

الغضب والإدانة

إعداد

الأنبا سارافيم

أسقف الإسماعيلية وتوابعها

الغضب والإدانة	اسم الكتاب:
الأنبا سارافيم (أسقف الإسماعيلية وتوابعها)	المؤلف:
٢٠١٣ / ١٦٤٣٥	رقم الإيداع:
ثانية (مزيدة) أبريل ٢٠١٩	الطبعة:
برنتوبرس للطباعة والتوريدات (٠٢٢٤٩١٤١٢٤)	المطبعة:



صاحب القداسة والغبطة
البابا تواضروس الثاني
بابا الاسكندرية وبطريرك الكرازة المرقسية



صاحب النيافة الحبر الجليل
الأنبا سارافيم
أسقف الإسماعيلية ونوابها

الغضب والإدانة

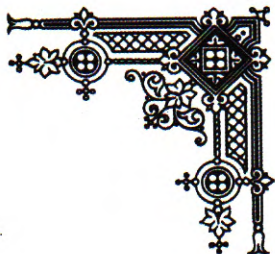
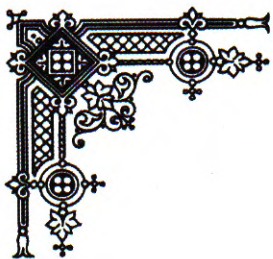
الباب الأول: الغضب

- ١٠ ١- الغضب ما هو؟
- ١٧ ٢- علاج الغضب
- ٢٥ ٣- آيات عن الغضب
- ٢٧ ٤- بعض أقوال القديسين عن الغضب
- ٢٨ ٥- أمثلة لنتائج الغضب في الكتاب المقدس

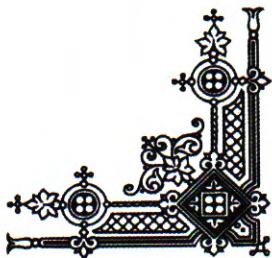
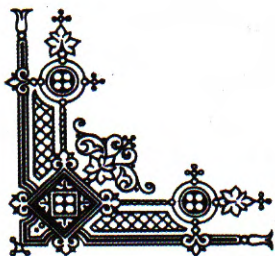
الباب الثاني: الإدانة

- ٣٢ ١- في العظة على الجبل
- ٣٤ ٢- الإدانة تعني عدم الصفح
- ٣٨ ٣- الإدانة تعكس حالة القلب من الداخل
- ٤٣ ٤- الإدانة تغضب الله جدًا
- ٤٦ ٥- الإدانة تعكس نقصًا في المحبة
- ٤٨ ٦- الإدانة علامة الكبرياء والقسوة
- ٥١ ٧- لا تشجع مَنْ يدين
- ٥٤ ٨- الإدانة تولد خطايا أخرى كثيرة
- ٥٦ ٩- الإدانة حرب ولها علاجه
- ٦٠ ١٠- آيات وأقوال القديسين
- ٦٤ إصدارات نيافة الأنبا سارافيم





الغضب



الغضب من الأهواء الكبيرة والخطيرة والمدمرة. يقول الآباء القديسون أن هناك ثمانية أهواء شريرة أساسية تولد خطايا أخرى كثيرة. هذه الأهواء الثمانية هي: الشراهة، الزنى، محبة المال، الغضب، الكآبة، الكسل، المجد الباطل والكبرياء. الغضب إذاً من الشرور الأمهات التي تنتج عنها خطايا أخرى كثيرة.

وفي العظة على الجبل حدثنا السيد المسيح عن خطورة الغضب. "قَدْ سَمِعْتُمْ أَنَّهُ قِيلَ لِلْقَدَمَاءِ: لَا تَقْتُلْ وَمَنْ قَتَلَ يَكُونُ مُسْتَوْجِبَ الْحُكْمِ. وَأَمَّا أَنَا فَأَقُولُ لَكُمْ: إِنَّ كُلَّ مَنْ يَغْضَبُ عَلَى أَخِيهِ بِاطِّلَاءٍ (أي بلا سبب) يَكُونُ مُسْتَوْجِبَ الْحُكْمِ (هنا يضع المسيح الغضب مساوياً للقتل) وَمَنْ قَالَ لِأَخِيهِ: رَقَا (كلمة استهزاء) يَكُونُ مُسْتَوْجِبَ الْمَجْمَعِ (للمحاكمة) وَمَنْ قَالَ: يَا أَحمَقُ يَكُونُ مُسْتَوْجِبَ نَارِ جَهَنَّمَ..." (مت ٥: ٢١-٢٦).

وكذلك يقول الكتاب المقدس: "لِيَرْفَعْ مِنْ يَدَيْكُمْ كُلَّ مَرَارَةٍ وَسَخَطٍ وَغَضَبٍ وَصِيَاحٍ وَتَجْدِيفٍ مَعَ كُلِّ خُبْنٍ" (أف: ٤: ٣١).

"الرَّجُلُ الْغَضُوبُ يُهَيِّجُ الْخُصُومَةَ وَيَطْلِيءُ الْغَضَبَ يُسَكِّنُ الْخِصَامَ" (أم ١٥: ١)، وأيضًا: "الرَّجُلُ الْغَضُوبُ يُهَيِّجُ الْخِصَامَ وَالرَّجُلُ السَّخُوطُ كَثِيرُ الْمَعَاصِي" (أم ٢٩: ٢٢).

وهناك آيات أخرى كثيرة جدًا تبين خطورة الغضب وآثاره.

الغضب إذا من الأهواء الكبيرة. أما غضب الله فلا يفهم بهذا المعنى البشري الذي يدل على الضعف وفقدان السيطرة على النفس، حاشا. إنما يعني أن الله هو الديان العادل والمنتقم على كافة الشرور والمظالم.

لذلك ينبغي أن نهابه لأنه سيجازينا بحسب أعمالنا. الإنسان المخطئ يعتبر عدل الله وكأنه غضب، تمامًا مثل المتهم الذي يحكم عليه القاضي فيشعر أن الحكم ناتج عن غضب

❖ الغضب ❖

القاضي وليس عن عدله. الكتاب المقدس يحدثنا عن الله بتعبيرات بشرية لكي نفهم. لكن الله ليس فيه أية شهوة رديئة أو أي ضعف مثلنا. حاشا.

الغضب الوحيد النافع هو غضب الإنسان على نفسه عندما يخطئ أو يقصر. نغضب على أنفسنا لأننا نفعل سرًا ما نخجل من فعله جهراً. نغضب على ضعفائنا وبرودتنا وكسلنا. هذا الغضب مقدس وينبغي أن يقود إلى التوبة. لذلك يقول المزمور: "اغْضَبُوا وَلَا تُخْطِئُوا" (مز: ٤: ٤). أي اغضبوا على أنفسكم لكي لا تخطئوا مرة أخرى. والجملة التالية توضيح المعنى: "الَّذِي تَقُولُونَهُ فِي قُلُوبِكُمْ ائْدَمُوا عَلَيْهِ فِي مَضَاجِعِكُمْ" (مز: ٤: ٤). أي اندموا على الخطايا التي تثور في داخلكم. ولا تبيت خطية في القلب.

إذاً الغضب المفيد يمنعنا عن التماهى في الخطأ، ويدفعنا للتوبة وتصفية القلب أولاً بأول. نغضب على أنفسنا وعلى الأفكار الشريرة التي تتحرك داخلنا. وعندما استشهد الرسول



❖ الغضب ❖

بولس بهذه الآية "اغضبوا وَلَا تَحْطِثُوا"، أضاف للتوضيح أكثر: "لَا تَغْرِبِ الشَّمْسُ عَلَى غَيْظِكُمْ. وَلَا تَعْطُوا إِبْلِيسَ مَكَانًا" (أف:٤:٢٦).

المعنى إذا: اغضبوا على أخطائكم وانفعالاتكم ، لئلا إذا تساهلتم معها تظلم عقولكم ويملك إبليس عليكم. هناك أيضًا الغضب من أجل الله كغضب موسى النبي لما رأى الشعب يعبد العجل، وكغضب السيد المسيح عندما رأى الهيكل وقد تحول إلى مغارة لصوص. إلا أن هناك أسبابًا كثيرة تثير في داخل الإنسان الغضب الشرير المدمر. وهذه الأسباب غالبًا ما تعمي الذهن فلا يرى نور الفضيلة، ويندفع الإنسان كمن يسير في ظلام.

إذا الغضب بغض النظر عن الأضرار التي يلحقها بالآخرين، يحرم صاحبه من نور المعرفة.

الغضب هوى متراكم لا يهدأ بسهولة. يبدأ بالفكر ثم يقود إلى انفعال المشاعر والثورة ثم ينفس عن نفسه



❖ الغضب ❖

بالكلام والإهانات والشتائم، وربما يؤدي إلى الاشتباكات والمصادمات الفعلية، بل وربما يقود إلى القتل.

لذلك تعامل السيد المسيح في العظة على الجبل مع الغضب وكأنه يساوي القتل فعلاً. لا يمكن أن يصل إنسان إلى القتل العمد إلا من خلال الغضب. السيد المسيح في العظة على الجبل يعالج الشرور الكبيرة من بداياتها التي ربما تبدو صغيرة. لذلك اعتبر النظرة الشريرة وكأنها زنى في القلب. ولقد قال: "لَا تَظُنُّوا أَنِّي جِئْتُ لَأَنْقُضَ النَّامُوسَ أَوْ الْأَنْبِيَاءَ. مَا جِئْتُ لَأَنْقُضَ بَلْ لَأُكَمِّلَ" (مت ٥: ١٧).

هناك إنسان يسيطر عليه هوى الغضب، ويكتمه داخله باستمرار، حتى يُصاب بأمراض عضوية ونفسية، ويملك عليه الحقد والكراهية والسخط الشديد، فيتعب جداً. الروح القدس لا يرتاح في قلب غضوب. لذلك ينصحنا الرسول بولس: "صَلُّوا بِلَا انْقِطَاعٍ"



(١ تس ٥: ١٧)، ".... فِي كُلِّ مَكَانٍ رَافِعِينَ أَيْدِي طَاهِرَةً، بِدُونِ عَصَبٍ وَلَا جِدَالٍ" (١ تي ٢: ٨).

كيف يستطيع إنسان أن يقف أمام الله في الصلاة
وقلبه ملآن بالغضب والغيط والسخط؟

فماذا نفعل في هذه الحالة؟

السيد المسيح يبيننا: "فَإِنْ قَدَّمْتَ قُرْبَانَكَ إِلَى الْمَذْبَحِ
وَهُنَاكَ تَذَكَّرْتَ أَنَّ لِأَخِيكَ شَيْئًا عَلَيْكَ. فَاتْرِكْ هُنَاكَ قُرْبَانَكَ
قُدَّامَ الْمَذْبَحِ وَاذْهَبْ أَوَّلًا اضْطَلِحْ مَعَ أَخِيكَ وَحِينَئِذٍ تَعَالَ
وَقَدِّمْ قُرْبَانَكَ" (مت ٥: ٢٣، ٢٤).

الغضب خطيئة تبدأ داخل القلب أولاً. لذلك يحذرنا
الكتاب من هذا الغضب: "لَا تُبْغِضْ أَخَاكَ فِي قَلْبِكَ...
لَا تَلْتَقِمْ وَلَا تَحْقِدْ عَلَى ابْتِئَاءِ شَعْبِكَ" (لا ١٩: ١٧، ١٨).
وأيضاً: "وَأَمَّا مَا يَخْرُجُ مِنَ الْفَمِ فَمِنْ الْقَلْبِ يَصْدُرُ
وَذَلِكَ يُنَجِّسُ الْإِنْسَانَ. لِأَنَّ مِنَ الْقَلْبِ تَخْرُجُ أَفْكَارٌ شَرِيرَةٌ: قَتْلٌ
زِنَى فِسْقٌ سِرْقَةٌ شَهَادَةٌ زُورٌ تَجْدِيفٌ. هَذِهِ هِيَ الَّتِي تُنَجِّسُ



الإنسان... (مت ١٥: ١٨-٢٠). أي يجب أن ننقي قلوبنا ولا نخزن فيها أخطاء الناس.

لا ينبغي أن يعتمد سلامنا الداخلي على إرادة الآخرين، إنما على سلطتنا نحن على ذواتنا. بمعنى أن سلامي الداخلي لا يجب أن يعتمد على بر الناس الآخرين وعدم اغاظتهم لي، إنما يجب أن يعتمد على سيطرتي أنا على نفسي حتى ولو أثارني الآخرون.

ليست فضيلة أن لا أغضب على من لم يفضني، لكن الفضيلة هي أن أسيطر على نفسي في المواقف التي يخطئ فيها الآخرون تجاهي.

لا ينبغي أن تعتمد فضيلتي على كمال الآخرين، إنما الفضيلة الحقيقية هي تلك التي اقتنيتها بجهادي وصبري وتستمر معي في كل الظروف وتجاه كل أنواع البشر. الحيات السامة لا نستطيع أن ندعوها مسالة لأنها تقبع في ججورها. لأن ذلك ناتج عن عدم الإثارة وليس عن ضبط النفس.



❖ الغضب ❖

كذلك يجب أن نلاحظ أننا أحيانًا ننفس عن غضبنا حتى ضد الأشياء الجامدة، وليس البشر فقط. جاء في قصص الآباء أن راهبًا انفع على قلمه لأنه لم يكتب فكسره من شدة غيظه. وآخر انفع على الجرة التي يشرب منها فألقى بها على الأرض وكسرها.

ما هو علاج هذا الغضب إذاً:

إذا أردنا أن نقتي "نقاوة القلب" ونفوز بتلك الطوبى: "طوبى لِلْأَنْصِيَاءِ الْقُلُوبِ لِأَنَّهُمْ يُعَايِنُونَ اللَّهَ" (مت ٥: ٨)، لابد وأن نطهر قلوبنا من الغضب وكل ما ينتج عنه.

هذه بعض الأفكار والتدريبات والنصائح تساعد على الانتصار على الغضب.

❖ نقرر مع أنفسنا أن لا نغضب إطلاقًا لأي سبب من الأسباب.

❖ الغضب ❖

❖ نعرف أن الغضب يحرمانا من الوقوف أمام الله بضمير نقي، ومن التمتع بحضرته المقدسة.

❖ نعرف أن الغضب يفقدنا أبديتنا حتى إذا كنا نتمتع بفضائل أخرى.

❖ إن الغضب لا يعالج شيئاً بل يزيد الطين بلة.

❖ لا تلقِ اللوم على الآخرين لأن أول الطريق إلى الشفاء هو الاعتراف بالضعف وطلب المعونة من الله.

❖ أنظر ماذا يقول داود النبي: "قُلْتُ أَتَحْفَظُ لِسِيلِي مِنَ الْخَطَا بِلِسَانِي. أَحْفَظُ لِفَمِّي كَأَمَّةٍ فِيهَا الشَّرِيرُ مُقَابِلِي. صَمْتُ صَمْتًا سَكْتُ عَنِ الْخَيْرِ فَتَحَرَّكَ وَجَعِي" (مز ٣٩: ١، ٢).

❖ أنت تغضب على الشتيمة أو الإهانة على أنها شر، وها أنت تثور وتغضب وترتكب نفس الحماقة وكأنها تصرف حسن منك!!



❖ الغضب ❖

❖ وإذا التمسست لنفسك الأعذار ساعة غضبك، لماذا لا تلتمس للآخرين الأعذار ساعة غضبهم؟!

❖ إذا شتمك شخص بعيب ليس فيك فلماذا تغضب؟! وإذا كان العيب موجوداً فيك فعلاً فلماذا لا تتقبل الأمر باتضاع وكأنه علاج لضعفك؟!

❖ تأمل في الشتائم التي تلقاها الرب يسوع بكل هدوء وصمت: سامري (وكانت تُعتبر شتيمة)، بك شيطان بل ورئيس شياطين، مختل العقل، مهيج الشعب...

❖ تأمل في العذابات والإهانات والمظالم التي تلقاها الرب يسوع أيضاً بصمت: الضرب، اللطم، الهزء به، الجلد، تخلي الجميع عنه، معاملته على أنه يستحق الموت، الغدر، التهم الباطلة، المؤامرات ضده...

❖ عندما يتحرك فيك الغضب اجعل عقلك يسيطر على انفعالاتك، ولا تجعل الغضب يفقدك رشذك.

❖ الذي يلوم نفسه لا يلم غيره ولا يغضب عليه.



❖ الغضب ❖

❖ الجأ إلى الاتضاع لتطفئ نار الغضب داخلك.
وارجع بالملامة على نفسك، وتذكر خطاياك واعتبرها السبب في ذلك.

❖ كبرياؤنا هو الذي يثيرنا وليس شتيمة الآخرين لنا.
شعورنا بالإهانة يرجع بالأكثر إلى كبريائنا.

❖ إذا أردت أن تقاوم الغضب قاوم محبة المديح والكرامة
وكل مظاهر الكبرياء والمجد الباطل ومحبة العظمة.

❖ الإنسان العاقل يجعل فكره يتحكم في أهوائه لئلا يندفع
كالجنون وراء كل انفعال. إنما يدرس ويفحص ويمحص الأمر
جيداً.

❖ اعتبر الذي يضايقك كمن يكشف لك ضعفاتك لتسعى
لشفائها. مثال لذلك: إناء به سائل رآحتة عفنة ثم يرفع أحد
الغطاء عن ذلك الإناء فتظهر الرائحة. فهل يقع اللوم على من
رفع الغطاء؟ بالطبع كلا.

❖ افرح إذن بالمرأة التي تكشف لك عيوبك ولا تكسرهما.



❖ الغضب ❖

❖ تروّ وادرس الأمر ولا تندفع في الغضب. أعطِ نفسك فرصة لتهدأ وتتخذ القرارات السليمة.

❖ أياك وأن تتخذ قرارًا وأنت في ساعة الغضب لئلا تندم بعد ذلك.

❖ كثيرًا ما يندفع الإنسان في الغضب ثم يرجع ويندم ويحاول أن يصحح خطأه، وغالبًا ما يكون الوقت قد تأخر، والأمور تأزمت ويصبح العلاج صعبًا. ثم يقول ذلك الشخص "أنا لم أكن في وعي وقتذاك".

❖ تدرب على التحكم في غضبك، ومرة وراء مرة سوف تقتني هذه القدرة، حتى تصير طبعًا فيك.

❖ أهم وأخطر نقطة في الغضب هي التسرع والاندفاع اللحظي.

❖ اعرف أنك إذا سلّمت نفسك للغضب سوف تندفع في خطايا أخرى كثيرة، مثل: الشتيمة، الحلفان، الألفاظ النابية، الإدانة، التشهير، وربما إلى العراك والضرب... وغيره.



❖ الغضب ❖

❖ إذا لم تستطع أن تضبط اعصابك، اسكت وحاول أن تغادر المكان حتى تهدأ.

❖ وإذا اردت أن تطفئ غضب الشخص الآخر استخدم معه الجواب اللين. هذا ما فعله الأب الحكيم تجاه الابن الأكبر في مثل "الابن الضال" أو "الابن الشاطر". فلقد خرج إلى ابنه خارجاً لأن ابنه يقول الكتاب: "فَغَضِبَ وَلَمْ يَرِدْ أَنْ يَدْخُلَ". وبدأ الأب يترجاه: "يَا بُنَيَّ أَنْتَ مَعِيَ فِي كُلِّ حِينٍ وَكُلُّ مَا لِي فَهُوَ لَكَ" (لو ١٥: ٣١).

❖ استخدم البشاشة والابتسام علاجاً للغضب. تستطيع أنت بهدوئك أن تطرح الهدوء على الشخص الغاضب فيبرد غضبه.

❖ هناك إنسان طبعه متوتر وسريع الالتهاب وينفجر على أتفه الاسباب. هناك إنسان يأخذ الأمور ببساطة ومرح و"يعدّيها".



❖ الغضب ❖

❖ أحياناً كلمة الاعتذار تطفى غضب الشخص الآخر. لذلك يقول القديسون: "إذا اخطأ إليك أخوك اضرب له مطانية وقل له سامحني". لعلك تكون قد قصرت في محبته حتى بدون قصد منك.

❖ وأحياناً كلمة المديح أيضاً تطفى الغضب. لذلك يقول معلمنا بطرس الرسول: "كُونُوا جَمِيعًا... ذَوِي مَحَبَّةٍ أَخَوِيَّةٍ، مُشْفِقِينَ، لُطْفَاءً، غَيْرَ مُجَازِينَ عَنْ شَرِّ بَشَرٍ أَوْ عَنْ شَتِيَّةٍ بِشَتِيَّةٍ، بَلْ بِالْعَكْسِ مُبَارِكِينَ، عَالِمِينَ أَنَّكُمْ لِهَذَا دُعِيتُمْ..." (١بط ٣: ٨، ٩).

❖ حاول أن توقف الغضب في أي مرحلة ولا تسترسل فيه. ليس بالضرورة إذا بدأ الانفعال أن تقطع المشوار كله. الغضب له مراحل: أولاً يثور كفكرة، ثم احتداد الفكر يهيج القلب، وتهيج القلب يقود إلى التهاب المشاعر، ثم الانفجار بالكلام ثم بالأفعال. حاول أن تضبط نفسك في أية مرحلة من هذه المراحل.



❖ الغضب ❖

❖ لا تجعل الغضب يربي فيك الحقد والكرهية تجاه الآخرين، فيصير الأمر من سيئ إلى أسوأ.

❖ إذا حدث بينك وبين غيرك سوء فهم أو خصام الجأ إلى التفاهم والعتاب بمحبة وإلى روح الاقتناع والتفهم. "وَأَنْ أخطأ إِلَيْكَ أَخُوكَ فَأَذْهَبْ وَعَاتِبْهُ بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ وَخَدِّمًا" (مت ١٨: ١٥).
وليكن العتاب يهدف التصالح وتوضيح الرؤية والعلاج وليس يهدف الدفاع والانتقام والانتصار على الآخر.

❖ أحياناً لا بد وأن نلجأ إلى "المغفرة". نصفح ونسامح وننسى ونصفو في داخلنا. يقول الكتاب: "لَا تَتَّبِعُوا لَأَنفُسِكُمْ أَيُّهَا الْأَجِبَاءُ بَلْ أَعْطُوا مَكَانًا لِلْغَضَبِ" (رو ١٢: ١٩)، بمعنى "امسحوا مكاناً للغضب ولا تكموه داخلكم فينصرف وتصفوا".
لذلك يقول الكتاب: "أَمَّا الْحُكَمَاءُ فَيَضْرِبُونَ الْغَضَبَ" (أم ٢٩: ٨). (اقرأ أيضاً مثل العبد الذي لم يغفر لرفيقه مت ١٨: ٢١-٣٤).



❖ الجأ أيضًا إلى الصلاة من أجل الذي يخطئ في حقك. وإذا كنت أنت المخطئ الجأ إلى التوبة القلبية والاعتذار عن الخطأ.

آيات عن موضوع الغضب:

احفظ بعض الآيات التي تتحدث عن موضوع الغضب لتسترجعها لتساعدك. وهذه الطريقة علّمها لنا رب المجد يسوع في إجاباته على إبليس في التجربة على الجبل.

❖ "لَا تَسْتَضِجْ عَضُوبًا وَمَعَ رَجُلٍ سَاخِطٍ لَا تَجْئِ" (أم ٢٢: ٢٤).

❖ "الرَّجُلُ الْغَضُوبُ يَهْبِجُ الْخِصَامَ وَالرَّجُلُ السَّخُوطُ كَثِيرُ الْمَعَاصِي" (أم ٢٩: ٢٢).

❖ "الْحُكَمَاءُ فَيَضْرِفُونَ الْغَضَبَ" (أم ٢٩: ٨).

❖ "الْغَضَبُ فَسَاوَةٌ" (أم ٢٧: ٤).

❖ "الْحَجَرُ ثَقِيلٌ وَالزَّمْلُ ثَقِيلٌ وَغَضَبُ الْجَاهِلِ أَثْقَلُ مِنْهُمَا كَلِمَتُهُمَا" (أم ٢٧: ٣).



❖ الغضب ❖

❖ "وَأَمَّا الْحِكْمَةُ الَّتِي مِنْ فَوْقَ فَهِيَ أَوْلَى طَاهِرَةً، ثُمَّ مُسَالِمَةٌ، مُتَرَقِّقَةٌ، مُدْعِنَةٌ، مَمْلُوءَةٌ رَحْمَةً وَأَثْمَاراً صَالِحَةً، عَدِيَّةُ الرَّيْبِ وَالرَّيَاءِ. وَتَمُرُّ الْبَرِّ تَذَرَعُ فِي السَّلَامِ مِنَ الَّذِينَ يَفْعَلُونَ السَّلَامَ" (يع: ٣: ١٧، ١٨).

❖ "إِذَا يَا إِخْوَتِي الْأَحِبَّاءَ، لِيَكُنْ كُلُّ إِنْسَانٍ مُسْرِعًا فِي الْإِسْتِمَاعِ، مُبْطِئًا فِي التَّكَلُّمِ، مُبْطِئًا فِي الْغَضَبِ، لِأَنَّ غَضَبَ الْإِنْسَانِ لَا يَضَعُ بِرَّ اللَّهِ" (يع: ١: ١٩، ٢٠).

❖ "تَعْقُلُ الْإِنْسَانُ يُبْطِئُ غَضَبُهُ" (أم: ١٩: ١١).

❖ "لَا تُسْرِعْ بِرُوحِكَ إِلَى الْغَضَبِ لِأَنَّ الْغَضَبَ يَسْتَوِثِرُ فِي حِضْنِ الْجُهَالِ" (جا: ٧: ٩).

❖ "الْبَطْلِيُّ الْغَضَبِ خَيْرٌ مِنَ الْجَبَّارِ وَمَالِكٌ رُوحِهِ خَيْرٌ مِمَّنْ يَأْخُذُ مَدِينَةً" (أم: ١٦: ٣٢).

❖ "الْجَوَابُ الَّذِي يَضْرِبُ الْغَضَبَ وَالْكَلَامُ الْمَوْجِعُ يَبْجِ السَّخَطَ" (أم: ١: ١٥).

بعض أقوال القديسين عن الغضب

❖ يقول القديس دوروثيؤس: "الإنسان المتواضع لا يغضب أحدًا ولا يغضب من أحد".

❖ يقول القديس أغسطينوس: "عندما يصيب البعض الأذى فى الكبرياء التي تجعله يرغب في الإنتقام".

❖ يقول القديس دياдохس: "أنني في ساعة الغضب أكون مهتمًا بأبديتي أكثر من كرامتي".

❖ يقول القديس باسيليوس: "إن اعتياد التواضع يقطع الغضب من النفس... بينما الكبرياء تقيم الغضب".

❖ يقول مارإشعيا الإسقيطي: "إذا شتمك إنسان فلا تجبه حتى يسكت. وفتش نفسك بخوف الله. فلعلك تجد أن ما سمعته كائن فيك، وإن العلة هي منك".

❖ يقول مارإسحق السرياني: "الذي يلوم نفسه على الدوام ترتعب منه الشياطين ولا يقترب منه شيطان الغضب والحسد والحزن. وتمتلئ نفسه أمنًا وسلامًا وحبًا وفرحًا. ويصير محبوبًا عند الله والملائكة والناس".





أمثلة لنتائج الغضب في الكتاب المقدس

(١) غضب قاد إلى القتل:

"فَاغْتَاظَ قَايِينُ جَدًّا وَسَقَطَ وَجْهُهُ... وَكَلَّمَ قَايِينُ هَايِيلَ أَخَاهُ. وَحَدَّثَ إِذْ كَانَا فِي الْحَشْلِ أَنَّ قَايِينَ قَامَ عَلَى هَايِيلَ أَخِيهِ وَقَتَّلَهُ". (تك ٤: ٥-٨).

هكذا قاد الغيظ والغضب قايين إلى قتل أخيه الوحيد هابيل. وكانت أول جريمة قتل في التاريخ. والغضب هنا تولد من الحسد والغيرة.

(٢) غضب كاد أن يقود إلى القتل:

أ- شاول وداود:

وَكَانَ عِنْدَ مَجِيئِهِمْ حِينَ رَجَعَ دَاوُدُ مِنْ قَتْلِ الْفِلِسْطِينِيِّ (جليات)... فَغَنَّتِ النِّسَاءُ اللَّاعِبَاتُ وَقُلْنَ: «ضَرَبَ شَاوُلُ أَلُوفَهُ وَدَاوُدَ رِيَاثِهِ. فَغَضِبَ شَاوُلُ جَدًّا وَسَاءَ هَذَا الْكَلَامُ فِي عَيْنَيْهِ... فَكَانَ شَاوُلُ يُعَايِنُ دَاوُدَ مِنْ ذَلِكَ الْيَوْمِ فَصَاعِدًا... فَأَشْرَعَ شَاوُلُ الرَّمْحَ وَقَالَ: «أَضْرِبْ دَاوُدَ حَتَّى إِلَى الْحَايِطِ». (١ صم ١٨: ٦-١١).



حاول شاول الملك أكثر من مرة أن يقتل داود حسداً وغيره. لكن الرب كان ينجي داود في كل مرة، إلى أن أجلسه ملكاً عوضاً عن شاول.

ب- داود ونابال:

"... قالت أيجاييل: "لَا تَكُونُ لَكَ هَذِهِ مَضْمَمَةٌ وَمَغْفَرَةٌ قَلْبٍ لِسَيِّدِي أَنْكَ قَدْ سَفَكْتَ دَمًا عَفْوًا، أَوْ أَنَّ سَيِّدِي قَدْ انْتَقَمَ لِنَفْسِهِ...". فَقَالَ دَاوُدُ لِأَيِّجَايِيلَ: «...مُبَارَكٌ عَقْلُكَ وَمُبَارَكَةٌ أَنْتِ لِأَنَّكَ مَنَعْتَنِي الْيَوْمَ مِنْ إِيثَانِ الدِّمَاءِ وَانْتِقَامِ يَدَي لِنَفْسِي...» (١صم ٢٥: ٢١-٣٣)

هكذا كان الغضب والرغبة في الانتقام أن يقودا داود إلى قتل نابال لولا تدخل زوجته الحكيمة أيجاييل.

وقصص الكتاب المقدس وتاريخ الكنيسة والبشرية مليئة بأمثلة رهيبة للنتائج المدمرة للغضب الرديء. بل وأحياناً يقود الغضب الأعمى إلى قيام حروب بين الشعوب يذهب ضحيتها آلاف من البشر الحسد، والغيرة والحقد والرغبة في الانتقام وتدمير المؤتمرات... إلخ.

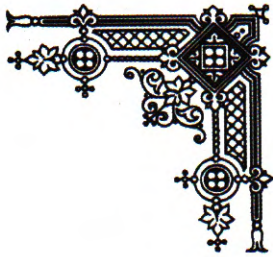
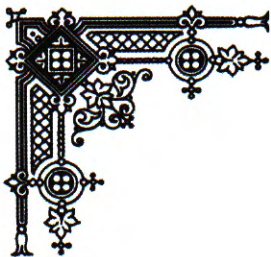


كلها شرور تنتج عن الغضب والكبرياء. لذلك أكد الكتاب على أن "عَضَبَ الْإِنْسَانِ لَا يَضْنَعُ بِرَ اللَّهِ" (يع ١: ٢٠).

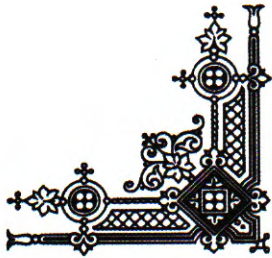
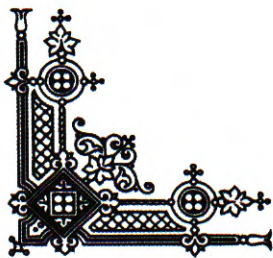
الغضب ضعف وليس قوة مهما حاول أن يلبس ملابس الشجاعة والحماسة والدفاع عن الحق. الغضب يهدم ولا يبني. الغضب يعمي البصيرة ويشوّه الحقائق ويفقد الإنسان اتزانه. الغضب كالخمر التي تسكر وتخرج الإنسان عن وعيه. هو بركان لا يهدأ، ينفث سموه في كل اتجاه. والغضب يدل على أن الإنسان نصّب نفسه قاضياً يحاكم الناس ويصب عليهم عقابه. فهو يشمل الإدانة أيضاً، والحكم على الآخرين.

وأخيراً، الغضب يدمر صاحبه أيضاً: جسدياً ونفسياً وروحياً، ويخسر أصحابه ويجعله مكروهاً من الجميع. اكسب الناس بالمحبة لا بالتخويف والأرهاب. اكسبهم باللطف والشفقة لا بالقسوة والخشونة. وأياك أن يقودك الغضب إلى الرغبة في الانتقام بأي شكل من الأشكال. لا تضايق أحداً، ولا تظلم أحداً، ولا تظلم أحداً، إنما "أحب قريبك كنفسك"





الإدانة



١ - يقول السيد المسيح في العظة على الجبل:

"لَا تَدِينُوا لَكِي لَا تُدَانُوا. لَأَنْكُمْ بِالدَّيْنُونَةِ الَّتِي بِهَا تَدِينُونَ تُدَانُونَ وَبِالْكَيْلِ الَّذِي بِهِ تَكِيلُونَ يَكَالُ لَكُمْ. وَلَمَّاذَا تَنْظُرُ الْقَدَى الَّذِي فِي عَيْنِ أَخِيكَ وَأَمَّا الْحَشَبَةُ الَّتِي فِي عَيْنِكَ فَلَا تَقْطُرُ لَهَا؟ أَمْ كَيْفَ تَقُولُ لِأَخِيكَ: دَعْنِي أَخْرِجِ الْقَدَى مِنْ عَيْنِكَ وَهَا الْحَشَبَةُ فِي عَيْنِكَ. يَا مُرَائِي أَخْرِجِ أَوَّلًا الْحَشَبَةَ مِنْ عَيْنِكَ وَحِينَئِذٍ تُبْصِرُ جَيِّدًا أَنْ تُخْرِجَ الْقَدَى مِنْ عَيْنِ أَخِيكَ!" (مت ٥: ١-٥).

نستخلص من هذه الفقرة عدة دروس روحية مفيدة.

أولاً: كل مَنْ يدين قريبه يجلب الدينونة على نفسه. وعلى قدر تدقيقه في إدانة القريب يدقق الله في إدانته هو أيضاً.

ثانياً: يجب على الإنسان أن يلتفت إلى أخطائه هو أولاً، وليس إلى أخطاء قريبه. لأنه إذا راجع نفسه يجد أخطاء وخطايا كثيرة وعظيمة، في حين أنه الآن لا يرى إلا خطأ



واحدًا للقريب. فلماذا يترك أخطائه الكثيرة ويلتفت إلى خطأ القريب؟! وهذا يدعوه السيد المسيح بالرياء. أي أن الإنسان يظهر أمام الناس وكأنه هو "مصلح زمانه"، وأما خطاياه الخفية والكثيرة ما زالت تعشش داخله.

ثالثًا: نلاحظ أن السيد المسيح لا ينفي إصلاح الآخرين، إنما يترك هذه المهمة الروحية لمن تطهروا من خطاياهم الخاصة أولاً، وحينئذ يستطيعون أن يساعدوا الآخرين على التطهر من خطاياهم. ويستخدم السيد المسيح تعبيراً دقيقاً: "تُبْصِرُ جَيِّدًا"، أي تنال نعمة الافراز والاستبصار ومعرفة خفايا النفس البشرية. هذا ما يسمونه الآباء أيضًا "الشفافية" أو "الاستنارة".





٢- الإدانة تعني عدم الصفح:

والإدانة ترتبط بعدم الصفح، لأن الذي يدين أخاه هو الذي لا يصفح عن خطية الأخ. ولقد أعطانا السيد المسيح مثلاً رائعاً في هذا الصدد، وهو مثل "العبد الذي لا يغفر". وهذا المثل ورد فقط في انجيل معلمنا متى ١٨: ٢١-٣٥. وجاء ردّاً على سؤال معلمنا بطرس للسيد المسيح:

"حِينَئِذٍ تَقْدَمُ إِلَيْهِ بِطَرُوسَ وَقَالَ: يَا رَبُّ كَمْ مَرَّةً يُخْطِئُ إِلَيَّ أَخِي وَأَنَا أَغْفِرُ لَهُ؟ هَلْ إِلَى سَبْعِ مَرَّاتٍ؟ قَالَ لَهُ يَسُوعُ: لَا أَقُولُ لَكَ إِلَى سَبْعِ مَرَّاتٍ بَلْ إِلَى سَبْعِينَ مَرَّةً سَبْعَ مَرَّاتٍ". ثم ضرب لهم المثل. ومختصر المثل هو أنه كان لملك عبد مديون لسيدة بعشرة آلاف وزنة. والوزنة تساوي ستة آلاف دينار. إذا الدين كان ستين مليون دينار. والدينار كان أجر العامل في اليوم. مع ملاحظة أن هذا الإنسان لم يكن عاملاً وإنما عبداً ليس له أجر يومي. "وَإِذْ لَمْ يَكُنْ لَهُ مَا يُوفِي أَمْرَ سَيِّدِهِ أَنْ يُسَاعَ هُوَ وَامْرَأَتُهُ وَأَوْلَادُهُ وَكُلُّ مَا لَهُ وَيُوفِيَ



الدَّيْنِ". هذا هو جانب العدل عند ذلك الملك الذي يمثل الله. إلا أن ذلك العبد خر وسجد أمام سيده وطلب منه أن يمهله حتى يوفي الدين جميعه. ومن أين يوفيه؟ والدين ستون مليون دينار. وهنا يظهر وجه الرحمة عند الملك. "فَتَحَنَّنَ سَيِّدُ ذَلِكَ الْعَبْدِ وَأُطْلِقَهُ وَتَرَكَ لَهُ الدَّيْنَ". ولما خرج ذلك العبد، الذي كان يجب أن يكون في قمة الفرح والشكر والامتنان، وجد واحدًا من العبيد رفقاءه، وكان ذلك العبد الأخير مديونًا للعبد الأول بمئة دينارٍ فقط. أي أجر ثلاثة أشهر تقريبًا. في حين أن دين العبد الأول عند سيده كان ستين مليون دينارٍ أي أكثر من أجر عمل مئة وخمسين ألف سنة تقريبًا. ورغم أن العبد الثاني أيضًا خر على قدميه أمام العبد الأول وترجاه أن يتمهل عليه حتى يوفيه الجميع كما فعل العبد الأول مع سيده، إلا أن العبد الأول رفض وعنتقه وألقاه في السجن حتى يوفي الدين. يا للقساوة!! فلما سمع السيد بما صنعه هذا العبد الشرير برفيقه دعاه وقال له: "أَيُّهَا الْعَبْدُ الشَّرِيرُ كُلُّ ذَلِكَ الدَّيْنِ تَرَكْتُهُ لَكَ لِأَنَّكَ طَلَبْتَ إِلَيَّ. أَفَمَا كَانَ





يَنْبَغِي أَنَّكَ أَنْتَ أَيْضاً تَرْحَمُ الْعَبْدَ رَفِيقَكَ كَمَا رَحِمْتَكَ أَنَا؟
وَعَضِبَ سَيِّدُهُ وَسَلَّمَهُ إِلَى الْمُعَذِّبِينَ حَتَّى يُوفِيَ كُلُّ مَا كَانَ لَهُ
عَلَيْهِ". وكيف يوفيه يا ترى والدين مستحيل سداهه مهما كان.
ثم يختم السيد المسيح بالخلاصة التالية: "فَهَكَذَا أَنِي
السَّمَاوِيُّ يَفْعَلُ بِكُمْ إِنْ لَمْ تَتْرَكُوا مِنْ قُلُوبِكُمْ كُلُّ وَاحِدٍ لِأَخِيهِ
زَلَّاتِهِ" (مت ١٨: ٢١-٣٥). كل من يتأمل في هذا المثل جيِّداً
لا يسعه إلا أن لا يدين أحداً، إنما يدين نفسه ويحاسب نفسه
فقط. الله يغفر لنا جميع خطايانا إذا طلبنا إليه بتوبة صادقة،
وهذه الخطايا دينونها فادحة جداً ولا يستطيع إلا دم المسيح
الزكي أن يكفر عنها لأنها موجهة ضد الله اللامحدود. أما
الأخطاء التي نوجهها بعضنا إلى بعض فهي صغيرة وتافهة
ويسهل الصفح عنها.

العبد الأول كان يلزمه أن يعمل مئة وخمسين ألف سنة
لكي يسدد دينه. أما الثاني فكان يكفيه عمل ثلاثة أشهر ليوفي
دينه. أي أن دين العبد الأول كان أكبر من دين العبد الثاني



بأكثر من خمسمئة ألف مرة. لذلك لا يمحوه إلا دم المسيح الذي يغفر كل خطية والذي كل كنوز العالم لا تساوي نقطة صغيرة منه.

والخطورة الكبيرة في هذا المثل هي أن الذي لا يغفر لأخيه زلاته، فحتى الزلات التي كان السيد قد تنازل عنها بدافع رحمته وتحننه سوف يرجع ويطلب بها الإنسان لأنه لم يغفر لأخيه، والإدانة لون من ألوان عدم المغفرة. الذي يصفح عن أخيه لا يدينه، ولا حتى في الفكر.

ونحن في كل يوم، ومرات عديدة في اليوم الواحد، نقول لله: "اغفر لنا ذنوبنا كما تغفر نحن أيضًا للمذنبين إلينا". فإذا كنا لا تغفر إنما ندين أخانا، فكيف نتوقع من الله أن يغفر لنا ذنوبنا، على ضوء المثل الماضي.

كلمة "كما" تعني "على قدر"، فنحن إذن نحكم على أنفسنا إذا لم نصفح عن أخطاء الغير. هذا إذا افترضنا أن





أخطاء الغير موجهة ضدنا، فما بالناس إذنا لم تكن موجهة ضدنا. فلا بد أن الحكم يكون أصعب في هذه الحالة. وهذا في الحقيقة هو الواقع. لأن أغلب الإدانات التي ندين بها الناس تكون على أمور لا تخصنا في شيء أو لا تتعلق بنا أصلاً. ومن هنا تظهر فداحة خطية الإدانة وخطورتها.

٣- الإدانة تعكس حالة القلب من الداخل:

يقول السيد المسيح له المجد: "فَائُهُ مِنْ فَضْلَةِ الْقَلْبِ يَمْكَلُمُ الْقَم. الْإِنْسَانُ الصَّالِحُ مِنَ الْكَنْزِ الصَّالِحِ فِي الْقَلْبِ يُخْرِجُ الصَّالِحَاتِ وَالْإِنْسَانُ الشَّرِيرُ مِنَ الْكَنْزِ الشَّرِيرِ يُخْرِجُ الشُّرُورَ. وَلَكِنْ أَقُولُ لَكُمْ: إِنَّ كُلَّ كَلِمَةٍ بَطَالَةٍ يَمْكَلُمُ بِهَا النَّاسُ سَوْفَ يُعْطَوْنَ عَنْهَا حِسَاباً يَوْمَ الدِّينِ. لِأَنَّكَ بِكَلَامِكَ تَبْنِئُ وَبِكَلَامِكَ تُدَانُ" (مت ١٢: ٣٤-٣٧).

الكلام مرآة لحالة القلب من الداخل. تبدأ الإدانة بفكرة صغيرة وربما تكون عابرة. ثم تتخذ تلك الفكرة صورة أكثر





شمولاً وثباتاً، إلى أن تتحول إلى قناعة مؤكدة. ولا يلحظ الإنسان أن البداية كانت فكرة أو لمحة أو مجرد منظر عابر. الفكر النقي والعين البسيطة يمرران هذا الخاطر دون التوقف عنده. لكن الفكر غير النقي يتوقف عند تلك اللمحة ويدقق ويفحص ويترجم أموراً ربما تكون من خياله. ونتيجة للتماذي في الفكر وفي الظن السيء تتكون في الفكر صورة مشوهة لذلك الشخص. ثم تنسلخ تلك الصورة على الشخصية ذاتها فتصير شخصية ذلك الشخص غير مقبولة لدى الشخص الذي يدين. ومع كثرة توارد الفكر يتحدث الفم بما لا يليق عن تلك الشخصية وهكذا تتسع دائرة الخطية وتتماذى في نتائجها حتى تبات مدمرة وبغيضة. مثلاً يسمع أحد الناس غيره يقول كلاماً هو يعتبره كذباً. ثم تتسع الدائرة حتى يقول عن أخيه "إنه كذاب". ثم تتسع الدائرة أكثر فيقول عن أخيه "إن كل كلامه كذب في كذب". وتترسخ هذه الصورة في ذهنه حتى لا يطيق هذا الإنسان أخاه ويتشكك ويشكك في كل كلمة يقولها. ومن أين بدأت هذه الشبكة البغيضة؟ من مجرد شك





في أن فلانًا غير صادق في ما قاله. وربما تكتشف بعد مدة أنك أسأت الفهم أو أخطأت الفهم، ولكن بعد فوات الأوان.

إذا لم تحارب الفكرة من بدايتها سوف تقودك إلى الإدانة بالكلام وإلى التشهير بأخيك، ثم تقودك إلى تصرفات ومواقف مضادة له، إلى أن تقودك إلى تهيج الناس ضده. ومن هنا تأتي المصادمات والمشاحنات الصعبة. الحواس هي مداخل الفكر. والفكر يوصل إلى القلب. فلكيما تحفظ قلبك نقيًا تجاه أخيك، لا بد وأن تتحكم في حواسك (العين والأذن واللسان) ولا تدعها تسجل صورًا أو كلامًا ضد أخيك. إذا حافظت على حواسك مقدسة تجاه أخيك، لا بد وأن فكري يكون نقيًا تجاهه وبالتالي تحفظ قلبك طاهرًا نحو ذلك الآخر.

إذا الإدانة على ضوء ما قلنا تأخذ مراحل عدة وأشكالاً مختلفة. هي لا تقتصر فقط على الكلام الذي يشوه سمعة أخي، بل وحتى الفكر الذي يظن السوء هو خطية.



وكذلك انتقاد تصرفات الناس بشكل يحط من قدرهم يُعتبر إدانة. وأيضًا إظهار عيوب الناس، ومسك السيرة. وكذلك تشمل الإدانة احتقار الآخرين، والازدراء بهم، والشعور بالترفع عليهم، ومقارنة الناس بنفسي. وهذا ما وقع فيه الفريسي تجاه العشار (لو ١٨: ٩-١٤).

في هذا المثل "الفريسي والعشار" كانت خطيئة الفريسي أنه يشعر في نفسه أنه بار ويحتقر العشار على أنه خاطئ. وهذا لون من الإدانة الشديدة. ولمن قال السيد المسيح ذلك المثل؟ "وَقَالَ لِقَوْمٍ وَاثِقِينَ بِنَفْسِهِمْ أَنَّهُمْ أَبْرَارٌ وَيَحْتَقِرُونَ الْآخَرِينَ هَذَا الْمَثَلُ". وكانت مشكلة الفريسي الأساسية تكمن في هذا الخاطر: "اللَّهُمَّ أَنَا أَشْكُرُكَ أَنِّي لَسْتُ مِثْلَ بَاقِي النَّاسِ الْخَاطِئِينَ الظَّالِمِينَ الزُّنَاةَ وَلَا مِثْلَ هَذَا الْعَشَّارِ". وماذا كانت النتيجة؟ "أن العشار نزل إلى بيته مبررًا دون الفريسي".





والخلاصة يقرها السيد المسيح: "لأنَّ كُلَّ مَنْ يَرْفَعُ نَفْسَهُ يَنْضَعُ وَمَنْ يَضَعُ نَفْسَهُ يَرْفَعُ".

نعم الإدانة تعكس حالة القلب من الداخل. وهذا ما يسميه علماء النفس "الإسقاط". يُقال أن ثلاثة ألتقوا مع بعض، كان أحدهم سارقًا والثاني زانيًا والثالث قديسًا. فرأوا من بعيد شخصًا يتوارى وسط الأشجار. فقال الأول إنه لا بد وأن يكون لصًا يختبئ وسط الأشجار. والثاني قال إنه لا بد وأن يكون زانيًا لا يريد أن يراه أحد. والثالث قال لعله ذهب إلى مكان خلاء لكي يصلي إلى الله في وحدته.

إذا دققت في خطية الإدانة ودرست فحواها جيّدًا لربما تساعدك على معرفة حالة قلبك من الداخل وهذا ربما يساعدك على محاسبة نفسك وتقديم توبة نقية، ويعينك على تقويم ذاتك لتتخلص من هذه الخطية البغيضة، خطية الإدانة.





٤ - الإدانة تغضب الله جدًا:

أعلم أيضًا أن خطيئة الإدانة تغضب الله جدًا. لأنك تقيم نفسك حكمًا وقاضيًا ناسيًا أن الدينونة العادلة هي من حق الله وحده. يقول أحد الآباء: "إذا كان الكتاب يطالبك أن تغفر لمن يخطئ إليك، فما بالك تدين مَنْ لم يخطئ إليك". من أقامك قاضيًا وحكمًا؟! من طلب منك أن تفحص أمور الآخرين وتحكم عليهم؟! إذا رأيت خاطئًا صلّ من أجله وحاول أن تصلحه بالمحبة الأخوية وليس بالإدانة والتشهير. وهل أنت تدين نفسك بنفس الدقة والشدة التي تدين بها الآخرين؟! هل يترك الإنسان ميتته ويبيكي على ميت جاره؟! ومن أقامك قاضيًا؟! وهل أنت قاضٍ عادل بالفعل؟! هل حققت في الأمر ودققت فيما رأيته أو فيما سمعته؟ هل سمعت للشهود؟ هل تركت فرصة لذلك الأخ أن يدافع عن نفسه؟ هل حكمت ضميرك في الأمر؟ فلماذا تحكم على الناس وتدينهم؟ ولماذا تحكم أحكامًا قاطعة نهائية؟! أي ظلم هذا؟ ولماذا هذا التسرع؟.



وإذا رأيته يخطئ بالفعل هل رأيته وهو يتوب؟ وإذا كان الأخ مخطئًا بالفعل، فماذا فعلت أنت من أجله؟ أليس من المحتمل أن تكون أنت سببًا في خطيئته؟ وإن كان فلماذا تدينه هو وحده ولا تدين نفسك؟ وهل تحب أنت أن يدينك الناس كلما أخطأت؟ وهل إذا أدنت أحدًا أمام الآخرين وشوّهت سمعته، ثم اكتشفت أنك ظلمته، هل ستذهب إلى كل من تحدثت أمامهم بالشر على أخيك وتعلن لهم تسرعك وعدم صدقك؟ أو ماذا تفعل؟ اعلم أن الكلمة التي تخرج من فمك لا تستطيع استعادتها أبدًا. وهي محسوبة عليك وأنت مسئول عن نتائجها مهما كان.

يا أخي ابعد عن الإدانة تمامًا لأنها بئر عميق من الخطايا البشعة. وهل تعتقد بعد كل ذلك أن الله لا يغضب منك إذا أنت أدنت أخاك؟ ألا تعلم أن هذا الأخ هو ابن الله وأن الله يحبه ويريد خلاصه؟! فلماذا تقضي أنت عليه؟ ويا ليت





حكمك يكون عادلاً؟ وحتى إذا كان كذلك فهو ليس من
حقك أنت بل من حق الله وحده!!

أنت مطالب أن تميز بين الخير والشر لتختار الخير
وتترك الشر. لكنك غير مطالب بإدانة الناس على أخطائهم.
أنت يمكنك أن تدين الفعل الخاطئ ولكن لا تدين الإنسان
الخاطئ. مثل الطبيب الذي يقاوم المرض ولا يقاوم المريض
إنما يحبه ويشفق عليه. أو مثل القاضي العادل الذي يحكم على
جريمة المجرم ولا يكره المجرم نفسه إنما يطلب له الهداية
والخلاص. إذا كنت أنت في موقف القاضي أو مديراً
في عملك، وأخطأ أحد مرؤوسيك، عاقب الخطأ وقومه ولكن
لا تشنع بالشخص نفسه ولا تتخذ لك عدواً ولا تبغضه
في قلبك. تماماً مثل أولادك في البيت، فأنت مسئول عن
تقويمهم وتهذيبهم لكنك لا تكرههم أو تتخذ موقفاً معادياً
ضدهم. إذا عدم الإدانة موقف داخلي في الفكر وفي القلب
وليس فقط تصرفاً من الخارج. أنت مسئول عن تقويم



من هم تحت مسئوليتك فقط، وذلك من خلال المحبة التي لا تظن السوء ومن خلال الحكمة وحسن الإدارة. تحدث عن الأفعال ولا تتحدث عن الأشخاص. فرق أن تقول أنا لا أحب الكذب وأن تقول أنا لا أحب فلاناً الكذاب. قاوم الشر والفساد ولا تبغض الأشخاص في حد ذاتهم. اشفق على الخاطئ لكيما تكسبه وترده عن خطيئته. لذلك فالإدانة تجلب غضب الله على الإنسان.

٥ - الإدانة تعكس نقصاً في المحبة:

كذلك فإن الإدانة تعكس نقصاً في المحبة تجاه القريب. أين نحن من وصية "تحب قريبك كنفسك"؟! ويقول السيد المسيح أن هذه الوصية تساوى الوصية الأولى: "تُحِبُّ الرَّبَّ إِلَهَكَ مِنْ كُلِّ قَلْبِكَ وَمِنْ كُلِّ نَفْسِكَ وَمِنْ كُلِّ فِكْرِكَ" (مت ٢٢: ٣٥-٤٠). لأن "مَنْ لَا يُحِبُّ أَخَاهُ الَّذِي أَبْصَرَهُ، كَيْفَ يَهْدِرُ أَنْ يُحِبَّ اللَّهَ الَّذِي لَمْ يَبْصُرْهُ؟" (١ يوح ٤: ٢٠). إذا عدم الإدانة تعكس محبتنا للقريب، والعكس صحيح.





في الدينونة الأخيرة يعاقب الله الذين لم يفعلوا المحبة مع القريب: "لَأَنِّي جُفْتُ فَلَمْ تُطْعَمُونِي. عَطِشْتُ فَلَمْ تَسْقُونِي. كُنْتُ غَرِيبًا فَلَمْ تَأْوُونِي. عَزَيَاتَا فَلَمْ تَكْسُونِي. مَرِيضًا وَمَحْبُوسًا فَلَمْ تَزُورُونِي" ويكون الحكم عليهم رادعًا: "اذْهَبُوا عَنِّي يَا مَلَاعِينُ إِلَى النَّارِ الْأَبَدِيَّةِ الْمُعَدَّةِ لِلْإِبْلِيسَ وَمَلَائِكَتِهِ" (راجع مت ٢٥: ٣١-٤٦). فكيف تحب إنساناً وأنت تدينه؟! ألا تعلم أن من صفات المحبة المذكورة في كورنثوس الأولى إصحاح ١٣: "المحبة تتأني وترفق... لا تتفاخر... لا تقبح... لا تظن السوء...". فكيف إذا ندين القريب ونسيئ إلى سمعته إذا كنا نحبه؟ كيف نظن فيه السوء؟ ألم تقرأ أن "الْمَحَبَّةُ تَسْتُرُ كَثْرَةَ مِنَ الْخَطَايَا" (١ بط ٤: ٨). فلماذا نفضح الخاطئ؟ وماذا يحدث إذا فضحنا الله وكشف كل أسرار وخفايا أفكارنا وقلوبنا أمام الآخرين؟ ألم يستر القديس مقاريوس الكبير على الراهب الخاطئ، فسمع صوتاً من السماء قائلاً: "طوباك يا مقارة لأنك تشبهت بخالقك تستر على خطايا الناس". هذه هي المحبة الحقيقية. أنت مطالب إذاً أن تستر





على الخاطئ حتى ولو رأيتَه يخطئ، فما بالك تفضحه وأنت لم تتأكد من خطئه.

٦- الإدانة علامة الكبرياء والقسوة:

الإنسان المتواضع لا يدين إلا نفسه. وإذا جاءت فكره الإدانة يقول لنفسه: "أنا عارف بإثمِي، وخطيتي أمامي في كل حين. لك وحدك أخطأت والشر أمامك صنعت" (مز ٥٠). ولا يلتفت إلى خطايا الآخرين. الإنسان المتواضع يحاسب نفسه باستمرار وبدقة. أما المتكبر فيغمض عينيه عن أخطائه الخاصة ويظل يفحص في أمور الآخرين.

إذا خطية الإدانة كذلك تكشف عن عدم محاسبة النفس وعدم السهر على خلاصها. وهذه النقطة في غاية الخطورة. لأن الذي لا يدين نفسه لا بد وأن يدينه الله. والذي لا يحاسب نفسه يتردى من شرور إلى شرور وهو لا يدري.



والإدانة كذلك تحمل طابع القسوة في الحكم على الناس. لأن القلب الشفوق يتحنن على الخليقة كلها. ويقول لنفسه: "فلان أخطأ اليوم وأنا ربما أخطيء غداً. فلان ربما يتوب ويقبل الله توبته، وأنا ربما لا يسعفني الوقت لأتوب". وبمثل هذه الأفكار يتخلص من أفكار الإدانة ومن نتائجها المدمرة. لقد تحنن السيد المسيح على الصليب على صالبيه وطلب لهم المغفرة. وهكذا صنع اسطفانوس تجاه راجميه. فكيف أدين أنا إنساناً لم يلحق بي ضرراً أيّاً كان؟! القلب المتحنن يطلب الرحمة للخطاة ولا يدينهم. والذي ينشغل بخطاياهم لا ينظر خطايا الآخرين. تماماً مثل المرضى في المستشفى. كلٌّ منهم مشغول بمرضه ولا ينشغل بمرض جاره.

الإدانة كذلك تدفعنا إلى إلقاء اللوم على الآخرين وإلى تبرير الذات. وهكذا لا يقدم هذا الإنسان توبة حقيقية، فلا ينال مغفرة خطاياهم. "إِنْ لَمْ تَتُوبُوا فَجَمِيعُكُمْ كَذَلِكَ يَهْلِكُونَ" (لو ١٣: ٣). ويقول أحد الآباء: "ليست خطية بلا مغفرة





إلا التي بلا توبة". ولربما قدم الخاطئ الذي أدبته توبة وأنا لم أقدمها. ولربما غفر له الله زلاته وأنا الوحيد المحتفظ بها في داخلي، وأظل أتعامل معه على هذا الأساس. إذا جاءك فكر الإدانة قل: "مَنْ أَنْتَ الَّذِي تَدِينُ عَبْدَ غَيْرِكَ؟ هُوَ لِمَوْلَاهُ يَثْبُتُ أَوْ يَنْسَقُطُ. وَلَكِنَّهُ سَيُثَبِّتُ لَأَنَّ اللَّهَ قَادِرٌ أَنْ يُثَبِّتَهُ" (رو ١٤: ٤). صلِّ لأجل الخاطئ بقلب متحنن، وهذا أنفع لك وله من الإدانة.

والمبدأ الكتابي واضح: كما تريد أن يعاملك الله عامل أنت الناس. وكذلك: كما تريد أن يعاملك الناس عاملهم أنت أيضًا كذلك. فإذا كنت لا تحب أن يدينك أحد أو يمسك سيرتك، فلا تدن أنت أحدًا ولا تمسك سيرته. وإذا أردت أن يغفر لك الله زلاتك اغفر أنت أيضًا زلات الناس. واعلم أن الإنسان لن يجد راحة إلا إذا غفر للناس زلاتهم. ما أسهل الانتقام والتشفي ورد الصاع صاعين، لكنك لن تحصل على السلام



الداخلي هكذا. اصفح واغفر ولا تذكر أخطاء الآخرين، وسوف تجد قلبك مملوءًا بالسلام والفرح الروحاني.

٧- لا تشجع من يدين:

نقطة أخرى هامة جدًا وهي أنه لا ينبغي أن تشجع من يدين. لا تستحسن كلامه ولا تبتسم له ولا تظهر تجاوبك معه، لأنك بذلك تشجعه على الاستمرار في الإدانة وتعتبر شريكًا معه فيها. إذا لم تستطع أن تحول مجرى الكلام، على الأقل أسكت. ويقول الآباء: "قطب وجهك أمامه" ليعرف خطأه ويقطع عنه. واعلم أن من يطلق لسانه على الناس أمامك، سوف يطلقه غدًا عليك أنت أيضًا أمام الآخرين. يقول معلمنا بولس الرسول: "أَدْرِبْ نَفْسِي لِيَكُونَ لِي دَائِمًا ضَمِيرٌ بِلَا عَثْرَةٍ مِنْ نَحْوِ اللَّهِ وَالنَّاسِ" (أع ٢٤: ١٦). أي أنه يدرّب نفسه أن يكون ضميره نقيًا تجاه الله وتجاه كل أحد. فإذا كنت تشترك في الإدانة أو تشجعها أو تستحسنها، ثم قابلت ذلك الشخص المدان فكيف تكون مقابلتك له،



وبأي ضمير تقابله؟ لا تكن مرأثيًا، اليوم تدين شخصًا وغداً
تبتسم في وجهه وتمتدحه.

واعلم أنك بإدانتك للآخرين أو بتشجيعك للإدانة
ترتكب خطية عظيمة ذات أربعة أوجه: فأنت أولاً: تخطئ إلى
الله الذي أوصاك أن لا تدين، ثانياً: تخطئ إلى من تدينه،
ثالثاً: تخطئ أيضاً في حق من يسمع الإدانة لأنك بذلك تشوه
أفكاره، رابعاً: تخطئ في حق نفسك لأنك تدفعها إلى الهلاك.

كلمة أخرى في أذنك: الناس لا يحبون من يمسك السيرة،
لأنهم يقولون في أنفسهم: "غداً يمسك سيرتنا نحن أيضاً".

وكلمة في أذنك الأخرى: "فَلَيْسَ مَكْثُومٌ لَّنْ يُسْتَفْلَنَ
وَلَا خَفِيٌّ لَّنْ يُعْرَفَ. لِذَلِكَ كُلُّ مَا قُلْتُمُوهُ فِي الظُّلْمَةِ يُسْمَعُ
فِي النُّورِ وَمَا كَلَّمْتُمْ بِهِ الْأُذُنَ فِي الْمَحَادِثِ يَتَادَى بِهِ عَلَى
السُّطُوحِ" (لو ١٢: ٣). قل لنفسك دائماً: "ماذا سيكون
رد الفعل لو أن فلاناً وصله ما أقوله عنه؟!" والكلام الذي





لا تريد أن يصل الأفضل لك أن لا يخرج من فمك. وبذلك تعيش مرتاح البال والضمير. لا تثق إطلاقاً في من يشجعك على الإدانة، لأن هذه خيانة، والخائن ليس جديراً بالثقة فيه. لماذا تجلب المتاعب على نفسك وعلى غيرك. ألا تعلم "إِنَّ كُلَّ كَلِمَةٍ بَطَالَةٍ (غير مفيدة) يَتَكَلَّمُ بِهَا النَّاسُ سَوْفَ يُعْطَوْنَ عَنْهَا حِسَابًا يَوْمَ الدِّينِ"؟ (مت ١٢: ٣٦) فكم وكما إذا تلفظنا بكلام جارح مسيء للآخر.

وكلمة أخرى أهمس بها إليك: الإدانة إذا لم تقاومها بشدة ربما تصبح عندك عادة. وتجد سهولة في أن تطلق لسانك على كل الناس، وتعتاد على ذلك، وأنت لا تدري، أو ربما وأنت تدري. والناس بصراحة لا يحبون هذا الشخص، بل ينفرون منه ويتفادون الجلوس معه. فلماذا تخسر نفسك وتخسر أصدقاءك؟! ما الصعوبة في أن يلجئ الإنسان لسانه؟!.

يقول معلمنا يعقوب الرسول في رسالته الإصحاح الثالث الذي يخصه كله عن اللسان وخطورته: "إِنَّ كَانَ أَحَدٌ



لَا يَغْتَرُّ فِي الْكَلَامِ فَذَاكَ رَجُلٌ كَامِلٌ، قَادِرٌ أَنْ يُلْجِمَ كُلَّ
الْجَسَدِ أَيْضًا... هَكَذَا اللِّسَانُ أَيْضًا، هُوَ عُضْوٌ صَغِيرٌ وَيَقْتَحِرُ
مُتَعَظِّمًا... وَأَمَّا اللِّسَانُ فَلَا يَسْتَطِيعُ أَحَدٌ مِنَ النَّاسِ أَنْ يُدَلِّلَهُ.
هُوَ شَرٌّ لَا يُضْبَطُ، مَمْلُوءٌ سُمًّا مُمِيتًا".

٨- الإدانة تولد خطايا أخرى كثيرة:

الإدانة تولد الغضب والتحزبات والبغضة والحقد
والضغائن، وتتسبب في احتقار الآخرين والاستهتار
بمشاعرهم، وتفرق بين الناس. كما أنها تخلي القلب من نعمة
الله لأنها تدفع إلى الكبرياء والغطرسة. وتسجس الضمير
وتشوش الأفكار. حتى ولو لم يفصح اللسان عن أفكار الإدانة
فهى خطية في الفكر يجب محاربتها والاعتراف بها كخطية.
ذلك أن خطية الإدانة هى من خطايا الفكر المعروفة. يقول
معلمنا يعقوب الرسول: "لَأَنَّهُ حَيْثُ الْعَيْزَةُ وَالتَّحَزُّبُ هُنَاكَ
النَّشْوِيشُ وَكُلُّ أَمْرٍ رَدِيءٍ" (يع ٣: ١٦).





كما أن الإدانة لا تعالج الخطأ إنما تزيد وتفاقمه. الإدانة تنحصر في الشخص وتضر بسمعته. يقول الكتاب عن السيد المسيح: "قَصَبَةٌ مَرْضُوضَةٌ لَا يَهْصِفُ وَفَتِيلَةٌ مَدْحَنَةٌ لَا يُظْفِئُ" (مت ١٢: ٢٠). لكن الإدانة تفعل عكس ذلك، وربما تدفع المخطئ إلى التماهي في خطئه إما بدافع العناد أو من قبيل عدم المبالاة. إذا افترض أمر إنسان ربما يدفعه ذلك إلى التماهي في خطئه. إذا ضايقك شخص، الأفضل أن تعاتبه بينك وبينه بمحبة وتفهم منه حقيقة الأمر. وبذلك تدفعه إلى الاعتذار وإلى تقويم خطئه.

جدير بالذكر أيضاً أن تفادي المخطئين والأشرار تجنباً لشراً لا يعتبر إدانة طالما لم نشهر بهم، إنما ذلك يكون من قبيل الحكمة والهروب من الشر. "الَّذِي يُنْصِرُ الشَّرَّ فَيَتَوَارَى" (أم ٢٢: ٣، ٢٧: ١٢).



٩- الإدانة حرب ولها علاجها:

الإدانة حرب من حروب الشيطان المعروفة جداً، ولقد تحدث القديسون كثيراً عن دوافعها وأسبابها ونتائجها وطرق مقاومتها. ونصحوا أن يفكر الإنسان خطاياه فلا يسقط في الإدانة. وأن الإنسان يلتمس العذر للمخطئين ويقول: "لعلي لو كنت مكانه لفعلت أسوأ منه". وكذلك ينصحونا بالصلاة لأجل المخطئين بدافع محبتنا لهم. وأن نعتبرهم كمرضى روحيين أولى بالشفقة والحنو عن القسوة والعنف.

ويقولون: "إن الذي يذكر خطاياه الخاصة ينساها له الله، والذي يغفل خطاياه الخاصة يذكرها له الله". لذلك إذا كنا ضعفاء أمام روح الإدانة فلنعتبرها حرب من الشيطان ونقدم عنها توبة جادة ونحاول علاجها بنعمة الله.

علينا أن نسيطر أولاً على حواسنا وبالأخص العين والأذن واللسان، فلا نفحص تصرفات الناس، ولا ننصت إلى



حديث الإدانة ومسك السيرة، ولا نشترك باللسان في ذلك. ثم نحاول تنقية الفكر من الإدانة بالهروب من الفكر وانشغاله في الصلاة. ولعل "صلاة يسوع": "يا ربّي يسوع المسيح ابن الله ارحمني أنا الخاطيء"، تنقذنا سريعاً من مدهامة أفكار الإدانة. ثم بعد ذلك علينا أيضاً أن نلجّم ألسنتنا ونتدرب على أن لا تخرج كلمة رديئة على أحد من أفواهنا. يقول بستان الرهبان: "اجعل سيرة الأخوة حلوة في فمك".

إذا نحن واطبنا على محاسبة النفس والتدقيق في الأفكار والكلام، سوف نرصد هذه الخطية ونبدأ بمحاربتها. في حرب الأفكار يكون الهروب دائماً أفضل من مواجهة الحرب. ولنعلم أن كثيرين تابوا في نهاية حياتهم وصاروا من القديسين. مثال ذلك اللص اليمين، والقديس الأنبا موسى الأسود، ومريم المصرية وبائيسة وأغسطينوس وغيرهم كثيرين. فإذا نحن حكمنا على الناس في مرحلة خطاياهم، نكون من الظالمين لأن باب التوبة مفتوح أمامهم طوال العمر.





ولنعلم أيضًا أن جميع الخطايا مكروهة أمام الرب، فإذا نحن سقطنا في الإدانة، ما هو فضلنا على من أخطأ أية خطية أخرى؟! الخطأ لا يُعالج بخطأ آخر. والنار لا تطفئها النار بل الماء.

لقد تأمل أحد القديسين في لعازر المسكين في مثل "الغني ولعازر" (لو ١٦: ١٩-٣١) وقال: "إننا لا نجده قد فعل فضائل كثيرة سوى أنه لم يدين الغني ولم يتذمر على حاله رغم أنه كان ينظر شرور ذلك الغني أمام عينيه كل يوم".

ولا ننسى ذلك الراهب الذي كان إلى حد ما متهاونًا في قوانينه الرهبانية، والذي وجدوه في لحظة مفارقتة للجسد متفائلًا مبتسمًا. وعندما تعجبوا لذلك، قال لهم ذلك الراهب: "أنا أعرف تهاوني إلا أنني دققت في فضيلة واحدة حتى أتقنتها تمامًا وهي عدم الإدانة. وبذلك سوف أقف أمام الله وأقول له أنا لم أذن أحداً قط فسامحني أنا كذلك ولا تدينني". وبهذا تعزى الجميع وتعلموا درسًا مفيدًا.





تعلم من السيد المسيح كيف كان يتعامل مع الخطاة.
كيف تعامل مع المرأة الخاطئة في بيت سمعان الفريسي،
والمرأة التي أمسكت في ذات الفعل، وكيف تعامل مع زكا
ومع السامرية ومع اللص اليمين، وكيف تعامل بالرفق مع
بطرس بعد انكاره، وكيف قيل عنه أن كان "مُحِبًّا لِلْعَشَّارِينَ
وَالْخُطَاةِ" (مت ١١: ١٩، لو ٧: ٣٤) وكان يأكل معهم ويزورهم
في بيوتهم.

كذلك إذا أردت النصر على حرب الإدانة احفظ آيات
من الكتاب المقدس تحصنك على ذلك، واحفظ بعض من
أقوال الآباء القديسين في هذا الصدد.





١٠ - آيات وأقوال القديسين:

أولاً: الآيات:

✱ "لَئِنْكَ أَنْتَ بِلَا عُذْرِ أَيُّهَا الْإِنْسَانُ كُلُّ مَنْ يَدِينُ. لَئِنْكَ فِي مَا تَدِينُ غَيْرَكَ تَحْكُمُ عَلَى نَفْسِكَ. لَئِنْكَ أَنْتَ الَّذِي تَدِينُ تَفْعَلُ تِلْكَ الْأُمُورَ بِغَيْرِهَا!. وَنَحْنُ نَعْلَمُ أَنَّ دَيْثُونَةَ اللَّهِ هِيَ حَسَبُ الْحَقِّ عَلَى الَّذِينَ يَفْعَلُونَ مِثْلَ هَذِهِ. أَفَتَعْظُنْ هَذَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ الَّذِي تَدِينُ الَّذِينَ يَفْعَلُونَ مِثْلَ هَذِهِ وَأَنْتَ تَفْعَلُهَا أَنْتَ تَنْجُو مِنْ دَيْثُونَةِ اللَّهِ؟. أَمْ تَسْتَهِينُ بِغَيِّ لُطْفِهِ وَإِمَهَالِهِ وَطُولِ أَتَاتِهِ غَيْرِ عَالِمٍ أَنَّ لُطْفَ اللَّهِ إِنَّمَا يَفْتَعَادُكَ إِلَى التَّوْبَةِ؟" (رو ١: ٤-٢)

✱ "مَنْ أَنْتَ الَّذِي تَدِينُ عَبْدَ غَيْرِكَ؟ هُوَ لِمَوْلَاهُ يَثْبُثُ أَوْ يَسْقُطُ. وَلَكِنَّهُ سَيُثْبِتُ لِأَنَّ اللَّهَ قَادِرٌ أَنْ يُثَبِّتَهُ" (رو ١٤: ٤).

✱ "وَأَمَّا أَنْتَ فَلِمَاذَا تَدِينُ أَحَاكَ؟ أَوْ أَنْتَ أَيْضًا لِمَاذَا تَزْدَرِي بِأَخِيكَ؟ لَأَنَّنَا جَمِيعًا سَوْفَ نَقِفُ أَمَامَ كُرْسِيِّ





المسيح... فإذا كُلُّ وَاحِدٍ مِنَّا سَيُعْطِي عَنْ نَفْسِهِ حِسَاباً لِلَّهِ.
فَلَا تُحَاكِمُوا أَيْضاً بَعْضُنَا بَعْضاً" (رو ١٤: ١٠-١٣).

❖ "لَا يَذُمُّ بَعْضُكُمْ بَعْضاً أَيُّهَا الإِخْوَةُ. الَّذِي يَذُمُّ أَخَاهُ
وَيَدِينُ أَخَاهُ يَذُمُّ النَّامُوسَ وَيَدِينُ النَّامُوسَ. وَإِنْ كُنْتَ تَدِينُ
النَّامُوسَ فَلَسْتَ عَامِلاً بِالنَّامُوسِ... فَمَنْ أَنْتَ يَا مَنْ تَدِينُ
غَيْرَكَ؟" (يع ٤: ١١، ١٢).



ثانياً: أقوال الآباء:

❖ يقول القديس دوروثيوس الغزاوي: "إنه لا شيء أسوأ من الإدانة. لأن الإنسان بسببها يتقدم إلى شرور ويسكن في شرور. فمن دان أخاه في قلبه وتحدث في سيرته بلسانه، وفحص في أعماله وتصرفاته وترك النظر فيما يصلح ذاته، وانشغل عما يلزمه بما لا يلزمه من الأمور التي ينشأ عنها الازدراء والنميمة والملامة والتعيير، حينئذ تتخلى المعونة الإلهية عنه فيسقط في ما أدان أخاه عليه".

❖ دُعي مرة القديس الأنبا موسى الأسود لمحاكمة أحد الأخوة، فذهب إلى الدير يحمل كيساً مخروماً ممتلئاً بالرمل والرمل ينزل من وراءه، ولما سأله ما معنى هذا، قال: "هذه خطاياي تجري وراء ظهري ولقد حضرت اليوم لأحاكم غيري على خطاياي". فانفض المجلس ولم يحاكموا ذلك الأخ.

❖ يقول مار إسحق السرياني: "استر على الخاطئ من غير أن تنفر منه لكيما تحملك رحمة الله. فمن كان



ضميره دائماً منشغلاً بالصالحات لا ينظر إلى نقائص قريبه. ومن يزيل من ضميره هفوات قريبه يزرع السلام في قلبه".

❖ يقول القديس باخوميوس: "لا تحتقر أحداً

من الناس ولا تدينه ولو رأيتَه ساقطاً في الخطيئة، لأن الدينونة تأتي من تعاضم القلب. أما الملتضع فيعتبر كل الناس أفضل منه. فبأي حق تدين عبداً ليس لك؟ فإن سقط دعه لربه، فربه قادر أن يقيمه".

❖ يقول أنبا إشعياء الأسقيطي: "إذا سمعت إنساناً

يدين غيره فلا تستح منه أو توافقَه لئلا يغضب الله. لا تقبل أن تسمع ضعفات أخيك أو تلومه وإلا فأنت هالك. إذا انشغلت عن خطاياك وقعت في خطايا أخيك".

❖ يقول القديس نيلوس السينائي: "تنهد على قريبك إن

أخطأ كما تنهد على نفسك لأننا كلنا تحت الزلل".



إصدارات المؤلف

كتب

+ الأبوّة الروحية	+ الحرارة الروحية (ترجمة)	+ تربية الأطفال (ترجمة)
+ طفولة يسوع المسيح (ترجمة)	+ رسائل رهبانية (ترجمة)	+ الغني والفقير (ترجمة)
+ الأب إيسيدور (ملح الأرض)	+ الرسائل السبع للملائكة الكنائس السبع التي في آسيا	
+ الأوّاني الخزفية "الصلاة الفردية" (ترجمة)	+ الميامر النسكية لمار إسحق السرياني (طبعة دير البرموس)	

كتيبات

+ القديس يوسف النجار	+ صلاة يسوع (طبعة مزبدة)	+ القوة
+ قصة السقوط في الخطية	+ القانون الروحي	+ الرحمة
+ كرامة الجسد والأمراض	+ حياة القداسة	+ التسبّيح
+ تأملات في مثل الابن الضال	+ حياة التسليم (طبعة مزبدة)	+ الشهداء
+ تحويل الصياد إلى تابع للمسيح	+ مجروح في بيت أحبائه	+ الصمت المقدس
	+ كرامة المرأة قديماً وحديثاً	+ الغضب والإدانة
	+ مهارات في حل المشكلات الزوجية (طبعة مزبدة)	

ثبّات

+ عمانوئيل	+ أخلى ذاته	+ الصوم	+ محاسبة النفس
+ من كنوز الآباء عن العذراء مريم		+ السقوط	+ المسيح بكر القائمين من الأموات

تحت الطبع

+ ميزان القلب	+ نساك معاصرون على جبل أثوس (جزءان)	+ باقة ورود من تعاليم الآباء
+ حمامة البرية	+ أمهات راهبات من روسيا	+ شهداء روسيا
+ الصلاة الربية	+ الأب غبريال	+ الأم أناسيا
+ الفيلوكاليا الروسية الصغيرة ج ١	+ الإرشاد الروحي	+ اعترافات الأم تريزا "قديسة كالكوتا"
+ الفيلوكاليا الروسية الصغيرة ج ٢	+ العيش ببساطة للقديس يوحنا ذهبي الفم	
+ التطويبات	+ ليس حب أعظم من هذا "تعاليم وإرشادات الأم تريزا (أم الفقراء)"	





الكلام

مرآة لحالة القلب

من الداخل.

يبدأ الغضب والإدانة

بفكرة صغيرة وربما

تكون عابرة.

ثم تتخذ تلك الفكرة

صورة أكثر شمولاً وثباتاً،

إلى أن تتحول إلى قناعة

مؤكدة. إذا لم تحارب

الفكرة من بدايتها

سوف يقودك ذلك إلى

الغضب والإدانة.

تطلب من مطرانية الأقباط الأمر ثوذكس بالإسماعيلية

٠١٢٢٧١٥٠٢٤٢ - ٠١٢٢٤٦٢٦١٤١

قرش جني