

الحربُ اللّامنظورةُ

نقله

إلى العربيّة

الاب

منيفُ حمصي

**1991**

جميع الحقوق محفوظة

طبعة اولى

**1991**

الاهـداء

إلى:

- قدس الأب الفاضل الارشمندريت افرام كريباكوس المحترم
- قدس الأب الفاضل جورج عطية وعائلته
- الاخ المحامي اسكندر ورد وعائلته
- الأخ المحامي انطوان ورد واهله
- الدكتور عدنان طرابلسي

سائلاً لهم جميعاً

الخير والبركة والدعاء

الأب

منيف حمصي

كاهن بلدة عفصديق.

الفهرس

- حياة واعمال القديس نيقوديم.....
- كلمة للشيخ الناس القديس نيقوديم الاثوسي.....
- كلمة المعرب.....

### القسم الاول

- الفصل الأول: ما هو الكمال المسيحي؟ الحرب ضرورية لاكتسابه. امور أربعة لا غنى عنها للنصرة في هذه الحرب.....
- في عدم الثقة بالنفس في أي شيء.....
- في الثقة والرجاء بالله فقط.....
- في كيف يعرف المرء أنه يضع ثقته بالله ولا يتكل على ذاته.....
- في ضلال الذين يزعمون ان الافراط في الغم فضيلة.....
- في أمور أخرى بها تصير الثقة بالله كاملة، مع عدم الاعتماد على الذات.....
- في كيفية ترويض الذهن لوقايتة من الجهل.....
- في بواعث التمييز الصحيح وكيفية معرفته.....
- في حراسة النوس من المعرفة الكثيرة غير النافعة والفضول المجنون.....
- في كيف نروض نواتنا كي يكون لها هدف واحد مطلق هو ارضاء الله في الأمور الخارجية والداخلية.....
- بعض الأفكار التي يمكن أن تدفع ارادتنا نحو الرغبة في ارضاء الله في كل عمل ونشاط.....
- في الرغبات الكثيرة وفي الشهوات التي في الانسان والحرب التي بينها.....
- في كيف تحارب ضد الارادة الحسية البهيمية. وفي الضروري من التدريب كي تكسب الارادة خبرة في الفضائل.....
- ماذا تفعل ان اظهر العدو أن الارادة السامية خاضعة بالكلية لإرادة الأدنى.....

- ينبغي أن تستمر الحرب بلا انقطاع وبشجاعة.....
- في كيف يستعد جندي المسيح للمعركة في الصباح.....
- بأي ترتيب ينبغي ان تحارب اهواءك.....
- في كيفية محاربة ضغوطات الاهواء المفاجئة.....
- في كيفية الجهاد ضد الاهواء الجسدية.....
- في كيف تغلب الالهال والتراخي.....
- في ضبط الحواس الخارجية وحسن استخدامها.....
- في ان المواضيع الحسية ذاتها التي حولها دار كلامنا، يمكن أن تكون وسائل وادوات نضبط بها حواسنا جيداً ان تمكنا بها من - التأمل في تجسد الله الكلمة، وفي أسرار حياته وآلامه وموته.....
- في كيف تترجم الانطباعات الحسية إلى دروس مفيدة.....
- دروس عامة في كيفية استخدام الحواس.....
- في ضبط اللسان.....
- في كيفية تقويم الخيال والذاكرة.....
- يتوجب على جندي المسيح الذي يرغب بحق ان يهزم اعداءه أن يتحاشى كل عوامل الاضطراب في القلب.....
- ماذا نعمل عندما ننجرح في المعركة.....
- في نظام الحرب الذي ينتهجه العدو ضدنا في الحرب الروحية، وكيف انه يضل الناس بحيل داخلية مختلفة.....
- في كيف يثبت الشيطان الخطأة في عبودية الخطيئة.....
- في كيف يستبقي الشيطان أولئك الذين تحققوا من فداحة حالهم فرغبوا بالانعتاق الا انهم لا يتحركون. وما هي الأسباب التي تحول دون تحقيق نوايانا الحسنة اجمالاً.....

- في حيل العدو التي يستخدمها ضد الذين شرعوا في السير في الدرب الصحيح.....
- في كيف يبعد الشيطان الانسان عن الأمور الصالحة ويفسدها.....
- في كيف يحول العدو الفضائل ضد الذين يمارسونها.....
- نصائح نافعة لغلبة الاهواء و اكتساب الفضيلة.....
- في ترتيب اكتساب الفضائل.....
- ما هي الاستعدادات المطلوبة لاكتساب الفضائل عموماً و كيف يكون التدريب من أجل كل واحدة منها.....
- يجب ممارسة الفضيلة بثبات واجتهاد.....
- على المرء أن لا يتجنب الفرص التي تصادفه من أجل أعمال الخير.....
- على المرء أن يحب الفرص الصعبة من أجل ممارسة الفضيلة.....
- التقدم في فضيلة واحدة في ظروف مختلفة.....
- كم من الوقت ينبغي على المرء ممارسة الفضيلة، وما هي علامات تقدمه فيها.....
- ينبغي على المرء أن لا يرغب بشدة في الانعتاق من هجمات الضيقات، بل يجب أن يسلم ذاته لله و لمشيئته.....
- التنبيه ضد مشورات الشيطان الشريرة فيما يختص بالأعمال الصالحة.....
- في أن دينونة الآخرين القاسية تتأتى من تقدير رفيع لذواتنا ومن تحريض ابليس عليها. وكيف تكون النصره على نزوعنا إلى دينونة الآخرين.....
- في الصلاة.....
- ما هي الصلاة الذهنية أو الداخلية وما هي أنواعها؟.....
- كيف تتعلم الصلاة على هذا النحو؟.....
- في الصلاة المرتجلة.....
- في الصلوات القصيرة والتنهيد إلى الله.....

- في صلاة يسوع.....
- أمور تساعد على النجاح في اكتساب عادة الصلاة.....
- دور الصلاة في الحرب غير المنظورة.....

### القسم الثاني

- في سر الشكر الكلي القداسة.....
- في كيف ينبغي على المرء أن يشترك في سر الشكر المقدس أو كيف يشترك بالمسيح ربنا عبر الأسرار وعلى نحو سرّي.....
- كيف تضرم محبة الله في النفس بالولوح إلى عمق سر الشكر.....
- الشركة في الروح.....
- في رفع الشكر لله.....
- في التسليم لمشيئة الله.....
- في دفء القلب و برودته وجفافه.....
- في حراسة الضمير وفحصه.....
- في الاستعداد للمعركة ضد العدو في ساعة الموت.....
- التجارب الأربع الآتية من العدو في ساعة الموت: التجربة الأولى هي ضد الايمان. وما هي السبل للنصرة في هذه التجربة؟.....

### 1- ضد الايمان.....

- التجربة الثانية.....
- التجربة الثالثة.....
- التجربة الرابعة.....
- السلام الروحي في القلب.....
- في وسائل حفظ السلام الداخلي.....

- سلام القلب يبني شيئاً فشيئاً.....
- من اجل حفظ سلام القلب، على المرء أن يتحاشى الامجاد ويحب التواضع والفقر....
- من الضروري أن تبقى النفس سجيئة ذاتها ان توقعت أن يجود عليها الرب  
بالسلام.....
- في المعنى الحسن في أعمال محبة القريب من أجل سلامك أنت.....
- عندما تتخلى النفس عن ذاتها عليها أن تسلّم أمرها لله.....
- اطلب الله فقط، لا التعزيات والمسرات.....
- لا تخف عندما ينسحب السلام الداخلي أو يتوقف.....
- كثيرة هي حيل العدو التي بها يتلف سلامنا الداخلي. فتيقظ.....
- على المرء أن لا يضطرب أمام فقط الأحاسيس الروحية أو التجارب الداخلية  
الأخرى.....
- لخيرنا هي كل تجربة.....
- علاج الغم الناجم عن مخالفات صغيرة وضعفات.....
- في انه ينبغي على الانسان المضطرب والحزين أن يوطد السلام في نفسه على  
الفور.....

\* \* نبذة عن حياة القديس ثيوفان الحبيس



## القديس نيقوديم الآثوسي

### حياته و كتاباته

ولد القديس نيقوديم الآثوسي في جزيرة ناكسوس **Naxos** سنة **1747** من أب يدعى أنطونيوس و أم تدعى أنسطاسيا. اسمه في العالم نيقولاوس. كان والد نيقولاوس ذا شأن في تلك الايام، تقياً ورعاً، تعاون مع زوجته انسطاسيا على تربية أولادهما على مخافة الرب، والسلوك بمقتضى مشيئة الله. لنيقولاوس (القديس نيقوديم) أخ يدعى بطرس. أخبرنا أنه كان يمسك بيده فيذهبان معاً برفقة الأهل إلى الكنيسة. في الكنيسة كان الشقيقان يساعدان كاهن الجزيرة في شؤون الهيكل أثناء القداس الإلهي، و كانا في الوقت نفسه يساعدان في الترتيل والقراءة والإنشاد. ليس عندنا معلومات البتة عن أخيه بطرس، هل مات، أم تزوج و انتقل ألي مكان آخر.. جل ما في الأمر أننا سمعنا عنه بشكل موجز في إحدى كتابات القديس نيقوديم دون أن يغني ذلك من معلوماتنا عن بطرس.

بعد موت أبيه أنطونيوس، ترك نيقولاوس العالم و مضى إلى جبل آثوس حيث صار راهباً يحمل اسماً جديداً هو نيقوديم **Nicodimus**. أما والدته أنسطاسيا فقد توجهت إلى دير نسائي على اسم القديس يوحنا الذهبي الفم يقع في إحدى أطراف الجزيرة النائية **Naxos** ، حيث صارت راهبة تحمل اسم ( أغاثي = أي صالحة).

ما إن حطّ به الرحال في آثوس، حتى طاف في الجبل و استقر في النهاية في دير القديس ديونيسيوس ليبدأ حياته الملائكية. وما هي إلا فترة قصيرة، حتى تقدم ولمع بالفضائل، و تميز بالطاعة و اشتهر بحب الصلاة القلبية (1) ، فكان رجل الصلاة، يتكلم عليها بفرح و في كل المناسبات. والذي يقرأ كتاباته، يلاحظ أنها لا تخلو البتة من لهفة و التفاته واضحة إلى ضرورة الصلاة و حلاوتها.

لم يكن القديس نيقوديم إنساناً أمياً، بل كان مثقفاً كبيراً و عارفاً علوم عصره. فكان ذا عقل علمي، و فكر ثاقب خلاق. وكان إلى جانب ذلك ، يتمتع بأخلاق عالية تندر بين بني البشر.

تلقى القديس نيقوديم علومه الأولى، منذ أن تفتح على الحياة، على يد كاهن رعيته، الأرشمندريت خريسانثوس (الزهرة الذهبية)، الذي كان أستاذاً في مدرسة الجزيرة **Naxos** . ولما بلغ الخامسة عشرة من عمره، أرسلته أمه

انسطاسيا إلى مدينة أزمير (تركيا)، إلى مدرسة داخلية تعرف باسم (المدرسة الإنجيلية)،

## The Jesus prayer

وكانت بحق على المستوى اللائق بين مدارس ذلك الزمان. أعجب نيقوديموس القديس لا سيما بمدير المدرسة القدير ايروثيوس بولسام. وفي تلك المدرسة التقى نيقولاوس (نيقوديم لاحقاً) رفيق الدراسة غريغوريوس السادس بطريرك القسطنطينية. كان نيقولاوس مثال الطالب الخلق النجيب والمجتهد، أحب العلم جداً و انكبّ على التحصيل بكل جوارحه. درس اللاهوت والآداب واللغات الأجنبية. ويقال أنه تعلم الانكليزية أيضاً. كان باختصار رجل الحكمة والفضيلة معاً. ثم إن مدير مدرسة أزمير، طلب منه أن يُعِدّ نفسه لخلافته على إدارة المدرسة و شؤونها، لكن نيقولاوس رفض عرضه بلطف، فنار الشوق الإلهي كانت تستعر في داخله، وكانت أنظاره تتطلع إلى آثوس.

كان في نفس نيقولاوس الشاب حنين لا يوصف إلى حياة الصلاة و السكينة، وقد رغب من كل قلبه في أن يكرس حياته لله. لقد أحب القول الآبائي الشهير: "مغبوطة عيشة أهل البراري لأنهم بالعشق الإلهي يتطايرون دائماً".

في تلك الأثناء ، اضطر نيقولاوس أن يعود إلى جزيرة ناكسوس بسبب اندلاع الحرب بين روسيا و تركيا في صيف 1770. فعاد إلى مسقط رأسه ناكسوس، وهناك أوكل إليه الطران أنثيموس مهمة إدارة ديوان المطرانية وجعله كاتباً عنده و أمين سره. فقام نيقولاوس بيفذ المهمات الموكولة إليه، بجدّ وغيرة و اخلاص. وخلال الخمس السنوات التي قضاه في ديوان المطرانية تقرب من كتابات الآباء القديسين والنصوص النسكية الأرثوذكسية، فالتهب قلبه من جديد وتحركت فيه الدعوة الرهبانية. تعرّف نيقولاوس إلى الأسقف مكاريوس القديس مطران كورنثوس، الرجل القديس الذي فتح نفس نيقولاوس على السيرة الملائكية وحلاوتها. وكان بنتيجة اتصاله بهذا الأسقف أن وطّد العزم على الرحيل إلى آثوس، فقام يودّع والدته أنسطاسيا، ثم حمل حقيبته وتوجّه إلى الشيخ (Starets) سلبستروس للتبرّك، فحمّله ذاك بعض الرسائل إلى القديسين في آثوس.

وصل نيقولاوس إلى آثوس سنة 1775 وكان ابن ست وعشرين سنة. نزل على دير القديس ديونيسيوس أخواً مبتدئاً. ومنذ وصوله تحوّل اسمه إلى نيقوديم Nicodimus الاسم الذي طبقت شهرته الآفاق، فيما بعد، نظراً لعلمه و غزارة كتاباته الروحية ونوعيتها.

وفي الدير تدرّج نيقوديم في الفضائل، فبدأ قارئاً، ثم كاتباً. كان الراهب نيقوديم صاحب قلم سيّال، وفكر دفاق، وروحانية مشرقة، فوضع كتابه الأول وسمّاه (فيلوكاليا الآباء النساك). وبعد فترة وجيزة وضع كتاباً آخر سمّاه أقوال

الآباء الشيوخ، ثم ألحقه بثالث سمّاه (المنالوة المتواترة)، ودفع بهذه الكتابات كلها إلى مطران كورنثوس مكاريوس الذي كان في زيارة للجبل المقدس (آثوس) بغية الاستحمام الروحي و التبرّك من الآباء القديسين. فما أن تسلّم المطران مكاريوس هذه الكتابات و طالعها، حتى وعد نيقوديم بطباعتها فور عودته.

لم يكن نيقوديم رجل القلم والفكر فقط، بل كان إلى جانب ذلك، رجل المحبة والجهاد والصلاة وكل الفضائل. وبسبب عشقه لحياة الصلاة، وموهبته الفكرية، وقدرته على الكتابة، فقد وضع كتاباً رابعاً يعتبر بحق درّة ولؤلؤة في كل أنحاء العالم الأرثوذكسي، سمّاه (الاعتراف) فجاء هذا الكتاب وسواه من كتابات القديس نيقوديم، ليُلبي حاجة، ويسدّ فراغاً عند المعرّفين و المعترفين معاً، لاسيما و أن الأبوة الروحية ركيّزة أساسية في مدمك التقليد الأرثوذكسي الشريف **Holy Tradition**. ثم ما لبث نيقوديم أن وضع بعد حين كتاباً آخر في تفسير رسائل القديس بولس، و آخر في تفسير كتاب المزامير. ثم أضاف كتاباً آخر سماه (بستان النعم) شرح فيه، مطوّلاً، التسع الأدوية في صلاة السحر.

إن حياة النسك الشديد، و شظف العيش، وحسد الأعداء المقربّين والبعيدين، تضافرت معاً على هدم صحته، فاعتلّ، لكنه رغم هذا ظلّ مواظباً على الصلاة بغيره منقطعة النظير، وتمكّن، في مرضه، من وضع كتاب جديد سماه (اعتراف الايمان).

في نهاية حياته، ومع اقتراب موعد رحيله، خارت قواه، ودبّ إليه المرض ناشباً برائنه فيه، وضرب الشيب رأسه، وخف سمعه، وضعف عزمه رغم أنه لم يكن قد تجاوز الستين من العمر. ولم تمض فترة من الزمن حتى سُلت يميناه، فأدرك أن النهاية باتت وشيكة، و أن الرحيل قريب. والروحانيون لا يهابون الموت هذا الضيف العزيز فهو جسرههم إلى الله، وهم منذ بداية حياتهم في الروح، يحيون في انتظار الموت، وأدبهم النسكي مهمور بذكر الموت (**Memory of death**) فليس من حياة روحية بدون قاعدة الموت، فالموت عندهم أساس الحياة. وهكذا طلب نيقوديم مقابلة الأب الروحي، فكان له ما أراد. ولما امتثل ذلك في حضرة هذا الشيخ الجليل الممدد على فراش الموت، انبرى نيقوديم يبوح له بكل مكنونات قلبه، على نحو يندر بين البشر. وفي الثالث عشر من تموز، ساءت حاله و تراجعته صحته، وخفت صوته و غار النور في عينيه، وضربته رجفة تجلّت في كل جسمه. في تلك اللحظة الرهيبة وقف واحد من الموجودين في المنسك وقال : هل أنت في هدوء يا أبت؟ وكان جواب الأب القديس : كيف لا أكون في الهدوء (**Hesy chia**) وقد جعلت المسيح في مركز حياتي، وكل حياتي، وغاية وجودي؟ هذه كانت آخر كلمات

نطق بها هذا الفم الطاهر. وفي صبيحة الرابع عشر من تموز، غادر هذه الفانية إلى العالم العلوي، بعد حياة في الجسد عاشها يغيب من فيض النعمة الإلهية. فتمت الصلاة على جثمانه وفق عادة الدير وتقاليده، ثم دفن في منسك سكورتى، باحتفال رهباني ليتورجي مهيب. وما تزال هامته إلى اليوم في المكان الذي دفن فيه. رقد بالرب في 14 تموز سنة 1807.

للقدّيس نيقوديم شهرة طبّقت الآفاق في حدود آثوس و خارجه فلا يكاد اسمه يطرح في أوساط اللاهوتيين والرهبان إلا ويقوم من يتكلم على لاهوت نيقوديم وسيرته وقداسته. لقد طبعت في أرجاء العالم الأرثوذكسي أجزاء كثيرة من مؤلفاته، ونقل بعضها إلى الروسية والإنكليزية والفرنسية والألمانية والايطالية بما فيها الرومانية والتركية أيضاً. وقامت البطيركية المسكونية سنة 1955 باعلان قداسته بعيد قرن ونيّف على رقادہ. ما يزال هذا القدّيس إلى اليوم في ضمير المؤمنين، لا سيما أحبّاء اللاهوت والروحانية الأرثوذكسية. كانت حياته مرآة تعكس الجمالات الفردوسية وتشهد بالمذاقة أن عذابات الأرض لا تقاس بأفراح السماء. إنه وجه معاصر لفتح النعمة الإلهية، فسطع التراب فيه وتجلّى.

#### كتاباتہ:

مع كبير الحزن نقول بأن جزءاً ضئيلاً من أعماله قد ضاع. لكن لحسن الحظ، إن معظم كتاباته ما تزال محفوظة، فبعضها قيد الطبع، والبعض الآخر تحت أكوام من التراب، و آخر صدر بحلة رائعة تشهد في الشكل و المضمون على روعة الفكر النسكي والأدب الروحاني، يبقى أن نقول بأن ما طبع حتى الآن يعتبر في ذاته كنزاً رائعاً وتراثاً فريداً وتحفة أرثوذكسية آثوسية لا تُنسى.

فما هي أعماله؟

1- في التفسير:

1- تفسير كتاب المزامير (مجلدان - 1200 صفحة).

2- تفسير رسائل القديس بولس (ثلاث مجلدات 1350 صفحة).

3- الرسائل الجامعة (كتاب في 370 صفحة).

2- في القانون الكنسي:

1- تفسير القوانين الموجودة في البيزاليون (789 صفحة).

2- قوانين الاعتراف (400 صفحة).

3- في النسك والاخلاق و التصرف:

1- فيلوكاليا الآباء النساك (5 مجلدات).

2- أقوال الآباء الشيوخ (نصوص، وسير، و آباء، ونسكيات) وهذه تقع في 4 مجلدات ضخمة.

3- في المناولة المتواترة (288 صفحة).

4- في الإرشادات الروحية، كتاب يقع في 220 صفحة يتناول موضوع حفظ الحواس الروحية الخمس.

5- كتاب عن البارّ ملاطيوس المعترف (225 صفحة).

6- تعريف بكتابات القديس سمعان اللاهوتي الجديد، ومدخل إلى قراءته. وهو كتاب كبير يقع في (758 صفحة).

7- تعريف بالأب القديس غريغوريوس بالاماس وبكل كتاباته (3 مجلدات ضخمة) لم يحفظ لنا الدهر منها سوى

المقدمة فقط.

8- كتاب الحرب غير المنظورة (276 صفحة).

9- كتاب الرياضات النسكية (608 صفحات)، وقد أكسبه شهرة عالمية في الأدب النسكي.

10- حقيقة يسوع المسيح، درّة فريدة ولؤلؤة روحية (395 صفحة).

11- كتاب يتناول حياة القديسين برصوفوريوس ويوحنا يتناول فيه القديس نيقوديم أسئلة روحية شائكة و مشاكل كنسية عالقة ويرد عليها ببساطة وعمق نادرين ويقع في (855 صفحة).

#### 4- في سير القديسين :

1- قائمة بسير باقة من الأبرار والقديسين (مجلد واحد).

2- قديسون شهداء معاصرون (مجلد واحد).

3- سير قديسين على مدار السنة (3 اجزاء ضخمة).

4- كتاب يمدح فيه شخصية القديس يوحنا الذهبي الفم.

#### 5- في الليتورجيا :

1- شروحات قانونية ليتورجية عن والدة الإله مريم العذراء، هي بمثابة تفسير لكل القوانين الكنسية التي وضعتها المجامع حول مريم والدة الإله.

2- كتاب الأفخولوجي.

3- كتاب مزامير خاص بصلوات الأديار.

4- بستان النعم \_ هو بمثابة شروحات مستفيضة للأدوية التسعة ويقع في (357 صفحة).

5- كتاب الأعياد السيدية، يتناولها كلها بشروحات رائعة متسلسلة وتقع في 1500 صفحة موزعة على مجلدين.

6- كتاب (السلم الجديد) هو بمثابة شرح مستفيض لكل قطع الأنافثمي باللحن الثامن (يقع في 390 صفحة).

#### 6- في الكتابات التسببوية Hymnography

1- هي بمثابة 51 كتاباً ضخماً يتناول فيها بالتفسير والشرح صلوات السحر و الغروب و البراكليسي.

#### 7- رسائل Epistles

1- رسائل روحية.

2- رسائل بمثابة إرشادات.

3- رسائل إلى أحبباء خارج الجبل المقدس ويبلغ عددها قرابة 79 رسالة طويلة تربو الواحدة منها على 60 صفحة.

#### 8- في الدفاع apologetics

1- كتاب اعتراف الإيمان (وجهة نظر شخصية خاصة به).

## 9- في الأحلام On dreams

### 10- متفرقات

1- كتاب تحت عنوان (ما هو إنجيل الراعي؟).

2- ثلاث مقالات ضخمة في ماهية التوبة.

3- مقالات رائعة في ماهية الرثاء الأرثوذكسي.

4- مقالة في خدمة صلاة السهرانة.

5- رسائل مختلفة في شرح محطات ليتورجية.

6- رسائل يشرح فيها معاني الأعياد من خلال قطعتي القنناق والبيت.

من كتب عن القديس نيقوديم؟ وماذا قال؟

1- جراسيموس مكريناتيس (متفرقات).

2- نيقوديم بالندراس (متفرقات).

3- المطران نفروكوبيوس (متفرقات)

4- دراسات قام بها الراهب ثيوكليتس ذيونيسيائي تحت عنوان (القديس نيقوديم) منشورات، الكوكب، أثينا،

1959، يتناول فيه الكاتب كل أعمال القديس نيقوديم جملة وتفصيلاً.

5- دراسة قام بها يعقوب مليروس تحت عنوان (القديس نيقوديم، الراهب الآثوسي، والشخص التاريخي الفذ)،

أثينا نيسان 1963.

6- دراسة وضعها قسطنطين نيوليندس تحت عنوان (القديس نيقوديم، اللاهوتي الآثوسي)، أثينا 1967

7- دراسة وضعها بيلاليس تحت عنوان (البار نيقوديم الآثوسي)، طبعت مزدانة بالصور والأيقونات، أثينا، حزيران

1969.

8- دراسة وضعها كوستي سردليس (نيقوديم والمكتبة الآبائية)، طبع مرتين 1969-1974

ملاحظة: تلاحظ، أخي القارئ وأختي القارئة، إن القائمة الطويلة بأعمال هذا القديس تعطي صورة عن أهميته

و مكانته في العالم الأرثوذكسي، وتجعله وجهاً بارزاً وركناً وطيداً من أركان رجالات الله العظماء الذين عبروا هذا

العالم تاركين لنا فيه مسحة قدوسه رسمتها يد ترابية غمرتها أنوار النعمة والمحبة الإلهية. حتى أن الراهب

ثيوكليتس ذيونيستيائي قال فيه بحق : " إن من يقرأ أعمال هذا القديس لابد أن يغيّر حياته، فإذا كان لصاً، سيقلع عن اللصوصية، و إذا كان تاجراً، سيحسن استعمال تجارته، و إذا كان أستاذاً، سيبدع في علمه هذا القديس، لابد أن يتعطّش إلى معرفة الخلاص الحاصل في يسوع المسيح و الممنوح لنا مجاناً.

الأب منيف حمصي



## كلمة الشيخ الناسك نيقوديم الآثوسي

هذا الكتاب النافع للنفس، يدعى: ( الحرب الروحية غير المنظورة)، لأن العديد من أسفار الكتاب المقدس، بعهديه القديم والجديد ، جاءت عناوينها مطابقة للموضوعات التي انشغل بها. فكتاب "الخلق"، (التكوين) مثلاً، سمي هكذا، لأنه يتكلم عن خلق العالم من العدم. و(الخروج) سمي هكذا ، لأنه يتكلم عن خروج العبرانيين من مصر الفرعونية. كذلك البشائر الانجيلية الأربعة، سميت هكذا، لأنها تتكلم عن الفرح العظيم، وعن بشارة الخلاص التي صارت للعالم بميلاد يسوع : " لأنه ولد لكم اليوم..." (لوقا 2-10:11 ). ولما كان هذا الكتاب يتحدث، لا عن فن المحاربات المنظورة، أو الأعداء الجسديين، فقط، بل عن الأعداء الذين لا نبصرهم، كما أنه يتحدث عن جهاد المسيحي منذ تقبله لسر المعمودية، وحتى لحظه موته، فقد جاء تحت هذا العنوان، لأنه يتحدث عن محاربات روحية عديدة ومختلفة، كما ويتحدث ويقول الرسول بولس فيها: "لأن جهادنا ليس مع لحم ودم، بل هذه الحرب الروحية، وأن ربانهم هو يسوع المسيح الذي تحيط به الملائكة والقديسون. ميدان الجهاد، هو عالم القلب، الإنسان الداخلي. زمان المعركة، يدوم العمر كله، ما هو سلاح المحارب الروحي ؟ خوذته و الإيمان به و الثقة بالنفس، وعدم الاعتماد عليها. فالاعتماد كله على الله، والاثمان به والثقة فيه. ما هي أدواته؟ إنها النمو في آلام يسوع المسيح. ماهي منطقتة؟ إنها بتر الأهواء الشهوانية. ما هي نعله؟ هي التواضع وتذكر الضعف، و ذلك خشية الوقوع في الكبرياء. ما مهمماز أرجل المجاهد؟ إنها الصبر على التجارب واللامبالاة بإزاء الاهانات وكل الاضطهادات. ما هو سيفه؟ إنه الصلاة الطاهرة التي ترفع الى الله ابدأ ما هي رمحه؟ إنها عدم الرضوخ للشر، أو الدخول في هدنة مع الشيطان، ورفض جميع عروضه و إيحائه. ما غذاءه؟ إنه جسد السيد ودمه. في هذا الكتاب، يستطيع الجندي الروحي المدرب على مواجهة حيل العدو، أن يتعلم كيف يبطلها و يقاومها فيبلغ إلى الخطة الجهادية وقانون الحرب الروحية. ومن يبتغي خلاص نفسه، سيتعلم من الكتاب كيف ينتصر وينال أرصدة الفضائل الإلهية ، و إكليل المجد الذي لا يفنى، و ذلك كي يتحد بالله في هذه الحياة، وفي تلك. و في هذا يقول الرسول : "إن كان أحد يجاهد، فلا يكلل إن لم يجاهد قانونياً..."

(تي :2:5) سلّح ذاتك بما يقدمه الكتاب، وذلك كي تغلب أعدائك الداخليين، الذين هم أهواؤك المهلكة للنفس. "البسوا سلاح الله الكامل، لكي تقدرُوا أن تثبتوا.." (اف 6:11) . تذكر أنك في المعمودية قطعت عهداً أن ترفض الشيطان و كل أعماله.. والعهد هذا يعني أن ترفض الشهوة، والمجد الباطل، وحب المال، والعجب بالنفس. لذا جاهد

بكل قوتك كي تدحره. ترى ما هي المكافأة بعد النصر؟ إنها أمور كثيرة، استمع لما يقول الرب فيها: " من يغلب، فلهو أن يأكل من شجرة الحياة التي في وسط الفردوس" (رؤ 2:7) . " من يغلب، لا يؤذيه الموت الثاني" (رؤ 2:12) . " من يغلب... يأكل من المن السري" (رؤ 2:17) . " من يغلب... فله سلطان على الأمم و أعطيه كوكب الصبح" (رؤ 2:26-28) . " من يغلب يلبس ثياباً بيضاء ولن أمحو اسمه من سفر الحياة، و سأعترف باسمه أمام أبي و ملائكته" (رؤ 3:5) " من يغلب سأجعله عموداً في هيكل الهي" (رؤ 3:12) " من يغلب، يجلس معي في عرشي" (رؤ 3:21) " من يغلب، يملك كل شيء، أكون له الهاً و يكون لي ابناً". (رؤ 21:7) رأيت عظمة المكافأة التي ستنالها إذا غلبت الشيطان؟ ليكن هذا نصب عينيك واهرب من جميع المعوقات "لئلا يأخذ أحد اكليلك" (رؤ 3:11) الرياضيون في الميدان يمتنعون عن كل ما يحول دون تقدمهم، و ذلك كي يتوجوا بإكليل الغار رمز الغلبة. فأين أنت منهم إذا كان إكليلك من النوع الذي لا يفنى؟ لذا لا تهدر حياتك بالكسل و التواني. "أستم تعلمون أن الذين يركضون في الساحة، كلهم يتعبون، إلا أن واحداً فقط يفوز بالمكافأة؟" هكذا أنتم، جدوا كي تنالوا...." (1 كور 9:24-25) و أنت إذا أهلت إلى اكليل الغلبة، فما عليك إلا أن تصلي إلى الرب كي يغفر خطايا من أعانك على الوصول إلى هذه النعم، عن طريق هذا الكتاب. لا تنسى أن تشكر سندك الأول وعلّة انتصارك، و أعني ربنا يسوع المسيح . قل له كزريابل: " منك الغلبة.... وحدك رب المجد، أنا رهن إشارتك وهكذا تردّد مع داوود: " ياربي لك العظمة و الجلال...." (1 أخبار 11:29) .

الراهب

نيقوديم الآثوسي

## كلمة المعرب:

في حضارة الاستهلاك، يتسارع ايقاع الحياة اليومية، وتكثر المتطلبات والاحتياجات والاهتمامات والمشاكل. وقد يكون سوادها غير ضروري للإنسان، فكثيراً ما تكون حدود الحاجة من صنع الانسان وتخيله. الإنسان يكذب ويتعب بحجة تأمين اللقمة. غلا أن استحضار اللقمة، لا يحتاج إلى جهد على مستوى شق النفس، الإنسان باسم اللقمة واللباس والعائلة والمستقبل، يخترع مبرراً للعمل المفرط، وباسم اللقمة يحجم عن الالتصاق بالله، إن مشاغل الحياة وكثرة الاهتمامات تصبح مادة يبرر بها المخلوق عدم اتصاله بالخالق.

وإذا تأملنا بعين ناقدة بناءً في ما تقدمه وسائل الاعلان المختلفة المرئية والمسموعة والمقروءة، و في ما تحاول أن توجس به لأنسان اليوم، وفي ما تطلبه منه، أو تدعوه إليه، وكيف تستحثه وتوجهه وتربيته في كل لحظات حياته، لابد ان يبلغ بنا الامر حد إدراك الحقيقة المرعبة المرة: لقد تخصصت وسائل الاعلام في زيادة الاستهلاك. وسائل الاعلام باتت أداة تستعبد الإنسان. إنها تقتحمه بألوانها وايحاءاتها وإخراجها. تذله وتستعبده. لا تريح له بال، إنما توغل في تنغيص عيشه وقض مضجعه فوسائل الاعلام كما تبدو، بنزاهة، لا تعمل من أجل خدمة الانسان وخلصه، بل يهم منظموها إلى استعباد الإنسان و تشيئه. ماذا نرى في وسائل الاعلام؟

فيها نرى العطور الكثيرة الأنواع، و السيارات الباهظة الثمن، و أصناف الدخان، كل صنف يتبوأ عرش الطهارة، فيحار المرء في أي يختار، و أيهما يمجّ، فجميعها مشهود لها بالقدرة على خلق السعادة المزيفة. و ما يترجع منه على عرش الصدارة، يمجّه أطباء القلب في حضرة مرضاهم. فالطب بحقائقه و معطياته، يأبى رومنسية الدخان حتى ولو جاء من نكهة تبغ بلد العم سام. وللمستهلك سلعة أخرى تأتيه عبر وسائل الاعلان، باتت سلعة ظن وهي ليست في الاساس هكذا، إنها الجنس. يُقدّم الجنس عند كل فقرة و منعطف أو لقطة أو نبأ أو فيلم. و من يروّجه، دائب إلى اقتحام أبواب القلب لاستلاب الإنسان عبر سلسلة من الاثارات الشهوانية المؤذية والهدامة، يكون بنتيجتها أن يسترخى المرء الجسد والقيم والأخلاق والأعراف، فيسعى ببسر، ودونما رادع، إلى ارتكاب الموبقات بعد أن تكون ذاكرته وخياله قد عجزاً بالخيالات المريضة الهدامة، في كل نبأ تجاري، يطل عليك الأمر المعروض عبر بوابة الجنس، وباختصار فإن وسائل الاعلام لا تربي، كما تبدو، مما يجعلنا نتساءل عن الرؤية والثقافة التي يتمتع بها مروّجوها

والعاملون في سبيلها. و كل هذا ليس إلا غيضاً من فيض، تأتي بعده إلى القناعة أن ما يحكم شؤون الدنيا والناس ليس هو الله.

الدعايات والاعلان التجاري، عموماً موجّهة شطر الاستهلاك والتهام المراهقين. ترى كم يستخف منظموها بنا؟ في نظرهم، شرائح المجتمع واحدة وهي : المراهقون. وفي هذا يخطئون ويضلون. فليس من السهل اجتذاب كل الناس، فلكل جذره وقدره وعقيدته وقناعته.

وعرفنا أيضاً، نحن أبناء هذا القرن، تصارعاً بين إيديولوجيات. لقد أسهم هذا القرن الذي نوّع، في ترسيخ مقولة أكيدة في النفوس تجذّرت مع بريق التكنولوجيا و الوثبات العلمية الجبارة، إنها العقل و مكانته ودوره وفعله وقدراته. فما طبع من كتب و منشورات ومدونات، يكاد أن يوازي وزن كرتنا الأرضية إذا جاز التعبير. ولكن ما قيمة الفكر، إن ترسخنا على الاعتقاد والسيرة بأننا استهلاكيون؟ ما قيمة الفكر والعقل إن كنا نفكر بخلاف ما نعيش، ونعيش بخلاف ما نفكر؟ أين تتجلى قيمة الفكر، إن كان الجهل إلى تزايد، كما هي النزعة الاستهلاكية فينا؟

ويأتي هذا الكتاب طيراً يغرد خارج سر به . لماذا؟ لأن مادته تختلف عما يتلقاه المرء في ساعات ودقائق حياته اليومية. فكل أيامنا تسهم في اندلاقنا الى الخارج. نحن نسكب ونهدر (Externalized0) . حياة الدنيا تنتزع كياننا لترميها لقمة تافهة في فم العدم. والكتاب هذا، وتلك التي تسير في ركبه، انتهجت خطأ معاكساً للحضارة الاستهلاكية، لأنها تحاول أن تسترجع ما قد اندلق، إن كلامنا هذا، يطرح سؤالاً هو في جوهره روعي و مركزي: ما هي الحياة الروحية؟ كيف تحدد؟ إنها عودة الذهن إلى القلب. هذا واحد من تحدياتها. الحياة الروحية هي اكتساب الروح القدس كما قال القديس سيرافيم ساروف لتلميذه موتوفيلوف. وهذا يكون تحديداً آخر. الحياة الروحية، هي حياة في الروح ، او حياة الروح فينا، أو إذا شئت حياتنا في قلب الله. إن التحديد الأخير هو مدلول جديد لمعنى الحياة الروحية، إلا أنه مبهم، إلى درجة أن الإنسان المعاصر لا يفهم منه شيئاً ، رغم استعمال اللفظة بكثرة في الحياة اليومية، ويزعم البعض أن الحياة الروحية هي التواجد في إطار الدير. إنها الرهبنة، هكذا يخال البعض، وهكذا يحبون أن يفكروا . وفي هذا تجنّ على الحياة الروحية، وانتقاص لمدّها ودورها، كما أن في ذلك دعوة الى تغريب جماعة المتزوجين عن القداسة، وبالطبع فقبول هذه المقولة، هو في ذاته احتقار للكلام الالهي، فيسوع نفسه برك عرس قانا الجليل. و كرونستادت نفسه كان قديساً متزوجاً. و بوسل الرسول راي الكنيسة الحقيقية مشعشة وراسخة في بيوت أناس متزوجين، رغم أنها كثيراً ما تحتجب في نطاق العازبين. وليس في هذا دعوة إلى استعلاء المتزوجين على العازبين، فكم من زنادقة و زناة كانوا من

رهب المتزوجين، و كم من اطهار خرجوا من أحشاء العزوبية المكرّسة (1 كور 16:19) (فيلبي 4:22)  
(كولوسي 4:15) (فليمون 1:1-3).

ورغم تباين التحديدات وكثرتها، يبقى أن الكتاب مادة قائمة في ذاتها. إنه كتاب خرج من أحشاء الروحانية الغربية على يد كاهن كاثوليكي يدعى لورنوزوسكوبولي. عاش هذا الرجل في إيطاليا في القرن السادس عشر. وضع كتابه هذا، لا ليكون مجرد صورة عن سيرته، وهي جميلة و بديعة كما تبدو من خلال الكتاب، إنما ليجسد لنا من خلال مادة الكتاب، حقيقة روحية بالغة الأهمية: ما هي؟ إنها زوال البون والقطيعة والجفاء بين الروحانيتين الشرقية والغربية. فبينما كنا و لانزال نعاني من ثمار الانشقاق الكبير (1054م) أطلّ علينا هذا الكتاب وسواه، ليؤكد أن الحياة الروحية قطاع قائم في ذاته، له هويته و ميزته في كل زمان و مكان. له فرادته التي تتخطى حدود الهمم المسكونية والحزقات اللاهوتية، رغم إقرارنا العميق بدور اللاهوت في تنمية حياة الروح، ورسم أطرها ومعالمها و ممارساتها. القطاع الروحي لم ينقسم، رغم انطباعه بالنهج اللاهوتي المحلي حيث وجد. فالقديس اغناطيوس بريانشانينوف لا يدعو الى نهج القديس فرانسيس الاسيزي مثلاً، رغم أن القديس المطران ثيوفان الحبيس راقه الكثير من وجوه الروحانية الغربية، لقد تلمّس الكثيرون تبايناً عقائدياً تجلّى هنا و ثمة في الروحانية المسيحيون اليوم أمام مفترق، فإما أن يجدوا في البحث عما مزّق شملهم، ووحدة ايمانهم أو أنهم سيندرجون على تعددياتهم و مشاربهم و طوائفيّتهم في شريحة استهلاكية جديدة. و للآباء القديسين دور كبير في هذا المضمار، فهم عامل الوحدة الاساسي، و منطلقها، كونهم قابعين في قلب الله. مسيحيو اليوم في وضع حرج، فأفكارهم تباين حياتهم و سيرتهم اللاهوتيون أيضاً معرّضون لهذه التجربة، تجربة الكلام بخلاف الحياة، و الحياة بخلاف الكلام. من هنا يأتي الكتاب بوداعة فحواه ولطفه ليهز كياننا و نحن في معمعة القال و القيل في هذه الحضارة المرهقة و المتعبة. الاتصال بالخالق، فحياة المخلوق لا تقوم بدون الله. إلا أن وصول الكتاب كما هو في حلته الحاضرة، كان نتيجة تلوّنه بثلاثة كتّاب تتابعوا دون ترابط زمني. فواحد وضعه، و آخر عدّل فيه، وثالث وضع لمسته عليه، فجاء الكتاب معدّلاً. لقد تطور الكتاب وتعّدّل رغم التقارب الكبير بين الذين اسهموا فيه. الكتاب يشير الى منهج واحد يتفق عليه الثلاثة. ما هو؟ إنه عودة الذهن إلي القلب. من هم هؤلاء الكتاب؟ إنهم : 1- لورينزو سكوبولي 2- نيقوديم الآثوسي 3- ثيوفان الحبيس. إن أدقّ التعديلات في الكتاب تناولت باب الصلاة كما يتفق أغلب الدارسين له. لقد اشتهر و طبّقت شهرته الآفاق. إن كلاماً كثيراً يقال في كواليس البحاثة والدارسين للكتاب (الحرب اللامنظورة). أليس هذا هو عنوان الكتاب؟ ترى لماذا سماه

صاحبه هكذا؟ من سيقبله إذا كان كلاماً عن حرب لا ترى بالعين، والدنيا تقوم و تقعد، نتيجة لحروب مدمرة نعاينها و نتلمس ثمارها في كل مكان من العالم؟ أن يكون الكتاب عن حرب غير منظورة، فهذا يرفعه عن الشبهات ليميز حرب الكتاب عن حروب الدنيا.

طبع الكتاب لأول مرة سنة 1589. ثم قال الأب سكوبولي نفسه بعد ذلك، بتوسيع مادته و اطاره، ف جاء أكبر بكثير من النصّ الأصلي. و في الواقع انه تحفة نادرة تشدّ القارئ و تجتذبه.

قلت إن الكتاب تعدل بمروره على كتّاب ثلاثة، وفي هذا اشارة الى تمايز، إن لم نقل فروقات بين مسيحي العالم في كل مكان كذلك في هذه الظاهرة اشارة الى ما ذكر آنفاً من أن الروحانية واحدة، لكن يمكن أن تتأثر و تتطبع، على العقيدة التي يُقرّ بها في اطار الجماعة. فعند سكوبولي تلميح الى المطهر (purgatory) ، الأمر المرفوض عند الشرقيين لقد وجد القديس نيقوديم الأثوسي أن الروحانية الغربية تنزع إلى إعمال الخيال في التأمل. في التأمل بالمفهوم الغربي، كثير من الخيال ، مما حدا به الى التعديل المذكور. تعديلات أخرى طرأت على الكتاب في باب الصلاة، وقد وجدها أصحابها ضرورية كي يأتي الكتاب منسجماً مع الذهنية الروحية الأرثوذكسية. لقد وصلت نسخة من الكتاب في القرن الثامن عشر الى نيقوديم الأثوسي، فقام بنقله بعد تعديل أجزاء فيه، الى اليونانية. وتعديله لا يعني احتقاره، فنقله الى اليونانية علامة واضحة على وزن الكتاب و قيمته. ما مصدر التعديلات الطارئة على الكتاب؟ لم يكن الأمر نابعاً من مزاجية نيقوديم، بل كان يقوم على قاعدة اكليريزولوجية اورثوذكسية. نيقوديم هو نموذج اللاهوتي الشرقي. انه مرآة الكنيسة قام بتعديل الكتاب، لأن مضمون بعض أجزاءه لا ينسجم مع المبدأ الأرثوذكسي العام. وسنعود الى هذه المسألة لاحقاً. إلا أنه يمكن القول إن تعديلات نيقوديم لم تكن نابعة من موقف ذاتي، بل جاءت نتيجة انخراطه العميق في تيار التقليد الحي و الروحانية المشرقية، فكان الناطق الرسمي باسم رجالات عظام سبقوه. و بالطبع فإن ظاهرة التعديل الحاصلة على الكتاب، تنطوي على اشارة الى التباين العقائدي الواضح بين الشرق و الغرب، رغم وجه الشبه والوحدة في مواضع عدة، الأمر الذي لا ينكره أحد من أتباع الطرفين. و نحسن شئنا أم أبينا أمام حقيقة قائمة، هي التباين العقدي بين الشرق والغرب، في النهج حيناً، وفي الخلاصات العقائدية حيناً آخر. فكم و كم من جدل دار حول مواضيع عقائدية اختلف عليها الشرقيون والغربيون على السواء. و ليس بظالم القول إن مسألة عقيدة الحبل بلا دنس، هي وجه من وجوه الاختلاف العقدي بين الفئتين. كثيراً ما باعدت الكتابات اللاهوتية المختلفة، بين الوحدة الكنسية من جهة، وبين طالبها وعشاقها والمتنطسين لها، من جهة أخرى. في الكتاب فصل يتناول مسألة المناولة

(القسم الثاني منه). يتضح للقارئ مقدار الأهمية التي يعلقها الكاتب على سر الشكر علامة الوحدة بين الخالق والمخلوق في العهد الجديد. في المناولة تجتذب الله اليك، ليأتي ويحوّل كيائك إلى كيانه.

و نحن اليوم أمام تساؤلات عديدة تفرضها علينا مسألة المناولة: كثيرون يرون في المناولة الجسر إلى الوحدة بين الطوائف. أو هي حسب رأي البعض الآخر، تعبير عن وحدة . فئة ترى في المناولة قيام الوحدة المسيحية وإحفاها. إلا أن جملة من أسئلة تفرض نفسها في هذا الباب، و مصداقيتها مشرقة: ما قيمة الفكر و التراث في الدرب إلى الوحدة؟ وهل من قيمة للتراث أبان السعي الى الوحدة؟ هل من وحدة بين أناس لا يمتلكون الفكر الواحد؟ ما قيمة الفكر التراثي بإزاء التعددية المسيحية القائمة؟ كيف نفهم الوحدة على القاعدة التعددية؟ كيف ينظر الى الوحدة طوائفياً؟ ما معايير الوحدة و مستلزماتها؟ من يرئس الدعوة إليها؟ هل الوحدة حقيقة قائمة، أم مجرد حلم منشود؟ ماذا قدّمت الأنشطة المسكونية من خدمة للوحدة المسيحية؟ أليست النشاطات و اللقاءات و المؤتمرات المسكونية علامة على غياب الوحدة؟ أليست النشاطات المسكونية علامة على الرغبة بها و الحنين إليها؟ ما قيمة الكلام عن وحدة، و الكتاب خضع للتعديل؟ إن هذه الاسئلة و سواها واجبة قبل الاجابة على كافة التساؤلات التي يطرحها هذا الكتاب (الحرب اللامنظورة).

و يبقى رغم هذا و ذاك من التنظير أن الوحدة هاجس الكثيرين تشغل كيائهم و قد شغلتهم و دفعت بهم إلى تكريس القلب لله، و هذا ليس بالأمر القليل.

المسيحيون طوائف، جماعات، فئات. منذ ان كانوا انطلقوا من القاعدة المحلية. الكنيسة المحلية معيار الكنيسة الجامعة. الجامعة الجامعية (Catholicity)، تقوم في المحلية. لا تُرى الأولى، إلا بالثانية. لا جامعية (catholicity) ، خارج المحلية (locality) قد يكون في التعددية المسيحية غنى حضاري و ثقافي و تراثي، وهذا ممكن، و ليس من شك في ان التعددية تسهم في قسط كبير من حركة الحضارة سعداً. إلا أن التعددية الطوائفية يستحيل أن تكون ذات فكر واحد لاهوتي و عقائدي، والا وجب أن تبطل الطوائفية و تفقد التعددية ضرورتها. الأمر الذي يعني أن الدعوة إلى الحياة الواحدة، غير متفق عليها، نظراً لغياب الفكر الواحد. عندها من البديهي زوال الطوائف، باندرج اتباعها في بودقة واحدة. وهذا يستتبع الى جانب وجود جماعة واحدة ذات فكر واحد، اسماً واحداً لكل الجماعات المسيحية، هنا وثمة من العالم. انه يستوجب أسقفية واحدة تنبع من علاقة المسيح بالكنيسة (4: 3-7) ، (أفسس 5: 24) ليس هذا فحسب ، بل أيضاً يستدعي مؤسسات ذات مقاصد واحدة، و قاموس تحديدي واحد، و كل ذلك كي يجوز القول إن وحدة الفكر، هي نبع حياة واحدة، و ما يزال هذا في نطاق الحل المنشود بين الحلم و الواقع.

و كلامي هذا ينسحب أثره على الايديولوجيات أيضاً فمن المستحيل ان تتوحد ايديولوجيات البشر في هذا العالم. الوحدة هذه ممكنة في الابدية فقط، عندما تزول تلك التي تعوزها مقومات البقاء. من يقرر هذا؟ ما المقياس؟

القرن العشرون رمى بثقل العقل في حياتنا ووجوديتانا. العقل، المنطق، الفكر، كلها مرتكزات تصرخ وتئن. العقل نفسه يصرخ؟ و يصرح أن المسيحيين ليسوا واحداً في العالم. ليس في الكلام غرطسة أو ادعاء. ليست المقولة هذه شعاراً أطلقه، ولا عقيدة أذاع عنها. الانسان في كل مكان يحمل في اعماقه عطشاً إلى الحق. في العالم أناس كثيرون جذبوك أكثر من أبناء الملة. كم تجد بين أناس لا ينتمون إلى جماعتك، أفراداً يناطحون السماء، و تعتز أنت بهم، بينما ترى في العديد من ابناء ملتك من يناطحون الأرض وكأنهم يقيمون الزير من البير، بين أبناء مجموعتك أناس لمعوا، و جاز فيهم الدهش و الإعجاب. الحقيقة كلها غير متجزأة وتدعوك ألا تطلق الأحكام جزافاً و كيفما اتفق. لا تحكم جزافاً. لا تصنف أحداً. لا يمكن لك أن تقوم أفكار الناس ببسر و سهولة لا تتجاهل الأمور الحسان عند سواك، و لا تعتبر نفسك وجماعتك خيراً من الغرباء. لكن لا تعتبر ما عند الآخرين خيراً مما عندك، تمهل و تریث ملياً و مطولاً أمام المسائل الدقيقة و الصعبة، فخير المواقف أكثرها بظاً.

الشرقيون يكثر من الكلام عن لاهوت الكنيسة المحلية، دون أن يكون اللاهوت الرعائي عندهم يأخذ المحلية في الحسبان، و دون أن تكون المحلية منطلق العمل الرعوي. نحن أصحاب القول، لكننا كثيراً ما نفقده عند التطبيق. الغربيون بدورهم ينطلقون من قاعدة المسكونية (catholicity)، و كثيراً ما يخطئون الهدف، عندما ينسون المنطلق المحلي. الغربيون يهيمشون اللاهوت المحلي (local)، رغم وجود أبرشيات ورعايا عندهم كما عندنا. الفريدة المحلية لا تلغي الجامعية، و الجامعية في ذاتها تقوم في المحلية. إلا أن التعددية المذهبية تتلف الهاجس إلى الوحدة، ولا تدعو إليها. انسان اليوم لا يأبه لثمار اللاهوتيين، و هو في هذا على ضلال، فالمعيار يقوم كنسياً على أناس قديسين ولاهوتيين. اللاهوت علم إلهي يقوم على التحاب و الخدمة، وذلك بكشف محبة الخالق للمخلوق إلا أن اللاهوت لا يقوم على أساس المساومة في الشأن العقدي. التحاب ينافي المساومة، ليس التحاب انصهاراً. انه ينافيه منافاة النور للظلام، و الحق للكذب، و الليل للنهار.

ويرى سواد الناس أن الراضين لهواجس الوحدة هم جماعة بعيدة عنها، أسيرة و مستعبدة لتعصب بغيض. عند العامة، التعصب هو نقيض المحبة، و مناف لها، هذا صحيح. فالتعصب هو رفض لمحبة رخيصة مبنية على الرمال، و أنا أشاء هنا، استبدال التعصب بالتمسك. التعصب ممقوت، أما التمسك فمطلب و حاجة، التمسك واجب،



أما التعصب فجيئة ننتة، لكن يتعذر على المرء كائناً من كان، بلوغ التمسك بدون اطلاع وتبحر. فالتمسك يقوم على رؤية و معرفة و بصيرة نافذة المعرفة معيار واجب لتذوق التراث. الغربية قائمة لا محالة بين الجماعة وتراثها، بدون معرفة . تغييب المعرفة احتقار فاضح لحلاوة التراث وجدواه و فائدته، بدون المعرفة يتعذر على المرء نقد التراث و تبيانها. ان مثل هذه المعرفة تستدعي اطلاعاً يرمي الى ادراك التراث، لمعرفته و تمثله، و من ثم، لاحقاً و سابقاً، لعيشه. ليس التراث، أي تراث ، دعوة الى ايديولوجية صرفة طوباوية هوائية لا صلة لها بالأرض وبالفكر و بالحياة. الاطلاع يعني هضم التراث، لتمثله ، لا لمجرد التبجح به، والزهو بأمجاده و مفاخره . التراث لا يصير مفخرة إلا بعد تعب نبذله ليصير أداة العيش الحي (well – being) في العالم.

و بلوغ التمسك ، شرط يسبقه تعب و سهر وقراءة وفرك عيون و مقارنة نصوص، وصلاة حارة، و توضيحات، و حرمانات، و رغبة في وحدة حياة، بين ما تفكر به، و ما تعيشه. سواد الناس غارقون في بحر التعصب. التعصب ادعاء، إنه احساس سرايبي بالمعرفة، لكنه غريب عنها. التعصب احتقار مسبق لفكر الغير و مبادئ الناس، أينما وجدوا. التعصب والجهل صنوان. الواحد منهما رديف للآخر. المتعصبون ينهشون فكر الآخرين من أجل احتقاره. يتناولون عليه للطنع به، لا للإفادة منه المعرفة الحقيقية شاملة وتستمد مادتها وفحواها من الجميع. الجميع على صورة الله مخلوقون. المتعصب يزدرى فكر الآخرين عندما ينظر إليه عند بعد ، لا عن كثب، وشيء من المعرفة يميمت ولا يكفي، انه انسان يمجّ القراءة. ان قرأ شيئاً، كان سعيه فيه الى ما يريد هو، دونما نزاهة في الحكم على ما هو أمامه. المتعصب أمي في ثوب عالم، و جاهل في هيئة باحث كبير. فلا يحتقر لمجرد ان الآخرين مختلفون عنه. لا يحتقر قيمهم لمجرد انه لا يعتمد عليها نبراساً وقاعدة لحياته و شرعة لنفسه.

في الحياة لا بد من الانتماء. الناس كثيرون، و انتماءاتهم كأعدادهم. الإنسان بدون انتماء يضيع، بدون انتماء يستحيل على المرء أن يحيا حياة وفيرة و غنية بالقيم و المناقب. الانتماء أساس متين لعيش الوجود و اختباره. ليس في الانتماء غضاضة. على كل منا أن ينتمى الى مار يرى فيه قيم الحياة، و معراجاً إلى ملء الأنسنة. لا بد من نكهة في حياتنا، و إلا بطلت قيمتها و خبا معناها. الانتماء يعين على تذوق الحياة، و الهوية بدورها ترسخ في المرء وجوب الانتماء، و بلوغ الانتماء يستوجب جهداً و يفترض تعباً و سهراً على نحو ما تقوله طروبا رية الكنيسة : " وبالأصوام و الإسهار والصلوات، تقبلت المواهب السماوية...".

و إنسان هذا العصر يخاف من البوح بانتمائه وهويته. إنه يخشى اللون العنفي الذي اتسم به هذا القرن المرعب العظيم. إنه يتكتم عن اعلان هويته خجلاً، أو حفاظاً على صداقة تشده إلى أناس من غير نهجه وفكره. و الخوف أو الخجل يؤولان حتماً الى الكتمان أو التكتّم حيناً، وإلى التخلي و اللامبالاة حيناً آخر. التعددية المشرقية بما هي عليه، تسهم في ضمور الانتماء و الهوية دون أن تكون هي في ذاتها السبب. كثيرون من المشرقيين يدعون إلى الوحدة دون أن يعرفوا ما هو لهم و ما هو لسواهم. يطالبون بالوحدة، لكنهم يحيون دفاعاً عن انتماءاتهم. التمسك بالانتماء و الهوية، بات شبه مستحيل، او هو على صعيد العامة كلام عن غير موجود. الناس يؤثرون عموماً الانفتاح الرخيص على التمسك المكلف. الأول دربهم الى مصلحة، أما الثاني فمعراجهم إلى اكتساب رؤية. انفتاح الجهال، باب على النفعية، أما الانفتاح الحق، فهو دعوة إلى خدمة الثابت. انفتاح الجهال باب على النفعية والسيرورة. و العيش في السيرورة لا يتطلب ولا يُخرج. و يبقى أن الدعوة هي الى الثوابت لا إلى المتغيّرات. سواد الناس في ممارستهم اليومية، مقتنعون و كأن نهضة الشعوب لم تكن يوماً حكراً على شعب أو ملكاً لفئة دون أخرى. هذا ما تقوله أفكار الناس في حضارة معلنة. لا ثقة للناس إلا في من يأتيهم بالتعزية. هم لا يفهمون في العمق لماذا يكون المسيحي خيراً من البوزي، و البوزي خيراً من اليهودي و سواه...، إذا كان الأول غير سلامي (un peaceful). صاحب البصيرة لا يرقب السلام من العالم الغربي لمجرد أن دولة ورجالاته مسيحيون. المسيحية الحق لا تموضع (non-localized) والكتاب هذا جاءنا من الغرب، وهو غريب عن كل تهمة تمسّه، رغم الملاحظات التي لامسته بشكل تعديل، فهو كتاب صادق في دعواه، صاحبه جمع بين الفكر و الحياة، الأمر الذي لا ينتبه له إنسان القرن الحاضر. الجمع بين الثيوريا و البراكسيس، بين العمل و النرية، واجب. إن التعديلات التي طرأت عليه ليست من قبيل الصدفة، وهي جديرة بالدرس و التمهيص، كونها ليست ظاهرة عابرة، ان انجذاباً ما ، نتلمسه بين لورنز و نيقوديم و ثيوفان، وفي هذا دلالة إن الحياة في الروح لا تتموضع ولا تقاس بانتماء، لورينز و غربي، و صديقه شرقيان، ومع هذا، فالواصل بينهما قام و ثبت. ان هذا قد يعني للمسكونيين إن الوصال بين الفرقاء و الأخوة قد لا يقوم على حزلقات فكرية و دفاعات عقائدية وحسب، إنما هناك دور كبير و كبير جداً لرجالات الروح عند الطرفين. لرجالات الروح رأى في الوحدة ليس فقط قبل البدء بتحقيقها، بل وقبل التفكير بها ايضاً.

و قد يستغرب المرء في أيامنا كيف أن من يترجم كتاباً يستبيح مادته و يعدّلها و يطوّرها. هذا لا يعني من الزاوية المبدئية أن لنيقوديم حقاً بما فعل، والشيء نفسه يقال في ثيوفان. يكفي أن الكتاب كان ملك صاحبه. إلا أن اعتراف

نيقوديم بأن الكتاب في حلته الأصلية لم يكن له، هو في ذاته دليل على اقرار بملكية لورينزوله، و مع هذا فالمسألة ما تزال مطروحة وقائمة، لكن لا ننسى أن العمل الفكري لم يكن في القرون السالفة قد عرف خصوصية الفكر و حقوق الطبع أو الاستنساخ او التعديل و ما الى ذلك، فهذه أمور باتت جزءاً من حياتنا نحن، و مع هذا فتعديلات أهل زماننا تفوق بكثير ما حصل مع نيقوديم في (الحرب اللامنظورة).

إن قراءة دقيقة للكتاب و ما آلت إليه بنيته الأصلية، سواء قبل بها البعض أم لا، لهي الشاهد على أنه رغم القطيعة والجفاف بين الغرب و الشرق (1054)، فإن وحدة ما كانت قائمة بين المسيحيين. أو قل إذا شئت، وصالاً و اتصالاً. فالبون العقائدي الواسع والجدالات المدونة (controversy) لم تكن تحمل هواجس غنية من أجل وحدة كيانية شاملة، كالتي نراها على الصعيد الروحي. فتاريخ الكتاب هذا يعلن بوضوح أن باب الوصال بين الأخوة كان مشرعاً رغم فداحة الانشقاق و مآسيه. لقد تحوّل الكتاب إلى دم يغذى الناطقين باليونانية، بفعل مساهمة نيقوديم. و بالروسية، بفعل مساهمة ثيوفان. و لا بد أن التعديلات المدخلة على الكتاب أكسبته حلة قشبية جعلته يروج في أوساط أوسع من تلك التي خرج منها. لقد تناولت أضخم التعديلات الفصول المتصلة بالصلاة وبلغت حد انتقاد سكوبولي. ولم يكن انتقاده على قاعدة شخصية، بل جاء على أساس اختلاف التقاليد. الكتاب قُبل بعد أن اكتسى لوناً مشرقياً، ولا غضاضة في ذلك، فالعالم يقوم على ألوان و تعدديات. الإنسان يحيا ضمن لون تربى عليه. في هذا ضعف وقوة بآن. هذا واقع لا مفر منه. في الكتاب يستطيع المرء أن يرى تأثير الروح على الغرب و الشرق معاً، الجسور الروحية وحدها كفيلة بتخفيف غلواء الجهل المتبادل، والغربة القائمة، والانشقاق المستشري، وكل هذا يأتي ليؤكد بعد تاريخ طويل من الهدى القسري (proselytism) ان الوحدة غير ممكنة قبل الرسوخ في محبة الرب. و الوصال المسكوني، مهما كان عطاؤه و ثمرته، يبقى في ذاته عديم النفع كونه معركة من أجل أفكار (battle over abstractions)، إلا إذا طعم بالمحبة للرب و للأخوة.

في الكتاب لاهوت نسكي واضح. الكتاب يرسم نهجاً، ويعلن أن ممارسة النسك ليست أمراً يؤتي به من خارج، من ديانات زيفس و النيرفانا و سواها، ولا من منابع الفكر الفلسفي اليوناني الافلاطوني. انه قائم على الكتاب المقدس، و منه ينطلق. إلا أن الصعوبة هنا، ان مادة النسك يبررها الكتاب، لكن عباراته تبدو غريبة عنه، أو غير موجودة. بولس الرسول يتكلم عن النسك بعبارات حرب. النسك عنده جهاد في معرفة، والمعركة ليست ضد لحم ودم (أفسس 6:12) الجهاد عند بولس ينتهي بإكليل، فالمجاهد يُمتدح و يتوّج (2 تي 2:5) المجاهد جندي. لقد تكلم

بولس عن سلاح في الجهاد، عن درع و خوذة و سيف (أفسس). إلا أن يسوع يشجب الدعوة الى حمل السلاح عندما يقول "ردّ سيفك إلى غمده، فمن يأخذ السيف، بالسيف يؤخذ" (متى 26: 52-54) كلام بولس عن السلاح، ليس هو كلاماً عن معدات قتالية، بل أدوات، ووسائل، السلاح عند بولس هو أدوات تخدم نهجاً ما هو النهج؟ انه الدنو من جملة الفضائل المسيحية وعيشها والارتقاء بفعلها، نحو العلاء، فالجهاد لا بد أن يكون قانونياً، أي قائماً على مبدأ وأصول (2 تي 2: 5) لماذا يكون الجهاد قانونياً؟ لأن الجهاد غير القانوني، لا يؤتي ثماره، إذ لا ثمار له. فمن يتعب بدون مبدأ، يضيع تعب سدى، كلام بولس يقوم على إشارة إلى نهج. في الجهاد لا بد أن يلبس المجاهد سلاح الله الكامل، لكي يثبت في قتاله (1ف6: 11) في الجهاد لا بد من سلاح، ولا بد أن يكون السلاح كاملاً، أي لا بد أن تتوفر فيه أعلى درجات الجهوزية القتالية، و القدرة القتالية. وهذا لا يتوفر في أي سلاح مهما كان، وهكذا للإشارة عند بولس واضحة: "سلاح الله الكامل"، حيث أن سلاح الله قائم في الله، فالكامل لا يقوم إلا في الكامل، في مقدمة الكتاب للتقديس نيقوديم الأثوسي يعالج مسائل تتعلق بالجهاد، كالمعركة، ميدانها، أسلحتها، و يصنّف الأسلحة داعياً إياها بأسمائها، فالخوذة هي الثقة بالله. و ساحة الوغي، القلب، وما إلا ذلك. لماذا لا تكون حربنا بأسلحة مادية؟ لأنها ليست ضد عدو حسي، إنما ضد ابليس (أفسس 6: 10-12)، ضد اعداء ليسوا من لحم ودم (أفسس 6: 12) ويقول بولس بأن الثبات في هذه الحرب يستدعي اتمام كل ما علينا (أفسس 6: 13). ما الذي يجب علينا اتمامه؟ إنه الحرب الروحية بدقتها و أصولها و مبادئها. لأن من لم يجاهد قانونياً، لا يتوّج.

في الكتاب هذا نجد وكأن العالم هو إطار الشرور و مجسّدها التجربة تحل بالإنسان في هذا العالم، كيف لا والعالم هذا لم يعرف المسيح؟ (يوحنا 1: 10) يسوع ليس من العالم (8: 23). مملكته ليست من العالم (يوحنا 18: 36) يسوع في يوحنا، انتصر على العالم (16: 33) وبعد الانتصار على العالم سيتركه ويمضى إلى الآب (يوحنا 16: 28) يبدو العالم من خلال الكتاب، حقيقة مرعبة، سلبية، لا تخدم الخلاص، بل تعاكسه، وكل هذا لأن العالم مات بخطيئة الانسان فجاء المسيح ورفع خطيئة العالم (يوحنا 1: 29). جاء كي يحيي العالم (يوحنا 6: 51). ماذا يعني هذا؟ هذا يعني عن العالم يعاني من الخطيئة، و قد مات بسببها. وهنا السؤال: ما هو العالم الذي مات؟ هل هو الجبال و الوديان.... أم هو الناس؟ العالم في الكتاب هو كينونة كثيرة المعاني: انه العالم و الناس... باختصار هو الوجود كله والذي بات مريضاً بعد خطيئة الانسان. في الكتاب المقدس يبدو العالم كياناً حسياً (يوحنا 15: 16)، الرسل يعيشون فيه (يوحنا 17: 11) ويسوع يطلب من الآب لا أن يخرج تلاميذه من العالم، بل أن يحفظهم من

الشرير (يوحنا 17: 15) في العالم شهوات (1 يو 2: 16) وهكذا لا بد للعالم أن يُصلب، كما ولا بد للمؤمن بالمسيح أن يُصلب (غلاطية 6: 14)

الكتاب يرسم منهجاً يومياً للمسيحي المتعطش إلى الرب. انه يدرّبه ويكشف له الفخاخ التي يرسمها ابليس، في هذا العالم، ضد أحياء الرب ففي العالم الحاضر يقوم توتر عميق، من شأنه، إذا تقاعس المرء أن يؤدي به إلى التهلكة. والمنهج المرسوم، واجب وضروري، لأن زؤان العالم ما يزال مختلطاً مع حنطته (متى 13: 38).

يعالج الكتاب في العمق، مسألة الخطيئة. مادته وفحواه، هي من أجل غلبتها والنصرة عليها. الخطيئة أمر مركزي في الفكر المسيحي. من يأبها ويتجاهلها، يأبى دينه وربه، يأبى موت الرب وقيامته. الخطيئة علة شيخوخة الوجود وضعفه وتحوّله وموته. إنها فشل الإنسان في عيش مشيئة الله. الخطيئة غباوة وجله (moria). إنها حالة تغييب الضمير في حياة الإنسان. إنها قوة تعمل ضدنا، تصدّع كياننا، وتفتك بنا داخلياً التصدّع والتفكك في سماع صوت الله، الأمر الذي يشكّل جوهر العبودية للخطيئة (رو 7: 15-20). ويتناول بولس الرسول مسألة الموت، أو موت الخطيئة في رسالته إلى أهل روميه (6: 2-8: 10). والخطيئة لا تموت، إلا بموت الناموس الآخر فينا، الغريب عن طبيعتنا الحقيقية، فهو يضلّلنا ويبعدنا عن الله.

قلت إن الكتاب هذا طير يغرد خارج سربه، وذلك لأن العالم الحاضر قد سبق ورسم وجهته. أبناؤه جادون في إثره، سوادهم يزحف إلى الموت والعدم. وحضارتنا المتفجرة، المتعلقة، المنتشة بالمنجزات العلمية الجبارة، عميت عن ادراك حدودها، إنها حضارة متوهمة، يرسم رجالتها الافاذ نهج سياستها وتوجهها. حضارتنا تعمل على خرابنا، لأننا نضع بأيدينا أساس هلاكنا، عالمنا المعاصر يحب اللذائذ، ونحن في هذا القرن نؤكد أننا عبيد اللذة، نعبدنا ونستحلبها في كل ميدان. فجرّنا الجنس، فبتنا من ضحاياها، روّجنا المخدرات، فشرعنا نُقتل لدى تعاطيها. روّجنا فكر الوجهة، فبات الكثيرون ضحاياها، و اكتسبت طبيعتهم بنية زجاجية هشة تنهار عند كل رجة أو اهتزاز. بنياننا الإنساني، مريض فوق حدود الوصف والتخيل، نحن غارقون في استهلاك كل ما يقدم لنا، فما عدنا نعرف الحاجة من الشهوة، و العبودية من الطاعة، والغث من الثمين. الجميع هاموا على وجوههم و ضلّوا. كاد سواد المصلحين والمربّين أن يفقدوا رشدهم، و ييأسوا. إلا أن دوامة الفساد لن تدور أبداً، وحركة الضلال، لا بد أن تتوقّف. لا بد للمرء ان يبلغ نهاية النفق، فيقف على اسوداد الخطيئة و المآثم. لن يدون الاجترار ولن تبقى الشرور تعيث في النفوس شراً و فساداً. العودة

آتية لا محالة، ورجاؤنا بالله و بحكمة رعايته، رجاؤنا بالطيبين الطامحين إلى غرس الورود في صحراء الحياة، أملنا في هذا الكتاب وسواه من التي تسير في ركبه.

وأخيراً، لن أتكلم أكثر من ذلك، بل سأدعو القارئ الى الوقوف بنفسه على فحوى الكتاب يقرأه، ليخرج بقناعات ، فالكتاب أستاذ نفسه و صورة فحواه. ما يعنيني أن الكتاب سيعود بالنفع على أحياء الحياة الروحية. لقد تأثرت به كثيراً عندما طالعتة و أنا رغبة في أن أنقل منفعته وفائدته إلى من يرغب. يبقى أن أقول بعد هذا، أن النص العربي الذي بين يديك أخي القارئ، هو عصارة النصين (الانكليزي و اليوناني) فهناك وضوح أحياناً في النص الانكليزي، و آخر في النص اليوناني. هناك باختصار فوارق بين النصين، فمن يطالع النص اليوناني، والنص الانكليزي يجد أن الكتاب واحد، لكنه في الوقت نفسه ، يجد أن في النصين فوارق. وهكذا عمدت إليهما حتى يولد النص العربي مزداناً بما في الاثنين من فوارق. أسأل الرب أن يجعل هذا الكتاب و كل كتاب آخر لمجد اسمه القدوس و منفعة الأخوة أمين.

الأب

منيّف حمصي

عيد الصليب – 1991

## القسم الأول

## الفصل الأول

ما هو الكمال المسيحي؟ الحرب ضرورية لاكتسابه.

أمور أربعة لا غنى عنها للنصرة في هذه الحرب.

نحن نريد أن نحيا في الكمال، والرب طالبنا: كونوا كاملين كما أن أباكم الذي في السموات كامل" (متى 5: 48). بولس الرسول يلفتنا أن نكون صغاراً في الشر، كاملين في الذهن (1 كو 14: 20). ويقول في موضع آخر: "اثبتوا كاملين..." (كو 4: 12). وأيضاً: "لنتقدم في الكمال" (عب 6: 1) وهذا ما قاله الرب في العهد القديم: "... تكون كاملاً لدى الرب الهك" (تثنية 18: 13) وداود ينصح سليمان ابنه بقوله: "و أنت يا سليمان ابني أعرف إله أبيك و أعبده بقلب كامل و نفس راغبة" (1 أي 28: 9). لذا بعد كل ما قيل يمكننا أن نؤكد أن الله يريد الكمال من المسيحيين. فنحن يتوجب علينا الكمال في كل الفضائل، لكن أنت، إن أردت الوصول الى ذلك، ما عليك إلا معرفة أين تجد الكمال المسيحي، و إلا فإنك ستعيد عن الدرب إليه و تدخل في سبل أخرى، فتظن أنك في الطريق.

إن أعظم شيء يتمناه المرء، هو التقرب من الله و الالتصاق به. و الكثيرون يزعمون أن ملء الحياة المسيحية موجود في ممارسة الصوم و السهر والسجدة، أو في النوم على الأرض مع كل الرياضات الجسدية الأخرى. إلا أن آخرين يزعمون أن الكمال المسيحي يكمن في تكرار الصلوات في البيت، و المواظبة عليها في الكنيسة. و آخرون يعتقدون أن الكمال، في دقة التطبيق لمضامين الوصايا، دون اهمال شيء، أو زيادة شيء آخر، على أن يتم ذلك بالاعتدال. إلا أن كل هذا هو مجرد وسائل للوصول الى الكمال، في الواقع إنها وسائل فعالة تقود إلى كمال الحياة الروحية. و نحن نرى الكثيرين من أهل الفضيلة يعكفون عليها لنيل قوة ضد طبيعتهم التي انفسدت بالآثام، و ضد أهوائهم الشريرة أيضاً. فهم يمارسون هذه الفضائل، لكي تنمو فيهم الشجاعة على مقاومة تجارب (الجسد و العالم و الشيطان)، و أيضاً لكي يحصلوا على العون من جراء هذه الوسائل. و هذه الوسائل واجبة كل الوجوب لخدام الله، لا سيما للمبتدئين منهم. الصوم ضروري لقمع حركات الجسد. و السهر ضروري لتقوية البصيرة الداخلية. النوم على الأرض ضروري، خشية الوقوع في الكسل و التراخي، ربط اللسان بالصمت واجب. الاختلاء واجب، و ذلك لاجتناب ما يعيق الحياة في حضرة الله. تلاوة الصلوات و المواظبة عليها في الكنيسة، و اتمام الأعمال الفاضلة، كلها أيضاً ضرورية لبقاء الذهن في السماء. القراءة في حياة المخلص تعين على معرفة الضعف البشري، و تكشف رافة الله و حبه و رحمته، و ذلك لاتباعه و السير معه بإنكار ذات. و الذين يعملون كل هذا، يلتهبون بالرب أكثر فأكثر. من الجهة الثانية، قد تكون الفضائل سبباً لضرر عند الذين



يرونها غاية حياتهم، والعييب ليس في الوسيلة، بل في سوء استعمالها. فالوسائل حيادية في حد ذاتها. إلا أن الذين يمارسونها (الفضائل) ظاهرياً فقط، و قد عاشت قلوبهم وفق ارادتهم الخاصة، فإن موقفهم يكون مدعاة لفرح ابليس الذي يرى انهم قد تخلوا عن الصراط القويم، وهنا قد يكف (ابليس) عن تجربتهم جسدياً، فيسمح لهم بمزيد من الطاعة لأفكارهم الضعيفة، أمثال هؤلاء قد يقعون في نشوات خاصة، فيبدو لهم أنهم بلغوا حالة الملائكة، ويخال لأفكارهم أن الله رائع فيهم، فيكفون أحياناً على تأمل عاطفي غير روحي هو أشبه بالانخطاف (انخطاف بولس الى السماء الثالثة).

لكن يستطيع أي إنسان أن يعاين ضلال مسلكهم برؤية حياتهم، فيتيقن من بعدهم عن الكمال الأصيل. وكقاعدة لذلك، تراهم يؤثرون أنفسهم على الآخرين، سالكين بمقتضى مشيئة نفوسهم. هم عادة عنيدون في مواقفهم، و عميان من جهة كل ما يتصل بهم. و إن سمعوا مديح أحد، تضيق نفوسهم، فيعادونه. و إذا تدّخل أحد في حضور الآخرين، بشؤونهم، فإنهم يغتاظون و يهدرون هدوءهم.

عندما يريد الله أن يعرفهم حقيقة نفوسهم كي ما يسلكوا درب الكمال، يمطرهم بالتجارب و الأوجاع، أو يسمح باضطهادهم. بهذه الوسيلة يختبر الله خدامه الحقيقيين. و هذه التجارب تستنبش ما دفنوه في نفوسهم، وتكشف فسادهم بداعي الكبرياء، إنهم يرفضون التجارب، ولا يخضعون لحكم الله، و ليست لهم ثقة فيه. يأبون الانصياع والطاعة ليسوع الذي تألم من أجلنا. يأبون التواضع، لأنهم ليسوا أدنى المخلوقات، يرفضون الاضطهاد الذي هو علامة صداقتهم لله. و هكذا فهم في مأزق، لأن حواسهم الداخلية قد اسودّت ، أما هم فيرون في أعمالهم كل خير و صلاح، فينتفخون و يقعون في دينونة الجماعة، أمثال هؤلاء، يتعذر استرجاعهم إلا بتدخل الهي. إن الأثيم التائب يعود إلى الخير بسهولة، أكثر من الذي يخطئ وهو متستر بالفضائل.

ها قد رأينا بجلاء أن الحياة الروحية والكمال المسيحي لا يكمنان في فضائل خارجية. وعليه، فعلينا أن ندرك أن الحياة المسيحية لا تقوم إلا بمقاربة الله وملاصقته من صميم القلب، و بالإحساس اننا عدم، وميالون إلى الشرور ( 1 كو 10 : 31).

هذا هو ناموس الحب، مكتوباً بيد الله في قلوب اصفياؤه الأحباء، هذا هو رفضنا لذواتنا حباً بالله، هذا هو نير المسيح المبارك وحمله الخفيف. هذا هو التسليم لإرادة الله: (لتكن مشيئتك كما في السماء كذلك على الأرض..) (متى 6: 10).

و يسوع نفسه عبّر عن هذا في ليلة آلامه، و ذلك بقوله: " لتكن لا ارادتي بل ارادتك... ) (لو 22: 42). أمل يقل هو نفسه: " لأنني نزلت من السماء لأعمل مشيئة الذي أرسلني " (يو 36: 38)؟

هل ترى الآن يا أخي ان هذه كلها مجرد وسائل. أنا أعرف أنك مستعد و مشتاق لبلوغ ذرى هذا الكمال. فليكن اندفاعك مباركاً. لكن عليك أن تعد نفسك للعمل، و للعرق، وللجهاد، منذ البداية، عليك أن تعمل ما يرضي الله في كل شيء. سترى في داخلك أوجاع و أهواء كثيرة و مشيئات عديدة تصرخ طالبة الارتواء. إلا أن النجاح يتوقف على جهادك. و لا تنسى أن بلوغ الهدف يُعطى للأبطال فقط.

و إذا كان من مشقات في الجهاد، فهذا دليل اننا نحارب ضد أنفسنا، و أنفسنا تعاكسنا. لا تنسى أن الانتصار يرضي الله كثيراً، و أنت إذا انتصرت مدفوعاً بالغيرة، فأمت أهواءك ورغباتك، فإن الله يفرح بك كثيراً. وعلى هذا النحو، تعمل لأجله بصورة أفضل بكثير مما لو تضرّج جسدك بالدم بفعل الجلد، و أفضل بكثير مما لو اجهدت نفسك بالصوم، مضاهياً رجالات البرية. و أكثر مما لو خلصت مئات من العبيد المسيحيين، من ذلهم، و أطلقتهم إلى العتق و الحرية، فإن هذا لا يخلصك، إن بقيت عبداً للذاتك. فأى عمل مهما كان، لا يوصلك إلى هدفك المنشود، إن أهملت أهواءك تاركاً لها العنان.

و أخيراً، وبعد أن عرفنا ماهية الكمال المسيحي، و عرفنا ضرورة الحرب ضد أنفسنا، فإن أردت أن تنتصر في حربك (الروحية)، و تنال الإكليل، عليك أن تضع الأمور التالية نصب عينيك:

1- لا تثق بنفسك في أي شيء.

2- ليكن في قلبك ثقة كبيرة بالله.

3- جاهد بدون توقف.

4- صل بدون انقطاع.

## الفصل الثاني

### في عدم الثقة في النفس في أي شيء

إن عدم الثقة بالنفس أمر بالغ الأهمية في جهادنا، إذ بدونها نفشل دائماً في الغلبة المرجوة، وبدونها أيضاً نعجز دائماً لدى مقاومة العدو. فليكن هذا نصب عينيك.

من أيام آدم وحواء، دخلت فينا الخطيئة مسيبةً وهناً في قوانا الروحية والأخلاقية. لكننا رغم كل هذا، مازلنا ننظر إلى ذواتنا نظرة فوقية، كأننا شيء، علماً أن الخبرة أثبتت و تثبت رياء نظرتنا و زيفها، إن هذا المرض الروحي، من الصعب تمييزه، لكنه ممقوت من الله، فهو المولود الأول (البكر) للعجب بالنفس، وهو أصل كل الآمنا و أهوائنا و أفعالنا القبيحة، إنه يسد باب ذهننا و نفسنا، فمنه وحده فقط تستطيع سائر النعم أن تدخل.

إن الثقة بالنفس لا تتيح لها الفرصة كي تسكن فينا، و بالتالي فالنعمة لا تعمل في الذين يثقون بنفوسهم. فكيف تعمل في من يظن أنه شيء؟ والله يتألم من أجل الراضحين تحت هذا الألم، فيقول : ( ويل للحكماء بأعين أنفسهم، و الفهماء عند ذواتهم) (1 ش 21:5). الرسول نفسه يحذرنا قائلاً : ( لا تكونا حكماء عند نفوسكم) (رو 12:16).

الله نفسه الذي يحقق تقويمنا الخاطئ لنفوسنا، يحب أن يرانا مقتنعين أننا بدوننا لا شيء، و أنه هو مصدر الخير، و أن لا شيء من الخير يأتي من نفوسنا. لقد أراد الله أن تكون هذه الجذوة الصالحة مغروسة في قلوب اخصائه القديسين، فشرع يحث كل واحد منهم أن لا يعطي قيمة لنفسه، و ان لا يثق بها. وهو يفعل هذا، تارة عن طريق النعمة و الرؤية الداخلية، و طوراً عن طريق التجارب، و مرة أخرى بطرق لا نفهمها نحن. إن عدم الثقة بنفوسنا هو من عمل النعمة، لكن علينا أن نبذل كل الجهد كي نصل إلى هذه القناعة. لذا سأرسم لك أموراً أربعة بها و بمعونة الله، تبلغ إلى عدم الثقة بنفسك :

**1- تأكد أنك لا شيء، وكن على يقين أنك عاجز عن أي خير يستحق الملكوت.** تذكر أقوال الآباء الذين قالوا: ليس أفضل من معرفة الإنسان لضعفه، وليس أسوأ من تنكّر الإنسان لمعرفة نفسه. والقديس يوحنا الذهبي الفم قال : (لا أحد يعرف نفسه، إلا اذا اعتبر أنه لا شيء).

**2- أطلب العون الإلهي بالصلاة الحارة المتواضعة.** فبفضل النعمة الإلهية يستطيع المرء أن يعرف نفسه، و إذا رغبت في اقتنائها، و طّد العزم على القناعة اليقينية بأن ابتغاء النعمة ليس من طبيعتك، و أنك لا تبلغ إليها بمجرد

جهدك، إنما بوقوفك في حضرة الله، بإيمان ثابت في محبته اليي تمنحك معرفة ذاتك، فالله وحده يهبك هذه القدر. أما أنت فلا يخامرك شك، أو ارتياب، في أنك ستنال سؤالك من الرب.

3- درّب نفسك على الانتباه واليقظة أمام خصومك الذين لا تقوى عليهم، تهيّب خبرتهم الطويلة في محاربة الإنسان، و خبثهم و أشراكهم و قدرتهم على أخذ هيئة ملاك من نور (2 كور 11: 14-15). انتبه من شباكهم الكثيرة التي يجعلونها في درب حياتك.

4- و إذا وقعت في معصية، بداعي ضعفك، فاقبل ذلك لأن الله يسمح بالسقطة كي يجعل الإنسان أكثر وعياً لحقيقة ضعفه، و هكذا فإنك بضعفك هذا تصبح راعباً في قبول اساءة الآخرين إليك، و التي بدونها، لا يمكن أن تنمو فضيلة نكران الذات فيك.

إن هذا هو ركن التواضع و قاعدته، ويبني في العادة على التيقن من الضعف البشري القابع فينا. من التواضع تبدأ معرفة الذات الحقيقية. منه ندرك كيف يرحم الله المتكبرين فيسمح بسقوطهم، و ذلك لكي يأتوا إلى معرفة نواتهم.

ورغم فاعلية التكتيك الإلهي عبر هذه الطريقة، إلا أنه يبقى أسلوباً خطراً لا يحتكم إليه الله إلا عندما تخفق الأساليب الأخرى و السقوط، في حال حصوله، يكون على مقدار عمق الخطيئة أو درجة الكبرياء. لهذا، فإن حصل و وقعت في زلة، فتواضع في داخلك مواظباً على التضرع و الابتهاال إلى الله، ليهبك نوراً يخوّلك معرفة نفسك. لا تعتمد على ذاتك لئلا تقع من جديد، و يكون وقوعك في شر أقبح. الإنسان لا يصل إلى معرفة ذاته إلا عندما يُجرب بالضيقات و المحن، لا سيما الجسدي منها. لذا يتوجب على الإنسان أن يدرك ضعفه بحق، و يتضع.

الله يسمح بنزول التجارب علينا، سواء من الشيطان، أو من الناس، أو من الطبيعة الساقطة. و بولس أدرك هذا عبر التجارب التي أحاقت به فقال : " لا نريد أيها الاخوة أن تجهلوا الشدائد التي نزلت بنا في آسيا، فكانت ثقيلة جداً و فوق قدرتنا على الاحتمال حتى أننا يئسنا من الحياة، بل شعرنا أنه محكوم علينا بالموت، و ذلك لكي لا نتكل على أنفسنا، بل على الله الذي يقيم الأموات... " (2 كور 1: 9-10).

إذا أراد المرء أن يدرك ضعفه بخبرته اليومية، فلينتبه إلى كلامي مدققاً في أفكاره و أقواله و أفعاله، فيجد أنها في معظمها خرقاء واهية. و التجربة من شأنها أن تكشف له ضعفه. فإذا كان يتلهف إلى الصلاح، سيدرك من ضعفه مقدار غباوته إذا اتكل على نفسه، أو إذا حصر اتكاله بنفسه فقط.

## الفصل الثالث

### في الثقة والرجاء بالله فقط

رغم عدم جدوى الاتكال على القدرة البشرية فقط، في الجهادات الروحية، إلا أن الوقوع في اليأس دون التماس العون، قد يؤدي بالواحد من إلى التخلي عن حلبة الجهاد، فنستعبد للعدو. لهذا فبالإضافة إلى معرفة أفكار النفس، يتوجب على الإنسان أن يشعر من عمق القلب بأن الاتكال هو على الله دون سواه. فممنه كل خير، و كل عون، وكل مؤازرة، وهذا ما يحدو بنا إلى عدم الاتكال على أنفسنا البتة، فلا نتوقع منها سوى الضعفات و السقطات، الأمر الذي يقنعنا بضرورة عدم التمسك بأنفسنا، فالمؤمن على ثقة أن الغلبة تأتيه من الرب، عملاً بقول المرتّم: " الرب عزي و عوني، عليه اتكل قلبي فانتصرت... " (مزمور 7:28). أما الأفكار الواردة أدناه فتعين على الرجاء لنيل العون والقوة:

- 1- نحن نطلب عون الرب لنا، وهو وحده قادر على ما يريد، لهذا فخلاصنا بين يديه.
- 2- نحن نطلب عون الرب لنا، وهو وحده الحكيم العارف بأنجع سبيل يناسبنا. وهو وحده العارف بما يناسب كلاً منا.
- 3- نحن نطلب عون الرب على نحو غير محدود، وعونه يأتينا بمحبة منه لا توصف. فالله مستعد أن يمدنا بالموافق كل حين بغية نيل النصر التامة في الجهادات الروحية. يكفيننا أن نسرع إليه بثقة وثبات . الرب راعي نفوسنا الذي يبحث عن الخروف الضال في الدروب الوعرة المليئة بالشوك، و قد تجلى هذا بموته عنا. لذا فالمؤمن الساعي إلى الرب، لابد أن يستقر في النهاية في الأحضان الأبوية، ليشارك في الوليمة السماوية ، مع الملائكة الاطهار، الله لا يتوقف عن البحث عن كل خروف ضال، كتلك التي كانت تبحث عن الدرهم المفقود (لوقا 15:8-10). الله يفتش عن كل واحد منا، ويقرّع أبواب قلوبنا كل حين، عساه يدخل و يتعشى كما جاء في سفر الرؤيا (رؤ 3:20). و الله يصير على الدخول إلى قلوبنا إذا رغبنا به.
- 4- أما السبيل الرابع الذي تتولد لنا به، ثقة متينة في الرب، فيقوم على استرجاع كل علامات العناية الإلهية من أجل البشر في الكتاب الإلهي، وهي في الواقع كثيرة و لا تحصى. فليس من يضع ثقته بالله يخزي. هذا ما يقوله ابن سيراخ (2:10).

تمسك بهذه السبل المذكورة يا أخي، و حارب بشجاعة، مقتنعاً أن الغلبة لا بد آتية من الله. و أني لا أتواني في هذا الباب عن تذكيرك بعدم الثقة بالذات ، فكلنا بحاجة إلي هذه الملحوظة، و ليس أحد بغني عنها. إن اكرام الذات مرضى متجذر فينا إلى حد أن الواحد منا يظن نفسه أمراً ذا شأن. إنه وجع رابض في اعماق القلب يتحرك فينا على نحو خبيث ولا يمكن تتبعه بسهولة. ولكي نتحاشى الانخداع، علينا التمسك بضعفنا الذي يسبق تأملنا بالله. ان الضعف المقترن بالتأمل في الله، هو شرط لا بد منه، في كل نشاطاتنا.

## الفصل الرابع

### في كيف يعرف المرء أنه يضع ثقته بالله و لا يتكل على ذاته

يزعم المتكلمون على نواتهم أن ثقتهم بالله، و اتكالهم عليه، و ان ليس فيهم اعتماد على نواتهم البتة. والحال ليس هكذا ابدأً، و يمكنهم تبين هذا إن هم دققوا في نفوسهم حينما يتهورون. فإذا كان الحزن يلازمهم ساعة السقوط فيعيرون أنفسهم قائلين هكذا: سأقوم بهذا، و أفعل ذلك، كي أتجاوز ما حصل، و الكل سيكون على أفضل حال... إن في هذه المزاعم علامة بيّنة على الثقة بالنفس وعدم الاتكال على الله. فالحزن الناجم عن السقطة يكون كبيراً في الاعتماد على الذات. أما الذي يضع رجاءه بالله فإنه لا يتعجب ولا يندهل ساعة السقطة، ولا يحزن الى حد الافراط، فهو يدرك أن السقطة نتيجة ضعفه، و نتيجة انعدام ثقته بالله، و هكذا تنكشف له نفسه بالزلة، فيحتمل الكل، ليتقدم في التعلق بالله و الثقة به. و بالتالي فإنه يحتمل مستلزمات التوبة، في يقين بأنه قد أهان الله. وهذا يقوم به بسكينة وهدوءٍ متسلحاً بالله على نجو أفضل و أمثل، لمقاومة أعدائه بشجاعة و بإصرار، حتى الموت و أسوق مثلاً من الناس الذين يزعمون أنهم رجال الروح و الفضيلة، لكنهم سرعان ما يسقطون في الغم والكآبة بعد السقطة، فلا يعثرون على سلام و لا يطلبونه، بسبب الايغال في محبة نواتهم، وهكذا يهرعون إلى الآب الروحي جاعلين ثقل الخطيئة أمامه كي يتنقوا من رجاستها و يقووا على أنفسهم بواسطة السر الأقدس، سر التوبة والاعتراف.

## الفصل الخامس

### في ضلال الذين يزعمون أن الافراط في الغم فضيلة

يخطئ من يظن أن الحزن الشديد، الحاصل نتيجة للخطيئة، هو فضيلة. فقد يكون ناجماً عن كبرياء وعجب بالنفس. وكثيراً ما يكون مثل هذا الحزن قائماً على ثقة بالنفس، وثقة كبيرة بالقدرة الشخصية، حيث أن المرء يندهل إذا ما وقف أمام أمر لم يكن يتوقعه، فيذوب قلبه من شدة الضيق، فهو لا يستطيع أن يصدق أنه مرمي إلى الحضيض بعد أن كانت الآمال والتطلعات عظيمة وكبيرة.

إن أمراً كهذا لا يصيب الإنسان المتواضع الذي تمتنت ثقته بالله، فما عاد يرجو من نفسه أمراً حسناً. فعند سقوطه في زلة، يشعر بالحزن الشديد، دون أن يبلغ به الأمر إلى اليأس. فهو يعرف أن السقطان هي نتيجة لضعفه البشري، وانها ممكنة دائماً، فلا يضطرب ولا يتعجب، لأنه يدرك ذلك جيداً بمعونة نور الحقيقة.



## الفصل السادس

في أمور أخرى بها تصير الثقة بالله كاملة مع عدم الاعتماد على الذات

لما كانت القوة التي بها نغلب أعدائنا، تقوم في عدم اعتمادنا على أنفسنا، وفي ثقتنا ورجائنا بالله، كان لابد أن يتوفر عندك يا أخي علم جلي بهذا، لأنك به تأخذ القوة مقرونة بمعونة الله. فاعلم يقيناً أن ليست طاقاتنا، \_ سواء الفطرية منها، أو المكتسبة، ولا المواهب الممنوحة لنا مجاناً، ولا معرفة الأسفار المقدسة، ولا الأعمال التي عملناها من أجل الله عبر السنين، ولا كل هذه معاً، \_ تؤهلنا أن نفعل إرادة الله كما ينبغي. فإن كنا أمام عمل جليل ننوي القيام به، أو أمام تجربة نسعى إلى تحاشيها، أو عندنا صليب علينا أن نحمله بمقتضى إرادة الله، فإن لم ترفع معونة الله قلنا وتمدّه بالقوة، فالكل بدون جدوى لأن الرب قال : (بدوني لا تقدر أن تعملوا شيئاً) (يو 15: 15). لذا يتوجب علينا طوال حياتنا، وفي كل يوم، و ساعة، ولحظة، أن نضع نصب أعيننا عدم الاعتماد على ذاتنا، بل نرجو على الدوام الاعتماد على الله.

أما من جهة الثقة بالله، فاعلم أنه قادر على نصرتك ضد أعدائك، سواء كانوا قليلين أم كثيرين، ضعفاء أم أقوياء، لكن أوقاته و مواعيده خاصة، وهي قادرة على منح النصر مهما كانت النفس محملة بالخطايا في العالم، ومهما كانت ملوثة، ومهما تقلبت في التجارب واستخدمت كل الوسائل كي تتحرر من الخطيئة، وتصنع الخير دون أن تقطف ربحاً صغيراً مهما كان. لا بل على العكس فإن سقوطها في الشر صار أعمق. فمهما حصل، لابد للنفس أن تتمسك بالثقة بالله دون أن تتخلى عن أسلحتها الروحية. عليها أن تجاهد بكل شجاعة دون التوقف عند حد، لذا عليك ان تدرك أن الجميع يخسرون في الحرب الروحية ما عدا أولئك الذين يواظبون على الجهاد، جاعلين رجاءهم في الله. الله لا يهمل أحداً، رغم أنه يسمح لهم أحياناً أن يحتملوا الجراح. فليجاهد كل واحد، لأن الجهاد هو للجميع في مثل هذه الحرب. الأدوية جاهزة وفعالة، والرب يعطيها للمجاهدين الذين يتطلعون إليه بثبات و رجاء. وهكذا فإن المجاهدين في أوان غير متوقع، سيرون أعداءهم يتقهقرون كما كتب : (لقد توقف عسكر بابل عن الحرب) (ارميا 51: 30).

## الفصل السابع

### في كيفية ترويض الذهن لوقاياته من الجهل

إن الثقة بالله و عدم الاتكال على النفس، هما قاعدة وطيدة لا يمكن تناسيها في الحرب الروحية. إلا أن هذه المقولة لا تكفي، فثمة أمور ينبغي القيام بها من أجل البناء الروحي. فالإكتفاء بالمقولة لا يكفي وحده للوصول إلى النصر، فقد نسقط في شر كبير. من هنا يتوجب علينا القيام ببعض الرياضات النافعة للذهن والارادة معاً. فالذهن يجب أن يسان من الجهل و الغباوة التي تضره. الجهل يعيق الذهن عن بلوغ معرفة الحق، أساس العمل الروحي و هدفه السامي. لهذا لا بد من ترويضه كي يستأهل البلوغ إلى القامة المطلوبة لتتقنية النفس من أوجاعها، و تجميلها بالفضائل.

و ثمة سبيلان يتمكن المرء بهما من بلوغ نقاوة الذهن:

الأولى و الأهم هي الصلاة التي بها نضرع إلى الروح القدس فينسكب نوره الإلهي في أعماقنا، ولنا كل الثقة في ذلك إذا كان التضرع إلى الله بإخلاص، و كنا نتوق إلى تمتل ارادته في كل شيء و نخضع لإرشادات الخبراء الروحيين دون القيام بأي عمل خارج مشورتهم.

أما السبيل الثانية فتقوم على ترويض الذهن ليتمكن من اختبار كل شيء، والتدقيق فيه بقصد معرفته للتمييز بين الحسن و الرديء. فحكماً لا يجوز أن يكون دنيوياً بل نابعاً من الروح القدس أو من كلمات الكتب الإلهية الملهمة، أو كلمات الآباء القديسين والمعلمين في الكنيسة. و إذا كان اختبارنا هذا و معرفتنا صائبين، وفي لياقة، فمن شأنهما أن يخولانا أن نفهم بصفاء، انه يجب اعتبار أمور العالم الأعمى، عديمة القيمة، مزيفة وباطلة، و ان أمجاد العالم و ملذاته و غناه، ليست بشيء، و أنها كلها باطلة و تؤول إلى موت النفس، و ان الافتراءات و الوشائيات التي بها يعادينا العالم و يضطهدنا، تأتينا بالمجد الحق، و إن الآم العالم هي لنا مدعاة فرح. و ان مسامحة خصومنا و أعدائنا، و إتيان الخير لهم، فهي الشهامة الحقيقية، وهي من أعظم ميزات التشبه بالله (الصيرورة على مثاله). و ان من يحتقر العالم، لهو أقوى ممن يسود العالم و يحكمه، و ان الطاعة طوعاً، لهي شأن يبرز شجاعة الروح و قوته أكثر من الانتصار على ملوك جبابة و استعبادهم. و إن معرفة الذات المقرونة بالتواضع، لهي أولى من كل ضعف المعرفة مهما سمت. و إن اخضاع الشر و الميول والشهوات مهما صغر شأنها، لهو شأن جدير بالثناء أكثر من احتجاج و محاصرة قلاع كثيرة، و غلبة جيوش جرارة في كامل عدتها و تجهيزها. لا بل ان اخضاع الشر، هو شأن يفوق صنع العجائب و يضاهاى اقامة الموتى.

## الفصل الثامن

### في بواعث التمييز الصحيح و في كيفية معرفته

السبب \_ في أحكامنا المغلوطة التي نطلقها على بعض الأمور، \_ قد سبق ذكره، و هو أننا لم ندقق فيها كي ندرك كنهها ونعرفه. فنحن سرعان ما ننزع نحوها او نمجّها، لمجرد النظر إليها، فنطلق حكمنا عليها بمقتضى الظاهر. ان هذه الانواع من الحب و الكراهية تظلم نوسنا (ذهننا) وتجعله ينحاز في قضائه و حكمه، فلا يكون واقعياً صائباً. فإن رُمت يا اخي الانعتاق من هذا الهوى، فامسك أهواءك جيداً، و لا تسمح لنفسك بمحبة شيء أو كرهه، بعد أول نظرة. إنما دقق ممحصاً كل شيء في نوسك فقط. و النوس غير المعاق من الأهواء، يبقى نقياً و حراً ، فيتمكن من ادراك الحق و اعلانه، وهكذا ينفذ إلى ماهية الأشياء. و ذلك، لأن الشر كثيراً ما يحتجب وراء ظواهر جذابة و خداعة، أما الخير فيريض خلف ما هو سيء، أحياناً . فمتى استبدت بك الأهواء، فسرعان ما تجعلك تحب شيئاً أو تمجّه، و هكذا يتعذر على نوسك ادراكه كما يليق. فإذا كان هوى التحامل (الانحياز) سابقاً لكل تقدير، فإنه سيحول بين النوس و الشيء المعقول، فيكون القضاء نابعاً من الهوى. بكلام آخر، النوس سيعجز عن ادراك الشيء كما هو حقيقة، وهذا يقوّي التحامل الظلمة الكاملة، و الهوى يبلغ أقصى حد له، عندما يدرك المرء أن شيئاً ما هو أحب الأمور إلى قلبه، أو أكثرها مقتاً عنده. و التراخي مع عدم كبح جماح الهوى، على النحو المذكور، من شأنه أن يفسد الارادة والنوس معاً، فيأتي القضاء مغلوطاً، فيتجدّر المرء في الخطيئة، منتقلاً من اسوداد إلى آخر، و من إثم إلى إثم.

لهذا راقب نفسك يا عزيزي بيقظة، واحم ذاتك من محبة الشيء أو مقته، بدافع الهوى، قبل أن تمحصه في نور العقل و الكلمة الحق التي في الأسفار الإلهية، و في نور النعمة والصلاة وبعون قضاء أبيك الروحي. و إلا فإنك ستضلّ إذ ترى الخير الحقيقي شراً، و الشر الحقيقي خيراً. و كثيراً ما يحدث هذا كما في بعض الحالات الصالحة و المقدسة في ذاتها، دون أن تؤتيها أحوال ملائمة، كأن تكون قد حصلت في أوان غير مناسب، أو مكان غير ملائم، أو أنها لم تحصل بالقياس المطلوب. وهكذا فهي تلحق ضرراً غير قليل في من قاموا بها. و نعرف من الخبرة مقدار الآلام التي تكبدها البعض بفعل أعمال نافعة و مقدسة كهذه.

## الفصل التاسع

### في حراسة النوس من المعرفة الكثيرة غير النافعة والفضول المجنون

كما إنه من الضروري حماية النوس من الجهل، هكذا ضروري أيضاً صونه من الضد، أي المعرفة الكثيرة والفضول. فشحن النوس بالمعلومات الكثيرة والآراء والأفكار الباطلة وغير المفيدة، \_ يؤول إلى تشتيته وبعزقة قواه، فلا يعود قادراً أن يفهم ما النافع لتقويم الذات، و للكمال. لذا ينبغي أن تضبط نزعاتك و ميولك من جهة المعلومات المتصلة بالأمور الارضية. دع اخبار الماضي و الحاضر تمر، مع التبدلات في العالم و ممالكه. لتكن كلها بالنسبة اليك، في عداد غير الموجود. و إذا حدث و جاءك أحد بأخبار من هذا القبيل، فانبذها طارداً إياها من قلبك و خيالك. استمع إلى ما يقوله القديس باسيليوس : " ليكن الاستماع الى الأخبار الدنيوية بمثابة طعام مرّ عندك. و لتكن كلمات الرجال الأتقياء كشهد العسل". استمع لما يقوله داوود: " تكلم معي مخالفو الناموس كلام هذيان، لكن ليس كناموسك يارب" ( مزمو 118: 85). احبب سماع الروحيات و السماويات فقط، ادرسها و تأمل فيها. لا ترغب في معرفة أي شيء دنيوي بل اطلب ربنا يسوع المسيح و إياه فقط مصلوباً (1 كور 2: 2)، مع حياته، و موته، و كل ما يطلبه منك. و إذا عملت هكذا، فأنت ترضي الله الذي يجمع أحبائه و مختاربه الذين يحبونه و يجاهدون لعمل مشيئته.

إن كل تساؤل و استفسار آخر هو وليد عشق الذات و العجب، و طعامها. إنها شباك ابليس و مصائده عندما يرى قوة المتيقظين الساهرين على حياتهم الروحية، و ثبات ارادتهم، فيسعى إلى الحاق الهزيمة بنوسهم، عن طريق الفضول و حب الاستطلاع، و ذلك كي يسوده و يستحود على ارادتهم، لهذا الغرض، يوحى إليهم بالأفكار (logismos) السامية الغريبة و الخبيثة، لا سيما لأولئك اللامعين في ذكائهم، القادرين على استخلاص التأملات الرفيعة، و إن يجذب هؤلاء إلى متعة امتلاك و فحص مثل هذه الأفكار، فإنهم سرعان ما يهملون اليقظة على نقاوة قلوبهم، و النظر إلى ذواتهم بتواضع، و ينسون الإماتة الحقيقية، فيسقطون في حبائل و قيود الغطرسة و الغرور، فيجعلون ذاتهم صنماً، ما يلبثون شيئاً فشيئاً، بفعل الغفلة، أن يسقطوا في فكرة عدم الحاجة إلى نصيحة الغير و إرشادهم، فهم قد ألفوا و ارتاحوا، في كل حال، إلى الاحتكام إلى صنم علمهم و قضائهم.

إن هذا أمر بالغ الخطورة، و يعسر الشفاء منه. فعجرفة الارادة أخف و طأة و أقل شراً من غطرسة النوس و زهوه، و يمكن الشفاء من عجرفة الارادة بسهولة، عندما يدركها النوس، و ذلك بإرغامها على نير ما هو صالح و نافع. لكن إذا كان النوس متجذراً في الثقة بالذات، و مقتنعاً إن ما لديه خير مما عند سواه، فمن يشفيه في النهاية؟ هل يطيع، من

تيقن ان احكام الغير ليست كأحكامه؟ و حينما يعمى النوس ( عين النفس)، بالكبرياء، تلك العين التي بها يرى المرء كبرياء الارادة فيقومها. فمن سيقوم إذ ذاك، الارادة و يشفيها؟ كل ما في الداخل سيتشوش، إذ ليس هناك مكان أو انسان يصنع الشفاء.

فلا تتوانى في صد كبرياء النوس قبل انسلاله إل مخيخ عظامك قاومه. أكبح جماح نوسك، و أخضع فكرك إلى فكر الغير و رأيهم. كن جاهلاً، من أجل محبة الله، إن كنت ترغب في أن تكون أحكم من سليمان : " إن كان أحد يظن أنه حكيم بينكم في هذا الدهر، فليصر جاهلاً كي يصير حكيماً" (1 كور 3:18).

## الفصل العاشر

في كيف ندرّب (نروّض) نواتنا كي يكون لها هدف واحد مطلق الا و هو ارضاء الله في الأمور الخارجية

### و الداخلية

بالإضافة الى ترويض نوسك كي يتعلّم، عليك أيضاً أن تضبط ارادتك كي لا تجنح نحو رغباتك الذاتية، إنما ينبغي أن تقودها كي تكون مماثلة تماماً لإرادة الله. ضع في ذهنك جيداً انه لا يكفي أن ترغب و تنشد ارضاء الله على الدوام و في كل شيء، إنما أيضاً أن يكون الله هو الذي يحركها، لغرض واحد هو ارضاؤه، بقلب طاهر نقي. و لكي نروّض نواتنا على الثبات أمام هذا الهدف، ينبغي أن نتحمل جهاداً أعظم ضد طبيعتنا، أكثر من أي شيء ذكر. فطبيعتنا اعتادت أن ترضي ذاتها و تطلب راحتها و ملذتها في كل شؤونها، حتى في الأعمال الروحانية و الصالحة، فهي تغتذي بها على نحو شهواني، في الخفاء، كما لو كانت طعاماً تقتات به. وهذا يحدث عندما نرى فرصة لعمل روحاني منتصب أمامنا، فنرغب للحال في أن ننجزه على عجل و باندفاع، لكن ليس كأناس تحركهم ارادة الله، و هدفهم الوحيد ارضاؤه، إنما من أجل التعزية و الفرح المتولدين فينا عندما نرغب و نسعى إلى ما يريده الله منا. وهذا المرض هو الأكثر مكرراً و احتجاجاً، لأن الأسمى والأكثر روحانية، هو طبيعة الشيء الذي نرغب به، وهذا هو السبب، كما أسلفت، أننا لا نرغب مشيئة الله فقط، إنما ينبغي أن تكون رغبتنا هذه، على النحو الذي يشاء هو، و متى يشاء هو، و للسبب و المقاصد التي يريدها هو. و الرسول يعلمنا أيضاً أن نختبر ما هي مشيئة الله، ليس من حيث صلاحها فقط، بل أيضاً من جهة ما إذا كانت مقبولة لديه، و كاملة من كل الجهات. فيقول: " لا تشاكلوا هذا الدهر، بل تغيروا عن شكلكم بتجديد نوسكم فتختبروا ما هي ارادة الله الصالحة المرضية الكاملة" ( رو 2: 12 ). و هذا يؤول بنا إلى خلاصة مفادها، انه حتى ولو كنا نرغب في الله نفسه و نطلبه، فرغبتنا هذه يمكن أن تنطوي على خطأ و نقص. وربما يمتزج برغبتنا شيء من العجب بالذات و المجد الفارغ فنحن عرضة للاهتمام بشأننا الخاص، أكثر من اهتمامنا بمجد الله و ارادته، فنعمل حياً بذواتنا لا بالرب . و الله لا يقبل من الأعمال، إلا ما كان منها لمجده، فهو يريدنا أن نحبه وحده و أن نرغب به وحده و أن نعمل له فقط. لذا يا أخي إذا كنت ترغب في أن تحمي نفسك من المعوقات الكامنة في طريق الكمال، و إذا كنت ترغب في ترسيخ نفسك على هذا الموقف، فترغب و تعمل بما يرضي الله، فاطلب أولاً ارضاءه و تمجيده و العمل له فقط، فهو يريد أن يكون البداية و النهاية في كل أعمالنا و أفكارنا، و اسلك على النحو التالي: عندما ينتصب أمامك عمل مرضي لله، أو صالح في

ذاته، لا تنزع إليه تواءً، و لا تطلبه إلا بعد أن ترفع نوسك نحو الله كي تتبين إذا كانت رغبة مرضية له و يريدك أن تنجزها. و عندما تعد أفكارك على هذا النحو. وترى أن ميلك هو من مشيئته ، عندها ارغب بالعمل و تنفذه.

و بنفس الطريقة، عندما تريد أن تبعد عما هو غير منسجم مع ارادة الله، فلا يكن ابتعادك فورياً، بل ثبت عين نوسك في مشيئة الله أولاً، و تأكد أنها ارادة الله تدعوك للابتعاد ، ارضاء له (الله). ان انخداع الذات في طبيعتنا، دقيق جداً ، و قلة من الناس تميزه. فهو يبلغ مأربه خفية، بينما ظاهرة يبدو متفقاً مع ارضاء الله، و في الواقع ليس هو هكذا. و كثيراً ما يحدث أننا في الواقع نريد أو لا نريد أمراً لمنفعتنا الذاتية، لشبعنا، إلا أننا نتوهم أننا نطلبه لإرضاء الله و حسب. أن الوسيلة الوحيدة لتجنب خداع كهذا، هي نقاوة القلب. و قوام ذلك هو نبذ آدم العتيق و لبس الجديد. هذه هي الغاية من كل الحرب غير المنظورة.

و إذا رمت معرفة كيفية تحقيق ذلك، فاسمع: عندما تبدأ عمل شيء، ينبغي، قدر المستطاع، أن تحرر نفسك من كل الرغبات الذاتية ، فلا ترغب في فعل هذا، و تحاشي ذلك، حتى تدرك أن ما يحضك عليهما، هو وعيك لمشيئة الله. إذا كنت لا تدرك بقوة توجيه الله لك في كل شؤونك ، سواء الخارجية، أو الأكثر أهمية، الداخلية المتعلقة بنفسك، فاقنع بجعل هذا الادراك ممكناً. بكلام آخر روض نفسك بإخلاص على ارضاء الله دون سواه.

و قد يكون فينا الشعور الحقيقي بأن الله يحرّكنا إلى العمل، إما عن طريق ومضات الهية، أو استنارة داخلية تنكشف بها ارادة الله لقلوب نقية، في تأمل ، أو عبر الهام إلهي داخلي، أو بواسطة كلمة داخلية أو من خلال أعمال تحققها النعمة الإلهية الفاعلة في القلب النقي: على سبيل المثال، الدفاء المحيي و الفرح الذي لا ينطق به، ارتكاض الروح، التحرك نحو الرقة و الحنو، مع عبارات من صميم القلب ، و محبة الله و مشاعر أخرى محببة له، وكلها لا تنتج وفق مشيئتنا الذاتية، بل تكون من الله، لا من عملنا بل من خضوعنا. وهذه المشاعر يمكنها أن تكون تأكيداً على أن ما نعمله مرضي الله، لكن يتوجب علينا بادئ ذي بدء، أن نرفع إلى الله أنقى و أحرّ صلاة، متوسلين إليه بالحاح مرة، مرتين، و مرات كثيرة أن ينير ظلمتنا و يعلمنا. صلّ ثلاث مرات ، هذا ما يقوله العظيمان برصانوفويوس ويوحنا، و بعد ذلك أعمل بحسب ميل قلبك. علاوة على ذلك ، لا تنسى أن كل القرارات التي تشكلت فيك نتيجة للحركات الروحية الداخلية التي ذكرت، ينبغي أن تمحص بمشورة وقضاء أهل الخبرة. أما بالنسبة للنشاطات التي يتطلب انجازها وقتاً أكثر أو أقل، أو التي تدوم. فينبغي أن نوطد في قلوبنا عزمًا ثابتاً على ممارستها، ارضاءً لله، ليس في البداية و حسب، بل علينا أن نحاسب أنفسنا بين الفينة و الأخرى، فنمجده حتى النهاية، أما إذا أخفقت في هذا، فأنت في خطر الوقوع في عشق الذات

الطبيعي فينا، و الذي ينزع إلى ارضاء نفسه أكثر من ارضاء الله. و كثيراً ما ينجح، بفعل الوقت، في تحويلنا عن استعدادنا الأصلي للخير، و في تحويل أهدافنا الخيرة و نوايانا، لهذا كتب القديس غريغوريوس السينائي يقول: " حذار من نوايا ارادتك، و انتبه إلى أي سبيل تنزع، هل إلى الله ، أم إلى نفعك الذاتي و فائدتك، كونك تقيم في السكينة، و تتلو المزامير و ترفع الصلاة أو تعمل الأعمال الصالحة الأخرى، لئلا تُنهب دون علمك.

لذا فإن لم يراقب الإنسان نفسه جيداً، فقد يبدأ نشاطاً ما بغية ارضاء الرب، لكنه سرعان ما يدخل إليه شيئاً فشيئاً هماً ذاتياً يجد فيه اشباعاً لرغباته، فتصبح ارادة الله فيه أمراً منسياً بالكلية. و مع هذا، يبقى مشدوداً إلى لذة العمل. ولو أن الله نفسه منعه من هذا العمل، سواء عبر المرض أو التجارب من بشر أو شياطين، أو عبر طرق أخرى، فإنه يمتلئ حنقاً، فيلوم هذا أو ذاك لتدخله في أمور يحبها هو. و كثيراً ما يتدمر ضد الله نفسه، و في هذا علامة أكيدة أن نية قلبه لم تكن من الله، إنما برزت من جذر فاسد منتن متصل بعشق الذات.

إن من يسعى للقيام بهذا أو ذاك من الأعمال، بنقاوة ووعي لإرادة الله، و رغبة في ارضائه، فإنه لا يؤثر عملاً على آخر، حتى و لو كان الواحد عظيماً رفيعاً، و الآخر بسيطاً محتقراً، بل تكون نيته متساوية نحو الأمرين معاً، كونهما مقبولين لدى الله، فسواء عمل شيئاً رفيعاً وعظيماً، أو بسيطاً ومحتقراً، فإنه يظل في الأمرين قنوعاً و هادئاً، فنصب عينيه نية واحدة و غاية واحدة، هي ارضاء الله على الدوام، في كل ما يعمل، في الحياة أو في الموت حسب قول الرسول (2 كور 9:5).

لذا راقب نفسك يا عزيزي. اجمع ذاتك، وجاهد بما أوتيت من قوة، كي توجه أعمالك شطر هذا الهدف الوحيد. و إن حرّضتك دوافعك الداخلية كي تتحاشى عذاب جهنم، أو كي ترث السماء، هنا ايضاً، وجه نشاطك داخلياً شطر الهدف الأسمى ذاته، و ذلك كي ترضي الله بالطاعة لمشيئته، فمشيئة الله هي أن تذهب إلى السماء، لا أن تُلقى في جهنم. لا أحد يمكنه أن يدرك بالكلية عظمة قوة حياتنا الروحية، و أعني ارضاء الله. لأن نشاطاً بسيطاً و غير مهم، إذا تم انجازه بهدف ارضاء الله و تمجيده، من شأنه أن يصبح في عيني الله، أكثر قيمة من أعمال عظيمة و مجيدة تقام بدون هذا الهدف. الله يسر كثيراً عندما يراك تعطى متسولاً قطعة نقدية صغيرة بهدف ارضاء سموه الإلهي، أكثر من تجردك من ممتلكاتك كلها، لهدف آخر، حتى ولو كان طمعاً في اقتبال البركات السماوية، رغم أن هذه البركات، صالحة و مرغوبة. إن هذا العمل الداخلي \_ الذي ينبغي أن تمارسه في كل ما تقوم به، و أغنى توجيه أفكارك و مشاعرك و أعمالك نحو ارضاء الله، \_ سيبدو صعباً في البداية، لكنه سرعان ما يصبح سهلاً و خفيفاً، ان أنت مارسته بانتظام و تجهد روحي.



ثانياً ان احتفظت بالحنين إلى الله ملتهباً، فتتنهد بحنين قوي من القلب، من أجل الخير المطلق الجدير بالطلب، و طلبه لذاته، و خدمته ومحبته فوق كل الأشياء. و بمقدار بحثنا عن هذا الخير المطلق في الله، داخل عمق و عينا، و بمقدار ما يغوص هذا البحث في مشاعر القلب، تكون أعمال و أفعال ارادتنا حارة، كما ذكرت، وهكذا نستطيع أن نكون بسرعة و يسر، العادة، للقيام بأي شيء من خلال محبة السيد، مدفوعين برغبة (قوية) الى ارضائه ، طالما أنه الأجدى من كل ما نحب.

## الفصل الحادي عشر

بعض الأفكار التي يمكن أن تدفع ارادتنا نحو الرغبة في ارضاء الله في كل عمل و نشاط

وكي تحرك ارادتك بسهولة أكثر نحو هذه الرغبة الوحيدة، في كل أمر، أعنى كي ترضي الله وتعمل لمجده فقط، نذكر نفسك على الدوام أنه قد اغدق عليك هبات كثيرة في الماضي، و أنه اعلن لك حبه. فقد خلقك من العدم على صورته و مثاله، وجعل كل خليقته في خدمتك. لقد نجّاك من عبوديتك للشر، فهو لم يرسل لك أحد ملائكته، بل ابنه الوحيد، ليفتديك، لا بثمن فاسد من ذهب أو فضة، بل بدمه و موته المهين الأكثر ألماً. و بعد كل هذا، فهو يحميك في كل ساعة ولحظة، من أعدائك. و يحارب معك، في حروبك، بنعمته الإلهية. و في أسراره الطاهرة، يعد لك جسد و دم ابنه الحبيب طعاماً و حمايةً.

و كل هذا علامة على احسان الله العظيم و محبته لك. انه احسان عظيم إلى حد أنه غير مدرك، ان كيف أن رب القوات العظيم يهب احسانات كهذه، لحقارتنا و عدم استحقاقنا. فاحكم من هذا، أي شرف وتكريس ينبغي أن نقدم لعظمته البيت لا تحد، فقد عمل كل هذا من أجلنا. فإن كنا نعجز عن تقديم الشكر و الشرف و المجد و الطاعة إلى ملوك أرضيين لقاء احساناتهم، فكم بالأحرى و بالأكثر ينبغي علينا نحن غير المستحقين، أن نقدم إلى عظمة رب القوات الذي يحبنا و يهبنا احسانات لا تحصى.

وفوق كل ما قيل، لا تنسى أن عظمة الله جديرة في ذاتها، بكل شرف، وعبادة، و خدمة من كل القلب، و مقبولة لديه.

## الفصل الثاني عشر

### في الرغبات الكثيرة و الشهوات التي في الإنسان و الحرب التي بينها

اعلم انه في الحرب (الروحية) هذه، هناك ارادتان تتصارعان فينا: الأولى تنتمي إلى القسم العقلي من النفس، لهذا تسمى الارادة العاقلة، وهي الأسمى. و الثانية تنتمي إلى القسم الحسي، فتعرف باسم الارادة الحسية، وهي الأدنى، وكثيراً ما يطلق عليها اسم: البهيمية، الجسدية، ارادة الأهواء. الارادة السامية (العاقلة) لا تطلب سوى الخير. أما الأدنى، غير العاقلة، فتطلب الشر فقط. و كل منهما يحدث على قدم و ساق من تلقاء ذاته. لا أحد منهما هو رغبة خيرة في حد ذاته، فيعتبر خيراً. ولا رغبة شريرة، فيعتبر شراً. فالتقويم يعتمد على ميل الارادة الحرة التي فينا. فعندما تنزع ارادتنا نحو رغبة صالحة، تكون لخيرنا و مصلحتنا. لكن عندما نميل إلى رغبة شريرة، تكون ارادتنا ضدنا. كلتا الرغبتان يتبعان أحدهما الآخر. وعندما يكون هناك رغبة شريرة، للحال تبرز ازاءها رغبة صالحة. و ارادتنا حرة أن تتبع أيّاً تشاء منهما. تكمن كل حربنا الروحية غير المنظورة. وهدفها أن لا ننزع نحو الرغبة الأدنى، الجسدية، و ارادة الأهواء، إنما أن نتبع الارادة العاقلة و الأسمى فقط. ارادة الله هي أن نتبع ما هو ناموس أساسي لوجودنا: " اتق الله واحفظ وصاياه، فهذا هو الانسان كله". (جامعة 12). كل من هاتين الرغبتين يجتذب ارادتنا إلى ذاته، رغبة في اخضاعها. فأطفئ السفلى (الأدنى) متجهاً نحو الأسمى، فيكون الظفر من نصيبك. أما إذا أهملت الأسمى و اخترت الأدنى، فإنك ستجد نفسك مهزوماً. و الرسول بولس يعبر عن هذا بقوله: " إذا أجد الناموس لي حينما أرغب أن أفعل الحسنى، أن الشر حاضر عندي، فإني أسر بناموس الله بحسب الإنسان الباطن و لكني أرى ناموساً آخر في أعضائي يحارب ناموس ذهني فيستعبدني إلى ناموس الخطيئة الكائن في أعضائي" (رو 7: 21-23). لقد أعطى الجميع قاعدة: " اسلكوا بالروح، فلا تكملوا شهوة الجسد" (غلاطية 5: 16). إن هذا لا يتحقق بدون جهاد ضد الجسد.

إن جهداً شاقاً و تعباً مضمناً لابد أن يختبره \_ بادئ ذي بدء \_ أولئك الذين عزموا على تغيير سيرتهم الجسدية الدنيوية إلى أخرى بارة، فأعدوا ذواتهم بالكامل إلى محبة الله و خدمته بإخلاص، فقد سبق أن قيدوا أنفسهم بعبادات شريرة، لإرضاء رغباتهم الجسدية و ارادة الشهوات.

ورغم رغبتهم في اتباع متطلبات الارادة العاقلة، التي تقف بإزاء ارادتهم الحرة يعززها الله، إلا أن الرغبات الجسدية و الارادة الشهوانية تقف بإزائهم و ما تزال تشدهم و تجتذبهم. و إذ تعاكس الرغبات اللاحقة، تلك السابقة، فإنها

تجتذبها إلى جهتها بنفس القوة، كما يجتذب اللجام حيواناً يجر حمولة. نعمة الله وحدها هي التي تزودها بالقوة لتبقى ثابتة على القرار الذي اتخذته. و بالمقاومة الطويلة، وعدم اعطاء الأهواء فرصة للفوز، تخور قوة الرغبات الجسدية. إلا أن هذا لا ينهي الجهاد.

فلا يحلمن أحد باكتساب استعداد مسيحي حقيقي، أو بفضيلة أو بعمل الهي، كما يجب، إلا إذا أرغم نفسه على نبذ الدوافع الشهوانية في ارادة الجسد، و الفوز عليها، كبيرة كانت أم صغيرة، و التي سبق أن ألف اشباعها و ارضاءها، طوعاً و بلهفة. ان السبب الرئيس في أن أناساً قليلين يبلغون الكمال المسيحي التام، هو تردّد سواد الناس، - اشفاقاً منهم على ذواتهم \_ في الزام أنفسهم على نكران الذات، بالمطلق، في كل شيء. فإذا حدث أن غلبوا الميول الشهوانية الكبرى، دون أن يرغبوا في الزام نفوسهم على الانتصار في الصغرى، التي تبدو قليلة الأهمية، عندها، فالميول الصغيرة هذه، والتي هي ثمرة الكبرى و المعبر عنها، فإنهم بالانغماس فيها، إنما يغدّون اللاحقة، فيجعلونها تستمر و تعيش و تفعل في القلب، رغم أنها في الواقع لا تظهر على نطاق واسع. وهكذا يظل القلب شهوانياً و غير نقي، و فوق كل شيء، غير حر من جهة التساهل و الاشفاق على الذات. و من شأن هذا أن يعطل كل تقدم يبغى ارضاء الله.

ثمة أناس، على سبيل المثال، يمتنعون عن الاستيلاء على مقتنيات الآخرين، إلا أنهم متمسكون بإفراط بما لهم، و يثقون كثيراً بما عندهم، و من الناحية الثانية بطيؤون في الصدقة و الإحسان. وهناك آخرون لا يبحثون عن الكرامة بطرق شريرة، إلا أنهم لا يعتبرونها كلا شيء، بل يرحبون بها إذا بدت (الكرامات) و كأنها ضد ارادتهم. آخرون يمارسون أصوماً طويلة حسب الفروض، إلا أنهم لا يمتنعون عن ارضاء شهوة الأكل حتى الشبع (حتى الامتلاء)، فيأكلون جيداً، الأمر الذي يجرد صومهم من كل قيمة. آخرون يحيون حياة العفة و الطهارة، إلا أنهم يستمرون في اتصالاتهم و علاقيتهم بمن يحبون، فيستمتعون بها غير راغبين أن يفهموا أنهم بهذا يقيمون حائلاً أمام الكمال في الحياة الروحية و الاتحاد بالله.

سأضيف إلى هذا، الحقيقة التالية، وهي أن بعض الناس يهملون النواقص الطبيعية التي في شخصيتهم، و التي رغم اعتمادها على مشيئتهم الذاتية، إلا أن من شأنها أن تجعل المرء يشعر بالذنب إذا أدرك مقدار تداخلها مع الحياة الروحية، فلا يحرك ساكناً، ليس فقط من أجل ابادتها بالكلية. إلا أنه لا يحاول أيضاً أن يبقيها ضمن حدودها التي لا تؤذي، رغم انه يستطيع بلوغ ذلك بمعونة الله، و حسب انتباهه إلى ذاته، و حماسه. مثال على هذه النواقص: الترفع (الزهو)، حدة الطبع، الحساسية المفرطة و ما يليها من كلمات و حركات و أفعال تخلو من التفكير. الخشونة،

و الجفاء، العناد و المشاكسة، و التشبث بالرأي، و سواها... فهذه النواقص الطبيعية و الأخطاء، ينبغي اصلاحها و تصحيحها. في البعض، بتخفيف الافراط، و في البعض الآخر، بزيادة ما نُقص و قلّ، كي يتحوّل الامران معاً إلى صفات صالحة خيرة. فليس ثمة صفة طبيعية \_ بصرف النظر عن مقدار وحشيتها و فظاظتها، و عنادها، يمكنها أن تصمد أمام الارادة المتسلّحة بنعمة الله، و التي تقاوم بكل يقظة و اجتهاد.

ويحدث أن يتمم البعض أعمالاً صالحة، إلا أنها تبقى ناقصة، عرجاء، ممزوجة بالشهوات التي تسود في العالم هذا (1 يوحنا: 2: 16). و أمثال هؤلاء لا يحرزون أي تقدم في طريق الخلاص. بل يدورون و يدورون حول نقطة واحدة، و كثيرون ما ينكفئون ليستقوا من جديد في خطاياهم السالفة. و هذا يظهر أن محبتهم للحياة الحقيقية، في المسيح، لم تكن من البداية من كل القلب، فلم يمتلأوا كفاية من الشعور بالامتنان لله، الذي سبق أن أنقذهم من بطش الشيطان و قوته. فلم يكونوا كاملين في عزيبتهم و قرارهم، للعمل له فقط، بغية ارضائه. و نتيجة لذلك، يبقى أمثال هؤلاء غير مدربين في الخير، عمياناً، يخفقون في معاينة الخطر المحقق بهم، كونهم يتوهمون أن موقعهم راسخ و أمين، و إن الضرر لا يتهددهم.

لهذا يا أخي و حبيبي في الرب، أتوسل إليك أن تحب التعب المضني، و الأحمال الثقيلة التي سترافق هذه الحرب \_ الروحية \_ لا محالة، إذا كنت ترغب في النصر. و حكمة سيراخ تقول: " لا تمقت الأعمال المتعبة" (سيراخ 7: 15)، ففي هذا يكمن كل شيء. فكلما ازداد حبك للعمل المتعب، و لهذه القيادة التي لا شفقة فيها على النفس، ازدادت نصرتك على نفسك، و على ما هو في نفسك، في مقاومة للخير الأسمى، سرعة و كمالاً. بهذا ستمتلئ من كل فضيلة و من كل استعداد حسن، فيأتي سلام الله ليحل عليك.

## الفصل الثالث عشر

في كيف تحارب ضد الارادة الحسية البهيمية، و في الضروري من التدريب كي تكتسب الارادة خبرة في الفضائل في كل وقت تقع ارادتك الحرة تحت وطأة الارادة الحسية البهيمية، من جهة، وتحت ارادة الله التي ينطق بها الضمير، من جهة ثانية، فكل من الارادتين يبغى ضم ارادتنا إليه. وينبغي، ان كنت جاداً في الفوز بالخير، أن تستخدم طرقاً مناسبة، من جهتك، كي تساعد مشيئة الله على فوزك بالنصرة، و كي تصل إلى مبتغاك ، عليك بالأمر التالية:

- 1- عندما تشعر بضغط الأدنى، أعني الارادة الحسية الشهوانية، عليك توأ أن تبذل كل جهد لتقاومه، فلا تسمح لإرادتك بالنزوع إلى الحسيات ولو قليلاً. اسحقها ، وقطّعها ارباً ارباً. أبعداها عن نفسك بجهد متين و مكثف.
- 2- و لبلوغ مأربك بنجاح و بأفضل نتيجة، عجل إلى اضرام نار اشمئزاز من كل القلب، تجاه مثل هذه الضغوطات، كما لو أنها تجاه أعدائك الراغبين في نهب نفسك لتدميرها. اغضب عليهم.
- 3- في الوقت نفسه، لا تنسى أن تحتكم إلى ربنا يسوع المسيح معيننا في كل جهد. اسأله طالباً عونته و حمايته كي تتقوى ارادتك، إن بدونه لا يمكننا الفلاح في شيء.
- 4- و إذا ما أجريت هذه الأمور الداخلية الثلاثة بجد و اخلاص، فإنها لن تخفق في منحك النصر على الضغوطات الشريرة. إلا أن هذا يعني إبعاد الأعداء عنك فقط. أما إذا رغبت في أن توجه لها ضربة في الصميم، فعجل حالاً، و قم بأمر يعاكس إبحاء الضغط الشهواني و إن أمكن، بادر إلى القيام بالأمر نفسه على الدوام، وهذه الأخيرة ستحررك في النهاية بالكامل، من معاودة الهجمات التي تعرفها في الخبرة. سوف أوضح ذلك بمثال. افترض أن أحداً أساء إليك في شيء، كبيراً كان صغيراً، فأثار ذلك في نفسك حالة من الضيق و التأثر، مقرونة بفكر يحث على الرد بالمثل. انتبه لنفسك، و تيقن أن هذه الحركات كانت من أجل حثك على فعل الشر. عندها اتخذ موقف المحارب ، و اعمل بما يلي:

1- أوقف هذه الحركات، ولا تدعها تنفذ إلى عمق أكبر. لا تسمح لإرادتك أن تماشيها كما لو كانت حركات صائبة و صحيحة. و هذا يعني أن تقاومها.

2- إلا أنها تحت النظر، مستعدة لهجوم جديد، لذا ما عليك إلا أن تعلن غضبك عليها، كما لو كان ضد أعدائك، فتقي نفسك منها، حتى تتمكن أن تقول بإخلاص: " ابغضت الكذب و كرهته، أما شريعتك فأحببت " (مزموور

119:163) أو " بغضاً كاملاً أبغضتهم، صاروا لي أعداء" (مزمو 139:22). هذه ستكون صفقة لهم، فيترجعون، دون أن يتلاشوا. بعد هذا:

3- عَجِّلْ إلى دعاء الرب: " اللهم بادر إلى معونتي يارب اسرع الى اغاثتي.. " (مزمو 70-1) و لا تكف عن الدعاء هكذا، حتى يزول كل أثر للحركات الشريرة، و تستعيد نفسك سلامها.

4- بعد استعادة السلام، اصنع احساناً لمن اساء اليك، مظهراً محبتك له بكلمة ودودة، أو معروف يمليه الظرف، و ما إلى ذلك. فهذا يعني أن ك تتبع نصيحة داوود: " حد عن الشر و اصنع الخير " (مزمو 34:14). ان أعمالاً كهذه، من شأنها أن تقودك مباشرة الى اكتساب الفضيلة بإزاء الحركات الشهوانية التي أزعجتك و ضابقتك، و اعتياد هذه الفضيلة، من شأنه أن يضرب الشهوات في الصميم و يمحقتها. جاهد كي ترفق هذه الأعمال بعزيمة داخلية من شأنها أن تجعل الضغوطات الشهوانية مستحيلة في المستقبل. وعلى سبيل المثال، اعتبر نفسك، كما ذكرت آنفاً، مستحقاً لكل اهانة، و رحّب بكل نوع من المذمة و التعيير. رحّب بها و كن مستعداً لقبولها بفرح، على أنها الدواء الناجع في أحوال أخرى، جاهد كي توطّد في نفسك مشاعر و استعدادات مماثلة. ان هذا يعني طرد الهوى من قلبك، و استبداله بفضيلة مضادة له. هذه هي غاية الحرب الروحية غير المنظورة، سوف أقدم لك بياناً عاماً يلائم كل الظروف، و حسب ارشاد الآباء القديسين: في نفوسنا ثلاث قوى: العاقلة، الشهوانية، الغضبية. و بداعي مرضها و فسادها (1)، تولّد أنواع مماثلة من الأفكار الخاطئة و الحركات الرديئة. القوى العاقلة تولد افكار نكران الجميل لله، مع تأفف و شكوى و نسيان الله، و جهل للأموال الإلهية، و أحكام مريضة و كل أنواع أفكار التجديف. أما القوى الشهوانية فتولّد أفكاراً محبة للذة، و أفكار المجد الفارغ، و حب المال، و كل متفرعاتها الكبيرة التي تندرج في نطاق التساهل مع الذات. أما القوى الشهوانية فتولّد أفكار الغضب، الكراهية، الحسد، الانتقام، الفظاظة، و خنوع الإرادة، وعلى العموم كل الأفكار الشريرة. و عليك أن تهزم كل هذه الأفكار (logismos) و الضغوطات، بالطرق السابق ذكرها، فتجاهد في كل ظرف، كي توطّد في قلبك مشاعر حسنة و استعدادات تعاكس إحياء الأفكار. فبدل الشك، إيمان بالله لا ريبة فيه. بدل التأفف، شكر خالص لله على كل شيء، بدل النسيان، تذكّر عميق و دائم لله الكلي القدرة و الحاضر في كل آن. بدل الجهل، تأمل جلي أو فحص داخلي لكل الحقائق المسيحية المنقذة للنفس. بدل الأحكام المريضة، ملكات و قدرات مدربة على التمييز بين الخير و الشر. بدل أفكار التجديف، تمجيد و تسبيح لله. و في السياق ذاته، فبدل محبة اللذة، كل أشكال التعفف و الصوم و تهذيب الذات. بدل المجد الفارغ، التواضع و الرغبة في الاحتجاب

والتخفي (obscurity). بدل محبة المال، الرضى بالقليل، و محبة الفقر (متى 5:3). و أيضاً، بدل الغضب، الوداعة . بدل الكراهية، المحبة. بدل الحسد، الفرح مع الآخرين. بدل الانتقام، المسامحة و المسالمة. بدل الرعونة، الرأفة، و بدل الارادة المريضة، الرغبة الممدوحة، باختصار، سألخص كل هذا، مع القديس مكسيموس المعترف في الكلام التالي: زين قوتك العاقلة (تفكيرك) بيقظة دائمة بالله، بالصلاة ومعرفة الحقائق الإلهية والقوة الشهوانية، بنكران تام للذات، مع الإقلاع عن كل تساهل مع النفس. أما القوة الغضبية، فبالمحبة. و إن فعلت هذا، فأنا أؤكد لك، إن نور ذهنك لن يخبو، و لن تجد الأفكار الشريرة سبيلاً إلى نفسك و قلبك، و إذا كنت جاداً في غرس الأفكار الصالحة، الاستعدادات الحسنة في قلبك، صباحاً و مساءً وفي كل ساعات اليوم الأخرى، فلن تدنو منك الأعداء غير المنظورة ، لأنك ستكون كضابط كبير (جنرال) يعد جنده على الدوام، و يستكمل جهوزيتهم للمعركة، و الأعداء تعرف أن هجوماً على ضابط كهذا، هو أمر غير عملي.

ركّز انتباهك على النقطة الأخيرة، أعني الأعمال التي تعاكس تلك التي تمليها الأفكار الشهوانية، و تهيئة المشاعر و الاستعدادات المضادة للأهواء. بهذه الطريقة فقط، يمكنك أن تستأصل الأهواء من نفسك، لتبلغ وضعا أكثر اماناً. ومادامت جذور الأهواء فيك، فإنها ستنمو لتبلغ وضعا أكثر اماناً، ومادامت جذور الأهواء فيك، فإنها ستنمو و تتكاثر، و هكذا تحجب وجه الفضائل، و كثيراً ما تخفيها و تقصيها . في حالات كهذه، نكون في خطر الوقوع، في خطايانا السالفة من جديد، فننتلف كل ثمار أتعابنا.

لذا، فاعلم ان هذه الأخيرة يجب ممارستها، لا مرة واحدة فقط، بل مراراً، وعلى الدوام، إلى أن تسحق وتنتلف العادة الشهوانية التي جهادك ضدها. فهذه العادة قد قويت على قلبك عبر تكرر بعض الأعمال التي ترضي الهوى الساكن في القلب. و معارضة هذا الهوى في القلب، لا تكفي، لإضعاف قوته و سحقها، إنما يجب أن تحتكم إلى أفعال معاكسة لتلك السابقة، تكون ضد الهوى، كي تسحقه و تحطمه، الاحتكام الدائم سيقصي العادة الشهوانية، و يقتل الهوى الذي يحرضها، فيغرس في القلب فضيلة مضادة له، و عادة تقوم على أمور مماثلة. علاوة على ذلك ، \_ ولن أهدر الكثير من الكلام في هذا \_ فالأمر جلي، إلا أن اكتساب عادات حميدة حسنة، يستوجب القيام بعدد أكبر من الأفعال الصحيحة الحسنة، يفوق عدد الأفعال الشريرة المطلوبة لإحلال عادات رديئة. فالعادات الرديئة تتجذر بسهولة أكبر، بفعل مساندة الخطيئة الساكنة فينا، و أعني التساهل مع النفس، لذا فإن بدت لك أعمال كهذه قاسية و صعبة، من جهة معاكسة أهوائك، فإرادتك من أجل الخير ما تزال ضعيفة، بفعل مقاومة ارادتك المريضة الشهوانية، إلا أنه



يتوجب عليك ألا تهملها و تفلح عنها، بل أن تلزم ذاتك بكل الطرق، لممارستها على الدوام، مهما بدت لك ناقصة في البداية. وهذا من شأنه أن يدعم ثباتك و شجاعتك في القتال، فيمهّد السبيل إلى الغلبة.

سأضيف شيئاً آخر: تيقّظ و اجمع انتباهك داخل ذاتك. حارب بشجاعة. حارب ليس فقط فعل المثيرات القوية و الكبيرة، بل الضعيفة و الصغيرة التي من أهوائك. فالأمور الصغيرة تمهّد السبيل إلى الكبيرة، لا سيما عندما تصبح عادة. و الخبرة أثبتت، مرات كثيرة، أنه عندما يتقاعس الإنسان أمام الرغبات الشهوانية الصغيرة في القلب، \_ بعد أن يكون قد غلب الكبيرة \_ فإنه يتعرض لهجمات مفاجئة غير متوقعة، من العدو، تكون عنيفة للغاية، لدرجة أنه لا يستطيع الثبات في المعركة، فيكون سقوطه أشد ايلاماً من ذي قبل. إضافة إلى ذلك، أود أن أذكرك أنه عليك أن تقطع و تقتل كل صلة شهوانية بالأشياء غير الضرورية، لمجرد أن تلاحظ أنها تضعف من قوة ارادتك نحو الخير، و تشتت انتباهك و تشيع الاضطراب في الترتيب الحسن الذي أرسيت دعائمه في حياتك، رغم أنها أشياء مسموح بها. و إليك المثال على ذلك : التجول (النزهات) الحفلات الليلية، المحادثات، المخالطات، المعارف الجديدة (acquaintances)، وجبات الطعام، النوم، و أمور أخرى مماثلة، فإنك ستجني نفعاً كبيراً من هذا، بترويض ذاتك على ضبط النفس في الأمور الأخرى أيضاً. ستصبح أكثر قوة و خبرة في الجهاد ضد التجارب، فتتحاشي فخاخاً كثيرة ينصبها لك الشرير، فهو يعرف كيف يبسطها في هذه الدروب السليمة. و أوكد لك بأن أعمالك و أفعالك ستنال حظوة عند الرب.

لذا، يا عزيزي، إذا رغبت في أن تتبع نصيحتي و تأخذ على عاتقك مهاماً مقدسة كهذه، بكل يقظة و انتباه، فثق أنك في مدة قصيرة ستبلغ مرامك، فتصبح روحياً حقيقياً و فعلاً، بدل أن تكون مخدوعاً فتكون روحياً في الاسم فقط. و اعلم أن معاكستك لنفسك، و ضبطها، هو ناموس لا يتبدّل، و يتطلب عدم ارضاء الذات حتى في شؤون الحياة الروحية، لأن مثل هذا الارضاء \_ حتى ولو بدا جزءاً من الترتيب الروحي \_ سرعان ما يتلف عملك، فأنت تعمل، إلا أنك بدل أن تقطف ثمرة حقيقية، ستجني زهرة عقيمة، ولن تكون راسخاً ثابتاً في أي شأن روحي. سيبدو لك أنك تجني أمراً روحياً، لكنه ليس في الواقع هكذا. فالأشياء الروحية بحق، هي من نعمة الروح القدس التي تنسكب فقط على الذين صلبوا أنفسهم بالآلام و الحرمانات الطوعية، دونما شفقة على الذات، فاتّحدوا بربنا و مخلصنا المصلوب من أجلهم.

## الفصل الرابع عشر

### ماذا تفعل ان أظهر العدو أن الارادة السامية خاضعة بالكلية لإرادة الأدنى

إذا أحسست أحياناً بمثل هذه الانتفاضة القوية من الخطيئة، لدرجة أن مقاومتها تبدو مستحيلة، والحماس الذي به تعاكسها، قد بدا واهناً. فاحذر يا أخي في أن تكف عن الجهاد. إنما انهض و اثبت. فهذا من حيل العدو الذي يوهمك أن المقاومة لا تجدي، فيزعزع بذلك ثباتك، ويحثك على رمي سلاحك فترضخ له و تستسلم. أما أنت فدع ذهنك يرى حيلة العدو بوضوح. لا تعطيه ذريعة . لأنه طالما أن ارادتك لم تنزع نحو هذا المحرّض الشهواني، فأنت ما تزال في عداد المنتصرين الذين يحاربون العدو و يسحقونه، حتى ولو كانت عاطفتك تميل إلى جهة الهوى. لا شيء، ولا أحد ، يمكنه أن يرغم ارادتك، أو ينتزع الظفر من بين يديك فيقودك ضد ارادتك، مهما كان ذلك عنيداً و مريراً، و مهما كانت الحرب التي يشنها عليك أعداء خلاصك ، فالله قد زوّد ارادتنا الحرة بقوة (كهذه) مكينة، حتى انه لو قامت كل ملكات الإنسان و العالم و الشياطين ضدها، و هاجمتها، فإنها لا تقوى على إلزامها بشيء. فالإرادة حرة على الدوام في أن تقبل ما يقدمه هؤلاء و يطلبونه منها، أو أن ترفضه، إذا كانت لا ترغب به. من الناحية الثانية، ولهذا السبب عينه، تحمل ارادة الانسان مسؤولية كل شيء، و ستقف كي تدان. تذكر هذا جيداً: لا عذر لك \_ مهما شعرت أنك ضعيف و مرهق \_ لدى نزوعك نحو الفكر الشهواني . ضميرك سيُسمعك الأمر نفسه. فكلما قويت الهجمات، كلما وجب عليك أن تُعد مقاومة أقوى. لا تهمل هذه العزيمة، بل ردّد على الدوام كلمات أحد قادة حربنا: "اسهروا، اثبتوا... كونوا رجالاً، تقووا..."

**(1 كور 13:16)** و إذ تحافظ على صلابة ارادتك أمام نهوض الخطيئة، فتتنزع إلى جهة الارادة السامية، عجل إلى استخدام أسلحتك الروحية، الواحد تلو الآخر، و أقواها الصلاة. اجعلها بمثابة نَفْسِكَ قائلاً: " الرب نوري و خلاصي ممن أخاف. الرب حصن حياتي ممن أجزع. إن قام على جيش لا يجزع قلبي. ان قامت على حروب، ففي ذلك أنا مطمئن"

**(مزمور 3-1:27)** . " أنا على قوسي لا أتكل، و سيفي لا يخلصني. بالله فخرنا طول النهار، و اسمه نحمد إلى الدهر"

**(مزمور 44: 6-8)** . لا تخافوا ولا تهربوا، قدّسوا رب الجنود، فهو خوفكم و رهبتكم و يكون مقدساً..."

**(اشعيا 8: 12-14، 9، 10)**. و عندما تنتعش نفسك، افعل كما يفعل المحارب في الحرب الطبيعية عندما تهاجمه الأعداء: انه يتراجع بعض الشيء، و ذلك ليجد موقعاً أفضل يتمكن منه أن يرى بوضوح الشكل الأفضل لتسديد سهمه إلى قلب العدو. و أنت أيضاً اجمع أفكارك في الداخل، و استرجع شعورك بأنك عدم، و عجزك عن القيام بمفردك، بما يتطلبه الظرف الراهن. تضرّع إلى الله الذي كل شيء ممكن و مستطاع لديه، داعياً إياه إلى العون ضد هجوم الأهواء بدفء و ثقة و

دموع، قائلاً: " قم عوناً لنا، وافدنا من أجل رحمتك" (مزمو ر 44: 26) قاتل (يا يسوع) الذين يقاتلونني استل ترساً ومجنأً وبادر إلى معونتي... ليخجل ويخزي الذين يطلبون نفسي، ليخز إلى الورااء المتقاولون علي بالسوء" (مزمو ر 35: 1-2-4). " أيتها العذراء القديسة، اسبلي علي ظلك السريع المعونة". يا ملاكي الحارس، احفظني بستر أجنحتك أمام سهام العدو، و بسيفك اسحقهم و أبعدهم عني. واظب على هذه التضمرعات، فيأتيك العون على عجل. وفي الوقت نفسه تيقظ في نفسك. أن العدو يدرك قوة مثل هذه التضمرعات إلى الله، فيسرع إلى تشويشها واتلافها (افسادها)، بإثارة التأفف غير المعقول، و العديم النفع، ضد الله الذي سمح للعدو بمثل هذه الهجمات، وجعلك عرضة لخطر السقوط. بهذه الطريقة يسعى العدو إلى منعك، أو الحيلولة دون ابتهاالك إلى الله و ذلك ليجعلك غير جدير بمعونة الله، عندما تلاحظ مثل هذا الايحاء غير الإلهي، بادر إلى استرجاع اليقين الصادق والحق أن الله لا يجرب بالشور، وهو نفسه لا يجرب أحداً، إلا أن الإنسان يجرب إذا انجذب و انخدع من شهوته (يعقوب 1: 13-14). بعدها افحص بتدقيق، أفعالك السالفة، و مشاعرك ، و أفكارك، فتجد أنها هي التي كانت السبب وراء تلك العاصفة الداخلية التي جعلتك في هذا الموقع الخطر. لقد افترى العدو ضد الله بستر نواقصك، أما أنت، فبالإيمان ينبغي أن تسلّم ببر الله. و بالتعقل، ألق عنك الستر الذي غطاك العدو به. عليك أن تلقي الملامة على نفسك، بداعي عدم يقظتك وتراخيك. تب معترفاً بخطيئتك الداخلية أمام الله، وعد من جديد إلى التضمرعات التي ذكرت، فمن شأنها أن تعيد إليك معونة الله. والله مستعد على الدوام، إلى اعانتك و مؤازرتك، لا سيما في مثل هذه الظروف.

بعد هذا، وعندما تهدأ العاصفة الداخلية، ينبغي أن يستمر الجهاد بمقتضى القواعد العامة في الحرب الروحية (غير المنظورة)، والتي سبق ذكرها في موضع آخر.

## الفصل الخامس عشر

### ينبغي ان تستمر الحرب بلا انقطاع و بشجاعة

إن اردت يا اخي ان تفوز بنصرة سريعة و سهلة على اعدائك، بادر الى شن حرب دائمة و شجاعة ضد كل الالهواء، لا سيما ضد عشق الذات او التعلق الأحقق المجنون بنفسك، والذي يتّضح بالتساهل مع النفس والاشفاق عليها، فهذه هي اساس ونبع كل الالهواء، و يستحيل ترويضها بدون آلام طوعية دائمة، و بدون ترحيب بالنواب و الحرمانات و الافتراءات و الاضطهادات الآتية من العالم، و من أهل العالم. فالإشفاق على الذات، كان دائماً السبب وراء اخفاقنا في تحقيق الانتصارات الروحية، ووراء صعوبتها، و ندرتها، و نقصانها، و زعزعتها. لذا ينبغي ان تكون حربنا الروحية ثابتة، و بدون توقف. و ينبغي ان تقترن ببقظة في النفس، مع شجاعة. و بلوغ هذه ممكن بسهولة، ان انت طلبتها من الله كهبات. لذلك، تقدّم الى المعركة بدون تردد. و اذا صادفتك افكار الكراهية والخبث المزعجة التي يعدّها الاعداء ضدك، و اجناد الشياطين التي لا تحصى، فكّر من الناحية الثانية، بقوة الله التي هي أعظم منها بما لا يقاس، و أيضاً بمحبته له. كذلك فكّر بصلوات القديسين، فهؤلاء كلهم يحاربون سراً عنا و معنا ضد اعدائنا، كما هو مكتوب: " للرب حرب مع عماليق من جيل الى جيل" (خروج 17:16). كم من نساء ضعيفات، و اطفال صغار تأهبوا للجهاد حينما فكّروا بهذه المعونة القوية والحاضرة دائماً، فتشدّوا و غلبوا كل حكمة العالم، و كل حيل العدو و كل مكر الجحيم. لا تجزع ان كان طغيان الافكار يضايقتك ويوحى اليك بأن العدو قوي جداً، و ان هجماته لا حدود لها، و ان الحرب تطول بطول زمن حياتك، و انك لا تقدر ان تتجنّب السقطات الدائمة من كل نوع. اعلم ان اعدائنا و كل حيلهم، هي في يدي رئيسنا الالهي ربنا يسوع المسيح الذي تحارب انت من اجل مجده و عظمته. هو نفسه يقودك الى المعركة. و بالتأكيد لن يسمح لأعدائك باستخدام العنف ضدك و غلبتك، الا اذا كنت الى جانبهم بمحض ارادتك. هو نفسه سيقاقل عنك و يدفع اعدائك بين يديك متى شاء، و كيفما شاء كما هو مكتوب: " لأن الرب الهك يسير وسط المحلة كي ينقذك و يدفع اعدائك، و يؤجل ذلك الى آخر يوم من حياتك. فثق ان هذا لخيرك و منفعتك ما دمت لم تتراجع أو تكف عن الجهاد من كل قلبك. حتى و لو جُرحت في المعركة، لا تلق سلاحك و تهرب. اجعل في ذهنك امراً واحداً هو ان تجاهد بكل غيرة و شجاعة، فلا مفر من ذلك. لا يستطيع احد ان يفلت من هذه الحرب، سواء في الحياة ام في الموت. و من لا يجاهد كي يغلب الهواء و اعداءه، سيسقط اسيراً لا محالة، سواء هنا ام هناك، و يسلم للموت.

و من النافع ايضاً ان تجعل في ذهنك مقاصد الله التي من اجلها يُسر ان نكون في حالة الحرب. و مقاصده هي التالي:  
 في الايام الغابرة عندما قاد الله اسرائيل الى ارض الميعاد، لم يأمرهم بإفناء كل الشعوب الساكنة فيها، انما ترك خمس قبائل اجنبية معادية لإسرائيل، و ذلك كي يبرهن الشعب المختار عن ثباته في الايمان به، و حفظ وصاياه. ثانياً، كي يعلم شعبه فن القتال (قضاة 2: 21-23)، (3: 1-2). بنفس الطريقة، فان الله لا يسحق كل اهوائنا دفعة واحدة، بل يتركها فينا تحاربنا حتى موتنا، و ذلك كي نبرهن عن محبتنا له و طاعتنا لمشيئته، و لكي يدرّبنا على الحرب الروحية. و ثيودوريتس المغبوط، يعالج هذا الأمر بالتفصيل فيقول: الله يسمح بذلك للمقاصد التالية:

- 1- كي يقينا من السقوط في الكسل و التواني، و يجعلنا يقظين و مجتهدين و صحاة.
  - 2- كي يذكّرنا ان العدو مستعد على الدوام ان يهاجمنا لئلا نجد انفسنا على غير توقّع محاطين بالعدو و مغلوبين من الاهواء.
  - 3- كي نسعى الى الله على الدوام، راجين معونته.
  - 4- كي لا نتكبر بل نفكرّ في ذواتنا باتضاع.
  - 5- كي نتعلّم ان نمقت اهواءنا و اعداءنا \_ الذين يهاجموننا بلا هوادة \_ من كل القلب.
  - 6- كي نبرهن عن تمسّكنا بمجد الله و محبته و الايمان به الى النهاية.
  - 7- كي يحثّنا على حفظ ادق لوصايا الله، فلا نهمل اصغرها.
  - 8- كي نتعلّم بالخبرة قيمة الفضيلة العظيمة، فلا نحيد عنها ونقع في الخطيئة.
  - 9- كي تعطينا الحرب الدائمة امكانية الفوز باكليل اعظم.
  - 10- كي نمجد الله و نخجل الشرير بصبرنا الى النهاية.
  - 11- كي نعتاد الحرب و نألفها في حياتنا، فلا نجزع ساعة الاحتضار، حينما نواجه اشد الهجمات قساوة.
- و ما دمنا محاصرين على الدوام بأعداد كبيرة من الاعداء، كراهيتهم لنا شديدة المرارة، فلا يمكن ان نتوقّع منهم اية مسالة او تأجيل او وقف للهجمات، بل ينبغي ان نكون على اهبة الاستعداد في كل آن، حتى انها متى حلّت بنا، نصدّها على الفور، بشجاعة. و من الافضل طبعاً، ان لا نفتح على انفسنا منافذ ينسلّ منها الاعداء و الاهواء الى قلوبنا و نفوسنا. لكن طالما سبق ان وجدت سبيلها الينا، فلا يسعنا ان نتراخي، بل يجب ان نتسلّح ضدها كي نطردها. انها عنيدة ولا تخجل، و لا تدعنا، الا اذا طردناها بالقوة.

## الفصل السادس عشر

### في كيف يستعد جندي المسيح للمعركة في الصباح

ما أن تستيقظ في الصباح، بادر الى الصلاة لبرهة قائلاً: " ايها الرب يسوع المسيح ارحمني". بعدها ليكن عملك الأول ان تغلق على نفسك داخل قلبك، كما لو انك تتخذ موقعاً للقتال في حلبة. وبعد ان تحصن نفسك هناك، اجعلها تعي وتحس، ان عدوك، والرغبة الشهوانية التي جهادك ضدها، في تلك اللحظة، هي هناك، عن يسارك، متحفزة لهجوم فوري مباغت. لذا انهض في وجهها بعزم ثابت، كي تهزمها او تموت، لكن لا تستسلم. و تيقن ايضاً ان هناك، عن يمينك، يقف على نحو غير مرئي، رئيسك، ربنا يسوع المسيح، مع امه القديسة، ورهط من الملائكة القديسين و رئيسهم ميخائيل متأهبين لمعونتك، لذا تشجع و ابتهج.

انظر، ها امير العالم السفلي \_ الشيطان \_ ينهض ضدك مع مجموعة من الشياطين. و قد شرع باضرام نار الغواية الشهوانية. و يحاول ان يقنعك بوعود مختلفة كي تشفق على نفسك، فتكف عن الجهاد ضد ذلك الهوى و ترسخ له، مؤكداً لك ان الرضوخ و الاذعان، هو افضل، و اقل ازعاجاً. اما انت فحاذر و كن يقظاً. و في نفس الوقت، ينبغي ان تحسن الاصغاء الى جهة اليمين، حيث ملاكك الحارس يقف منذراً اياك يلهمك بصوته، متكلماً بالنيابة عن كل من يقف عن يمينك و قائلاً: " انت الآن في مواجهة مع معركة هي ضد اهوائك و كل اعدائك الآخرين، فلا تجزع و لا تخف. لا تجعل الهلع سبباً للهرب من ميدان القتال. فرئيسنا، ربنا يسوع المسيح، قريب منك تحيط به القوات و الرؤساء و كل الجنود غير المتجسدة و كل طغمة الملائكة القديسين، متأهبين جميعاً للقتال الى جانبك ضد اعدائك، كي لا تنهزم كما هو الوعد: " الرب سيحارب عنك" (خروج 14: 14) فاثبت انك، و ألزم نفسك بعدم الاستسلام. جاهد بكل الوسائل الممكنة كي تصمد امام الامتحان الذي يداهمك ، داعياً من اعماق قلبك: " لا تسلمني الى مشيئة اعدائي" ( مزمور 27: 12). تضرع الى ربك و الى العذراء القديسة و كل الملائكة والقديسين. العون سيأتي و أنت ستنتصر، لأنه مكتوب: " اكتب اليكم ايها الاحداث (الجنود الشجعان البواسل) فقد غلبتم الشرير" ( 1 يو 2: 3). و قد تكون ضعيفاً و اسيراً لعادات سيئة، بينما اعداؤك اقوياء و كثيرون الا ان معونتك اقوى، و تأتي من ذاك الذي ابدعك و افتدك. الله حاميك و لا شيء يضارعه في القتال، فقد كتب: " الرب القدير الجبار، الرب القوي في القتال" (مزمور 24: 8). علاوة على هذا، فرغبته في انقاذك تفوق رغبة اعدائك في هلاكك. لذا جاهد دونما كلل، في مشقات هذه الحرب، فالنصرة تأتي بهذه المشقات، و بفعل

اخضاعك لذاتك بالقوة، و دونما هواده، للابتعاد عن العادات الرديئة رغم الألم. وهكذا، يكون لك كنز عظيم، و تقتني ملكوت السماوات ، و تتحد نفسك بالله الى الابد.

كل صباح، ابدأ جهادك ضد الاعداء باسم الرب . و تسلّح بعدم الثقة بالذات، و برجاء متين بالله، وبصلاة ، و عدم تساهل مع النفس، من اجل المشقات الضرورية والاعمال الروحية، و فوق كل شيء، تسلخ بصلاة الرب يسوع : " ايها الرب يسوع المسيح ارحمني." اجعل هذه الصلاة في قلبك سيفاً ذا حدين. فهذا الاسم يزج الشياطين والاهواء معاً، و يبعدها . لهذا السبب يقول القديس يوحنا السلمي : " اربط الاعداء باسم ربنا يسوع المسيح." سنتكلم في فصل آخر عن هذه الصلاة. و اكرر، ايضاً: بهذه الاسلحة اضرب ذلك العدو، و ذلك الهوى، و ذلك الميل الشرير الذي يهاجمك، كما بيّنت في الفصل الثالث عشر. عارض هواك اولاً. بعد ذلك امقته. و في النهاية مارس الفضيلة المضادة له في جو من الصلاة. و اذا عملت هكذا، يكون نشاطك مرضياً لله الواقف الى جانبك مع الكنيسة الظاهرة في السماء يرقب (1) جهادك.

هذه الجهادات شاقة للغاية و متعبة، لكن لا تحزن ، ولا تتوان في عملك. انما اجعل هذا نصب عينيك. و اعمل كي ترضي الله، من جهة، \_\_ وكما قيل\_\_ فالحرب لا بد منها اذا اردنا الحياة. و ما ان توقف عن الجهاد، فسرعان ما نسلم للموت.

لا يضلنك العدو قائلاً: " جاري شهوتك، ولو لساعة. لكن تبصر في ما ستصير اليه حالك لو ابتعدت حياتك عن الله، و سلّمت ذاتك للعالم و ملذاته و كل المتع الجسدية؟ ستكون بعيداً عن الله، وهذا امر رهيب، ولو لدقيقة واحدة، و هل ستكون هكذا لساعة فقط؟ أليس من المرجح ان تمر ساعة بعد اخرى و انت في حياة بعيدة عن الله، يليها يوم بعد يوم، و سنة بعد سنة؟ و ماذا بعد كل هذا؟ حتى و لو اشفق الله عليك، فمنحك فرصة كي تعود الى نفسك، لتتحرر من فخ ابليس، و تنهض من كبوتك الرديئة، سيكون عليك ان تواجه المعركة التي هربت منها طمعاً في حياة سهلة، مع فارق واحد هو انها ستكون اكثر ضراوة، و اكثر قساوة، و اكثر الماء، الى جانب كونها اقل نجاحاً.

اما اذا ترك الله في ايدي اعدائك تخضع لمشورة نفسك، فماذا يكون؟ سوف لن اكرر الكلام ثانية، انما سأكتفي بالقول: تذكر، و من يجهل ذلك؟ ماذا سيكون بعد حياة ضائعة في متهاتات الاهواء الرديئة، و بعد الاوقات التي استطبتها في الحسيات، الا انها تفتقر الى الافراح الحقيقية؟ ستأتي ساعة الموت بغتة، و تكون النفس في حالة ألم و غم لا تستطيع كلمة الله ان تصورها إلا بالقول: " حينئذ يصرخون للجبال اسقطني علينا.." (رؤ 6 : 16). ان هذه الصرخة تبدأ ساعة الموت، الا انها تدوم و تستمر بعده حتى نهاية العالم، الى حين الدينونة، و لكن عبثاً و دونما جدوى . لذا تعقل كي لا تلقي

ذاتك \_ بعلمك و معرفتك\_ في عذاب الجحيم الابدي. لا تهرب من الجهادات الوقتية و مشقات النسك الروحي. وإذا كنت فهيماً لا بل نبيهاً، فخير لك ان تحتمل المشقات الوقتية، و اتعاب الجهاد الروحي، كي تهزم اعداءك، و تنال الاكليل، فتتحد بالله هنا و ثمة في ملكوت السماء.



## الفصل السابع عشر

### بأي ترتيب ينبغي ان تحارب اهواءك؟

من المفيد جداً يا اخي، ان تعرف جيداً بأي ترتيب ينبغي ان تحارب اهواءك، و ذلك كي يكون عملك على خير ما يرام، بدلاً من التخبُّط عشوائياً كما يفعل البعض، دون ان يفلحوا، فكثيراً ما يلحقون الضرر بنفوسهم، و الترتيب الذي به ينبغي ان تحارب اعداءك، فتجاهد ضد رغباتك الرديئة و اهوائك، هو التالي: ادخل الى قلبك بيقظة. و افحص بتدقيق، لتعرف في اية افكار و اهواء وميول شهوانية ينشغل، على نحو خاص، و أي هوى هو الاكثر تسلطاً و تحكماً هناك. بعد هذا، تسلِّح اولاً ضد الهوى، و جاهد كي تغلبه و تهزمه. ركِّز كل انتباهك وعنايتك على هذا الهوى، الاً عندما يحدث ان يبرز هوى آخر فيك. في مثل هذه الحالة، عليك ان تتعاطى مع الهوى الجديد بدون تأخير ، كي تبعده عنك، و تعود بعد ذلك الى اسلحتك تحملها في وجه الهوى الرئيس الذي يثبت وجوده و اقتداره دائماً . فكما في كل حرب ، هكذا في الحرب غير المنظورة، ينبغي ان نحارب ما يهاجمنا في اللحظة الراهنة.

## الفصل الثامن عشر

### في كيف تحارب ضغوطات الاهواء المفاجئة

ان كنت يا عزيزي لم تألف بعد ان تغلب الضغوطات المفاجئة وفعل الاهواء التي تثور عليك، مثلاً: الاهانات او الصدمات. و انا انصحك ان تعمل على النحو التالي: اجعل ذلك قانوناً لك كل صباح، و انت ما تزال في البيت، بأن تستعرض في ذهنك كل المناسبات التي تصادفك في بحر النهار، سواء كانت ممدوحة ام مذمومة. تصوّر في ذهنك الضغوطات الشهوانية، و الشهوات و الاثارات التي تحركها ضدك. بعدها اعدد في نفسك، مسبقاً، كيفية اخمادها منذ بدايتها، دون ان تسمح لها بالنمو، و ان فعلت هكذا، فلن تأخذك أي من حركات الاهواء، على حين غرة، انما ستكون دائم الاستعداد لمقاومتها. فلا الغضب يزعجك، ولا الشهوة تجعلك تضطرب.

ان استعراض ما قد يحدث، لا بد من ممارسته لاسيما لدى خروجك من البيت او زيارتك لأماكن تلتقي فيها اناساً كثيرين يجذبونك او يثيرونك. فإذا كنت مستعداً، تستطيع بسهولة ان تتحاشى الامرين معاً. و اذا ظهرت موجات الهوى، فإنها ستعبر فوق رأسك او تتحطم عليك، كما على صخر، بدل ان تجرفك كما ينجرف القارب الخفيف . هوذا النبي الالهي داوود يقنعك بهذا، فقد سبق ان تكلم عن الغضب قائلاً: " اسرعت و لم اتوان في حفظ وصاياك" (مزمور 119: 60). إلا ان هذا الاستعداد ليس في ذاته كل شيء. فإثارة الهوى ما تزال ممكنة ومفاجئة. في حالة كهذه اعمل على النحو التالي: ما ان تشعر بضغط شهواني، سواء كان من شهوة او اثاره، عَجَل الى كبح جماحه بقوة الارادة، و انزل الى قلبك بيقظة ذهنك، محاولاً بشتى الطرق ان تحول دون انسلال الهوى الى قلبك . انتبه كي تمنع قلبك من ان يتأثر بما هو مثير، او ان ينجذب لما هو جذاب. و ان حدث ان احد الامرين قد ولد في قلبك ، فعجّل الى الحيلولة دون خروجه. و لا تعبّر عنه، سواء بنظرة او بكلمة، او بإيماءة.

بالإضافة الى ذلك ، ألزم ذهنك وقلبك كي يرتفعا الى الله، فوق. وحالما تسترجع صفاء ذهنك، و شعورك بمحبة الله اللامتناهية، وحقه غير المنحاز. حاول ان تطرح الشهوانية خارجاً، و تستبدلها بخير يعاكسها. فإذا كان الامر يتعلق بلقاء احد، قد يكون من الصعب القيام بكل هذا بنجاح و بالكامل. لكن رغم ذلك، لا تهمل نيتك الحسنة، انما حاول ان تفعل ما بوسعك. و ان بدا جهدك عديم الجدوى والفائدة، فإنك ستبلغ الى مسعاك بعد انتهاء اللقاء الذي حرّك هواك. ولكن حذار ان تعلن الهوى الثائر فيك. وجهدك هذا، سوف يحول دون نموه. وعندما تتحرر من تيار الخيالات الشريرة، بادر بالدخول الى قلبك، وجاهد كي تطرد الافعى التي وجدت طريقها الى قلبك.

ان خير وقاية فعّالة ضد اثاره الاهواء الفجائية، هي في التخلّص من الاسباب التي تولّدها. وهذه الاسباب هي فئتان: محبوبة و ممقوتة. اذا كنت يا عزيزي متعلّقاً بشخص ما، و أسيراً لحبه، او على ارتباط بشيء ما، سواء كان كبيراً ام صغيراً، فمن الطبيعي \_ عندما تلتقيهم، او تراهم مهانين او متضررين، او ان احداً يريد ابعادهم عنك، و سرقتهم منك \_ ان تحزن و تثور و تضطرب، و تخاصم الذين يفعلون ذلك. فإذا اردت ان تتحرر من هذه المعرّات المفاجئة، احرص ان تتغلب على هذا الانجذاب و ان تقتلعه من قلبك، فهو انجذاب خاطئ و تعلق مغلوط. فكلما استبد بك اكثر، فأنت بحاجة الى عناية اكثر كي يكون لك ذهن متزن، و هكذا تكتسب موقفاً معتدلاً من الاشياء و من الناس. و كلما قوي الانجذاب او التعلق الشهواني، ازدادت حالات اثارته المفاجئة كما بيّنتُ. بنفس الطريقة، ان كنت تكنّ البغضاء لأحد، او كان في قلبك نفور من امر ما، فمن الطبيعي ان تثور فيك مشاعر الحنق و الاشمئزاز عندما تصادفهم، لاسيما اذا سمعت احداً يمتدحهم. لذا فإن كنت ترغب في أن تحتفظ بسلام قلبك في مثل هذه الحالات، فحثّ نفسك على اخماد هذه المشاعر الرديئة، في هذه المناسبة. بعد ذلك اعمد الى ابادتها كلها. ويساعدك في ذلك، التفكير التالي: من جهة الناس، اعلم انهم خلائق الله مثلك، مخلوقين مثلك (كما انت)، على صورة الله ومثاله، بيد الله الحي القوية. وقد افتداهم واعد تجديدهم، دم يسوع المسيح ربنا الذي لا يثمن، و انهم اخوتك ايضاً وكلكم اعضاء (جسد المسيح)، و من غير اللائق ان تمقتهم حتى بالفكر، كما هو مكتوب: " لا تبغض اخاك في قلبك" (لاويين 19: 17). و عليك ان تتذكر هذا، حتى لو كنت تظن انهم يستحقون الكراهية و العداوة، فإن اظهرت لهم صداقة وحباً، فإنك بصنيعك هذا، تتشبه بالله الذي يحب مخلوقاته ولا يزدريها كما يقول الحكيم سليمان في تمجيد الله: " لأنك تحب كل الكائنات. ولم ترذل اياً منها... " (حكمة سليمان 11 : 25). وبالرغم من خطايا الناس، فإنه يشرق شمسُه على الاشرار و الصالحين، و يمطر على الابرار و الظالمين" (متى 5 : 45)

## الفصل التاسع عشر

### كيف تجاهد ضد الالهواء الجسدية

اعلم يا اخي ان الجهاد ضد الالهواء الجسدية، يختلف عنه ضد الاخرى غير الجسدية، فإن اردت ان تكون الامور على ما يرام، فاعلم ان هناك ما يجب ان تقوم به قبل ان تجرّب بهذه الالهواء، فما هو اثناء التجربة، يختلف عما هو بعدها، قبل التجربة، ينبغي ان يكون تركيز الانتباه على الاسباب التي منها تتولد التجربة في العادة، والتي من شأنها ان تثير الهوى وتحركه. والقاعدة هنا هي ان تستخدم كل الوسائل كي تتحاشى كل المناسبات التي تعكّر هدوء جسدك، لا سيما مقابلة الناس من الجنس الآخر. فإن اضطررت ان تتحدث الى احدهنّ، فلتكن المحادثة قصيرة و رصينة، مع شيء من عبوسة العفاف على محياك. لتكن كلماتك ودودة اخوية، محافظة، لا مندفعة. لا تثق بعدوك (جامعة 12 : 10) يقول الحكيم سيراخ. لا تثق بجسدك. فكما ان الحديد ينتج الصدا من ذاته، هكذا طبيعة الجسد الفاسدة تنتج اثارا شريرة للشهوة: " فكما ان الحديد يتآكله الصدا، هكذا يكون خبثه وشره" (جامعة 12 : 10). و اكرر من جديد، لا تثق بنفسك من هذه الجهة. حتى ولو لم تشعر لقترة من الزمن بشوكة جسدك. لأن الخبيث المثلث اللعنة، كثيراً ما يحقق في ساعة او لحظة، ما عجز عنه في سنوات. و دائماً يعدّ للهجوم بصمت. فاعلم انه بمقدار ما يتظاهر الجسد انه يخطب ودك و يصادقك، فلا يدع أي سبب للتشكك، فبقدر اكبر تكون الانية التي يسببها، و كثيراً ما يقود الى الموت. ينبغي ان يحترس الجميع من مخالطة الجنس الآخر، الأمر الذي يعتبر خيراً في الحياة العامة، إما لأنهم اقرباء أو لأنهم اتقياء و اهل فضيلة، أو لأنهم اسدوا لك خدمة، فتجد نفسك ملزماً على التعبير عن العرفان بالجميل، على قدر المستطاع. عليك ان تتنبّه لهذا، فبدون الحذر والانتباه الى النفس، تمتزج هذه المخالطة عملياً، بالشهوة الحسية الرديئة، فتنسل الى النفس خلسة وحتى الاعماق، فيظلم الذهن، بحيث ان الانسان المصاب، كثيراً ما يبدأ بالتهاون مع اسباب الخطيئة الخطيرة، كالنظرة الشهوانية، والكلمات المعسولة من الطرفين، و حركات الغواية، و اوضاع الجسد، و ضغط الايدي. وفي النهاية يخضع للخطيئة ذاتها و لحبائل الشرير الأخرى، التي كثيراً ما يعجز عن انتشار نفسه منها بالكلية.

لذا يا اخي، اهرب من هذه النار لأنك بارود. لا تتجرأ على التفكير، في زهوك و غرورك، انك بارود مبلل رطبته مياه ارادة ثابتة وحسنة. لا لا، خير لك ان تفكر انك جاف كالجفاف، و انك ستشتغل لمجرد ملامسة اللهب، لا تثق بثبات عزيمتك، و في عزمك على الموت من الاساءة لله بالخطيئة. اذ رغم ادعاءك بأن هذه العزيمة ستجعلك باروداً

مبلاً، الا ان المخالطة الدائمة، والجلسات الانفرادية الخاصة، من شأنها ان تجفّ شيئاً فشيئاً رطوبة ارادتك الحسنة، بنار جسدية. وانت لن تلاحظ كيف اشتعلت بالحب الجسدي حتى هذا الحد. وهكذا لا تعود تخجل من الناس، ولا تخشى الله، وتزدري الشرف والكرامة، و الحياة، و كل عذابات الجحيم، بشوقك الى ارتكاب الموبقات و الخطايا. لذا تجنب بكل ما اوتيت من وسائل، الامور التالية:

1- الاتصال بمن يمكن ان يكونوا تجربة لك، ان كنت تريد حقاً و بإخلاص، أن تفر من أسر الخطيئة، بدفع ثمنها، و أعني موت النفس. الحكيم عند سليمان هو من يخاف اسباب الخطيئة و يتجنّبها. اما الجاهل فهو من لا يتحاشى اسباب الخطيئة، كونه يثق بنفسه كثيراً. " الحكيم يخشى الشر و يحيد عنه، اما الجاهل فيتصّلف و يثق بأفعاله" (امثال 14 : 16). ألم يقل الرسول هذا، عندما نصح اهل كورنثوس: " اهربوا من الزنى" (1 كور 6 : 18)؟

2- اهرب من الكسل و التراخي. تيقّظ و انتبه في كل شيء، مدققاً في افكارك عن كذب، و مدبراً نشاطك بحكمة و تعقل، حسبتما يملي عليك وضعك.

3- لا تخالف معلميك و مرشديك الروحيين، انما أطعمهم برغبة، في كل شيء. نفذ اوامرهم بسرعة و استعداد، لاسيما تلك التي تقدر ان تعلمك التواضع، و تقودك ضد مشيئتك و ميولك.

4- لا تسمح لنفسك، بوقاحة، ان تدين قريبك. لا تحكم على احد، ولا تدن احداً، لاسيما في الخطايا الجسدية التي عنها كلامنا. و إن كان احد قد سقط فيها بوضوح، فأشفق عليه بعطف و محبة. لا تحنق عليه، ولا تسخر منه، بل اجعل منه درساً لك في التواضع. تيقّن انك انت ايضاً ضعيف بالكلية، و تستطيع الخطيئة ان تحرك بسهولة كما يتحرك الغبار على الطريق. قل لنفسك: " هو سقط اليوم، و غداً اسقط انا". اعلم انك ان كنت سريعاً الى ملامة الآخرين و احتقارهم، فإن الله سيرسل اليك عقاباً مؤلماً، بحيث تسقط في الخطيئة التي تلوم الآخرين عليها " لا تدينوا لئلا تدانوا". (متى 7 : 1). سوف تنال العقوبة ذاتها، كي تتعلم منها مضرّة كبريائك. اتّضع كي تشفي من شرّين: الكبرياء، و الزنى. و ان كان الله، لمراحمه، قد حماك من السقوط، و حفظك بدون دنس، فكفّ عن لوم الآخرين، ان كنت تلومهم. و بدل اعتمادك و ثققتك بذاتك، خف بالحري، ولا تثق بثباتك نفسه.

5- تيقّظ لنفسك منتبهاً الى ذاتك، فإن كنت قد حصلت على هبة من الله، او وجدت نفسك في حالة روحية جيدة، فلا تقبل من خلال مجدك الفارغ، او هاماً باطلة، ظاناً انك شيء. لا تتخيّل ان اعدائك لا يتجاسرون على مهاجمتك، او

أنك تبغضهم و تحتقرهم لدرجة انك تنفر منهم اذا ما تجاسروا على الدنو منك. فإن فكرت هكذا، ستسقط كما يسقط ورق الخريف من الشجرة. هذا ما يجب ان تعمله قبل ان تداهمك تجربة الشهوة الجسدية.

وفي وقت الشدة، اعمل على النحو التالي: بادر الى اكتشاف السبب الذي حرّك الهجوم، و أبعد له الحال. قد يكون السبب إما خارجياً او داخلياً. أما الخارجية منها، فهي : نظرات غير رصينة، كلمات حلوة السمع، اغانٍ تبهج مسمك بمحتواها او نغمتها، ملبوسات ناعمة وجميلة، روائح تسد الأنف، سلوك ومحادثات حرة (غير رصينة)، ملامسة الايدي، و الضغط عليها، رقصات... و سواها. اما الشفاء من هذه فيكون ب : ثوب بسيط و متواضع، رغبة في عدم النظر او السمع او الشم او القول، او لمس أي شيء من شأنه ان يولّد هذا الضغط الشهواني، لا سيما مخالطة الناس من الجنس الآخر، كما سبق و ذكرت. اما الاسباب الداخلية فهي : من جهة، راحة الجسد و هناة و استرخاؤه عندما يجد الجسد كفايته التامة من الشهوات و اللذات. و من جهة ثانية، الافكار المعابة التي إما انها تتولّد من تذكر امور منظورة، مسموعة، او معروفة بالخبرة، او تلك التي تثيرها الارواح الشريرة.

اما الحياة في الراحة الجسدية و الاسترخاء، فيمكن تقويتها بالأصوام و الاسهار و النوم بعد سجدات و مطانيات كثيرة لإرهاق الجسد، و بكل الميئات الطوعية المتنوعة، في الجسد، كما ارشدنا اباؤنا القديسون الحكماء و المجربون. اما الشفاء من الافكار، مهما كان مصدرها، فهو بالرياضات الروحية المختلفة، الملائمة للحالة الراهنة، و الضرورة تمليها عليك. مثل : القراءة من الكتب المقدسة و الكتب النافعة، لاسيما القديس افرام السرياني، و يوحنا السلمي و الفيلوكاليا و سواها من مثيلاتها، مع تأملات و صلوات.

وعندما تبدأ الافكار المعابة هجومها عليك، صلّ هكذا: ارفع ذهنك نحو الرب المصلوب عنا، و ادعه من اعماق قلبك : " ربي يسوع"، " يا يسوعي الحلو"، اسرع الى نجدتي، و لا تدعني اسقط في ايدي اعدائي. وفي الوقت نفسه، عانق الصليب المحي الذي صلّب عليه ربك (ان كان قريباً منك). قبل جراحاته، و قل له بمحبة : ايها المجروح البهي في جماله، القدوس، الطاهر، اجرح قلبي الدنس، و لا تتركني اسيء اليك و احزنك بنجاستي."

وعندما تتزايد عليك افكار الشهوات الجسدية المعابة، لا تجعل تأملاتك فيها مباشرة، رغم ان كثيرين ينصحون بذلك. لا تحاول ان تتصور في ذهنك نجاسة و خزي خطايا الشهوات الجسدية، و لا تأنيب الضمير الذي يعقبها، ولا فساد طبيعتك و فقدانك للطهارة و النقاوة، و لا اتساخ شرفك و اموراً اخرى مماثلة. اقول، لا تحاول التفكير بكل هذه، لأن مثل هذا التفكير ليس دائماً وسيلة ناجعة بها تغلب التجارب الجسدية. فكثيراً ما يكون مثل هذا التفكير، مجالاً

لتقوية الهجوم او لسقوطك. فرغم ان ذهنك يمج الشهوة و يأبأها، إلا ان الفكر الواقف على موضوعاتها (**objects of lust**) يدعم القلب، و يحثه على النزوع اليها. فليس ما يدعو للعجب انه بينما يصب الذهن و ابلأً من الادانات القاسية على هذه الامور، يكون القلب مبتهجاً و راضياً بها، وهذا يعني سقطة داخلية. لا، فالواجب يقضي بأن تشغل فكرك بما يجعل ذهنك ينعثق من الامور المخزية، اعنى تلك التي لها تأثير رصين على القلب، مثل ، حياة و آلام ربنا يسوع الذي تجسد من اجلنا، و ساعة الموت التي لا مفر منها، او يوم الدينونة الرهيبة، و الوان اخرى من عذابات الجحيم.

و ان حدث ان استمر ضغط الافكار المعابة، رغم كل هذا، فهاجمتك الافكار بشدة و بطيش، لا تخف ، ولا تكف عن التفكير كما اوعزت. لا تحاول ان تهجم ضدها كي تبين لنفسك طبيعة هذه الافكار المخزية. اياك من ذلك. انما استمر في التأمل بما يغرس في قلبك المهابة و الرصانة، كما اسلفت، دون ان تمل هذه الافكار الرديئة، تماماً كما لو انها ليست فيك. و اعلم انه ليس من وسيلة ناجعة تطردها بها، كإهمالها و عدم الاكتراث بها. و على قدر الامكان، اقطع تأملاتك بهذه الصلاة، او ما يشبهها: أنقذني من اعدائي يا خالقي و منقذي من اجل آلامك المجيدة و رحمتك التي لا حد لها. حذار ان تتوقف عين ذهنك عند هذه النجاسة الجسدية. فمجرد النظر اليها ينطوي على خطورة. لا تحاك هذه التجارب، و لا تتكلم عنها كي ترى ما اذا كان قد حدث قبول لها فيك أم ان قلبك قد رغب عنها. ورغم ان شيئاً من هذا قد يبدو نافعاً و حسناً، الا انها في الواقع من حيل الشرير الذي حاول على هذا النحو ان يثبّط من عزيمتك و يرميك في الضعف و اليأس، فيجعلك تتوقف عند هذه الافكار اطول مدة ممكنة، و ذلك كي يقودك الى فعل الخطيئة، من هذا النوع او سواه. فبدل كل هذه التمحيصات المتعبة، بادر الى ابيك الروحي، و سرّ له بتفاصيل مكنوناتك، و هكذا تكون بلا انزعاج في القلب و الفكر معاً، و غير مضطرب من اية اسئلة، انما راضياً بتدبير ابيك. عليك فقط ان تبوح له بكل شيء ازعجك و يزعجك مضايقاً ذهنك و شعورك، في هذه التجربة. لا تخف شيئاً ولا تجعل لسانك يُربط بالخزي، بل تواضع بإذلال نفسك، فلا نصرة لنا بدون تواضع عميق. و ما احوجنا اليه لاسيما في التجربة الجسدية. ففي هذه الحالة، كثيراً ما تتولد التجربة من الكبرياء، او انها تكون لتأديبنا. لهذا يقول القديس يوحنا السلمي بأن من سقط في الزنى او في اية خطيئة جسدية اخرى فقد سبق ان سقط في الكبرياء، و قد سُمح بسقطته في الخطيئة، كي يتضع. فحيثما السقطة، هناك كبرياء قبلها، فالكبرياء يسبق السقوط. و ايضاً: "عقاب المتكبر هو السقوط" (فصل 23).

و في النهاية، عندما تُغلب الافكار الرديئة، و تتوقف التجربة، ينبغي ان تفعل التالي: مهما اقتنعت بأنك قد تحررت من هجمات الجسد، و مهما تيقنت من نفسك، فاحرص ان يكون ذهنك و انتباهك بعيدين عن الاشياء و الناس الذين كانوا سبباً في نهوض التجربة، لا تشبع الميل الى رؤيتهم بحجة انهم انسابؤك او انهم مكرسون و أهل فضل. حدّر نفسك بأن هذا الفكر هو خطيئة ناجمة عن طبيعتنا الفاسدة، وهي فخ من فخاخ عدونا الماكر الشرير الذي يأخذ هنا شكل ملاك من نور، كي يلقي بنا في الظلمة التي تكلم عنها القديس بولس في ( 2 كور 11 : 14).



## الفصل العشرون

### في كيف تغلب الالهمال و التراخي

كي تتجنب السقوط في شر الالهمال الرديء \_ الذي يحول دون تقدمك نحو الكمال، فيسلمك الى ايدي اعدائك \_ عليك ان تهرب من كل انواع الفضول \_ (محاولة معرفة ما يجري هنا و هناك، التجول الباطل، الثرثرة الفارغة، و حب الاستطلاع في ما هو حولك) \_ و من كل تعلق بما هو دنيوي، و كل الافعال الاعتبارية، او عمل ما تحب، فإن هذه لا تنسجم بالكلية مع وضعك. لا بل على العكس، ينبغي ان ترغم نفسك بمحض الارادة، وعلى عجل، ان تتبع كل ارشاد، او امر، من معلميك و ابائك الروحيين، و ان تعمل كل شيء في حينه، و بالطريقة التي يرغبونها.

لا تؤخر عملاً ينبغي القيام به، فالتأخير الاول القصير، سيقود الى ثانٍ اكثر طولاً. و الثاني، الى ثالث، ايضاً اطول، وهكذا دواليك. فيتأخر عملك، لأنك لم تتّممه في أوانه. او انك تهمله، لأنه شيء ثقيل ولا قبل لك عليك. فمتى ذقت لذة التواني مرة، فإنك ستبدأ بإيثارها على العمل. و بإرضائك هذه الرغبة، تنمو فيك شيئاً فشيئاً، عادة التراخي و الكسل، فتكف عن مجرد النظر اليها، للنظر الى مقدار رداءتها و سوءها. إلا اذا سئمت هذا الكسل، و عدت مجدداً الى المباشرة بعملك. عندها ستري ، بخزي و خجل، مقدار اهمالك، و كم من اعمال واجبة اهملتها، طمعاً بما يروقك انت من الاعمال الفارغة و غير المجدية.

قلما يُدرك التراخي في بدايته. فهو ينسل الى كل شيء، و لا يتوقف عند تسميم الارادة، فيبعدها عن كل جهاد، و عن كل اشكال العمل الروحي و الطاعة، انما يضرب الذهن بالعمى، فيحول بذلك دون رؤية الحماقات و اباطيل الجدل التي تساند استعداد الارادة. التراخي يعيق الذهن من ان يستحضر للضمير، التعقل الذي له القوة على تحريك الارادة الكسولة كي تنجز العمل الضروري بسرعة و اجتهاد، فلا تؤجله الى أجل آخر. لأنه لا يكفي ان تنجز العمل بسرعة، فكل شيء يجب انجازه في اوانه، كما تتطلب طبيعته، و بكل عناية و انتباه. وذلك كي يأتي كاملاً قدر الامكان. فاسمع ما هو مكتوب: " ملعون هو من يعمل عمل الرب برخاوة" (ارميا 48 : 10). انت سبب هذه المصيبة، لأنك تقاعست فلم تفكّ } بقيمة و أهمية العمل الملقى على عاتقك.

فالفكر سيلزمك بأداء العمل في حينه، و بعزيمة تطرد كل الافكار المرتبطة بالصعوبات المتوقعة، و التي يوحي بها الكسل، كي يثنيك عن عملك.

اقتنع بأن رفع الذهن نحو الله مرة واحدة، و السجود له وتمجيده، لهي امور ذات قيمة، و تفوق كل كنوز العالم، و إننا كلما أبعدنا التواني، و ألزمتنا ذواتنا بما ينبغي عمله، باجتهاد وجد، فإن ملائكة السماء ستعد لنا اكليل النصر المجيدة، اما اذا استمرينا في الكسل، فإن الله سيسترجع من الكسالى العطايا التي سبق فمناها لهم لجهادهم السابق من اجل خدمته. و في النهاية سيحجب ملكوته عنهم، اذا استمروا على التراخي، كما قال في مثل المدعويين الى الوليمة : " لأنني اقول لكم انه ليس احد من اولئك الرجال المدعويين يذوق عشاءي" (لوقا 14 : 24). هذا هو جزاء الاهمال. اما المجاهدون الذي يلزمون انفسهم بكل عمل حسن، دون اشفاق على النفس، فالرب سيضاعف من عطايه لهم في هذه الحياة، و يُعد لهم حياة البهجة الابدية في ملكوته السماوي كما قال: " ان ملكوت السماوات يغضب، و الغاصبون يختطفونه" (متى 11 : 12).

ان اوعز اليك فكر شرير، يحاول ان يلقيك في التراخي، و اوحى لك ان العمل الضروري لبلوغ الفضيلة التي تحب، هو طويل جداً و شاق، و ان اعدائك اشداء اما انت ضعيف ووحيد، و ان عليك ان تقوم بالكثير كي تبلغ مبتغاك. فلا تسمع له، انما فكر بالأمر على النحو التالي: طبعاً لا بد ان تعمل، ولكن ليس كثيراً. فعليك القيام بأعمال، الا انها صغيرة جداً و لا تستغرق وقتاً طويلاً. ستصادف اعداء لا كثيرين بل واحد فقط. و رغم انه قوي جداً بالنسبة اليك، الا انك اقوى منه بما لا قياس له، ما دمت تتكل على معونة الله التي تثق بها جداً. فإن كان موقفك هكذا، فالتراخي سينكفي ليحل محله \_ بفعل تأثير الافكار الصالحة و الأحاسيس الحسنة \_ حماس جدي في كل شيء، فتمسك بزمام كل ملكات نفسك و جسدك، اعمل الشيء ذاته في الصلاة. افترض ان اتمام خدمة مقدسة يستغرق ساعة من الصلاة باجتهاد، وهذه تبدو ثقيلة الحمل بالنسبة لكسلك. فحينما تبشر هذا العمل، لا تفكر ان عليك ان تقف لساعة كاملة، بل تصور ان ذلك يستغرق ربع ساعة فقط. بهذه الطريقة ستعبر هذه المدة دون شعور. بعدها قل لنفسك: لنقف للصلاة ربع ساعة اخرى، فهي ليست بالشيء الكثير اعمل الشيء نفسه بالنسبة للربع الثالثة و الرابعة، وهكذا تنهى عمل صلاتك دون ان تلاحظ شدة او صعوبة. و ان كنت اثناء ذلك تشعر بأنها امر شاق وعسير، حتى ان احساسك هذا تداخل مع الصلاة ذاتها، عندها توقف عن تلاوة الصلوات لبرهة، و عد بعد ذلك لتستأنف و تنهى ما قد اسقطت.

تصرف بالطريقة ذاتها مع العمل اليدوي وواجبات الطاعة و كثيراً ما تكون واجباتك كثيرة، فتضطرب و تستعد للتوقف عن اتمامها حذار من التفكير بكثرة عددها. بدل ذلك، اعد ذاتك، و ابدأ بإنجاز العمل المهم بجد و نشاط، كما لو ان الاعمال الاخرى غير موجودة. هكذا تتم عملك بدون غم و ضيق. بعدها اعمل الشيء نفسه تجاه سائر واجباتك، و سوف

تنتهي منها بهدوء، ودونما ضجر او تشويش. اسلك هكذا في كل شيء، و اعلم انك إن لم تصغ الى صوت العقل، و ان لم تحاول التغلب على الشعور بالتثاقل و المشقة التي يصورها لك العدو في الواجبات المطلوبة منك، فإنك ستسقط في النهاية اسيراً للتراخي، فتشعر كما لو انك تحمل جبلاً على كتفيك، ليس فقط عندما تواجه واجبات ملحة، بل عندما تكون هذه الواجبات بعيدة عنك ايضاً، فتكون مثقلاً و معذباً بها كعبد لا امل له بالحرية، حتى في وقت الراحة، لن يكون لك راحة، و ستشعر انك مرهق جداً حتى و لو كنت لا تعمل شيئاً.

اعلم يا بني، ان آفة الكسل و التراخي، تتلف بسمومها، ليس فقط الجذور الصغيرة التي منها تنمو العادات الحسنة، بل و ايضاً تلك المتجذرة، و التي هي بمثابة اساس لنظام حياة البر برمتها، و كما ان الدودة تنخر جذور الشجرة، هكذا التراخي، فمن شأنه اذا استمر، ان يتلف عصب الحياة الروحية ذاته. به يبسط الشرير فخاخه و تجاربه ضد كل انسان، و يولي عناية خاصة، و رسداً مكرماً، بالغياري على الحياة الروحية، عالماً ان الكسول المتواني، يسهل انقياده الى الملذات، فيسقط كما هو مكتوب: " نفس الكسلان تشتت ولا شيء لها" (امثال 8 : 4)

لذا تيقظ دائماً وصل واحرص على كل ما هو صالح، فهذا يليق بمحارب شجاع: " نفس المجتهد تسمن" (امثال 8 : 4). لا تجلس ويداك مضمومتان، تاركاً امر تخييط ثوب العرس الى اللحظة التي فيها تخرج بثوب العيد لمقابلة الختن الآتي، أي ربنا يسوع. ذكر نفسك كل يوم، ان "الآن" في متناولنا، اما "الغد"، فبيد الله، فمن وهبك الصباح، لم يعدك بالمساء. لا تصغ للشيطان عندما يهمس لك: اعطني "الآن"، والغد أعطه لله. لا لا، عش كل حياتك على نحو يرضي الله. ضع في ذهنك ان هذه الساعة لك، اما التالية فلن تعطى لك، و ان عليك ان تقدم حساباً صارماً عن كل لحظة، من هذه الساعة.

تذكر ان الوقت الذي بين يديك، لا يئتمن. و أنك إن أضعته سدى، فستأتي الساعة حيث تبحث عنه، فلا تجده. عدّ اليوم \_ الذي تعمل فيه الامور الحسنة، دون ان تكون جاهدت كي تغلب ميولك الرديئة و رغباتك \_ ضائعاً.

أنهي امثولتي في هذا الموضوع، و انا اردد وصية الرسول: " جاهد الجهاد الحسن دائماً" ( 1 تيمو 6 : 12). فساعة جهاد واحدة، كثيراً ما ربحت السماء. اما ساعة واحدة في التراخي، فأضاعتها. فاحرص جيداً ان اردت ان تبرهن لله عن ايمان ثابت بخلصك، " لأن من يضع ثقته بالله، يسمن" (امثال 28 : 25).

## الفصل الحادي والعشرون

### في ضبط الحواس الخارجية و حسن استخدامها

على العطاش (1) الى البر، ان يفكروا ملياً، و يعملوا دائماً، من اجل ضبط الحواس الخمس جيداً، و توجيهها حسناً: (النظر، السمع، الشم، الذوق، واللمس). فقلوبنا تنزع على الدوام الى طلب الراحة واللذة او التي ينبغي ان تجدها في النظام الداخلي للأشياء، وذلك بحمل صورة الله في اعماقها. فالإنسان خلق على صورة الله الذي هو مصدر كل راحة و تعزية. إلا اننا عندما ابتعدنا عن الله، بسقوطنا، و آثرنا ذواتنا، فقدنا ثباتنا بأنفسنا، ووقعنا في عبودية الجسد، وخرجنا من ذواتنا، و شرعنا نبحث عن المسرات والملذات. صارت حواسنا دليلاً لنا ووسيطاً. بالحواس تخرج النفس لتذوق الاشياء التي تعرفها (الحواس) وقد جرّبتها. صارت النفس تبتهج بما يبهج الحواس، فشرعت تبني دائرة المسرات و الملذات، و تعتبر التمتع بها بمثابة الخير الاول. لقد انقلب نظام الموجودات. بدل الله في الداخل، شرع القلب يبحث عن الملذات في الخارج، وهو راضٍ بها. فالذين استمعوا الى صوت الله: "توبوا"، ها هم يتوبون، و يوطّدون لأنفسهم ناموس اعادة تشييد نظام الحياة الاصيل، و أعني التوجّه من الخارج نحو الداخل، و من الداخل، الى الله، و ذلك كي يعيشوا فيه و به، و يكون هذا بالنسبة اليهم الخير الاول، فيحملون في داخلهم نبع كل تعزية، و رغم ان الخطوة الاولى في اعادة تشييد هذا النظام، هي رغبة قوية و عزم ثابت، إلا أنهم لا يبلغون غايتهم فوراً. فمن سبق ان عقد العزم، لابد له ان يواجه دأباً طويلاً من الجهاد ضد عاداته السالفة، و ذلك لتحل محلها عادات اخرى تتفق و شرعة الحياة الجديدة. هنا تكمن اهمية ضبط الحواس الخارجية و استعمالها.

لكل حاسة سلسلة من المواضيع ترتبط بها، بعضها سارّ و بعضها الآخر بخلاف ذلك. النفس تبتهج بالأمر السار و تألفها، معتادة عليها، و هكذا تكتسب قوة، بها تسعى اليها. بهذه الطريقة تُدخل كل حاسة الى النفس، شهواتٍ عدة، و ميولاً عدة، وارتباطات شهوانية. الاهواء تختبئ في النفس ملازمة الصمت، عندما لا يكون هناك ما يثيرها و يحركها. و كثيراً ما تثيرها الافكار المرتبطة بمواضيع هذه الشهوات. إلا ان السبب الرئيس والاقوى الذي يثيرها، هو مثل المواضيع (مواضيع الشهوة) امام الحواس كي تجرّبها و تختبرها. في هذه الحالة، تنبعث الشهوة اليها بدون ضابط،

(1) الغياري

في الانسان الذي لم يصمم بعد على مقاومتها، " فتولد الخطيئة، و الخطيئة متى اكتملت تنتج موتاً" (يعقوب 1 : 15).  
و يتحقق كلام النبي في هذا الانسان: " فالموت طلع الى كوانا" (ارميا9- 12)، أي الى الحواس التي هي كوي النفس  
للاتصال بالعالم الخارجي.

فالإنسان الذي يدع الشهوات تدخل اليه، فيجعلها تشن عليه حرباً، هو عرضة للسقوط. على الانسان ان يرسم لنفسه  
قانوناً لا يتخلى عنه، من اجل ضبط الحواس، و استعمالها، بطريقة لا تثير اية شهوات حسية، فلا يسمح بالدخول،  
الآن لما يُخمد الشهوات و يثير مشاعر مضادة لها.

و هكذا ترى يا اخي في أي من الاخطار يمكن للحواس ان تزجك، لذا انتبه لنفسك، و تعلم كيفية ترويضها. حاول بكل  
ما أوتيت من وسائل، ان تحول دون تحرك حواسك هنا و هناك كما يحلو لها. لا تحوّلها الى الملذات الحسية، بل على  
العكس، وجهّ خطاها الى ما هو خير و نافع و ضروري. و ان كانت حواسك تجمع حتى الساعة الى الملذات الحسية،  
فحاول من الآن فصاعداً و الى المنتهى، ان تكبح جماحها ، و تعود بها عن غيها . اضبطها جيداً.

و كما انها كانت بالأمس أسيرة للمباهج الضارة و الباطلة، عليها الآن أن تتقبّل مما هو نافع من كل مخلوق، و من كل  
شيء ، فتدفعه للنفس كي تتولّد الأفكار الروحية فيها، والتي من شأنها أن تجمع النفس في ذاتها ، فتحلّق بأجنحة  
التأمّل الداخلي، و ترفعها إلى معاينة الله و تمجيده كما يقول المبارك اوغسطين: " بمقدار ما هناك من مخلوقات في العالم  
تخاطب الأبرار، بمقدار ما هناك أفكار و تأملات مقدّسة تحرك في هؤلاء محبة الله، على الرغم من ان هذه المخلوقات  
بكماء ولا تتكلم". و أنت أيضاً، يمكنك أن تفعل ذلك على النحو التالي: عندما يداني حواسك موضوع حسّي تراه أو  
تسمعه أو تشمّه أو تتذوّقه أو تلمسه، فافصل في ذهنك بين ما هو حسّي و ماديّ منها، و بين ما هو من الروح الالهي  
المبدع. و اعلم ان ما في هذه ، يستحيل أن يكون من ذاتها، فكل ما فيها هو من الله الذي يهبها الوجود، و الخواص  
الحسنة، و الجمال، و الهيئة الحكيمة، للتأثير على الآخرين. فالله هو سبب ما فيها من جمال و روعة. طبّق مثل هذه  
الأفكار على كل الأمور المنظورة الأخرى، وافرح في داخلك بأن الله الواحد، هو أصل وعلّة كل هذه الكمالات العظيمة  
العجيبة المتنوّعة القائمة في مخلوقاته، فهو يحوي في ذاته كل هذه الكمالات. و ما تراه في خلّاقه، ليس سوى انعكاس  
ضعيف، أو ظلال، لكمالات الله التي لا حدود لها. درّب فكري على هذا لدى رؤية كل مخلوق، كي تألف النظر إلى الأمور  
الحسّية، دون أن يستقرّ انتباهك على مظهرها الخارجي فقط، بل ينفذ إلى كنهها الإلهي، إلى جمالها الخفي غير المنظور

، المعلن للذهن. و إن فعلت هذا، لن يعود هناك جانب خارجي للأشياء يجتذب حواسك و شعورك، ولا يبقى سوى الجوهر الداخلي يثير ذهنك ويغذي تأملاته الروحية، و يحثك على تمجيد الرب.

و في ما تنظر إلى العناصر الأربعة (الاستقسط): النار، الهواء، الماء، التراب، فكر في ماهيتها و قوتها و فعلها، فتمتلئ بهجة روحية وتدعو للخالق العظيم الذي أبدعها: "أيها الاله العظيم، الكثير القوة العجيب في أعماله، أنا أسرّ و أبتهج لأنك أنت وحدك أصل وعلّة و جوهر و فعل و قوّة كل مخلوق". وعندما تنظر إلى السماء فتعاين الأجسام السماوية، الشمس و القمر و النجوم وهي تعكس النور و الضياء الذي منحه لها الله، ستقول بذهول: "أيها النور الأبهي من كل الأنوار، والذي منه جاء كل نور إلى الوجود، سواء كان مادياً أو غير مادّي! أيها النور العجيب! يا فرحة الملائكة و بهجة المغبوطين. يا مَنْ فيه تغوص الشاروبيم في تأمل ودهش على الدوام. أيها النور الذي الأنوار المادية هي ظلام حالك أمامه. انني أسبحك و أمجدك أيها النور الحقيقي الذي يضيء كل انسان آت الى العالم. امنحني أن أراك عقلياً، فيفرح قلبي كل الفرح".

وعندما تنظر إلى الأشجار و الأعشاب و النباتات متأملاً كيف تحيا و تغتذي و تنمو و تتكاثر، و ان وجودها ليس من ذاتها، بل من الروح المبدع الذي لا تراه، إلا انه وحده يحييها، فإنك ستصرخ: "ها هي الحياة الحقيقية التي فيه و منه و به تحيا و تنمو و تتوالد. أنت بهجة قلبي المحية".

و عندما ترى الحيوانات العجماء، ترتفع بعقلك إلى الله الذي منحها الحواس و القوى كي تنتقل من مكان إلى آخر: "يا نبع الحركة لكل الموجودات، يا مَنْ حرّك كل شيء وهو لا يتغيّر. كم أبتهج و أفرح بك أيها الساكن غير المتغيّر". وعندما تنظر الى ذاتك، و إلى الناس الآخرين. ترى انك وحدك أعطيت هذه الرتبة السامية، فأنت وحدك بين المخلوقات الحية التي تدبّ على الأرض، و قد حباك الله عقلاً، و جعلك تخدم الوحدة بين الخلائق المادية و غير المادية. تيقظ إذن لتمجيد و شكر الله خالقنا قائلاً: "أيها الثالوث الأبدي، الآب و الابن و الروح القدس المبارك إلى الأبد. اني أشكر في كل آن، ليس فقط لأنك خلقتني على الأرض، و جعلتني ملكاً على كل المخلوقات و أكرمتني، فخلقتني على مثالك، و وهبتني العقل و النطق و الجسم الحي. إنّما فوق كل شيء، لأنك منحنتني إرادة حرّة كي أمثلك بالفضائل، و تكون لي، أحويك في و أفرح بك إلى الأبد".

سأنتقل الآن الى الحواس الخمس كل على حدة:

## 1- النظر

عندما تنظر الى جمال الخلائق و حسن تكوينها، افضل في ذهنك ما تراه، عما هو جوهرها الروحي. و تأمل كيف ان كل هذا الجمال المنظور هو من صنع الروح المبدع غير المنظور و الكلّي الجمال، الذي هو علة كل جمال خارجي. و إذ تمتلئ فرحاً، قل: " أيتها الجداول الغنيّة المتدفقة من نبع غير مخلوق. أيها المطر المحيي الآتي من بحر كل البركات غير المحدودة. كم أبتهج في قلبي عندما أعاين جمال خالقي غير المنظور الذي هو أصل و علة كل جمال مخلوق. يا لها من عذوبة روحية تلك التي تملاني عندما أفكر بجمال إلهي الذي يتعدّر على الكلمة وصفه، والفكر، إدراكه، فهو مبدأ كل جمال."

## 2- السمع

و إن سمعت صوتاً شجياً أو انسجام أصوات أو غناء، فارفع ذهن إلى الله وقل: " يا انسجام كل انسجام، ياربي، كم أفرح بكلماتك التي لا حدود لها، فكل شيء يندمج بك في انسجام كليّ فينعكس على طغمة الملائكة في السموات، و على الخليقة الكثيرة العدد، على الأرض. هذه هي السيمفونية الكاملة فوق حدود التخيل". ربّي متى يحين الوقت لأسمع بأذني قلبي صوتك الكلّي العذوبة قائلاً: " سلامي أعطيك. انه السلام من الأهواء ان صوتك عذب كما تنشد العروس في نشيد الإنشاد " ( 2 : 14).

## 3- الشم

و إن صادف أن تنشقت طيباً معطراً، أو رائحة الأزهار، فارفع ذهنك فوق هذا العبير المادي، إلى عبير الروح القدس السري، و قل: " يا شذى أجمل زهرة. أيها العطر الذي لا يفرغ و الذي انسكب على كل خلائق الله كما يقول نشيد الانشاد: " أنا زهرة شارون و زنبقة الأودية ( 2 : 1 ). ان اسمك طيب مهراق ( 1 : 3 ). يا نبع كل شذى ، يا من يفوح أريجته الإلهي على كل الموجودات فيغمر أسمى الملائكة و أنقاها، ليشمل أدنى الخلائق، مفعماً الكل بشذاه. " هكذا حين اشتم اسحق رائحة يعقوب قال: " ها رائحة ولدي كرائحة حقل باركه الرب " ( تك 27 : 27).

## 4- الذوق

عندما تأكل أو تشرب، فكّر في الله الذي أعطى كل طعم مذاقة تبهجنا و تلذ لنا. و إذ تبتهج بالرب فقط، بادر إل القول: " يا نفسي ابتهجي ، فشبعك و مسرتك و راحتك هي في الله. يمكنك أن تعرفيه و تلتصقي به، و تجدي كل بهجة فيه

حسب قول المرنم: " ذوقوا و انظروا ما أطيب الرب" (مزمو 34 : 8). انها الأمر الذي عرفه سليمان فقال: " ثمرته حلوة لمذاقتي" (نشيد 2 : 3) .

## 5- اللمس

عندما تبادر إلى عمل ما، تذكر ان الله هو الذي وهبك القدرة والقوة على العمل، و انه علّة كل حركة، و انك لا شيء سوى أداة حيّة بيده. ارتفع إليه بالعقل قائلاً: " أيها الإله القدّوس، رب الكل، ما الفرح الذي يملاني عندما أفكر اني بدونك لا أقوى على شيء، فأنت المحرّك الأول في كل شيء".

وعندما ترى في البعض صلاحاً أو حكمة أو صدقاً أو آية فضيلة أخرى، بادر إلى فصل المنظور عن غير المنظور، و قل لإلهك: " يا كنز الفضائل الذي لا يفرغ، كم تعظم فرحتي عندما أعاين و أدرك ان كل خير هو منك، و ان كل صلاحنا هو لا شيء، إذا ما قيس بكمالاتك الإلهية. أشكرك يا إلهي على كل هذا، و على كل شيء خير عملته لقربيبي. أذكر عوزي و فاقتي أيها المنعم علينا، فأنت تعرف مقدار تقصيري في كل فضيلة" وعلى العموم، ففي كل مرّة تشعر ان في خلائق الله ما يسرّك و يجذبك، لا تدع انتباهك يتوقّف عند هذا الحد، انما اعبر بفكرك الى الله قائلاً: " يا الهي، إن كانت خليقتك بهذا القدر من الجمال والفرح و البهجة، فكم بالحري أنت يا كلّ الجمال و البهجة و الفرح و خالق الكل! فإن واطبت على هذا المنوال يا عزيزي، ستتمكّن من معرفة الله بحواسك و ذلك برفع عقلك على الدوام ممّا هو مخلوق، إلى الخالق. عندئذ سيكون وجود وهيئة كل شيء مخلوق، كتاباً لاهوتياً. و مع انك تعيش في هذا العالم الحسّي، إلا أنك ستشترك في معرفة العالم الآتي. فالعالم كلّهُ، و الطبيعة برمتها، هي أداة نتبيّن من خلالها المهندس و الفنان نفسه صانع الكل، الذي يعلن أفعاله و كمالاته غير المنظورة في المنظورات. ولا يميّز ذلك، إلاّ نظر الخلائق العاقلة. ويقول سليمان الحكيم: " بعظمة الخلائق وجمالها نرى الله بقياس " (حكمة 13 : 5). و من جهة ثانية يؤكد المبارك بولس: " ان أمره غير المنظورة تُرى منذ خلق العالم، مدركه بالمصنوعات قدرته السرمدية ولاهوته" (رو 1 : 20) .

في عالم الله، كل خلائقه تقوم بحكمة. فمن جهة تتنوع الخلائق، و من الأخرى، فقد حبا الله الناس قوّة العقل، به يتأمّلون الخلائق، فيستشفون حكمة لا متناهية وراء خلقهم و ترتيبهم. و من شأن ذلك أن ينمي المعرفة و التأمل في الكلمة الأقنومي الذي به كان كل شيء (يو 1 : 3). فمن الأفعال، تأتي إلى رؤية فاعلها، و ليس لنا إلاّ أن نقضي بصواب و رصانة، فإن وجدنا إيماناً في ما قد خلق، فإننا سنرى في الخلائق، خالقها.



## الفصل الثاني والعشرون

في ان المواضيع الحسيّة ذاتها، التي دار حولها كلامنا، يمكنها أن تكون وسائل و أدوات نضبط بها حواسنا جيداً

إن تمكّنها بها من التأمل في تجسّد الله و في أسرار حياته و آلامه وموته

سبق أن بيّنت كيف أننا من الأمور الحسيّة، نستطيع أن نرفع الذهن إلى التأمل في الله. و الآن نتعلّم طريقة أخرى نرفع بها ذهننا من الحسيّ إلى الإلهي، أي ، بالعبور من الحسيّ، للتأمل في تجسّد الله الكلمة، و في أسرار حياته المقدّسة الطاهرة و آلامه و موته . فالأمور الحسيّة التي في هذا العالم، يمكنها أن تكون إطاراً لمثل هذا التأمل، ان استطاع الذهن أن يعبر من خلالها إلى عظمة الله و مجده كونه علّة وجودها، وعلّة كل ما فيها من قوى (ملكات)، و كمالات ووظائف و مكانة بين كل الخلائق. بعد ذلك فكّر في عظمة صلاح هذا الإله \_ التي لا حدود لها، علّة كل ما هو مخلوق، \_ الذي رغب أن يتنازل إلى مثل هذه المسكنة و الحقارة، فيصبح إنساناً، و يتألم و يموت من أجل الناس و يسمح لمن هم جبلة يديه أن يحملوا السلاح ضدّه و يصلبوه. فعندما ترى أو تسمع أو تلمس أسلحة وحبلاً وسياطاً، و اغصان الشوك، و مسامير و مطارق وسواها... فكّر كيف ان هذه استخدمت مرّة كأدوات لتعذيب الرب. عندما ترى بيوتاً فقيرة، أو أنك تحيا في واحد يشبهها، تذكر المغارة و المزود الذي وُلد فيه ربّك كإنسان. عندما ترى المطر ينهمر، تذكر قطرات الدم و العرق التي تساقطت من الجسد الالهي، من يسوع الحلو، فخصّبت أرض بستان الجثمانية.

عندما تبصر البحر و القوارب تخمره، تذكر كيف مشى إلهك على المياه ووقف في السفينة يعلم الناس.

عندما ترى الصخور، دعها تذكرك بتلك التي تشققت لحظة موت الرب، دع الأرض التي تطأها، تذكرك بالزلازل الذي حصل بُعيد آلام المسيح. ينبغي أن تعيد الشمس إلى ذهنك ذكريات الظلمة التي غشيتها آنذاك، ليذكرك الماء، بالماء الذي امتزج بالدم المنبعث من جنب الرب عمد ما طعنه الجندي بعد موته على الصليب. عندما تحتسي خمراً أو أي مشروب آخر، تذكر الخلّ و المرارة التي دفعت للرب كي يشربها على الصليب. عندما تلبس ثيابك، تذكر الكلمة الذي لبس جسداً بشرياً كي ما تلبس ألوهيته. و عندما ترى نفسك مستوراً، فكّر في المسيح ربّك الذي سمح أن يتعرّى للجلد و الصلب من أجلك. عن شدّك صوت شجيّ، فحوّل ذلك إلى المخلص الذي على شفّته انسكبت كل عذوبة ونعمة حسب قول المرتّم: " انسكبت النعمة على شفّتيك" (مزمور 45 : 2). لحلاوة كلماته كان الشعب يتبعه، و لا يملّ من الإصغاء إليه كما يقول القديس لوقا " لأن الشعب كان متعلقاً به يسمع له" (لوقا 19 : 48) . عندما تسمع همساً و صياح أناس، تذكر صرخات اليهود: " خذه، خذه، اصلبه" (يو 19 : 15)، و التي نفذت إلى مسامع الرب. عندما تعاین وجهاً جميلاً، تذكر من

هو أبهى جمالاً من بني البشر (مزمور 45 : 2)، ربنا يسوع المسيح الذي صلب حباً بك و احتُقِر و أُهين من الناس، و كان رجل آلام و اختبر الحزن (أش 53 : 3) في كل مرة يرنّ جرس الساعة، تذكّر الحزن المتفاقم الذي ملأ قلب ربّنا يسوع عندما كان في بستان الجثمانية و كيف انه اضطرب لدى اقتراب ساعة آلامه و موته. تخيّل انك تسمع ضربات المطارق التي سمعت عندما كان الرب يُسمّر على الصليب.

و أقول بشكل عام، انه كلّما صادفك أمر مؤلم في حياتك أو حياة سواك، ضع في ذهنك ان أتعابنا و آلامنا و شجوننا هي لا شيء بالنظر الى العذاب المبرح و الجراح المؤلمة في جسد ربّنا و نفسه و التي احتملها من أجل خلاصنا.

## الفصل الثالث والعشرون

### في كيف تُترجم الانطباعات الحسيّة إلى دروس مفيدة

عندما تنظر أموراً تسرّ العين، و ذات قيمة عند أهل الدنيا، فكّر انها لا شيء و مجرد غبار، إذا ما قورنت بجمال السموات و غناها و التي ستصير من نصيبك بعد الموت، لا محالة، إن كنت قد رفضت كل أمور العالم. عندما تنظر إلى الشمس، فكّر ان نفسك هي أكثر بهاءً و جمالاً منها، إن هي امتلأت بنعمة الخالق. و إلا ، كانت أكثر ظلمة من الظلمة الخارجية، عندما تشيح بنظرك إلى السموات، ارفع عين نفسك إلى السماء الأسمى جاعلاً فكرك هناك. و اعلم انها المكان المعدّ لسكنك، إن كانت حياتك على الارض، مقدّسة وبلا عيب. عندما تسمع زقزقة العصافير فوق الأشجار أيام الربيع، أو أية نغمة مطربة أخرى، فارفع ذهنك إلى أكثر الأنغام حلاوة، أعني التي في الفردوس، و فكّر في ال (هليلويا) التي تُنشد في السماء على الدوام مع ترانيم الملائكة. صلّ إلى الله كي يعطيك أن ترنم بتسابيحه إلى الأبد مع الملائكة كما ورد في الرؤيا : " بعد هذا سمعت صوتاً عظيماً من جمع كثير في السماء قائلاً: " هليلويا. الخلاص و المجد والكرامة والقدرة للرب إلهنا" (رؤ 19 : 1). عندما تشعر بالانجذاب الى جمال إنسان، تذكر ان هذه الهيئة الجذّابة تخفي وراءها أفعى الجحيم المستعدة لقتلك، أو على الأقل تتخنك بالجراح، و قل لها : " أيتها الأفعى الملعونة التي تقف كاللص وتريد أن تبتلعني.... ان محاولتك لا تجدي و باطلة، لأن الله سندي. بعدها التفت إلى الله و قل : " مبارك أنت يا إلهي لأنك فضحت لنا أعداءنا المتستترين، و لم تدفعنا فريسة لأسنانهم" ( مزور 124 : 6 ). ثم توجه إلى جراح من صلب لأجلنا و اتحد ذهنك بها متأملاً بما عاناه ربنا في جسده الطاهر كي يعتقك من المآثم و يجعلك تمجّ شهوات الجسد، كذلك فإنني أنكرك بسلاح قوي به تبعد غواية الجمال الحسي، عندما تسقط في مثل هذه الغواية، بادر إلى الغوص بذهنك، و فكّر ملياً في ما سيؤول إليه هذا المخلوق الجذّاب، بعد الموت؟ انه جيفة مهترئة و رميم نتن يعج بالدود.

عندما تسير في أي مكان، فكّر بكل خطوة تخطوها، إنها تدنيك من القبر. عندما ترى الطيور وهي تحلق في الفضاء أو تبصر الأنهار تجري سريعة، تأمل في حياتك التي تعبر على نحو أسرع، نحو نهايتها عندما تهب رياح هوجاء، و تحتجب السماء وراء السحب الداكنة، عندما تسمع صوت الرعد، و تلمح و مبيض البرق، تذكر يوم الدينونة الرهيب، و صلّ إلى الله جاثياً، كي يمدك بالوقت و القوة كي تُعدّ نفسك آنذاك ، للمثول أمام وجه عظمتة المرهوب. عندما تحل بك ضيقات متعددة، لا تنسى أن تروّض ذهنك على الإفادة من الأفكار الخشوعية الملازمة لهذه الضيقات . لكن قبل البدء بأي شيء، اعمل التالي: تأمل في ارادة الله الضابط الكل ، متيقناً أن هذه كانت لخيرك و خلاصك، فانه بحكمته و جوده و

محبتته، قضى أن تعاني ما تعاني. تهلّل بالرب الذي أعلن لك محبته في مثل هذه الحالات، فأتاح لك ساحة بها تبرهن عن تسليم مشيئتك له برغبة تامة من كل القلب، في كل شيء يشاء أن يرسله لك قل في قلبك: " هذه مشيئة الله مغروسة في، بمحبته لي سبق أن رتب من قبل الأزمنة أنه ينبغي لي أن أحتل هذا الألم أ و الغم أو الفقدان أو الجور. ليكن اسم ربي الجزيل الرحمة مباركاً". عندما يراودك فكر صالح، أنسبه لله، و تأكد أنه منه، رافعاً الحمد له. و عندما تنشغل بقراءة كلمة الله، اجعله ماثلاً أمامك وراء كل كلمة، معتبراً هذه الكلمات نفساً حياً ينبعث من فمه الإلهي. عندما ترى الشمس تغيب في المساء، و الظلمة ترخي سدولها، فينكفي النور، كما هو الحال في الكسوف، تنهد مصلياً إلى الله أن لا يطرحك في الظلمة الخارجية. عندما ترى الصليب، فاذا تذكر أنه رايتنا و قوتنا التي لا تهزم في الحرب الروحية، و ان أنت ابتعدت عنه، تقع في أيدي أعدائك، أما إذا بقيت في كنفه و ظلّه، فتعرج إلى السماء و تدخلها بمجد و نصره. عندما ترى أيقونة والدة الإله القديسة، ارتفع إليها بقلبك و اشكرها، فهي قد أبدت الاستعداد فسلّمت نفسها إلى مشيئة الله كي تلد و ترضع و تربي منقذ العالم، و تشفع فينا و تحمينا و تعيننا في الحرب الروحية. و عندما ترى أيقونات القديسين، فتذكر صلواتهم و شفاعتهم من أجلك أمام الله، ولا تنسى أنهم يحاربون إلى جانبك في الحروب الروحية غير المنظورة. فقد سبق لهم أن حاربوا أثناء حياتهم بشجاعة و بسالة و هزموا الأعداء، فكشفوا لنا فن الحرب. فإن أنت شعرت بمؤازرتهم في القتال، اعلم انك ستنال الإكليل مثلهم، مع النصره في المجد السماوي الأبدى. عندما ترى كنيسة، فبالإضافة إلى الأفكار الحسنة الكثيرة، تذكر أنك أنت نفسك هيكل الله كما كتب: " أنتم هيكل الله الحي " (2 كور 6 : 16).

علينا أن نحافظ على هذا الهيكل كي يكون طاهراً و بلا عيب. عندا تسمع أجراس الكنيسة، فاذا ذكر تحية رئيس الملائكة إلى والدة الإله: " سلام لك أيتها المنعم عليها..." (لوقا 1 : 28)، متأملاً في الأفكار التالية : اشكر الله الذي أرسل هذه البشرى السارة التي هي بداية خلاصك. تهلّل مع والدة الإله من أجل العظمة التي ارتقت إليها بفعل عمق تواضعها. اشترك و إياها مع رئيس الملائكة جبرائيل في عبادة الكرمة الإلهية التي حبلى بها في بطنها الطاهرة، و خير لك أن تردد السبح هذا على الدوام، في النهار، مقروناً بما ذكرت، جاعلاً إياه أساساً لحياتك، تؤديه ثلاث مرات كل يوم على الأقل: في الصباح، و نصف النهار، و في المساء. و باختصار، فأنا سوف أسدي إليك النصيحة التالية: تيقظ على الدوام وكن مرهفاً من جهة علاقتك بحواسك، لا تسمح لما يأتيك عبرها، بإثارة أهوائك و تغذيتها. إنما استعملها على نحو لا تخرج فيه عن ارضاء الله على الدوام، و في كل شيء. لا تكن منقاداً من ارادتك. ولكي يسهل عليك بلوغ هذا، فبالإضافة الى رفع الأفكار من الحسي إلى ما هو روحي، روض نفسك على ما ذكرت في الفصول الأولى، أي، لا تنجذب إلى أمر أو تنفر

منه على عجل، بل ادرس الخطوة المناسبة بإزاء كل حالة على حدة، وذلك بتعقل و بأسباب مستقيمة، و ذلك كله كي تنسجم انطباعات الحواس و مشيئة الله التي ندركها بوصاياها. و أضيف، أنه لا يليق بك أن تمارس كل السبل الآنفة الذكر كي تستخدم الحواس في المقاصد الروحية دائماً. يُفترض أن تجمع ذهنك في القلب، و تبقى هناك بمعية الرب الذي يعينك في نصرتك على أعدائك و أهوائك، وذلك إما بالمقاومة الداخلية المباشرة، أو بممارسة الفضائل المضادة لها. و قد عنيتُ بكلامي عن الطرق الآنفة الذكر، تلك التي تعرفها، والتي يمكنك استخدامها، عند الحاجة. ما من ريب في أن كل شيء ينفع في حربنا الروحية، وذلك كي تلبس أمورنا الحسية رداءً روحياً.

## الفصل الرابع والعشرون

### دروس عامة في كيفية استخدام الحواس

بقي لي أن أعلن القواعد العريضة في استعمال الحواس الخارجية، وذلك للحيلولة دون فساد قيمنا ونظامنا الروحي، بفعل الانطباعات التي تنقلها (الحواس). لذا اسمع:

قبل كل شيء يا عزيزي، أرصد بكل حرص هذين اللصين اللذين يسلبان بخفة وعجل، وأعني: عينيك. لا تسمح لهما بالنظر بفضول إلى وجوه النساء، سواء الجميلات أو غير الجميلات، ولا حتى إلى الرجال، لاسيما الصغار منهم عديمي اللحم. لا تدع عينيك تحدقان إلى الأجساد العارية، ليس فقط الأجساد الآخرين، بل جسديك نفسه أيضاً. فالفضول المقرون بنظرات شهوانية. يوِّلد في القلب هوى الزنى، ويسهّل فعل الشهوة التي تستحق الدينونة حسب قول الرب: "ان من ينظر الى امرأة ليشتهيها فقد زنى بها في قلبه" (متى 5 : 28). لقد كتب أحد الحكماء يقول: "تتولّد الشهوة من النظر" سليمان الحكيم نفسه ينصحنا بأن لا ننخدع بغواية العين، ولا ننجرح بلذة الجمال: "لا تشتتهين جمالها بقلبك، ولا تؤخذ بهديها" (أمثال 6 : 25) وإليك أمثلة عن العواقب الوخيمة التي تترتب على النظرات الشريرة: أبناء الله انجذبوا (نسل شيث وانوش)، نحو بنات قايين، حينما نظروا إليهن (تك 6). لقد رأى شكيم بن حمور الحوي، دينة ابنة يعقوب، فسقط معها (تك 34) جمال دليلة استبد بقلب شمشمون (قضاة 16). داوود سقط لما نظر الى بتشبع (2 صم 11). شيخان من قضاة الشعب أثيرا لما نظرا إلى جمال سوسنا (دانيال). تنبّه جيداً من النظر بلهفة إلى منظر الطعام والشراب. تذكر أننا حواء التي نظرت إلى الشجرة المحرّمة في جنة عدن، فتجرّأت وأكلت منها، وهكذا جنت الموت على نفسها، وعلى كل نسلها. لا تحدّق بشهوة إلى الأثواب الجميلة، أو إلى فضة أو ذهب، أو إلى لمعان الأزياء العالمية، كي لا تنسلّ إلى نفسك عبر العين، أهواء المجد الباطل و حب المال. بل جدّ في أثر داوود الذي تممّى: "حوّل عيني عن مشاهدة الباطل" (مزمو 119 : 37). وعلى العموم انتبه من النظر إلى الرقص، أو الحفلات أو المهرجانات أو المجادلات أو الخصومات، و كل كلام فارغ، و الأمور غير اللائقة والمعيبة التي يهواها العالم المجنون، لكن الناموس يمجّها، و ينهي عنها. اهرب و أنت تغمض عينيك عن هذا كله، كي لا يمتلئ قلبك بحركات الأهواء، و خيالك بصور غير لائقة، فتكون تقاتل نفسك بنفسك. ان عدم صمودك في الحرب، يتأتى من ايثارك الأهواء في نفسك. ليكن ارتياد الكنائس مرغوباً عندك. وليكن نظرك، في الايقونات والكتب المقدسة، تأمل في القبور و المدافن وسواها من الأمور التي تضي على القلب تخشعا و قداسة. لا تصغ إلى الأغاني و الموسيقى، و الأحاديث الماجنة التي تحرك الشهوة، فهي تملأ

النفس بالخيالات الشريرة و تقود إلى الزنى ، كونها تضرم نيران الشهوة الجسدية في القلب. لا تصع الى المزاح و الضجيج الباطل، ولا إلى روايات البطولات التافهة، و ان سمعتها مرة، فلا تفرح، ولا تنزل الى دركاتها، فلا يليق بالمسيحي، التلذذ بمثل هذه الأمور التي تبهج فاسدي القلب و الأخلاق، الذين تكلم عنهم الرسول قائلاً: " يصرفون مسامعهم عن الحق و ينزعون إلى الخرافات" ( 2 تي 4:4). لا تصع الى النميمة و النقد و الافتراء التي يتناقلها البعض ضد أخوتهم. خليق بك أن تلجمها ان أمكن، أو، تتواري ، كي لا تسمعها، فالقديس باسيليوس الكبير يعتبر أن النمام و الواشي كلاهما يستوجبان الحرم الكنسي. لا تصع إلى الأحاديث التافهة التي يقضي فيها أهل العالم سواد وقتهم. لا تُسرّ بها، فالناموس يأمرنا بعدم قبول الخبر الكاذب (حز 23 : 1). سليمان يردد الأمر نفسه فيقول : " أبعد عني الباطل و الكذب" (أمثال 30 : 8) . و كما قال الرب : " ان كل كلمة بطالة يتكلم بها الناس سوف يعطون عليها حساباً يوم الدين" ( متى 12 : 36). حذار عموماً من الاستمتاع بأية كلمة أو حديث، فقد يلحق الضرر بنفسك، لا سيما التملق و مديح المرئيين كما يقول النبي اشعيا : " مرشدوك يا شعبي مضلّون و طريق مسالك يبلغون" (اشعيا 3 : 12) . أما أنت، فأحِب سماع الكلمات الإلهية و الترانيم المقدسة و الزامير و كل ما هو صالح و مقدس و مفيد للنفس و يزيدها بالحكمة... لا سيما محبة توبيخ الذات، و قبول الاهانات الموجهة ضدك. راقب حاسة الشم، و احفظ أنفك من متعة العطور التي قد تثير فيك أفكاراً و صوراً شهوانية. لا تستخدمها و لا تعطر نفسك بها. لا تنشقها بلذة شهوانية و تراخ، فهذا يلائم النسوة الرديئات، لا أهل الحكمة. فالعطور تضعف شجاعة النفس، و تحرك الأهواء الجسدية مع الشهوات، و ربما تؤدي بالمرء إلى السقطة. بهذا تنطبق عليك ويلات عاموص النبي ضد مستعملي العطور المثيرة: " وويل للذين يدّهون بأفضل الأدهان" ( عا 6 : 1-6 ). فيكون بدل العطر عفونة (اشعيا 3 : 24). احفظ حنجرتك و جوفك كي لا تستبد بها الأطعمة اللذيذة و المشروبات المسكرة. أما إذا أطلقت لها العنان، فإنك سترزح تحت أهواء أخرى و أعمال شريرة، كالكذب و المداهنة و حتى السرقة. و إذا استبدت بك شهوة الموائد، يمكنك أن ترمي بك إلى حضيض الملذات الجسدية و الشهوات البهيمية التي تفعل بما دون البطن، "... الشاربون من كؤوس الخمر" (عا 6 : 4-6). تحفظ من اللمس و الضغط بالأيدي، و من احتضان أجساد الآخرين لامرأة كانت أم لرجل، صغاراً كانوا أم كباراً، بما في ذلك جسدك نفسه، إلا عند الضرورة. لا تلمس أجزاء محددة، فكلما تفاقمت اللمسات غير اللائقة، كلما نمت ثورة الشهوات التي من شأنها أن تؤدي إلى ارتكاب الفعل الرديء نفسه. كل الحواس تساند حركة الشهوة مداورةً، حتى ارتكاب الخطيئة. فالذي يبلغ به الأمر، أن يلمس ما لا يليق لمسه، يصعب عليه العدول عن ارتكاب الخطيئة.

و تجارب اللمس تصل أيضاً إلى ما ترتدي من ملابس و ثياب فوق الرأس و الجسد، و الأحذية أيضاً، احذر أن تلبس جسمك ثياباً ناعمة، ملوثة، أو لماعة، أو أن تضع على رأسك غطاء باهظ الثمن، أو أن تحتذي أحذية غالية، فهذه شؤون النساء الرديئات، ولا يليق بالرجال تعاطيها. إنما ليكن لباسك محتشماً ووقوراً بقصد حماية الجسم من قر الشتاء و حر الصيف، كي لا تسمع الكلام إلى الغني الذي لبس البز و الارجوان: " اذكر أنك استوفيت خيراتك في حياتك" (لوقا 16 : 25) . و أيضاً كي لا يجوز فيك وعيد حزقيال : " فتنزل جميع رؤساء البحر عن كراسيهم، و يخلعون جببهم ، و ينزعون ثيابهم المطرزة" (حز 26 : 16). تحت هذه اللائحة يندرج أيضاً: كثرة الاستحمام، البيوت الفخمة و المنيفة، و السجاد الفخم، و الرياش الفاخر مع الأسرة الوثيرة، و الاستلقاء عليها. حذار من هذا كله ما دمت تبدي نقاوة هي السبب في الصور و الحركات و الاثارات الشهوانية و أعمال الجسد، لئلا يصيبك ما أصاب الذين توعدّهم عاموس : " ويل ... المستلقون على أسرة من عاج... " ( عاموس 6 : 1 - 4). ان ما سبق أن ذكرته هو تراب حُكَم على الحية (المجرّب) أن تلعه، و هو طعام تغتذي به أهواءنا الجسدية أيضاً. فعندما تحتقر هذه الأمور، ولا تلتفت إليها، إنما تتسلّح بالشجاعة كي تحول دون انسلالها إلى نفسك و قلبك عبر الحواس، فأنا أؤكد لك أنك ستسحق بأس الشر و الأهواء، لأنك ستقطع عنها ما تفتتت به لتنمو. أما أنت فتصبح بعد أمد قصير، من الظافرين الشجعان في الحرب الروحية. لقد جاء في سفر أيوب: " الليث هالك لعدم الفريسة" ( أي 4 : 11) . الليث هو الشرير، عدونا الدائم، الذي سرعان ما يفر ممن حجب عنه طعامه، فبتر و استأصل كل الحركات الشهوانية المتولدة بفعل الحواس الخارجية. قال الرهب جوبيوس في كتابات البطريرك فوطيوس: الشيطان أشبه بأسد النمل ( ant - lion) : فهو يشرع في افساد الإنسان، بزجّه في خطايا صغيرة صغر النمل، فعندما يعتاد الانسان عليها، و يألفها، يعود ليلقيه في الكبيرة منها. هكذا حال الشيطان، فهو في البداية يبدو ضعيفاً، و صغيراً كالنملة، لكنه سرعان ما يتحوّل فيظهر مارداً ضخماً ، و ليثاً شرساً.



## الفصل الخامس والعشرون

### في ضبط اللسان

إنها ضرورة قصوى أن نضبط لساننا و نلجمه ، فمحرّك اللسان هو القلب، و ما يملأ القلب، هو الذي يخرج إلى الخارج بواسطة اللسان. و على العكس، فالمشاعر التي تخرج من القلب، عن طريق اللسان، من شأنها أن تتمتنا و تتجدر في القلب. و هكذا، فالقلب هو عامل أساسي في استعدادنا الداخلي. الأحاسيس الطيبة الحسنة، هي على الدوام صامتة، أما تلك التي تبحت عن تجسيد، بالكلمات، فكثيراً ما تكون أنانية و ذاتية، فهي تبغي التعبير عما يُطربّي محبتنا لذواتنا. كثيراً ما تتولد الثرثرة من المجد الفارغ، بحيث نتوهم معرفة الكثير، و هكذا نسعى إلى زخرفة رأينا في موضوع النقاش كي يلقي استحساناً أكثر من رأي الآخرين... بهذا نحن نتلمس بالخبرة شراً لا قدرة لنا على مقاومته، فنتشدق بسيل من الكلام و بلجاجة و تكرار، كي نعبر عن رأينا ذاته مقحمين أنفسنا في قلوب الآخرين كمعلمين. و كثيراً ما نحلم أن نجعل الناس تلامذة لنا في موضوع يفقهونه أكثر من معلم. و هذا على أية حال، يشير إلي الأوضاع التي تكون فيها موضوعات الحديث، جديرة بكل انتباه. كثيراً ما تكون الثرثرة رديفاً للكلام الباطل، عندها لا يعود هناك من كلام يكفي للتعبير عن الشرور التي تتولد من هذه العادة الذميمة. و الثرثرة عموماً قادرة أن تشرع أبواب النفس فيفرغ القلب من الحرارة و التقوى. أما الأحاديث التافهة فلها نفس المفعول إنما بصورة أكثر فعلاً و تأثيراً. فمن شأن الثرثرة أن تشتت انتباه المرء لنفسه، و أن تجعل القلب مجرداً من كل غطاء و حماية، و هكذا تشرع الميول الشهوانية و الأهواء، بالانسلاخ إلى النفس. و كثيراً ما يكون ذلك بنجاح، بحيث أن القلب بعد حديث تافه، لا يعود يرضى إلا بالنزوع الى ارتكاب الأعمال شهوانية . الأحاديث التافهة هي باب الاغتياب و الوقيعه، و مروّجة الاشاعات المغرضة المختلفة. و الآراء المزيفة، من شأنها أيضاً أن تغرس بذار المشاحنة و النزاع، فتخنق العمل الذهني الداخلي. انها غطاء الجهل و علامة لانتفاء المعرفة الرصينة. بعد حديث كهذا، يرتفع ضباب عشق الذات، ليعم أرجاء النفس، فيخلف بعد ذهابه، احساساً بالبلادة و الفشل. أليس في هذا دليل أن النفس قد سرقت قسراً؟ و لكي ابين كيف يصعب على الثرثار النجاة من الأخطاء و الأذى، أسوق قولاً ليعقوب الرسول يرى فيه أن حفظ اللسان في الحدود اللائقة به، هو من سمات الكاملين: " ان كان أحد لا يعثر في الكلام، فهو انسان كامل قادر أيضاً أن يلجم كل الجسد" (يعقوب 3 : 2). ما إن يبدأ اللسان بالكلام بدافع الشهوة، حتى ينطلق كالفرس الجامح غير الملموم فيغشى ليس فقط أعماله الصالحة إنما الضارة أيضاً. هذا ما جعل الرسول يدعو اللسان " شراً لا يضبط مملوء سماً مميتاً" (يعقوب 3 : 8) . و قبله بكثير قال سليمان : " كثرة الكلام لا

تخلو من معصية" (أمثال 10 : 19). ليكون كلامنا على العموم، على غرار الجامعة في أن الثرثار يبدي حماقة، و الجاهل يكثر الكلام (جامعة 10 : 14). لا يطل حديثك لإنسان لا يسمعك بقلب سليم، و ذلك كي لا تضايقه فيبغضك كما جاء في الكتاب : " من يزيد الكلام مردول" (سيراخ 20 : 8). حذار من الكلام بسُلطان أو قسوة، فهذان لا يليقان، و من شأنهما أن يجعلا الناس تشك بك و بفكرتك عن ذاتك، لا تتكلم عن نفسك أو شأنك أو أنسابك إلا عند الضرورة، و باختصار و بكلام قليل قدر الامكان. أما إذا رأيت من يتحدثون عن ذواتهم بإسهاب، فجاهد كي لا تحذو حذوهم، حتى ولو بدت كلماتهم متمسكة و توحى بتقارب فكري. أما عن جارك و أحواله، فتكلم، لكن على قدر ما تستطيع من الاختصار، حتى ولو كان كلامك في مثل هذه الأمور لخيره و منفعته. أثناء الكلام لا تنسى نصيحة القديس ثلاثيوس وهي : هناك خمسة أوضاع للحديث إلى الآخرين، اعمد إلى ثلاثة بتمييز و دونما خوف. و ليكن استخدامك للرابع، قليلاً، لكن حذار من استعمال الخامس" (فيلوكاليا - المثوية الأولى - 69). لقد فهم البعض أن الثلاثة الأولى هي : نعم، لا ، أو . و فهم الرابع على أنه يتعلق بالأمر غير المتيقنة. أما الخامس فهو عن الأمور التي لا تعرفها أبداً. ما معنى هذا الكلام؟ معناه أنك من جهة الأمور التي تتيقن من صحتها أو خطئها أو وضوحها، ليكن كلامك باقتناع على أن هذا صحيح، خطأ، أو واضح. أما من جهة الأمور المشكوك بصحتها ، فلازم الصمت، لكن عند الضرورة، صرّح أنها غير أكيدة، و ذلك كي يأتي حكمك صائباً . و ما تجهله، لا تنطق به أبداً و يقول آخر: لدينا خمس صيغ من الكلام: واحدة للنداء، عندما تخاطب إنساناً. و أخرى للاستفهام، عندما تطرح سؤالاً. و ثالثة للتماس العطف، لدى التعبير عن أمنية أو رجاء. و أخرى لجزم، عندما نتكلم على نحو قاطع في أمر من الأمور. و أخرى للأمر، عندما نتكلم عن شأن ما بقوة و سلطان. من هذه الخمس استعمل الثلاث الأولى بدون تحفظ، و الرابع فنادرًا. أما الأخير، فلا تعتمد إلى استعماله أبداً. ليكن كلامك عن الله بوقار، لا سيما عن حبه و خيريته. لكن انتبه في أن لا تخطئ فتسيئ اليه، و تسبب عثرة لدى السامعين البسطاء. لذا يليق بك سماع الآخرين في هذا الموضوع فتجعل كلماتهم في بيت كنزك الخفي (القلب). أما عندما يكون الكلام في غير شأن الله، فاسمح لنبرات الصوت فقط أن تدخل مسمعك دون أن ينسل الفكر إلى ذهنك الذي ينبغي أن يكون موجهاً نحو الله بثبات. و إن كانت الضرورة تدعوك إلى الاستماع، كي تفهم ما يقال، أو كي تجيب برد مناسب. لا تنسى في سماعك و كلامك أن ترفع عيني ذهنك إلى الله. فكر في عظمته، و تذكر أنه لا يكف عن النظر إليك، سواء برضى أو بامتعاض، و ذلك حسب فكر قلبك و أفكارك و حركاتك. عندما تتهيأ للكلام، بادر الى فحص أفكارك جيداً

لاسيما التي تروم التلطف بها، وهكذا تجد أموراً كان من الأفضل التكتّم عنها. فثمة أمور نظن أنه يحسن التعبير عنها، لكن من الأجدى أن ندفنها في قبر السكوت. أحياناً، ستدرك هذا الأمر عندها بادر إلى التوقف عن الكلام.

الصمت قوة عظيمة في الحرب الروحية، إنه رجاء أكيد بنيل النصر، يحبه ذاك الذي لا يثق بنفسه، بل يتكل على الله. الصمت حارس للصلاة المقدسة. انه عون كبير في التدريب على الفضائل. الصمت هو علامة الحكمة الروحية. و يقول القديس اسحاق السرياني: "حراسة اللسان لا ترفع الذهن إلى الله و حسب، إنما تعطي دفعاً داخلياً قوياً لإتمام الأعمال الخفية" (الفصل 31 من الطبعة الروسية) و في موضع آخر نراه يمدح الصمت قائلاً: " ان جعلت كل أعمال النسك في كفة، و جعلت الصمت في الآخري، لرجحت كفة الأخيرة على الأولى". و أيضاً: " الصمت سر الدهر الآتي، أما الكلام فهو وسيلة هذا العالم".

إلا أن القديس برصنوفوريوس يجعل الصمت في مرتبة تسمو على التعليم بكلمة الله، فيقول: " ان كنت كاملاً في كل ما يتعلق بالتعليم، فاعلم أن الصمت أجدر، و انه أكثر مجداً و فخراً". يمكن للمرء أن يكون صامتاً عندما لا يملك ما يجيب به. كما و يمكن أن يصمت آخر لأنه عارف بالوقت (سيراخ 20 : 6). و يصيف القديس اسحاق السرياني دواعي أخرى للصمت، فيقول: " قد يصمت المرء من أجل مجد بشري، أو طمعاً في فضيلة السكوت، أو أنه يصمت، ليشترك مع الله في قلبه في الخفاء. وهذا الأخير لا يريد أن يشتم يقظة ذهنه أمام الله" وعلى العموم فحافظ الصمت، عاقل و حكيم و مرهف الاحساس (سيراخ 20 : 1-5).

سأبين لك سبيلاً بسيطاً مستقيماً يجود عليك بالصمت : واطب على هذا التدريب، و هو نفسه كفيلاً أن يلقنك ما ينبغي عمله، و يمنحك عوناً للمضي فيه بحرارة متزايدة. ففكر جيداً، قدر المستطاع في الأضرار و النتائج الوخيمة المترتبة على الثرثرة و الكلام بدون تمييز. فكر في الثمار البهية التي تجنيها من الصمت بحكمة. و ما ان تذوق ثمرة الصمت الطيبة، لن تكون بعد ذلك بحاجة إلى المزيد من الدروس عنه.

## الفصل السادس والعشرون

### في كيفية تقويم الخيال و الذاكرة

بعد أن تكلمنا عن الحواس الخارجية، سنتكلم عن كيفية ضبط الخيال و تقويم الذاكرة. فمعظم الفلاسفة يرون أن الخيال و الذاكرة هما انطباعات ناتجة عن الأمور الحسية التي رأيناها أو سمعناها أو ذقناها أو تنشقناها، أو لمسناها. فيقال بأن الخيال و الذاكرة هما حاسة داخلية واحدة، تصوّر و تذكر بكل ما خبرته الحواس الخمس الخارجية سابقاً. الحواس الخارجية هي أشبه بطابع بريدي، أما الخيال فهو مادته اللاصقة. لقد وهبنا الله الذاكرة و الخيال كي نستخدمهما عند سكون الحواس الخارجية، و في غياب المواضيع الحسية، إذ بعد أن تمر هذه الأمور على الحواس، فتلتصق بالخيال و الذاكرة \_ فلا نتمكن من تصوّر الأمور التي رأيناها أو سمعناها أو ذقناها أو استنشقتها أو لمسناها \_ نستطيع، إذا أردنا، أن نحركها في وعينا، عبر الخيال و الذاكرة. بهذه الطريقة نفحص الأفكار كما لو كانت أمامنا حسيّاً. و إليك مثال على ذلك : ربما تكون قد زرت أزمير مرة، ثم غادرتها بعد حين. فإن أردت أن تراها مرة أخرى في وقت لا تكون فيه أمام عينيك الحسيتين، يمكنك أن تتصورها بحواسك الداخلية، أعني بالخيال و الذاكرة، فتتخيلها كما هي، بكل ميزاتها المعروفة، بأبعادها ووضعها. هذا لا يعني أن روحك قد تركتك، انفصلت عنك وذهبت إلى أزمير كما يتوهم بعض الجهال، إنما ببساطة ، ترى أزمير كما انطبعت في مخيلتك.

وتخيّل الأمور الحسية كثيراً ما يزعج المشتاقين على الدوام للبقاء في حضرة الله. فالتخيّل و التذكر في الأمور الحسية، من شأنها أن يشتتا الانتباه و يبعدانه عن الله، وهكذا تضطرب حالة الهدوء الداخلي. و نحن لا نعاني من جراء ذلك، في اليقظة و حسب، إنما في الأحلام أيضاً، حيث ان فعلها يستمر لعدة أيام.

الخيال قوة تخلو من المنطق، و تعمل على نحو آلي تلقائي، خاضعة لناموس توارد الصور. نحن نعلم أن الحياة الروحية هي صورة الحرية النقية، و عليه، فنشاط الخيال، يأتي ليعوّق هذه الحياة. و أجد نفسي في هذا الفصل مرغماً على تقديم بعض النصح: اعلم أن الله هو فوق كل أمر حسي. انه فوق الأشكال و الألوان و القياس و المكان. لا نقدر أن نتخيّله، فهو بلا هيئة و شكل، رغم أنه في كل الوجود، لكنه في الوقت ذاته فوق الوجود، و بالتالي فوق كل تخيّل. يقول القديسان كاليبستوس و اغناطيوس نقلاً عن القديس مكسيموس المعترف (فصل 65) : " يتعذر علينا أن نتخيّل الله في الذاكرة، فهو فوق العقل". نستخلص من هذا، أن ملكة الخيال في النفس عاجزة بحسب طبيعتها عن الدخول في نطاق الاتحاد بالله. اعلم أن لوسيفر (الشيطان) ، الأول بين الملائكة، كان منذ القديم فوق جنون الخيال و طيشه، حراً من كل هيئة أ و لون أو

احساس. . كان مخلوقاً لاهيولياً (1)، عقلاً لا شكل له و لا هيئة. إلا أنه لما أطلق العنان لخياله، امتلأ عقله بصور جعلته يرى نفسه مساوياً لله، فسقط من الشفافية الخالية من أية هيئة و صورة، إلى هوى الخيال الكثيف، و الشهوات الرديئة، فتحول بذلك من ملاك غير متجسد، يخلو من الهواجس و الأهواء، إلى شيطان، يتجلى بشكل حسي، عديد الأشكال. لقد تعرض للأهواء. و ما آلت إليه حاله، انسحب أثره على كل أتباعه. لقد كتب القديس غريغوريوس السينائي عنها يقول: " كانت الشياطين في وقت ما عقولاً، إلا أنها لما سقطت من اللاهيولي و النقاوة، اكتسبت شكلاً ذا كثافة، و أصبح لها جسد بحسب مستوى و طبيعة الأمور التي تتميز بها أفعالها. منذ ذلك الحين، كالإنسان تماماً، فقدت البهاء الملائكي السماوي، و طردت من النعيم، كما نحن، و عرفت اللذة على الأرض، بعد أن تجسّمت و اكتسبت طبيعة الأهواء الحسية (فيلوكاليا – 123). لهذا أطلق الآباء على ابليس اسم الوسواس أو الحية (الأفعى) المتعددة الأشكال، التي تتغذى بتراب الأهواء و تربّي الخيالات و ما إلى ذلك من أسماء أخرى. أما الكتاب الإلهي فيصفه تنيناً له ذيل و رقبة و أنف و أعين و شفاة و جلد و لحم و أعضاء... (أيوب 40 ، 41) .

نفهم من كل هذا يا عزيزي، ان الخيالات و الهواجس المختلفة هي من صنع الشيطان و حيله. لذلك فهو يرحب بها كثيراً لأنها تنفعه في ضربنا و تدميرنا. لقد شبّه الآباء القديسون تلك الهواجس، بجسر تعبر عليه الشياطين القتلة، الى نفوسنا. وهناك من النفس، تحرك الخيالات و الهواجس ضدنا كما لو انها خلية نمل، فتصير مأوى للافكار المرعبة الدنسة و كل صنوف ادناس الجسد و النفس. الله بحسب القديس و اللاهوتي الكبير مكسيموس المعترف، خلق الإنسان، ادم ، نقي العقل يخلو من تشوش الصورة و لا يتأثر بالحواس او الحسيات. لم تكن في الانسان قوة التخيل الدنيء. لم يكن يعرف و لا يجد للحسيات شكلاً او حجماً او لوناً. كان يتأمل بفعل قوة نفسه العليا (الذهن) (2) في روحانية و طهارة غريبة عن ازعاجات المادة... إلا ان الشيطان قاتل البشر، لما سقط هو نفسه بتخيّلات مساواته لله، أغوى ادم بالطريقة نفسها (التخيّل)، فسقط من النقاوة اللاهيولية الخالية من الخيال، المضارعة لسيرة الملائكة، و نزل الى التعقيد الحسي و الشهوات الرديئة و الاوهام و التخيلات، الى حالة البهائم التي لا عقل لها. دخوله في تعقيدات الحسيات، هو بهيمية لا عقل فيها و ليست هي طبيعة العقولات (الخلائق العاقلة). من يقدر أن يطلعنا عما حل بالإنسان من

(1) لا مادياً

(2) نوس

شور و اهواء بعد سقوطه؟ لقد امتلاء قيمة الاخلاقية بالخداع، و مفاهيمه الطبيعية، بتعاليم خاطئة. اما لا هوته فعَمّ ارجاءه ترّهات كثيرة غير لائقة ولا معقولة. لم يقتصر ذلك على القدامى و حسب، بل شمل من بعدهم ، الذين ارادوا ان يتفحصوا الله و يجادلوا شؤون اسراره الالهية بتخيلاتهم ، دون ان يدركوا ان هذا شأن النفس العليا (الذهن)، فانه في جوهره بسيط. الا انهم تجرأوا على هذا الفحص بعقول غير نقية... فخلصوا الى الاكاذيب، بدل الحق. و من المؤسف جداً ان قلوبهم و نفوسهم قبلتها و تمسكت بها بحجة انها الحق، فتاهوا رغم كونهم لاهوتيين. لقد جاز في هؤلاء قول الرسول : " اسلمهم الله الى ذهن مرفوض" ( رو 1 : 28). طالع هذا في كتابات القديس اسحق السرياني، لا سيما رسالته الى القديس سمعان (فصل 55).

لذلك يا اخي، ان اردت ان تتحرر من كل هذه الهفوات و تقصي الاهواء عنك، ان كنت تفتش عن الهرب من فخاخ الشيطان، ان كنت في توق الى الاتحاد بالله و تطمع في نيل النور الالهي، بادر على الفور الى الحرب ضد خيالك. قاتله بما اوتيت من قوة و عزم كي تنتزع ذهنك من كل الامور الخبيثة و ذكريات الحسيات الجيدة منها و الرديئة، لأن هذه من شأنها ان تعتم نور ذهنك و تشوش طهارته و تجعله كثيفاً حتى في الامور اللاهيويلية، فيعود الذهن الى اهوائه. في الواقع ليس هناك من هوى \_ جسدياً كان ام نفسياً \_ يقدر ان يدنو من الذهن بدون تصوير الحسيات. لهذا جاهد كي تحفظ ذهنك خالياً من كل شكل و صورة ولون، كما خرج من يدي الله. و كي تبلغ ذلك ، يعوزك ارجاع ذهنك الى ذاته. احصره في قلبك الضيق و في الانسان الداخلي كله. درّب نفسك على البقاء في الداخل، سواء بالصلاة الداخلية (ايها الرب يسوع المسيح ابن الله ارحمني)، او بفحص نفسك بكل عنايته و انتباه. و فوق كل هذا تأمل في الله، من هناك، و لتكن راحتك فيه.

عندما تريد الافعى خلع جلدها القديم، فإنها تجعل نفسها في مجال ضيق، كما يطلعنا الطبيعيون (naturalists) ، وهكذا تتحرر من جلدها. الذهن ايضاً اذا ما جُعل في طريق القلب الضيق و اقترن بصلاة الرب يسوع، من القلب، يستطيع ان يخلع ثوب تخيل الحسيات الممقوتة، و ينعنق من صور المحسوسات، فيتنقى و يصبح جميلاً واهلاً للاتحاد بالله. و كما ان القناة الضيقة يزداد تيارها زخماً و ارتفاعاً ، هكذا ضبط الذهن بالرياضات الروحية الخفية و يقظة الذات، تدفعان الذهن بقوة نحو العلاء، و اليك تبين ذلك: اشعة الشمس المبتوثة في الفضاء و غير المتحددة ببعضها، هي اقل دفناً و نوراً منها لو اجتمعت عبر عدسات محددة ، فيكون نورها باهراً و حرارتها محرقة، هكذا عندما يجمع الذهن (النوس) الى

ذاته في مركز القلب، فانه يضيء و يسطع بالرياضات الخفية، و لا تبقى فيه ظلمة الاهواء، لأنه يبديد سائر التصورات الحسية، و يبديد حركات الاهواء.

هذا هو المنهج الاول و الرئيس لضبط الخيال و الذاكرة. فممارستها يا عزيزي على الدوام، اذ بها تقوّم الخيال و الذاكرة اللذين هما من قوى النفس، و تبديد كل اثر او صورة او انطباع لصق بك عبر الحواس و الحسيات التي تحرك الاهواء ضدك، و تغذيها بآن. لكن نظراً الى فوائد هذا المنهج و فاعليته، فقد زادت صعوباته، و قلّ عدد من رغب في استخدامه. الذين يؤمنون بفاعليته يندرون، و قد مجّه الكثيرون، لاسيما المتعلمون و الحكماء، ليس العلمانيين فقط، بل الاكليريكيين ايضاً، الذين رفضوا تصديق تعليم الروح في الاسفار الالهية و في كتابات الاباء القديسين. و الرب قال: "... اخفي هذا عن الحكماء و الفهماء و اعلنها للأطفال..". (لوقا 10 : 21)، أما الذين لم يثقوا بفاعلية هذا العمل الداخلي، فأحجموا عن ممارسته، فأشعيا يتوعدهم بقوله: " ان لم تؤمنوا ، فلا تأمنوا" (أشعيا 7 : 9). و حينما تشعر ان التعب قد نال من ذهنك، و ما عاد قادراً على متابعة صلاة القلب (الذهن و القلب)، فاعمد الى الطريقة الثانية و استخدمها: دع ذهنك يتمتع بحرية في التأمل الروحاني، سواء من الاسفار المقدسة، او من ايحاءات خلائق الله، لأن مثل هذا التأمل غير بعيد عن طبيعة الذهن الشفاف غير الهولي. بهذا المنهج انت لا تحبس الذهن، انما تسد ظمأه بلا تشوّش، و ضمن اطاره و حدوده. التأملات هذه، تحث الذهن على الرجوع الى القلب، للاتحاد بالله، عبر تذكّر قداسته. لهذا السبب يقول القديس مكسيموس المعترف: "الذهن بمفرده لا يقوى على التحرر من الاهواء، بل يجب ان يتفرّغ الى تأملات مختلفة". حذار ان تنحصر في الطرف المنظور من خلائق الله، سواء كانت هذه الخلائق جامدة ام حية، او عندما تزرع تحت نير الاهواء بحسب تعليم القديس مكسيموس، حيث يكون الذهن غير متحرر بعد من النظرة الحسية الشهوانية، فبدل ان يتخطى المحسوسات، ليدخل الى الافكار الروحية الحلوة، ينجذب تحت تأثير الجمال الخارجي و التلذذ به، فيخرج بتصورات زائفة و يعلق بالشهوات، الامر الذي اودى الى سقوط كثيرين من المفكرين و الطبيعيين. بالمنهج الثالث يمكنك ان تفسح لذهنك بقسط من الراحة، و مفاد ذلك ان تتأمل في اسرار حياة و الآم الرب: مولده في مغارة، ختانتة، تقديمه الى الهيكل، معموديته في الاردن، صومه الاربعيني في القفر، تعاليمه في الانجيل، عجائبه العديدة، تجليه على طور ثابور، غسله لأرجل تلاميذه، تسليم الاسرار في العشاء الاخير، خيانة يهوذا، الآم الرب، صلبه، موته، دفنه، قيامته و صعوده الى السماء. تأمل اوجاع الشهداء و مآثر القديسين في نسكهم الشديد و الطويل الامد. و كي ينسحق قلبك و تحرك فيه مشاعر الندامة، تأمل في ساعة الموت الرهيبة، و الدينونة المخفية، و العذابات الابدية المتنوعة، و في بحار

من النيران الدائمة، و الهاوية القاتمة، و ظلمة الجحيم، و الدود الذي لا ينام، و العيش مع الشياطين. تأمل في السلام الكامل و الفرح الذي يتعدّر وصفه الذي صار اليه الابرار في السماوات، و المجد الابدي، فكّر بالنعيم الدائم و اصوات المعنّقين. فكّر بالاتحاد الكامل مع الله و الشركة مع الملائكة و القديسين. و ان كنت تستحضر هذه الافكار يا عزيزي، و تمرّرها على صفحات خيالك، فانك ستنتعتق من الافكار الرديئة، و الذكريات الدنسة، فمساعدك ستزكّيك يوم الدين، كما يقول القديس باسيليوس في البتولية: " كل انسان، في حياته بالجسد، هو اشبه برسام يرسم لوحة في الخفاء، فعندما ينجزها، يخرج بها ليراها الناظرون ، فينال التقريظ، ان وفق في اختيار موضوعه، فرسمه باتقان، او ، يلام على رداءة ما قد انجز. هكذا هو كل انسان بعد الموت، فانه يخرج الى دينونة الله، فيمدحه الله و الملائكة و القديسون، ان هو زين ذهنه و خياله بالصور الروحية و القامات الالهية و الافكار الحسنة. او انه يخزي ان كان قد ملأ ذهنه بصور الشهوات الدنسة.

لقد انذهل القديس غريغوريوس التسالونيكى من الطريقة التي بها تؤثّر المحسوسات على النفس، بواسطة الخيال. فهي اما ان تنير الذهن فتودي به الى حياة النعيم الدائم، او تحل ظلمة العقل، فتقوده الى الهلاك و الجحيم (الفيلوكاليا اليونانية – 969). و لست اقصد ان تنهك على الدوام بهذه الافكار و حسب، انما بمقدورك استخدامها حيناً، حتى يستريح الذهن الذي ارهق نتيجة للتضييق عليه في القلب. بعد هذه الراحة، عد به الى القلب من جديد، و ارغمه على المكوث هناك بدون خيالات الصور الدنيئة، و اذكر الله فيه على الدوام و كما ان حيوانات البحر (المحار) لا تستقر الا في اصدافها، هكذا الذهن، فانه لا يجد سلامه الطبيعي، إلا في مخدع القلب الداخلي، فيخلد اليه كمن يقيم في قلعة محصنة في القلب يرقب حربه بنجاح ضد الافكار و الاعداء و الاهواء المعششة هناك، و كثيرون يجهلون ذلك. ان اختفاء الاهواء داخل قلوبنا، لمقاتلتنا منها، ليست هي نظرتي انا. انما استمع لما يقوله الرب: " لأن من القلب تخرج افكار شريرة، قتل ، زنى، فسق، سرقة، شهادة... " 0متى 15 : 19 – 20). كذلك ليس من ابتكاري القول بأن اعداءنا يربضون بجوار القلب. الآباء القديسون يعلمون ذلك. و قد كان القديس زيانوخوس فوتيق اكثرهم تحديداً حينما اعلن بأن النعمة الالهية تحرك الانسان من خارج نحو الخير، بينما يكون الشيطان رابضاً في اعماق النفس و القلب. لكن بعد المعمودية تبدأ الشياطين بالطواف حول الانسان من خارج، لأن النعمة الالهية هي التي تكون في الداخل (فيلوكاليا – 76). و يذهب القديس الى أبعد من ذلك، فيقول بأن الشياطين يسمح لها حتى بعد المعمودية ان تخترق اعماق اجسادنا لتبلغ الى سطح القلب، و ذلك اختبأراً لارادتنا. لهذا الغرض تلوث الشياطين الذهن بملذات الشهوات الجسدية.



القديس غريغوريوس اللاهوتي يعلمنا الامر نفسه، فيفسّر لنا ما قاله الرب عن الروح الدنس الذي يبارح الانسان ليعود اليه من جديد، فتكون نهاية الانسان شراً من اوائله (متى 12 : 43-45). و يقول القديس غريغوريوس بأن هذا يصيب المعتمد ايضاً، ان لم ينشغل بالبقاء داخل قلبه. و اليك كلمات القديس : " الروح الدنس المطرود من المعتمد... يطلب الراحة هنا وهناك... فلا يجد، فيقف عائداً الى البيت الذي سبق ان غادره. فان وجد ان المعتمد متمسك بالمسيح، بحب و لهفة، و ان المسيح مستقر حيث كان الشيطان، فانه سيخفق في الدخول... اما اذا عاد و رأى المكان خاوياً ولا مكان لله فيه، فانه ينسلّ على عجل، بخبث يفوق المرة الاولى، و هكذا تكون خاتمة ذلك الانسان ، أسوأ من اوائله".

لقد توخّيت اطالة الكلام كي احثّك على المداومة على جمع الذهن في القلب مع تذكّر ربنا و فادينا، و الصلاة اليه. فأنت عندما تكون هناك مع الرب، فان العدو لا يتجرأ على الدنو، فتبقى انت منتصراً في الضيق الذي ترميك به الافكار و الافكار الشهوانية التي تدهم القلب. و اقول لك ، قبل أي شيء. ان تتيقظ ، فلا تدع خيالك و ذاكرتك تسترجع صوراً كنت رأيتها، او اموراً، كنت سمعتها، او استنشقتها، او ذقتها، او لمستها، لا سيما اذا كانت من النوع المخزي غير اللائق. من السهل تحاشي القتال، بالحرص و اليقظة، إلا انه يصبح صعباً بعد استعمال الحواس. و من يجاهد، يعرف ذلك حق المعرفة. ان اعتراضك على تجربة حسية، امر ممكن. اما اذا كنت وافقت عليها، و لو مرة، فمن العسير ضبط الخيال و الذاكرة بعد ذلك. فان كنت تنظر الى وجه ما، او لا تنظر اليه، او كنت تنظر اليه بشهوة، او بدون شهوة، فهذا امر ممكن، ولا يحتاج الى عناء كبير. لكن بعد النظر بشهوة، لا يعود من السهل تبيد تلك الصورة التي لصقت بالذهن، و المجهود لا بد ان يكون كبيراً، و الجهاد الداخلي، غير سهل. فالعدو قادر ان ذاك، ان يلعب بالنفس كما بكرة، فيجول بك بين الذكريات، و يرميك بالأهواء المحتجبة وراءها، فتكون في ضيق مستديم. لهذا اقول لك: تيقظ على الدوام، و فوق كل شيء، ارصد خيالك و ذاكرتك.

## الفصل السابع والعشرون

يتوجّب على جندي المسيح الذي يرغب بحق ان يهزم اعداءه، ان يتحاشى كل عوامل الاضطراب في القلب المسيحي الذي يفقد سلامه ، لا يهدأ ، ولا يستريح ، بل يجدّ حسب وسعه، لاسترجاعه، و عليه ان لا يتيح لأي عارض في الحياة، أن ينال من سلامه، سواء كان مرضاً ام جرحاً ام رقاد احد الاقارب، او الحروب، او الحريق، الافراح الفجائية، المخاوف و الضيقات، تذكّر الخطايا القديمة، و هفوات الحياة. و باختصار، كل ما من شأنه ان يثير القلب و يزعجه. و في حال حدوث امور كهذه، علينا ان لا نستسلم لأحاسيس القلق و الاثارة. فالرضوخ لمثل هذه المشاعر قد يفقد الانسان عزمه و قدرته على فهم الامور بجلاء، و رؤية اسلوب العمل الصحيح، مما يتيح للعدو ان يثيرنا اكثر، على نحو يجعل الواحد منا يُقدم على امر خطير يتعذر شفاؤه.

هذا لا يعني ان تكون بلا غم، فهذا ليس في متناولنا، لكن ما اعني هو ان لا تجعل للكآبة سبيلاً الى قلبك، بل اجعلها خارج قلبك ثم بادر بعد ذلك الى تهدئتها و كبح جماحها كي لا تحول دون قيامك بالعمل اللائق و المعقول. ان هذا هو في متناولنا، بنعمة الله، عندما تكون مثلنا و مشاعرنا الدينية و المنافية راسخة فينا.

لكل تجربة طابع خاص، و تستدعي علاجاً محدداً. و اذ ان كلامي على التجارب يأتي عاماً، فأنا اراعي الامور المشتركة في ما بينها \_ كإغظة النفس و اثارها \_ راسماً للذهن نهجاً علاجياً عاماً ازاءها. انه الايمان بعناية الله التي تنظّم شؤون حياتنا بكل تفاصيلها و دقائقها ، و ما فيها من عوارض، لمنفعة كل واحد منا. من هذا علينا التسليم لارادة الله، برضى، قائلين من صميم القلب: لتكن مشيئة الرب، كما يشاء الرب، فمشيئته تعمل لخيرنا و منفعتنا. لا يتساوى الناس في مشاعرهم من قبيل الخير القائم في التجربة. فهذا يرى فيها لطف الله الذي يقود خطاه الى التوبة. و آخر : التجربة ارسلت لي من الله بداعي خطاياي، كي اتطهر، و سوف أتلقى قصاصه لي بصبر. و ثالث يرى بأن الله يجربّه كي يمتحن قامة و لائه له. و آخر يظن \_ و هو يرى الامر من الخارج \_ ان التجربة نزلت به كيما تتجلى اعمال الله فيه. إلا ان حكماً كهذا، لا يأتي إلا بعد عبود التجربة، فتكون معونة الله جليّة في الذي جرب. علينا الأخذ بالمشاعر الاولى الثلاثة، فكل منها فضيلة لها و زنها في اخماد الغم و احلال السلام في القلب عندما تلججه. و ها امامك وسائل عامة تحل السلام في القلب عندما تحاول التجارب ان تشوّشه.

ثبت ايمانك بعناية الله بك، ساعياً بكل ما في وسعك، كي تفكر على هذا النحو.

جدّد في داخلك مشاعر التسليم السابق ذكرها، مع التكريس لمشيئة الله

اجعل في قلبك الافكار الآنفة الذكر، و أنعم فيها، كي تدرك ان تجربتك كانت لتحدثك على التوبة على نحو عام او خاص، او هي لتحدثك على التوبة عن افعال سالفة صارت طي النسيان. فعندما يشرع القلب بمثل هذا الاحساس، يتضاءل الضيق تواءً، فتتولد فيك احساسى اخرى، كأن تكون التجربة عقاباً على خطايا، او لاختبار الامانة في خدمة الرب. و من شأن هذه المشاعر ان ترد لك سلامك و تعزيتك على عجل، فلا تقدر الا ان تقول: " ليكن اسم الرب مباركاً الى الابد". ان مثل هذه المشاعر في قلب جزع، لهي كالزيت فوق صفحة الامواج، يسكنها، فيصير هدوء عظيم. و ان اضطرب قلبك على قدر ما، جاهد كي تسترجع سلامه، فبالداومة و الجهادات الروحية الكثيرة، تنغرس مثل هذه المشاعر في القلب، حتى يبلغ الشيع، عندها يستحيل على اية تجربة ان تنال منك، فاستعدادك يصدّها بنجاح. و لست اقصد ان احساسى الحزن لن تداهمك بعد الآن، إلا انها منى اتت، ستنكفى تواءً، كأمواج البحر امام صخرة شامخة.

## الفصل الثامن والعشرون

### ماذا نعمل عندما ننجرح في المعركة؟

ان جُرحتَ بداعي رضوخك لخطيئة ما، سواء عن ضعف، او من طبيعة قيمك الخاطئة (كأن تتلفظ بكلمة غير لائقة، او تفقد هدوءك، او خامرك فكر شرير، او هوى اضطرم فيك...)، فلا تفقد قلبك، فتجعله اسيراً لضوضاء لا معنى لها. في الاول و قبل كل شيء، لا تزهو بنفسك فتقول: كيف أصابني ذلك؟ هذا كلام زهو و كبرياء. انما بادر الى التواضع و ارفع عينيك الى الله و انت تردّد بكل رهافة: ماذا يرتجي من خاطئ ضعيف مثلي يارب غير هذا؟" بعد ذلك ارفع الشكر له، فالأمر لم يكن اكثر مما كان، و قل " لولا رحمتك التي لا تحد يارب، لما توقفتُ حيث توقفتُ، بل كنت سأصير الى ما هو أسوأ".

وفي أي حال، لا تدمج شعورك هذا بالتساهل مع نفسك، كي لا تسقط في طيش الفكر، فتدعي بأنك كما انت، وهذا يبهر خطيئتك كلا. فرغم ضعف طبيعتك، و امكانية سقطتك، فأنت مجرم بما ارتكبت، لاسيما و انك تتمتع بمشيئة حرة (1). فما تقترفه، سبق ان عُرض على ارادتك. فكل خير هو لك، و الشر يعمل ضدك. لا يبرئ ساحتك مجرد الاحساس انك رديء، على اساس ما فعلت. بل بادر الى دينونة نفسك، و لا تفتش حولك عن تعاتبه، فالناس و الظروف التي حولك، لا يحملون تبعه اثمك. اللوم كله موجّه الى ارادتك. فبادر الى ملامة نفسك.

لا تحذو حذو من يصرح فيقول: اجل، لقد اقترفت ما اقترفت، فأين المشكلة؟ كلا، فأنت منذ ان تتنبه لخطيئتك، بادر الى لوم نفسك على اساس دينونة الله المحتومة. عجل الى اضرار مشاعر الندم و الانسحاق، و ليس بداعي انجرافك نحو الخطيئة و حسب، بل لأنك بخطيئتك، جرحت الله الذي لطف بحالك، و حتك داعياً اياك الى التوبة و ترك الذنوب السالفة و مساهمتك في اسراره، و قيادتك و رغايتك في الدرب القويم كي تنمو. فخير للندامة ان تكون عميقة، و تخلو من الشك بالغفران الذي أعد لك بالتمام من قبل، و الخطايا التي زالت على خشبة الصليب. التوبة هي واجب كل من يطمع بعمل المسيح الخلاصي. لذا اسجد بكليتك و اصرخ: " ارحمني يا الله كعظيم رحمتك...." (مزمور 50). لا تتوقف

حتى تبلغ الندامة و تشعر بنيل الغفران، فالملامة و الغفران متلازمان، ان هذه النعمة تحل في نهاية المطاف

على كل تائب، و تقترن بالعزيمة و التعهد بأن لا يتساهل المرء مع نفسه مستقبلاً، بل يرصد حركاتها بدقة، فيتقني السقطات

الصغيرة و الكبيرة، مواظباً على الصلاة من اجل النعمة لكل اعمالنا. لقد ثبت ان عدم الاعتماد على النفس، هو الذي يدفع القلب الى طلب المعونة من الله: " قلباً نقياً اخلق فيّ يا الله... " (مزمور 50). عليك بملامة النفس و الانسحاق و الصلاة المفعمة بترجي الغفران، مع عزيمة توحى اليك بمراقبة النفس، لاحقاً، و الصلاة من اجل النعمة، لتثبيتها فينا، في مسعانا، و في كل آن، عندما ترتكب خطيئة \_ من أي نوع\_ بالعين او الاذن او اللسان او الشعور. لا تدع الخطيئة تساكلك و لو لدقيقة، انما بادر الى البوح بها. لا تتوانى عن تطهير قلبك بالتوبة النقية امام الله. و ان حدث و سقطت بعد ذلك، فبادر الى عمل الامر نفسه. بعد كل اثم، بادر الى طلب النقاوة في حضرة الرب. سرّ الامر لأبيك الروحي في مساء اليوم نفسه، ان امكن. و إلاّ عجل الى ذلك في اقرب فرصة، فالاعتراف امام الاب الروحي، مفيد جداً في الحرب الروحية. لا شيء يردّ العدو على اعقابه، و يلحق به الهزيمة، غير هذا. فهو يتوق الى اعاقتك بكل الوسائل المتاحة، الخارجية منها و الداخلية. اما داخلياً فبالأفكار و الاحاسيس. و خارجياً، فبتوفير الدواعي للقاءات و الامور الباطلة، لكن مهما كان الثمن، انتبه كي تكتشف الاعيبه. سأسوق لك امراً: لا تنسى ان العدو يتلَهّف جداً الى اقناعك بتأجيل النقاوة الداخلية تواءً. فهو يوجس لك بأن الخطيئة امر معروف، لكن تريث بعض الشيء، للحظة، لا ليوم او ساعة، فأنت عندما تقبل ايحاهه هذا، فانه يبادر الى اعداد خطيئة اخرى يرميك بها. بعد خطيئة اللسان، خطيئة العين و خطايا الحواس الاخرى. و هكذا، فأنت في النهاية تتوانى عن عمل النقاوة من جهة الخطيئة الثانية، و يكون ذلك رغماً عنك. ما عليك الا ان تبادر الى تنقية الخطيئة الاولى. فالإهمال يؤول الى الوقوع في خطايا اخرى، و من شأنه ان يجعل خطاياك تدوم يوماً بكامله، و عند حلول المساء تهمل اعمال التوبة و التنقية. فالنفس قد فقدت قدرتها و شوقها الى ذلك، بعد تشويش كثير، و ظلام كثير، بحيث ان النفس تكون بمثابة عين دُرّ فيها تراب او ماء موحل، فهي تعجز عن رؤية أي شيء، فيؤول ذلك الى اهمال التوبة، و تُترك النفس في رجاستها. من جراء هذا، تكون صلاة المساء منقوصة و الاحلام رديئة. لذا، لا تتوانى في شؤون النقاوة الداخلية و لو الى حين، بل بادر الى التوبة تواءً عندما تتنبه لخطيئتك. لقد اعتاد الشيطان ان يهمس لنا التكتّم و عدم الافصاح عما يصيبنا، بالاعتراف امام الاب الروحي، فلا تصغ اليه، بل قاومه بشدة، و بادر الى ابيك تبوح له بكل مكنوناتك، فكما ان للاعتراف منافع حميدة كثيرة، هكذا، للتكتّم مساوئ و اذى، كثيرة، تتولد منه.

## الفصل التاسع و العشرون

في نظام الحرب الذي ينتهجه العدو ضدنا في الحرب الروحية، و كيف انه يضل الناس بحيل داخلية مختلفة اعلم يا عزيزي، ان دأب الشيطان و هاجسه، هي افساد كل واحد منا. إلا ان طريقته الى ذلك، ليست واحدة مع الجميع. و لتبيان ذلك، سأقدم لك خمس حالات داخلية مقرونة بحيل العدو : فهو يستعبد البعض للخطيئة دون ان يكون لديهم اية فكرة عن الانعتاق منها. اما البعض الآخر، فرغم تفكيرهم بالانعتاق و رغم شوقهم اليه، يتقاعسون فلا يبلغون ما يريدون. ثمّة اناس ذاقوا العتق و تحرروا من فخاخ العدو و بلغوا الفضائل، لكنهم سرعان ما سقطوا مجدداً بداعي فساد اخلاقي كبير. ثمّة اناس آخرون يزعمون ، رغم كل ما ذكر، انهم مازالوا جادّين في معراج الكمال. و آخرون يزيغون امام الفضيلة، إما بداعي التواني، او لأنهم يعكفون على الفضيلة في احوال تتسبب بأذية نفوسهم. فالعدو يبسط الاعيبه امام كل واحد، وفق استعداده و حالته.

## الفصل الثلاثون

### في كيف يثبت الشيطان الخطاة في عبودية الخطيئة

عندما يحتجز الشيطان انساناً في عبودية الاثم، فانه يروم جاهداً ان يزيد من ظلمته قدر ما يستطيع، فيضربه بالعمى الروحي، مبدداً فيه كل فكر حسن، كي يفقده القدرة على رؤية الضرر الذي لحق به. ولا يكتفي بتبديد افكار التوبة منه، و حسب، انما يستبدلها بأخرى شريرة و فاسدة، ليجعل الانسان من خلالها، يقدم على الخطيئة التي اضحت بالنسبة اليه امراً عادياً، فيحثه على ارتكابها مع أخرى تفوقها، قدر المستطاع. و هكذا يدخل هذا المسكين في عمق اكبر من ذي قبل. و من شأن هذا العمى ان يغذي فيه سرعة الاستجابة للخطيئة، و هكذا يستمر على غيبة و خطيئته، فيقوده تبعاً الى ظلمة اعمق، فخطايا اعمق. و يدور المسكين في دوامة اليأس هذه، حتى الموت. الا اذا تطف الله بنعمة ترفعه مما هو فيه. فان حدث ان وجد انسان نفسه في مثل هذه الحالة المأساوية، عليه، كي يتحرر، ان يقبل اية فكرة حسنة بمجرد عرضها عليه، فيلبي تواً اية دعة ترفعه من الظلمة الى النور، و من الاثم الى الفضيلة، فيتيقظ برغبة ولهفة و دونما تقاعس، بغية تحقيق الدعوة بغيرة صارخاً الى واهب الخيرات الجواد، من عمق القلب و قائلاً: " ايها الارب الهي أعني، و لا تدعني اتيه في عتمة الخطيئة اكثر". عليه بالثابرة دونما كلل، رافعاً الى العلاء هذه الكلمات او ما يماثلها. اثناء ذلك، فليعمد الى طلب العون من الارض، بالاحتكام الى من عندهم خبرة النصح و الارشاد، لما فيه انجع السبل الى انعتاقه من العبودية المطبقة عليه. و في حال تعدد وجود مثل هؤلاء الخبراء (المرشدون)، عليه اقتناص الفرص، فلا يكف عن الابتهاال الى الرب المصلوب عنا و يستشفع امه القديسة العذراء.

ينبغي للرازح تحت الخطايا، ان يدرك ان النصر على الاعداء، تكون في عدم الابطاء، و في الاستعداد النشط للإفادة من ظرف مؤات.

## الفصل الحادي و الثلاثون

في كيف يستبقي الشيطان اولئك الذين تحققوا من فداحة حالهم فرغبوا بالانعتاق، إلا أنهم لا يتحركون.

و ما هي الاسباب التي تحول دون تحقيق نوايانا الحسنة، اجمالاً؟

هناك من ايقنوا ان درب حياتهم الرديئة، مأساوي وخطير، الا انهم رغم هذا الادراك فالشيطان قد افلح ووفق الى احتجازهم و ضبطهم تحت سلطانه، بعد ان عمد الى هذا الايحاء البسيط و الفتاك: " فيما بعد، فيما بعد. غداً ، غداً." الانسان البائس ينخدع بهذا الايحاء الداعي للتأجيل، و المتلبس في العادة بميل حسن في الظاهر، فينوي في نفسه قائلاً: " اجل ، غداً هو خير من اليوم. فانا ينبغي ان انتهي من بعض الامور، لأصير بعدها بلا غم و قلق، فأضع ذاتي في خدمة النعمة الالهية، و اسلك درب السيرة الروحية بلا اعوجاج. اليوم سأقوم بكذا و كذا، و غداً أتوب.

بمثل هذه الحيلة يعلق الكثيرون يا عزيزي، فيمسك العالم برقابهم. و من شأن هذه الالاعيب، ان ترمي بنا في التواني و عدم الرؤية، فيصبح ان ذاك، مجد الله و خلاصنا، في خطر الضياع. مشكلتنا اننا لا نعلم الى السلاح الفتاك و السيط نستخدمة، و أعني : ان نقول لذواتنا بحرارة: " سأبشر حياتي الروحية منذ اللحظة هذه... سأتوب الآن، لا غداً . " الآن" بين يدي، اما " الغد" و ما يليه، فعند الله. ولو ان الله وعدني بالغد، و ما يليه، فكيف لي ان اتيقن من انني سأحظى غداً بدافع حميد يقوّم سبيلي و يصلح سيرتي؟" أليس التأجيل ضرباً من الجنون؟ ستكون حالتني كحالة المريض الذي دُفع اليه الدواء الناجع، لكنه قال: " تريئوا ، دعوني في مرضي فترة اطول" ان من يؤجل عمل خلاصه، هو كهذا المريض تماماً. لذا فان عزمنا على الانعتاق من ايحاءات العدو الماكر، ارفع في وجهه سلاحك الموثوق، مبادراً الى طاعة افكارك الحسنة على الفور، و دونما ابطاء. اغتتم الفرصة التي دفعها الله اليك ليدعوك الى التوبة. لا تتساهل مع نفسك فتقول: " لقد عقدت العزم ان اتوب، و لن اتواني، لكن ليس الآن" كلا، كلا، لا تفعل هذا ، فمثل هذا العزم قد ثبت اعوجاجه. لقد اعتمده كثيرون، مازالوا حتى الساعة بدون توبة حتى اشرفت حياتهم على نهايتها، فغابوا غير توابين . ان امراً كهذا، يُعزي لأسباب عدة:

السبب الاول هو كون عزيمتنا الشخصية، لا تركز على الله بالكلية، و لا تقوم على نكران الذات. فنحن لم نقلع بعد عن تبجيل انفسنا، فتكون نتيجة ذلك، ان ترتفع بركة الله عنا، في هذه الحال يكون السقوط امراً لا مفر منه، فالذي يقطع عهداً و يقول: " غداً أفلح عن الخطيئة و لا اعود اليها" كثيراً ما يبلغ الى نتائج معاكسة. فبدل النهوض، يتداعى الى



الحضيض، و على نحو اردأ من ذي قبل، فتنقالي سقطاته الواحدة تلو الاخرى. و الله يجيز مثل هذا احياناً و يسمح به، و ذلك كي يدرك المرء المعتز بنفسه، حقيقة ضعفه، فينهض بحثاً عن معونة الله ولا يعود يحتكم الى ذاته، مهماً كل ثقة بها، و جاعلاً كل رجائه بالله.

السبب الثاني هو اننا اثناء عقد النية نكون في تطلع نحو الفضيلة و بهائها و التي سبق لإرادتنا أن انجذبت نحوها، فمن البديهي اذ ذاك ان تغيب عنا جوانب الفضيلة الصعبة. و اليوم، نحن لا ننتبه الى الجانب الصعب منها، فجمالها يجتذبنا، لكن بعد ان ننخرط بأعمالنا اليومية، و همومنا العديدة، فان الجاذبية تخبو رغم حضور النية، فتضعف الرغبة تبعاً. و بضعفها، تضعف الارادة، و يسوء حالها، فتتحول الى الاهتمامات الاخرى. في نفس الوقت يكون بصرنا مأخوذاً بجانب الفضيلة الصعب، فدربها شاق بطبيعة الحال، و أصعب ما فيه هو الخطوة الاولى. افترض ان انساناً عقد النية بالأمس على المضي في حياة الفضيلة، إلا انه بدل الشروع في مسعاها، اكتفى بعزم جديد فهو لا يرغب في انجاز الامر الاول، فالرغبة ضعفت، و الارادة استكانت ووهنت، و ما عاد يرى غير العراقيل تنبع من نفسه، او من نهج سيرته اليومية، او لعلاقاته بالآخرين، و هكذا يأتي الى القول: "أترى حتى الغد فاستجمع عزمي. و يطول انتظاره و تربثه يوماً بعد يوم، و قد يدوم العمر كله، فلا تتعجب. فرغم انه شرع بالعمل بفعل رغبة دعتة الى اصلاح السيرة، إلا انه لم يقم بأمر واحد ليطيع الرغبة هذه. كذلك فانه لم يجعل في نفسه امراً واحداً ذا هاجس مماثل، فبات في حالة من الضعف، بحيث ان ارادته تخور امام كل عائق و عرقلة.

لا مفر من العراقيل. لكن لا بد للإنسان ان يزيلها اذا كانت فيه الرغبة. لا بد من تجاوز الصعاب. و كلما هم المرء بتذليلها، كلما شعر مع الوقت، انها تتناقص. بالمداممة على ذلك، يسير المرء في الخط الصحيح.

اما السبب الثالث، فهو ان اليقظة المغبوبة من سبات الخبيثة، لم تتحقق بعد، عندها لن تتوالى مثل هذه اليقظات مرة اخرى، و ان حدثت و تحققت، بعد سبات طويل، يكون وقعها و فعلها في الارادة اضعف من ذي قبل، فالإرادة لن تنزع اليها كما كانت قبل. العزيمة ستفتر و تحتاج الى من يمدّها بالزخم و الحيوية. فالذي لا يطيع اليوم، بل يؤجل الطاعة الى الغد، يكون من السهل عليه ان يؤجل المرة بعد الاخرى... فكلما ضعفت الطاعة، كان التأجيل اسهل، الى ان يجيء اليوم حيث تفقد الطاعة تأثيرها فيسلم الانسان الى السقوط، و يتحجر قلبه، و يدب اليه النفور من النداء الحسن، فيصير تأجيله سبيلاً الى هلاك ابدى للنفس.

و أضيف ان الضرر الناتج عن التأجيل ، ليس فقط من جهة ما يحدثنا على تغيير السيرة من السيء الى الحسن ، انما يمتد الى نطاق الحياة الصالحة نفسها ، كأن تتاح للإنسان ساحة يقوم فيها بعمل حسن ، إلا أنه يرجئ ذلك حتى الغد ، او أي وقت آخر . في مثل هذه الحالة ، يمكننا ان نعتمد الى ترداد ما ذكر آنفاً .

اعلم انه ان بدد الانسان فرصة لعمل حسن ، لن يحرم نفسه من ثمرته و حسب ، انما يسيء الي الله . فلو ان الله بعث له بمحتاج ، لكنه قال له : " اذهب... فيما بعد" ، فرغم ان في القول توجهاً نحو انسان ، إلا أنه موجّه نحو الله الذي ارسل المحتاج . و الله سيرسل للمحتاج من يحسن اليه و يسد عوزه ، اما هذا الذي رفض ، فسيقدم حساباً عما فعل .

## الفصل الثاني و الثلاثون

### في حيل العدو التي يستخدمها ضد الذين شرعوا في السير في الطريق الصحيح

لو ان المرء غلب العرقلتين السابقتين فرغب بالانعتاق نم عبودية الخطيئة، و طفق يعمل دونما إبطاء، فالشريير رغم كل هذا، لا يتخلّى عنه. انّما يعتمد الى تعديل خطته فيجعل المرء يتأخّر و يتعثر عند التجارب، بغية تحطيمه .

ان الآباء الإلهيين يصفون من كانت حالته هكذا، و كأنه مطوّق بالنيران من كله جهة: من علو، من أسفل، من اليسار و اليمين. من الأمام و الخلف. بالإضافة إلى كل هذا، تنزل عليه السهام من كل صوب. فالآتية من علو، هي أمور تحثّه على التنقيص من الأعباء الروحيّة، لا بل تركها أيضاً، و ذلك بفعل الشفقة على الذات و التراخي و الطياشة، أمّا التي من اليمين، فهي التجارب النازلة على المرء من باب أعماله و نشاطاته القويمة، فيعمد العدو إلى العبث بها و استغلالها، ليقودنا إلى الهاوية. و التي من الشمال، فهي التجارب الواضح شرّها، و التي يرمينا العدو بها ليشدنا نحو الخزي و الخطيئة. و التي من الأمام، كأن يبادر إلى إزعاجنا بأفكار المستقبل، و التي من الخلف، فهي أن يعتمد الى ذكريات الأمس من أفعال و أحداث، ليوقع بنا. ان هذه الأمور و التجارب، كلّها تهاجم النفس من الداخل، و من الخارج معاً. فمن الداخل، عن طريق صور الخيالات و التخيلات المرسومة (المطبوعة) في الذهن عبر الأحاسيس، أو عبر إحياءات خبيثة يرسمها العدو في القلب، و تكون في العادة مقرونة بالشهوات، أمّا من الخارج، فعبر الانطباعات التي تشكّلت بالحواس. علاوة على ذلك، يتخالف أعداؤنا مع خصالنا السيئة القديمة، و طبيعتنا المفسدة بسقطة آدم، و لهم غيرها ايضاً ولا يكلّون أو يتعبون بعد هزيمة أولى، بل يعتمدون إلى وسيلة أخرى ليضلّوا خادم المسيح الذي ابتعد عنهم.

عندما يعقد الانسان العزم على ترك السبل المعوجّة، و يتركها فعلاً، فان أول عمل يباشر الشيطان به، هو أن يبيّن للإنسان ضعفاً جديداً، (و الضعفات كثيرة)، غير الضعف السابق، فينسلّ عبره إلى الانسان، لإيهامه بأنه يعمل لصالحه و خير، و يحثّه على عدم المضي إلى المرشدين من أجل النصح و الإرشاد. لا تصدّق ما يقوله إليك، فالشيطان لا يدنو ممن يسلك في الداخل و الخارج حسب إرشاد الآباء و تدبيرهم، حسب كهنة الرعية بالنسبة للعلمانيين، و حسب الشيوخ المجربين، بالنسبة لأهل الأديار، في مثل هذه الحالة ترى عين الأب الروحي تواءم كل الايحاءات و المشورات إن كانت من العدو أم من الله، فينبّه الابن. و لكن إن حجب المرء نفسه عن مرشديه، فسرعان ما يعتمد الشيطان إلى بلبلة فكرة

و تشويشه و تضليله (1). ثمة أمور عدّة تبدو صالحة و حسنة، لكن داخلها شرير، فيعتمد العدو إليها و يوعز للمبتدئ بها، كي يُسقطه في حباله فيتعرّض لأخطار جسام قد تحطّمه و تؤدي به إلى التهلكة.

أمّا الطريقة الثاني التي يعمد إليها العدو، فهي أن لا يكتفي بإبعاد المبتدئ عن كل مشورة و حسب، بل يتركه في الميدان بلا معونة أيضاً. فالذي احتقر كل نصح و ارشاد في حياته، و عاش كما يحلو له، فانه يبلغ مرحلة يستغني بعدها عن كل معونة خارجية، بما فيها الإلهية، من جهة تدبير أمور سيرته، على نحو صحيح. هنا يبادر الشيطان إلى خطته، فيحتجب عن المبتدئ، و يكفّ عن مهاجمته، فيشعر هذا المخدوع انه قد تحرّر من الأهواء، و ان ما فيه هو ثمرة لجهوده، فيستمرّ كما هو. مثل هذا، عندما يصلّي طلباً للمعونة، فانه يتمتم بأسنانه كما لو كانت صلاته كلمات أو معادلة لا معنى لها. و المعونة لا تأتي، لأنه لا يطلبها. و هكذا يُترك المبتدئ لمشورة نفسه و هواه، فيسقط فريسة سهلة للعدو.

من نتائج الاعتداد بالذات، أن يأتي بعض الناس إلى ممارسة فروض لم يحن وقتها، أو هي فوق طاقتهم. و من شأن الاعتداد بالذات و الثقة بها، أن تمدّهم بقوة إضافية تجعلهم ينجزون أعمالهم، إلى حين، تخور بعدها قواهم، فيعجزون عن إتمام الأمور الوسط (الطبيعية)، ما يلبثون أن يهملوها أيضاً.

و ثمة آخرون تتقد إرادتهم الشخصية، فيتوهّمون نتيجة لغرورهم، انهم قادرون على كل شيء. و في حالتهم غير الطبيعية هذه، يُقدمون على خطوات غير لائقة: أمثال هؤلاء المخدوعين طرحوا أنفسهم في آبار جافة، و آخرون قفزوا من فوق صخور شاهقة عليها كانت مناسكهم، و البعض الآخر أقلع عن الطعام نهائياً... فتبين نتيجة كل هذا، ان هذه ترتيبات العدو، إلا ان من نزلت به التجربة، لم يدرك ذلك.

من نتائج الغرور ايضاً، أن يعزو المرء كل نجاح، إلى ذاته، و هذا يفترض، ان الانسان حرّ في إعطاء حلول لنفسه، أو تعديلات، أو تخفيفات في برنامج الروحي. و لا ريب ان من كان على عتبة حياة جديدة، يواجه عدم تأقلم مع الاطار الجديد. فالتائب حديثاً، تمرّ أيامه كالشهور، و أسابيعه كالسنين، و بعد قيام الانسان بجهد ضئيل، لترتيب حياته، يبادر اليه العدو و يدق رأسه بالوهم قائلاً له: " لقد تعبت، و صمت كثيراً، و قضيت الليالي بدون نوم، فها قد حان الوقت كي تأخذ لنفسك قسطاً من الراحة". ثم انه يدعو بالشروع فيها من جهة جسده، فما أن يستسلم المبتدئ لذلك، حتى يبدأ بالتراخي فيتغير نظام حياته، و يعود الى شروره التي سبق و أقلع عنها، ليعيش في التراخي من جديد. ان

العدو يستخدم مثل هذه التجارب (المذكورة) ليس في بداية السيرة الحسنة فقط، بل في خضمها أيضاً. فانظر إلى نفسك و كيف انه يعوزك القيام بكل شيء بعد مشورة. لا تنسب أي نجاح، صغيراً كان أم كبيراً، إلى نشاطك و جهدك. حذار من الافراط أو التراخي في المسلك الروحي، حتى ولو بدت لك سيرتك ذات همّة و نشاط بفعل هذا الافراط، أو ذلك التراخي. اتبع قوانين الآباء الذين عاشوا قبلك، و اسلك حسب الأحكام الصالحة التي عند أهل الخبرة من معاصريك.

## الفصل الثالث و الثلاثون

### في كيف يبعد الشيطان الانسان عن الأمور الصالحة و يفسدها

ان حيل العدو لا تتوقّف البتّة عن تشويش نظام حياة الانسان (النظام الحسن). فالانسان إذ يقاومها وهو في الدرب الصحيح، بلا كلل و انحراف، فمن شأن هذا، أن يدفع العدو إلى ابتكار حيل أخرى مختلفة، فينصب له العراقيل و العثرات. في مثل هذه الحالة، لا يكون عمل الشرير ضد سيرة الانسان عموماً، بل يوزّع حيله و الأعباء ضد كل شأن مسيحي يقوم الانسان به، و ذلك كي يجعل جهدنا على غير اتفاق مع ارادة الله.

فمنذ أن نفتح عيوننا في الصباح، و حتى إغلاقها عند المساء، للنوم، ثمّة أعمال تشغلنا، عمل ينتهي و آخر نبدأ به، و ليس عندنا لحظة فراغ واحدة. لنفترض اننا في صحو دائم، و متيقّظين إلى ذواتنا، و لا نزرع تحت داء الكسل و التواني، يُضاف إلى ذلك ان ذهننا و قلبنا في وقفة صلاة أمام الله، و علاقتنا بالآخرين، على صدق و محبة. لنفترض ان الواحد منّا يجاهد ليوفقّ كما يليق، بين النفس و الجسد، من جهة أعمال النسك و الجهادات، أو في شؤون حياة العلمانيين العامة، إلا ان هذه كلّها ينبغي أن تتوخى الخلاص بحرص شديد و يقظة و شوق. فالله يعين الدائبين على عمل أي شيء (حسن)، على النحو الصحيح، فيرسل نعمته لهم، و يصونهم بملائكته و صلوات القديسين. رغم كل هذا، فالعدو لا يحميد و لا يغفل. فهو يسعى الى تعكير حياتنا مع الله. و يحاول أن يضلّنا في كل عمل صالح نعمله، كي يحولنا إلى ارتكاب الشرور. و هذا يكون بعدة أشكال: فأمّا انه يسرع إلى إيقافنا عمّا هو حسن، أو أنّه يتدخل بعد أن نكون قد شرعنا به، و ذلك ليعرقلنا. و إذا أخفق، فإنه يهّم إلى جعل أعمالنا المنجزّة، و كأنها غير جديرة بقدر أو قيمة. و إذا انغلب رغم مساعيه، فإنه لا يتورّع عن نزع قيم أعمالنا من جهة الله، و هذا يحققه بتحريك المجد الباطل، و الزهو، فينا.

عند القديس يوحنا السلمي كلام عن هذه الحيل كلها: " الشياطين تنصب لنا ثلاثة فخاخ أمام الجهود التي نبذلها لإرضاء الله:

1- تحاول أن توقف مسيرة الأعمال الحسنة.

2- و إن هُزمت، تحاول أن تجعل أعمالنا بخلاف مشيئة الله.

3- وإن أخفقت في هذه أيضاً، فإنها تعتمد إلى سلب النفس بهدوء، وذلك بتملّقنا و الهمس لنا بأننا قد أَرْضينا الله.

التجربة الأولى تقاوم بالغيرة الملتهبة مع ذكر الموت. أمّا الثانية، فبالطاعة و تواضع النفس. إلا أن الثالثة، فتكون، بإلقاء الملامة على النفس و توبيخها : " فلما قصدت معرفة الذي هو تعب في عيني، دخلت مقدس الله و تنبّهت إلى آخرتهم" (مزمور 73 : 16-17).

عندما تدخلنا النار الإلهية، لا تعود العادات الرديئة قادرة على النيل منا " فإلهنا نار آكلة" (عب 12 : 29) . الهنا يلتهم كل ثورة و حركة شهوانية، و كل عادة رديئة، و كل فظاظة و عتمة داخلية أو خارجية، في الفكر و النظر (فصل 26 - 8).

ان قلماً لا يستطيع وصف كل حيل العدو ووسائله. فتيقظ في نفسك، جامعاً ذهنك من أجل أمر واحد هو إرضاء الله، في الأمور الكبيرة و الصغيرة. الحياة نفسها، ستعلمك التمييز و حسن النظر في مكائد ابليس، إلا أنني سأسوق مثليين أو ثلاثة في ما يعمله العدو لبلبلة نفوسنا و إفساد أعمالنا إن كانت تدوم (أعمالنا) بعض الوقت :

إن قرّر إنسان مريض أن يحتمل داءه برضى ، و قد تصرف هكذا فعلاً، فالعدو إذ يرى انه بعمله هذا، سيثبت على الفضيلة، لا سيّما الصبر، فانه يقوم عليه، يثيره بالاضطراب ، فيجعله يعدل عن عزمه الحسن. و لبلوغ هذا المأرب، يعتمد الى تذكيره بأمر حسنة عديدة كان يمكنه أن ينجزها لو كانت فيه صحته. كذلك يسعى إلى إقناعه انه لو كان بصحة جيدة، فهناك الكثير ممّا يمكن أن يعمل لمجد الله، و منفعة نفسه، و اخوته بأن. فكان من الممكن إذ ذاك ، أن يرتاد الكنيسة، فيعظ، و يقرأ، و يكتب لخير الآخرين الخ... و مما أن يلحظ العدو ان أفكاره باتت مقبولة، حتى يعتمد الى تصويبها ضد الذهن أكثر فأكثر، بتنويع صورها (الأفكار) و تنميقها. وهكذا تصير الأحاسيس في الانسان، و تولد الأهواء و الضغوطات المصاحبة لها، مع كل ما ستحظى به هذه الأعمال من قبول و نجاح، هي و سواها. و هكذا يتولّد في المريض حالة حزن، فمرضه يقيد قدميه و يديه. و ما يلبث هذا الحزن أن يتحوّل إلى تأفف، بفعل ضغط الأفكار و حركات النفس التي من داخل، فينقلب الصبر على المرض برضى، و بدل قبوله كدواء من الله، و مناسبة تتروّض فيها النفس على فضيلة الصبر، ها هو يراه أمراً يعطلّ عمل خلاصه، فتصير رغبة الانعتاق من المرض غير مضبوطة، رغم انها ما تزال ذات قصد حسن، و هو إنجاز الأعمال الحسنة المقبولة عند الله، في كل سبيل. فما أن ينحرف الانسان (المريض) و يتيه، حتى يعتمد العدو إلى سبله، فينتزع القصد الحسن من قلبه و ذهنه، فيصير المرء راغباً بالشفاء من أجل ذاته، و ينظر حالته و مرضه بحزن و امتعاض، ليس على انها عائق في سبيل الخير و حسب،

بل على انها الشرّ في حدّ ذاته. و هكذا يبلغ انعدام صبره أقصى مداه، فيتأفّف ، كونه لم يُدعّم ذاته بالأفكار الحسنة. و من شأن التأفّف هذا، أن ينزع سلامه، فيفرح العد بتعكير صفائه، و الحيلولة دون امتلاكه الصبر على المرض، برضى .

كذلك فالعدو ينقضّ ، على نحو مماثل، على المسكين القنوع بما هو فيه، فيصوّر له مقدار الخير الذي يمكنه القيام به لو كان صاحب ثروة. و على نحو مماثل يبلبل العائشين في الطاعة، سواء في دير أو غيره، فيوجس لهم انهم سيضطنون في النمو نحو الكمال المرجو، إن هم تابعوا على هذا المنوال (الطاعة)، فيحثّهم على التوجّد و الاعتزال، في الفقر، و كثيراً ما ينجح. فالذي قصد التوجّد و الاعتزال، سيتوانى، فيسقط في التراخي و الكسل، فيفقد نتيجة لذلك، كل ما قد انجزه بعد جهد و عناء في حياته تحت الطاعة. و العكس أيضاً قد يحدث، حيث ان العدو ينجح بإخراج المرء من وحدته و عزلته، بحجّة انها لا تعود بالنفع على ذاته أو على الآخرين، فحياته بالخدمة، ستمتلى من الأمور النافعة له و للآخرين. فعندما يستجيب المرء لهذا الإيحاء، فيدخل الدير أو يذهب إلى العالم للخدمة، فانه لا يقوم بالأعمال التي قطع على نفسه عهداً بإتمامها، بل سرعان ما يهدر ما قد جمع، و يصير خاوي اليدين.

هناك حالات مماثلة عديدة فيها ينجح العدو في غواية الانسان كي يغيّر وضعه، بحجّة ان وضعاً آخر، هو خير من الأول، و أكثر نفعاً منه و هكذا فانه يضرب هذا بطريقة، و ذاك بأخرى.

ان من يسلك تحت إرشاد معلّمين، من ذوي الخبرة، فيطيعهم في إرشاداتهم، بتسلم كامل مع تواضع، يستطيع أن ينجو من مثل هذه التجارب. و لكن إن حُرِم المرء هذه المنفعة، لسبب أو آخر، يتوجّب عليه الانتباه و التمييز بين الخير و الشرّ على ضوء التعاليم المسيحية التي تقوم عليها حياتنا. فالظروف التي تبدو عائقاً أمام مسيرتنا نحو الخير، و لم تكن من اختيارنا نحن، بمحض الإرادة، إلّا انها من الله. هذا يدعونا إلى الرضوخ بكل طاعة، لنصمّ سمعنا عن أي اقتراح ضد هذا الرضوخ. فانه عندما يرسل إليك ظروفاً كهذه، لا يريدك أن تدبر شؤونك بنفسك، فتسلك بحسب اقتضاء الظروف في حدود الامكانيات القائمة. فسواء كنت مريضاً أم فقيراً، بادر إلى احتمال مرضك و فافتك، فانه لا يريد منك غير الاحتمال بقلب صالح مع الانشغال بأعمال الخير. فمتى جاءك و افتقدك، يجدرك تعمل و تسلك على نحو سليم. وعلى العموم، فرغبتك بتغيير وضعك، هي رغبة في استبدال الأصلاح بالأسوأ

أما إن رأيت نفسك في وضع يحول دون قيامك بالأعمال الحسنة الممكنة لديك، و ان هذا الوضع جاء نتيجة لنزوة منك، فطالما انك اخترته لغرض ما، فتمسكّ به، و لا تدع أفكارك تجول وتتشتت في أمور كثيرة، جاعلاً نصب عينيك



هذا الهدف الواحد لما يمكنك ان تعمله من خلال وضعك، إن أنت ثبتّ هناك. انجز أعمالك المتصلة بهدفك، بهدوء. و اقنع انك إن نسبتها إلى الله، بدلاً من الاعتماد على النفس، لن يكون الزمان الذي تقضيه مهدوراً وضائعاً . فأعمالك تكون مرضية لله ، و بمثابة تقديمة تامة، بينما تكون أنت في سلام.

## الفصل الرابع و الثلاثون

### في يحوّل العدو الفضائل ضد الذين يمارسونها

لنقل أنك تسلك درب الفضيلة بصدق و حق، و بدون زيغ نحو اليمين أو اليسار، فلا تتوهم بأن العدو سيكفّ عن مهاجمتك. لقد تعلّمت هذا ممّا طالعه عند القديس يوحنا السلمي. فالعدو عندما يرى ان مساعيه قد باءت بالفشل، و انه لم يتمكّن من النيل منك، يبدأ برصدك خفيةً، هامساً لك بتملّق: " لقد أَرْضِيَتْ اللهُ في حياتك". هذه تجربته الأخيرة. أمّا نتيجة الاستجابة لتملّقه، فهي، في العادة، زهو بالنفس، و شعور بالأهميّة الشخصية، و الرضى عن الذات، و هذه المذكورة، من شأنها أن تولّد الكبرياء و المد الباطل. و المجد الباطل يسلبنا كل قيمة، حتى الصالحة منها. أمّا الكبرياء، فيجعلنا نبغض الله. لذا، تيقّظ يا عزيزي و أبعد هذه التملّقات عنك. لا تدع لها سبيلاً إلى قلبك، و هذا يكون، برفضها منذ أن يبدأ الهمس في أذنيك. و إذا ما رُمّت تفادي الشرّ الذي يتهدّدك، اجمع ذهنك في قلبك متأهباً على الدوام لدحر سهام العدو. كن هناك في قلبك، كقائد جيش في ساحة الوغي، و اجعل لنفسك ركناً مكيناً محصناً تقود القتال منه، لا تبارحه البتّة. أمّا سلاحك في هذا القتال، فهو شعورك العميق، بالعدم و بالفقر، و انك أعمى، و مجرد من كل شيء، و لست غنياً إلا بالضعفات و الهفوات و الأعمال الجديرة باللوم و الغباوة و التفاهة و الاثم. و لدى تأهّبك للقتال، لا تسمح لذهنك أن يجول خارج حصنه، و لا سيّما حقولك و جنائلك اليانعة الثمر في الظاهر، و أعني أعمالك الحسنة. و إذ تثابر على هذه الرياضة، فلن تقوى سهام العدو على ملامستك. و إن حدث أن أصابك أحدها، فانك ستبعده تواءً، فترميّه بعيداً عنك.

و كما ان المحاربين داخل حصن، لا يتكاسلون، بل يواصلون تدريباتهم العسكريّة أو يستعدّون لتدعيم تحصيناتها، هكذا أنت أيضاً، يجب أن تتحصّن بشعورك بالعدم، و كي أكون أكثر دقّة، اعمل على النحو التالي: اعلم ان ضبطك لذهنك مهما كان حازماً، سيبقى الذهن عرضة للشرود. و لا عجب ان كان في شروده يحطّ عند أعمال لك تبدو حسنة في الظاهر. فما أن يبلغ اليها، يقبض عليها تواءً و يضربها بالعجب بالنفس، على نحو يجعل الذهن ينزع من ذاته الى جهة العدو فيحاول ذاك أن يقودك كي تسير في ركبه. فما أن تلاحظ مثل هذا، بادر إلى جمع ذهنك و قل له: " أيها الذهن: أنت مصرّ على اطلاعي بأن هذا حسن و ذاك لا مضرّة منه، و ربما الأمر هكذا، لكن ما شأنني أنا به؟ كنت على وشك امتداحي. لا بأس، ها أنا إذن صاغية أستمع إليك و أنت تقرّظني. لكن ليكن في حسابنا ان العدل يقضي امتداحي على أمور خاصّة قمت بها، أمّا تلك الآتية من الله و نعمته، فالمديح و العرفان هو الله. لهذا دعنا نتفحص مما يعيننا و ما

يعني الله، لنعزو لله ما هو منه، تاركين لأنفسنا ما هو لنا. بهذا سنعرف قدرنا و قيمتنا. و إن بقي لنا من شيء نستحق أن نُمدح بسببه، فهياً بنا نعاين زمان ما قبل وجودنا. أين كنا؟ كنا مجرد عدم لا نقوى على شيء، مهما كان. ماذا عملنا حتى نستأهل وجودنا من نبع الحياة؟ وجودنا هبة من الله. هذه كانت البداية و قد أعقبتها خيارات متتالية من مراحم الله التي لا تحد. لذا، لنجعل الله أصل كل هذا. تُرى كيف بدأنا نعيش؟ نحن أنفسنا نجعل ذلك. نحن لم نكن ندري بوجودنا سنين طوال منذ مستهل حياتنا، رغم اننا كنا في الوجود حقيقة، ثم اننا لما شعرنا بوجودنا، كنا عاجزين عن القيام بشؤون حياتنا. إلا ان ثمة أيدي بادرت إلى العناية بنا، وهذا كان بدافع العناية الإلهية المغروسة في نفوس أصحابها بيد رئيس الحياة و الوجود. فنشأنا و ترعرعنا، و انتصبنا على أقدامنا. لم نكن نحن سبب كل ما أصلح سيرتنا. لذلك فلنجعل هذا جانبا. لقد شرعنا نحيا واثقين بذواتنا. لكن أي شيء لنا منها؟ ما الذي لنا في داخلنا؟ انها طاقة حيوية فينا، مع وسائل استمرارنا ووجودنا. وهذه في ذاتها ليست مئا، بل هي هبة من الله.

” ان المعرفة المباشرة عن الله هي في ذاتها هبة منه. الضمير نفسه هبة منه. العطش إلى الحياة العلوية هو منه. هذه الثلاثة تؤلف في ذاتها روح وجودنا، دافعة إيانا باتجاه السماء. أنت يا ذهني لست لي، لقد أتيتني من الله. كل ما في من قوى حيوية، الإرادة، و ما يرتبط بها، مشاعري، و ما يتصل بها، القدرة على التمتع بالحياة و بما هو حولي، ليست مني، ولا يعزي وجودها إليّ. جسدي بكل غرائزه ووظائفه و مستلزماته التي تحدّد وجودي الحسن، ليست مني أيضاً. فكل ما في هو هبة من الله. أنا نفسي لا أنتسب لنفسي، بل لله، وعندما وهبني الوجود، حباني طاقات بالغة التعقيد و الحيوية. لقد أغدق على الضمير و الحرية. لقد رأى هو نفسه، انه ينبغي لي أن أسود ما هو موجود فيّ، و ذلك بمقتضى وظائفية و قيمة كل جزء من أجزاء كياني. فهذا كلّه لا يسمح بامتداح الذات، بل يدعو إلى إدراك المسؤوليات الجسم الملقاة على عواتقنا. انه يدعوننا إلى الخوف من الجواب على سؤاله لنا: ماذا عملنا بأنفسنا، و من أنفسنا؟“.

لنعد الآن إلى وسائل الحياة. فينا حياة الجسد، و حياة النفس، و حياة الروح، لكل من هذه حاجاته إلى وسائل وجوده. و كلّها في متناولنا، وهي بدورها هبة لنا من الله، و ليست من تعبنا و جهدنا، الهواء، النار، الماء، و التراب (الأرض) بكل كنوزها و مكوناتها و حجارته و معادنها، و نباتاتها و حيواناتها التي تزودنا بما نحن بحاجة اليه، كالطعام و اللباس و البيوت. و هذه أيضاً ليست من صنعنا، انما أعطيت لنا. كل المفاهيم التي نحتاج إليها من أجل ما يحيط بنا، أشكال حياتنا اليومية، المجتمع، الحكومة، الفنون و المهن و كل أصول العمل في كل قطاع من هذه القطاعات، كلها

سبق أن أعدت و ليس لنا سوى أن نتمثلها ، بدل التعب في ابتكارها و إيجادها، كل إنسان آتى إلى الوجود، آخذاً أمور المعرفة عن أسلافه، من أين جاء أسلافنا بهذه المعرفة؟ لقد أرسل الله أناساً يتمتعون بمواهب خاصة و قوة إرادة فقدّموا اكتشافات جديدة و طوّروا الحياة الانسانية. و إن سألت أياً من هؤلاء المبتكرين، كيف توصل إلى هذا أو ذاك، فإنه سيقول لك: لا أعرف. لقد راودت ذهني كفكرة، ما لبثت أن اختمرت و تشكلت . هكذا كانت، وهكذا ستكون إلى منتهى العالم. إذن وسائل حياة النفس ليست منّا، انها هبة من الله. و إن كان الأمر هكذا، من جهة النفس، فكيف تكون الأمور من جهة حياتنا الروحية و الأخلاقيّة و الدينية؟ لقد جعل الله معرفة عن ذاته في أذهان نفوسنا، و في ضميرنا، و أعنى معرفة إرادته، واهباً الجميع بالتساوي رجاء النعيم الأبدي. و هذا هو بذار حياة الروح الذي غرس فينا و تقبلناه، حين نفخ فينا شرارة حياته الإلهية. كل إنسان، عندما يولد، يأتي حاملاً معه و فيه هذا البذار. أما التطور اللاحق لهذا البذار، فيرتبط بالذين يحيطون بهذا الانسان. يا لها من بركة عظيمة يتعذّر وصفها، عندما يولد المرء وسط أناس يتقنون الإرشاد الى حياة الروح الحقيقية. لكن تأمل في ما حولك. ان لدينا معرفة عن الله الواحد الحق المعبود كالثوث. نحن نعرف بابن الله الذي تجسّد من أجلنا و منحنا كل شيء من أجل خلاصنا، نحن نؤمن بالروح القدس الذي نعمته تحيينا و الذي يعمل لبناء حياة الروح فينا. نحن مغروسون في كنيسة الله، و فيها نتلقّى ما يلزمنا للعناية بحياتنا الروحية و تنميتها، و فيها نتلقّى الإلهام، كي نترجى قيامة الموتى و الحياة في الدهر الآتي. و كل هذا هو لنا في أنقى و أبهى ترى غنى في الوسائل التي بحوزتك لتسير في الحياة. وهي قد تبدو لك طبيعية في ملئها، إلا ان واحداً منها ليس ثمرة لجهودك، فالكل معطى لك، و أنت مدعو إلى وليمة الحياة المعدّة من قبل. فإن كان لك ولي شيء من هذا القبيل نعتزّ به، فهو (ربّما) كيفية استخدامنا لهذه الوسائل. فإن تناولناها بصورة تامّة، نقتني لباس العروس الذي به نلج إلى الوليمة فهل في هذا مجد لنا؟ أليس حرياً بنا أن نجزع لئلا يأتي ضيف الوليمة الجواد و يقول لنا: انظروا كم هي عظيمة هذه الوليمة، لكن ماذا عن لباسكم؟

و الآن، دعنا نمعن النظر عن كثب بهذا اللباس. يتألّف ثوب النفس في الأساس من : استعدادات دينية و أخلاقية، مع مشاعر متجدّرة كلّها فينا، لا من أعمال فقط. لكن طالما ان هذه محتجبة فينا، فقلّما هي مناسبة لغرور أو كبرياء. إلا ان الأعمال فمنظورة، و تتراقص أمام أعيننا و لما كانت أموراً اختيارية، فهي تولّد في الفاعل شعوراً بالأهمية الذاتية، و الرضى عن النفس. أما تأثيرها الخارجي، فهو أن تثير شهادة المديح من الآخرين على أعمال الانسان، الأمر الذي يعمّق

الإحساس بالأهمية الذاتية و يرسخ جذور الغرور و الإعجاب بالنفس. لذا فلنفحص أعمالنا لنرى، هل لنا فيها ما يجعلنا أهلاً للافتخار بلا منازع.

لنذكر ان افتخارنا يكون فقط عن أمور تنتج عن إرادتنا الشخصية، و نقوم بذلك بمعزل عن أي شيء آخر. لكن أنظر كيف تنمو أعمالنا، و كيف تبدأ؟ انها بعض ظروف تجتمع معاً فتؤدّي إلى هذا أو ذاك من الأعمال. ان فكرة تراود ذهننا للقيام بعمل ما، فننجزه. إلا ان اتفاق الظروف ليس ممناً. وواضح أيضاً ان الفكر ليس منك، بل آخرون أوحوا به إليك، و هذا لا يدعو إلى المديح الذاتي. أنظر و دقق كم هو عدد الأمور التي تقوم بها من هذا القبيل. فان دققنا في كل شيء، بضمير نقى، سنجد ان أعمالنا كلها تبدأ على هذا الغرار، و بالتالي ليس لنا ما نعتز به.

و إن كنا نمتدح أنفسنا على شيء ما، فذلك على أعمال لا حاجة لنا للقيام بها. لأنه مهما كانت الدوافع الخارجية و الداخلية للقيام بعمل ما، فالقرار بإنجازه يتوقف على إرادتنا. لكن ليس كل قرار من أجل القيام بأمر صالح، هو قرار صحيح. يكون القرار صحيحاً، إن جاء متفقاً مع إرادة الله، و كان ينبع من طاعة إرادته. أما ان يكون القرار إرضاء للنفس أو للآخرين، فهذا ما يجعله غريباً و رديئاً و مظلماً أحياناً يكون قرارنا بعمل ما، نابعاً من خوفنا من الناس في حال عدم القيام به.

و أحياناً نعمل و نحن نتوقع نفعاً أو رضى ما، إما الآن أو في المستقبل و طوراً نقوم بالعمل ببساطة، ليس لأننا نروم ذلك، إنما لأنه ينبغي لنا أن نعمله. مثل هذه لا تعد أعمالاً صالحة، فهي رغم انها ممدوحة في ظاهرها، إلا انها ليست هكذا امام الله و الضمير. لنفحص كم هي أعمالنا التي من هذا القبيل. مرّة أخرى سنجبر على القول، بأنه ليس لنا ما نستحق الافتخار به.

و هكذا، و بالتمحيص الدقيق ندرك ان أعمالنا الحسنة لا تجيز لنا أن نفتتح شفقتنا للافتخار أمام الآخرين، أو أن نقرع لها بالطبول لأنفسنا في الداخل. لكن إن تذكرنا كل الأعمال التي نستحق اللوم عليها، الباطلة، التافهة، عديمة النفع، الضارة، و المخالفة للناموس، و التي يمقتها الله، فهي كلها من صنعنا. فإذا تذكرنا انها أعمال غير مقبولة، فاننا سننذكر أيضاً ان الانسان كله غير جدير بالقبول.

سأضيف أمراً آخر: ما نقوم به علناً، في البيت، في العمل، في المجتمع، هو مقياس لسلوكنا، و إذا نظرنا حولنا، لا يمكننا إلا أن نقول ان سلوكنا، على العموم، صحيح، إلا أننا لا نستطيع أن نؤكد ان وضعنا الداخلي صحيح أيضاً. فعيون الذين حولنا تؤثر في نمط سلوكنا تأثيراً عظيماً جداً. و الذين ينظرون إلينا، يرغموننا أن لا نعطي فرصة للشر

المشتعل في قلوبنا كي يظهر، فنحجب الشرّ فيبدو عملنا صحيحاً لكن بدون الناس الذين حولنا ، كان من الممكن أن يكون سلوكنا مختلفاً. و الأمر يصبح هكذا، عندما نتأكد ان العيون لا تنظر الينا. و يحدث لبعض الناس انه بمجرد تغيير ظروف حياتهم الخارجية ، و تمكنهم من العيش بحرية أكثر ، أن كل ما كان محجوباً من قبل، بداعي الخوف من رؤية الناس لهم، ينفجر، و ينقلب الانسان الذي كان يبدو ذا سلوك حسن، إلى سكير فاسق و لصّ. فكل هذه الدوافع لم تكن وليدة اللحظة، بل كانت قائمة أصلاً، لكنها كانت تعابير مستنكرة . أمّا الآن و قد أُطلق لها العنان، فقد استباننا على حقيقتها. ولو ان ذلك كان كلّه في الداخل، فالانسان كلّه سيكون سكيراً و فاسقاً و لصاً ، رغم انه في الخارج، (المظهر) ليس هكذا. تأمل جيداً، فربما تندرج أنت أيضاً في هذه القائمة. فإن كان الأمر هكذا، ولو بدرجة محدودة، فليس لك حق في الافتخار أو قبول المديح.

وفي الختام، إن تبعت التعليمات الأنفة الذكر، يمكنك البدء بعمل دوري في حياتك. فعندما يشرع العدو بنفخ البوق في أذنيك قائلاً: يا لك من إنسان صالح... فان هذا النفخ لن يجد صدي فيك، بداعي تقدير الذات و الرضى عنها، انما على العكس سيمنى بخيبة مرّة و يرتدّ عند كل مناسبة بفعل الأفكار المتواضعة القائمة على تحقير الذات، مع المشاعر الحسنة التي فيك.

## الفصل الخامس و الثلاثون

### نصائح لغلبة الأهواء و اكتساب الفضيلة

رغم أنني أطلعتك على الكثير من الوسائل التي تستخدمها من أجل غلبة الأهواء الرديئة، بقي ثمة أمر آخر أقوله لك عنها: بادئ ذي بدء، لا تتمثل يا عزيزي، في مسألة اكتساب الفضائل، بالذين ينظمون شؤونهم الروحية على نحو يمارسون فيه فضيلة ما لمدة أسبوع، و أخرى، لأسبوع آخر.. فلا يراعون حاجتهم إلى الرياضة في هذا أو ذاك... لا ، لا تفعل على غرارهم، إنما باشر تَوّاً إلى مقاومة الهوى الأكثر مضايقة لك، و الذي يهزمك على الدوام، وتشعر أنه يتحفز للوثب عليك الآن. حاربه بكل ما فيك من قوة. و اجتهد أن تجعل في نفسك الفضيلة التي تعاكسه. استخدم كل الرياضات الممكنة ، و الأعمال الضرورية في هذا السبيل. ان نجاحك و فلاحك في هذا، يستتبع حياة و انتعاش سائر الفضائل الأخرى فيك. ان الفضائل لهي سلاح تتقي به سهام الأهواء.

إن قلوبنا مليئة بالفطرة من الحسيات الحسنة التي تخنقها الأهواء. و الأهواء تختلف و درجة استبدالها، من إنسان إلى آخر. ففي هذا يسود فلان من الأهواء، و في آخر ، يسود هوى آخر، و لفترة أطول من سواه. أما أنت، فبمجرد أن تتخلص من الهوى الرئيس، للحال تختبر أن الأهواء الأخرى ستضعف و تزول من ذاتها. وهذا ان حدث، فإن من شأنه أن يعيد الحسيات الحسنة، إلى سابق قوتها الطبيعية، فتنتعق من الأهواء، لتقف عند عتبة القلب، متأهبة لخدمتك عندما تدعوها.

ثانياً، لا تحدّد لنفسك مهلة تكتسب بها الفضائل، لا أيام و لا أسابيع ولا شهور أو سنين. لا تقل لنفسك: اعمل الآن ثم استريح ، و بعد الراحة أعود إلى عملي من جديد. لا، ليس من راحة هنا. إنما بادر إلى إعداد نفسك للعمل الدائم. جاهد و ثابر ولا تسمح لأي اىحاء يدعوك إلى تلطيف الجهاد أو التنقيص منه. اقتدِ بالرسول الإلهي بولس الذي قال في أمر نفسه: " إذ أسعى هكذا، لعلي أدرك ، ما أصبو إليه" ( 1 كور 9 : 26 - في 3 : 12 - 14).

ثالثاً، كن رصيناً في أعمالك، و اعلم أن التوقف للراحة، في درب الفضيلة، لا يعطي دفعاً جديداً، إنما يثبط الهمم و يبرّد الطاقة التي فيك، و يضعفها. و قد يعني هذا أن تتداعى، أو أن تتلف ما قد بنيته بعد مشقة و تعب. فأنت تتوهم اكتمال الفضيلة فيك، فتكفّ عن الرياضة من أجلها، وهكذا تنقص فيك دون علمك.

لا تكن أنت هكذا، بل تيقظْ بغيرة و لا تغمض عينيك عن مناسبات العمل الحسن. لا تتجذبه أن عرض عليك، بل جد في طلبه و البحث عنه بكل السبل، لا سيما ذاك الذي انجازه يستدعي جهداً و مشقة. لأننا بهذا نغلب الصعاب المزروعة في درب الفضيلة، و التي تتجذر في نفوسنا حتى أعماق القلب.

تحاش، قدر المستطاع، الظروف التي من خلالها تظهر فضيلة النقاوة ، لكنها في نفس الوقت تمتص قدرتك إذ تشير عليك الشهوة الدنسة. خير لك أن تبعد هذه النار عنك، لئلا تحترق.

كن متعقلاً و رصيناً لدى قيامك بالأعمال الجسدية، الأصوام، الاسهار، عمل اليد... الخ. إنها أمور واجبة و أساسية، و لا تتوهم أن تقدمك في الحياة الروحية ممكن بدونها. لكن تعقل في معرفة قدرتك على الاحتمال، كي تبلغ ما تسعى اليه. و الاحتمال هو وسط بين الانحلال الجسدي، بالشفقة على الذات، و تعذيبها بلا هوادة، بإجهادها دونما داع أو ضرورة. جاهد كي تعرف بالخبرة الحية ، هذا المدى الوسيط في الأعمال ، لا نظرياً. و بادر الى التقدم التدريجي منطلقاً مما هو أدنى نحو ما هو أسمى.

أما من جهة فضائل النفس الداخلية: محبة الله، ازدياء الدنيا، تحقير الذات، الاقلاع عن كل شهوة و خطيئة، الصبر و التواضع، السلام مع الذين يممقونك و يضطهدونك، ففي هذا لا يُطلب منك حد و بسيط، لأن تقدم هذه الفضائل تدريجياً من شأنه أن يتجدد فيك. أما أنت، فما عليك سوى الاستمرار على حث النفس للقيام بما تتطلبه الفضائل منك بلا تباطؤ أو تلكؤ. في هذا تكمن قوتك و حكمتك.

رابعاً، أثناء عملك هذا، فكر بكل ما فيك من قوة، و ارادة، و اطلب من كل قلبك أمراً واحداً لا غير، و أعنى أن تغلب الهوى الذي تحاربه في ذلك الوقت، ليكون هذا كل شيء بالنسبة اليك، ليكون السماء و الارض و كنوزك كلها و غايتك الوحيدة. اقتنع انك بذلك تخدم الله و ترضيه على نحو قانوني و لائق. فسواء أكلت أم صمت، عملت أم استرحت، استيقظت أم خلدت إلى النوم، في الخارج أم داخل البيت، سواء في العمل أم في الصلاة، ليكون كل شيء منصباً على غاية واحدة هي، غلبة الهوى الثائر فيك، و ممارسة الفضيلة المعاكسة له.

و كلامي هنا هو على الأهواء، الأساسي منها والثانوي. ففي الحروب الحسية، ربما كنت في صفوف عسكر يديرهم قائد أعلى، أو أحد معاونيه، أو سواهما. الأمر نفسه تراه في الحرب الروحية. فالهوى الأساسي ليس دائماً هناك، فكثيراً ما يرسل إلى الميدان من ينوب عنه، و يكون القتال ضد الأعوان، لا ضد الرئيس. إلا أن النصرة هي الغاية في هذه الحال.



خامساً، ثابر على معاداة كل الملذات الدنيوية المتولدة عن التراخي و الكسل. فإن كنت هكذا ، فأنت أقل تعرّضاً للهجمات و التجارب، ليس فقط الجسدية، بل الشهوانية عموماً، و التي من شأنها أن تمد جذورها حتى التراخي و الكسل. فعندما تقطع الكسل و تبتز التراخي، تصبح الأهواء بدون قوة (عاجزة)، و تفقد ثباتها و استبدالها حتى تستأصلها. لا تتساهل مع الفكر الذي يدعوك إلى التهاون و اختبار اللذة أو تذوّق متعة واحدة فقط. فالمتعة هذه، و ان كانت غير مذمومة، إلا أن قبولها هو بداعي الشفقة على النفس. فإن حصل و تراخيت، ستتحرك الأهواء رأسها و تتحرك فيك كالودود عند انسكاب الماء عليها، و لا غرابة أو عجب ان ثارت احداها، على نحو يكون الجهاد ضدها صعباً و عسيراً، و النصر غير أكيدة. لذا لا تنسى كلمات الكتاب التالية: " من يحب نفسه يهلكها (أي من يحب نفسه، هو إنسان يهلك نفسه)، " و من يبغض نفسه في هذا العالم، (أي الذي لا يتيح لنفسه فرصة للتراخي و الشفقة)، يحفظها إلى حياة أبدية" (يوحنا 12 : 25) . إن أيتها الأخوة، نحن مدينون ليس للجسد لنعيش بمقتضاه، فالعيش للجسد يؤول إلى الموت. أما ان كنا بالروح نميت أعمال الجسد، فسبحيا (رومية 8 : 12-13).

سادساً، و في النهاية أسدي إليك هذه النصيحة الأخيرة: من النافع جداً، أو بالحري من الضرورة القصوى بمكان، أن تبادر بادئ ذي بدء إلى اعتراف عام \_ بكل يقظة و انتباه، بكل الرياضات الواجبة، و فحص للنفس مرات و مرات مع يقين و عزيمة \_ انك بهذا تمتلئ بقناعة راسخة من وقوفك في حضرة نعمة الله، مصدر كل المواهب الروحية و الفضائل و كل نصره.

## الفصل السادس و الثلاثون

### في ترتيب اكتساب الفضائل

يتوجب على جندي المسيح الحقيقي، المفعم برغبة الوصول إلى منتهى الكمال، أن لا يضع حدوداً للجهد من أجل بلوغ النجاح الكامل في كل شيء. لكن في الوقت نفسه، عليه أن يوازن خطواته و يوجّهها بفعل حرارة روحية قائمة على الحصافة و التمييز، لا سيما في مستهل الدرب. فتورات روحية كهذه، من شأنها أن تثور بقوة لا تضاهي، ما تلبث أن تخفت و تضعف تدريجياً حتى تنطفئ، تاركة ايانا مرهقين في منتصف مسيرتنا. الفضائل الجسدية يمكن اكتسابها شيئاً فشيئاً بالصعود كما على درجات سلم. كذلك ينبغي أن نراعي نظاماً تدرجياً في فضائل النفس الداخلية. بهذا ينمو القليل الذي لنا، و يدوم فينا إلى الأبد. مثال على ذلك: في مسيرة اكتساب فضيلة الصبر، يستحيل البدء فوراً بالترحيب بالظلم الواقع علينا، أو قبول الاهدانات، و كل أشكال الحزن الأخرى، فنبحث عنها، و نسر بها. فهذه درجات رفيعة جداً من الصبر، و لا بد دون بلوغها، من الارتقاء بدءاً من الأسفل، و أعني: اتواضع و اذلال النفس إلى درجة اعتبارها تستحق كل ملامة و اهانة. يضاف إلى ذلك غلبة أحاسيس الرغبة بالتأثر، و هي عنيفة، فتمح أصغر فكرة إلى الانتقام... الخ. علاوة على هذا، أنصحك بعدم التدرّب على كافة الفضائل دفعة واحدة، أو حتى على قسم منها. إنما ثبت نفسك في واحدة، و منها تصير النقلة إلى أخرى. بهذا تتجذر فيك الفة الفضيلة ببسر و ثبات. و بالثبات على فضيلة واحدة، ينشغل الذهن بها، و يلتحم بالتأمل فيها دون سواها. و من شأن هذا، أن يؤدي إلى بلوغها و اتقانها، و تكون ارادتك مستعدة و تواقّة، الأمر الذي يساعد كثيراً في اتقان التآلف مع الفضائل و اكتساب مهارات عملية في وسائلها و أحوالها. و هذه النتائج لا نترجها ان كنا عاكفين على فضائل عدة، دفعة واحدة.

كذلك فالتقارب و التشابه في أمور الفضائل أمر حاصل، و اتقانها سيسهل النقلة من الواحدة إلى الأخرى، بأقل قدر من الصعوبة، مقرونة بأكبر سرعة ممكنة. فالفضيلة تقوي الفضيلة القريبة منها، و تساندها و بمجرد قيامها في القلب، تساعده على اقتبال مثيلاتها، فتكون كل فضيلة تكملة لفضيلة أخرى. و نحن نعرف من الخبرة، أنه إذا روض المرء نفسه على فضيلة واحدة، بجد و اخلاص، و امتلكها جيداً، فإنه سيتعلّم ليس فقط كيف تدين له الفضائل الأخرى، إنما ستزداد خبرته مع الأولى أيضاً. فالأولى ستدعم كل الفضائل اللاحقة، و تشد أزرها. فالفضائل متماسكة، و لا تنفصل احداها عن الأخرى. إنها كحال الإشعاعات الصادرة عن النور الإلهي نفسه.

## الفصل السابع و الثلاثون

ما هي الاستعدادات المطلوبة لاكتساب الفضائل عموماً وكيف يكون التدريب من أجل كل واحدة

منها؟

على من يرغب في اكتساب الفضائل أن يكون كبير النفس، متين الارادة، جسوراً و ذا عزم ثابت لا يعرف الفتور و التواني. و ليعلم أن صعوبات عديدة تتربص به، و الجهود الشاقة تنتظره، و ذلك لكي يكون مستعداً لتحملها و القيام بأعبائها بحزم و ثبات. و عليه، فينبغي أن يحب كل فضيلة بحرارة، و أن يصبو إلى السيرة الفاضلة، فيكون ذا غيرة متقدة تخوّله أن يبلغ إليها. و ينبغي أن تكون قوته قائمة في درب الفضيلة المضي و الصعب. ينبغي أيضاً أن يكون حاراً بالروح، كي لا يضر به الضعف، فيبلغ به مبلغاً يتوقف معه عن السعي. لذا لا تهمل غيرتك، بل اجعلها متقدة على الدوام نحو الفضيلة. ليكن قلبك مفعماً بمحبة السيرة الفاضلة المرضية لله. كم تكون الحياة الفاضلة سامية و جميلة في حد ذاتها. و كم هي ضرورية و نافعة لنا؟ انها بداية كمالنا و نهايته. من أجلها هي بداية كمالنا الحقيقي و نهايته، كذلك فإن بداية تقدمنا ونهايته فيها ايضاً.

لذا حاول كل صباح أن تفحص ذاتك جيداً، و توقع الظروف المحتمل أن تصادفها أثناء النهار، إذ من شأنها أن تتيح لك الفرصة للقيام بعمل حسن. أرفق ذلك برغبة ثابتة و عزم أكيد بأن تنتفع من هذه الظروف بدون فشل. و في المساء افحص ذاتك فيما إذا كانت الأفكار الحسنة و الرغبات الصالحة التي كانت فيك عند الصباح، قد تحققت، وكيف تم تحقيقها. و في الصباح التالي، جدّد النوايا ذاتها مع الرغبات بغيره نشيطة و رغبة حارة، جاعلاً نصب عينيك أن تحققها كاملة.

حاول أن توجه كل شيء شطر ممارسة فضيلة محددة، كالتي عزمتم على اقتناء بركاتها لنفسك. و في الحاضر اتخذ لك سيرة القديسين قدوة، مع التأمّلات في حياة و آم ربنا يسوع، و سواها من الأمور الضرورية المناسبة، للحصول على النجاح في الفضائل و السيرة الروحية. وجّه كل هذا نحو الفضيلة التي انشغل بها قلبك. و حاول في الوقت ذاته أن تستفيد من الأحداث العابرة اليومية، مهما تعدّدت . و هذا ليس كي تمنعها من افساد ترتيب رياضتك في الفضيلة التي انشغلت بها، انما كي تكون هذه الأحداث سبباً لتدعيم و ترسيخ الفضيلة فيك. أما الحد الأقصى لمثل هذه الممارسة، (العادة) فهو أن تبلغ إلى حالة تكون فيها أعمالك الفاضلة الخارجية منها، والداخلية، بنفس السهولة و الجهوزية، كأعمالك السالفة التي عاكستها. و بالحري أن تكون بنفس السهولة التي بها نشبع احتياجات وجودنا الطبيعية. و هذا

يعني أن تكون أعمال الفضيلة ، جزءاً من طبيعتنا. و سوف أذكرُك بما قلته، انه كلما كثرت العراويل التي تصادفها، الخارجية منها و الداخلية، في دربنا إلى الفضيلة، تزداد السرعة و العمق التي تمتد بها جذورها في نفوسنا. و هذا يكون في حال رغبتنا بالتغلب عليها، بعزم ثابت، و بدون تساهل مع الذات.

إن مطالعة الأقوال المناسبة من الكتب الإلهية، أو مجرد ترادها في الذهن، لهي في ذاتها قوة عظيمة في فعلها، تقدر أن تطبع فينا صورة الفضيلة التي ننشد، و تحرك الشوق إليها من القلب، وهذه خير معونة نستمددها في شوقنا إلى الفضيلة. لذا فتش في الكتاب المقدس عن مقاطع تختص بالفضيلة التي تبغي، واحفظها عن ظهر قلب، حتى تمثل بين يديك. رددتها باستمرار قدر المستطاع، لا سيما عندما يبادر الهوى المضاد إلى التحرك فيك. مثال على ذلك: ان كنت تعمل طمعاً في فضيلة الصبر، عليك أن تنتقي و تحفظ غيباً المقاطع التالية من الكتاب : (بطيئ الغضب كثير الفهم) (أمثال 34 : 29). ( رجاء البائسين لا يخيب إلى الدهر) ( مزمور 9 : 18) (الويل للذين تركوا الصبر) (سيراخ 2 : 14) . (البطيئ الغضب هو خير من الجبار، و مالك روحه، خير ممن يأخذ مدينة) (أمثال 16 : 32) . (بصبركم تقتنون نفوسك) (لوقا 21 : 19) (لنحاضر بالصبر في الجهاد الموضوع أماناً) (عب 12 : 1). ( ها نحن نطوب الصابرين) (يعقوب 5 : 11). (طوبى للرجل الذي يحتمل التجربة ) ( يعقوب 1 : 12) . (أما الصبر فليكن له عمل تام) (يعقوب 1 : 4). (لأنكم تحتاجون إلى الصبر) (عب 10 : 36). أضف إلى هذه، صلواتك الموجزة التالية و التي على شبهها : " يا الهي متى يتحلى قلبي بالصبر؟ متى احتمل كل مذمة بقلب غير مضطرب حتى تبتهج في يا الله". " علمني يارب كيف أرحب بالشدائد التي تجعلني أقتدي بك يا يسوع، يا من احتملت الآلام من أجلي. آه يا يسوع، أعطني ولو إلى حين أن أحيأ بلا اضطراب بين ألوف الضيقات من أجل مجدك". " طوبى لي ان كنت أضرم الشوق إلى الاحتمال وسط نيران الشدائد مشتتياً شدائد أعظم، وعلى نحو أعظم. و من أجل احراز تقدم في الفضيلة، ينبغي أن تكون هذه الصلوات و مثيلاتها، بروح التقوى و الايمان، لأن مثلها هي حسب قول النبي : " طرقاتاً إلى هياكل الله في القلب" (مزمور 84 : 5) ، فتمتلئ بالإيمان والرجاء من القلب و تصعد إلى العلاء لتبلغ مسمع الله (مزمور 38 : 10). " هذه هي الصرخات التي يسمعها الله و اليها يستجيب ...." ( مزمور 5 : 2). لكن على الانسان، إضافة إلى هذه، أن يضيف شعورين مرهفين قوين، هما بمثابة أجنحة للصلاة:

1- الله يبتهج عندما يرانا نجتهد إلى بلوغ الفضيلة

2- و إذ نمتلئ بكل شوق لبلوغ كمال الفضائل، لا نتوخي غير ارضاء الله.

## الفصل الثامن و الثلاثون

### يجب ممارسة الفضيلة بثبات و اجتهاد

في الجهاد من أجل اكتساب الفضائل، ينبغي العمل دائماً بالامتداد إلى ما هو قدام (فيليبى 3 : 13) . و هذا ان كانت الرغبة في الوصول الى النجاح بسرعة وعلى عجل. فالتوقف، و لو لأمد قصير، من شأنه أن يرمينا، فنسقط للحال. و حيثما الاهمال و التواني في الجهاد، هناك تشرئب رؤوس الأهواء، لتعتلن في حياتنا، رغم أنه سبق لنا أن هزمنها و طردناها. فهي تؤثر فينا عن طريق قابليتنا للمحسوسات، و تساهلنا مع النفس، فتنزل بنا الطيش، مع حركات و شهوات داخلية، لاسيما عندما يروقها محيطنا الخارجي. فهذه الحركات التي من داخل هي التي تفسد أمورنا الحسنة. و ما يؤذينا ، هو الحرمان من عطايا النعمة، التي بدونها، لا نمتلك أي شيء حسن، ولا نحرز أي تقدم في الشأن الروحي.

و ينبغي لك أن تعلم، أن المضي في درب السيرة الروحية، ليس هو نفسه الدرب الذي نسلكه على الأرض، لأن المحطات التي يقوم بها المسافر أثناء رحلته، لا تفقده شيئاً من المسافة التي قطعها. إلا أن توقّف المسافر في درب الفضيلة عن المتابعة الروحية، من شأنه أن يفقده الكثير من الفضائل التي سبق له أن جناها. ففي حالة السفر، كلما تقدم المسافر كلما أنهكه التعب. أما في السفر الروحي، فكلما تقدم إلى الأمام ، كلما جنى قوة أكثر، تحفزه على تقدمه التالي. ومفاد ذلك، أن جهادات درب الفضيلة تخفض المقاومة من الجهة الدنيا، و أعني الجسد الذي يعرقلنا في درب الفضيلة، و يعاكسنا إذ هو يناهض الروح و يعاكسها، بينما يتقوى الجانب الأعلى، حيث ترتع الفضيلة وأعني الروح، فيتشدد المرء، أكثر فأكثر. لهذا فكلما أفلحنا في الفضيلة والخير، كلما صغرت الصعاب المؤلمة التي تصادفنا لدى المضي في هذا الدرب. أضف إلى ذلك أن عذوبة سرّية داخلية تنساب إلى قلوبنا آتية من الله، ما تلبث أن تتزايد شيئاً بعد شيء. فكلما تقدمنا نحو الأمام بإرادة أمتن، فإننا نعرّج من فضيلة إلى أخرى، حتى نبلغ ذروة الكمال الروحي، حيث تبادر النفس إلى ممارسة شتى أنواع الصلاح، بجهوزية و شوق و غبطة طبيعية، فقد غلبت الأهواء، و ابتعدت عن كل ما هو حسي، لتحميا لله، حيث أنها في خضم جهاداتها و أعمالها الروحية، تتذوق عذوبة السلام، بلا انقطاع.

## الفصل التاسع و الثلاثون

على المرء ألاَّ يتجذب الفرص التي يصادف، من أجل أعمال الخير

إن كنت تود السير قدماً في درب الفضيلة دون توقف، فاحرص على السانحات المتاحة لك لكسب الفضيلة، و لا تدعها تهرب منك. فالذين يتحاشون، قدر المستطاع، كل صنوف الصعاب التي تبرز في درب الفضيلة، إنما هم أناس عديمو الخبرة. فالصعاب هي التي تساند المرء في الفلاح و التقدم، فإن أردت اكتساب فضيلة الصبر، فلا ينبغي أن تتحاشى الناس و الأمور و الأحوال التي يمتحن فيها صبرك بشكل دقيق. إنما بادر إلى مقابلتهم بإرادة حسنة، مصمماً على تلقي إزعاجاتهم، و كل سوء آخر، بهدوء و ثبات. فبدون ذلك، يستحيل تقدّمك في الصبر. عليك أن ترضى أي عمل يضايقك، سواء من ذاته، أو بحكم كونه مفروضاً عليك من انسان تمجّه، أو لأنه يزوج نفسه في أمور تحبها حقاً. بكلام آخر، عليك مواجهته، لا تحاشيه. قم بالعمل حتى تنهيه، كما لو أنه أحبّ الأعمال الى قلبك، لا تدع قلبك يضطرب البتة بحجة أنه لو أنك فعلت ذلك ستكون في سلام مطلق. بدون مثل هذه المواجهة، لن تتمكن من احتمال الشدائد، و لن تجد السلام الذي تنشد، فسبب هروبك من الصعاب، هو في الأساس شفقة على الذات و القلب العالق بالشفقة هذه، لن يعرف السلام.

أدعوك إلى القيام بالأمر نفسه من جهة بعض الأفكار التي تداهمك حيناً، فتزرع الاضطراب في قلبك عبر ذكريات اساءة أحد إليك، أو عبر شؤون الآخرين المنحرفة، لا تسمح للأفكار أن تطيح بك، بل دعها تهجرك من ذاتها، لا بفعل معارضتك لها. و هذا يكون بالصبر الذي به تتقبل الذين يضايقونك و يؤلمونك . في الوقت نفسه ستتعلم أن تحتمل المكاره بصبر. وعموماً ، فإن من يوعز اليك بالأحجام عن هذا التفكير، إنما يحثك حقيقة على كسر قوة الشوق الذي تحمله نحو الفضيلة التي تبغي. أما في حالة الايافع غير المجربين في الحروب، فمن الأفضل أن يهربوا من الضيقات العابرة، ولا يكثرثوا لها، من أن يعرضوا نفوسهم إلى مؤثراتها، فيقعون في حبالها، لكن حتى في مثل هذه الحالة، لا ينصح المرء بإدارة ظهره للهرب. فمن الأفضل له أن يقابل الهجوم ببقظة و حذر، و في وقت آخر لا يكثرث له البتة. وهذا منوط بدرجة التقدم في الفضيلة و القامة (الروحية). أما من جهة الشهوة الجسدية فقط، فلا ينصح العمل على هذا النحو: فهنا يتوجب الهرب من كل المناسبات التي من شأنها أن تضرم هذا الهوى بداعي زيغانه، و بداعي مكر العدو الذي يعرف كيف يموّه حركات الشهوة الجسدية، فيستميل الإنسان إلى اشباعها.

## الفصل الأربعون

على المرء أن يحب الفرص الصعبة من أجل ممارسة الفضيلة

لا تهرب أيها العزيز، مهما كان السبب، من الفرص التي تتاح لك، كي تكتسب الفضيلة، إنما على العكس، فبمجرد أن تعرض عليك السانحة، اقبلها بغبطة، معتبراً أياها خيراً الأمور التي ينبغي قبولها بترحيب، رغم الكآبة و عدم الراحة التي تنتج عنها. وأنا أرجو بنعمة الله و عونته، أن تعمل هكذا، ان جعلت في نفسك الأمور التالية:

أولاً، تأكد أن خير وسيلة، بالنسبة اليك، بها تقتني الفضيلة، هي هذه الظروف المتاحة لك من الله، لمساندتك في اكتساب هذه الفضيلة أو سواها. فأنت حينما رغبت بفضيلة محددة، لابد أنك قد سبق أن صليت إلى الله طالباً أياها منه. أيضاً لابد و أن تكون قد صليت من أجل الوسائل التي بها ستكتسب هذه العطية. إلا أن الله لا يهب الصبر قبل تجاربه، و لا التواضع بدون الظروف المرتبطة بالإهانات و التحقير. فالله أرسل لك هذه الوسائل الناجحة، استجابة منه لصلاتك من أجل الفضائل. فأنت حينما تهرب منها، فأنت ترفض عون الله الذي طلبته عبر الصلاة، و تهزأ بعطايا الرب . لذا رحّب في قلبك بسرور، بكل فرص الفضيلة التي تعترض سبيلك، و ينبغي أن يكون سرورك بها على قدر صعوبتها. ففي مواقف كهذه نجني شجاعة كبيرة للعيش بمقتضى الفضيلة، و نتزود بطاقة اخلاقية هائلة، فنسير بخطى كبيرة في الدرب الروحي، و هذا دأبنا و غايتنا.

و أنصحك باستخدام الظروف الهامة و المواقف الصعبة العسيرة، من أجل اكتساب الفضيلة. و بالطبع لا أعنى هنا أن تقلل من شأن الظروف الأقل أهمية، أو المواقف الأقل تعباً و صعوبة، فتسلك نحوها كمن يعض الطرف عنها. لا، لا، لا تتغاضى عن أية سانحة، كبيرة كانت أم صغيرة، و ذلك لكي تعمل في الفضيلة بلا انقطاع. وعلى سبيل المثال، عليك أن تحتمل ليس فقط الاساءات العنيفة، أو الاهانات المرؤعة، بل أيضاً اللكمات و الضرب و اللطمات، مع نظرات الاحتقار و التعابير المزرية، والكلمات النابية، التي تقال فيك. فمثل هذه المواقف الأقل أهمية، هي الأكثر شيوعاً . و استجابتنا القويمة لها، تصون أخلاقيتنا، و تبقينا في جهوزية دائمة، و هكذا نتزود بالقوة الكافية، للسلوك كما يليق، في الظروف الهامة و الصعبة. أما ان أهملنا هذه السانحات، فإن قوتنا الأخلاقية تضعف، فنصبح أكثر ضعفاً أمام مواجهة الأمور الهامة.

ثانياً، ضع في ذهنك أن الأمور العابرة تجري بمقتضى مشيئة الله، و لخيرنا و فائدتنا، و ذلك كي نجني من دراستها، ثمرة روحية معينة. هذا علماً أنه لا يمكننا أن نفترض بأن أموراً، كخطايانا و خطايا الآخرين، تمت بمشيئة الله. نحن

لا ننكر أنها بسمح منه، وهي بمثابة وسائل تلفتنا و تقودنا الى التواضع، كي ما نتطهّر بالمعانة و التعب، سواء تلك الناتجة عن آثامنا، أو التي يرسلها الله عبر الآخرين، كي ما نفوز ببركة الفضيلة التي نصبو إليها، ان كنا نحتملها كما ينبغي. الأمر نفسه ينطبق على أحكامه الأخرى المخفية فينا، و التي هي بدون شك، محقة و مباركة.

و هكذا، اقتنع بأن الله نفسه يريدك أن تحتل التعب و الحزن النازل بك، سواء كان من طبيعة الآخرين الشريرة، أو من أفعالنا نفسها. لا تفكر على غرار ما يفعل البعض. لا ، ان هذه لم تأت من الله، إنها الظلم و الإثم، و الله لا يشاء الإثم، بل يبعده مع كل مرتكبيه. بهذا يبرر الناس قلة صبرهم و انفعالات الغضب التي رزحوا تحت تأثيراتها، و مشاعر الانتقام التي يحسون بها لدى رؤية الظلم . لكن الحقيقة أنهم بذلك يبعدون ترتيبات الله، و ينفرون منها، و يحاولون أن يطرحوا عنهم صليب معطي الحياة، الملقى عليهم من الله، لخيرهم، بدلاً من حمله بقلب صالح، كي ما يرضوا الله. ماذا يجنون من هذا؟ هم غير قادرين أن يلقوا عنهم صليبهم، بل يضيفون إليه حزناً و غماً و ثورة لا طائل تحتها، و تصير حالتهم غير محمولة، فيسيئون إلى الله، ولا يفوزون بالسلم. فيما لو أنهم احتملوا ما أصابهم، بقلب صالح، يصيرون في سلم تام و يستميلون حب الله لهم، فيأكلون ثمار الروح، بغنى. لذا أجعل هذا قاعدة لنفسك: عندما تقابل الظلم و الاهانات و الهجمات، لا تكثر لها مهما كانت خطيئة من يسيء اليك. إنما أجعل انتباهك على أمر واحد فقط، هو أن الله سرح بهذا، لمنفعتك، و أنك بالتمادي في قلة الصبر و الثورة و الخصومة، ستحرم نفسك من هذا الخير. لا تحاول أن تحلل في السبب الذي من أجله سرح الله بذلك. أما تعتقد أن الله محق و رحوم؟ أقتنع من هذه المناسبة أيضاً أنه يعلن لك عدله و رحمته، رغم أنك لا ترى كيف. تذكر كيف أن الرب يبارك الذين يسلكون هكذا: " طوبى للذين آمنوا ولم يروا" (يوحنا 20 : 29). أما تعتقد أن كلمات الهك: " احمل صليبك" ، تعنيك أنت شخصياً؟ ان كنت تؤمن بهذا، بادر إلى حمل صليبك الذي جعله على عاتقك في الشدة الحاضرة. لا تقل إنه صليب ثقيل جداً، فالرب يعلم مقدار احتمالك وقوتك. فهو يرسل لبعض الناس تجارب و أحزناً ناجمة عن ظروف لا شأن للآخرين بها، و هذه تحتل بسهولة. كما و يرسل للبعض تجارب و أحزناً ناجمة عن الناس، و هذه أصعب، لا سيما ان حدثت عن سابق أصرار. أما الأصعب، فهو أن نكون قد أحسنّا لمن يسيء إلينا. الحالة الأخيرة هي الأصعب من جهة الاحتمال. فإذا أرسل لك الله هذا، فاعلم أنه، بكل دقة، الأكثر نفعاً لك، و كن على يقين أن الله يرى قوتك على نحو يكفي لاحتمال هذه الآلام، و يتوقع منك أن تحتل الآلام بقلب صالح دون تأفف، فلا يخيب أمله فيك.



وينبغي أن أضيف بأن الله يُؤثر احتمالنا \_ لتلك الأتعاب النازلة علينا من طبيعة الناس الشريرة، لاسيما أولئك الذين صنعنا معهم بعض الخير، \_ على الأتعاب الناجمة عرضياً من ظروف غير مستحبة. لماذا؟ لأن كبرياءنا الذاتي يستعبد بسهولة، و ينجلب، عن طريق الأول، أكثر منه عن طريق الثاني. و أيضاً لأنه ان كانت الطاعة لإرادة الله هي الأساس في العمل الروحي، فليس ثمة طريق أفضل لبنياننا كما في مثل هذه الحالات. و ذلك ان كنا نحتملها بقلب صالح، رافعين شكراً حاراً لمن أرسلها، فهي بمثابة بركة عظيمة لإثبات طاعتنا التامة لله و ارادته، مع عزمنا الأكيد على عمل كل شيء بمقتضى مشيئته. ان هذا الاستعداد يسبق الافتقاد بالتجارب، و يتولد عنه. وهذه التجارب تقوي الاستعداد، و ترسخه، فيرسل الله كأس التجارب الأقوى التي إذا احتملناها برضى، و بقلب صالح و غبطة، تأتينا على الدوام بالثمرة الروحية المباركة. فلنرجو هذا من الله إذ فيه عظم حب الله، \_ بإيمان تام و بلا تشكك، \_ لنا، وفيه أيضاً يقين تقدمنا الروحي. و هكذا فبمقدار الفرح، و عدم التذمر، و تكون مذاقتها ذات مرارة أكبر.

## الفصل الحادي و الأربعون

### التقدم في فضيلة واحدة في ظروف مختلفة

قلنا في احد الفصول السابقة أن العمل على فضيلة واحدة في زمن محدد، أنفع و أجدى للنفس، منه على فضائل عدة في زمن محدد. فينبغي على الواحد منا أن يستفيد من كل الأحداث التي تقابله في الحياة اليومية، مهما اختلفت. و الآن، اسمع كي أبين لك كيف يكون ذلك، و بدون صعوبة.

إن حدث مثلاً أنك في يوم من الأيام، أو في ساعة ما، إن واحداً لامك جوراً على أمر لا يستحق اللوم في ذاته، أو أن أمراً ما رُفض لك، أو أن أمراً ما أثير ضدك ظلماً، أو أن مرضاً جسدياً أصابك، أو أن أحد رؤسائك أرغمك على أمر لا ترغب به، أو أن أموراً محزنة واجهتك وهي لا تطاق، و التي هي كثيرة في حياتنا الانسانية. عندها، فبسبب الاختلاف الطبيعي بين كل هذه الأمور و ما يشابهها، هناك أمور مختلفة تطلب منك. لكن خير لك، على أساس القاعدة التي اعتمدها، أن توجه كل هذه على أساس الفضيلة التي تمارسها في ذلك الحين. هكذا، فإن كنت في وقت مواجهة هذه الحوادث المذكورة، تدرب نفسك على فضيلة الصبر، فبادر إلى احتمال هذه كلها بصبر وفرح. و أن كنت منشغلاً في الأساس بفضيلة التواضع، جاهد كي تدرك أنك تستحق كل نوع من الشرور، و أنك تستحق الضيقات التي واجهتك. و ان كان عملك يقضي أن تكتسب فضيلة الطاعة، فأرغم نفسك أن تنحني بخضوع تحت يد الله القدير، بتسليم كامل لمشيئته مبتغياً رضاه. سلم برغبة لمخلوقاته، سواء كان لها عقل و حياة، أو لم يكن، و التي من خلالها أرسل الله هذه الضيقات و الشدائد. و ان كنت تتوق إلى النجاح في فضيلة الفقر، فحرك في ذاتك الشعور بالرضى و الفرح و الشكر بأنك محروم من كل عزاء عالمي و دنيوي. و ان كنت تجاهد من أجل فضيلة المحبة لترفعها و تعمقها فيك، فحاول أن تثير في ذاتك مشاعر محبة القريب، فمن خلالها تجني الخير الذي تريد. حُثَّ نفسك على محبة الله، فهو الآن كما في كل حين العلة الأولى للمحبة، و هو يرسل هذه الضيقات أو يسمح بها، من أجل تقدمك الروحي.

مما قلت، يمكنك أن ترى لنفسك كيف تستخدم من أجل فضيلة واحدة، الضيقات الكثيرة، و التي تدوم طويلاً، كالمرض مثلاً، أو أموراً أخرى مماثلة.

## الفصل الثاني و الأربعون

كم من الوقت ينبغي على المرء ممارسة الفضيلة و ما هي علامات تقدّمه فيها؟

يستحيل أن نحدّد نظرياً مقدار الوقت الذي يستغرقه الإنسان للتمرّس على فضيلة ما. فهذا يحدّده المرء عندما يراعي ظرفه، و حالته، و درجة تقدّمه في الحياة الروحية، لا سيما بحسب قضاء و حكم شيخة (starets) أو أبيه الروحي الذي يوجهه. فإن كانت غيرة الانسان متقدّة، فلا يمكن لأية عقبة أن توقفه، أو أية وسائل أن تعصي عليه، إذ سرعان ما يظهر فيه تقدّم ملحوظ.

و علامة التقدّم هذا، هي أن يسلك المرء درب الفضيلة، بغيره و جهاد، و قد عقد العزم أن لا يقلع عنها و يتركها، مهما اشتدّت صعوباتها، و مهما كانت التضحيات فيها، و التي قد تفرض نفسها. و رغم كل حالات فتور النفس و عتمتها الداخلية عندما يحلّ الفقر الروحي، فيفقد الانسان كل التعزيات و الأفراح المباركة، مع كل ما تسمح به عناية الله من أجل خيرك.

أمّا العلامة الثانية على التقدّم الروحي، و التي تشير إلى النمو في الفضيلة، فهي ضعف حروب الجسد مقابل الأعمال الحسنة، و على قدر الإقدام على الأعمال الحسنة. فكلمًا فقد الحرب من شدّتها، علينا، كان هذا إيذاناً بالتقدم في الفضيلة، كذلك عندما لا تشعر بهجمات من جهة الحسيّات الأدنى في الطبيعة، لا سيّما عندما تكون ظروف قيامها نصب عينيك، عندها ثق ان الفضيلة قد قويت. إلا ان العلامة الأولى، هي الأكثر دلالة على انك تسير بثبات في درب الفضيلة، من العلامة الثانية .

و بحسب نصيحة القديس اسحاق السرياني، فالمرء الذي حدّد الهدف الذي من أجله يوجّه كل أعمال حياته، لا بدّ أن يسأل أهل الخبرة عن العلامات التي تبين سيره في الرب الصحيح، أو انحرافه عنه، إلى درب فرعي. وعليه أن يجعل هذه العلامات في ذهنه على الدوام. أمّا العلامات فهي الأمور التالية: إن وجدت ذهنك مستعداً و بلا تغصّب، للأفكار الحسنة، فهذا علامة تقدّم. و في نفس الوقت، إن وقفت للصلاة لا يشرّد ذهنك و يتوقف لسانك على حين غرّة، عند فقرة ما، فيسودك سكون ليس طوعياً أو عن اختيار، أو لاحظت انه مع كل فكر أو أمر حسن، أو تأمل روحي، تملئ عيناك بالدموع

و تنساب على خديك ، أو كنت أحياناً ترى ذهنك يدخل قلبك بدون جهد، و يبقى على هذا المنوال قرابة الساعة، بينما يكون السلام في أفكارك، فهذه كلها علامات التقدم في دربك الروحية (فصل 44).

إلا أنه من الخطأ التيقن أننا أكملنا بنيان الفضيلة المرجوة، أو ان بعض الأهواء قد غلبت نهائياً حتى ولو أن ضغوطاتها احتجبت، مع تأثيراتها، إلى أجل طويل. فهذه ربما تكون خديعة شيطانية، أو حيلة من الخطايا التي فينا. فالأمور ذات الطبيعة المختلفة ، كثيراً ما نراها تحت نور جيد و نقبل بها، على انها حسنة، و ذلك بفعل الكبرياء الرابض فينا. علاوة على ذلك، لو اننا فكرنا بالكمال الذي يدعونا الله إليه، فنحن ولو قطعنا شوطاً في الفضيلة، إلا اننا سنحس بالتقصير، فنحن بالكاد بدأنا الخطوة الأولى في الحياة التي ينبغي أن نسلكها، هذا هو السبب الذي يجعل الآباء القديسين يدعون حياة الأكثر كمالاً، ناقصة، أي أنها لا تخلو من النواقص. فكمال الكاملين نفسه، ليس كاملاً، كما يقول القديس يوحنا السلمي. القديس بولس يرى الكمال في دوام السعي، دون النظر الى الوراء، أو التفكير بأننا قد بلغنا ما نصبو إليه، فيقول : " ليس اني نلت أو صرت كاملاً، و لكنني أسعى لعلي أدرك... إلا انني أفعل شيئاً واحداً، وهو انني أنسى ما وراء و أمتد. أسعى إلى الغرض من أجل جعالة دعوة الله العليا في المسيح يسوع" (في 3 : 12 - 14). و لما كان يريد أن يبين ان الكمال هو في هذا، قال : " فليفكر بهذا جميع الكاملين منا" ( في 3 : 15) . فالكمال ليس في أن يظن المرء انه بلغ الكمال، لأن حياة الفضيلة، لا تتوقف ، بل تتقدم باستمرار.

أضيف إلى ذلك ان بعض الأهواء الدقيقة فينا، تتحرك بين الحين و الآخر، حتى اننا لا نعرف إن كانت أهواء أم لا. فكيف نتكبر و نظن اننا قد تطهرنا منها تماماً؟ إن كانت عين داوود النبي النبوية، ذات النظرة الثاقبة، لم تتمكن من تمييزها فيه، فكيف ننسب نحن القدرة على هذا، إلى نفوسنا؟ داوود نفسه لم يكف عن الصلاة الى الله قائلاً: " نقني من هفواتي الداخلية" (مزمور 19 : 12)، فأين نكون نحن، و كم نحتاج من تضرع إلى الله كي يطهرنا من أهوائنا الدفينة؟ نحن عاجزون عن إدراك هذه الأهواء و الاحساس بها و بتأثيراتها و مفاعيلها بدون استنارة الروح القدس. نحن نعرف أهواءنا عندما تكون فعالة فينا. أما إن هدأت ، فنتوهم اننا بلغنا اللاهوى.

كيف نعرف أن الأهواء لم تمت فينا، لكنها هادئة فقط؟ هذا يكون بالعلامة التالية: إن صادفك موقف ما يغذي الأهواء التي فيك، لا سيما إن حدث هذا فجأة، فبدأت الأهواء تظهر و كنت تحس بها، و كانت حركاتها في غاية الشدة و العنف، و تسبب الاضطراب ، فلا تعجب، فالأهواء مختبئة فيك، وها هي الآن تخرج، و يشرح القديس اسحاق السرياني

ذلك بصورة جميلة: " تختفي الأعشاب و الزهور من الأرض في فصل الشتاء، إلا ان جذورها تبقى سليمة في أعماقها. لكن ما أن تشعر بمطر الربيع و دفته، تبدأ بالخروج من الأرض لتغطيها". هكذا الحال مع الأهواء. فكما ان الشوك ينبت في الارض العارية، هكذا تُنبت الطبيعة الساقطة الأهواء. لهذا لا نستطيع الوثوق بطبيعتنا و الاعتماد عليها.

الله وحده يعرف قلوبنا فهو ينير البعض ، و يسمح لهم برؤية مقدار تقدّمهم في الفضيلة، إلا انه لا يمنح هذه الفضيلة للبعض الآخر فهو يعرف ان مثل هذه المعرفة ستقود الى التواضع في الحالة الأولى، إلا انها ستقود إلى المجد الفارغ، و في الثانية. و كأب محبّ، فهو يبعد عن أتباع الحالة الثانية، الوقوع في الخطيئة التي يبغضها بشكل خاص. فيهب الأولين فرصة كي يزدادوا اتضاعاً ، و هذا أمر يُسرّه. و الشخص الذي لم يُعطَ معرفة عن تقدّمه، يستطيع الله أن يكشف له ، على نحو ما، مقدار تقدّمه، إن كان يعمل على الدوام من أجل الفضيلة، و إن كانت مسرة الله أن يكشف له ذلك ، لمنفعته و خيره.

## الفصل الثالث و الأربعون

ينبغي على المرء أن لا يرغب بشدة في الانعتاق من هجمات الضيقات، بل يجب أن يسلم نفسه لله و إرادته إن كنت تحتل بعض الضيقات بشكر، فانتبه أن لا يجربك العدو بمكر، فتطلب الخلاص من الضيقات، بمحبتك لذاتك. لأنك ستسقط، و خسارتك ستكون مضاعفة . أما الخسارة الأولى، فهي انك ستفقد فضيلة الصبر التي فيك. فرغم حسن الرغبة بالتحرر من الضيقات، إلا انه عندما لا تتحقق، بفعل ضعف صبرك، فانك ستصل تدريجياً إلى الشكوى و فراغ الصبر. و الخسارة الثانية، هي انك ستفقد أجرك الذي كنت ستفوز به لو احتملت الشدة بقلب راضٍ. منذ أن أجبرت على الصبر، لا يُحسب لك الأجر، فالله لا يكافئ و لا يفرح، إلا بمن يحتمل عن حرية و اختيار. فمجرد الرغبة بالتخلص من الشدة، لا يخلص منها و طالما ان الاحتمال هو قسري و عن إرغام، فهو بلا جزاء. الله سيجازيك عن احتمال الشدائد منذ أن يبدأ احتمالك بقلب راضٍ لا يفتش عن نجاة. لذا، اخمد فيك رغبة التخلص من الضيقات. أطرد بها بمجرد الإحساس بها، و سلم ذاتك لله بالكلية، مظهراً استعداداً لتحمل أحزان تفوقها بمئة ضعف، ان كانت هذه الارادة الله، أو إن كان الله أرسلها اليك . و إن حدث ان انتهت شدتك الراهنة، بعد ساعة أو أقل، فالله سيراه و يقدرها كأمر عظيم، و يكافئك عليها، كما يرى هو.

اعمل هكذا في كل الأمور الأخرى. لا تستسلم لأهوائك بل أحكم لجمها، و وجهها بحزم نحو الهدف المركزي، أعني أن تبقى ضمن نطاق الإرادة الإلهية، فتتمو باطراد بمقتضى إرادة الله. عندها تكون كل رغباتك سالحة، و تظل محتفظاً بالهدوء في تجاربك، فتجد سلامك داخل إرادة الله. و إن آمنت بكل ثقة و إخلاص انه لا يمكن أن يصيبك شيء بدون إرادة الله، و إن كانت رغبتك الوحيدة أن تفعل إرادة الله بكل ما فيك من قوة، فمن الواضح ، انه مهما حلّ بك ستقبله برضى.

و عندما أقول بأن لا شيء يحدث لك بدون إرادة الله، فأنا أعني الضيقات و الحاجات و الحرمانات التي يرسلها الله، أما لتنبئها، أو لتعليمنا، أو مجازاة لنا على خطايا اقترفناها. إلا أنني لا أعني خطاياك أنت، أو خطايا الآخرين من الناس، فالله لا يحب الخطيئة. التجارب هذه نافعة لنا، و قد دعيت بحق صليب النجارة الذي يجعله على مناكب أعزّ أحبائه، و على الذين يجاهدون لإرضائه، فحمل الصليب أمر يبهج الله و يلقي ترحيباً منه.

و عندما قلت: لا يجب أن نرغب التخلص من الضيق، فينبغي أن يفهم كلامي هذا، على أساس التسليم لمشيئة الله. فنحن لا نقدر إلا أن نرغب الانعتاق من الأحزان، فالله نفسه غرس في طبيعتنا الرغبة بالوجود الحق (well-being) و قد تضمّنتها الصلاة التي هو نفسه علّمنا إيّاها: " لا تدخلنا في تجربة لكن نجنا من الشرير " أنها ما نردده نحن أيضاً مرّات و مرّات في اليوم. فإن كان الله بعد أن سمع دون ريب، هذه الصلاة، يرسل إلينا الضيق و الحزن، فمن الواضح انها ارادة خاصة، علينا اطاعتها، كوننا خليفة الله، و نعي واجبنا الذي يلزمننا بطاعة الله في كل شيء، فنخضع له بقلب صالح، محتملين الضيق التي هي أساسية لخلاصنا.

و عندما نردّد الصلاة: " لا تدخلنا في تجربة... " ، فإننا نعني: " ليس كما أريد أنا، بل كما تريد أنت (متى 26 : 39). بهذا نقتدي بمخلصنا الصالح. ردّد الصلاة الربّانية، ليس كأنك تنفر من التجارب و تودّ تحاشيها بكل ثمن، انما لأن الرب أمرنا أن نصلي على هذا النحو، كن مستعداً من أعماقك لمقابلة ما قد سرّ الله بإرساله إليه، بقلب راض. ارفض الانجرار وراء رغبة حب الذات، و اطمع في حياة تقوم على الوجود الحسن، بدون انقطاع، الأمر الذي يستحيل على الأرض ، لأن حياة كهذه هي خاصة بتلك، الأبدية و المستقبلية.

## الفصل الرابع و الأربعون

### التنبيه ضد مشورات الشيطان الشريرة فيما يختص بالأعمال الصالحة

عندما يرى الشرير تقدّمنا في درب الفضيلة، وغيرتنا القويّة و نظامنا الجميل، رغم كل حربه ضدّنا و التي يتوخّى فيها تضليلنا بإغراءاته المتجهة نحو الشرّ، فانه يتحوّل الى ملاك من نور: فتارة بأفكار تبدو حسنة، و طوراً بآيات من الكتاب المقدس، و أخرى بأمثلة من سير القديسين. و كثيراً ما يحثّنا على الجهاد نحو الكمال على نحو متطرّف، أو في غير الأوان. و هذا كي يلقينا في الهوة في اللحظة التي نتوهم فيها اننا في الذروة. فهو يهمس للبعض ان يميتوا أجسادهم بشدة بالصوم، و الجلد و النوم على الأرض الصلبة، و بسواها من الأمور المماثلة، فيرميهم في الكبرياء، بإيهامهم انهم بلغوا درجات عظيمة الشأن. أو انه يرهقهم بالمرض، إلى حدّ أنّه يجعلهم عاجزين عن القيام بأبسط الأعمال الحسنة. أو أنه يضربهم بالقنوط، عن طريق أحمالهم العسيرة الحمل، فلا يقوون بعد ذلك على الجهاد الروحي، حتى على مستوى خلاص نفوسهم. فتبرد غيرتهم تدريجياً، و هكذا يجعلون ذواتهم في صميم شهوات الجسد، و ملذّات الدنيا، بشغف منقطع النظير. كم من نفوس أهلكتها هذه الفخاخ، فقد اندفعت بحماسة حمقاء، لكنها هلكت بداعي الغلو في قهر الذات، و مهارات النسك الزائد التي هي من ابتكاراتها، فصارت موضع سخرية لدى الشرير، و كل أتباعه.

وبالطبع ما كان سيحدث هذا، لو انها احتكمت إلى مشورة صالحة، أو تذكّرت ان الاماتات رغم كونها جديرة بالثناء، و مفيدة إن كان في الجسد ما يكفي من القوة، و في النفس، اللزوم من التواضع. إلا انه لا بدّ من ضبطها بأفكار صالحة، و استعمالها وسائط للتقدّم الروحي، لا أهدافاً قائمة في حد ذاتها. فهذه الاماتات، كثيراً ما تزيد، و كثيراً ما تنقص و تتعدّل، و أحياناً تتوقف رداً من الزمن.

فالذين عاشوا في تساهل مع ذواتهم، على خلاف ما كان القديسون، و لم يقووا على الارتفاع إلى قامة تلك الأعمال النسكية، يمكنهم أن يتبعوا درباً آخري في حياتهم، فيظهرون أو يجعلون ميولاً حسنة في قلوبهم، فيكتسبون عادة الصلاة الحارّة، و يشنّون حرباً ضد أفكار الشهوة و كل الأهواء الرديئة، و يحفظون نقاوة قلوبهم، و يحبون السكينة و الاعتزال، فهم متواضعون و ودعاء مع الجميع. يحسنون الى جميع من يسيئون اليهم. يحفظون ذواتهم من كل ما هو شرير، مهما كان صغير الشأن و الأهمية. فهذه الأعمال، إن كانت تنبع من القلب، فهي مرضية لله، و هي مصدر سرور له أكثر من إتقان الاماتات الجسديّة عندما لا تكون هذه الأخيرة (الاماتات)، من مستلزمات حالتنا الأخلاقية.



بالإضافة الى ذلك، أنصحك باستخدام الاعتدال أثناء ممارسة النسك الطبيعي، إن كان من ضرورة لذلك. لا تندفع في العمل على مستويات رفيعة جداً ، بل ابدأ من الأسفل. فخير لك أن ترتقي إلى الأعلى تدريجياً، من أن تقوم بأعمال تفوق قامتك، فتضطرّ الى الهبوط الى عارك و خزيك. كذلك أنصحك أيضاً بالعدول عن التطرف الذي سقط بسببه كثيرون، بعد أن كانوا رجالاً في الروح، و ذلك نتيجة للتساهل مع النفس، و الشفقة عليها، فبالغوا بالاهتمام بصحتهم، و أفرطوا في العناية بأبدانهم، و كانوا يخافون عند أي حديث أو مناقشة، على صحتهم. ليس في أفكارهم ما هو أهمّ من صحتهم البدنية، و حياتهم، فيبتكرون أطباقاً من الطعام شهية تلذّ للذوق بدل أن تكون صحيّة بهذا يبذون صحتهم ، من شدة اهتمامهم بهذه الأمور ، و يضعفون ، و يحرمون أنفسهم بركة الثواب الأسمى، لأنهم لم يعملوا بما هو ضروري لبلوغه.

ورغم تبريرهم لأعمالهم ، بالرغبة في عمل أفضل، من أجل الرب، إلا أن ذلك ليس سوى محاولة للجمع بين خصمين لا يتصالحان: الجسد ، و الروح. ليس لأنهم أهملوا منفعة الاثنين و حسب، بل لأنهم تسبّبوا في أضرار لحقت بالاثنين معاً، فهم حرموا الجسد من العافية. والروح، من حالة النقاوة والصفاء. لهذا فان النظام المعتدل، و الحياة بتعقل، و التي من شأنها أن تأخذ في الحسبان احتياجات النفس و التركيبية الجسدية الخاصة، فيفيد الجسد و النفس معاً، و يكون الانسان أقلّ تعرضاً للأخطار، و أوفر صحّة. وفي هذا المجال فان الناس ليس عندهم معيار واحد، رغم ان ناموساً واحداً يسود الجميع، و أعني أن يكون الجسد في خدمة الروح. تذكّر ما قيل آنفاً بأن اكتساب الفضائل، سواء الجسدية أم النفسية، ينبغي أن يكون تدريجياً، بالارتقاء صعوداً خطوة بعد أخرى.

## الفصل الخامس و الأربعون

في ان دينونة الآخرين القاسية، تتأتى من تقدير رفيع لذواتنا ، و من تحريض ابليس عليها. و كيف

تكون النصرة على نزوعنا إلى دينونة الآخرين

ان حب الذات، و التقدير الرفيع لأنفسنا، من شأنهما أن يولداً شراً يسبب لنا أذى عظيماً، و أعني الحكم العنيف ضد الآخرين و دينونتهم. و هكذا نتجاهل وجودهم، و نحترقهم. و إن أُتِيحت ساحة نذلهم و نحترقهم. ان هذه الرذيلة الخبيثة متولدة عن الكبرياء، و تنمو و تتغذى به. و بالتالي فهي تغذي الكبرياء، لأننا في كل مرة نسمح بإدانة الآخرين، يتقدّم الكبرياء بالشعور المصاحب للدينونة و الذي هو أهمية الذات و مدحها.

و إذ ينظر المرء إلى نفسه عالياً، فمن الطبيعي أن تكون نظرتة نحو الآخرين، من فوق، فتكون الدينونة و الاحتقار. فمن يرى نفسه بعيداً عن اخطاء الناس، التي يلصقها بهم، هو إنسان يقدر نفسه بإفراط و نحن عندما ننظر بهذا الوضع الخاطي الى نفوسنا، فان العدو يراقبنا و يفتح عيوننا، و يوجس لنا أن نلاحظ بدقة كل أقوال الآخرين و أفعالهم. و من هذه الملاحظات، يصوّر لنا ما نستنتجه عن أفكارهم و مشاعرهم. و من خلال ذلك، تتكوّن فكرتنا عنهم، وهي عادة خاطئة و غير حسنة و الشيطان يباليغ في تصوير اخطاء الناس فيحجب حسناتهم و فضائلهم. من هنا تكون الأحكام الصادرة بحقهم ، مجحفة، و غير منصفة. بهذا ينطبع الانسان على الظن السيء، و الربية بالآخرين، و هذا بفعل العدو الذي يجعل هذه (العادة) دائمة فينا، رغم ان حقيقة الأمور ليست هكذا البتة.

لذا يا أخي، مادام العدو يراقبك على الدوام، كي يغرس بذاره فيك، ضاعف جهادك و يقظتك على نفسك، كي لا تقع في الفخاخ الممدودة لك. و عندما يكشف لك العدو اخطاء الآخرين، بادر على الفور إلى طردها لئلا تمتد بجذورها فيك. ارمها بعيداً عنك، حتى لا يكون لها أي أثر فيك. استبدلها بفكر له صفات حسنة انت تعلم بوجودها في الآخرين من الناس عموماً و ان كنت رغم كل هذا ، ما تزال رازحاً تحت فكر الدينونة، عجل إلى إتباعه بأمر آخر مفاده، ان لا سلطان لك، و أن أحداً لم يجعلك ديّاناً و قاضياً على أحد، ليس فقط أمام الناس الذين لا حول لهم، بل أمام الله القاضي العظيم، ديّان الجميع. ان الافكار المضادة لفكر الدينونة، هي خير الوسائل نطرد بها الأفكار المباغته، فنتحرر نهائياً من هذه الرذيلة، أما الطريقة الثانية و الفعالة، فهي أن لا تدع أفكار ضعفك الشخصي، و أعمالك الشريرة. تبارح عقلك و ذاكرتك. و في النتيجة ، ستدرك أنك لا شيء ، و ذلك لأنك ستكتشف عدداً كبيراً من الأهواء و الأفعال الشريرة. أما إن

كنت لا تقبل بهذا، بل تقول : " ما يحدث فليحدث " ، فانك لن تجد علاجاً لهذه الأمراض التي تفتك بك، أما إن تصرفت بإخلاص وبقظة، فلن يكون هناك وقت لديك كي تنشغل بأمور الناس فتنتقدهم بشدة. و إن فعلت، فسوف تسمع القول: " يا طبيب طبّب نفسك (لوقا 4 : 23) ". " أخرج أولاً الخشبة من عينك" (متى 7 : 5). وعلاوة على كل هذا ، اعلم انه ان كان حكمك على قريبك قاسياً، و كانت دينونتك له من جهة بعض الأمور الخاطئة، فلا بد أن يكون شيء من ضعفه فيك أنت أيضاً، فقلبك المريض هو الذي يوجس لك أن تفترض أموراً خاطئة عن الآخرين و تدينهم عليها الآن. فالإنسان الشرير من كنوز قلبه الشرير يخرج الشرور (متى 12 : 35). أما العين النقية الخالية من الأهواء السمجة، فتتنظر إلى أعمال الآخرين بدون شر: " عيناك أظهر من أن تنظرا الشر " (حبقوق 1 : 3) لذا فعندما يأتيك الفكر و يحثك على دينونة الآخرين على خطيئة ما، فبادر الى السخط على نفسك التي ترتكب الخطأ نفسه و تسقط فيه. قل في قلبك: ان من كان مثلي، غير مستحق، كيف يستطيع أن يرفع رأسه ليرى عيوب الآخرين؟ كيف أفترى عليهم و أنا في نفس الخطيئة، لا بل تعدياتي و خطاياي تفوق خطاياهم؟ فأنت إذ تفعل هكذا، سترفع في وجه نفسك السلاح الذي أوجست لك الأفكار الشريرة أن ترفعه ضد الآخرين. و هكذا، فبدل أن تجرح قريبك تضمد جراحاتك.

إن كانت خطايا قريبك مكشوفة للجميع، فحاول أن تعرف سببها، ليس كما يقترحه فكر الدينونة، بل كما يمليه عليك شعورك الأخوي نحوه . قل في نفسك: الله سمح له أن يقع في هذه الخطيئة، و أن يكون على هذه الحالة مدة من الزمن، فيكون في نظر نفسه غير مستحق، و يقطف ثمار التواضع من مذمة الآخرين له. و هكذا يفرح الله به . ان هذه النظرة نافعة و تخلو من ضرر. و خير لي أنا أيضاً أن أتقي هذا الشر، شرّ دينونة الآخرين . لا تدن أحداً، حتى لو كانت خطيئته واضحة كل الوضوح، و مخزية، و تنبع من قلب صلب. انما ارفع عينيك نحو أحكام الله العجيبة التي لا تدرك ، فترى ان كثيرين كانوا بالأمس في الخطيئة، أما الآن فتابوا، و بلغوا درجات عالية من القداسة. كذلك فان كثيرين كانوا على درجة عالية من القداسة و الكمال، لكنهم سقطوا. فحذار أن يصيبك ما أصابهم، بفعل دينونة الآخرين.

لذا تيقظ بخوف و رعدة، و اجزع على نفسك اكثر من جزعك على الآخرين. كن على ثقة ان كلمة واحدة حسنة، تعظ بها قريبك، و كل شعور طيب، تبديه نحوه، هو من أعمال الروح القدس، و من ثماره و ان كل دينونة و احتقار للآخرين، تأتي من طبيعتك الشريرة ، و من مشورة الشيطان. لهذا فعندما تُجرب بأفكار قبيحة ضد أخيك ، لا تغمض عينيك للنوم، حتى تزيل التجربة من قلبك، فتكون في سلام تام مع أخيك.

## الفصل السادس و الأربعون

### في الصلاة

رغم ان عدم الاعتماد على النفس، و الثقة بالله، و الجهادات الدائمة، هي أمور أساسية جداً في حربنا اللامنظورة، كما جاء سابقاً، يبقى ان الصلاة، هي الأمر الأكثر أهميّة من أي شيء آخر. انها السلاح الرابع في حربنا هذه، كما ذكرت في نهاية الفصل الأول. بالصلاة تكتسب الأسلحة الثلاثة الأولى ملء قوتها، و بها نحصل على كل البركات و الخيرات الأخرى. انها أداة الجذب، و اليد التي بها نتقبّل البركات و تنسكب الصلاة فينا، من نبع المحبة الإلهية الذي لا ينضب، و من صلاح الله نحونا في الحرب اللامنظورة. بالصلاة تضع فأس القتال في يد الرب، فيحارب أعداءك و يهزمهم. و لكي تعبّر الصلاة عن ملء قوتها و فعلها فيك، لا بدّ من بقائها في الداخل، (في القلب)، على الدوام، كوظيفة طبيعية في روحك، و ينبغي أن تحفظها و تستلهمها، و ذلك من خلال الأمور التالية:

1- عليك أن تجاهد بنشاط كي تخدم الله فقط في كل ما تفعل، و أن تكون خدمتك هذه مرضية له. و لكي تجدد هذا الميل فيك، ينبغي أن تقتنع بجعل الصلاة في الذهن . على كل مخلوق عاقل أن يقدم العبادة و التسبيح و الخدمة للرب فقط، و ذلك بداعي عظمة صفات الله، كصلاحه و حكمته و كمالته الأخرى التي لا تعد و لا تحصى. و عندما تضيف إلى كل هذا، التذّكر الدائم بأن الله نفسه بادر إلى خدمتك و انتفعت به على نحو لا يوصف، و ذلك بتجسّده، فافتدك و أعتقك من اللعنة الكبرى، و افتدى الجراح التي احدثتها سموم الخطيئة ، و شفاها، ليس بخمر و زيت، ليس بأي من الأدوية و العقاقير، بل بالدم الثمين الطاهر الذي انسكب من جنبه الإلهي، و بجسده القدّوس الذي به احتمل اللطامات و الجلد و الأشواك و المسامير. فإن أنت تذكّرت كل هذه، كيف ستنسى المنفعة التي نجنيها نحن أنفسنا من خدمة كهذه، تجعلنا أسياد نفوسنا، فنغلب الشرير و نصبح أبناء الله؟

2- ينبغي أن يكون لك إيمان حارّ حيّ بأن الله يتمنى بمراحمه العظيمة و لطفه الحنون أن يهبك كل ما أنت بحاجة اليه، كي تكون خدمتك له أصيلة، فيجود عليك بالبركات التي تحتاجها، ان إيماناً وثقة كهذه، من شأنهما أن يصبحا بالنسبة اليك اناء، الله بمراحمه التي لا تحدّ يملأه من كنوز بركاته و خيراته. فكلّما كبر الاناء حجماً و اتّساعاً، كلّما كانت الخيرات التي تستمطرها صلاتك \_ نحو ما هو الأعمق فيك، \_ أغنى و أوفر. فكيف يستطيع المرء أن يفكر ان الله \_ القدير غير المتبدّل، الذي طالبنا أن نصليّ إليه، و وعدنا بالخيرات التي نسأله إيّاها، \_ يحجبها عنّا، فلا يرسل إلينا

روحه، إن كنا نطلبها منه بجهد و صبر؟ ألم يقل: " فإن كنتم و أنتم أشرار تعرفون أن تعطوا أولادكم عطايا جيّدة، فكم بالحري الآب الذي من السماء يعطي الروح القدس للذين يسألونه". (لوقا 11 : 13) . ألم يعدنا: " فكل ما تطلبونه في الصلاة مؤمنين، تنالونه" (متى 21 : 22).

3- يجب أن تدنو من الصلاة ، و أنت لا ترغب بغير الإرادة الإلهية، لا بإرادتك. و الأمر نفسه ينطبق على طلب و اقتبال سؤلنا بكلام آخر، ينبغي أن تتحرّك نحو الصلاة، لأن الله يرغب في ذلك و ينبغي أن تتمنى أن تُستجاب طلبتك، و أيضاً كما يريد الله. بكلمة واحدة، اجعل هذا في ذهنك و قلبك، وأعني، أن تتحد إرادتك بإرادة الله، و تطيعها في كل شيء، و أن تأبى أن توجه إرادة الله نحو إرادتك بشكل من الأشكال. و لماذا يكون الأمر هكذا؟ لأن إرادتك ممزوجة على الدوام بحب الذات، و دائماً هي مخطئة، و لا تعرف ماذا ينبغي أن تطلب. أمّا إرادة الله فصالحة على الدوام، حكيمة و عادلة، محبة و لا تخطئ البتة. و طالما ان إرادة الله هي ناموس لا ينكسر من جهة ما هو موجود، و ما سوف يوجد، فطاعة أحكامه، ينبغي أن تكون إرادة كل المخلوقات العاقلة و سيّدة رغباتهم، و ما عليهم إلا أن يخضعوا لها في كل شيء.

وهكذا يجب عليك أن تتمنى و تطلب و تسعى إلى ما هو مرضي لله. و إن حدث أن كنت في ريبة في ان هذا أو ذاك من الأمور مرضي له، فبادر إلى السعي إليه و طلبه و أنت تفكر بأنك تتمنى هذا لتمتلكه، إن كانت ارادة الله هي هكذا، أمّا من جهة الأمور التي ترى انها مرضية لله، كالفضائل مثلاً، فينبغي أن تسعى إليها و تطلبها، فقط، كي ترضي الله أكثر ، و تخدمه على نحو أفضل، لا لغرض آخر، حتى ولو كان روحياً.

4- و أكثر من هذا، ينبغي أن تأتي الى الصلاة و أنت تحمل في جعبتك أعمالاً تليق بتضرّعاتك. و بعد انتهاء الصلاة، اعمل بجدّ أكثر، كي تستأهل أن تقبل الفضيلة و النعمة التي تريد. و عمل الصلاة ينبغي أن يكون مقروناً بغضب الذات، و بذل الجهد، بغية الحصول على مرامنا. و في الحياة الروحية، فان ابتغاء الشيء، و طلبه، يتبعان الواحد منهما الآخر، بتناوب. لكن إن كان الانسان يصلّي إلى الله من أجل فضيلة ما، إلا انه في الوقت نفسه، يسلم نفسه للإهمال و التواني، فلا يكتسب أية وسيلة مهما كانت، للفوز بالفضيلة، ولا يبذل أي جهد في سبيلها، فمثله انما يجرب الله و لا يصلّي. و هكذا فيعقوب الإلهي يقول: "... لأن طلبه البارّ تقتدر في فعلها..". (يعقوب 5 : 16). ان ما يجعل الصلاة فعّالة، بحسب القديس مكسيموس المعترف، هو، انه إلى جانب استعطاف قديس و الصلاة له من أجل أمر ما، أن يصلّي المرء نفسه من أجلها بكل جهد، و يقوم بكل ما هو ضروري لنيل سؤله.

5- و ينبغي أن تدمج في صلاتك تلك الأعمال الأربعة التي كتب عنها القديس باسيليوس الكبير: " مجد الله، و اشكره على مراحمه التي أعلنها لك، بعد ذلك اعترف له بخطاياك و بانتهاك وصاياه، و أخيراً أسأله أن يمنحك ما أنت بحاجة إليه، لا سيّما من جهة الأمور المرتبطة بخلاصك. و بمقتضى هذا، يمكنك، على سبيل المثال، أن تصلي هكذا: " أيها الرب إلهي إني أرتّل و أسبح مجدك الذي لا يحد، و عظمتك التي لا تُدرَك. إني أشكر ، لأنك بخيرتك فقط، منحنتني الوجود و الاشتراك بخيراتك المعطية الحياة التي بتجسّدك، فقد خلّصتني دون علمي، من الضيقات التي أحاطت بي و تهددني، و من أيدي أعدائي الذين لا يُرون. فأنا أعترف لك أنني مرّات كثيرة أطفأت الضمير، و تعديتُ وصاياك القدّوسة، فبيّنتُ نفسي غير شكور أمام خيراتك الكثيرة التي لا تُحصَى . أيها الرب إلهي الكلّي الرحمة، لا تجعل عدم شكري، أمام مراحمك، بل تغاضَ عن ذنوبي و عيوبِي. أنظر بإشفاق و حنو إلى دموع انسحاقِي و توبتي، و أعني بكثرة مراحمك، و هبني ما أنا بحاجة اليه لخلاصي. أرشد حياتي إلى إرضائك أنا غير المستحق، فأجد اسمك القدّوس".

في نهاية هذه الصلاة، يمكنك أن تعدّد كل احتياجاتك الحاضرة، الروحيّة و النفسيّة و الجسديّة أيضاً. و إن كنت في ذلك الحين، تروّض نفسك على فضيلة ما، فاذكرها، و صلّ طلباً للعون الإلهي الذي يدفعك إلى الأمام نحو الكمال فيها. و إن كنت منزعجاً من ضغوطات هوى من الأهواء، فصلّ طلباً للعون، كي تقاوم الهوى و تسحقه. و إن كنت تقاسي ظلماً أو أذية، أو خسارة أو ضيقاً، فلا تنسى أن تقدّم لله الشكر عنها، فقد أرسلها حسب مشيئة كليّة الخير. و اعلم انها نزلت بك، لمنفعتك أنت بالذات.

6- ولكي تكون صلاتك فعّالة أمام الله، و تستمطر حبّه، فبادر الى تزيينها مزوداً إيّاها بأجنحة الإيمان المتين و الثابت، ليس فقط برأفات الله التي لا تُحدّ، و وعوده الثابتة، بأنه يستمع إلينا، عندما ندعوه قبل انتهاء صلاتنا، (اشعيا 58 : 9)، بل أكثر من كل هذا، بالإيمان برّبنا يسوع المسيح الذي تجسّد من أجلنا، و احتمل الصليب و الموت، و مات و قام، و صعد إلى السماء، و جلس عن يمين الآب، وهو يشفع فينا أبداً. " فالله الذي لم يشفق على ابنه، بل بذله من أجلنا..." (رومية 8 : 32)

و إن أردت أن تُستجاب، بادر الى طلب شفاعة والدة الإله مريم العذراء التي تصلي من أجلنا في الليل و النهار، و إلى طلب شفاعة جميع القديسين، و رؤساء الملائكة، و الملائكة، و الرسل، و الأنبياء، و الرعاة، و المعلمين، و الشهداء، و آباؤنا القديسين، و أمهاتنا القديسات، و شفاعة ملاكك الحارس، و القديس الذي تحمل اسمه، و القديس الذي

تكرّست الكنيسة تلك التي اعتمدت فيها، على اسمه. صلّ دائماً. و إذ تقرن صلاتك بهذه الشفاعات كلّها، فإن ذلك علامة على اتّضاعك، وهذا يبهج الله جدّاً وأكثر من أي أمر آخر. فهو ينظر إلى الجميع بعين الرأفة، فكم بالحري إلى الوديع و المتواضع: " القلب المتخشع و المتواضع لا يردله الله" (مزمور 51 : 17).

7- ينبغي أن تكون صلاتك بجهد لا يكلّ، حسب قول الرسول: " واضربوا على الصلاة، ساهرين فيها" (كو 4 : 2). فالصبر المتواضع، و الإلحاح مع المثابرة في الصلاة، من شأنهما أن يغلبا من لا يُغلب، فيميل إلى الرحمة. و بحسب مثل الرب الذي أطلقه عن إلحاح الأرملة التي استمالت قاضي الظلم كي يعطيها سؤلها، فالرب جعل المثل هذا، لغاية ما، و هي كي يعلمنا أن لا نياس و نملّ في الصلاة، بل نصبر كما جاء في الانجيل (لوقا 18 : 1). فإن كانت لاجابة الأرملة قد دفعت قاضي الظلم إلى منحها ما تريد، فهل يسأم الله من سماع ابتهالاتنا، إن كنّا مواظبين على التضرّع أمام الرأفة و الحنان؟ لذا فعندما تسأل الله شيئاً، و شعرت انه قد تبطأ في الاستجابة، ثابر على الصلاة بإيمان راسخ في القلب، فانه يعين ويحب. و الصلاة مع الجهد، لا ينساها الله، وهو دائم الاستعداد كي يسكب نعمه الوفيرة التي تفوق ما يتوقّعه المصلّي، إن لم يكن عنده ما يعيق، و ليس في حالة تجعل عدم استجابة صلواته خيراً من تحقيقها. في مثل هذه الحالة، فبدل ما يطلبه، يرسل الله أموراً صالحة أخرى، أكثر نفعاً و فائدة بالنسبة إليه، سواء أدرك ذلك، أم لم يدركه. في مثل هذه الحالة، فالاعتقاد بأن الصلاة دائماً مُستجابة، هو أمر مُبرّر. و كثيراً ما نطلب أمراً دون أن ندرك أن ما نطلبه لا يصلح لنا، فانه لا يستجيب لطلبنا، و ما يرسله لنا يبقى محجوباً، لأن رؤية ما يرسله الله، ليست بالأمر الذي يخلو من الخطر عند من سيُسَنجاب. لهذا ثابر على الصبر في الصلاة، و كن مقتنعاً انها ليست بدون ثمر. و إن لم تتلقَ ما طلبتَ، فاعلم انك تتلقَى، أو ستلقَى أمراً نافعاً لك، مكانه. و إن كنت لا تراه ولا تحسّ به، لا تحاول أن تتقصّى السبب، بل عد إلى عدم استحقاقك و اجعل في نفسك فكراً متواضعاً مع أحاسيس حسنة. فإن رسخت هذه الأفكار فيك نتيجة لصلاتك، فانك حتى ولو لم تتلقَ شيئاً، حسياً كان أم غير منظور، فاقبل بهذه على انها من ثمار الصلاة، فهي نافعة لك و مرضية لله جدّاً.

اسمع ما يقوله الذهبي الفم: " الصلاة بركة عظيمة إن مورست بحالة داخلية سليمة. و إذا علّمنا نواتنا أن نرفع الشكر لله، سواء أخذنا سؤلنا أم لم نأخذه، فهذا أيضاً سيعود علينا بالنفع و البركة. فعندما تُعطى، فهذا خير لك، وعندما لا تُعطى، فهذا أيضاً خير لك. عندما تأخذ سؤلك، فمن الأكيد انك نلته، وعندما لا تناله، فأنت تنال أمراً، و

لم تأخذ ما كان مضرًا لك. ان عدم منحك ما يؤذيك، هو عطية في ذاتها، لهذا، فسواء أخذت أم لم تأخذ، بادر إلى شكر الله على الدوام، وكن على يقين ان الله لا يعطينا إلا ما هو حسن لنا".

لذا صلّ إلى الله بصبر، شاكرًا إيّاه على كل شيء، وكن على يقين ان ذلك هو الأنسب لك، و ان الله هو المحسن إليك، سواء أعطاك، أو حجب عنك. فاثبت على هذا الايمان، و ابق مطيعاً بتواضع أمر العناية الإلهية، سواء كانت الأمور مبهجة ، أو غير سارة.



## الفصل السابع و الأربعون

### ما هي الصلاة الذهنية أو الداخلية، وما هي أنواعها؟

تكون الصلاة الذهنية أو الداخلية، عندما يجمع الانسان ذهنه، (النوس) في القلب، و منه يرسل كل الصلوات إلى الله، ليس بصوت عال، انما بتعابير صامتة، مسبحاً الله و شاكراً عظمته، ومعتزفاً بخطاياهم بندامة و انسحاق، و سائلاً بركات الله في احتياجاته الروحية و الجسدية. على المرء أن لا يصلّي بالكلمات فقط، بل لتكن صلواته بالذهن أيضاً. و ليس بالذهن فقط، بل بالقلب أيضاً. و ذلك، ليك يبصر الذهن ويفهم، ما يمكن قوله بالكلمات، فيشعر القلب بما يفكر به الذهن. و عندما تلتحم هذه العوامل، فهناك الصلاة الحقيقية. أما إن نقص في هذه الصلاة شيء، فإما انها تكون ناقصة و مبتورة، أو لا تكون صلاة على الاطلاق.

ولابد أنك سمعت هذه الكلمات: صلاة الكلام، صلاة الذهن، و صلاة القلب. و ربما سمعت شروحات عن كل منها على حدة. ما الداعي إلى مثل هذا التقسيم بين مكونات الصلاة؟ السبب، هو اننا كثيراً ما يحدث بداعي تكاسلنا و خمولنا، أن يردّ اللسان كلمات الصلاة المقدسة، بينما يكون الذهن منشغلاً بأمر آخر. أو أن يكون الذهن في تمثّل و فهم لكلمات الصلاة، بينما القلب بعيد عن كل استجابة من هذا القبيل. في الحالة الأولى تكون الصلاة مجرد كلمات و متممة، و ليست صلاة على الاطلاق. أما في الثانية، فتكون الكلمات قد ارتبطت بالمعاني الذهنية، وهي ناقصة و غير كاملة، أما الصلاة الأصيلة فهي التي يتضافر فيها عمل اللسان و الذهن و القلب معاً.

ثمّة صلاة أخرى تُدعى المثول في الحضرة الإلهية، و ذلك عندما ينجمع الانسان كله في القلب، فيشرع في التأمل بالله داخلية، كأنه منتصب أمامه في داخله، فتنسب في المرء أحاسيس خاصة، كمخافة الله، الدهش (الذهول)، أو الرضوخ لعظمة الله، أو إيمان بمحبته، أو رغبة في تسليم له، أو انسحاق مع تأهب لكل بذل و تضحية. مثل هذه تنجم عن كون الانسان في أعماق الصلاة، و ان صلواته هي بالقلب و الذهن و اللسان. فإن كان أحد يصلّي بالطريقة الصحيحة، و لفترة طويلة الأمد، فان مثل هذه الحالات، تتكرّر في داخله، و ما تلبث أن تدوم فيه فيكون في حضرة الله دائماً. هذه كانت حالة داوود الذي قال عن نفسه: " جعلت الرب أمامي كل حين لأنه عن يميني فلا أتزعزع" (مزمو 16 : 8).

لذا فإن أردت يا أخي أن تكون صلواتك محمّلة بالثمر الكثير، لا تكتفِ بالكلامية منها و حسب، بل بادر كي تكون صلواتك بالقلب و الذهن أيضاً. اجعل ذهنك يفهم و ينتبه لما يُقال. درّب قلبك على التحسّس لما يسمع. و الأهم، أن تكون صلواتك من القلب. والتي هي هكذا، تكون كالبرق الذي يتحرّك بسرعة نحو السموات، وهكذا تقف صلواتك أمام عرش الله

الرحوم، فيستمع إليها الله و يستجيب لها أكثر من سواها. هذه كانت صلاة موسى أيضاً عندما وقف أمام البحر الأحمر و نادى الله فسمع له (خروج 14 : 15) ، و مدّة بالقوّة كي يعتق شعبه من الأخطار التي كانت تهدّدهم.

## الفصل الثامن و الأربعون

### كيف تتعلم الصلاة على هذا النحو؟

افترض انك بعد أن طالعت ما ورد سابقاً، ستسأل: كيف تكون ممارسة هذه الصلاة؟ فأليك الجواب: روض نفسك على الصلاة كما بيّنت تماماً، ليس فقط بالكلام، بل بالقلب و الذهن أيضاً. بعد ذلك ستتعلم كيف تمارسها. ترى كيف سبق أن تعلمت القراءة؟ لقد شرعت تتعب من أجلها، و بعد ذلك أخذت تقرأ. كيف تعلمت الكتابة؟ لقد شرعت تكتب، و بعد ذلك تعلمت الكتابة، بالأسلوب نفسه، ستعرف كيف تكون صلواتك بالذهن و القلب و اللسان، إن أنت شرعت في ذلك و عملت فيه بدقّة.

أنت تعرف طبعاً كلمات الصلاة، فقد تعلمتها منذ صباك، و يمكنك أن تجدها مدونة في كتاب الصلوات ، و الكتب الطقسية الأخرى. انها الصلاة النابعة من قلوب القديسين، و القديسات، الذين حرّكهم الروح القدس، فعبروا أمام الله عن شوق قلوبهم، و ذلك من خلال هذه الصلوات التي تحوي روح الصلاة و كنهها. لذا فان طالعتها كما يليق، ستمتلى من الروح نفسه، كما يتحد القارئ بروح الكاتب الذي يطالع أعماله. لكل إنسان هذه الخبرة، و أنا على يقين انك ولجت الخبرة ذاتها.

و كلمات الصلاة مجموعة و مَبَوَّبة في كتب الصلوات. لذا فأنت بغنى عن جمعها و تبويبها. فاقتن لنفسك كتاب صلوات، و افرز وقتاً محدداً لها لمطالعة الصلوات المدونة بانتباه و يقظة على كل كلمة من كلماتها. فكّر في الأمور التي تعبّر عنها، و حاول أن تجدد في قلبك المشاعر التي تثيرها الصلاة في من يمارسها و يطالعها.

و قد تقول: حقاً، كل الناس يفعلون هذا. إن كان الأمر هكذا، فلماذا لا يصل الجميع إلى الصلاة الحقيقية؟ السبب يرقى إلى انهم رغم إتمامهم قراءة الصلوات المدونة، و الوقوف أمام الأيقونة، و ترداد الصلوات، لا يجمعون ذهنهم و قلوبهم في كلمات الصلاة. فأذهانهم تزيغ و تشتد، و قلوبهم تجري وراء أهواءهم الخاصة، لا وراء الصلاة. أما أنت فمتى صليت، فاجعل ذهنك على كلمات الصلاة، و بادر إلى قلبك تروضه على تمثّل وهضم ما يُقال، بعد ذلك ستأتي إلى مذاقة ثمار الصلاة.

ومادامت أمامك كلمات الصلاة، وتعرف معانيها، وتفهمها و تتحسّس حلاوتها، فالأمور الأخرى باتت مرهونة بك. الصلاة، و النمو فيها، أمران منوطان بك، و في متناولك. إن كان شوقك الى الصلاة، بلهفة و حرارة، فلا بدّ أن تنجح. وها أنا الآن أضيف إليك بعض النصائح، تسهّل لك السبيل إلى النجاح في الصلاة:

حاول مجاهدًا كي تتأمّل و تتحسّس الصلوات التي تتلوها. و ليكن هذا لا لساعة و حسب، بل في كل حين أيضاً. و إن فعلت ذلك، سيسهل عليك تمثّل وهضم كل ما في الصلاة، عندما تصلّي. ما أن تشرع ببعض الصلوات، ستتزاحم في ذهنك كل الأفكار و الأحاسيس التي فيها. ستكون الكلمات كما لو انها تنبع منك ، و تفيض من قلبك، بدل أن تدخل إليه.

بعد أن تبلغ إلى مذاقة الصلوات، بالأفكار و الأحاسيس، بادر الى حفظها غيباً، فأنت بذلك ستحمل الصلوات فيك، فتستغني عن الكتاب. الصلوات التي كانت في الكتاب، كانت خارجة عنك، و بعيدة منك، لكن عندما تبادر الى حفظها غيباً، تتحول اليك و تقوم فيك في كل الظروف و الأحوال. أضف إلى ذلك انك عندما تتلو صلواتك من الذاكرة ، فأنت تعمّق أفكارها و أحاسيسها فيك، على نحو يفوق مجرد تلاوتها أو النظر فيها، و تحسّس معانيها. و حينما تتقن هذه الصلوات، ليس غيباً فقط، بل بالاحتفاظ بالأفكار و الأحاسيس التي تحوّلها إلى داخلك، سيبنى فيك صرح الصلاة. ان هذه هي أفضل السبل لتكوين الصلاة اللائقة.

عندما يحين وقت الصلاة، لا تبادر إليها تواءً، بمجرد توقّفك عن نشاطاتك اليومية. انما اعد نفسك من أجلها. اصمت بعض الشيء، ريثما تتحرّك فيك مشاعر الصلاة. وهذا نتعلّمه من كتاب الصلوات. تذكّر ما تريد. من أنت . تذكّر من سيصلّي تذكّر من هو الذي ترفع الصلاة إليه. لا تنسى ما ينبغي قوله في الصلاة. انتبه الى كيف تصلّي. ان هذا الاستعداد واجب، ولا بدّ منه، في الصباح، بعد أن تكون النفس قد أفاقت من نوم كثيف، و شرعت الاهتمامات الجديدة تثب الى الذهن بعد اليقظة. أمّا في المساء، فتكون النفس مثقلة بالصور العديدة التي انطبعت فيها عبر النهار، لا سيما تلك المؤثرة جداً جداً، المفرحة و المحزنة على السواء، حاول أن تنظّف ذهنك منها جميعها، كي لا تنشغل بها عندما تتكرّس للصلاة، و إن كان ثمة ما يثيرك، بعد كل هذا، ولم تفلح في طرده و التخلّص منه، فبادر إلى تحويلها إلى موضوع للصلاة، للشكر، أو طلباً للعون الإلهي، أو للانعتاق من الآثام، أو لتسليم الذات، بكل ما فيك، رافعاً كل ما فيك، نحو الإرادة الإلهية.

و قبل الشروع في الصلاة، تذكر انك في حضرة الله. املأ نفسك من أحاسيس التخشع و المهابة، مجدداً في أحشائك، اليقين، بأن الله يراك و يسمعك، و انه لا يشيح وجهه عمّن يطلبونه، بل ينظر إليهم بحنان كبير. اقرن صلاتك بالرجاء في أن الله متأهب كي يعطي، و انه على الدوام يجود عليك بسؤلك، إن كان في ذلك من فائدة لك.

وعندما تبلغ نفسك هذه الحالة، بادر إلى تلاوة الصلاة بيقظة وعمق، و ابذل قصاري جهدك لتجعلها تفيض من القلب، كما لو أنها منك. و بالرغم من معرفتك لها، عن ظهر قلب، لا تسمح لنفسك بالشروء، و لا تدع أفكارك تبارحك. و ما أن تشعر بذلك، بادر إلى جمع أفكارك في قلبك، و بادر الى الصلاة من حيث بدأ الشروء. تذكر ان اليقظة غريبة عن الشروء عندما يكن القلب طافحاً بأحاسيس الصلاة. ليكن اهتمامك منصباً على هذه الأحاسيس. لا تتسرع في تلاوة صلاتك، بل واطب عليها حتى المنتهى، بتخشع و جلد يلقيان بهذا العمل المقدس. و إن كنت تشتاق إلى الصلاة على هذا النحو، فانك ستقتني روح الصلاة ببسر و سهولة. و من الواجب الاحتفاظ بها حيّة و قوية، قدر المستطاع. و إن أردت هذا لنفسك، فبادر بعد انتهاء الصلاة، إلى عدم الارتماء في الهموم اليوميّة، ظاناً انك قد قمت بكل ما يترتب عليك امام الله. لا تطلق لأفكارك و مشاعرك العنان. جاهد أن تكون طيلة يومك، كما لو أنك تصلي. و كي تفلح في مسعاك، تذكر انك في حضرة الله، و ان يده تحميك من الوقوع في الهلاك. و إذ تجعل هذه الأمور في ذهنك، قم إلى أعمالك، تّممها كلها، الصغيرة منها و الكبيرة، على نحو يليق بإرادة الله. و اطلب بركته كي تتمكّن من تحويل كل شيء لمجد اسمه.

و إن فعلت هكذا، تكون في صلاة حقيقية، إلى أن تأتي ساعة الصلاة في المساء، فتتلو الصلاة على النحو نفسه، تخلد بعدها إلى نوم هادئ طيلة الليل. و هكذا تكون قد قضيت الليل و النهار في صلاة جيّدة. و عندما تنقضي الأيام و أنت تصلي هكذا، فانك ستبلغ كمال الصلاة في شهور قليلة و ربما في أسابيع. و ستكون الصلاة مصباحاً دائم النور، يضرّم قلبك على الدوام.

سأضيف أمراً آخر هو ضرورة استمرار فعل الصلاة منذ بدايتها، بدون انقطاع، حتى لحظة بدء النجاح و بلوغه. فإن صلّيت اليوم جيداً، و احتفظت في داخلك بحالة الصلاة هذه، لكنك توائيت في الغد، و قضيت يومك في التراخي، فانك لا تبلغ أي فلاح في عمل الصلاة، لأنك ستكون كمن يبني اليوم، ليهدم غداً. في النهاية تخبو صلاتك و تجفّ، و تصبح

النفس عاجزة عن القيام بها. و هكذا فإن شرعت مرّة على نحو جيّد، بادر الى الاستمرار عليه بجلد، و بدون وجل أو ضعف أو تكاسل.

## فصل (49)

### في الصلاة المرتجلة

كل ما قيل آنفاً، هو عن الصلاة المدونة، أي تلاوة كلمات ليست من الشخص نفسه الذي يصلي، رغم ان هذه التلاوة تقوم على جمع الذهن، وعلى عاطفة جياشة قوية. فهل ينحصر المصلي بمثل هذه الصلاة دائماً؟ الصلاة نفسها هي التي ستجيبه على سؤاله، و انت، فبادر الى البدء بالصلوات المحفوظة غيباً. تتممها على اكمل وجه، ومنها ستنغرس الصلاة فيك. و بقدر ثباتها ، و تجذرها فيك، تحتك على صلوات اخرى ارتجالية، منك، كما يصورها القلب حسب حاجته. فعبر الصلوات المرتبة، يرسل الله صلوات خاصة. الصلاة الارتجالية لها وقعها ومكانتها، و هي جزء من عمل الصلاة كله.

لقد ذكرت في الفصل السابق، انه لو حدث اثناء تلاوة الصلوات المدونة، ان مسّت نفسك بعض كلماتها، و ملأتها، فلا تعبر عن ذلك، بل بادر الى التوقف، و صلّ بكلماتك انت معبراً عما امتلأ قلبك به. و اذا كنت تطالع كلمة الله، و صادف لقاء احد المقاطع، مع حاجة فيك، او اذا راقك قول احد الآباء القديسين اثناء قراءة اعماله، او عندما تعكس بعض الخلائق مشاعر الهية في اعماقك، كأن تكون حول عظمة الله و كمالاته، و خليقته البديعة، و قدرته على كل شيء، عنايته، و اعماله المذهلة، و افتقاده لنا بالتجسد من اجل خلاصنا، او عندما تلفتك بعض احداث الحياة اليومية، و يكون لها وقع فيك، و تأخذ مجامع قلبك، و تدفعك نحو الصلاة الى الله في الأعالي، فبادر الى الاستجابة لتأثيراتها، و اوقف عملك، مهما كان، ولو الى حين، لتصلي الى الله.

فهذه الدوافع كلها تعنى، ان الصلاة تأصلت فيك، و تجذرت. و مثل هذه الانطباعات ، لا تأتي في العادة من مجرد التمرس على الصلاة، بل من الثبات فيها لوقت طويل. و تكون الدوافع هذه بمثابة علامة على نموّ المّطرّد في الصلاة. وهذه، بقدر انتشارها و فعلها في حياتك، يكون قلبك مفعماً بها. ان كل صنوف الصلوات تؤول الى كمالها عبر الصلاة الارتجالية، رغم ان هذه الاخيرة لا تلغي، في أي حال، انواع الصلوات الاخرى، بل تدخل فيها لأنها من الطينة نفسها، و من نفس درجة فضيلتها. لا يمكن الاستغناء عن الصلوات المرتجلة، و لا تستبدل ، الا بالوقفة في حضرة الله بصمت متأمل لا كلام فيه.

و اعلم ان دافع الصلاة في القلب، كثيراً ما يتولّد من ذاته. و احياناً تتولّد الصلاة في القلب بمصاحبة انطباع لا يكون للمصلي دور فيه. و هكذا، فعليك ان ترتّب صلاة تليق بالدافع الذي فيك. كذلك عليك في الحالة الثانية ان تصيغ السمع، فلا تتدخّل في الصلاة المتدفقة من القلب. بالإضافة الى ذلك، اذكرك بأنك لا تصنع صلاة دون ان يكون عندك الدافع او الحاجة الداخلية الى ذلك، فأنت تستطيع أن تصنع حديثاً بديعاً جميلاً مع الله، دون ان يكون هذا صلاة، بل مجرد الفاظ منمّقة و تنسيق للأفكار، فتكون كلماتك خالية من روح الصلاة. حذار من ذلك، لأنك ان فعلت هكذا، لا تعود قادراً على تجنّب المجد الفارغ، و تقدير الذات بتفريط، فمن شأن كل هذه ان تخنق الصلاة الحقيقية فيك، وتجعلها قالباً بدون قلب.

اما في ما يختص بالصلوات التي تتشكّل في القلب من تلقاء ذاتها، فيكون الدافع نحوها امر لا يؤثر فيك، و تكون بمسبب الحاجة اليه، اعنى الصلوات التي من القلب، والتي هي من صنعك، و التي اما انها من عناصر الصلاة المتجمّعة في القلب، نتيجة لكثرة التمرس عليها، و تمثّلها، و إما ان تكون ناجمة عن عمل النعمة الالهية. في مثل هذه الحالات تكون بمثابة بذار للصلاة الروحية، و هي التي ذكرتها في الفصل (47). فعندما يمنحك الرب هذه القامة، اعلم انك قريب من الكمال، فاشكر الله، و اسلك في حياتك بتخشع و مخافة ورعدة، لأنه بمقدار ما يكون الكنز قيماً، تكون بنفس المقدار، نظرات العدو الحسود اليك.



## فصل (50)

### في الصلوات القصيرة و التنهد الى الله

قيل مرات عدة ان الصلاة الداخلية هي الصلاة الحقيقية التي لا تقوم فقط على كلمات، بل تكون بالذهن و القلب ايضاً. هذا النوع من الصلاة، يستجمع كل الانتباه، و يجعله داخل القلب. هذا النوع من الصلاة، يستجمع كل الانتباه، و يجعله داخل القلب. لهذا فالبقاء في الداخل علامة على وجود الصلاة الحقيقية، و الشرط الاساسي لتحقيقها. و من ثمار البقاء في الداخل، التفكير بأن الله حاضر و يصغي الينا، لهذا نرفض كل الافكار الاخرى، الامر الذي يعرف باسم يقظة القلب و حراسته، لذا فان كل جهد الانسان ا لمشتاق الى التقدم في الصلاة، هو ان يرتفع الى هذا الهدف، أعنى ان لا يبارح الانتباه القلب مع حراسته ضد كل الافكار، خلا الفكر المرتبط بالله. فيقوم الانسان بما يريد القيام به، دون ان ينسى الله، او يشيح وجهه عنه. ان هذا اسمى امر في عمل الصلاة. اما الطريق لهذا فهو تلاوة الصلوات كما هو مبين اعلاه، فهي التي تجعل الذهن يجمع في القلب، يشناق ان يكون دائماً في الروح. فالصلاة الدائمة تكون قد حلت فيه بلهفة، و الرغبة هذه تستتبع إرواءها، ان الذين احسوا بهذه الرغبة، تشتعل فيهم، يجدون الى وسيلة يبلغون بها الصلاة الدائمة. و الارشادات التي قدمها الآباء القديسون في ما يختص بيقظة القلب و حراسته، من شأنها ان تقود الى هذه اللهفة المذكورة، وتعمل بهذا الاتجاه، و ليس لها مصدر غير النمو في هذا العمل.

فان احسست بهذه الحاجة، قد يتبادر الى ذهنك السؤال التالي: كيف السبيل الى البقاء داخلياً امام وجه الله؟ كيف السبيل الى بلوغ حراسة متيقظة واعية دائمة للقلب؟ في الحقيقة ان الصلاة المتلوة هي بداية الطريق، الا انها لا تبلغ الغاية ذاتها، وهي ليست الكمال في عمل الصلاة و قوتها المبتغاة. الصلوات المتلوة هي مركبة، و من شأنها ان تحوي اموراً عديدة تقدمها الى الذهن الصاحي الواعي. ورغم قدسية هذه الموضوعات، فهي قد تذكر المرء بموضوعات مماثلة من الحياة اليومية، و قد تؤول الى اخرى عالمية (دنيوية)، غير تخشعية، حسب نوااميس توارد الافكار و التصورات. ولا يمكن ان تخلو اغلب الصلوات المتلوة من الجهاد و المتابعة ضد فكر يضل فيتجول هنا و ثمة. و لما كان هذا قادراً ان يدخل الاضطراب الى الصلاة، فتفقد نقاوتها و بهاءها، فليس من انسان يصلي إلا و يزرح تحت هذا الضعف و يرغب في الانعتاق منه. و قد انشغل الاباء بهذا الضعف منذ أمد بعيد، و قاموا بجهود عظيمة في حياتهم من اجل هذا الغرض. ما هي السبيل التي اهدوا اليها؟ انها ترداد صلوات قصيرة تصون الفكر في الداخل ليمثل امام وجه الله و

هكذا لا تدع فرصة للشروود او التجوال البعيد. و يذكر القديس كاسيان ان هذا التدبير كان ذائع الصيت في مصر في زمانه (مناظرات 10 : 10) . و في كتابات اباء آخرين، نجد ان الصلوات القصيرة كانت معروفة في سيناء و فلسطين و سوريا و في كل مكان بلغت اليه المسيحية. فكانت معاني هذه الصلوات القصيرة تدور على النداء: " يارب ارحمني" ، و اخرى غيرها قائمة في كتب الطقس، كالفخولوجي و المزامير.

لذا فأنا انصحك ان تختار لنفسك واحدة قصيرة، أو اخرى لترددها على الدوام، و الترداد كفيل بتعويد اللسان عليها، فتصون فكرك و تجمعه في نقطة واحدة، هي، ذكر الله. و للمرء حرية الاختيار في الصلوات القصيرة التي يستعملها. ففي كتاب المزامير ثمة استغاثات و ابتهالات الى الله، فاختر منا ما يلاءم حالتك، و احفظها غيباً، مردداً اياها على الدوام، و اجعلها في صلاتك الخاصة، و على لسانك، كل حين، مهما كنت تفعل، من وقت الى آخر. كما و يمكنك ان تشكل صلواتك لتعبر عن احتياجاتك، على غرار صلوات الذهبي الفم القصيرة التي هي (24) في العدد، و التي دونت في كتاب الصلوات.

لا يكن لك العديد من الصلوات القصيرة كي لا يقفز انتباهك بين هذه و تلك، فتصل الى غير النتيجة المرجوة، بل اعمد الى عدد قليل حيناً، فتتلو هذه تارة، و تلك اخرى، من اجل التجديد الروحي. لكن ليكن انتقالك بينها ببطء، دونما اسراع. تناول الصلاة القريبة من حالتك الروحية ، و تضرع من خلالها الى الله، كي يملأ بها نفسك. بعد ذلك يمكنك ان تستبدل المزامير كلها، أو بعضاً منها بهذه الصلوات القصيرة. اجعلها نبراساً لك ترددها مرات عدة: عشرة، عشرين، خمسين، او مئة مرة، بسجدة و مطانيات. لكن دائماً انتبه لامر واحد هو ان تجمع انتباهك كله موجهاً اياه نحو الله. و اني سأدعو هذا التدريب تنهد الصلوات القصيرة الى الله، و التي ينبغي ان تدوم في الليل و النهار، عندما لا نكون نياما.

## فصل (51)

### صلاة يسوع

فئة من رجال الصلاة، يفضلون صلاة قصيرة واحدة يعكفون على ترادها باستمرار. القديس كاسيان يقول بأن الصلاة التي كانت تتردد على لسان كل مصري صادفه، كانت الآية الاولى من المزمور (70) و قد جاء في سيرة القديس جوانكي ان الصلاة التي أُلّف ترادها، كانت: الآب رجائي و الابن ملجأئي و الروح القدس وقائي". فكان يضيفها الى كل آية من الثلاثين مزموراً التي حفظها عن ظهر قلب. آخرون ألقوا استخدام الكلمات التالية، كصلاة: "أخطأت كإنسان، اما انت فارحمني كاله". إلا ان الغالبية منذ القديم، فقد كانت تصلي على النحو التالي: "يا رب يسوع المسيح، ابن الله ارحمني". و يمكننا ان نجد اشارات الى هذه الصلاة، عند القديسين: افرام السرياني، و القديس يوحنا الذهبي الفم، و القديس اسحاق السرياني، و القديس ايسخيوس الكاهن، و القديس برصنوفوس، و القديس يوحنا السلمي.

و فيما بعد شاعت هذه الصلاة و طبقت شهرتها الافاق، و صارت على كل فم و شفة، و ادرجت بين صلوات الكنيسة، لذا فهي الآن مستعملة اكثر من أي صلاة اخرى. لذا انصحك ان تمارسها.

سميت هذه الصلاة صلاة الرب يسوع، نظراً الى انها موجّهة لربنا يسوع المسيح. انها صلاة صوتية كحال أية صلاة اخرى، إلا انها ايضاً ينبغي ان تكون كأية صلاة، ليس فقط بالكلمات، بل بالذهن و القلب أيضاً. كما ويجب ان يتذوقها المرء بوعيه و مشاعره، الى ان تختفي الكلمات مع طول الممارسة، فتصبح الصلاة حركة روحية داخلية. لكل صلاة قصيرة، القدرة ان ترقى بممارستها الى هذه القامة، الا ان صلاة الرب يسوع، تتميز عن سواها بأنها تصل النفس بالرب يسوع. الرب يسوع هو الباب الوحيد الذي به نعبر الى الآب، غاية الصلاة. و يسوع قال: "لا احد يستطيع ان يأتي الي الآب إلا بي" (يوحنا 14 : 6). في هذه الصلاة ننال بركة الافتقاد الالهي عبر التجسد الذي هو طريق خلاصنا. فالذين اشتاقوا الى الخلاص، لم يهملوا التدرّب على هذه الصلاة كي ينالوا فعلها و قوتها.

و اذ تسمع هذا، فانك لن تندم في ان الذين جاهدوا من اجل الخلاص، بذلوا كل غال و رخيص كي يكتسبوا هذه

(1) راجع كتاب "اليقظة و الصلاة" باب صلاة الرب يسوع

الصلاة و ينالوا قوتها، و عليك انت ان تحذو حذوهم.

و اكتساب هذه الصلاة يقوم على امرين: واحد خارجي، و الآخر داخلي: اما الخارجي فهو ان تبلغ الى حالة تنسكب فيها الصلاة على لسانك، من تلقاء ذاتها، و على الدوام و الداخلي، فهو تركيز انتباه الذهن في القلب، و البقاء هناك في حضرة الله. هذا و للصلاة هذه درجات عدة حسب حرارة مشاعر القلب، و حسب درجة رفض الانسان لسائر الافكار الاخرى. إلا ان على الانسان قبل كل شيء ان ينسكب امام قدمي ربنا و مخلصنا في تضرع و انسحاق. و الخطوة الاولى لاكتساب ذلك، هي في ترداد صلاة يسوع: " ياربي يسوع المسيح ارحمني انا الخاطئ"، و ذلك مرات عدة قدر المستطاع، مصحوبة بيقظة القلب. بالمثابرة ينجمع الذهن في فكر واحد، و يمثل امام الرب. بعد ذلك تسري في القلب حرارة داخلية الهية تطرد كل الافكار الاخرى، و تحرق كل الافكار، ليس الشهوانية فقط، بل البسيطة ايضاً. عندها تشتعل النار الالهية في القلب، و يغمر الانسان سلاماً كامل و هدوء عجيب، فيشعر و كأنه في سجود امام الرب. بعد هذه المرحلة، فان كل ما نبلغه بالصلاة هو من هبات النعمة الالهية و حسب. و الآباء الالهيون ذكروا ذلك، لئلا يظن انه بلغ قمة الكمال في الصلاة، و ان ليس له ما يرجوه و يتمناه بعد بلوغ الكمال في الصلاة و العمل الروحي.

و هكذا فواجبك الاول يقضي ان تمارس صلاة الرب يسوع بتكرار كثير، قدر الامكان، الى حين تكتسب عادة الترداد على الدوام. و ليكن عملك على هذا النحو:

1- خصص مكاناً لممارسة هذه الصلاة. رددتها مرات عديدة في مطلع قانون صلواتك. عد الى تراددها لدى الانتهاء من برنامج صلواتك. و ان امكن، رددتها بعد كل مزمو يندرج في قانونك، اسوة بالقديس جوانكي الكبير الذي كان يتلو صلاته القصيرة "الآب رجائي و الابن رجائي و الروح القدس وقائي".

2- اما من جهة عدد المرات التي تتلوها فيها، فيمكنك ان تتلوها في كل المناسبات، او ان تسأل اباك الروحي في هذا الخصوص. لكن لا تتلوها بأعداد كبيرة في البداية، بل دع الزيادة تدريجية حسب نمو فرحك بها. و ان حدث ان راودتك رغبة في مضاعفة العدد، فلا تنكرها على نفسك، انما يجب الا تجعلها قانوناً يلزمك، و لا ترفضها مهما كان عدد المرات التي يطلبها قلبك.

3- لا تبادر الى الانتقال سريعاً، من صلاة الى اخرى، بل لتكن صلاتك ذات قياس و ايقاع مدروس، كما لو انك تطلب امراً من انسان ذي شأن. ليكن انتباهك ليس فقط على الالفاظ، بل على بقاء ذهنك في القلب امام الله، كما لو كان حاضراً، و كن امامه بكل احساس لعظمته و نعمته و حقه.

4- و ان كان لديك متسع من الوقت، بين صلاة و اخرى، فأعط لنفسك ان تقف، كما لو كنت تقف للصلاة و ارفع الى الله هذه الصلاة، مكرراً اياها مرات و مرات. و ان كنت منهمكاً بعمل ما، فاجعل هذه الصلاة داخلية في كل مجالات اعمالك، وحتى في حديثك.

5- و اثناء اداء هذه الصلاة في قلب برنامج صلاتك، قف وقفة صلاة، بين محطة و اخرى من برنامج، مبادراً الى السجود حتى الارض، بعد كل تلاوة. و لتكن السجود عشرة من الوسط، بعدها سجدة كاملة الى الارض، و تابع على هذا المنوال، حتى النهاية. ما من شك انك سمعت او طالعت ان الآباء القديسين في كلامهم عن الصلاة يولون السجود اهمية كبيرة، و قد قال احدهم: لا تكون الصلاة مقبولة امام الله، الا اذا جاهد الانسان بعدد من السجود (المطانيات). اعمل حسب هذه النصيحة قدر الامكان، فتجني في وقت قصير ثمرة عملك هذا (اكتساب صلاة الرب يسوع).

6- اما ان اردت المزيد من التعليمات و الوصايا و التنبيهات عن صلاة الرب يسوع، فطالع القديس سمعان اللاهوتي الجديد في الفيلوكاليا، و القديس غريغوريوس السينائي، و نيكيفوروس الناسك، مع كاليستوس و اغناطيوس. ويمكنك ايضاً ان تطبّق تعاليم الآباء الآخرين عن الصلاة الداخلية (صلاة الرب يسوع). و انتبه الى انك تستطيع ان تجد تعليمات في كتابات الآباء السابق ذكرهم، حول كيفية الجلوس، و حول وضع الرأس، و كيفية التنفس. و قد قال كاليستوس و اغناطيوس: هذه الطرق ليست ضرورة حتمية، انما هي عوامل خارجية مساعدة، وهي لا تناسب كل انسان. اما بالنسبة اليك، فيكفي ان تجمع انتباهك في القلب امام الرب، و ترفع اليه الصلاة بتواضع و مهابة، مع سجودات، ان كنت واقفاً للصلاة حسب نظامك، او ان تقوم بالسجود داخلياً و ذهنيّاً، ان كنت تقوم بإحدى نشاطاتك اليومية.

7- ولا تنسى ان تجعل انتباهك في القلب، او داخل الصدر، او كما يقول بعض الآباء الى اليسار قليلاً من القلب، و هناك تردّد صلاة الرب يسوع. و عندما يتضايق القلب و يتوتر، اعمل بمقتضى نصيحة القديس نيكيفوروس الناسك،

و غادر ذلك المكان و انت تردد هذه الصلاة. و بالتحديد، توجه الى تفاحة آدم التي تقع في القسم العلوى من الصدر، لتعود بعد ذلك الى منطقة القلب. لا تهمل هذه الملاحظة مهما بدت بسيطة و غير روحية بالنسبة اليك.

**8-** و اذ تطالع اعمال الآباء القديسين، فانك ستجد تنبيهات عدة هي ثمرة خبرة في الممارسات الخاطئة، و ان اردت تفادي هذه الاخطاء، عليك بمن تستشيريه، الاب الروحي، او زميل لك من نفس العقل و القامة، تقدر ان تكلمه و تتحقق منه عن كل ما يحدث لك اثناء تلاوة هذه الصلاة. أما من جهة نفسك، فاسلك ببساطة كبيرة و تواضع عظيم دون ان تنسب النجاح الى ذاتك. و اعلم ان النجاح الحقيقي، يأتي الى الداخل على نحو غير ملحوظ، و بدون ظهور، كما هو الحال في نمو الجسد. و ان حدث ووسوس لك صوت في داخلك يقول : ها قد بلغت مبتغاك، فاعلم انه صوت العدو الذي يقدم لك امراً خيالياً و غير حقيقي. هنا يكمن اساس الانخداع الذاتي. اما انت فبادر الى اخماد هذا الصوت، كي لا يستمر فيك كالبوبق، و يغذي المجد الفارغ.

**9-** لا تحدد زمناً للقيام بهذه الصلاة، انما بادر الى القرار الوحيد: اعمل، اعمل على الدوام. ايام و شهور و سنين قد تمضي قبل ان تتلمس ظهور علامات النجاح. لقد قال احد الآباء في جبل اثوس عن نفسه: لقد مرّ علّ سنتان قبل أن بدأت حرارة القلب فيّ. و عند أب آخر، فالحرارة هذه، ظهرت بعد ثمان شهور. و هي تأتي عند كل انسان حسب استعداداته و جهاده في العمل.

## فصل (52)

### امور تساعد على النجاح في اكتساب عادة الصلاة

ان كنت ترغب في النجاح في عمل الصلاة، عليك التوفيق بينها وبين الامور الاخرى، موجّهاً كل شيء الى الصلاة، والّا فأنت تهدم بيد، ما تبنيه بالأخرى.

1- تشدّد في التعامل مع جسمك، في طعامه و نومه و راحته، لا تمنحه أي شيء بسهولة، لمجرد انه يطلبه. و الرسول يقول هذا ايضاً: " لا تصنعوا تدبيراً للجسد من اجل الشهوات" (رومية 13 : 14). لا تساوم مع الجسد.

2- قلّل من اتصالاتك الخارجية، عدا الضرورية منها. وهذا يكون لدى قيامك بالصلاة. لكن فيما بعد، عندما تبدأ الصلاة عملها فيك، فإنها ستعلّمك من ذاتها ماذا يمكن ان تضيف، دون ان تفسد صلاتك، راقب، لا سيما، حواسك، عيناك و اذناك قبل أي شيء آخر. قيّد لسانك، و بدون ذلك، لن تتقدم قيد النملة في عمل الصلاة. و كما انه لا يمكن لشمعة ان تضيء امام الريح و المطر، هكذا فنار الصلاة يستحيل ان تشتعل في غمرة الانطباعات و الصور الآتية من خارج.

3- استعمل كل الوقت المتبقي من الصلاة، في المطالعة و التأمل. و اختر لمطالعتك كتباً تتناول شأن الصلاة، و شأن الحياة الروحية الداخلية عموماً. تأمل في الله و في اموره الالهية. و فوق كل شيء، ليكن تأملك في التجسد الذي كان من اجل خلاصنا، و في الآم ربنا و مخلصنا، وموته. فان عملت هكذا، تكون على الدوام غائصاً في بحر النور الالهي، و اظب على الذهاب الى الكنيسة، كلما امكنتك ذلك. فمجرد حضورك في الكنيسة من شأنه ان يحيطك بسحابة من الصلاة. فكم تنال ان كنت اثناء الصلوات، في حالة صلاة حقيقية؟!

4- اعلم انه يتعذر عليك التقدم في الصلاة بدون تقدم عام في السيرة المسيحية. و من الضروري جداً ان تكون النفس غير مثقلة بأية خطيئة ما لم تتنق منها بالتوبة. فان كنت قمت بشيء ازعج ضميرك ابان الصلاة، فبادر الى تطهير نفسك بالتوبة. فان كنت قمت بشيء ازعج ضميرك ابان الصلاة، فبادر الى تطهير نفسك بالتوبة حتى تستطيع النظر الى الله بشجاعة. لتكن مشاعر التوبة في قلبك على الدوام. لا تهمل اية فرصة لعمل صالح، لإظهار مشاعر حسنة، لا سيما التواضع و الطاعة و قطع الارادة الذاتية، ولتكن الرغبة و الغيرة في خلاص نفسك، مضطربة و تملأ كل نفسك وكل الاشياء الكبيرة و الصغيرة، بكل قوة، و بمخافة لله مع ثقة به لا تتزعزع.

5- و اذا وُدت نفسك على هذا ، بادر الى الصلاة، و مارسها ، عاكفاً على الصلوات المقرّوة حيناً، وعلى الارتجالية حيناً آخر، و على الصلاة بابتهالات لله، آخر. و اخيراً ، اعكف على صلاة الرب يسوع دون ان تهمل أي امر يعينك على ذلك. بهذا ستنال ما تبتغي. و اذكرك بكلمات القديس مكاريوس المصري: الله يرى اعمال صلواتك و اخلاصك و رغبتك في النجاح فيها . هو نفسه سيعطيك صلاة و اعلم انه رغم ان الصلوات التي تقام بجهدات الانسان، تفرح الله ، إلا ان الصلاة الحقيقية التي تسكن في القلب و تدوم فيه، هي هبة منه، و انها عمل النعمة الالهية. لذا ففي صلواتك التي تطلب فيها اموراً كثيرة، لا تنسى ايضاً ان تصلي طلباً للصلاة.

6- سأعيد على مسامعك ما سبق ان سمعته انا من انسان محب لله، قال: لم تكن حياتي حسنة، لكن الله رأف بي ورحمني، و ارسل اليّ روح توبة. كان هذا اثناء الاستعداد للمناولة. كنت احاول جاهداً ان اغرس في نفسي عزمًا ثابتاً على اصلاح طريقي، لا سيما قبل الاعتراف. صليت طويلاً امام ايقونة والدة الاله طالباً منها ان تزودني بهذا العزم . و اثناء الاعتراف، بادرت الى البوح بكل شيء صراحة. اما ابي الروحي فلم يتكلّم ، و لكن اثناء صلاة الحل فوق رأسي، اضاء في قلبي نور بهي، و كان احساسني به شبيهاً بابتلاع طعام لذيذ، و استمر هذا النور في قلبي، و احسست و كأن هناك من يمسك به. و منذ ذلك الحين و انا اصلي على الدوام وقد حفظت انتباهي في القلب، جاعلاً اياه هناك حيث كان شعوري الاول البهي، و كان همي الاحتفاظ به. و الله اعانني، فلم اكن قد سمعت عن صلاة الرب يسوع. لكن لما سمعت عنها، ادركت ان ما بداخلي هو تماماً ما يطلبه المرء بهذه الصلاة. لقد اطلعتك على هذه القصة لتفهم ما المقصود بعمل الصلاة، و ما العلامات ان هذه الصلاة قد حققت هدفها.

7- سأضيف ايضاً بضعة كلمات للقديس غريغوريوس السينائي (الفيلوكاليا، الجزء الاول، ص 112): " تستقر النعمة الالهية فينا منذ ان ننال المعمودية المقدسة، الا انه عبر غفلتنا، تنسل الاباطيل و الشرور و السيرة السيئة، فتخمد النعمة و تدفن. لكن عندما يوطد المرء العزم على ان يعيش سيرة سالحة، و يشتناق الى الخلاص، فان ثمرة اتعابه تكون استرجاع عمل النعمة بأكملها. وهذا يحدث تحت وجهين:

- 1- تنكشف هذه الهبة عبر الانشغال الكثير بحفظ الوصايا. و متى نجح الانسان في الوصايا، تصبح الهبة هذه اكثر لمعاناً و ضياء.
- 2- انها تنضج و تنكشف بالدعاء الدائم لربنا يسوع في الصلاة الامر الاول قوي، اما الثاني فأقوى. فان كنا نتقوى بالأول، فلنبادر الى تدريب النفس على الصلاة من عمق القلب، كي يكون هذا العمل في الصلاة و حسب، و يكون خالياً من



الاشكال و الخيالات، فيصبح القلب حاراً و مشتعلأً بمحبة الرب المتعذر النطق بها. ان هذا النص يحتوي على كل ما ذكرته في الفقرة الرابعة.

## الفصل الثالث و الخمسون

### دور الصلاة في الحرب غير المنظورة

في حديثي عن الصلاة، عالجت أمر الوسائل التي ترقى بصلاتك الى المستوى المرجو، و قد تؤخذ بهذا الكلام فتقول: ما العلاقة بين رفع الصلاة الى القامة المرجوة، و بين الجهادات الروحية؟ لا تستغرب في كلامي في مسألة الجهادات الروحية، المتعلقة بالصلاة الحققة، و التي يستحيل ان تكون سلاحاً قوياً في الجهادات الروحية، إلا إذا كانت حقيقية، أعني عندما تتجذر في القلب، و منه تعمل بلا انقطاع، فتكون سداً منيعاً لا يُدك ، تتقي به النفس نبال العدو وضربات الأهواء، و غوايات الدنيا و خداعاتها. ان قيام صلاة حقيقية في القلب، يقطع الحرب اللامنظورة و يبعدها. لهذا نصحتك أن تبادر الى غرس عمل الصلاة في قلبك، و أن ترى أنه ينبغي ان تكون في حركة دائمة هناك. ان هذا يشبه القول: افعل هكذا، تغلب و تنتصر حتى بدون جهاد.

و في العادة تكون الأمور هكذا، ولكن قبل وصول الصلاة الى مثل هذه القامة، لا بد من التعب ، فالأعداء لا تعطي فرصة للراحة، ولا تهادن و لو لبرهة واحدة في الحرب. ترى هل تستطيع الصلاة أن تساعد في هذا الميدان؟ نعم تستطيع. لا بل انها تقدر على ذلك أكثر من أي سلاح آخر في الحرب الروحية، فهي تجتذب العون الالهي الينا دائماً و هكذا تهرب الأعداء و تتبدد بقوة الله، طالما أن صلاتك بحرارة، مع تسليم الارادة الله. و مكان الصلاة في الحرب اللامنظورة هو الجبهة الأمامية، و ذلك لمقاومة الشرير، الأمر الذي يحدث عندما يحس الانتباه بأصوات غريبة تشير الى اقتراب العدو، فيلمس سهام الافكار الشهوانية ، أو أية اثاره بدأت تتحرك في الداخل. و هذا تميّزه الروح الملتهبة بالشوق الالهي. فهي تعلم ان هذا من صنع الشرير، فتستجمع قواها، و تكون على درجة قصوى من التأهب، و ذلك لتطرد الأفكار بلا شفقة، فلا تسمح لها بالنفاذ الى القلب. و أثناء ذلك تقوم بعملها الداخلي، فترتقي الى الله في صلاة ابتهالية، فتنال المعونة و تبدد الأعداء فتتوقف المعركة.

و يصف لنا القديس يوحنا القصير (كولوفوس) ذلك، بجلاء، فيقول عن نفسه: " أنا أشبه انساناً جالساً تحت شجرة كبيرة يرى وحوشاً و أفاعي عديدة مقبلة اليه، و إذ ليس له القدرة على صدها، يسرع الى الشجرة يتسلقها كي يكون بأمان. هذا ما يحدث لي عندما أجلس في قلايتي و أرى الأفكار الرديئة و هي تتوثب ضدي. فإذا أنا ضعيف عن صدها، أقوم و أجرى الى الله بالصلاة، فأنجو من العدو" (الأقوال الحقيقية ، الجزء الثاني). و يقول القديس ايسخيوس بهذا الصدد، في فصوله عن اليقظة و الصلاة: " عليك ان تحمل في داخلك نظرة ذهن يتوق الى الفضيلة، ان اردت ان تشعر بكل ما

يجول في داخلك. فإن وجدت الحية تسعى الى النفاذ اليك، بادر الى سحق رأسها و أصرخ الى الرب بالأنين، فتختبر العون الإلهي غير المنظور" وعندما تتفاهم أفكار الشر فيك، بادر الى صدها بصلاة الرب يسوع المسيح، فترى كيف تضمحل كالدخان في الهواء. هذا عرفناه بالخبرة. و أيضاً: دعنا نقوم بالحرب الداخلية على الشكل التالي: علينا بالانتباه. فعندما نلاحظ دنو فكر شرير، فلنبادر الى لعنته بقلب غاضب وواع. بعد ذلك فلنرفع القلب الى الرب يسوع متضرعين ان يبدد خيالات الشياطين، كي لا يضيع الذهن بها، كما يضيع الطفل الذي يتابع ساحراً بارعاً. وفي العادة، من شأن المقاومة والصد، أن تبتر توارد الأفكار الرديئة. و الدعاء لاسم الرب يسوع، من شأنه أن يبدها تواً بمجرد أن يتشكل همس شرير في النفس بفعل تصور المحسوسات في الذهن: على سبيل المثال: اساءة أتتنا من انسان، أو صورة امرأة جميلة، ذهب أو فضة. و من الأكيد أن هذه الخيالات داهمتنا بفعل الأرواح الشريرة، والشهوة، وحب الفضة (المال) فما على الذهن إلا أن يمجّها و يأبأها، ان كان مدرّباً و خبيراً وقد ألف درء الأخطار عن ذاته أمام كل هذه الايحاءات. فهو يراها بوضوح كما يرى في وضح النهار. و هكذا، وبفعل المقاومة والصد و الاحتكام الى صلاة الرب يسوع، يرغم العدو على التراجع، فلا يسمح له بتمرير خيالاته الخبيثة. و صلاة الرب يسوع تعين في ترسيخ الذهن كي لا ينزع نحو الايحاءات الشريرة، كذلك تحول دون تعلق القلب بها أو مهاندنتها و محاورتها. فالأفكار الشريرة تجد سبيلها الى قلوبنا بفعل هذه الطرق غير المحسوسة. الأفكار الشريرة تتوالى، كما يتوالى الليل و النهار.

و إنك ستجد في كتابات القديس ايسيخيوس فقرات و مقاطع كثيرة مشابهة، و سوف ترى أنه يرسم الخطوط العريضة لكل حربنا اللامنتورة. لذا أنصحك أن تطالع ما كتب في اليقظة و الصلاة، كلما سنح لك الوقت.

## القسم الثاني

## الفصل الأول

### في سر الشكر الكلي القداسة

أيها القارئ العزيز، لقد حدثتك حتى الآن عن الأسلحة الأربعة الواجبة من أجل النصر على الأعداء في الحرب اللامنظورة، وهي : عدم الثقة بالنفس. رسوخ الرجاء بالله. مقاومة الخطيئة و الجهاد ضدها. وأخيراً، الصلاة. والآن أريد أن أشير الى سلاح قوي اخر في الحرب اللامنظورة، انه سر الشكر الكلي القداسة. ان هذا السر هو الأقوى تأثيراً من كل الاسلحة الروحية، فالأربعة السالفة، تستمد طاقتها وقوتها من هبات النعمة الإلهية و معونتها الممنوحة لنا بدم المسيح. إلا أن هذا السر هو دم المسيح نفسه، كاله. عندما نستخدم هذه الأسلحة الأربعة، فنحن نحارب العدو بقوة المسيح. في الحالة الأخيرة، ربنا نفسه يضرب أعداءنا فينا، بالتعاون معنا. لأن من يأكل جسد المسيح و يشرب دمه، يقيم في المسيح، و المسيح يقيم فيه كما قال: " من يأكل جسدي و يشرب دمي يثبت فيّ و أنا فيه" (يوحنا 6 : 56). لذا فعندما نغلب الأعداء، فدم المسيح هو الذي يغلبهم كما جاء في الرؤيا: " وهم غلبوه بدم الحمل" (رؤ 12 : 11).

و سر الشكر الكلي القداسة، هو السلاح الغالب، أو بالحري هو المسيح، حاضر في هذا السر. و يمكن نبيله تحت شكلين:

1- الأول سرّيّاً (sacramentally)، في سر جسد المسيح و دمه، مع الاستعداد الواجب، و أعني الانسحاق و الاعتراف و التطهر بالتوبة و الصوم المطلوب.

2- ثانياً: داخلياً و خارجياً، في الذهن و القلب. فالأول يمكن الركون إليه و استخدامه كلما سنحت الظروف الخارجية و الحالة الداخلية و تقديرات الأب الروحي و ما يسمح به. أما الثاني فيمكنه أن يكون في كل وقت. لذا عليك أن تجعل هذا السلاح في يدك، وتشهره على الدوام ضد أعدائك. لذا اصغ لهذا و اشترك في أسرار ربنا قدر الإمكان، مادام أبوك الروحي قد أذن لك. لكن جاهد أيضاً كي تشترك في المسيح ربنا، داخلياً و روحياً، بدون توقف. لقد قدمت لك الدليل الى هذا في الفصول السابقة عن الصلاة.

## الفصل الثاني

في كيف ينبغي للمرء أن يشترك في سر الشكر المقدس أو كيف يشترك بالمسيح ربنا

عبر الأسرار، وعلى نحو سرّي؟

كي نبلغ الهدف الذي به ندنو من هذا السر الإلهي، ينبغي أن تكون لنا بعض الاستعدادات الخاصة، فنتم ممارسات خاصة، و نتمرس على أمور معينة، قبل المناولة، أثناءها، و بعدها. قبل المناولة، علينا أن نظهر أنفسنا من كل قذارة الخطايا المميتة و غير المميتة، و ذلك بالتوبة و الاعتراف، فنعمل بما يطلبه الأب الروحي منا أثناء الاعتراف، و ندمج ذلك بعزم ثابت على خدمة ربنا يسوع المسيح، من كل القلب، و النفس و القوة و الذهن، فنعمل فقط ما هو مرضي له. و في هذا السر يهبنا جسده و دمه، و معهما نفسه و الوهيته، و ملء قوة تجسده. و عندما نفكر بصغر و قلة أهمية ما نعطيه نحن، بالنظر إلى عطيته، دعونا على الأقل نعهد العزم في قلوبنا على أن نكون مجاهدين و مجتهدين في القيام بما نستطيع من أجل مجده. لنقدم له كل شيء بجهوزية و تأهب لعظمته الإلهية.

و إن رغبت الاشتراك في هذا السر، و ذلك كي تغلب أعداء الرب بقواه، و تسحقها، و أعداءنا أيضاً، فبادر إلى التأمل في الليلة السابقة، أو التي قبلها، بمقدار رغبة مخلصنا ابن الله والله، بذلك. و نحن باشتراكنا في هذا السر، إنما نعطيه مكاناً في قلوبنا، فيتحد بنا، و يعيننا على طرد و غلبة كل الأهواء و الانتصار على عدونا. و رغبة الرب عظيمة و حارة، حتى ان ذهننا مخلوقاً، مهما كان، يعجز عن احتوائها بكل كمالاتها. ولكي تتحرك قليلاً إلى الأمام في فهم ذلك، عليك أن تطبع بعمق، في ذهنك، هاتين الفكرتين:

1- فرحة الله الكلي الرحمة، والتي لا توصف في أن يتحد فينا بإخلاص كما تؤكد الحكمة المقدسة ذاتها:

” و بهجتي كانت مع أبناء الناس ” (أمثال 8 : 31).

2- مقدار مقت الله الشديد للخطيئة. فهي تحول دون اتحاده بنا، الأمر الذي يرغب به. فالخطيئة تتعارض مباشرة

مع كمالاته الإلهية. و لما كانت طبيعته مقدسة و مباركة بما لا يوصف، نوراً نقياً وجمالاً لا يلفظ به، فهو يمقت الخطيئة بالكلية، لأنها ليست سوى ملء الشر، و الظلمة و الفساد و العار و الخزي، في نفوسنا. ان مقت الله للخطيئة، عظيم جداً، فكل أعمال العناية الإلهية، و كل أحكام العهدين القديم و الجديد، موجهة منذ البدء، نحو ابادنة الخطيئة، و ازالة كل آثارها. هكذا كانت الآم المسيح مخلصنا العجيبة، ابن الله، و الله. و يقول بعض اللاهوتيين

و المعلمين بأن لو كانت الضرورة تدعو أن يتخذ ربنا على عاتقه ميئات عديدة لا تحصى، لسحق قوة الخطيئة، لفعل.  
(راجع القديس ديونيسيوس الاريوباغي \_ رؤية تيطس). هكذا هو غضب الله ضد الخطيئة.

و إذ أدركت من هاتين الفكرتين مقدار رغبة الله في الدخول الى قلبك، ليحقق هناك نصرة نهائية على أعدائك الذين هم أعداؤه أيضاً، سوف لا يكون لك إلا رغبة واحدة حارة، هي أن تتقبله، كي ينجز فيك هذا العمل فعلاً. وهكذا تمتلئ بالشجاعة و الجرأة و الرجاء الأكيد بأن الملك السماوي، مخلصك، يستطيع أن يدخل إلى قلبك و يقاتل الهوى الأكثر مضايقة لك، والذي ترغب أنت أن تسحقه بالكراهية و الاحتقار و الاشمئزاز. و في نفس الوقت، يثير فيك الشوق الى اكتساب الفضيلة المضادة، و الجهوزية، للقيام بأعمال مماثلة الخ... وهذا ما يجب أن تفعله عشية المناولة: افحص نفسك صباح يوم المناولة عن عدد المرات التي انجرفت فيها و أخطأت، من وقت مناولتك الأخيرة وحتى الآن، تذكر أيضاً العمى و الغباوة اللذين بهما عملت كل هذا، كما لو كان الله بالنسبة اليك غير موجود و ليس من يدين او يجازي . تذكر انه يرى كل شيء، و أنه احتمل العذابات المريرة و الموت المعيب على الصليب، كي ينقذك من مثل هذه الاشياء. تذكر أنك احتقرت هذا كله بعملك، عندما انجرفت على الخطيئة، و جعلت شهواتك فوق ارادة الهك و مخلصك. ليغط الخجل وجهك عندما تدرك مقدار حماقتك و نكرانك للجميل. لكن مع هذا، لا تدع نفسك ترزح تحت كل هذه الاضطرابات، و اليأس . فالرب بطول اناته يرى توبتك و استعدادك لخدمته هو فقط، من الآن فصاعداً ، فيسرع اليك، و يسكب عليك محبته و رحمته، و ذلك كي يُغرق فيها نكرانك للجميل، و غباوتك و قلة ايمانك. لذا ما عليك إلا أن تدنو منه بشعور ملؤه عدم الاستحقاق، يحدوه رجاء كامل و محبة و تكريس، جاعلاً قلبك هيكلًا له. و أسمح له أن يدخل اليه. كيف يكون ذلك و بأية طريقة؟ انه بإقصاء كل القيود الشهوانية من القلب، و عدم التعلق بأي مخلوق، و سد أبواب الذهن أمام أمور الدنيا، للحيلولة دون دخولها، فلا يدخل غير الله.

بعد تناول الأسرار المقدسة، بادر الى الدخول تواً إلى الأعماق السرية من قلبك، و اعبد الرب هناك بتواضع و تكريس قلبي قائلاً: " يا إله المراحم، يا من يرى سرعة سقوطي في الخطيئة، و يعلم قوة شهواتي التي تهاجمني، و مقدار سيطرتها على، و عجزني عن الانعتاق منها من ذاتي، أعني، و قوّ جهادي، و خذ أسلحتي لتحارب عني، فتهزم عدوي الصلب و القاسي الى النهاية".

بعد ذلك ، التفت و ارفع الشكر للآب السماوي أبي ربنا يسوع المسيح، و أبيننا، الذي بداعي محبته نزل اليك مع ابنه عبر هذه الأسرار، مع الروح القدس الذي ألهمك و أهلك أن تتناول جسد ودم يسوع المسيح. و ها هو يسكب عليك خيراته الوفيرة بعد المناولة. قدّم الحب لله المعبود في ثلوث أقّس، الذي أسبغ عليك احساناته: أشكره بحرارة، مظهراً له عزمك الأكيد، و استعدادك في أن تقاتل خطيئتك على أمل غلبتها بقوة الله الثالوثي الأقانيم. و ينبغي أن تعلم أنك لن تأخذ أي عون من الله، ان كنت تعتمد على قواك، رغم كل جهادك بغيره و اجتهاد. و ستكون النتيجة فشلاً و اخفاقاً. جاهد بكل غيرة، و لكن ترقب النجاح من الله. و معونة الله آتية إليك بكل تأكيد، لتقوّي ضعفك، وتمنحك النصر على الذين تجاهد ضدهم.



## الفصل الثالث

كيف تضرم محبة الله في النفس بالولوج الى عمق سر الشكر؟

كي تضرم محبة الله في نفسك بالولوج الى السر السماوي، سر دم المسيح و جسده، حوّل افكارك الى التأمل بالمحبة التي اعلنها لك انت، في هذا السر، فالله العظيم و المجدد، لم يكتف بأن جعلك على صورته و مثاله، ولم يكتف بإرسال ابنه الوحيد ليحيا ثلاثاً و ثلاثين سنة في العالم، كي ما يفديك، عندما سقطت و أهنته. كذلك لم يقنع بان يعتقك بآلامه الرهيبة، و موته الاليم على خشبة الصليب، و ذلك لكي يحررك من الشيطان الذي اخضعك بالخطيئة، فيعود بك الى الرتبة الاولى التي كانت لك. كلا، انما علاوة على كل هذا، أسس سر جسده و دمه غذاء لك، و ذلك كي تسري في طبيعتك كل قوى تجسده. اجل كل هذه موضوع تأمل عميق عندك لكي ترى ملء و غنى هذا السر. و عليك ان تغذي و تضرم قلبك بمحبة لا تتجزأ، و حنين قوي الى الله.

1- فكّر في الوقت الذي بدأ الله يحبك فيه، و سوف تجد ان حبه لك لا حدود له، فهو ازلي بجوهره، لذلك فحبه ايضاً ازلي. و قد شاء قبل كل الدهور، ان يهبك ابنه الوحيد بطريقة عجيبة يتعذر وصفها. فأنت اذ تتحقق من هذا بنفسك، تهلّل و افرح بالروح، و اهتف صارخاً: " حتى عندما كان عدمي في هاوية الازل، كان الله يرعاني بحبه غير المحدود. و قد عزم ان يهبني ابنه الوحيد غذاء. فهل اسمح بعد هذا لنفسي بأن لا اتحد به من كل الذهن و القلب و الشوق؟

2- فكّر ايضاً انه مهما عظم التجاذب و المحبة بين المخلوقات، تبقى اموراً محدودة و ذات قياس. اما حب الله لنا، فهو وحده بدون حدود . و عندما لزم الامر، دفع ابنه المساوي له في العظمة و اللامحدودية، لأن طبيعتهما واحدة. حبه عظيم كعطيته، و عطيته عظيمة كحبه. الاثنان عظيمان، حتى انه يستحيل على المخلوق ان يدرك ما هو اعظم منها. لذا بادر الى اقتبال هذا الحب غير المحدود، بما فيك من قدرة على الحب.

3- تأمل ايضاً ان الله بادر الى حبنا، ليس عن ضرورة او احتياج، بل مدفوعاً الى ذلك من حبه الطبيعي. فقد احبنا تلقائياً بمحبة تفوق القياس و الادراك.

4- تأمل ايضاً في هذا الحب الالهي، الذي لا نقدر ان نقابله بأي عمل يستحق المدح و الثناء، فالله قابل فقرنا المطلق، بغنى حبه. أحبنا فقط، لأنه اراد ذلك بدافع محبته. لم يكن موقفه مجرد محبة، بل ايضاً اعطانا نفسه نحن غير المستحقين.

5- تأمل في نقاوة حبه، و كم هو مباين لحب المخلوقات. حبه لنا لا يشوبه أي نفع او مصلحة. فالله لا حاجة له الى ربح يأتيه من خارج، فهو مكتف و كلي البركة في ذاته. و هكذا فعندما يرغب في ان يسكب حبه اللامحدود علينا و فينا، لم يكن ذلك على قاعدة النفع و الفائدة، انما كان من اجل خيرنا نحن.

و اذ تفكر بهذا ، فلن يسمعك الا الصراخ قائلاً: " يا للعجب، لقد جعل القدير قلبه عليّ انا العدم و الاحقر من جميع الخلائق. ماذا ترجو مني يا ملك المجد، ماذا ترجو من التراب و الرماد؟ فأنا ارى بوضوح يا سيدي و الهي، في نور حبك غير المحدود، إن لعظمتك رغبة واحدة هي ان تكشف لي حبك اكثر، و أنك تشاء ان تهبني ذاتك طعاماً و شراباً، ليس لغرض آخر، غير تحويل كياني الى كيائك. وهذا ليس لأنك بحاجة الي، انما لأنني انا المحتاج اليك، بهذه الطريقة تكون انت فيّ و انا فيك. و من خلال اتحاد الحب هذا، اصير انا كما انت. و بالتعبير البشري: باتحاد قلبي الارضي، بقلبك السماوي، يولد فيّ قلب الهي.

ان تفكيراً كهذا يملأ قلبك بالذهول و البهجة عندما ترى نفسك على هذا القدر من القيمة امام الله، و تراه يحبك بهذا المقدار، و تدرك انه بحبه اللامتناهي لك، لا يرتجي لنفسه شيئاً سوى ان يجتذب حبك اليه، فيهبك السرور بتحريرك من كل ارتباط شهواني بالمخلوقات و بنفسك. وتستطيع بعد ذلك، ان تقدم ذاتك ذبيحة ملتهبة اليه فهو الهك. و منذ ذلك الحين، و حتى نهاية حياتك، ستحبه وحده و ترضيه بلهفة حارة تغمر ارادتك و ذهنك و ارادتك و ذاكرتك و كل حواسك. ان كل احسان يأتيك من حب الله لك، يمكنه ان يولد التأثير ذاته على نفسك. و يكون طبيعياً جداً، اذا كنت تنظر بتعقل ووعي الى سر الشكر الالهي و المبارك. فاذ تنظر اليه بذهنك، بادر الى فتح قلبك امامه، و اسكب صلواتك الحارة و تنهداتك المفعمة بالحب قائلاً: " ايها الغذاء السماوي، متى تأتي الساعة فألتصق بك و تبتلني ليس بنار غريبة، بل بنار حبك لي؟ ايها الحب غير المخلوق، يا خبز الحياة، متى سأحيا بك فقط؟ متى سأحيا فيك ولك فقط؟ متى يا حياتي و جمالي و عذوبتي و ديمومتي؟ ايها المن النازل من السماء، متى اتحوّل عن الطعام الارضي؟ متى لا أشتهي الاك فقط؟ يا عذوبتي المطلقة و خيرتي الاسمى يا سيدي المشتهي الأوحد و الكلي الصلاح. متى تنزع من قلبي البائس كل ارتباط او ميل خاطيء؟ زيّني بفضائك الالهية، و املاً حياتي من كل ميل صالح يجعلني اعمل ما يرضيك. و في النهاية سأبادر الى فتح ابواب قلبي لك، رغم عدم استحقاقي. و اضرع اليك بحب قائلاً: ادخل الى يا الله ، كي تزيل كل العراقيل، و تتم في الاعمال التي تريدها في نفسي، و في النفوس المكرسة لك.

بمثل هذه الافكار المحبة، و المشاعر الطيبة، بادر الى قضاء مساءك و صباحك استعداداً للمناولة وعندما تدنو الساعة،  
تمثّل في ذهنك بأجلي بيان ، مع تواضع ودفء في القلب، ذاك الذي ستتناوله، و من انت الذي سيتناول ذاك.

انه ابن الله المتسريل بالمجد الذي لا يدرك، الذي ترتعد في حضرته السموات و قواتها. انه الاقدس من القديسين، و الاشد  
بهاء من الشمس، النقاوة التي تفوق الادراك، و الذي نقاوة المخلوقات بأسرها، هي كالقذارة امامه. في حبه لك، اتخذ  
صورة عبد، و اختار ان يُرذل و يُهان من عالم لا ناموس له. إلا انه مع ذلك بقي الهاً، بيده الحياة و الموت. من أنت؟ انت  
عدم. و بفسادك و خبثك و شرك، صرت دون العدم، و احقر من اصغر الصغائر، و اكثر دنساً من كل الخلائق الفاسدة. انت  
مهزلة شياطين جهنم، انت المحمول على خيالاتك وشهواتك و اهوائك، انت من ازدرى سيدك العظيم و المحسن اليك.  
فبدل شكره على احساناته الكثيرة، دست دمه الطاهر الثمين الذي اهرق من اجلك. لكن رغم كل هذا، فهو يدعوك الى  
وليّمته الالهية، بمحبة لا تتوقف ولا تتغير. و كثيراً ما يتوعّدك كي تأتي اليها (وليّمته) و يذكرّك بما قاله للجميع: " ان  
لم تأكلوا جسد ابن الانسان، و تشربوا دمه، فليس لكم حياة فيكم" (يو 6 : 53). و ما برح حتى الساعة يشرّع ابواب  
مراحمه امامك، و لم يصرف وجهه عنك و انت في خطايك، انت الشقي الضعيف و الابرص و الاعمى و الفقير المستعبد  
للأهواء و الرذائل. ان كل ما يطلبه منك هو :

1- ان تحزن في قلبك لأنك اسأت اليه.

2- ان تمج الخطيئة اكثر من أي شيء، و فوق كل شيء، الصغيرة منها و الكبيرة.

3- ان تسلّمه ذاتك بالكلية ، و لا تنشغل إلا بأمر واحد هو ان تخضع له بإرادتك خضوعاً كاملاً ملؤه الحب و الشوق له.

4- ان يكون لك به، ايمان ثابت، و ثقة لا تتزعزع، و انه سيرحمك و يطهرك من كل خطيائك و يحميك من كل اعدائك  
المنظورين و غير المنظورين.

وعندما تتحصّن بهذا الحب الالهي الذي لا يوصف، اقترب من المناولة بخوف و محبة قائلاً: " يارب لست مستحقاً ان  
اتقبلك. لقد اغضبتك مرّات و مرّات بسبب خطاياي و لم أنح بعد على كل افعالي الرديئة. انا لست مستحقاً يارب ان اتقبلك  
لأنني لم أنق نفسي بعد من الميول الرديئة و من كل ارتباط آخر لا يرضيك. انا لست مستحقاً يارب لأنني لم ادعن بعد  
لحبك بإخلاص، ولم اعرف الطاعة لك. يا الهي الكلي القدرة و الصلاح، اجعلني بمحبتك و عطفك اهلاً لاقتبالك،  
فانا اسرع نحو بإيمان."

وبعد ان تكون قد تناولت، اغلق على ذاتك في اعماق قلبك، ناسياً كل ما هو حولك من خلائق، و ارفع الى الله تسبيحاً على هذا المنوال قائلاً: " ايها الملك العظيم، ملك السماء و الارض، من جعلك تدخل قلبي انا غير المستحق، فانا شقي و بائس، اعمى و عريان. لا احد الاك انت ايها المحبة التي لا تُقاس. ايها المحبة غير المخلوقة. ايها الحب الكلي العذوبة، ماذا ترجو منى انا الفقير؟ لا شيء كما ارى و افهم. لا ترجو منى الا حبي لك. انت لا ترجو الا ان يضطرم قلبي بنار واحدة، هي نار محبتي لك على مذبح قلبي، المحبة التي تلتهم كل هوى و كل محبة غير التي عندك و القدرة ان تجعل منى ذبيحة محرقة لعظمتك، ورائحة بخور زكي. انت لم تطالبني بغير هذا، ولا تطلب منى الآن غير هذا، لذلك استمع يارب الى ندور قلبي. ها انا الآن ادمج بين رغبتى و رغبتك. وكما انك اعطيتني ذاتك بكليتها، ها انا اعطيك ذاتي بكليتها، كي تكون بكليتها فيك. انا اعلم يارب ان هذا مستحيل، إلا اذا تخلّيت عن ذاتي بالكلية. هذا مستحيل ان بقي في اثر لحب الذات. او اذا كنت احمل في نفسي شفقة و ميلاً نحو ارادتي الخاصة و افكاري، او واحدة من عاداتي السيئة. لذا فانا مشتاق من الآن، ان اعارض نفسي في كل ما لا يرضيك، و ارغم نفسي على ما هو مرضي لك، حتى ولو كان ذلك يتعارض مع ما هو بداخلي و خارجي. إلا اني لست امتلك القوة للنجاح في مساعي. لكن حيث انك من الآن معي، فانا اثق انك ستعمل في كل ما انا بحاجة اليه، و اني لمشتاق ان يكون قلبي و قلبك واحداً. واثق ان نعمتك ستهبني هذا. اني اريد و اشتاق ان لا ارى شيئاً ولا اسمع شيئاً ولا افكر في شيء، ولا استلطف شيئاً، إلا الذي تريده انت، و اراه في وصاياك. واثق ان قوتك الفاعلة في داخلي، ستصدق على ذلك. اني اريد و اشتاق ان لا يضل قلبي، و يزيغ انتباهي، فانت تسكن في و اراك دائماً، و استدفئ بشعاعات النور المنبعث منك. انا على ثقة تامة ان يدك ستهبني هذا. انني مشتاق من الآن ان تكون انت نوري و سعادتى و قوتي. واثق انني سأحظى بذلك بعملك الخلاصي في. من اجل هذا، اصلي، و سوف اظل اصلي. ايها الاله الرحوم هبني هذا، هبني هذا.."

بعد ذلك حاول ان تزيد من جهادك يوماً بعد يوم، بفعل المناولة الكلية القداسة. ولا تكف عن التأمل في سرها العجيب، متأماً في كيف يعتلن الله لك تحت شكل خبز و خمر، و ان يكون حاضراً فيك كي يزيدك براً و بركة و قداسة، لأنه " طوبى للذين لم يروا و آمنوا" حسب كلمات المخلص (يوحنا 20 : 29).

لا ترغب في ان يعلن لك الله ذاته في هذه الحياة بغير المناولة حاول ان توطد النفس الى هذه القداسات، فتتقدم كل يوم في استعدادك الى القيام بما ينسجم مع ارادة الله، و في الحكمة الروحية، جاعلاً اياها ملكة و حاكمة على كل اعمال الروح فيك. مع النفس و الجسد ايضاً. وفي كل مرة تتناول جسد الرب و دمه، اجعل نفسك ذبيحة للرب لدى اشتراكك في هذه

الذبيحة غير الدموية، و صرّح عن جهوزيتك وحسن استعدادك لاحتمال كل الضيقات و الاحزان، و كل خطأ تصادفه في مجرى حياتك، و ذلك من اجل الذي احبك و بذل نفسه عنك.

و يصف القديس باسيليوس الكبير ما يترتب على المتناول، على اساس كلمات الرسول بولس : " ان الذين يأكلون جسد الرب و يشربون دمه، يخبرون بموته " (1 كور 11 : 26). فالوت هذا سبق الرب و احتمله من اجل كل الناس، و كل المتناولين. لماذا؟ " كي يعيش الاحياء لا لأنفسهم فيما بعد، بل للذي مات عنهم " (2 كور 5 : 15). لذا فالذين يدنون من المناولة الالهية بايمان و محبة و استعداد، كي يكونوا امناء في وصايا الرب، و امام مشيئته، و ان يستعدوا لبذل حياتهم من اجل ذلك فلا يعيشون بعد الآن لذواتهم او للعالم او الخبيثة، بل للرب الاله الذي يتناولونه في سر الشكر، لأنه مات و قام من اجلهم. و اخيراً واذ تكون قد تناولت الرب من خلال هذا السر، الرب الذي بذل نفسه عنك، وقد اشتركت انت نفسك في قوة هذه الذبيحة، فبعد تمجيده و رفع الشكر له، ارفع باسم هذه الذبيحة، صلوات و ابتهالات نحو ابيك السماوي، عن كل احتياجاتك الروحية و النفسية و الجسدية، وعن كنيسة الله المقدسة ، و عائلتك، و المحسنين اليك، و ارواح الذين رقدوا بايمان. و اذ تكون اشتركت في الذبيحة التي جعلها ابن الله رحمة لنا من الله الآب، فان صلواتك ستُسمع ، ولن تكون بدون ثمر البتة.

## الفصل (الرابع)

### الشركة في الروح

الشركة مع الرب في سر الجسد و الدم ممكنة في بعض الاوقات فقط، حسب امكانات الشخص و غيرته، ولكن لا تكون اكثر من مرة في اليوم. الا ان الشركة الداخلية مع الرب، في الروح القدس، هي ممكنة في كل ساعة و دقيقة، أي انه يمكن للمرء ان يكون بنعمة الله في شركة دائمة مع الرب، و ان يكون متيقظاً ان اراد الاتحاد في القلب حسب وعد الرب، فنحن نتقبله بالاشترك في جسده ودمه، فيدخل و يسكن فينا بكل خيراته و بركاته، و يسمح للقلب المستعد ان يعي ذلك. المتناولون الحقيقيون يكونون في حالة مقدسة بعد المناولة. في مثل هذه الحالة، يشترك القلب بالرب في الروح القدس. و ما دمنا مقيدين بأجسادنا، و محاطين بعلاقات و نشاطات خارجية، يحدثنا الواجب على الانغماس فيها، فان ذهننا يتشتت، مع احاسيسنا، يوماً بعد يوم. و الاشتراك الروحي مع الرب يضعف و يحتجب، الا انه لا لا ينكسر، الا اذا دخلت (لسوء الحظ) خطيئة من الخطايا، و اتلفت حالة النعمة. لا شيء يمكنه ان يقارن ببهجة الاشتراك مع الرب. فالمجاهدون عندما يشعرون انها تضعف، يسارعون الى استرجاع ملء قوتها. بعدها يدركون من جديد، أن شركتهم مع الرب عادت لهم، وهذه هي الشركة الروحية مع الرب. بهذه الطريقة تحصل الشركة و الاتحاد به عبر الاسرار المقدسة. و يمكن لهذه الشركة ان تكون دائمة في من يحتفظ بقلبه نقياً، و يكون انتباهه و احاسيسه موجهة على الدوام نحو الرب. و كل هذه هي من عطايا النعمة تُمنح للإنسان المجاهد في طريق الرب، ان كان جاداً و مجاهداً ولا يشفق على نفسه.

حتى ولو كان المرء في شركة مع الرب في الروح، من وقت الى آخر، فهذه الشركة هي من عطايا الروح. كل ما يمكننا ان نأتي به، هو العطش و الجوع الى هذه العطية، و الجهاد القوي من اجل الفوز بها. وهناك سبل، على كل حال، تقود الى الاتحاد بالروح، و تساعد على نيّله، رغم انه يبدو ان حلول الاتحاد هذا، هو امر غير متوقع. و هذه السبل هي: الصلاة النقية بصرخات قلب كالطفل. و اعمال عدة قوامها نكران الذات في التمرّس على الفضائل. و عندما لا يكون ثمة خطيئة تلوث النفس، ولا يكون هناك افكار و احاسيس تداهم النفس، عندما تكون النفس نقية و تصرخ الى الله، فماذا يمنع الرب الموجود و الحاضر، من ان يجعل النفس تتذوقه، و ان تعي هذه المذاقة؟ إلا ان هذا ما يحصل غالباً، ما عدا اذا كان الرب يؤثر، من اجل منفعة النفس، ان يطيل جوعها و عطشها قبل ان يرويهها. و من بين اعمال نكران الذات، فان الطاعة المتواضعة، هي اقوى من الكل، في هذا الصدد، و من شأنها ان تجعل المرء تحت اقدام الناس، و تعدّه من اجل كسب

الفضائل، لا سيما احتمال الظلم، بقلب صالح. و كل هذا يكون في روح التسليم لله و مشيئته. و مثل هذه الاعمال تجعل الانسان شبيهاً بالرب اكثر من الآخرين، فيصبح الرب حاضراً فيه و يسمح لنفسه ان تتذوّقه. كذلك فان حفظ وصايا الرب باجتهاد، يُثمر بجعل الرب يقيم في القلب مع ابيه و روحه القدوس (يوحنا 14 : 23).

والشركة الروحية مع الرب، لا ينبغي لها ان تُخلط بالتذكر الذهني للشركة معه عبر سر الجسد و الدم، حتى ولو اقترن هذا التذكير بأحاسيس روحية، وحنين متوثب الى الشركة الحقيقية مع الرب عبر الاسرار المقدسة. كذلك لا يختلط الامر بما يقدمه المتعبدون في الكنيسة و يتناولونه بالمناولة. فهم يأخذون تقديساً الهياً، و احساساً، كونهم شركاء في الذبيحة غير الدموية بالإيمان، والانسحاق، والاستعداد لبذل ذواتهم لمجد الله. و يأخذون على قياس هذه الاستعدادات. إلا أنها ليست كالاتحاد به، رغم ان الاتحاد يمكن ان يحصل هنا ايضاً.

## الفصل (الخامس)

### في رفع الشكر لله

ان كل بركة نمتلكها، و كل عمل حسن نعمله، هو من الله، و من عنده يأتي. لذا فالواجب يقضي ان نرفع الشكر عن كل شيء، و من اجل كل بركة نأخذها من يديه الطاهرتين، سواء البركات المنظورة، ام غير المنظورة، من اجل كل عمل حسن، و من اجل كل جهاد حسن، و من اجل كل نصرة تصير لنا ضد اعداء خلاصنا كما اوصانا الرسول: " اشكروا في كل شيء، لأن هذه هي مشيئة الله في المسيح يسوع من جهتكم" (1 تسلا 5 : 18). لذا اجتهد في أن تصون مشاعر الاعتراف بالجميل حارة و ملتهبة فيك منذ ان تستيقظ. وعندما تخلد الى النوم، فلتكن كلمات الشكر على شفقتك، فأنت مغمور بالبركات الالهية، ان مجال اقتبال هذه البركات هو في القلب المعترف بالجميل. و يقول القديس يوحنا الذهبي الفم: " ان خير السبل للمحافظة على احسانات الله، هو، أن تتذكر احساناته، و تشكره من اجلها على الدوام". و قد كتب القديس اسحاق السرياني يقول: " ان الاعتراف بالجميل يحث المعطي على تقديم عطايا اكبر من الاولى. لأن من لا يشكر على القليل، سييأس عندما يطلب الكثير. ليس هناك عطية تخلو من الزيادة و الوفرة، إلا التي يعوزها الشكر". و يضيف القديس باسيليوس الكبير الى ذلك تنبيهات نافعة، فيقول: " ان لم نرفع لله شكراً عن البركات التي يمنحها، فالواجب يقضي ان ينزعها منا، حتى نعرف ما نحن عليه. فالعين التي لا تقوى على النظر الى امر قريب منها، تحتاج الى مسافة ملائمة. هكذا النفوس غير الشكورة، فعندما تنزع عنها البركات الالهية، تنتبه متذكرة المراحم السالفة. و الذين لا يشكرون الوهاب عندما ينعمون بهباته، سيشتاقون الى ماضي العز الذي أضعوه".

و اذ تدرك كلامي و تفهمه، فأنت ستسأل: كيف اجعل مشاعر الشكر فيّ على الدوام؟ دقق في كل احسانات الله للناس، لذريتنا، لك انت، و تأمل فيها، و احفظها في ذاكرتك. و ان كنت صاحب قلب، فلن تتوانى عن الترتيل لله بشكر. و ستجد ان اردت، نماذج لمثل هذا التسبيح في صلاتك، وفي اعمال القديسين. انظر كيف يصف القديس باسيليوس الكبير عطايا الله اليانا: " لقد جاء بنا من العدم الى الوجود. خلقنا على صورته و مثاله، و حيانا عقلاً و نطقاً تحوي كمالات طبيعتنا. زودنا بإمكانية معرفته، و قدّم لنا جمال الخلائق، نحن المجاهدين من اجل معرفته. بيّن لنا عظيمته و عنايته بكل شيء، بمنتهى الحكمة. الطبيعة ايضا تعلمنا ان نختر المفيد، و نحجم عمّا هو مؤذ. و لما ابتعدنا ع الله بالخطيئة، دعانا للاشتراك في حياته، و أعتقنا من العبودية المرة بدم ابنه الوحيد. ماذا عن رجاء الخلاص و افراح النعيم و ملكوت السموات و الخيرات الموعد بها التي تفوق الوصف و الادراك؟



طالع امور احسانات الله الينا، و اختر اخرى من اعمال القديسين. او بادر انت نفسك الى صياغة قول يحوي بركات الله التي سكبها عليك. ردها على الدوام بالقول و الفكر، ليس لمرة في اليوم، بل لمرات، و سوف تبلغ مشاعر الشكر الواجبة لله. و عندما يبرز هذا الشعور، فانه لا يرغب ان يبقى مكتوماً، فهو يبحث عن تعبير . فكيف ستعبر الله عن شكرك له؟ انه يريدك ان تعمل ما يرضيه عندما يحيطك ببركاته. ماذا يريد الله؟ عندما يسكب عليك بركاته، يريدك ان تتذكره. انه يريدك ان تلتصق به و تحبه. انه يفرح بطاعتك لوصاياه، فتجاهد كي ترضيه في كل سبيل. هو يريدك ان تعتمد عليه في كل شيء. لذا افعل ذلك. انه يريدك ان تتذكر المناسبات العديدة التي فيها اسأت الى المحسن اليك، بأعمالك الشريرة، فتمتلئ انسحاقاً و تتوب و تبكي، حتى تأتي الى سلام مع ضميرك، و تتلقى الضمانة بأن الله قد غفر لك. لذا افعل هذا. اما ترى اتساع مجال الشكر، و كثرة الوسائل لإتمام هذا الواجب؟ اعلم ان خطيئة المتهاونين عظيمة، و انتبه ان لا تلطخ نفسك بها. نكران الجميل بين الناس هو ظلام. اية كلمة تستطيع ان تعبر عن نكران الجميل هذا؟ لذا انتبه، و احتفظ بمشاعر الحمد و الشكر حارة فيك على الدوام، لا سيما عندما تكون في الكنيسة اثناء الذبيحة الالهية، وحينما ترفع الذبيحة غير الدموية التي تدعى المناولة، الى الله. المناولة هي الافخارستية وتعنى الشكر. ولا تنسى هنا ان الشكر الوحيد واللائق الذي يمكنك ان ترفعه، هو استعدادك الكامل لبذل ذاتك وكل ما تملك، من اجل مجد اسمه القدوس.

## الفصل (السادس)

### في التسليم لمشئمة الله

عندما يتوب الانسان، فانه يسلم نفسه لله بالكلية، ويبدأ على الفور بالسلوك في وصاياه و ارادته. وهذا العمل يبدأ بعرق الجبين. الوصايا ليست صعبة في حد ذاتها، الا ان هناك عقبات كثيرة امام المضي فيها، و ممارستها على صعيد الظروف الخارجية عند المجاهد، لا سيما من جهة ميوله و عاداته الداخلية. الا ان المجاهد الصبور الذي لا يكل، يستطيع بنعمة الله، أن يغلب كل شيء، فيصل في النهاية الى سلامة الداخلي و تسود فيه حالة من السكينة في كل شيء. ورغم معونة الله، فالمجاهد يعمل بنفسه. و الخبرة الناجمة عن الايام الاولى، من شأنها ان تجعله يدرك، انه رغم كل جهوده من اجل الخير، فالفضل في نجاحه، يعود الى قوة من فوق، أعلى منه. فكلما تقدم في الحياة الروحية، كلما ترسخ فيه هذا اليقين، بعمق اكبر. و عندما يبني السلام الداخلي، تترسخ قناعاته و تتحول الى مبدأ، حتى ينتهي الامر في نهاية المطاف الى التسليم الكلي لله و الخضوع الكامل له. و يبدأ فعل الله و عمله في الذين يجاهدون من اجل الخلاص، منذ ان يتحولوا اليه، فيفعل فيهم. ثم ما يلبث ان يبدأ الفعل بالتزايد، عندما يتخلى المرء عن نفسه و يلتصق بالله، عندها سيدرك عجزه، فتصير له ثقة اكبر بقوة الله. وعندما يستسلم في نهاية الامر لله، يكون حضور الله فيه فعلاً على صعيدين: الاول، بإرشاده الى ما ينبغي ان يقوم به. و الثاني، بإتمامه و انجازه. هذه هي ذروة الكمال المسيحي، فالله هو الفاعل فيكم ان تريدوا و ان تعملوا (فيلبي 2 : 13). و كما قيل في البداية، فبذار الكمال يقوم في عدم الاعتماد على الذات و الرجاء بالله، الا انها تظهر هنا في ملء نضوجها ان ما يؤلف جوهر الخضوع لإرادة الله، يمكن تعلمه لدى ظهوره بملء قوته. انه يأتي من تلقاء ذاته، و ليس ثمة اصول خاصة لاكتسابه و البلوغ اليه. لذا فمستحيل هو القول: اعمل هذا او ذاك، تنله. انه ينمو على نحو لا يدرك، و في ظل عدم الاعتماد على الذات، مع الرجاء بالله. لقد ذكرت هذا ببساطة، لأنني سبق ان اوردته في موضع آخر. و ما قيل في نهاية الفصل السابق، في بذل الانسان لنفسه من اجل الله، قد سمح في المجال لذكره الآن. فالتسليم الكامل لله، هو تقديم الانسان نفسه قرباناً حياً لله.

ان البرهان على هذه الحالة، هو الموت عن النفس، عن الرأي الذاتي، عن الرغبات و المشاعر و المذاقات الغريبة عن الله، في انسجام تام مع ارادة الله، و شركة معه. و قد سبق لمخلصنا ان مارس ذلك، فسلم ذاته بكليتها لله و نحن فيه: " لأننا اعضاء جسده من لحمه و من عظامه" (أفسس 5 : 30). لذا فلنسرع للسير على خطاه لأنه قدّم لله الآب قداسة من اجلنا (يوحنا 17 : 19)، على رجاء ان نكون هكذا، و نعمل هكذا.

لماذا قدمت هذه الذبيحة في النهاية و ليس في البداية (1)؟ السبب هو ان التقدمة لله ، ينبغي ان تكون كاملة وبدون عيب. الكمال يطلب في البداية، اما البلوغ اليه فهو امر لاحق. لكن عندما يتم البلوغ اليه، يكون من الممكن ان ذاك، تقديم النفس ذبيحة وقرباناً. و في الواقع يستحيل على الانسان ان يقدم نفسه قرباناً، قبل بلوغ الكمال. ان هناك تقدمات اخرى ممكنه قبل ذلك، كالمصالحة و التطهير و الشكر، ولكن ليس التقدمة الحية الملتهبة. يمكن للمرء القيام بالمحاولة و التحدث عنها، ولكن يبقى كل هذا مجرد كلام، وليس فعلاً حقيقياً. فالفعل الحقيقي يتم بدون كلمات. واعلم انه ما دمت مرتبطاً بأمر دنيوي، و ما دمت تركز على امر غير الله، و خارجاً عن نفسك، و ما دمت تجد تعزيتك و متعتك في ما هو مخلوق، فلست بعد صالحاً ان تكون ذبيحة حية. في الاول جاهد كي تنبذ كل هذه. دع كل اشكال الحياة تتوقف في داخلك، عدا واحدة فقط. بكلام آخر لا تحيا انت فيما بعد، بل دع يسوع يحيا فيك مع روحه القدوس. بعد ذلك قدّم ذاتك ذبيحة لله. و حت يكون لك ذلك، قدّم لله روحاً منسحقاً، و قلباً متواضعاً مكسوراً، وكن راضياً بذلك الى حين، لا الى الابد. لأنك في النهاية ستجد نفسك مجبراً على بذل ذاتك لله بالكلية، كذبيحة حية محترقة.

## الفصل (السابع)

### في دفء القلب و برودته وجفافه

دفء القلب هو ثمرة الشعور بالله، و بأي شيء الهي. و يتولد هذا الدفء، منذ لحظة العودة الى الله بالتوبة، و اثناء القيام بأعمال الندامة، بغية نيل نقاوة القلب. و ينمو الدفء هذا تدريجياً. احساس الدفء تأتي متقطعة بين حين و آخر. و مع مرور الوقت، تصبح حالة دائمة في القلب.

جاء في كتابات القديس يوحنا السلمي: " ليكن شوقك دائماً من جهة الشعور بالله، و بكل الامور الالهية". بهذا يعني الدفء. انه كل شيء يحرك في القلب فرحة تولد فيه الدفء. و دفء القلب هو على انواع: دفء ينجم عن مؤثرات روحية على القلب، و هذا ما يصير لنا في حياتنا الروحية. و من سماته الاقلاع عن الامور المخلوقة، عندما يجتذبنا الله و كل الامور الالهية. ان دفء القلب سمة تختلف عن الحرارة الناجمة عن المشاعر النفسية والجسدية، و هو بعيد عنها بعد السماء عن الارض.

و الاحساس بالدفء الروحي في القلب، هو بسيط، الا انه في جوهره ثمرة حركات روحانية عديدة مندمجة في ما بينها كشعاع النور المؤلف من سبعة ألوان الطيف المتداخلة في ما بينها، في الدفء خشوع و مخافة، انسحاق قلبي، سجد في الحضرة الالهية ابان التعبد، و شوق لا حدود له، مع حب لا ينتهي. و لما كان من المستحيل ان تحل كل هذه الاحاسيس في القلب دفعة واحدة، لذا فالدفء القلبي ينمو فينا تدريجياً. و لكي يكون الدفء هذا، حالة دائمة في القلب، تجيء و تروح، فهي اما انها تأتي من تلقاء ذاتها، بفعل افتقاد الهي، أو انها تكون ثمرة رياضات روحية (مطالعة، تأمل، صلاة، اعمال نكران للذات، و اعمالاً اخرى حسنة). الا انها تُهدر، بشروء الذهن عن الروحيات، منجذباً الى هوى القلب في الامور غير الروحية التي تجذبه و يتلذذ بها. فأمر كهذه، من شأنها ان تخمد الدفء القلبي، كما تخمد الماء النار.

فهل ترغب بالمحافظة على هذا الدفء الروحي فيك؟ انتبه اذن الى الامور التالية:

- 1- ركز انتباهك في قلبك، وقف فيه للصلاة الى الله، دون ان تسمح لأفكارك بالشروء، لئلا ينتشتت ذهنك ايضاً.
- 2- لا تجعل ثمة ما يجذبك من الامور النفسية و الجسدية، ولا تسمح لها بالدخول الى قلبك، انما بادر الى قطع كل الاهتمامات الدنيوية، و كل صنوف الازعاج، منذ البداية.
- 3- كن حاراً في ارضاء الله على الدوام، فتخلص نفسك. اما في الامور الخارجية، فراع ما يمليه عليك ذهنك، ووجه كل شيء نحو الهدف الاسمي و الاساسي. و عندما تتأمل في اي من الامور، لا تدع ذهنك ينشغل بسواه. و اود ان اقول انه اذا

اختبرت هذا الدفء، مرة واحدة، لا يعود من الممكن ان تهمل الشوق اليه، بل سترغب في الاحتفاظ به على الدوام. وهكذا سترغب في استخدام كل الوسائل الناجعة بغية نيل هذا الغرض. وعندما تستخدمها، ستتعلّم من ذاتك، ما هو افضلها و انجعها.

و ان قمت بهذا العمل ، جيداً ، سيكون الدفء الروحي مرشدك الاكيد و المضمون، فتتعلم منه كيف تتحكم بحياتك الروحية، كيف تسلك في الشؤون العامة، و كيف تضبط مسلكك كي تحتفظ بهذا الدفء.

و كما ان الدفء الروحي في القلب يستتبع عذوبة مطلقة، هكذا فغيابه، يجعل القلب في وجع لا يطاق و لا يحتمل. و قد قيل قديماً بأن الدفء الروحي يغادر القلب، حين يحيد القلب و اليقظة عن الامور الروحانية، وينزع الى ضدها، و التي قد تكون اموراً غير خاطئة. فمن سبق ان ذاق الدفء الروحي، لا يعود ينجذب الى الخطيئة، و هنا اعني ما يدخل في نطاق النفس و الجسد من امور الدنيا و تفاهاتها. فما ان ينزع القلب الى هذه الامور، حتى تتناقص فيه الحرارة و الدفء. الا انه عندما ينجذب اليها، فهذا يعمل على تلاشي الدفء القلبي بالكلية، مخلفاً وراءه برودة تجاه الروحيات، مقرونة بشيء من اللامبالاة تجاه الاعمال والواجبات الروحية التي نمارسها عن قصد، بغية الاحتفاظ بهذا الدفء. فالإنسان اذ يستجمع ذاته تواءً، و يسارع الى ما ينتج عنها مثل هذا الدفء. فان الدفء يعود، و بسرعة. اما اذا تقاعس ، و تشتتت، فان ذهنه يُسلب كونه اعتمد على ذاته. و قد يحصل ان تتراخى النفس لا سيما عندما يقدم المرء على ارضاء الهوى غير الروحي الذي انتصب لدى التصميم على الحياة لله، عندها ستخبو الحماسة الروحية، ان لم نقل ستموت، و الحالة الاخيرة هذه، تسبق السقوط في الخطايا القديمة المألوفة. اما اذا استجمع الانسان ذاته، فلا يعود يستصعب العودة الى الحالة الروحية، حتى من هناك.

هذا هو السبب وراء البرودة. انها غلظتنا. فالبرودة تنجم عن قلة الحرص و اليقظة على الذات. وهذا يحصل، إما بداعي تأثير البيئة الدنيوية، و ما يتصل بها، عندما تأخذ اباطيل العالم لب الانسان فتسلبه ذاته، و اما هي بداعي خداع العدو، الذي يبتكر ما يلزم من الوسائل، كي يحمل المرء على مبارحة ذاته. و كثيراً ما ينجح، عندما يستحضر صورة الخداعة، فيستميل بها الجسد على نحو ما. لكن مهما كان السبب، يبقى ان عمل البرودة و الفتور، يبدأ بعد تخلي القلب عن اليقظة. و يكون استخدام البرودة هذه، من اجل استمالة القلب الى ما هو باطل، شهواني و خاطئ. و في كل الاحوال تبقى الخطيئة منوطة بالإنسان اذ لا العالم و لا الشيطان يقدر ان يقتحم الحرية الانسانية. ما هو ممكن فقط، ان تتعرض هذه الحرية للتجربة.

كثيرا ما يكون الفتور من عمل النعمة الالهية. فالدفع الروحي في القلب هو من ثمار حضور النعمة فينا. بمجيء النعمة، يلتهب القلب. و بذهابها، يخبو و يبرد. النعمة كثيراً ما تتخلى عن الانسان عندما ينجذب الى الخطيئة. في هذه الحالة تسمى (فتوراً قصاصياً). كثيراً ما تنسحب من تلقاء ذاتها لمساعدة رجال الله في تقدمهم الروحي، و في مثل هذه الحالة يدعى الانسحاب (بناء) (1). لكن في الحالتين تكون النتيجة ذاتها: فتور و برودة في القلب، فالضيف و الزائر قد ادبرا . و الفرق بين الامرين، هو ان الفتور عن اثم او خطيئة، من شأنه ان يضعف الحماسة الروحية، أما الفتور الناجم عن انسحاب النعمة، فيلهبها كثيراً، و هذا من دواعي الانسحاب. النعمة الالهية تنسحب من تلقاء ذاتها، بهدف البناء، و ذلك للأسباب التالية:

- 1- لكي تقوّي الحماسة التي تتعرض للفتور بفعل سكون طويل الامد.
  - 2- لكي يدرس الانسان امره بدقة، فيرفض الاهتمامات التي لا تتصل بالسيرة المرضية لله و لا تقود اليها.
  - 3- لكي تقوّي فينا الاحساس بأن الخير الذي فينا، هو من ثمار النعمة الالهية.
  - 4- لكي تجعلنا اهلاً لتقدير هبات الله المقبلة، فنحتفظ بها بتواضع كثير.
  - 5- لكي ترشدنا الى التسليم بإخلاص للهبات الالهية، مع انكار تام للنفس و احتقار لها.
  - 6- لكي تثبتنا في الالتصاق بالأفراح الروحية نفسها، فلا ينقسم قلبنا، فانه يريدنا ان نلتصق به فقط.
  - 7- لكي تحول دون توقفنا عن الجهاد عندما تباشر النعمة فعلها فينا، فلا نتغافل في درب الله، انما نروض قوانا الممنوحة لنا من الله كي تكون في الخط المرسوم لها.
- ولو ان الفتور هو نتيجة لانسحاب النعمة، تبقى انت السبب في هذا. فانسحاب النعمة تم بإرادتها، اما انت فعندما تشعر بالفتور تجاه الامور الروحية و كل الاشياء الالهية، فبادر الى الدخول الى اعماق نفسك، مدققاً في سبب ما حصل لك. فان وجدت انها غلظتك، فبادر الى محوها، ليس لأنك مشتاق الى الافراح الروحية، انما لأنك تريد ان تبدد كل ما هو لإبليس فيك، و ذلك لأنك راغب في ارضاء الله. و ان لم يكن شيء من هذا، فسلم الامر لإرادة الله، و قل في نفسك: هكذا شاء الرب، لتكن ارادتك في يارب، فانا ضعيف و غير مستحق. اصبر على نفسك مجاهداً، كي لا تحيد عن نوااميس الحياة الروحية. فالذي هاجمك يريد ان يحضك على ممارسة ما لا يرضي الله. الاعداء ستسعى كي تقنعك بأن جهاداتك عديمة النفع.

Constructive (1)

اشرب هذا الكأس برغبة، و انت تقول للرب : " انظر الى تواضعي و جهادي ولا تبعد عني رحمتك". لتكن هذه الجهادات ملهمة لك بالإيمان ، بأن الكأس هذه هي من حب الله، فالله يريدك ان ترنو و تصل الى كمال روحاني اكبر.

اسلك بسرور درب خطوات الرب على ثابور، وعلى الجلجلة. أي ليس حينما تشعر بالنور الالهي و البهجة الروحية العذبة في داخلك فقط، انما ايضاً عندما تهاجمك الهموم و الاحزان و الضيقات التي تعرفها النفس ساعة الشدة و التجربة، داخلياً و خارجياً معاً. ولو ان البرودة هذه اقتترنت بما لا تعرف كيفية العمل فيه، فلا تخف ، بل اثبت حيث انت، حاملاً صليبك. اقص عنك كل تعزيات الدنيا التي يختارها الجسد، ويوحى بها العدو. جاهد كي تخفي تعبك عن الناس، و لا تحدثهم عنه، انما بادر الى كشفه لأبيك الروحي، ليس بدافع شكواك من الضيق، انما لكي تلتمس منه النصح الى كيفية تحاشي المتاعب لاحقاً، فتحتملها برضى و فرح، الى الوقت الذي يشاؤه الله. واطب على الصلوات و المناولة و الرياضات الروحية الاخرى، كالعادة ، ليس من اجل الافراح المتولدة عنها، ولا من اجل الرغبة بإنزال الصليب عن ظهرك، انما لكي تنال قوة تبقى بفعلها مصراً على حمل الصليب برضى و فرح، من اجل مجد المسيح المصلوب عنا، كي نعيش وفق ما يرضيه و ان كانت حالتك لا تسمح بالصلاة احياناً، و كنت تتعب امام نقاوة الافكار، فكما فعلت سابقاً تجاه بلبله الافكار، اعمل ما هو بوسعك ما دمت نشيطاً و غير كسول. و ما ينقص في التنفيذ يصبح لك و كأنه عمل تام، بداعي رغبتك و جهادك. ابق على هذا المنوال، و سترى الثمار العجيبة، مع قوة و حيوية تملأ قلبك و نفسك.

و ها انا الآن اسوق مثلاً على كيفية دعوة الله في تلك الاوقات العصبية: تضرع الى الله قائلاً: لماذا انت قسواء يا نفسي، و لماذا الانين؟ تضرعي الى الله لأنني احمده.. " (مزمو 43 : 5). " يارب لماذا انت بعيد؟ لماذا تحتجب ساعة ضيقتي " (مزمو 10 : 1). " لا تتركني يا الهي و لا تتخلى عني " (مزمو 38 : 21). تذكر قول سارة زوجة طوبيا المحبوبة: " هذا هو يقين كل الذين يعبدوك، فمن يحيا في تجربة، يتوَج. و من احاطت به الشدة، يخلص... " (طوبيا 3 : 21-23).

تذكر المسيح ربنا الذي بآلامه احس ان الاب قد تركه في الجثمانية. فعندما تحس و كأنك مصلوب.. فاصرخ من كل قلبك : " لتكن مشيئتك يارب... " (متى 26 : 39) فان فعلت هكذا ترتفع صلواتك الى الحضرة القدوسة، و تحس انك ممتلئ حباً قوياً، و استعداداً ملتهباً لحمل صليب الآلام و السير وراء الرب في الدرب التي يختارها، و هذه حياة حقيقية في الله. فطلب الله و الرغبة به، و الاشتراك معه في الدرب، الى الحد الذي يشاء، هي الحياة الحقيقية. فالذين يلجون الحياة بهذه العزيمة، لا ينكسرون امام الصعاب و التجارب، ولا يكون فتورهم بدون فائدة، ولا يتأففون ساعة الضيق و التجربة،

او ساعة الفتور و الجفاف، انما يقبلون كل شيء بفرح و شكر، على ان فيه ارادة الله، و انه لمنفعتهم، فلا يباليون بشيء، بل يجدون لإرضاء الرب مدققين في الامور البنّاءة بحماسة عظيمة و نكران للذات اكبر.

و يحدث عندما تفتر النفس و تبلغ حالة البرودة و عدم الاحساس الروحي، ان يهاجمها العدو بضراوة عبر الافكار الشريرة و المؤثرات المختلفة و الاحلام، و كل ذلك بهدف زرع اليأس في القلب بحجة أن الله قد تخلى عن الانسان، و هكذا يبلغ مرحلة التوقف عن الجهاد، و ينجذب الى هوى استطاع العدو شدّة اليه. فاذا قُدِّر لك ان تدرك ذلك، قف بثبات، ولا تخشى هدير الائم حول ابواب قلبك. بادر الى الاشتمزاز من الخطيئة كما هو عهدك سابقاً. و كن على يقين ان سفينتك الصغيرة ستظل في سلام. النعمة الالهية سحبت تعزيزاتها منك، الا انها واقفة بجوارك ترقبك و تفرح لجهادك، فهي لا تدعك بلا سند مادامت ارادتك تنزع نحو الخير. لهذا تمسك جيداً باليقين ان العاصفة هذه ستعبر سريعاً. آمن ان ذلك كان لمنفعتك . فانت ان استطعت ان تحتمل دقة التجربة، ستخرج بمعرفة ادق لضعفك. و سوف تدرك تواضعاً اكبر، و قناعة اشد، بأن الله دائم الاستعداد الى المعونة، و هو قريب منك، و مستعد لشد ازرك. لقد اتيح لي المجال ان اكلمك عن هجمات كهذه العاصفة يشنها العدو ضدنا. فما عليك، الا ان تطالع ما كتبت.



## الفصل الثامن

### في حراسة الضمير و فحسه

استعمل يا أخي كل الوسائل كي تحفظ طهارة ضميرك في الأقوال و الأفكار و الأفعال. ليكن ضميرك على الدوام غير ملوم، فلا تسمح له بتبكيته أو تأنيبه على أي شيء. و إن عملت هكذا، فان ضميرك سيترسخ في سائر الأمور الداخلية و الخارجية أيضاً، و يصبح بذلك سيّداً على حياتك يحميها و يدير شؤونها على نحو جيّد. فالضمير الطاهر يجعل حياتك عديمة العيب و غير ملومة لأنه ينزع الى الخير و يمجّ الشرّ. الضمير هو ناموس الله المغروس في قلوب الناس يساعدهم على إنارة سبيل حياتهم ، و يرشدهم الى الصراط القويم كما علّم بولس الرسول: " عمل الناموس مكتوب في قلوبهم" (رومية 2 : 15) . وعلى قاعدة هذا القول يقدم القديس نيلوس النصيحة التالية: " في كل شؤونك، اقتفِ إرشاد ضميرك لأنه سراج ينير".

ثمّة أمور أربعة ينبغي أن تصون ضميرك فيها:

1- علاقتك بالله

2- علاقتك بنفسك

3- علاقتك بأنسابك و جيرانك

4- وعلاقتك بكل ما هو في متناولك.

أنت تعرف هذا، إلا اني سأذكرك بالأمور الأكثر أهميّة:

1- علاقتك بالله

واظب على ذكر الله، و اسلك دائماً في حضرته. انتبه الى نفسك، فقوّة الله هي التي تحملك و تحبك و تحميك. اسلك نحو هذا الهدف، فمن أجله دعاك الى الوجود(1). كرّس نفسك و كل ما عندك لخدمة الله و مجد اسمه. عش فيه، ثق به، و سلّم له كل أمورك، الزمنيّة منها و الأبديّة.

2- علاقتك بنفسك

كن منصفاً مع نفسك، و أعطها حقّها ممّا في وجودك، اجعل روحك الطامحة الى الله تحكم على جسدك و نفسك، فقد أناط الله بهما دوراً في الحياة الزمنيّة. درّب نفسك على طاعة ما يمليه الروح، و كن منصاعاً

(1) نحن في الوجود لا لنأكل و نشرب و ننجب و نجمع المال و نطلب المجد و الشهر. ان هذه كلها هي تفاهات يعلق بها ابناء الدنيا

للحق المعلن من الله. بهذا تسلك في كل شيء، فتحفظ مشيئة الله و تدبير وصاياه. لا تدع نفسك تشتد الى ميولها و نزعاتها. و اعلم ان قلبك لا يجد عزاءه إلا في الإلهيات، و في كل ما يحمل طابعاً إلهياً أو يعبر عنه. بهذه الروح دع نفسك تسوس شؤونها العامة والخاصة في الحياة. اعط جسدك حاجته، جاعلاً للأمر مقياساً و كن حازماً حسب قول الرسول : " لا تصنعوا تدبيراً للجسد من أجل الشهوات" (رو 8 : 14).

### 3- علاقتك بأنسابك و جيرانك

احترم الجميع، ففيهم صورة الله. اطلب الخير لهم مبادلاً للجميع بالخير، قدر المستطاع. اتضع أمام الجميع طالباً رضى الجميع في حدود الخير. افرح مع الفرحين، و احزن مع الحزانى. لا تدن أحداً، و لا تحتقر أحداً، لا بالفكر و لا بالشعور. لا تحجب الحق إن كنت تعرفه، عن الذين يسألونك النصح و الإرشاد. لا تفرض نفسك على أحد، كما لو كنت معلماً من تلقاء ذاتك. و فوق كل هذا، احتفظ بالسلام و الوفاق مع الجميع، مستعداً لكل بذل و تضحية من أجل هذا الهدف. انتبه كل الانتباه في أن لا تضلّ أحداً.

### 4- بالنسبة للأشياء

احترم كل الأشياء على انها خليفة الله. استعملها و صنّها لمجد الله. ارض بما لك، و اشكر الله على ذلك. لا تلتصق بأي شيء، و لا يعلق قلبك بشيء يعيقه عن الحياة مع الله. اعتبر أشياء العالم أموراً خارجية، و مجرد أدوات، و ذلك كي تنعتق لدى تعاطيك بها، فلا تكبّلك و أنت في الدرب الصحيح. لا تسمح لذاتك بالالتكال على هذه الركائز الضعيفة (القابلة للكسر). لا تتباهي بما تملك. لا تحسد الآخرين على ما يملكون. تحاشّ تكديس الأموال و روح الامتلاك. لا تضلّ في الأمور غير الصالحة. على كل إنسان أن ينتبه لهذه كل يوم بشكل أو بآخر، عند كل محطة و خطوة. و إن كنت تعيش باستقامة، فهذا يجعل ضميرك صالحاً، فتتشبه بالرسول بولس (عبرانيين 13 : 18). ان الذين يرغبون أن يحيوا باستقامة وهم غياري على الخلاص، يسلكون كما قلت، مجاهدين كي لا يخطئوا في أي من هذه الأمور، فيبقى ضميرهم غير ملطّخ. لكن رغم جهاداتهم، تنسل أفكار و مشاعر خاطئة و كلمات خاطئة، و أعمال خاطئة، فلا يلاحظونها، و أحياناً يرونها، فيتغطى بالتراب وجه الضمير النقي. حتى انه في نهاية اليوم، قلماً ينجو أحد من نتائج ذلك، على مثال المسافر الذي يجتاز طريقاً يعجّ بالغبار، فيمتلئ أنفه و عيناه و فمه و شعره بالتراب، و وجهه أيضاً، فالذي يحنّ إلى الخلاص، لا بدّ له من فحص الضمير عند المساء، ليرى الأمور الخاطئة التي أقرت بها أفكاره مع كل الكلمات و الأفعال الأخرى، فيغسلها

كلّها بالتوبة. فهو يحذو حذو المسافر الذي علق به التراب. المسافر يغسل وجهه بالماء، أما الأول، فيغتسل بالندامة و الانسحاق و الدموع.

و فحص الذات لابد أن يشتمل على التدقيق في كل الأمور، الصالحة منها والرديئة، الجيدة و الخبيثة، و من كل الجوانب، كما بيّنت سابقاً. فإن رأيت أمراً صالحاً، بحدّ ذاته، انتبه لترى إذا كان صالحاً من جهة الانطباع و الاهواء و النية. و أيضاً ينبغي أن يكون صائباً من جهة طريقة ممارسته و موقفك منه بعد إتمامه، و ذلك لترى إذا كان قد جرى تحت تأثير ما، من أجل منفعة الناس، أو بداعي التساهل و الإشفاق على الذات. دقق أيضاً في ظروف إنجازها، كي لا تكون كمن ينفخ بالبوق امام نفسه فيتمجد من ذاته دون أن يمجد الله. العمل الصحيح، صحيح هو، إن كان قائماً على الطاعة لمشيئة الله و مجده، مع رفض للذات، و نسيانها.

و إن عثرت على أمر معوجّ سبق أن قمت به، دقق في سبب اقترافه عندما تكون راغباً في القيام بعمل سليم . يكفي أن تعرف البواعث الداخلية و الخارجية التي أودت إلى ذلك ، و كيف ستحكم نفسك كي لا تخطئ، و لماذا لم تقم بالأمر الموافق في حينه دون أن تنزع إلى ملامة الآخرين أو تعزو السبب الى أمور مختلفة، فقط الى نفسك. فكّر كيف ينبغي أن تسلك في ما بعد كي تتجنّب الوقوع في الخطيئة في كل الظروف. اجعل لنفسك ناموساً ، قانوناً، ونفّذ ما عزمت عليه بدون شفقة أو تساهل مع الذات. وهكذا تستطيع أن تستخدم الأمور غير النقيّة كي تنمي بستان قلبك. و بعد كل هذا، ارفع الشكر لله من أجل الأمور التي رأيتها سليمة و صائبة، دون أن تنسب أيّاً منها لنفسك. تذكر كلام الرسول : " لأن الله هو العامل فيكم، أن تريدوا و أن تعملوا" (فيلبي 2 : 13)، " بدون الله لا تقدرون أن تعملوا شيئاً" (يوحنا 15 : 5) . لذا بادر الى رفع الشكر لله و " امتد الى ما هو قدام" (فيلبي 3 : 13). أما من جهة الامور غير الحسنة، فتب عنها أمام الله، و بادر الى ملامة نفسك، فالقربان الذي قدّمته لله، لم يكن نقياً، بل امتزجت به الشوائب. صمّم على مراقبة نفسك في اليوم التالي، ولا تسمح لأي خطأ بالدخول اليك في القول و الفعل و الفكر. فالذين يتيقظون، يفحصون ذواتهم يومياً، و في المساء يكون فحص الضمير مجرد استرجاع لنشاطات اليوم المنصرم، و ذلك بقصد التحسين و التقويم. ألا ترى ان السبيل الأخير حسن، فأنت بذلك تجعل الضمير عارفاً بكل شيء. و الضمير سيضطرب إذا لمح خطأ ما. و هكذا فإنه سيسكن ويهدأ، بفعل ملامة النفس، فالرغبة بالسيرة الحسنة لاحقاً، خير من تأجيل الامور حتى المساء.

و أريد أن أضيف بضعة كلمات على هذا الموضوع: بادر الى فحص نفسك بحزم شديد وباحثاً عن أسباب كل أعمالك، و احكم على نفسك بدون هوادة. وكلّما توغلّت في ما يحدث فيك، أو يصدر عنك، تحذف الأمور الخاطئة، وتثبت الحسنة، فتسرع

أكثر في تنقية ضميرك، تماماً كما ان الماء الأطيب هو في البئر الأعرق. و عندما يتعلّم الضمير ما هو صائب و ما هو منحرف، لن يطلب إلا تلك الحسنة، مشمئزاً من السيئة. و لكن البلوغ الى التمييز بين هذه و تلك (عب 5 : 14) يستوجب عينين ترى. و قبل ذلك ، يكون الضمير معتمدا على قوى النفس الأخرى، لاسيما قوّة العقل. و لكن العقل نفسه يمكن أن يُسَلَب و يُرْتَشَى قبل أن يكون القلب قد بلغ النقاوة و التطهّر من الأهواء. فالعقل ينزع، قبل نقاوة القلب، الى المبرّرات ، و التي من شأنها أن تحجب عين الضمير و تضلّلها فتأخذ الأبيض بالأسود و العكس. فما دمت تجاهد ضد الأهواء، فعند فحص الذات، بادر إلى وضع كل أعمالك أمام مرآة كلمة الله، و استرشد بها في تقرير نوعيّة أعمالك و قيمتها. لا تتوان أو تخجل من زيارة أبيك الروحي لأكثر من مرّة.

بادر الى فحص أعمالك و الانتهاء منها بصلاة حارّة، طالباً من الرب أن يهبك عينين تبصران أعماق القلب "فالقلب خداع..". (ارميا 17 : 9). الله وحده فقط هو الأعظم من قلوبنا (1 يوحنا 3 : 2)، فهو وحده فقط عرف قلوب الجميع (1 ملوك 8 : 39). هناك مشاعر خاطئة متجذرة في القلب (1)، و كثيراً ما تنسلّ إلى أعمالنا دون أن نلاحظها، فتفسد كل شيء، بدنس الخطيئة. لذا صلّ مع داوود قائلاً: " من الخطيئة الدفينة أشفني " (مزمو 19 : 12).

---

(1) راجع باب القلب في كتاب "اليقظة و الصلاة".

## الفصل التاسع

### في الاستعداد للمعركة ضد العدو في ساعة الموت

ورغم ان حياتنا على الارض كلها حروب، ورغم انه يتوجب علينا الجهاد في هذه الحروب، وحتى النهاية، يبقى ان المعركة الاساسية و الاكثر خطورة، هي التي تتربص بنا ساعة الموت، فمن سقط في تلك اللحظة، قد لا ينهض ابداً. لا تنذهل من ذلك، فالعدو تجرأ على ربنا نفسه الذي لم يكن فيه خطيئة، فجرّبه في نهاية ايامه بالجسد على الارض "رئيس العالم هذا، آتٍ و ليس له على شيء" 0 يوحنا 14 : 30). ترى ما الذي يمنعه من الهجوم علينا في نهاية عمرنا؟ في هذا يقول القديس باسيلئوس الكبير لدى تفسيره مزمو 7: (7): " لئلا يفترس كأسد نفسي و يهشمها وليس من منقذ" (مزمو 7 : 2). ان اكثر المقاتلين بأساً وقوة، المجاهدين ضد الشيطان طوال حياتهم، وقد نجوا من حيلة والاعيبه و صدوا هجماته، تعرّضوا في نهاية عمرهم لتجربة من رئيس هذا العالم، و ذلك ليقوم بآخر محاولة له ضدّهم، فقد يكون شيء من الخطيئة مازال عالقاً فيهم، و يستطيع به ان يقهرهم في اللحظة الحاسمة. فعندما لا يجد مبتغاه فيهم، يفشل، فيعبرون الحرب بسلام، ليصلوا الى الراحة مع الرب (1). و ما دام الامر هكذا ، فيستحيل إبعاد الحرب عن مخيلتنا، انما ينبغي ان تكون الحياة كلها استعداداً لهذه اللحظة. عليك ان تثبت استعداداً لائقاً في تلك الساعة. و ان كنت في حياتك الارضية قد جاهدت بشجاعة ضد اعداء خلاصك، فمن الاكيد انك اكتسبت تقينه تتغلب بها عليهم، فتعال الاكليل ببسر و سهولة، في ساعة الموت.

اضف الى ذلك، انه يجب ان تفكر بالموت على الدوام، بيقظة وصحو، وتسترجع في ذهنك كل ما سيصيبك في تلك الساعة. و ان عملت هكذا، فالساعة لا تفاجئك ، ولا تخيفك، او اقله لن ترعبك كثيراً. نفسك لن تضعف بالجزع، انما ستبدي متانة و ثباتاً في الجهاد من اجل النصر على العدو. ابناء العالم يمجّون تذكر الموت و يأبونه، و ذلك لأنهم لا يودّون الاقلاع عن التمتع بالمباهج الحسية التي ليست على وفاق مع ذكر الموت. الامر الذي يجعل تعلقهم بأباطيل العالم ينمو و يزيد على نحو لا يعود معه بالإمكان صدّه. لكن عندما تحين ساعة الفراق، و الانفصال، عن نكل امور العالم الذي احبوه و ارتبطوا به، يسقطون ضحية الرعب و الفزع و القلق.

(1) انتهى قول باسيلئوس

و لكي يأتيك ذكر الموت بثماره، عليك ان تجعل نفسك في مكان من يحتضر ساعة الموت و يختبر الضيق و الالم و السكرة الاخيرة. عليك ان تستحضر لنفسك تجارب العدو حية، و التي بها سيهاجمك. و لا تنسى ايضاً الافكار و المشاعر التي ستحملها امام رهبة تلك اللحظة. و انا سوف افسر لك كل قتال العدو المحتمل ضدك و ادلك على السبل التي تصده بها، ما دمت على قيد الحياة. فيمكنك الافادة منها عملياً عندما تحين ساعة الموت. الحرب هذه لا تأتي الا مرة، و لا بد منها. و على المرء اتقان كيفية الوقوف فيها ، للحرب، بمهارة، كي لا يخطئ و يزل. لأنه اذ ذاك، سيفقد ما لا يمكن تعويضه و استرداده.

## الفصل العاشر

التجارب الاربعة الآتية من العدو في ساعة الموت:

التجربة الاولى هي ضد الايمان

ما هي السبل للنصرة في هذه التجربة؟

التجارب الرئيسية الخطيرة التي يحاربنا الشيطان بها ساعة الموت، هي :

1- زعزعة الايمان

2- القنوط

3- المجد الفارغ

مع تخیلات مختلفة يظهرها للمحتضرين:

التجربة الاولى :

عندما يبدأ العدو بزرع الشك فيك، او يكلمك وهو في صورة منظورة، ضد الايمان، فلا تناقشه و لا تحاججه. انما رسّخ الايمان الذي يهاجمه، و بادر الى القول بهزاء، له: أبعد عني يا شيطان، فانت اب الكذابين، انا لا اريد ان اصغي اليك، إيماني من كل القلب، هو ايمان الكنيسة المقدسة نفسها، هذا يكفي. لا تضيف على ذلك شيئاً، بل اثبت حسب قول الكتاب: " ان قامت على روح التسلّط فلن ابارح مكاني" (جامعة 10 : 4). تيقّظ و انتبه مواظباً على يقظتك. فهذا ليس سوى حيلة شيطانية. فالشيطان يريد ان يضلّك في ساعة الموت. و ان عجزت عن الوقوف و الصمود بيقظة، فحاول ذلك في ارادتك و مشاعرك. لا تسمح للأعداء بالإيحاء اليك، فقاتل النفوس يعمد الى الكتاب المقدس يتستّر به للإيقاع بك. و هو يعمل ذلك، كي يودي بك الى خسارة نفسك بفعل تفسير مغلوط، و تحريف للحقيقة الكامنة في كلمة الله، و ان سألتك الافعى عن فحوى تعليم الكنيسة و ايمانها، فلا تجيب، و لا تكثر الى هذه الكلمات، بل تجاهلها تماماً، فهي مكر و كذب و غش، فالشيطان همّه ان يضل افكارك. تأمل في عمق الايمان الذي فيك، و ان شعرت انك راسخ عليه، و تريد اذلال العدو، فقل : الكنيسة تؤمن بما هو حق. و ان عاود الكرّة: و ما هو الحق؟ قل له: الحق هو ما نؤمن به. انه الصليب الذي به سحق الرب رأس الشيطان و بدّد قوته. و عند ذلك اجعل عينيك على صليب

المصلوب و قل : " يا الهي، يا خالقي و منقذي، بادر الى معونتي ، ولا تدعني أتداعى من الايمان بك، فانا بحبك العظيم قد ولدت في هذا الحق. فهبني ان اتمسك به كي تنتهي حياتي الى مجد اسمك القدوس.



## الفصل الحادي عشر

### التجربة الثانية :

اما التجربة الثانية التي يشترك العدو الى كسرنا بها، فهي الجزع لدى رؤية هول خطايانا، و الجزع هذا لا يمكن تحاشيه، و كثيراً ما يرتبط به شيء من شك بعقيدة الخلاص من الخطيئة، بقوة صليب الرب. فالعدو يثير فينا الجزع امام خطايانا، و ذلك كي يطفئ كل امل لنا بالخلاص، و يحطمنا بقطع الرجاء و بالقنوط. لذلك اعد نفسك قبل الاوان لمثل هذا الهجوم. و قرر التمسك بالرجاء، من الآن، حافظاً في داخلك الثبات في الايمان بقوة الفداء الذي تم بموت الرب على الصليب. و ان كنت تختبر هجوم قطع الرجاء، فبادر الى التفكير ان هذا كله من العدو، و ليس نتيجة لكثرة ذنوبنا و معاصينا. ان هذا الموقف يجعلك تتضع و تنسحق، و يغمرك الحزن بأنك قد احزنت الرب الرحوم. لذا فرغم ان التجربة هذه تأتي بالجزع، إلا انها لا تقوى على تبديد الرجاء بمراحم الله، فالرجاء يوئد ثقة قوية بالخلاص. لذا بادر الى ابعاد كل رفض من قلبك، فتذكر الخطايا قد يوذي بك الى الضيق و اليأس. و كثيراً ما يكون تذكر الخطايا سبباً لضرب الرجاء. لذا فعندما تتنبه لذلك، لا يعود من الصعب عليك التمسك بالرجاء. الرجاء يؤهلك الى التأمل في عمق مراحم الله اللانهائية، فالله وهبنا ان نتخلي عن الخطايا وهو يريد خلاصنا، لا هلاكنا. اما القاعدة التي عليها الصليب التي لا حدود لها. علينا دائماً ان نطلب العون من هذا الصليب، فالطلب واجب، لا سيما ساعة الموت. و اليك الآن صلاة ترفعها عند ولوج عتبة الموت: " ربي، كثيرة هي بواعث جزعي، فأنا لو تلقيت معاملة عادلة، سأكون مذنباً... إلا ان رجائي القوي بغفرانك، حسب كثرة مراحمك في ابنك يسوع المسيح، هو الذي يدفعني الى التضرع كي، تبقى لي صلاحك اللامتناهي، انا المخلوق البائس و المسكين. فرغم ذنوبي، غسلني دم ابنك الوحيد الهني، كي امجدك الى الابد. ها انا استودع روحي بين يديك. عاملني برحمتك، فانك وحدك سيد حياتي."

## الفصل الثاني عشر

### التجربة الثالثة :

اما التجربة الثالثة في ساعة الموت، فهي المجد الفارغ الذي يحاربنا به العدو، كي يعتمد الانسان على نفسه و اعماله. لهذا لا تكثرث لها. لا تكثرث الى نفسك و اعمالك ساعة الموت، لا ترضي عن نفسك و اعمالك، حتى ولو كان تقدمك يفوق تقدم القديسين. لا ترضى الا بالله، جاعلاً رجاءك برحمة و آلام يسوع المسيح. كن صغير الشأن بعيني نفسك، حتى الرمق الاخير. ان راودتك افكار اعمالك الحسنه، فكّر في ان الله هو الذي انجزها فيك، فهي ليست منك، بل يجب ان تُنسب له. تمسك بالعناية الالهية دون ان تعتبرها ثواباً لك عن جهاداتك التي احتملتها، و النصره التي فزت بها. قف امام الله بمخافة و اقتناع نقي ان جهاداتك باطله و عديمه الثمر لولا اجنحة الله التي رأفت بك و اعانتك على اعمالك: لذا اجعل ثققتك و رجاءك برأفته و رحمته.

و ان سلكتَ بمقتضى نصيحتي، فانك ستبطل هجمات العدو ساعة الموت، فيفتح لك سبيل تعبر عليه من الوادي الدنيوي ، الى اورشليم السماء، المكان الذي تصبو اليه نفسك.

## الفصل الثالث عشر

### التجربة الرابعة

عدونا اللجوج، لا يمل من تجربتنا، و هو يحاول ان يضلك ساعة الموت بخيالات وضغوطات، او قد يتحوّل الى ملاك من نور. فوطّد نفسك على ضعفك، و على انك لست شيئاً ابداً، قل له بجسارة و بلا جزع: " عد ايها الملعون الى عتمتك، فانا غير جدير بالرؤى و الاعلانات. انا بحاجة الى امر واحد هو حنان الرب يسوع، و صلوات القديسين مع مريم والدة الاله". و حتى ولو كان هناك ما يجعلك تشعر بوجود رؤى حقيقة من الله، فلا تسرع الى اقتبالها، فخير لك ان تتمسك بعدمك و عدم جدارتك. لا تظن انك تسي الى الله بعملك هذا فالمشاعر المتواضعة، لا تغضبه. و ان كان هناك ما يدعو الى هذه الرؤى ، فالله يعرف كيف يجعلك تنظر اليها. فالمتواضعون امامه غير مردولين. ابليس يستخدم ضدنا مثل هذه الاسلحة ساعة الموت، كما و يستخدم ايضاً أي هوى آخر، سبق ان عانى المرء منه في حياته، فيحاول ان يخدعه به، كي يجعله يترك الحياة، حاملاً الهوى معه. لذا ينبغي ان نتسلّح بالشجاعة لصد اقوى و اعنف اهوائنا، قبل مجيء موعد المعركة الاخيرة، و ذلك كي نغلب و نفوز و ننقي سيرتنا. فربما تأتي المعركة في أي وقت. اما انت فتمسك بقول الرب: " حاربهم حتى يبببدو" (1 صموئيل 15 : 18).

## الفصل الرابع عشر

### السلام الروحي في القلب

الله يا عزيزي خلق قلبك لغرض واحد هو ان يحب الله وحده و يخدمه، لأنه موضع سكناه. لهذا يقول لك :  
" يا بني اعطني قلبك" (امثال 23 : 26) . و مادام الله سلاماً يفوق كل عقل، لذا فلا غنى للقلب الراغب في اقتبال الله،  
عن السلام و التحرر من كل ازعاج. فمكان القلب في السلام فقط، كما يقول داوود. لذلك جاهد كي تبني في قلبك حالة  
سلام ثابتة. كل فضائلك و اعمالك و جهاداتك، ينبغي ان تتجه نحو هذا السلام، لا سيما جهادك ضد الاعداء،  
اعداء خلاصك، كما يقول القديس ارسانيوس اعظم من مارس السكينة: " ليكن كل شغلك ، أن تجعل حالتك الداخلية  
في انسجام مع الله"، عندها ستغلب كل اهوائك الخارجية".

و سلام القلب تبلبله الاهواء. لذا فان كنت لا تسمح للاهواء بالدنو من القلب، فإنه سيبقى في سلام. في الحرب  
اللامنظورة، يقف المجاهد بسلاحه عند ابواب القلب، ليصد كل من يحاول الدخول من اجل خلق الضجيج و الازعاج.  
فعندما يكون القلب في سلام، يسهل التغلب على كل المهاجمين. سلام القلب هو غاية الحرب اللامنظورة، وهو اعظم  
الوسائل لنيل النصر في هذه الحرب. لذا فعندما ينسل احد الاهواء الى القلب، لا تبادر الى الوثوب عليه، رغبة في  
غلبته، انما انزل بسرعة الى اعماق قلبي لاسترجاع الهدوء فيه، فالحرب تنتهي بهدوء القلب.

ليست الحياة البشرية الا سلسلة حروب و تجارب. فالتجربة تحت على القتال فتنشب الحرب. و في الحرب هذه عليك  
باليقظة الدائمة، والعمل بكل الجهد، من اجل حراسة القلب و مراقبه، بغية حفظه في سلام و هدوء. و عندما تتحرك  
فيك روح اضطراب، بادر الى اخمادها، ليبقى قلبك في السلام. ان قلب الانسان اشبه بضرب الساعة، او دفة السفينة.  
فكلما تغير وزن الضراب نحو الخفة او الثقل، تتغير تبعاً كل حركات الساعة، ولا تعود قادرة على اعطاء الوقت  
الدقيق. كذلك ان تحركت الدفة في السفينة يمناً او يسرى، فان من شأن ذلك ان يحدث خللاً في سير المركبة. هكذا  
مع القلب تماماً، فعندما يسوده الاضطراب، يعود اليها كل التشويش فنفقده القدرة على التفكير السليم. هذا ما يدعو  
الى الاسراع في تهدئة القلب لدى اضطرابه بالأمر الخارجية والداخلية، سواء وقت الصلاة، او في أي وقت آخر.

عليك ان تدرك بأنه يستحيل ان تصلي بنقاوة الا عندما تكون قد ضبطت حراسة سلامك الداخلي. لذا اجعل انتباهك كله في هذا ، و حاول ان تبلغ مرحلة يكون فيها كل شيء مقروناً بسلام قلبي، و سرور وبهجة. و سوف اقول لك باختصار ان الوصول الى القلب، هو سعي دؤوب يدوم كل حياتك، عليك ان تبتعد عن كل اضطراب، فتكون اعمالك في عرين السلام كما هو مكتوب: " يا بني لتكن اعمالك بوداعة" 0سيراخ 3 : 17) . بهذا تصل الى بركة الوعد بالتطوية:  
" طوبى للودعاء فانهم يرثون الارض" (متى 5 : 5).

## الفصل الخامس عشر

### في وسائل حفظ السلام الداخلي

من أجل حفظ السلام الداخلي ، عليك :

- 1- أن تبادل قبل كل شيء ، الى ترتيب حواسك الخارجية ، بالهرب من كل تهوّر و طيش في كل اعمالك . و أعنى ان لا تنظر أو تتحدّث أو تشير بيدك أو تمشي أو تقوم بأي شيء ، بخشونة و طيش ، بل ليكن كل شيء بهدوء ووقار . درّب نفسك على الهدوء والوقار في كل اعمالك و تحركاتك الخارجية ، و هكذا تبلغ السلام القلبي ببسر و سهولة ، و بدون تعب أو مشقة . فالآباء القديسون يعلموننا انه كثيراً ما يتأثر انساننا الداخلي بما يعمله الانسان الخارجي .
  - 2- اعد نفسك كي تحب الناس ، وتعيش في وفاق مع كل واحد منهم ، حسب وصية الرسول : " ان كان من الممكن حسب طاقتكم ساعدوا جميع الناس " ( رومية 12 : 18) .
  - 3- ليكن ضميرك طاهراً فلا يوبخك على امر ، مهما كان ، و احرص ان تكون على الدوام في سلام مع الله ، و مع نفسك و جيرانك ، و مع كل الوسط الخارجي ايضاً . فنقاوة الضمير ترسخ عمق السلام القلبي حسب قول داوود : " سلام جزيل لمحبي شريعتك و ليس لهم معثرة " (مزمور 119 : 165) .
  - 4- درّب نفسك على احتمال سوء و المهانة ، بدون اضطراب . ولا بد ان تحزن قبل بلوغ هذه الحالة ، فتقاسي الامرّين ، و ذلك لعدم خبرتك على ضبط النفس في كل الامور . لكن بالعادة ، المرة تلو الاخرى ، ستجد نفسك راحة في المشقات التي تحل بك . و ان ثبتت ، فانك ستتعلم يوماً بعد يوم ، كيفية ضبط النفس على نحو افضل ، فتتقدم عندما تعرف كيف تصون سلام قلبك ، وسط كل العواصف الخارجية و الداخلية معاً .
- و ان عجزت احياناً في السيطرة على قلبك ، وفشلت في ابعاد الاحزان عنه ، فبادر الى الصلاة و ثابر عليها مقتدياً بالرب الذي صلّى ثلاث مرات في الجثمانية ، علّه يريك من مثاله ، كيف تكون الصلاة حصناً لك في الضيق و الشدة ، فلا شيء يقدر ان يكسر قلبك . و عندما تتفق ارادتك و ارادة الله ، فانك ستهدأ ، و يمتلئ قلبك قوة و شجاعة ، و تصبح قادراً على قبول أي شيء و احتماله . فالرب كشف لنا الضيقات ، الا انه علّمنا كيفية استرجاع السلام بالصلاة : " قوموا ننطلق ، هوذا الذي سيسلمني قد اقترب " (متى 26 : 46) .

## الفصل السادس عشر

### سلام القلب يبني شيئاً فشيئاً

ليكن اهتمامك ليس في ان يكون قلبك عديم الاضطراب و التأثر، انما جاهد، بكل قوة، كي تحفظه بهدوء و سلام. فعندما يرى الله جهادك، سيرسل لك النعمة لتكون نفسك مدينة سلام، فيصبح قلبك بيت عزاء، كما يعبر المرئم عن ذلك تأويلياً: " اورشليم المبنية كمدينة" (مزمور 122 : 3). الله يطالبك بأمر واحد: في كل مرة تنزعج من امر ما، عليك ان تستعيد السلام الداخلي و تداوم على هذا المنوال، بلا قلق و انزعاج، في كل اعمالك و شؤونك. و مما لا شك فيك ان هذا يستدعي صبراً ، فكما ان المدينة لا تبني في يوم، فلا ترجو انت ايضاً ان تفوز بسلامك الداخلي في يوم. فالفوز بالسلام الداخلي، يعني بناء بيت سلام الله، خيمة العلي. ان ذاك تكون انت هيكل الله باني القلب فيك. و بدون الله تذهب اعمالك سدى: " ان لم يبن الرب البيت فباطلاً يتعب البناؤون" (مزمور 128 : 1). و ينبغي ان تعرف ان مرتكز سلام القلب، هو التواضع. تحاشى كل ما يأتي بالهم و القلق. ترى من يجهل ان التواضع و سلام القلب و الوداعة هي امور ترتبط ببعضها. فما ان تأتي واحدة، حتى تحل الاخرى ايضاً. المتواضع هو انسان يحمل السلام الوديع هو متواضع ايضاً. المتواضع هو انسان يحمل السلام الوديع ايضاً. المتواضع هو ايضاً. لهذا قال الرب: " تعلموا مني فاني وديع و متواضع القلب.. " (متى 11 : 29). الا ان الله، كما نرى في العهد القديم، لم يطلب من داوود ان يبني له بيتاً، فداوود قضى عمره في حروب و قتال. انما اناط ذلك بسليمان، الذي يتصل اسمه بالسلام . سليمان كان ملك سلام، و لم يحارب احداً، فطالبه الرب ببناء البيت.

## الفصل السابع عشر

من أجل حفظ سلام القلب، على المرء، أن يتحاشى الأمجاد و يحب التواضع و الفقر

إن أحببت سلام القلب يا أخي، فجاهد من أجله عبر بوابة التواضع، فليس ما يقودك الى السلام الآه. و لكي تفوز بالتواضع، جاهد بكل قوتك لمقابلة الشدائد و الضيقات بفرح، كما لو أنك تقابل أخاك أو صديقاً حميماً. اهرب من الأمجاد. آثر أن تكون مجهولاً و مردولاً في كل شيء. لا تسأل تعزية و عناية من أحد، بل ليكن هذا من الله، واقنع بعطائه. رسخ فيك التفكير أن الله خيرك الوحيد، و حصنك الأكيد، و ما سواه ليس سوى أشواك تتسبب في ضرر عظيم ان تسربت الى القلب. ان حدث ان أساء إليك أحد، فلا تغتم، بل احتمل ذلك بفرح، و اقتنع أن الله الى جانبك. لا تطلب كرامة، و لا ترغب إلا في أن تكابد من أجل الحب الذي فيك، و من أجل ما يؤول إلى تمجيد الله فيك. بادر الى الفرح، عندما تهان، أو تلام، أو ترذل، عالماً أن في هذه كنوزاً عظيمة لك. فإن قبلت الاحتقار، تصبح غنياً بالروح. لا تظن السوء في من يهينك، فعمله هو خدمة لك. لا ترغب في أن تكون محبوباً في الحياة، و ذلك لتكون أكثر حرية في أن تصلب نفسك مع المسيح. و ان عملت هكذا، فلن يكون هناك ما يعيقك في سعيك. انتبه لنفسك جداً ان كنت ترغب بالفوز. لا تتبع نصح هواك، و لا تسلك حسب مشيئتك، و أحاسيسك و ميولك. تسلح على الدوام ضد نفسك. و عندما تنزع ارادتك إلى أمر، مهما كان حسناً، فبادر الى تجريدك من كل ما هو غريب، و اجعله وحيداً أمام الله بتواضع، طالباً مشيئته لا مشيئتك أنت. اعمل هذا بغيرة و اخلاص، و سلم ارادتك لارادة الله، دون أن تراعي محبة الذات، عالماً أن ليس فيك خير، و انك عاجز عن القيام بأي عمل من أجل خلاصك. انتبه لنفسك من الأفكار التي تبدو طاهرة، إلا أنها ليست حسب ارادة الله: " احترزوا من الأنبياء الكذبة الذين يأتونك بثياب الحملان.." (متى 7: 15-16). الفتور ثمرته هزيمة الروح. و لا تنسى أن ما يبعدك عن التواضع و السلام القلبي والهدوء، مهما بدا براقاً، فهو لا شيء. انه أنبياء كذبه تأتي في هيئة الحملان، و أعنى الحماسة غير المعتدلة من أجل القيام بعمل من أجل القريب، لكن بدون تمييز. و هكذا فالأنبياء هؤلاء هم في الواقع لصوص يصونون تواضعك و هدؤك و سلامك. فمن رام التقدم الروحي، و جب عليه أن لا يأخذ الأمور بظاھرھا، بل يفحصها بتمييز و تؤدة. و ان حدث أن وقعت، فلا تحزن، بل تواضع أمام الله. اعرف ضعفك، فربما سمح الله بما جرى، ليكشف لك عن الكبرياء الخفي الذي يتحرك في قلبك، دون أن تدري. و ان أحسست أن نفسك قد وخزتها شوكة مسمومة، و أعنى شوكة الألم الشهواني أو أيّاً من الأهواء، فلا



تضطرب، بل تيقظ أكثر ، و اجعل انتباهك في قلبك . قاوم ، كي يكون قلبك نقياً في حضرة الله، فلا تصل اليه الأعداء.  
و بطهارة قلبك، يكون الله حاضراً في أعماق قلبك. كذلك اقتنع من كل قلبك، بأن ما أصابك هو اختبار لك يرمي الى  
منفعتك، و تدريبك على التمييز بين الأمور المختلفة. فأنت باتباعك هذا، تنال الإكليل الحق المعد لك بمحبة المسيح.

## الفصل الثامن عشر

من الضروري أن تبقى النفس سجيئة ذاتها ان توقعت أن يجود عليها الرب بالسلام

طالما أن إله الإلهية ورب الأرباب قد سُر أن يخلق نفسك لتكون هيكلاً و سكنى له، فما عليك إلا أن تحافظ عليها بدقة، فلا تخفّض من قيمتها فتعمل ما هو أدنى من مرتبتها. ليكن كل اهتمامك منصباً على افتقاد الله لك. ولا تنسى أن الله لن يفقدك إلا إذا كانت نفسك حبيسة ذاتها، أي إذا كانت بمآثر عنيفة أو فرض أمور (حرمانات) طوعية، تختارها أنت لنفسك، بدون تدقيق و تمييز، و أيضاً طلب مناسبات للألم من أجل مجد الله. لهذا عليك أن تأخذ بنصيحة أبك الروحي الذي يقودك كوكيل لله. فكن مطيعاً له، و الله به، سيوجهك الى ما يريد، و الى ما هو نافع لك. لا تقم بأي شيء من ذاتك، و بإرادتك، بل دع الله يعمل الكل فيك حسب ارادته. اما انت فينبغي أن تتحرر من ذاتك و ان لا يكون لك رغبة ذاتيه، و لو كنت ذا رغبة حسنة، فلا تحزن ان تحققت أم لا. ولا تكتئب ان جاءت نتائج الامور على عكس ما ترجو. بل اقبلها كما لو كنت لا تتوقع شيئاً. ان هذا الاستعداد يحمل حرية القلب الحقيقية، بحيث أن القلب لا يعود مقيداً في شيء، و لا في الذهن، و لا في الإرادة، من جهة أي شيء، و ان قدمت ذاتك لله حرة هكذا، و حبيسة في نفسها، فإنك ستعاین العمل العظيم الذي سيحل فيها، فالله سوف يحيطك بسلام من عنده. و هذه الهبة ستكون اناء لك يحوي كل المواهب الاخرى حسب قول القديس غريغوريوس بالاماس في رسالته الى الراهبة كسيني (الفيلوكاليا اليونانية ص 944): " يا لها من عزلة عجيبة، و يا له من بيت للكنز الخفي الذي هو الله. ففي القلب يُسر الله أن يستمع الى الحديث الذي ترفعه له. فهو يكلم قلبك. أيتها البرية والفقير الذي أضحى فردوساً. هناك فقط يسمح الله للإنسان أن يراه و يكلمه...". و قال موسى: " أميل و أنظر هذا المنظر العظيم" (خروج 3 : 3). و في كلامه هذا، اشارة الى العليقة في سيناء، فالقفر مكان طبيعي غني بالتأملات الروحية. فان أردت أن تستأهل هذا الأمر، فسر بدون حذاء، فالأرض تحتك مقدسة. "لا تحمل كيساً ولا مزوداً..." (لوقا 10 : 4). لا ترغب في أي من أمور هذا العالم. لا تسلّم على أحد في الطريق كما أوعز اليشع لخدمه، و كما طالب الرب تلاميذه. ينبغي أن تكون أفكارك و ميولك وحبك، محمولة و مرفوعة الى الله، لا الى مخلوق، " دع الموتى يدفنون موتاهم..." (متى 7 : 22). أسلك وحدك في أرض الاحياء، فلا يكون للموت حظ فيك.

## الفصل التاسع عشر

### في المعنى الحسن في أعمال محبة القريب من أجل سلامك أنت

قال الرب في الانجيل: " لقد أتيت لألقي ناراً على الأرض. فماذا أريد لو اضطرمت " (لوقا 12 : 49)؟ الحب الإلهي ليس له حدود. انه كالله غير محدود. إلا أن محبة القريب ذات حدود، و ينبغي أن يكون لها حدود، فإن لم تحفظها، ربما تبعدك هذه المحبة عن محبة الله، فتسبب لنفسك الضرر و الأذى، و تلقي بك في الهلاك الأبدي. ينبغي أن تكون محبتك للقريب من كل القلب، إنما دون أن يسبب مثل هذا الحب ضرراً لنفسك. قم بكل أعمالك لا لغرض سوى أن ترضي الله فقط. فهذا لنفسك. فهذا سيحميك من الأعمال الخاطئة التي تمليها عليك محبة القريب، و الأكثر أهمية بين هذه الاعمال هو أن يخلص قريبك. لكن حذار أن تكون هذه الاعمال مدعاة ضرر لنفسك. كن قدوة في الايمان المخلص و السيرة اللاتقة بالله. و كما كان الرسل، هكذا كن أنت رائح المسيح، تجذب كل الناس اليه. لا تكن لجوجاً في كلامك مع الناس لئلا تتلف سلامك مع ذاتك و مع الآخرين. ليكن لك رغبة قوية نحو كل انسان، كي يعرف الله، كما عرفته أنت، و كي يسر بالخمرة الموعود بها مجاناً (اشعيا 55 : 1). ليكن فيك عطش الى خلاص الآخرين. إلا أن هذا العطش، ينبغي أن يقوم على حب الله، لا على غيرة جاهلة. و الله نفسه سيغرس هذا الحب، من أجل الآخرين في نفسك، ان كنت قد أفرغت ذاتك من أي شيء. هو نفسه سيأتي ليقطف الثمر. أما أنت فلا تبذر حسب هواك. ما عليك إلا أن تقدم لله أرض قلب تخلو من الحسك و الشوك، والله سيبذر البذار فيها متى شاء و كيفما شاء. سوف تبذر البذرة في حينها. لا تنسى أن الله يريد نفسك خالية من أي شيء، كي يربطها بذاته، لذا دعه يعمل بك، ولا تسمح لإرادتك بالتدخل في ما يريد. لا تخطّ لنفسك شيئاً ما عدا طلب رضى الله بالطاعة لمشيئته. رب البيت خرج ليطلب فعلة لكرمه حسب قول الكتاب. أما أنت فأبعد ذاتك عن كل هم و تفكير. ابتعد عن كل هم و قلق و كل ارتباط شهواني أو أي أمر زائل. و الله سيلبسك نفسه، و يهبك أموراً لا تقدر ان تدركها. انس ذاتك بالكلية و قدر الامكان، ولا تسمح بغير محبة الله في نفسك.

علاوة على ذلك، عليك أن تستخدم الدقة و الغيرة المعتدلة في علاقتك مع الآخرين، و الرب سيحفظك في سلام و هدوء. انتبه لئلا تخسر نفسك بركتها الأساسية، أعني سلام القلب أمام اهتمامات غيبية من جهة منفعة الآخرين. أما المصدر الذي يغنيك بهذه البركة فهو طاعة نفسك بالكلية لله مع ترك كل الأمور الزائلة. اعمل هذا لا طمعاً في مكافأة . لا تقبل

أي إبحاء يشير إلى أنك جدير بذلك. فالله نفسه يعمل في كل شيء، ولا يتوقع منك إلا التواضع أمامه، وأن تهبه ذاتك معتقّة من الأرضيات كافة، وأن لا يكون في قلبك إلا رغبة واحدة هي أن تتحقق ارادة الله فيك، دائماً، وفي كل شيء.

## الفصل العشرون

عندما تتخلى النفس عن ذاتها، عليها أن تسلّم أمرها لله

لتكن ثققتك بالله يا أخي، فهو يدعو كل الناس قائلاً: " تعالوا إلى يا جميع المتعبين... " (متى 11 : 38). اتبع الصوت الذي يناديك، و في نفس الوقت توقع مجيء الروح القدس. ادخل بعين متألمة إلى بحر العناية الإلهية والمحبة. دع أمواج مشيئة الله تحملك، دون أن تقاومها ، فتقودك سريعاً الى مرفأ الخلاص و الكمال المسيحي. درّب نفسك على هذا، مرات و مرات كل يوم، و اطلب الاختلاء الخارجي و الداخلي، قدر المستطاع، و ذلك كي تركّز كل قواك على الرياضات التي لها قوة خاصة تولّد فيك محبة قوية لله، كالصلاة و استدعاء الاسم الحلو، اسم ربنا يسوع المسيح على الدوام، و الدموع التي تفيض من حبه، مع عبادة لله تولّد الفرح و البهجة، و أعمال روحية أخرى. دع هذه الأعمال تنمو فيك دون ارغام أو غضب للقلب، لئلا تستنفذ ذاتك بغباوة عن طريق تمارين قسرية، فتصبح صلباً قاسياً، و عاجزاً عن اقتبال مفاعيل النعمة. اطلب نصيحة أهل الخبرة في هذا المجال. و بمعونتها جاهد كي تكتسب عادة التأمل في قداسة الله و احساناته الكثيرة. اقبل بتواضع قطرات العذوبة التي تسقط داخل نفسك من صلاحه الذي لا يوصف.

لكن لا تصر على الله طلباً لإيضاحات عن تحننه، انما ابق بتواضع في عزلتك الداخلية، منتظراً مشيئته كي تكتمل فيك. و عندما يهبها الله لك دون توتر و جهد من جانبك، فإنك ستختبر عذوبتها و ثمارها. أما المفتاح الذي به يفتح بيت الكنز الخفي الحاوي الهبات الإلهية، من معرفة و محبة إلهية، فهو التواضع و بذل الذات و تسليم النفس لله، كل حين، و في كل شيء. المفتاح نفسه يغلق باب الجهل و الفتور الروحي.

احبب قدر ما تستطيع ، و بهدوء، كي تقف مع مريم عند أقدام المسيح ربنا فتصغي لما يريد أن يقول لنفسك. و احرص ألاّ يعيق العدو نفسك، التي هي أكثر أعدائك، من جهة هذا الوقوف بصمت أمام الرب. و عندما تبتغي الله بذهنك، و ذلك كي تستريح فيه، فلا ترسم له حداً، أو حدوداً حسب خيالك الضيق و الضعيف. فالله لا يحد، وهو في كل مكان، و في كل شيء، أو بالأحرى، كل الأشياء قائمة فيه. انت ستراه في نفسك في كل مرة تطلبه بحرارة. الله نفسه يرغب في أن يكون معنا، نحن أبناء البشر، و ذلك كي يؤهلنا لذاته، رغم عدم احتياجه لنا.

وعندما تقرأ الكتب المقدسة، لا تضع في ذهنك أن تطالعها صفحة بعد أخرى، إنما تأمل في كل كلمة. وعندما تحثك بعض الكلمات على الغوص الى أعماق ذاتك، أو تملأ قلبك بالفرح، والحب الروحي، فتوقف عندها، فهذا يعني أن الله قريب منك. استقبله بتواضع، و بقلب مفتوح، كما يريد هو أن تشترك فيه. و ان كان فشلك في رياضاتك الروحية بسبب هذا ، فلا تقلق، لأن الغرض منه، كما من كل الرياضات الروحية الأخرى ، هو أن تكون أهلاً للاشتراك في الله. و عندما تُمنح ذلك، لا يعود هناك أي معنى من جهة الوسائل. بنفس الطريقة، عندما تتأمل في بعض الموضوعات الإلهية، لا سيما بعض الأمثلة من آلام ربنا يسوع المسيح، توقف عند الجزء الذي يلمس قلبك، و اجعل انتباهك عليه، لفترة أطول، و ذلك كي يطول فيك هذا الشعور المقدس.

إن واحداً من أعظم عراقيل الاحتفاظ بسلام القلب يا أخي، هي أن تقيّد ذاتك بقانون ثابت لا يتغير، بقاعدة ثابتة لا تتبدل، فتطالع عدداً كبيراً من المزامير، وفصولاً عديدة من الأناجيل و الرسائل. فالذين يجعلون لأنفسهم نواميس كهذه، هم في العادة على عجلة من أمرهم، و يرغبون أن يتموا المطالعة، و لا يهتمون إذا كانت تلامس قلبهم أم لا، أو إذا كان هناك تأملات روحية قد ملأت ذهنهم. وعندما يخفقون في انهاء المطالعة، فإنهم يتأثرون و ينزعجون، ليس لأنهم حُرّموا من الثمار الروحية التي تتأتى منها، و التي يحتاجونها كي يخلقوا الإنسان الجديد في نفوسهم، إنما ببساطة، لأنهم لم يطالعوا كل ما عزموا على مطالعته. فاسمع لما يقول القديس اسحاق عن هذا: " ان كنت تريد أن تستمتع بقراءة الآيات وتفهم كلمات الروح التي تتلوها، فضع جانباً الكمية، و عد د الآيات، كي ينشغل عقلك بكلمات الروح، حتى يمتلئ من الذهول في القانون الروحي، فتتحرك روحك بالمفاهيم الرفيعة، و تندفع إلى تسبيح الله، أو الى الحزن النافع للنفس. العمل الطائش لا يأتي بسلاح الذهن. و القلق من شأنه في العادة أن يحرم الذهن من فهم قوة التدوّق، و يفرك الأفكار كالودودة التي تمتص الحياة من الجسم كله مع دم أعضائه. و ان أردت بغيرة و اخلاص أن تنهي سيرتك الحاضرة على نحو فاضل، فلا تجعل لنفسك هدفاً غير الله فتري أين يختار أن يعلن ذاته لك. وعندما توهب هذا، أوقف كل نشاط ولا تتمسك به. انس كل شيء، و لتكن راحتك في الله فقط. وعندما يختار القدير ان ينسحب منك، و يتوقف عن كشف ذاته لك في ظرف حاضر، عليك العودة الى جهاداتك الروحية الاعتيادية، مواظباً عليها. و ليكن لك نفس الهدف، ألا وهو أن تجد معشوقك. و عندما تجده افعل كما قلت لك سابقاً، فتوقّف حيث أنت، كي تستريح فيه فقط. فكّر جيداً بما قلت لك، فهناك العديد من الذين انشغلوا بالعمل الروحي، إلا أنهم حرموا ذواتهم ثمار السلام التي تنقذهم. و هكذا حرموا من أعمالهم الروحية، لأنهم في الواقع \_ خوفاً من الخسارة ان فشلوا في القيام بها \_

اقتنعوا عن ضلال، طبعاً ، ان في هذا يكمن الكمال المسيحي. فتبعوا مشيئتهم الخاصة، و اجهدوا أنفسهم و عذبوها كثيراً. إلا أنهم لم يفوزوا بالهدوء. ولا بالسلام الداخلي، حيث يسكن الله و يرتاح.

## الفصل الحادي والعشرون

### اطلب الله فقط، لا التعزيات و المسرات

اختر على الدوام الأمور الصعبة و المؤلمة، و لا ترغب في المسرات و التعزيات التي لا تجدي النفس. و ينبغي أن تكون الأعمال التي تقوم بها، بمثابة خطوة نحو التقرب من الله. لا تدع أيّاً من أعمالك عائقاً في السبيل إلى الله. ليكن الله كل فرحك، فهو الحلاوة، و ما سواه، ليس سوى مرارة. قدّم لله كل صعوبة تصادفك. أحببه، و سلّم قلبك كله له بدون أي تفكير أو خوف. و هو سيجد الوسائل لحل كل معضلاتك، فيرفعك ان كنت قد سقطت. و بكلمة واحدة، ان كنت تحب الرب، ستنال منه كل بركة. لذا قدّم ذاتك بالكلية، ذبيحة لله هادئة، و بروح مسالمة.

و ما يعينك على التقدم في هذا السبيل، فيعتقك من الضجر و الغموض، هو أن تجعل ارادتك في ارادة الله. و بمقدار نجاحك في ذلك، دون أن تترك لنفسك شيئاً، يكون العزاء و القوة التي تجنيها. لتكن ارادتك على اتفاق مع ارادة الله، فلا ترغب إلا بما يرغبه هو. وعلى الدوام، جدّد العزم في نفسك كي ترضي الله في كل شيء. لا ترسم خططاً للمستقبل، فأنت لا تعلم ما يقدم لك اليوم (أمثال 27 : 1). لا تقيّد ذاتك، بل حررها، فهذا لا يمنع أيّاً كان من العناية و الاهتمام بأمور تطلبها حالته ووضعه، طالما أن مثل هذا الاهتمام هو على وفاق مع مشيئة الله، ولا يتعارض مع السلام الداخلي و التكريس لله و التقدم في حياة الروح. و في كل ما تقوم به، قرّر أن تقوم بما في وسعك، و كل ما تحتاج إليه، و ما أنت ملزم به، و لا تكثر بأي شيء آخر، إنما استسلم بتواضع لكل النتائج الخارجية، مهما كانت.

و ما يمكنك أن تقوم به على الدوام، هو أن تبذل ذاتك من أجل الله، لذا لا ترغب بغير ذلك. و كنتيجة لذلك، ستختبر الحرية، و لن يقيّدك شيء مهما كان، فتكون إذ ذاك في سلام مع نفسك. و حرية الروح هذه تؤلّف في ذاتها بركة عظيمة، كثيراً ما تسمع عنها في أعمال و كتابات القديسين. و هذا ليس سوى بقاء الإنسان الداخلي في ذاته، دون أن يكون فيه رغبة طائشة داخلية للبحث عن أمر هو خارج عنه. و إذا كنت تحفظ نفسك حراً، فإنك لا محالة ستشترك في الفرحة الإلهي الذي لا يوصف، و الذي لا ينفصل عن ملكوت الله القائم فينا، حسب قول الرب: " ملكوت الله في قلوبكم" (لوقا 17 : 21).



## الفصل الثاني و العشرون

### لا تخف عندما ينسحب السلام الداخلي أو يتوقف

الذين يسلكون طريق الله، غالباً ما يختبرون أوقاتاً يتوقف فيها السلام المقدس \_ والخلوة الداخلية الحلوة، والحرية التي يعيشون \_ أو ينسحب. و كثيراً ما تثير حركات القلب غيوماً من الغبار تحول دون رؤية الطريق الذي يسرون فيه. و ان حدث و صادفك شيء من هذا، فاعلم أن الله يسمح به من أجل منفعتك. هذه هي المحاربات التي من أجلها كافأ الرب أحبائه القديسين بأكاليل نورانية. لذا تذكر هذا، ولا تفقد شجاعتك في التجربة التي صادفتك. و كما في آية ضائقة أخرى، ارفع نظرك الى الله، و قل في قلبك: " أيها الرب الهي، انظر الى عبدك، و لتكن ارادتك في. أنا أعرف و أعترف أن كلماتك حق ثابت، وعودك غير كاذبة، لهذا فأنا أضع كل رجائي بك، واقف في طريق بثبات". هنيئاً للنفس التي تسلّم للرب هكذا، و في كل حين تصادف شدة أم ضيق. و ان استمر الجهاد رغم هذا كله، دون أن تتمكن من دمج ارادتك بإرادة الله، بالسرعة المطلوبة، فلا تحزن، بل تابع الخضوع لإرادة الله، لأنك بهذا تفوز بالنصرة. اذكر المعركة التي خاضها ربنا يسوع في بستان الجثمانية عندما اهتز أمام الكأس و صرخ: " يا أبتاه ان أمكن تعبر عني هذه الكأس" (متى 26 : 39). إلا أنه قال بعد ذلك و بكامل ارادته: " لكن ليس كما أريد أنا بل كما تريد أنت".

عندما تكون في ضيق، لا تخطو آية خطوة، قبل أن ترفع عينيك الى المسيح المصلوب ربنا. و هناك ستجد بحروف كبيرة كيف ينبغي أن تتصرف في ضيقتك التي أنت فيها. انسخها لنفسك، لا بالكمالات بل بالأعمال. و أعنى أنه عندما تحس بهجمات حب الذات، و التساهل معها، لا تكترث، و لا تنسحب من المعركة بهلع وجبن، بل واظب على الصلاة محتملاً بتواضع، ومجاهداً كي تغلب ارادتك، فتثبت على تنفيذ مشيئته الله. و ان خرجت من الصلاة بهذه النتيجة، افرح. أما إذا أخفقت في بلوغ ذلك، فدع نفسك صائمة لا تذوق طعامها الطبيعي. لا تدع شيئاً يسكن في نفسك، و لو إلى حين، إلا الله و اياه فقط. لا تحزن و لا تكتئب في أي شيء. لا تنظر إلى شرور الآخرين، أو إلى النماذج الرديئة. إنما كن طفلاً في البراءة، و البريء لا يلاحظ هذه، و هكذا تعبر أمامها دون أن تتأذى.

## الفصل الثالث والعشرون

كثيرة هي حيل العدو التي بها يتلف سلامنا الداخلي. فيقظ

عدونا الشيطان يفرح، عندما تتبلبل نفوسنا و تضطرب، لذا فهو يستعمل كل حيله الماكرة، كي يبلبل نفوسنا. ان أولى الوسائل التي يستخدمها في حربه، هي اثاره الذات. و ينتج عن ذلك، انسحاب النعمة التي تحفظ لنا سلامنا الداخلي. العدو يوحي لنا أن كل ما هو خير أو يبدو خيراً فينا، هي أمور اكتسبناها بعملنا و جهدنا. بهذا يبعد التواضع و البساطة عنا، و يحثنا على تقويم ذواتنا فوق قدرها، ناسبين لأنفسنا الفضل في كل شيء، فنشعر إذ ذاك، أننا شيء مهم جداً، و هكذا يحجب عمل النعمة، بنسيانها، و التي بدونها لا يستطيع أحد أن يقول يسوع رب (1 كور 12 : 3). و هذه النعمة تعطى لكل المؤمنين. و حضورها هو علامة على أن الانسان مؤمن حقيقي. فالؤمن عندما يقتبلها، ولا يعود العدو يقوى عليه في أي شيء، مادامت النعمة فيه. لذا فالعدو يحاول بكل الوسائل أن يبعدها عنا، و أول ما يقوم به من أجل هذا الغرض، كما قيل، هو أن يبث بذار الفكر الذاتي، فيوحي لنا بأنه أمر مهم جداً. فالذي يرضخ للفكرة، يتلقى من العدو فكرة أخرى، (ايحاء)، مؤداها أن الانسان هذا هو أفضل من الآخرين، و أكثرهم غيرة، و أعماله أكثر غنى من جميع أعمالهم. و إذ ينجح العدو في سعيه، فإنه يبادر الى دفع هذا البائس الى دنيونة الآخرين و احتقارهم، مما يؤدي به حتماً الى الكبرياء. و كل هذا يمكن ان يحصل في القلب بلحظة واحدة. لكن رغم قصر الوقت، فإن عمل النعمة يتناقص تَوّاً. و ينتج عن هذا الزهو الانتفاخ، ضعف في الغيرة الروحية، و ثورة الأفكار و انتفاضتها، و التي تكون في البداية فارغة، لكنها تصبح فيما بعد شهوانية، و يصاحب ذلك عاصفة هوجاء في القلب، فيتبدد السلام الداخلي. لكن حالة كهذه لا تدوم، و إذا تذكر من يعاني هذا، و عاد الى ذاته ممتلئاً دامة و انسحاقاً، فإنه يتوب، و بالصلاة يعيد الهدوء الى سابق عهده. و هكذا يعاقب ابليس، إلا أنه لا يخرج من القلب، فهو يعود مجدداً بالإيحاءات نفسها، و للغرض ذاته، و أعنى ذلك السلام الداخلي، و تدميره.

و إذ تعلم هذا يا أخي ، فإنك لكي تصد هذه الأفكار المعادية، ما عليك إلا أن تكون يقظاً على نفسك، و ساهراً عليها، حسب كلمات الرب : " اسهروا و صلوا لئلا تدخلوا في التجربة " (متى 26 : 41). اسهر على ذاتك بكل جهاد و حرص، لئلا ينسل العدو اليك ، و ينهب متاعك، فيحرمك من هذا الكنز العظيم الذي هو السلام الداخلي و هدوء النفس. العدو يسعى الى تدمير سلامك، فهو يعلم جيداً أنه عندما تكون النفس في اضطراب، يقدر أن يقودها الى

الشرور، بسهولة، عليك أن تحرس سلامك و تسهر عليه. فالعدو لا يقوم عليه عندما تكون في سلام. النفس الحاملة لهذا السلام، تكون مستعدة لكل عمل صالح، بلا صعوبة، و تستطيع أن تغلب كل العراقيل. و لكي تنجح في ذلك، حاول أن تراقب العدو قبل وصوله، و اقتراب العدو هو الفكر القائم على الاعتداد بالذات، اجعل ذلك قاعدة لك بها تدرك متى يدنو العدو منك ويلقي اليك باي فكر، ليقلل من ثباتك و اقتناعك بأن الخير يأتي من الله، و أنه يمكنك النجاح في أي شيء دون الاعتماد على النعمة، و ليجعلك تجعل كل ثقتك فيه. فعليك الانتباه من هذه الافكار. ارفضها و اطردھا عنك. ان عمل الروح القدس فينا هو في كل حال من الاحوال هو أن يقود نفوسنا الى الاتحاد بالله، و يضرم فينا محبته الحلوة، مع الثقة المغبوبة و الاعتماد الكلي عليه. و كل ما هو عكس ذلك، فهو من العدو . العدو يستخدم كل الحيل و الوسائل التي يقدر أن يخترعها ليثير النفس. فهو يبيت في القلب مخاوف مختلفة، و يزيد من ضعف النفس، و ذلك ليضعف فيها الاستعدادات الضرورية، و يحول دون فرحها بالاعتراف كما يجب، وفي المناولة، أو الصلاة. بل يجعل النفس تعبر في هذه كلها، بدون جسارة متواضعة و محبة، انما بخوف و هلع و اضطراب. انه يجعل النفس تتلقى بيأس مشاعر الفقر الروحي (الديني)، محاولاً اقناع النفس بأن هذا الفقر ليس بسمح من الله لمنفعتھا. ان معنى ذلك أن جهود النفس و مساعيها كلها لا معنى لها، فخير لها الاقلاع عنها، وهكذا تأتي النفس إلى اليأس و البلبلة بشكل هائل، فيقع الانسان في النهاية، تحت وطأة أن كل ما يقوم به ، لا يجدي ولا ينفع، و ان الله قد نسيه و تخلى عنه بالكلية.

ولكن من الواضح أن هذا افتراء. فالنفس قد تعرف الجفاف و الفقر في المشاعر الروحية و العذوبة الدينية. لكن رغم هذا، فإنها قادرة على الأعمال الحسنة إذا تحركت بإيمان بسيط، و تسلّحت بالصبر المقدس و الثبات. ولكي أساعدك على نحو أفضل، فأحاول دون تضورك بأن الله يرى هذا حسناً و لمنفعتك، أو يسمح لك بهذا الفقر في الاحساس الروحي و العذوبة، سوف أصف لك في الفصل التالي البركات التي تأتيك بفعل صبر متواضع على الذين يظهرون الصبر وقت الجفاف أو برودة القلب. و كي تتعلم كيف تحتفظ بسلام نفسك، فلا يبتلعك الحزن عندما تعاني هذه الحالة أو أي تيار فكر مضطرب، و ضغوط شهوانية.

## الفصل الرابع والعشرون

على المرء أن لا يضطرب أمام فقر الأحاسيس الروحية أو التجارب الداخلية الأخرى

رغم اني تناولت في فصل سابق حرارة القلب و برودته، و الحزن الناجم في النفس من جراء البرودة هذه، و أعني الحزن و الجفاف في القلب، أو الفقر في الفرح الروحي و عذوبته، إلا أنه من النافع للنفس جداً أن نقبل و نحتمل هذه بصبر و تواضع. و ان كان الانسان يعرف هذه الحسنات من قبل، فهو بكل تأكيد لن يعتبر الأمر ثقلاً أو حزناً. فهو لن ينظر إلى فقر التعزيزات الروحية على أنها علامة غضب الله، إنما سيراهما عملاً من أعمال محبة الله الخاصة به، و يقبلها بمثابة رحمة.

و قد يكون في الواقع قد نال التعزية من الحقيقية الواضحة ان مثل هذه الحالات عرفها أناس تركوا أنفسهم برغبة من أجل خدمة الله، و تحاشوا ما يسيء اليه، و عرفوا هذا ليس فقط منذ ان اقتربوا من الله، انما أيضاً بعد أن ساروا مع الله زماناً طويلاً، و بعد أن تنقى قلوبهم بالصلاة المقدسة و التوبة، و بعد أن شعروا بحلاوة روحية خاصة و فرح و غبطة دفعت بهم الى بذل ذواتهم حتى المنتهى. من هذا يتبين بوضوح أن الضيقة شرف و غداء لا يقدر بثمن، يتناوله الذين أحبهم الله و دعاهم. و لئن كانت مذاقتها مرّة، إلا أن فيها نفعاً عظيماً هو مبهم الآن. عندما تكون النفس في هذه الحالة من الجفاف، فتذوق هذه المرارة، و تتلقى التجارب و الأفكار التي مجرد التفكير فيها يجعل المرء يرتجف، كونها تسمم القلب و تقتل الانسان الداخلي. لكن عندما تجد النفس انها في هذه الحالة، فهي تتعلم أن لا تثق بذاتها، و لا تعتمد على نفسها، و هكذا تجني التواضع الحقيقي الذي يفرح الرب بامتلاكنا له. بالإضافة الى ذلك، فإن النفس ستصبح ملهمة بالرغبة لاكتساب افضل اشكال الحب غيرّة من أجل الله، مع انتباه شديد على الأفكار، و شجاعة في احتمالها مع والتجارب، بدون ضرر، فتخرج من هذه الحرب، بحواس مدربة على التمييز بين الخير و الشر كما قال الرسول بولس (عبرانيين 5 : 14). لكن طالما ان هذه الثمار محجوبة عن رؤية النفس، فإنها تنزعج، و تتحاشى الشدة و المرارة لأنها لا ترغب أن تحرم التعزيزات الروحية، حتى ولا الى حين.

وتعتبر كل رياضة روحية غير مقرونة بها، مضيعة للوقت، وجهداً لا فائدة منه.

## الفصل الخامس والعشرون

### لخيرنا هي كل تجربة

كي تفهم أفضل، ان كل التجارب عموماً، هي من الله لفائدتنا، انتبه لما سأقوله: ان نزوع طبيعة الإنسان الفاسدة، هو نحو الكبرياء، و حب الذات، و حب الظهور، و التباهي بالذات، و التمسك بالرأي، و القرار الذاتي. و كل انسان يريد لنفسه قيمة تفوق قدره. هذا هو الاعتداد بالذات. و أبينا السماوي المحب في تدابيره الحكيمة من أجلنا، لاسيما الذين جعلوا أنفسهم في خدمته، فإنه يسمح بالتجارب، ان تهاجمهم (أي نحن)، و ذلك ليكونوا في حالة يصبح معها من الممكن الهرب من الخطر المحقق، خطر الاعتداد بالذات، وهكذا تُجبر على الوصول الى معرفة متواضعة عن ذواتنا، والرب فعل هكذا مع بطرس حين تركه لفكره ثلاث مرات، و ذلك كي يتحقق من ضعفه، فلا يتكل على ذاته. كذلك عند القديس بولس خبرة مماثلة بعد أن اختطف الى السماء الثالثة، و أعلنت له الاسرار الالهية التي لا ينطق بها، و هكذا في النهاية حمل يقيناً صورة حقارته و هشاشته، فشرع ينمو في التواضع ولا يفتخر إلا بضعفه لئلا ينتفخ و يتكبر بداعي الاعلانات الكثيرة التي كشفها له الله " .. و لئلا ارتفع بفرط الاعلانات، أعطيت شوكة في الجسد... " (2 كور 12 : 7).

الله بحنانه يسمح للتجارب أن تهاجمنا، و ذلك بسبب هذا النزوع المريض فينا نحو التعالي. و كثيراً ما تكون التجارب مؤلمة حقاً، و هكذا، نعرف ضعفنا فنتواضع. في هذا يتجلى حب الله لنا و حكمته. فبإذلالنا و تواضعنا، نجني خير البركات، عبر أمور تبدو مضرّة، إلا أن التواضع هو أكثر الأمور فائدة لأنفسنا، التجارب تعطينا أحياناً لتعلمنا التواضع. و كل من يخدم الله يحدث أن يذوق الحالات التالية: الجفاف، نقصان في العون الروحي، فقر في التعزيزات. و كل هذه هي لكي نتعلم التواضع، عن طريق التفكير بأن هذه كانت بداعي خطايانا. المتواضع هو على يقين أن نفسه هي المقصّرة في كل الأمور أكثر من كل النفوس. ان هذه أيضاً هي لكي ننكر أن مثل هذه الضيقات لا تأتي إلا للمتروكين الذين تخلى الله عنهم. و هنا فهو متروك عن استحقاق. من هذه الفضيلة يتولد الخير للمتواضع. فمن يظن انه شيء ذو شأن، لكنه ذاق مرارة الدواء المرسل له من فوق، فإنه سيبدأ في اعتبار نفسه الأكثر سماحة و خطايا في العالم، و انه غير مستحق حتى أن يدعى مسيحياً. و حقاً ما كان سيصل الى مثل هذا الرأي عن نفسه فيختبر التواضع العميق، ما لم يسمح الله بهذه التجارب و هذه الكربة القلبية و الأسى الداخلي فالتجارب نعمة كبيرة يظهرها الله للنفس في هذه الحياة.

و النفس التي تسلم له أمرها، تتداوى حسب مشيئته. فهو وحده يعرف الدواء الشافي و الناجع و الضروري لشفاء النفس و اعادتها الى الحالة الجيدة.

بالإضافة الى هذه الثمار التي تجنيها النفس بالتجارب و الفقر و التعزيات الروحية، هناك ثمار أخرى أيضاً: فالإنسان الذي يتضع قلبه بهذه الأحمال الثقيلة المرهقة، يتقوى داخلياً، و تتجدد طاقته و غيرته، فيسرع نحو الله، طالباً منه العون، و يجاهد ايضاً كي يشفي حزن نفسه، و يطرد المرارة من قلبه، و يتمكن من تحاشي مثل هذه العذابات في المستقبل. و هكذا يوطد العزم على السير من الآن في درب الحياة الروحية، فينتبه بكل قوته الى حركات القلب، و يتحاشى حتى ظل الخطايا، و التراخي القادر أن يفصله عن الله، و أن يفصل الله عنه، بأي شكل من الأشكال. و هكذا فالأسى الذي اعتبره مضره له، و لا يخدم أهدافه، أصبح له حافزاً على طلب الله بحرارة، فبات يتجنب بغيره مشتعلة، كل ما لا يرضي الله. و باختصار فإن كل ما تحتمله النفس من حزن و ألم أبان التجارب الداخلية، مع فقر في التعزيات و البهجة، ما هي إلا أدوية ناجعة مطهرة يستخدمها الله بداعي حبه و حنانه كوسائل لتطهير النفس، ان هذه احتملتها بصبر و تواضع و الأوجاع هذه تعطي لمن يحتملها بصبر، اكليلاً لا يؤخذ، إلا بصبر. و الإكليل يكون أكثر كرامة كلما كانت الأوجاع أكثر شدة و قد احتملها القلب.

من الواضح بعد كل هذا، انه لا ينبغي أن نعذب ذاتنا كثيراً أو أن ننزعج بمرارة من التجارب التي تهاجمنا أو من تلك الداخلية التي سبق الكلام عنها، فهذا موقف من كانت لهم خبرة قليلة في هذا المضمار.

و أمثال هؤلاء يعتبرون ما يأتي من الله كأنه من الشيطان، أ و من خطاياهم و نواقصهم، و يخلطون بين علامات الحب الإلهي، و تلك التي للغضب الإلهي، فيفسرون احسانات الله وخيراته، لطمات و ضربات تنزل عليهم بسبب غضب الله. و يعتبرون كل ما عملوه و يعملونه، عدمي النفع و لا يجدي. و ان ما خسروه، لا يمكن أن يعوّض. أما إذا اعتقدوا و آمنوا ان هذه التجارب تأتي اليهم بالفضائل، و تزيدها لهم، عندما يكون قبول النفس للتجارب بصبر و تواضع، فيتألمون بشكر. و إذا آمنوا ان هذه التجارب هي من ترتيب الله و محبته لهم، فانهم لن ينزعجوا و لن يفقدوا سلامهم الداخلي رغم ضيقهم في التجارب الكثيرة، و رغم الأفكار المعيبة والجفاف في صلاتهم ورياضاتهم الروحية الأخرى. فكل هذه من شأنها أن تجعل نفوسهم تتواضع أكثر في حضرة الله، و تجعلهم يعقدون العزم في قلوبهم على اتمام مشيئة الله وارضائه في هذا العالم. فهذه هي السبيل التي يرضى عنها الله. كذلك فانهم عازمون على الجهاد بكل الوسائل المتاحة

لهم، كي يكونوا في سلام و سكينة لدى اقتبال كل الامور التي تحل بهم، كما لو أنها كانت من يد الآب السماوي الذي منه أيضاً الكأس المر الذي ينبغي أن يشربوه الآن و في هذه اللحظة الحاضرة. و سواء كانت التجربة من الشيطان أو من آخرين، أو نتيجة لخطاياهم، فالأمر يعتمد على الله، و منه يأتي، لمنفعتنا و خيرنا، أو ربما ليكي يمنع عنا تجارب قد تكون أكثر خطراً من هذه.

## الفصل السادس والعشرون

### علاج الغم الناجم عن مخلفات صغيرة و ضعفات

إن حدث و سقطت في إحدى المخالفات بالقول أو بالفعل. على سبيل المثال ان اضطربت لحدث عابر، أو أنك انتقدت أحداً، أو سمعت انتقادات من آخرين، أو دخلت في جدل حول أمر ما، أو كنت في بعض الأحيان عديم الصبر، أو أنك اضطربت و شككت بالآخرين، أو أنك أهملت أمراً ما، فينبغي أن لا تضطرب و يبتلعك الحزن المفرط و تيأس مما فعلت. إنما قبل كل شيء عليك ألا تجزع من الاضطراب بالأفكار السوداء المحزنة المتعلقة بك، و أنك لن تتمكن من التحرر منها، أو أن ارادتك ضعيفة و عاجزة عن العلم حسب رضى الرب. أو أنك لا تتقدم في درب الله كما يجب. لأنك كلما فكرت هكذا، فإنك سترهق نفسك بأعباء أخرى و بآلاف المخاوف الناجمة عن ضعف القلب و الحزن. و ماذا بعد؟ أنت تخجل من الوقوف بجسارة في حضرة الرب. فقد أثبت له عدم ولائك له. انك تهدر وقتك إذا كنت تفحص مقدار الوقت الذي قضيته في كل مخالفة، سواء كنت متعلقاً بالمخالفة أو بدأت ترغب بها أو ترفضها، و سواء كنت رفضت هذه الفكرة أم لا ، فكلما زاد تعذيبك لذاتك كلما عمل هذا على تعكير نفسك أكثر. و كلما عظم نتيجة لذلك، حزنك، وضعفت فيك الرغبة بالبوح بخطاياك. حتى ولو ذهبت للاعتراف، فإنك تقوم بذلك عن خوف و اضطراب، و بعد الاعتراف لا تجد سلام نفسك أيضاً. إذ يبدو لك ان هناك اموراً كثيرة لم تبح بها. فتتمرر حياتك وتتعكر، و تصبح قليلة الثمر و تكون أنت كمن يضيع الوقت سدى. كل هذا يحصل لنا عندما ننسى ضعفنا الطبيعي و ننسى الهدف الأوحد الذي يجب أن تراه النفس و بكلام آخر، ننسى أنه عندما تسقط النفس في واحدة من الخطايا الممكنة غفرانها، ينبغي أن تتوجه إلى الله برجاء و توبة متواضعة، بدل أن تعذب ذاتها بحزن مفرط و مرارة مع ضيق.

أقول هذا عن الخطايا التي يمكن أن تغفر. لأن هذه فقط يمكن تبريرها في النفس التي اعتنقت الحياة الرصينة التي وصفت هنا. و هنا مخاطب الذين يحيون حياة رويحة و يجدون في النمو بها باذلين كل جهد لتحاشي الخطايا المميتة. أما الذين لا يحيون حياة روحية رصينة بل يتعاملون مع الحياة كيفما اتفق، ولا يهتزون عندما يسيئون الى الله بخطيئة مميتة، فهم بحاجة الى نصيحة اخرى. فالعلاج المذكور اعلاه، ليس لمثل هؤلاء. إن ينبغي أن يحزنوا بعمق بكل خطاياهم بدون شفقة أو تساهل مع النفس. و ينبغي أن لا يألوا جهداً مهما كان، لشفاء نفوسهم.



وفي التعدييات اليومية الصغيرة، ينبغي أن تكون التوبة مفعمة بثقة ثابتة بالله، لا سيما في الخطايا الكبيرة أكثر منه في الصغيرة، و التي كثيراً ما يسقط فيها خدام الله الغيارى أنفسهم. فالحزن القائم على توبة والذي يجعل القلب يضطرب و يجزع، لا يمكنه أن يسترد الرجاء بالله إلى النفس، إلا إذا صاحبه ثقة في صلاح الله و رحمته. وينبغي أن يمتلئ القلب على الدوام بمثل هذه الثقة لا سيما في الذين يرغبون الوصول إلى أعلى درجات الكمال المسيحي. إلا أن كثيرين ممن دخلوا درب الحياة الروحية، يفشلون في الانتباه الى ذلك، فلا يتقدمون، لا بل يضعف قلبهم و يكف عن المضي إلى الأمام. و هكذا لا يعودون صالحين لاقتبال البركات من النعمة التي وزعها الرب على السائرين في هذا الدرب، و التي في العادة تكون من حظ الذين لا يتراخون بل يسيرون الى الامام بثبات. لكن قبل كل شيء، على الذين يتعرضون لمثل هذه الأمور أن يتوجهوا الى ابيهم الروحي أو الى انسان خبير في الحياة الروحية، و في نفس الوقت يتضرعون الى الله بثقة كي يكشف لهم الحقيقة و يمدهم بالحل المفيد لمشاكلهم و اضطراباتهم. و هناك يستريح المرء عندما يسمع كلمتهم.

## الفصل السابع والعشرون

في انه ينبغي على الانسان المضطرب و الحزين ، أن يوطد السلام في نفسه على الفور.

في كل مرة تسقط في هفوة قابلة للغفران ، حتى و لو حصلت ألوف المرات كل يوم ، فبمجرد أن تلاحظ ذلك ، لا تزعج نفسك و نهدر وقتك سدى. بل تواضع على الفور ، و كن واعياً لضعفك. بعد ذلك توجه إلى الله برجاء ، و ادعه من أعماق قلبك قائلاً: " أيها الرب الهي " لقد فعلت هذا لأنني كما أنا ولا يُرتجى مني شيء سوى هذه المخالفات و ما هو أسوء منها. فان تخلت عني نعمتك ، أكون لوحدي. أنا حزين جداً عما فعلت ، لاسيما و أن حياتي تخلو من البر ، و أنا عاجز عن الاستجابة لعنايتك بي. ها أنا أسقط المرة بعد الأخرى. سامحني و اعطني القوة كي لا أهيئك بأي شكل من الأشكال. أنا راغب من كل قلبي أن اصنع مشيئتك ، و أرضيك ، و أطيعك في كل شيء. بعد هذه الصلاة ، أترك نفسك و لا تضايقها بالأفكار عما إذا كان الله قد سمع لك و سامحك أو انه لم يسمع ، فالرب قريب و يسمع كل تنهدات خدامه. لذا أهدأ على هذا اليقين و الثقة. و عندما تسترجع سكينتك ، عاود متابعة أعمالك ، كما لو أن شيئاً لم يحدث.

عليك أن تقوم بهذا أكثر من مرة ، بل مئة مرة إذا دعت الحاجة و في كل لحظة ، لتكن المرة الأخيرة مليئة بالثقة كأولى. فأنت عندما تفعل ذلك ، فإنك تعبر عن اكرام لصلاح الله الذي لا يحد. و الذي ينبغي أن تراه محبة غير مجدودة منسكبة علينا. و هكذا لن تتوقف عن التقدم في حياتك ، بل تتابع الى الأمام دون أن تهدر وقتك وعملك.

هناك طريقة أخرى تحفظ بها سلامك الداخلي عندما تترجح تحت ثقل هذه المخالفات ، و هي التالية: ادمج الفعل الداخلي و الذي هو ادراكك لعدم جدارتك و استحقاقك ، بالتواضع أمام الله ، مع تذكر حار لمراحمة الإلهية العظيمة ان تشكره وتمجده. بعد ذلك اشكره و مجده بحرارة و من أعماق النفس ، فشكر الله و تمجيده ، هي أسمى آيات التعبير عن الاتحاد الحي به و فيه. حاول الاستفادة من زلتك ، و اجلج ذلك يُعينك على الارتقاء إليه. ليكن هذا في ذهن الذين يضطربون و يتعكرون نتيجة للتفكير بالمخالفات التي يرتكبونها . فهي تؤهلهم أن يروا مقدار عما هم في المسألة التي امامهم ، و كم انهم يتأذون بسبب حكمهم الخاطئ لمثل هؤلاء توجه هذه النصيحة الأخيرة. فهي تضع في أيدينا المفتاح الذي به تستطيع بمدة النفس أن تفتح بيت الكنز العظيم ، بيت الروح. و تستطيع بمدة قصيرة ، أن تفتح بيت الكنز العظيم ، بيت الروح. و تستطيع بمدة قصيرة ، أن تغتني بنعمة ربنا يسوع المسيح الذي له المجد و الكرامة و العبادة مع أبيه الذي لا بدء له و روحه القدوس الآن و كل أوان و إلى دهر الداهرين آمين.

## ملحق من اعداد الأب منيف حمصي

### القديس ثيوفان الحببيس

إنه المطران ثيوفان الحببيس واحد من ألمع كواكب البرية الروسية. كاتب مميز في ميدان النسك و التصوف. طبقت شهرته الآفاق ليس فقط في حدود الاتحاد السوفياتي، بل ف يكل مكان من العالم أيضاً. عاش القديس ثيوفان حياة العمل و الثيوربا. كان رجل صلاة و رجل خدمة . خدم النفوس بالوعظ و الارشاد. إنه شخصية فذة وفريدة . في العالم كان اسمه جورج غوفوروف. ولد في العاشر من كانون الثاني سنة 1815 في قرية صغيرة وادعة تدعى شرنافسك في بطاح الاورال الواسعة و السحيقة. أبوه يدعى باسيل، كان خطيباً مفوهاً عرفته القرية و كل ضواحيها. لكنه رغم لمعان موهبته، اتسم بالتقوى و الوداعة . أما والدة القديس ثيوفان، فكانت امرأة تقطر وداعة و تقوى و طهارة، و كانت على قدر كبير من العمق الديني و الروحي. كانت طفولة ثيوفان حلوة وجميلة. فقد نما و ترعرع في وسط يعبق بالبخور و الصلوات. أحب الكنيسة من قلب الأسرة. عرفها في البيت قبل أن يعرفها و يختبرها خارجاً.

سنة 1823 أرسله والده إلى المدرسة الاكليريكية في (ليفني) و هناك لمع و استبان مواهبه و طاقاته العقلية، إلى جانب العذوبة الروحية التي لمسها فيه كل من تقرب منه. و فسنة 1829، أرسل إلى السيمنار في بلاد الاورال. و هناك تعرّف على الارشمنديت ايسيدوروس نيكولسكي الذي سيصبح فيما بعد أسقفاً على بطرس برج. أعجب ثيوفان بالكثيرين، إلا أن قلبه انجذب الى استاذ الفلسفة اوستروموزلنسكي.

في حياته الأكاديمية أحب ثيوفان الفلسفة و علم النفس كثيراً. و في سنة 1837، عندما أتم دراسته بامتياز، في السيمنار المذكور، أرسل الى كلية اللاهوت في كييف. و هناك لمع جداً كعهدنا به في الاورال. أعجب ثيوفان بمعلميه كثيراً لا سيما منهم الارشمنديت ديمتري موريتوف و الأسقف انوسنت (بريء). لكن رغم حبه للعلوم و براعته فيها وتفوقه بشهادة رفاقه و أساتذته، إلا أن جزوة النار الالهية كانت تلتهب فيه، فكان في اعماقه حنين الى السيرة الرهبانية. لقد اراد أن يصبح راهباً أحب الرهبنة. أعجب بهدوء الأديار. أنهى علومه اللاهوتية في كييف في 15 شباط 1841 وله من العمر 26 سنة و تعرّف في تلك الأثناء على رفيق الدراسة بولفاكوف الذي سيصبح فيما بعد واحداً من ألمع لاهوتيي روسيا و العالم في التاريخ الكنيسي و اللاهوت العقائدي. و في إحدى اللقاءات التي جمعتهم برجال الروح، تحلق رتل من الشباب الأياض حول الأب الراهب بارثانوس فألقى فيهم كلمة عساها كما أراد، تكون زاداً لحياتهم بعد

الدراسة. و مما جاء فيها: أيها الرهبان الأيافع. أنتم أصحاب علم و معرفة، و قد غرقتم منها الكثير، لكن لا تنسوا ان اهم عمل يطلب منكم هو الصلاة. صلّوا على الدوام بالفم و الذهن و القلب. لا تكلوا قبل بلوغ مثل هذه الصلاة . و وكان بشهادة ازمير نوف، ثيوفان قديسنا حاضراً، ف شعر من أعماقه و كأن الكلمة له دون سواه. في ربيع 1841 عيّن الأب ثيوفان رئيساً على السيمينار الاكليريكي في كييف، و انيطت به مادة علم المنطق، فأعطى دروساً فيها الهبت العديد من التلاميذ. كذلك انيط به كرسي " علم النفس". و فيما بعد عيّن مشرفاً من قبل الكنيسة على سيمينار نوفغورود . و في سنة 1855 صار خطيب سيمينار اولونيترز. كانت شخصية البروفسور ثيوفان لطيفة و قريبة من القلب، فقد ألهب قلوب تلاميذه حماسة الى العلم و التقوى، فكان مثالهم و قدوتهم في الأخلاق. و أثناء عمله في حقل التعليم، و في سنة 1847، قررت الحكومة الروسية ارسال بعثة الى اورشليم لدراسة أحوال الارثوذكسيين في الشرق الأدنى، بغية ارساء قاعدة تربوية روسية هناك. كان الأب الارشمندريت بورفيربوس اوزبنسكي رئيساً لهذه البعثة، و كان ثيوفان أحد اعضائها. حطّت البعثة في اورشليم إلا أن أعضاءها طافوا تلك الديار طولاً و عرضاً، فجابوا سوريا و مصر، و عبروا برية سيناء مروراً إلى جبل آثوس. وكانوا في تجوالهم يتعرفون على المكتبات الشهيرة في كل مكان و يدونون معلوماتهم عنها. وكانوا في نفس الوقت يطالعون المخطوطات القديمة التي كانت تقف في طريقهم أما حصة ثيوفان، فكانت الإقامة في ربوع دير القديس سابا، فعكف على العمل على تصنيف كتابات الدير و مخطوطاته، بالاضافة الى نفس المهمة في دير سيناء. كذلك زار أدياراً قبطية ما تزال حتى الآن تذكر له هذه البركة و ترتشف نعمها و شفاعاتها. لكن لسوء الحظ لم يتمكن من زيارة جبل آثوس، فقد حصر رئيس البعثة زيارة آثوس بنفسه، تعرّف ثيوفان على الاكليريكيين في تلك الديار. و أدرك كما جاء في مذكراته أنهم فقراء، و في غاية من البؤس، و كانوا على حالة مزرية من الجهل، و مع هذا فكانوا على شيء من الاعتداد بالنفس يميل الى الكبرياء. أما الاكليروس الفلسطيني، فكان يحب أكل اللحوم و التدخين و ما أشبه، فأعثر ثيوفان لما رأى . كذلك درس ثيوفان أحوال الارساليات الكاثوليكية و البروتستانتية في الشرق، لا سيما في الأراضي المقدسة. و أثناء اقامته في هذه الربوع، بادر الى تعلم الفرنسية و اليونانية و العربية و العبرية، إلا أن اندلاع حرب القرم عجّلت في عودة البعثة الى الوطن. و في طريق العودة عرّج الجميع على ايطاليا و المانيا و قد احب ثيوفان فلورنسة كثيراً و البنديقية و روما. و لدى اقامتهم في ايطاليا قام الباب بيوس التاسع باستقبال البعثة، و شكى إليهم من أمر و سلوك نيقولا الأول الذي كان قد تناول بكلماته على كرسي روما و عبث ببعض الادارات الكاثوليكية على هواه. في سنة 1857 عيّن ثيوفان مندوباً للكنيسة الروسية في استنبول أثناء المسألة البلغارية. و كان موقف ثيوفان أن البلغار

كانوا على حق في أن يكون لهم أساقفة لهم و من أعوانهم فما كان من المجمع الروسي إلا أن وافق على موقف ثيوفان. في 1 حزيران 1859 ، وكان له من العمر 44 سنة تم انتخابه أسقفاً في لافرا القديس الكسندر نيفسكي، و انيطت به رعاية منطقة تامبوف، التي ستلد من أحشائها بعد سنوات القديس سلوان الشهير و الذي أعلنت قداسته في ايلول 1988 بعد 50 سنة تقريباً على وفاته. أقام الأسقف ثيوفان في تلك الأمصار أربع سنوا نقل بعدها الى منطقة أكثر أهمية تدعى فلاديمير. و هناك أقام ثلاث سنوات كان فيها مثال الخادم الأمين للرب. أثناء خدمته الرعائية هناك عمل على تأسيس مدرسة للبنات و أخرى للصبيان. كذلك أسس قطاعاً منظماً عمل على تحسين أحوال الكرازة و البشارة و الرفع من مستوى الاكليروس، و كان هو أحد المحاضرين فيه. جاهد كي يعلم الناس الطريق الى الخلاص بالمسيح، وكان أستاذاً لامعاً في الصلاة، أحبها و حَبَّب الكثيرين بها، فكان الاسقف الأب. عرف كيف تكون الرعاية عائلية للكاهن و للراعي. وهو نفسه قام يدرب الناس و يحثهم على الحياة البسيطة و التي كان أيضاً أستاذاً فيها. فكان لباسه بسيطاً و طعامه بسيطاً أيضاً، و كان يتناول وجبة واحدة في اليوم. كان أختاً للكهننة، ورفيقاً للمتألمين و للحزاني و للأرامل يستمع الجميع فرداً فرداً، بصبر انقطع نظيره. في ربيع 1866 رفع الأسقف ثيوفان رسالة إلى المجمع يطلب فيها السماح له بالتقاعد و الاعتزال في دير فيشا في ضواحي تامبوف في 17 حزيران من السنة ذاتها، وافق المجمع الى طلبه، لكنه أوكل إليه رئاسة الدير الجديد (فيشا). فقام ثيوفان بقداس أخير في أبرشيته قبل التوجه الى دير فيشا، فاحتشدت لوداعه جموع غفيرة من المصلين و المصليات، و بدأ الجميع بالبكاء و كأنهم في مأتم جنازة. أما هو فكان له كلمة مؤثرة جداً يتسع المجال لو نقلت الى العربية، لكن نذكر منها بعض المقتطفات: يا أخوتي، أرجوكم لا تجرحوني حبا بالرب. لا تنزعجوا لرحيلي. أنا أترككم ليس لأنني أريد ذلك، كما و لست مرغماً على ذلك. ان محبتكم لي، لا تسمح باستبدالكم بقطيع آخر. إنما اسمحوا لي أن أذهب الى مكان يخلو من الهموم و المتاعب، و الذي أرجو أنه مكان يحبه الكثيرون، لا بد أن أقول لكم أن أموراً كثيرة تتحكم بمجريات حياتنا الظاهرية، لكن هناك عوامل داخلية تقود خطانا الى قرارات حاسمة جداً تكون بمثابة نقطة تحوّل في حياتنا. هناك حاجة داخلية يصغي إليها الضمير ولا يعارضها القلب. فأنا إن وجدت نفسي في مثل هذه الحالة، فإني أسأل محبتكم ان تصلوا من أجلي كي يثبتني الرب في ما أنا مقبل عليه.

وصل المطران ثيوفان الى دير فيشا في الثالث من آب 1866 دخل الدير باحتفال مهيب، ليبقى فيه دون أن يبارحه طيلة ثمان و عشرين سنة. كان الدير كبيراً واسعاً يعيش فيه 100 راهب. كان يربض بين اشجار الصنوبر الشاهقة و يحيط به نهران صغيران الاول: تسينا، و الثاني: فيشا الموقع جميل جدا و يصلح كمناخ للتأمل الروحي. و قد جاء في إحدى

رسائل القديس ثيوفان يصف فيها الدير الأمور التالية: " الدير جميل و الهدوء ملفت للانتباه و الأخوة متحابون و الصلوات طويلة، و كل هذه ، تساعد على التقدم في حياة الصلاة التي هي غاية حياة الرهبان في الدير. أما الصلاة فتبدأ كل يوم في الثالثة صباحاً، و تتوج بالقداس الالهي. هناك بعض الأقوياء الذين يظلون واقفين في الخدمة منذ البداية و حتى النهاية". كان للمطران ثيوفان غرفة خاصة به و مكتبة كبيرة. وكان هو نفسه أيقونة حية أمام الرهبان. قضى السنوات الست الأولى في دير فيشا يواظب على كامل الصلوات اليومية. فكان في الكنيسة لا يتحرك البتة و لا ينحني وعيناه مغمضتان كي لا يتعرض للشرود. و حدث في إحدى المرات أن ظل الراهب واقفاً و هو يحمل له البروتي مدة طويلة قبل أن ينتبه ثيوفان لوجوده. طوال السنوات الست هذه، كان ثيوفان يستقبل الزوار و كان في الوقت نفسه يتصرف كرئيس للدير بكل معنى الكلمة. لكن في فصح 1872 و بعد قدا العيد، تحول الى راهب حبيس، فما عاد يستقبل الناس أو يغادر الغرفة التي هو فيها. و كان يدخل عليه رئيس الدير فقط و أب الاعتراف و الراهب المكلف بخدمته عند الضرورة. و حتى هؤلاء كانوا يدخلون بعد طلب منه. لم يعد ثيوفان يذهب الى كنيسة الدير، بل كان يقيم الصلوات كلها في غرفته مع الذبيحة الالهية السنوات التسع الأولى من الاعتزال، كان فيها يقيم القداس الالهي يوم الاحد فقط و لكن بقية السنوات الأخرى فكان القداس كل يوم. وكان تارة بصمت و طوراً بترتيل. لا يعرف إلا القليل القليل عن حياته بعد الاعتزال. كان ثيوفان بعد صلوات النهار يجلس ليتأمل فيها و في الأبدية و محبة السيد و الكنيسة و القديسين. كان يتناول كوباً من الشاء صباحاً بعد القداس. في اعتزاله وضع كتباً عديدة هي بمثابة مكتبة في الواقع. وخليق بذوي المواهب و عشاق التراث أن ينشغلوا باللغة الروسية عسانا نوفق إلى مطالعة أعمال هذا القديس و سواه بالعربية. كان طعام الغذاء بالنسبة اليه في الثانية بعد الظهر، فكان له خارج فترات الصوم بيضة و كوب من الحليب مع قطعة خبز صغيرة. و في الرابعة بعد الظهر كان يعود ليحتسى كوباً من الشاي، يتوجه بعدها الى صلاة التاسعة، فالغروب، كان المساء فرصة للمطالعة و الرد على رسائل الاخوة و الأخوات من العالم. كان القديس ثيوفان يتلقى ما بين 30 الى 40 رسالة كل يوم يطلب فيها أصحابها النصح و الارشاد منه. لكن رغم اقتباله للرسائل، إلا أنه لم يكن يستقبل أحداً على الاطلاق. أما في الأصوام فكان طعامه يقتصر على قطعة جافة من الخبز مع كوب من الشاء. عاش القديس ثيوفان سنوات مسجلة في مذكراته شكلت له ضيقاً في مسألة العينين. فبدأت مشاكله مع النظر. و نتيجة لشهرته الكبيرة فقد منحته كلية العلوم اللاهوتية الروسية شهادة دكتوراه شرفية نظراً لخدماته و أعماله و مساهماته في حقل الرب. أثناء اقامته في ربوع دير فيشا عرض عليه بالحاح أن يكون مطراناً على كييف، فرفض بلطف لأنه كان

يستعد للدخول في الاعتزال عما قريب. كان رجل علم نم الطراز الاول، و رجل نيك فذ، و قد برع في الأمرين معاً. اضطر مرتين على التوالي أن يغادر دير فيشا بسبب الماء الزرقاء (1878 – 1879) لكن دون جدوى. في سنة 1888 أصابه العمى في عين واحدة، لكنه ظل مواظباً على اعماله اليومية المألوفة. لم يتأثر برنامجه اليومي بأي شكل من الأشكال نتيجة لهذا العمى. فقط الأيام الخمسة الأخيرة من حياته طرأ عليها بعض التعديل وكان ذلك لظروف فوق طاقته. و يذكر الأستاذ زميرنوف ذلك و يقول : " في نهاية حياته، أفاق صبيحة الخامس من كانون الثاني فأحس بالضعف الشديد في رجله، فطلب العون كي يمشي. فقام الراهب الساهر على خدمته و أعانه لبضعة دقائق داخل الغرفة . إلا أن ثيوفان أحس بالتعب الشديد بعد ذلك، فاضطر الى الجلوس، و بعدها عاد الى الفراش من جديد. وفي يوم وفاته لم يسمع الخادم صوتاً يدعو كما هي العادة، إلا أنه خوفاً منه على صحة القديس، أطل من شق الباب بهدوء بعد منتصف الليل، فوجد القديس جالساً إلى الطاولة يكتب شيئاً على دفتره، و لما حان موعد الشاي و لم يسمع الراهب صوتاً ، عاد فأطل من الباب فرأى القديس مستلقياً على السرير. و كانت ابتسامة حنونه تعلو محياه و يده تشير بالبركة. لقد غادر العالم قبل أربعة أيام من بلوغه الثمانين. لم يكن يعاني مرضاً محدداً . بعد رقادة قام الدير كما هي العادة بالصلاة على جثمانه، و احتشد ألوف من الناس لوداعه وكان حاضراً يرأس الخدمة مطران تامبوف. أمضى ثيوفان في حياة الاعتزال 28 سنة كتب فيها اموراً عديدة تصلح مكتبة عامة دينية بدون شك، تميزت كتاباته بالطابع الروحي و الميستيكي و إليكم بعضها : رسائل إلى أناس طلبوا منه النصح و الارشاد و تخلو من أسماء. رسائل عن كيفية السلوك في الحياة المسيحية. رسائل تتعلق بعيش الإيمان في عالم متعب كالذي نحن فيه. رسائل في اليقظة و الصلاة. وضع القديس ثيوفان شروحات لرسائل القديس بولس. كذلك أسهم في تفاسير و جعل الكتابات النسكية محببة الى قلوب المؤمنين. ساهم في كتاب الحرب غي المنظورة للكاهن الكاثوليكي لورينزو سكوبولي. نقل عظات القديس سمعان اللاهوتي الجديد إلى الروسية. و أهم أعمال ثيوفان هو كتاب يحمل اسم (طريق الخلاص). فيه يتكلم عن الحياة الروحية عند الآباء الحبساء فيصف أن غاية الحياة المطلقة به و حفظ وصاياه. للنعمة دور فريد عنده كحال كل الآباء الشرقيين. الحياة في الروح القدس أمر لا غنى عنه من أجل القداسة و الاتحاد بالله. يرى القديس ثيوفان أن القداسة مستحيلة بدون ارشاد الكنيسة، عنده كتابات رائعة عن ممارسة صلاة الرب يسوع و صعوباتها و حلاوتها. وضع رسالة طويلة عن الصلاة أسوة بما فعله القديس غريغوريوس بالاماس. وضع رسالة الى راهبة تدعى (مغداينا) في يوم اعطائها الاسكيم الكبير.

أحب القديس ثيوفان الصوفية الغربية ولاقت في نفسه استحساناً، على عكس القديس اغناطيوس بريانشانينوف الذي شجبتها لأن دور الخيال الكبير في حياة الصلاة عند الغربيين كما ظن. وضع شرحاً طويلاً لكتاب توما كمبيس (الافتداء بالمسيح) يصلح أن يكون كتاباً يعلم في معاهد اللاهوت، لما فيه من كلام دقيق عن خواص الروحانيتين الشرقية والغربية. كان للقديس اغناطيوس بريانشانينوف موقف خاص من القديس اغناطيوس لويولا و من القديس فرانسيس الاسيزي. يستطيع من يرغب في الاطلاع على الروحانيات المختلفة، أن يطالع ثيوفان الذي له ما يقوله في هذا الباب، يتبين للذين طالعوا اعماله باللغة الأم، انه يكثر الكلام عن رؤية النور غي المخلوق. و الجدير بالذكر أن أعمال القديس ثيوفان محفوظة بالكامل في دير القديس بندلايمون في جبل اثوس. رقد ثيوفان بالرب في نهاية القرب التاسع عشر حين كانت الرهبة نشيطة، لكن الثمر الحقيقي كانت يد الله قد ارجأت قطافه حتى القرن العشرين. و جاء القرن المرتقب و قدمت روسيا الملايين من الشهداء في جو من الاضطهاد المرير الذي لا يخلو قطعاً من الثمر الروحي، و الثمر كان كبيراً ، و كبيراً جداً.



## ما صدر للمعرب

- 1- كتاب " اذهبوا بسلام " بتمويل من مجلس الكنائس العالمي.
- 2- "أقوال الاءاء الشيوخ" طبعته منشورات النور بالتعاون مع البلمند
- 3- شرح القداس الالهى.
- 4- اليقظة و الصلاة.
- 5- الحرب اللامنظورة.
- 6- اربعمئة قول فى المحبة للقدىس مكسىموس المعترف (تحت الطبع)
- 7- الكتاب المقدس فى الكنيسة (قيد الاعداد)
- 8- العائلة فى الكنيسة و الكتاب (قيد الاعداد)