مسامع الودعاء ، وكالماء للغروس الجدد " .

هدف القراءة

ينبغى للإنسان أن يعرف هدفه من القراءة ويتذكره باستمرار ، حتى لا ينحرف عنه إلى غاية أخرى . فمثلاً قراءة الكتاب المقدس لها صور مختلفة ومتنوعة منها :

١) قراءة هدفها الإلمام بالكتاب ومعرفة محتوياته وقصصه وأخباره وشخصياته .

٢) قراءة للتأمل في آية معينة أو حدث ما أو خبر وارد الفرد يأخذ من ذلك تأملا روحياً يخرج منه بفائدة روحية تمس حياته .

٣) قراءة الكتاب المقدس لدراسته والتعمق فى معرفته وهى قراءة فيها إمعان للفكر وتدقيق في المعلومات . لا تقف عند مجرد المعلومات العامة ، وانما تبحث بحثاً عميقاً قد يتطرق إلى التدقيق الشديد في معرفة معنى كلمة معينة بالذات بالاستعانة بالقواميس المختلفة أو الرجوع إلى الترجمات القديمة ومقارنتها ببعضها البعض واستخلاص نتائج من ذلك . كما تعنى هذه الدراسة بمقدمات الأسفار ، وجغرافية الكتاب المقدس ، وما فى الكتاب من رموز ونبوءات وماوراء ذلك من دلالات .وتعنى أيضاً بالتعرض لتفسير الآيات العسرة الفهم ، وحل مشاكل الكتاب وخاصة ما يبدو من تناقض بين بعض الآيات وعلوم البشر من فلسفة وطبيعة وفلك وتاريخ و جولوجيا وانثربولوجى ...

فوائد القراءات الروحية

القراءة بوجه عام تجمع العقل من تشتته ، وتقتاده من طياشته فى أفكار وموضوعات كثيرة الى التركيز فى موضوع القراءة وحسبما يتغير موضوع القراءة يتغير تبعاً له نوع الأفكار التى تتركز فى العقل .

والقراءة الروحية أيضاً لا تكتفى فقط بأن تجمع العقل من التجول فى أمور هذا العالم المادى ، وإنما ترفعه الى عالم الروح ، وتفتح أمامه أبواب الالهيات ليذوق ما أطيب الرب .

فهى بهذا ذات فائدتين أحدهما سلبية والآخرى ايجابية :

أ) فالسلبية هى منع أفكار معينة عن العقل ، سواء الأفكار الشريرة أو الأفكار الزائلة الباطلة . ولذا تستخدم القراءة الروحية أحياناً كسلاح للعفة وطرد الأفكار النجسة ، وكسلاح لطرد أفكار الغضب وتسكين النفس ...

ب) أما الفائدة الإيجابية فهي السمو بالفكر إلى الإلهيات .

ولهذا الأمر تدرجاته الروحية العديدة التى تصل بالأنسان الى حالات سامية جداً بدوام ارتباط فكره بالله ...

فوائد أخرى هامة واساسية للقراءات الروحية

القراءة الروحية هى باب يدخل منه الانسان الى حرارة النفس التى تشتاق دائماً الى الالهيات وتتطلع الى السمائيات . فالنفس التى بردت حرارتها الروحية لانشغالها بالماديات ، أو لإحتكاكها بالخطية وتأثرها بأوساط شريرة، أو لتفكيرها فيما لا يليق ، أولتغربها عن الروحيات مدة طويلة ، هذه النفس تعود اليها حرارتها تدريجياً بالقراءة الروحية التى تنتشلها من عالمها المادى الى حيث ذكر الله وقديسيه .

فتعود النفس وتتذكر طبيعتها التقية ، وتشتاق إلى هذا السمو ، وتشعلها الحرارة بحب الله وقديسيه والرغبة في محاكاة ما تقرأ من سير رائعة وفضائل عالية في الكتاب المقدس أو أخبار القديسين .

ومن طبيعة الحرارة التي تتولد في النفس من القراءة ، أنها تبطل كل ما يحارب النفس في ذلك الوقت من ملل أو ضجر أو توانٍ أو تراخى ، وتوجد في قلبه استعداداً لها ، وتحفزه حاثة إياه على البدء بالعمل .

فيجد الإنسان قلبه كما لو كان في نار متقدة يريد أن يضم الفضائل كلها إلى حضنه . ووقتئذ تتضاءل الشهوات العالمية أمام عينيه ويشعر باحتقارها أو اشمئزاز منها . وتصير صورها باهتة لا موضع لها . وتختفي كلية من ذاكرته .

(٢) القراءة الروحية مادة للتدريبات الروحية :

فكلما قرأ الإنسان عن فضيلة ما سواء كانت هذه القراءة عن فلسفة الفضيلة أوخواصها أوسموها أودرجاتها أو مظاهرها في سير القديسين.. فان رغبته في محاكاتها تجعله يبدأ بتدريب نفسه عليها . وهكذا تنتقل الفضيلة بالقراءة من الكتاب إلى التدريبات الخاصة بالقارئ ، وتتحول إلى جزء من حياته .

وقد قيل أن من يتقدم إلى باب القراءة الروحية تنفتح أمامه أبواب الفضائل .

(٣) القراءة الروحية مادة لمحاسبة النفس :

الذى يقرأ عن وصايا الله وعن الفضائل فى تنوع صورها ، يجد فى القراءة مرآة نقية ينظر فيها الى نفسه ، أو يجد فيها ميزاناً يزن به شخصيته وأعماله .

ويحاسب الإنسان نفسه مفتشاً فيها ليرى هل النفس توجد فيها تلك الفضائل التي قرأ عنها أم هي بعيدة كل البعد عنها .

(٤) القراءة الروحية تقود إلى التواضع الحقيقي :

حينما يقرأ الإنسان سير الأنبياء والرسل والقديسين ، وكلما ينظر إلى المستويات العالية التي ارتقوا إليها في تعب وجهاد ومثابرة وصبر ، وكلما يضع هذه المستويات في كفة ميزان ونفسه في الكفة الأخرى ، حينئذ يشعر بصغر قيمته وضآلة شأنه ، ويرى مهما كان في حالة روحية نشطة - أنه مجرد مبتدئ في الطريق لم يخطو فيه بعد آية خطوة ذات قيمة . وبذا يعرف قيمة نفسه حقيقة ويصل إلى الاتضاع الحقيقي المبنى على معرفة سليمة للنفس وما هو مطلوب منها الوصول إليه .

وكلما تزداد قراءته يزداد اتضاعه ، لأنه يتذكر قول الرب " ان الذي يعرف أكثر يطالب بأكثر " .

(٥) القراءة الروحية هي أيضاً مادة للصلاة :

يختلف نوع الصلاة باختلاف نوع القراءة .فهناك قراءة تشعر الإنسان بخطاياه ونقائصه ،فيحنى هامته فى استحياء وانسحاق

وندم ، معترفاً أمام الله بذنوبه وآثامه الكثيرة طالباً منه الرحمة والمغفرة . وقراءة أخرى تُبسط أمامه الفضائل فى جمالها وسموها ، فيصلى فى لجاجة والحاح طالباً من الله عوناًونعمة ليستطيع ان يسيرفى طريق الآباء ويقتفى آثارهم ، ويتمثل بهم.

وثمة قراءة ثالثة تحرك فى القارئ محبة الآخرين فيرفع يديه الى فوق طالباً من أجلهم . وهناك قراءة تعرض أمام الانسان صفات الله الجميلة وعظمته التى لا تحد ، فيسجد فى خشوع ممجداً الله ومباركاً إياه من أجل هذه الصفات التى لا ينطق بها، شاعراً بعدم استحقاقه للتحدث مع الله، فيلهج باسم الله وهو لا يدرى ماذا يقول ،وبين الحين والآخر تخرج -لا من فمه فقط بل من كل جوارحه - عبارات الشكر والاعتراف بالجميل...

ويقول ماراسحق : " ان النفس تعان من القراءة اذا ما مثلت فى الصلاة ... وتستنير فى الصلاة من القراءة " .

(٦) القراءة الروحية مادة للتأمل :

فالانسان الذى يقرأ آية أو فصلاً من الكتاب المقدس فيتخذه موضوعاً لتأمله أو هذيذه الشخصى .أو يقرأ قصة من قصص

الآباء ويتأمل مقدار النعمة التى أعطاها الله لهذا الأب ، او يتأمل مظاهر الحب الذى ربط بين هذا المخلوق وخالقه ، أو ينظر نظرة عقلية الى سلم الفضائل الذى صعد به القديس درجة فدرجة إلى الله ...

ليتك تقرأ الموضوعات الروحية السامية وتكتنزها فى عقلك ، ثم تعود فتجترها وتغتذى بها روحك .

وتجد فيها مادة للتأمل في خلواتك ، وفى صلواتك فى مخدعك وتفيض على أفكارك ينبوعاً عذباً من الروحيات السامية .

(٧) القراءة الروحية هي مرشد في الطريق إلى الله :

تعرف الإنسان مشيئة الله وتكشف إرادته المقدسة وتنير سبله لذلك قال المرنم "سراج لرجلي كلامك ونورلسبيلي"(مز١١٩: ١٠٥)

يقرأ الإنسان كلام الله وسير الآباء الذين امتلأوا من روحه القدوس ، فيكسب جانباً كبيراً من المعرفة السليمة النافعة ، وتنكشف أمامه طرق الحياة الطاهرة والسلوك القويم والتصرفات الحسنة ،وتعطيه القراءة نوعاً من الإفراز والتمييز والحكمة ، وان كان ذلك يكمل بالخبرة والتطبيق العملي .

(٨) القراءة الروحية مقوية للذهن ومنشطة للفكر :

الذى يقرأ كثيراً بتأمل ، ما يلبث أن تتمرن حواسه الروحية على التفكير الروحى ، حتى أنه يستطيع فيما بعد أن يجد مجالاً للتأمل الروحى .

فأي كتاب يتناوله طالما كان موضوعه مهذباً - أيا كان نوعه - يمكنه - إذا قراه بطريقة روحية - أن يخرج منه بفائدة وقد يجد أيضاً مجالاً للتأمل في كل شئ يقع تحت حواسه ، لأنه قد تدرب بالقراءة الروحية .

(٩) القراءة الروحية لها فوائد أخرى تتنوع بتنوع المناسبات والأسباب الداعية إليها :

مثلاً انسان حزين القلب مر النفس ، متعب بالتجارب والضيقات ، يلجأ الى القراءة منتقياً فصولاً معينة منها لتعزيه وتقويه ، وتعرض أمامه معونة الله فى ظروف مماثلة ، او تصرفات الآباء فى حالات أشد ، أو تشرح له حكمة الله فى السماح بالتجارب ، فتفرح نفسه وتزول كآبتها . أو هناك انسان اخطأ إلى الله خطية شنيعة ، فأزعجه الشيطان وقربه إلى اليأس

، يقرا عن التوبة والتائبين وقبول الله لهم ، فيدخل الرجاء إلى قلبه ويتشدد ويعود فيقترب إلى الله فى غير قنوط.

أو شخص ثالث صلى كثيراً من أجل موضوع خاص ولم يرى لصلاته أثراً ، فظن أن الله قد رفض طلبه ، أو رفضه هو شخصياً ولم يعد يسمع له ، يقرأ هذا كتاباً روحياً أو فصلاً من الكتاب المقدس يتصل بهذا الموضوع ، فيطيب قلبه ويتأكد أن الله قد سمع وقد استجاب ، ولكنه سيرسل حله النافع فى الوقت المناسب المفيد لصالحه ، وبطريقته الخاصة حسب مسرته ومشيئته المقدسة الطوباوية .

(١٠) القراءة الروحية هي وسيلة نافعة لقضاء الوقت وشغل الذهن بما هو مفيد :

هي معينة على الوحدة ، تقتل الضجر وتبعد الفكر الشرير ، وهى معينة على السهر ومشجعة عليه .

كيف تقرأ ؟! .

١) ابدأ القراءة بالصلاة : صلى ان استطعت صلاة طويلة قبل أن تقرأ شيئاً روحياً . اشرح لله ضعفك وقصور فهمك وعجز عقلك البشرى المحدود عن الوصول الىأعماق الكلمات الإلهية التى قال عنها داود النبى :

" **لكل كمال رأيت حداً أما وصيتك فواسعة جداً** "

(مز ١١٩ : ٩٦) .

اطلب من الله أن ينير ذهنك ، ويضئ عقلك لتفهم ، ويفتح قلبك لتقبل ما تفهمه ، ويكسر القيود التى تعوق إرادتك لتقوى على تنفيذ ما تقبله .

يقول ماراسحق : " **لا تدن من أقوال الأسرار الموجودة فى الكتب خلواً من الصلاة والتماس معونة الله تعالى . وقل : جد على باحساس القوة الموجودة فيها** " .

واعتقد أن الصلاة هى مفتاح الأفهام الحقيقية الموجودة في الكتب الإلهية .

٢) ادخل نفسك فى موضوع القراءة واعتبره درساً خاصاً موجهاً لك :

والذى تقدر على عمله اعمله بمشورة وإفراز . والذى لا تقدر عليه ، احزن من أجله فى قلبك ، وارث لضعفك ، واتخذه وسيلة للاتضاع ، واعرض اشتياقك إليه على الله ، واطلب شفاعة القديسين الذين نبغوا فيه ، واحفظه فى زاوية أمينة فى ذاكرتك فربما تحتاج فيما بعد فى ملء الزمان عندما يهبك الله ظروفاً أخرى مناسبة ومقدرات أخرى مساعدة .

٣) تجنب قراءات المشاكل والتعقيد الفكرى أثناء التأمل :

اعبر عليها فى هدوء ، واهتم بما يفيدك شخصياً وبما يشبع نفسك ، ويقوم حياتك .

٤) بالنسبة للمبتدئين الأفضل لهم ان يبدأوا بالأسفار التاريخية من الكتاب المقدس .

اقرأ عن صفات الله الجميلة ، واختيار الله لقديسيه ومعاملته لهم ، وتصرفات القديسين مع الله ، وتصرفاتهم مع غيرهم من الناس ... ثم بعد ذلك يأتى دور الأسفار التعليمية ...

٥) القراءة الروحية وسيلة وليست غاية :

القراءة وسيلة وليست غاية فى حد ذاتها . فاذا ما أوصلتك القراءة الى هدفك ، اتركها وانشغل بهذا الهدف الذى من أجله قرأت

القراءة تجعل النفس تلتهب بحب الله . فاذا ما التهبت النفس بحب الله ، أوقد سراجك من هذه النار المقدسة واخرج به مع العذارى الحكيمات للقاء العريس . اترك القراءة الى حين واعمل عمل الروح الذى أثارته فيك سواء أكان تأملات أو صلاة أو محاسبة للنفس أو بكاء على خطاياك أو تفكيراً فى تدريب روحى ...

إياك ان تهمل هذه الحرارة وتستمر فى القراءة ، لئلا تبرد منك وتطلبها فلا تجدها ...

وقت القراءة وكميتها

يحتاج الانسان الى قراءة التأمل لأنها العنصر الأساسى الذى ينشط القلب والفكر وينمى فى النعمة .

فلا تكفى القراءة للتأمل فى بضع آيات قليلة .وإلا فان عشرات السنوات ستمر عليه دون أن يكمل قراءة الكتاب المقدس .

ولكن يحتج الى معرفة والمام بالكتاب لأسباب روحية كثيرة منها أن هذه المعرفة تساعده أيضاً على تقوية التأمل . لأنـــه اذ يربط آيات تأمله الحاضر بأيات أخرى يذكرها من قراءة سابقة ، فانه يحصل على طريق هذا الترابط على فوائد أكبـــر تلقـــى نوراً أكثر على الموضوع ، وتنمى موهبة التأمل .

اى الطرق يختار الانسان ؟ هل الطريقة التأملية أو القـــراءة للمعرفة والالمام أو القراءة للدراسة والبحث والتعمق .

١) الجمع بين القراءتين معاً :

فيقرأ بضعة اصحاحات بالتتابع ولكنه لا يجعلـــه موضـــوعاً لتأمله ، لأن وقته كشخص منشغل - لا يكفيه طبعاً للتأمل فـــى هذا كله . وانما يكفيه للتأمل فى بضع آيات منها فقط أو فكـــرة عامة واحدة . ومثل هذا الشخص المنشغل ليس بكثير عليـــه أن يخصص لهذا الأمر فى الابتداء مقدار نصف ســـاعة يوميـــاً أو أكثر من هذا بقليل ، جزء منها للقراءة والباقى للتأمل .

ثم يتمرن على ازادة هذا الوقت تدريجياً حسب طاقته واحتياجه

٢) توزيع أنواع القراءات على الأيام المختلفة :

يعمل لنفسه جدول اسبوعى ، ويسجل كل يوم ما حصله فيه وهذا الجدول الاسبوعى أكثر فائدة ، لأنه يسمح للقارئ بقدر أوفر من الحرية على ان تكون النتيجة الختامية جامعة ليس فيها اهمال لأحد العناصر .

٣) قراءة التأمل ثابتة لكل أيام الأسبوع :

قراءة التأمل تأخذ الوقت المخصص له . وأما قراءة المعرفة فتضاف فى بعض أيام الأسبوع حسبما يسمح الله بوقت ، على أن يراعى أن تكون كميتها الأسبوعية كافية .

٤) القراءة في الفرص المتاحة :

إذا وجد القارئ لديه وقتاً متسعاً فى أى يوم ، أو كانت لديه عطلة طويلة فى فترة من السنة ، ينتهز ذلك ويقرأ بدون تحديد للكمية على قدر ما يستطيع فى الكتاب المقدس ويدرسه أيضاً ويجعل هذا بالنسبة له فترات تخزين وتعويض ، يستفيد منها عندما تضغط المشغوليات فى أوقات أخرى .

وعلى القارئ أن يختار الوقت المناسب للقراءة الروحية ، فلا يعطى الله نفاية الوقت . ولا يقرأ فى وقت يكون فيه متعباً أو مشغولاً أو متضايقاً وإلا فانه لا يستفيد من القراءة كما يجب .

ولكن يعطى الله وقتاً مخصصاً هو بكر الوقت ويقرأ بروح الصلاة والاتضاع وطلب المشورة والارشاد والفهم لكى ينمو فى النعمة والمعرفة عند الله والناس .

الفصل السادس :

الصوم والسجود والمطانيات

الصوم والسجود :

" لأن الآب طالب مثل هؤلاء الساجدين له . الله روح والـذين يسجدون له فبالروح والحق ينبغى أن يسجدوا "

(يـو٤ : ٢٣، ٢٤) .

أولاً : السجود :

السجود تعبير صادق عن مشاعر الحب والخضوع والاتضاع لذلك فهو لائق جداً بالله ، إذ أنه هو صاحب الحـق الأول فـى خضوعنا له واتضاعنا أمامه .

ولكن ليس هذا معناه أن السجود حركة عبادية فحسب كمـا يتطرق الى أذهان الكثيرين . فهو اذا قدم لله يكون عبادة حقـاً ولا يصح أن يقدم بهذه الصفة لأحد آخر سوى الله .

والسجود لله أمر حتمىوليس لمخلوق قط اختيارفى الامتنـاع عن تقديمه،كقول القديس كيرلس رئيس الأساقفةوصاحب القداس الكيرلسى فى صلاة الصلح :"اللهم يا من تجثو لهكل ركبة مـا فى السموات وما على الارض وما تحت الأرض الـذى الكـل مذلول وخاضع بعنق العبودية تحت خضوع قضيب ملكه " .

وكما ورد فى رسالة معلمنا بولس الرسول فى رسالته الى أهل فيلبى : " **لكى تجثو باسم يسوع كل ركبة ممن فى السماء ومن على الأرض ومن تحت الأرض** " **(فى ٢ :١٠)** والسجود فى طقس الكنيسة القبطية فى الحركات العبادية التالية :

١) احناء الرأس :

ويتم أثناء الوقوف مع احناء الظهر قليلاً الى الأمام .

٢) احناء الركب :

يتم بالركوع وملامسة الركب الأرض مع بسط اليدين نحو السماء .

٣) السجود : يتم بالركوع مع انطراح الوجه ليلامس الأرض أيضاً عند الجبهة .

وهذه الأوضاع العبادية ، تقليدية تستمد أصولها من العهد القديم ولو أنها فى العهد الجديد أصبحت ذات أهمية أكثر بسبب ازدياد الأحساس بالله من جهة الرهبة والخوف لا كسيد فقط بل ومن

جهة فيض حبه وكثرة مراحمه وشدة اتضاعه الذى أسر قلوبنا وجعلنا نذوب ذوباناً عند الوقوف أمامه أو أمام صليبه .

وقد استلمت الكنيسة هذه الأوضاع العبادية التقليدية الهامة من الرسل والتلاميذ أنفسهم فنجد بطرس يجثو على ركبتيه فى الصلاة :" **فأخرج بطرس الجميع خارجاً وجثا على ركبتيه وصلى** " (أع ٩ : ٤٠) .

ونجد معلمنا بولس يجثو أيضاً فى صلاته : " ولما قال هذا جثا على ركبتيه مع جميعهم وصلى " (أع ٢٠ : ٣٦) .

ومن لغة بولس الرسول نفهم أن الركوع يعبر عن عمق صلاة الابتهال : " بسبب هذا أحنى ركبتى لدى ابى ربنا يسوع المسيح ... لكى يعطيكم بحسب غنى مجده أن تتأيدوا بالقوة بروحه فى الانسان الباطن " (اف ٣ : ١٤ ، ١٦) .

أما عند ذكر العبادة فى الهيكل فنسمع بولس الرسول يقول :

" صعدت لأسجد فى أورشليم " .

والفرق بين الركوع والسجود، حيث السجود يقدم لله كعبادة خالصة بخوف وهيبة ووقار بدون طلب شئ أو انتظار نوال أى شئ

والفرق بين احناء الرأس واحناء الركب والسجود الكامل نجده واضحاً أثناء صلاة القداس الالهى .

ففى صلاة التحليل ينادى الشماس "احنوا رؤسكم أمام الرب".

حيث ينال الشعب الحل من الأسقف أو الكاهن وهم واقفون مع احناء الرأس .

وفى أيام صوم الأربعين المقدسة ينادى الكاهن على كل الشعب " احنوا ركبكم " . ويبتدئ يقول الطلبات ، وفى كل طلبة ينادى قائلاً : " وأيضاً احنوا ركبكم " .

أما فى وقت حلول الروح القدس على الجسد والدم فيصرخ الشماس قائلاً : " اسجدوا لله بخوف ورعدة " . حيث يتم السجود لله ، للجسد ثم للدم .

ولنعى المدلول الروحى لكل من الأوضاع الليتورجية المختلفة.

فالركوع يدل على أننا نتوسل ونبتهل فى الصلاة من أجل أنفسنا أو الآخرين ، ونطلب من الله رحمة أو حلاً أو غفراناً منه رأساً أو من فم الأسقف أو الكاهن .

ولكن السجود يدل على الخضوع والتوبة لله فيكون برهبة وانسحاق وخوف عظيم .

ويقول القديس ابيفانيوس أن العبادة بالسجود الزام :

" **الكنيسة تأمرنا أن نرفع الصلوات لله بلا انقطاع بكل مداومة وبكل توسل راكعين فى الأيام المحددة ليل نهار .**

والقديس جيروم يعتبر السجود تقليداً كنسياً : أنه تقليد أن نحنى ركبنا أمام المسيح .

وتقول قوانين الكنيسة فى ترتيب السجود وعدد مراته ، فالمرتب فى كنيستنا هو أن المصلى يبدأ الصلاة بسجدة واحدة أو ثلاث سجدات . وفى أخر كل مزمور وتسبحة ، وأثناء الصلاة عندما يرد ذكر السجود لله .

أما الأوقات الممنوع فيها السجود الى الأرض ، اذ يكتفى بالأنحناء أو الركوع فقط فهى أيام السبوت والآحاد والخماسين والأعياد السيدية وبعد تناول القربان .

ولكن من العسير فصل الركوع عن السجود عندما يلتهب قلب الانسان فى الصلاة وينتقل من مجرد التوسل الى تقديم

الكرامة الواجبة . ولكن لا ينبغى أن ننتقل من الركوع الى السجود دون أن ننتقل روحياً وقلبياً من حالة التوسل والطلب الى حالة التسليم والخضوع .

ويقول القديس كليمندس الرومانى : " ليتنا نسقط أمام الله متوسلين بالدموع " .

ويقول هرماس الراعى : (فجثوت على ركبتى وبدأت أصلى لله معترفاً بخطاياى) .

أقوال الأباء :

٦٦) كل مرة نسجد فيها الى الأرض نشير الى كيف أحدرتنا الخطية الى الأرض وحينما نقوم منتصبين نعترف بنعمة الله ورحمته التى رفعتنا من الأرض وجعلت لنا نصيباً فى السماء .

القديس باسيليوس الكبير

٦٧) اسجد فى بدء صلاتك وأسأل الله بانسحاق وتذلل أن يعطيك الصبر فى الصلاة وضبط الفكر .

٦٨) اغصب نفسك للسجود أمام الله لأنه هو محرك روح الصلاة.

٦٩) لا تظن أن السجود أمام الله هو أمر هين . لا شئ من الأعمال الصالحة يوازى المواظبة على تكميل خدمة الصلاة بضرب المطانيات .

٧٠) اذا ضايقتنا الأفكار أثناء الصلاة وشعرنا بالملل ، فلنسجد على الأرض وكتاب الصلاة فى أيدينا ونضرع ونحن ساجدون أن يهبنا الله نشاطاً لنكمل خدمة الصلاة .

٧١) رائحة عرق التعب فى الصلاة هى أذكى من رائحة البخور و العطور .

ماراسحق السريانى

٧٢) اذاكان تشتت الفكر يلازم السجود دل ذلك على أن العقل لم يتحد بالله بعد . أعرف انساناً بعد أن أتعب ذاته فى الصلاة صار كل مرة يسجد فيها فى الصلاة يبتلع عقله الدهش .

٧٣) محبة دوام السجود أمام الله فى الصلاة دلالة على موت النفس عن العالم وادراكها سر الحياة الجديدة .

الشيخ الروحانى .

ثانياً المطانيات :

المطانيات من أقوى الوسائل التى نظهر بها تذللنا امام الله . وكلمة مطانية المستخدمة فى الكنيسة أصلها يونانى ومعناها توبة ...

والمطانية هى سجود كامل الى الأرض وفيه تلامس الجبهة الأرض وهى تعبير عن الانسحاق والتذلل أمام الله . وهذا السجود يشترك فيه الجسد مع الروح فى تقديم العبادة لله . فاذا كان سجودنا بالروح والتذلل فانه يكون مقبولاً جداً لدى الله .

قال الرب يسوع: "لأن الآب طالب مثل هؤلاء الساجدين له" (يو ٤ : ٢٣) .

والمطانيات (السجود) لون رفيع من العبادة والصلاة ، على أن لا يكتفى فيه بسجود الجسد ، بل يجب أن يكون مصحوباً بصلوات وابتهالات قصيرة . يقدم فيها مشاعره القلبية فى كل دفعة ينحنى فيها الجسد الى الأرض .

وتؤدى المطانيات والانسان صائماً ، فإما أن تؤدى مع صلاة نصف الليل مقسمة على الخدمات الثلاث ، أو صلاة باكر .

ومن أمثلة الصلوات ، انسان فى ضيقة معينة ، أو شخص مغلوب من خطية خاصة ، أو فى حاجة الى معونة . كل من هؤلاء يسجد بشعور ملئه التذلل . وفى كل مرة يسجد ، يرشم ذاته بعلامة الصليب ثم يقدم طلبته القصيرة . ويجوز أن يكررها بنفس الألفاظ أو بعبارة أخرى مثال ذلك شاب مغلوب من جسده يقول : " يا ربى يسوع المسيح ارحمنى وأعنى وأعطنى هدوءاً فى جسدى ... يا ربى يسوع المسيح ابطل شغب الجسد ... ياربى يسوع المسيح طهر قلبى وفكرى وجسدى ، وامسكنى بيمينك ، انقذنى ونجنى ، احرسنى بملائكتك ، حطم كل فخاخ العدو الشيطان .

أخطأت إليك يا ربى يسوع المسيح ارحمنى واكسر عنى قوة المعاند ... الخ " . وهكذا .. يسجد فى هدوء دون استعجال ويجب على المصلى أن لا يمارس المطانيات كيمفا اتفق ، ولا يقدر لذاته تدريباً معيناً يؤدى فيه عدداً مقدراً من المطانيات (السجدات) ،بل يجب ان يعمل كل ذلك بمشورة ابيه الروحى .

أقوال الآباء :

٧٤) ليس شيئاً محبوباً عند الله ومكرماً بعين الملائكة ، ويضعف الشيطان ، ومخوفاً من الجان ، ويهزم الخطية ، ويفيض المعرفة ويجذب الرحمة ويستأصل الخطايا ويقنى الاتضاع ، ويحكم القلب ويجلب العزاءات ويتجدد به العقل كمثل أنه على الدوام يوجد المؤمن جاثياً على الأرض بالصلاة .

ماراسحق السريانى

٧٥) وعلى الأقل ينبغى للراهب أن تكون المطانيات فى كل دفعة ثلاثين ، وبعدها يقبل الصليب المكرم ، ويأخذ فى الركوع . وقوم يزيدون على هذا العدد حسب قوتهم .

٧٦) كلما استنار الانسان فى الصلاة كلما شعر بضرورة وأهمية ضرب المطانيات ويحلو له الثبات فيها . كلما يرفع رأسه ينجذب من فرط حرارة قلبه للسجود لأنه يشعر بمعونة قوية فى هذه الأوقات ويزداد فرحة وتنعمه .

٧٧) اعط نفسك للصلاة وانت تحصل علـــى لـــذة المطانيـــات وتداوم فيها بسرور .

ماراسحق الـــسريانى

٧٨) الفضائل التى تقتنى بالراحة تكون فى النهاية من نـــصيب العدو .

٧٩) المداومة على السهر مع ضرب المطانيات بـــين الحـــين والآخر لا تتأخر كثيراً عن أن تُكسب العابد المجتهد فرحـــة الصلاة .

ماراسحق الـــسريانى

٨٠) من كثرة ضرب المطانيات يجهد الجسد ويسخن وتنحـــل معه كثرة الأفكار ، ويصل القلب الى حالة اتضاع ، ويكون الانسان فى نشوة روحية عالية .

الأسقف اغناطيوس

أمثلة من حياة بعض القديسين :

١) القديس يعقوب الرسول البار :

يذكر عنه أنه كان قد اعتاد ان يدخل الهيكل فـــى أورشـــليم وحده ويظل ساقطاً على ركبتيه و ان ركبتـــى هـــذا البـــار صارتا من كثره الركوع خشنة وصلبة مثل ركب الجمل .

٢) القديس كبريانوس الأسقف الشهيد :

عندما كان القديس كبريانوس ذاهباً لمكان الاستـــشهاد ركـــع على الأرض وانطرح ساجداً فى الصلاة أمام الله .

٣) يحكى لنا يوسابيوس المؤرخ **عن قسطنطين الملك :**

أنه كان يذهب الى مخدعه المخصص له داخل القصر فـــى ساعات معينة من النهار ، ويغلق على نفسه الباب ، ينـــاجى الله ويظل ساقطاً على ركبتيه متضرعاً مـــن أجـــل شـــئون مملكته .

وأيضاً أثناء مرضه الآخر أنه كـــان يركـــع علـــى الأرض ويظل متوسلاً طالباً مراحم الرب .

٤) يتحدث الأب يوحنا كاسيان عن رهبان مصر قائلاً :

رأيتهم فى صلواتهم حينما ينتهون من تلاوة كل مزمور لا يستعجلون فى السجود كواجب يراد انهاؤه كما يعمل الكثير منا الآن ، بل رأيتهم على خلاف ذلك ، فبعد أن يفرغوا من المزمور يقفون برهة يرفعون فيها صلاة قصيرة ثم ينحنون فى خشوع ويسجدون الى الأرض بوجوههم بورع كثير وتقوى شديدة .

ثم ينتصبون بخفة ونشاط ويعودون الى وقفتهم المنتصبة وأفكارهم كلها منحصرة فى الصلاة .

الفصل السابع :

الصوم وحياة القداسة

حياة القداسة

الله القدوس يريد أن نكون قديسين .

" الله كان وحده فى الأزل ، بقداسته اللانهائية . لا شئ سوى قداسته، منزه عن كل شئ ، لا خطية على الإطلاق ثم بدأ يخلق وبعملية الخلق ، أوجد كائنات حرة كالملائكة والبشر ، يمكن بإرادتها أن تخطئ .. وبدأت الخطية بسقطة الشيطان ، وسقط معه ملائكة آخرون .. ثم سقط الانسان ..وهكذا دخلت الخطية الى العالم . ولكن من البدء لم يكن الأمر هكذا .

كان الشيطان ملاكاً قديساً ، عندما خلقه الله ، كان بهياً فى جماله ، كاملاً فى طرقه . وهكذا كان الانسان .

ما أجمل الصورة التى خلق بها الانسان ، على صورة الله !

آدم وحواء ، النقيان ، البسيطان ، اللذان لا يعرفان شراً ، اللذان كان عريانيين ولا يخجلان ، فى قداسة عجيبة ، مثل الأطفال الأبرياء الذين أحبهم المسيح ، وقال لنا عنهم :

" الحق أقول لكم إن لم ترجعوا وتصيروا مثل الأولاد فلن تدخلوا ملكوت السموات " . (مت ١٨ : ٣) .

ما أجمل الكون حينما كان نقياً ، ليس سوى القداسة فيه !

حينما كان الله وحده ، وحين كان الملائكة قبل السقوط ..

وما أجمل طبيعتنا الاولى ، كصورة الله ، شبهه ومثاله .

لقد خلقنا الله قديسين ، وأرادنا أن نستمر كذلك .

وكما قال معلمنا بطرس الرسول فى رسالته الاولى : " نظير القدوس الذى دعاكم كونوا أنتم أيضاً قديسين فى كل سيرة . لأنه مكتوب كونوا قديسين لأنى أنا قدوس" (١بط١: ١٥ ،١٦) .

وكما ذكر معلمنا متى البشير فى انجيله : " **فكونوا أنتم كاملين كما أن أباكم الذى فى السموات هو كامل** " (مت ٥ : ٤٨).

إن القداسة ، ولا شك هى وضعنا الأصيل ، أما الخطية فهى دخيلة علينا .ولا يمكن أن نتوافق معها لأنها لا تتفق مع طبيعتنا .

ونحن كابناء الله ، من المفروض أن نكون قديسين .

نحن الذين نلنا التبنى فلابد أن نكون على الصورة الحقيقية التى أوجدنا الله عليها .

نحن الذين نلنا الفداء بدمه الكريم على الصليب لغفران خطايانا ، وعربون الحياة الأبدية ، ونلنا الخلاص بالمعمودية

والميلاد الجديد ، فنحن أبناء الله لابد أن نحيا فى البر. وكما يقول معلمنا يوحنا الرسول : " إن علمتم أنه بار هو فاعلموا أن كل من يصنع البر مولود منه" (١يو ٢: ٢٩) .

ويقول أيضاً :" كل من هو مولود من الله لا يفعل خطية لأن زرعه يثبت فيه ولا يستطيع أن يخطئ لأنه مولود من الله" . (١ يو ٣ : ٩) .

" نعلم أن كل من ولد من الله لا يخطئ بل المولود من الله يحفظ نفسه والشرير لا يمسه " (١ يو ٥ : ١٨) .

المفروض أن نكون قديسين ، كأولاد الله . وأيضاً قديسين كهياكل لله والروح القدس ساكن فينا .

لا يمكن أن يسكن الله فى هيكل نجس ، فبيت الله مقدس هو . " ببيتك تليق القداسة يارب " .

أنت قديس من خلال الأسرار المقدسة العاملة فيك .

قديس بسر المعمودية الذى طهرك من الإنسان العتيق ، وولدك ولادة جديدة . وقديس بمسحة الروح القدس التى قدستك فى سر الميرون .

وأنت أيضاً تتقدس بسر التوبة الذى يمحو خطاياك ، وبسر الافخارستيا الذى به تثبت فى المسيح .

لهذا نقول فى سر الافخارستيا " القدسات للقديسين " . بالقداسة يستعد المتناولون للتناول ، وبالتناول أيضاً يتقدسون . وما أجمل العبارة التى قالها صموئيل النبى يوم اختياره لداود ملكاً " تقدسوا وتعالوا معى الى الذبيحة " (١صم١٦: ٤) .

وذبيحة الفصح أيضاً كانوا يتناولونها وهم طاهرون . ابوابهم مرشوشة بالدم رمز الفداء . ويأكلون الفصح مع فطير رمز النقاوة . والخمير الذى يرمز للشر ، ينزعونه من بيوتهم سبعة أيام رمزاً للعمر كله . وكان كل من أكل مختمراً طول تلك الأيام يقطع من جماعة الله .(خر١٢: ١٩،١٥).

وحينما اقترب الشعب من الجبل ، لسماع وصايا الله ، اقتربوا طاهرين .

اقتربوا فى قداسة . وكان موسى قد قدس الشعب ، وغسلوا ثيابهم ، وظلوا مستعدين ثلاثة أيام ، لم يقربوا امرأة . (خر١٧: ١٤،١٥) .

إن مكان حلول الله ،هو مكان مقدس، لقداسة الله اللانهائية .
عندما ظهر الله لموسى فى العليقة ، أمر أن يخلع نعليه ، لأن المكان الذى هو واقف عليه مقدس (خر٣: ٥) .
وهكذا كان " قدس الأقداس " يسمى هكذا لحلول الله فيه ...
إن أولاد الله قديسون أيضاً ، لأنهم أعضاء فى جسد المسيح .
ولا يمكن أن يكون عضو فى جسد المسيح نجساً ، ما دام هو عضواً ، إذن لابد أن يكون قديساً ، لأنه أية شركة بين النور والظلمة أو للمسيح مع بليعال ...
وهكذا كانت عبارة مؤمن ترادف عبارة قديس فى الكنيسة الأولى .
يقول معلمنا بولس فى رسالته الأولى الى كورنثوس :
" الى كنيسة الله التى فى كورنثوس المقدسين فى المسيح يسوع المدعوين قديسين مع جميع الذين يدعون باسم ربنا يسوع المسيح فى كل مكان لهم ولنا " (١كو١: ٢) .
وهكذا دعيت الكنيسة مقدسة ،لأنها تضم مجموعة قديسين .

إننا نقول فى قانون الإيمان المسيحي :" نؤمن بكنيسة واحدة مقدسة جامعة رسولية ".وهى مقدسة أيضاً بدم المسيح الذي طهرها من كل خطية ، ومقدسة لأن عضويتها قاصرة على القديسين .

ولهذا اشترط أن تكون المحلة مقدسة ..

ذلك لأنها مسكن الله مع الناس .. ولذلك فإن ذبيحة الخطية ، التى كانت تحمل خطايا الناس ، كانت تُحرق خارج المحلة ، لكى لا تنجس المحلة .

ولما كانت الكنيسة هى مجموعة قديسين ، وجب أن ينزع منها كل خاطئ لا يتفق وجوده فيها مع قديسيها ، وهكذا قال معلمنا بولس الرسول فى رسالته إلى أهل كورنثوس :

" أما الذين من خارج فالله يدينهم . فاعزلوا الخبيث من بينكم " (١كو٥: ١٣) .

وبهذا أمر بولس الرسول أهل كورنثوس ، من جهة الخاطئ الذى وجد بينهم :

" باسم ربنا يسوع المسيح إذ أنتم وروحى مجتمعون مع قوة ربنا يسوع المسيح . أن يسلم مثل هذا للشيطان لهلاك الجسد لكى تخلص الروح فى يوم الرب يسوع " (١كو٥: ٤،٥) .

والكنيسة الأولى كانت حازمة فى اخراج الخطاة ...

لم يكن أى انسان له الحق فى دخول الكنيسة ، وإنما القديسون فقط . القديس يوحنا ذهبى الفم منع الامبراطورة من دخول الكنيسة ، إذ رآها خاطئة غير مستحقة للدخول .

والسيد الرب الإله طرد آدم من الفردوس لما أخطأ .

وإن كانت الخطية تفصل الانسان عن قدسية الكنيسة ، فإنها بالأولى تفصله عن الله . الخطية حقاً انفصال عن الله .

لأنه آية شركة للنور مع الظلمة . الله نور لا يدنى منه ، ليست فيه ظلمة البتة ، والخطية ظلمة ...

الذى يثبت فى الله يثبت فى القداسة ، وفى النور ... والذى يفعل الخطية ينفصل عن القداسة ، وعن النور .

إنها انفصال عن الله ، هنا ، وفى العالم الآخر أيضاً .

أورشليم السمائية ، مسكن الله مع الناس، لا تسكنها الخطية ،

ولا الخطاة ... إنها المدينة المنيرة التى ينيرها الله بنفسه ، وليست فيها ظلمة البتة . لذلك حسناً قيل عن الخطاة انهم " يطرحون فى الظلمة الخارجية " (مت٢٥: ٣٠) . خارج مسكن الله مع قديسيه .

المفروض فينا أن نكون قديسين ، ولكن هل نحن كذلك ؟ .

كلا ، لقد فقدنا الصورة الإلهية ، واستخدمنا حرية إرادتنا فى الخطية وبعدنا عن الله . فماذا فعل الله ؟ .

انه مازال يحاول إرجاعنا إلى حياة القداسة مرة أخرى ، بواسطة ملائكته ، بواسطة قديسيه ، بواسطة الرسل ، والأنبياء ، والرعاة ، والكهنة ، والوعاظ .. بل بروحه القدوس ونعمته وعمله فينا ، يعلمنا طرق الخلاص ، ويسهل لنا طريق التقوى .

من أجل القداسة التى يريدها الله لنا ، وضع لنا سر التوبة .

إنه بالتوبة يقدسنا ، ويطهرنا ، ويعيد الينا صورته . ينضح علينا بزوفاه فنطهر ، ويغسلنا فنبيض أكثر من الثلج .. التوبة توصلنا إلى النقاوة ثم إلى القداسة ، التى بدونها لا يعاين أحد الرب . وهوذا الرسول يقول لنا :

" **لأن هذه إرادة الله قداستكم** " (١تس٤: ٣) .

من المحال أن تجمع بين الله ، وحياتك فى الخطية . لاتستطيع أن تعبد سيدين . كما وبخ ايليا النبى الشعب .

" فتقدم ايليا النبى إلى جميع الشعب وقال حتى متى تعرجون بين الفرقتين . إن كان الرب هو الله فاتبعوه وإن كان البعل فاتبعوه . فلم يجبه الشعب بكلمة " . (امل١٨: ٢١) .

إما النور وإما الظلمة ..

إنك بالخطية تطرد الله من قلبك . لذلك فالخطية بهذه الصورة خيانة الله وتمرد عليه ، وعدم اتفاق مع طبيعته ذات القداسة الإلهية اللانهائية .

إن كان الإنسان كلما ينمو فى البر ، تبدو الخطية أمامه بشعة جداً ، فكم بالأولى نظرة الله الكلى القداسة إلى الخطية ؟! .

إن الله لا يريدنا فقط أن نترك الخطية ، إنما بالأكثر أن نكرهها ... نرفضها ولا نقبلها مطلقاً ، ولا تنافسه في قلوبنا .

إن دخلت محبة الله إلى قلبك ، حينئذ ستطرد منه محبة الخطية ، كما يطرد النور الظلمة ، وحينئذ تصير قديساً .

إنك عندما تقول قدوس الله ، إنما تنحنى احتراماً لقداسة الله وأيضاً تنحنى بمطانية، إذ تتذكر حياتك الخاطئة البعيدة عن القداسة.

وعندما نصلى لحن { أجيوس } الحزاينى فى يوم انتقال شخص من العالم ، إنما نقول لله فى داخلنا : إنك أنت وحدك القدوس ، فاغفر لهذا الانسان ، واقبله إليك ، إذ ليس أحد بلا خطية ، إلا أنك أنت وحدك القدوس ...

كلما ترتل " قدوس . قدوس . قدوس " ، ارفع قلبك إلى الله وقل له امنحنى يارب هذه القداسة ، بعمل روحك القدوس .

عندما أخطأ آدم ، طرد من الفردوس ، حتى لا يأكل من شجرة الحياة وهو خاطئ . إذن لابد أن نتقدس أولاً . لكيما نستحق أن نأكل من شجرة الحياة ، فنحيا فى الله ، ويحيا الله فينا ، " لاأحيا أنا ، بل المسيح يحيا فى " . كما قال معلمنا بولس الرسول لأهل غلاطية : " **مع المسيح صلبت فأحيا لا أنا بل المسيح يحيا فىّ . فما أحياه الآن فى الجسد فإنما أحياه فى الإيمان إيمان ابن الله الذى أحبنى وأسلم نفسه لأجلى** " (غلا٢: ٢٠) .

لذلك إذا أحببتم الحياة الحقيقية ، واحببتم الأبدية ، واحببتم أورشليم السمائية ، مسكن الله مع الناس . ان احببتم عشرة الملائكة ، وعشرة القديسين ، وعشرة الله نفسه ، فى ذلك الموضع ... نقوا قلوبكم من كل خطية ، سيروا زمان غربتكم بخوف ، فى سيرة تليق بالقداسة التى اليها دعيتم . واسترجعوا صورة الله التى كانت لكم ، صورة النقاوة الأولى .

الانسان ينال الخلاص والتبنى بالمعمودية ويصير هيكلاً مقدساً بسر الميرون ويحيا بالتناول من الأسرار الإلهية ويجاهد بالنعمة وينمو فى الروح ويسعى نحو الكمال ، ويطلب من الرب لكى يحيا فى القداسة ، بعمل الصلاة الدائم والسهر والتسبيح ، والصوم الروحانى "قدسوا صوماً نادوا باعتكاف" . صوم مقدس ، صوم حقيقى يقود الى حياة القداسة الحقيقية ، بالزهد فى أمور هذا العالم الحاضر . بالتجرد والنسك ، زهد فى الطعام . بساطة الملبس . العطاء بالحب ، تقديم الخبز للجائع ، كساء للعريان ، إضافة الغرباء . الحنو على المساكين واعطاء المحتاجين اعوازهم .

التوبة والاعتراف والتناول ، وتنفيذ الوصايا ليكون كل شخص مسيحى حقيقى انجيلاً معاشاً بكل تقوى .

يحيا فى البساطة والاتضاع الحقيقى ، والبر والنقاوة والقداسة لكى يؤهل للحياة الأبدية التى دعينا إليها .

لأن الله يريدنا أن نكون له ، نحيا هنا قديسين ونتطلع الى الحياة الأبدية ، وبعد فترة جهادنا على الأرض فى غربة هذا العالم . ننطلق ونستوطن عند الرب لنحيا هناك فى اورشليم السمائية مسكن الفرح ، حياة ملؤها السعادة والفرح الروحى والسلام والتسبيح الدائم فى عشرة الملائكة والشهداء والقديسين ونكون مع الرب فى كل حين .

نسبحه ونمجده على الدوام تسبحة الغلبة والخلاص الذى لنا . نسبح الرب بلا انقطاع تسبيح بالروح بلغة السمائيين .

ونقدم الشكر والسجود الدائم إلى الله الذى أحبنا وأسلم ذاته عنا ، ليحضرنا قديسين وبلا لوم قدامه .

والذى وهبنا الحياة الأبدية . وليعطنا أن نحيا فى القداسة التى بدونها لا يعاين أحد الله .