

هدف الحياة المسيحية

1. مجد الله: وهو الهدف النهائي والمطلق للحياة المسيحية.

الله عندما خلقنا ، لم يخلقنا بسبب الضرورة وإنما خلقنا كي يشركنا في طبيته. الله لا يستطيع أن يعمل لهدف آخر من غير أن يكون هو نفسه ذلك الهدف.. إذاً: الله يبحث عن مجده الخاص .. إذاً فهو أناي؟؟؟
الله لا يعمل لكي يُزيد مجده ، لكن لكي يشارك أو يقاسم مجده مع خلائقه كي يُظهره ، وأيضاً لكي يشركنا في مجده المقدس. لأن الله هو محبة ، والمحبة تنتشر من تلقاء نفسها بسبب طبيعتها، إذاً الله يريد أن يشركنا في سعاده الخالدة.

2. تقديس النفس: وهو الهدف الثاني والقريب ، وهو متعلق (مرتبط) بالحياة المسيحية. الإنسان خُلق في حالة النعمة على صورة الله ومثاله (ذوعقل وإرادة)، ولكن الإنسان دخل في حالة السقوط أي الخطيئة، وخسر جميع الخيرات التي أعطاه الله إياها. ولكن الإنسان الآن هو في حالة الإنسان المُفدى، أي المُخلص، لأن المسيح قد شفانا عندما فدانا على الصليب.

القسم الثاني: الهيئة الفوق طبيعية و الكمال المسيحي.

1. طبيعة وهيئة الحياة الفوق طبيعية

(عندما نقول هيئة فنحن نعني مجموعة أعضاء مترابطة مع بعضها). الإنسان هو حيوان عاقل، فلكونه حيوان فهو يملك جسداً ، ولكونه عاقل فهو يملك نفس روحية. والنفس هي حقيقة بسيطة¹، لا تحتوي على أقسام ، هي روحية. ومع ذلك فنحن نُميز في النفس الماهية (الجوهر) وقوات النفس. فالماهية أو الجوهر هو الذي يجعل منها نفس وليس شيء آخر. أما بالنسبة للقوات فهي تأتي من الجوهر، وهي مفيدات للعمل وهم عبارة عن قدرات، ومن هذه القدرات تخرج الأفعال. فقوات النفس اذا هي:

العقل: كي ندرك ونفهم ونتعقل. والإرادة: كي نحب ونختار.

بالنسبة للجسد نحقق عن طريقه الأفعال الجسدية، مثل الحركة (مثلا نحرك يدنا). وعن طريق العقل نحن نفهم ونفكر، وبالإرادة نقرر عمل هذا الشيء أو ذاك الشيء.

من بين القدرات والأفعال توجد هناك العادات، أنا لا أستطيع أن أعمل شيء معين إذا لم أملك العادة لعمله، في هذه الطبيعة تتدخل النعمة لكي ترفع من شأن "قيمة" تلك العادات.

مخطط للهيئة الفوق طبيعية بحسب القديس توما الاكوييني:

التطويات	مواهب الروح القدس	الفضائل	
أطهار القلوب، الحزاني	العقل والعلم	الإيمان	الفضائل الإلهية
فقراء الروح	مخافة الله	الرجاء	
الساعين إلى السلام	الحكمة	المحبة	
الرحماء	المشورة	الفطنة	الفضائل الإنسانية
الودعاء	التقوى	العدالة	
الساعين إلى العدل	القوة	القوة	

¹كلمة بسيطة بالفلسفة تعني انها بدون اعضاء

القناعة	مخافة الله	فقراء الروح
---------	------------	-------------

أ. النعمة²

النعمة هي جميل ومساعدة مجانية يعطينا الله أيهما لتلبية نداءه بأن نصير أبناء الله، أبناء بالتبني، مشاركين في الطبيعة الالهية، وفي الحياة الابدية. بالمعمودية يشترك المسيحي في نعمة المسيح رأس جسده. وبما أنه "أبنا بالتبني" فيستطيع أن يدعو الله "أبا" بالاتحاد مع ابنه الوحيد. وهو يتقبل حياة الروح الذي ينفخ فيه المحبة والذي يكون الكنيسة.

(أ) انواع من النعم:

1. النعمة المُبرِّرة: طبيعتها (تعريفها): هي المبدأ الشكلي لكل حياتنا فوق طبيعية.

هي صفة فوق طبيعية، تدخل أو تتأصل في نفوسنا، تعطينا مشاركة شكلية وطبيعية، في طبيعة الله نفسه، بالرغم من أنها مشاركة مشابهة عرضية.

- هي صفة عرضية. (الجوهر هو القائم بذاته، الكلب جوهره جوهر كلب، لكن لون عيونه هي عارض، حتى ولو أن عيونه عندها كينونة (كيان)، لكنها تتأصل وتدخل في كينونة الكلب نفسه. عندما يختفي أو يموت الكلب، يختفي معه العارض والنعمة هي عارض يتأصل في جوهر النفس. إذًا، هي صفة عارضة. (أقل مشاركة في حياة النعمة تفوق كل الخيرات المادية).

- هي صفة تتأصل في نفوسنا: " البروتستانت ينكرون هذه الحقيقة، ويقولون أن النعمة هي شيء يغطي الإنسان كشيء خارجي". *الله يهب أو يصب النعمة فينا ويغير نفوسنا.*

- لماذا أحب شيء معين؟ لأنه محبب أو لطيف، أو لأنه جيد. أما بالنسبة لله فهو لا يحبني لأنني لطيف وجيد بالنسبة له، بل العكس هو الصحيح أنا جيد لأن الله يحبني. محبة الله هي سبب لطف وخير الأشياء. العذراء القديسة هي الأكثر قداسة من كل الناس لأن الله أرادها هكذا، لأن الله أراد أن يحبها.

- لماذا نعمة الله متأصلة في النفس؟ لأن محبة الله هي محبة خلّاقة (أي تخلق). الله يحب الانسان بمحبة فوق طبيعية وبما أن الله هو سبب ما يحب فهو ينتج الخير الفوق طبيعي، وهذا الخير (اللطف) الفوق طبيعي لم يكن في الأشياء قبل أن يحبها الله. هذا الخير الفوق طبيعي هو النعمة. عندما نحبها تخلق منا أشخاص من درجة فوق طبيعية.

مشاركة شكلية وطبيعية، في طبيعة الله نفسه. بالرغم من أنها مشاركة مشابهة عرضية:

طبيعية: أي حقيقية، وليس فقط مقارنة.

مشابهة: أي أنه حتى ولو كانت توجد النعمة فينا، فنحن لا نصبح الله بل نشبه الله.

عرضية: لأنه إذا كانت جوهرية فهذا معناه أننا نصبح الله نفسه.

وهي حياة الله التي يمنحنا إياها بعطية مجانية، وبنبها (يضعها) الروح القدس في نفسنا ليُبرئها من الخطيئة ويقدّسها. ونحصل عليها في العماد.

2. النعمة الحالية: وهي المُداخلات الالهية أي هي تلك النعم التي تحرك النفس بطريقة نوعية، كي تعمل أو تحصل على

شيء من أجل الوصول إلى الحياة الأبدية. تسمى الحالية لأننا نحصل عليها في زمن أو وقت معين ومناسبة لحالة معينة

(حالياً. الآن وفي هذه الحالة).

هي تلك النعم التي تحرك النفس بطريقة نوعية، كي تعمل أو تحصل على شيء من أجل الوصول إلى الحياة الأبدية. تسمى

حالية لأننا نحصل عليها في زمن أو وقت معين ومناسبة لحالة معينة (حالياً. الآن وفي هذه الحالة).

² Dal CCC N 1996-2005 e 2021-2024

النعم الحالية موجودة من أجل العادات الموحى بها لكي نستطيع أن نتسلمهم. هي "عادات" صغيرة، صفات دائمة. النعم المألوفة ترتب الفعل، أما النعم الحالية فتدفع (تحرك) الفعل. قد قلنا من قبل إننا نستطيع استخدام الفضائل لأجل صالحنا، لفعل ذلك نحتاج إلى النعم الحالية التي تحرك أو تُثير فعل الفضيلة.

عندما يكون الكائن أكثر كمالاً يكون معتمداً على (سببه الأول) الله بدرجة أكبر. الملائكة يعتمدون على الله في أفعالهم الطبيعية بصورة أكبر بكثير من الإنسان. الكمال الأعظم يتطلب قرب أكثر من سببه (أي الله). القديسين هم أكثر الناس الذين يتركون الله يعمل بهم ويحركهم.

(2) وظائف أو عمل النعم الحالية

1. تجعل النفس مستعدة لكي تحصل على العادات الموحى بها (عندما تكون النفس في حالة الخطيئة).
2. العمل بهم.
3. تمنع الإنسان من الوقوع في خطيئة مميتة.

3. النعم الخاصة: النعم الاسرارية، وهي النعم الخاصة للأسرار.

نعمة المواهب: إنها في خدمة المحبة التي تبني الكنيسة وهي مثل: موهبة العجائب، التكلم باللغات. نِعَم الحالة: وهي التي تُرافق ممارسة مسؤوليات الحياة المسيحية والخِدْم الكنسية.

(ب) الخاضع للنعمة (أي ما هو الذي تتأصل فيه النعمة)

النعمة تتأصل في ماهية النفس (جوهر النفس). الإيمان مثلاً، هو عارض فوق طبيعي يتأصل في الذكاء (العقل)، أما المحبة فهي عارض فوق طبيعي يتأصل في الإرادة. النعمة لا نتعرف عليها عن طريق المحبة، لأنها هي منبع المحبة. النعمة التي تتأصل في جوهر النفس هي عادة كيانية (تدخل في نظام الكائن، عادة موجودة في كياننا لا تجعلنا نعمل بشكل مباشر)، بينما المحبة، التي تتأصل في الإرادة، فهي عادة عملية تتجه نحو العمل (عادة عملية متجهة نحو العمل أو تجعلنا نعمل).

(ت) تأثير النعمة.

1. تجعلنا أبناء حقيقيين لله بالتبني: عندما تتبنى عائلة طفلاً، تعطيه كل حقوق الابن، لكن لا تعطيه دم العائلة الخاص. بالنعمة يحدث لنا نفس الشيء، فهي ترفع من شأننا وتجعلنا نتشارك في حياة الله نفسه. بالنعمة الله يرفعنا من الحالة الطبيعية إلى الحالة الفوق طبيعية، ويجعلنا أبناء له بالتبني، ولكن بقيمة تفوق بكثير جداً قيمة التبني في عائلة عادية.
 2. تجعلنا ورثة الله. (أي نستطيع أن نرث ملكوت السماوات).
 3. تجعلنا أخوة يسوع المسيح.
- هذه هي التأثيرات الرئيسية لكن هناك تأثيرات أخرى مثل:
4. تعطينا الحياة الفوق طبيعية.
 5. تجعلنا أتقياء ومحبيين ولطفاء لدى الله.
 6. تعطينا القدرة لكي نستحق الحياة الفوق طبيعية.
 7. تجعلنا متحدين بقوة أو بشكل حميم مع الله.
 8. تجعلنا هياكل للروح القدس.

بدون النعمة لا نستطيع أن نكون أبناء الله، لذلك هناك فرق كبير. هذه العادة الصغيرة تعطينا كل ما ذكرناه سابقاً (تأثير النعمة)، تجعلنا نعمل بشكل فوق طبيعي، لكن بدون النعمة نستطيع أن أحب الله بمحبة طبيعية، لكن هذا لا يجعلني ابن

الله، ولا وريث لملكوته ولا أخ ليسوع المسيح ولا استطيع أن أفعل أي فعل صغير من أفعال الحياة الفوق طبيعية، لا استطيع أن أحصل على استحقاقات. نحن مثلا لا نستطيع أن نؤمن بشيء إذا لم يكن الله قد أراد ذلك، هو الذي وضع هذه العادة العملية في نفوسنا (أي الإيمان)، حياتنا مُلقحة (مطعمّة) بالحياة الفوق طبيعية (أي أنه يوجد عندنا بذور الحياة الفوق طبيعية) عن طريق حياة النعمة.

القدرات الفوق طبيعية :

النعمة هي عنصر ثابت ، لأنها هي عادة كيانية وليست عملية، والحياة الفوق طبيعية تهتم بما يلي : النفس، القدرات، العادات والأفعال.

• مثال على الهيئة الطبيعية: النفس. العقل، الرياضيات، الحسابات.

• مثال على الهيئة الفوق طبيعية: النفس. العقل، الإيمان ، الإيمان بسر الإفخارستية.

العمل يتبع الكيان (الكينونة)، إذًا، المثل الأول هو عمل طبيعي، أي أنه يتبع الكينونة الطبيعية. أما في المثل الثاني هناك عمل فوق طبيعي ، إذًا، يُفترض هنا هيئة فوق طبيعية.

كما أن الهيئة الطبيعية لها نفس، وقدرات عملية، هكذا أيضا، الهيئة الفوق طبيعية توجد لها النعمة، التي تكمل النفس (أي تجعلها كاملة)، ترفع النفس إلى ما هو فوق طبيعي، والقدرات تجعلها أيضا فوق طبيعيات التي هي الفضائل ومواهب الروح القدس الموهوبة لنا قبل من الله.

- الجوهر الفوق طبيعي هو النفس المرتفعة (المرتقية) من قبل النعمة.

- والقدرات الفوق طبيعية هي القدرات المرتفعة عن طريق الفضائل ومواهب الروح القدس الموضوعة فينا من قبل الله.

يوجد هناك تشابه كامل بين الهيئة الطبيعية والهيئة الفوق طبيعية ، القدرات تفوّض (تعطي الصلاحية) النفس لكي تعمل. هكذا ما يحدث مع هيئتنا الفوق طبيعية. بما أن النعمة هي جوهر الهيئة الفوق طبيعية.

ب. الفضائل الموحى بها (أي أن الله هو الذي أعطانا إياها)³

الفضيلة: هي استعداد عادي وثابت لفعل الخير. وهي تُتيح للشخص أن يعطي أفضل ما عنده . والشخص الفاضل يسعى بكل قواه الحسية والروحية إلى الخير، ويمضي وراءه ويختاره في أفعال واقعية. و"هدف الحياة الفاضلة أن نصير مثل الله" (القديس غريغوريوس النيصي) وتقسم الفضائل الى قسمين وهم:
أ. وجودها وضرورتها.

النعمة هي عادة كيانية ، تحتاج إلى مبادئ عملية مباشرة.

الله استطيع أن يحركنا عن طريق نعم حالية (آنية)، لكن هذا يكون عمل عنيف أو قاسي. بما أن الله يعطي للكائن الطبيعي قدرات للعمل بطريقة طبيعية (عادات طبيعية، كي يكون سعيد أكثر ولكي يحقق أعماله).
بنفس الطريقة يضع (يصب) فينا عادات وصفات فوق طبيعية كي نستطيع الوصول إلى الخلاص الأبدي بطريقة سهلة وسريعة.

ب. طبيعة (تعريف) وتمييز بين الفضائل الطبيعية والفوق طبيعية.

الفضيلة: هي استعداد عادي وثابت لفعل الخير. وهي تُتيح للشخص أن يعطي أفضل ما عنده . والشخص الفاضل يسعى بكل قواه الحسية والروحية إلى الخير، ويمضي وراءه ويختاره في أفعال واقعية.

هي عادات عملية، موضوعة من قبل الله في قدرات النفس كي تجعلها مستعدة للعمل عن طريق حُكم العقل ونور الإيمان.

³ Dal CCC n. 1803-

- عادة: العادة هي صفة نتركها أو نتخلى عنها بصعوبة ، تبيئ (تُعد) الفاعل أو الفرد للعمل بسهولة، واستعداد دائم (أو تَاهب) وباستمتاع (يجد فيه متعة).

- موضوعة من قبل الله في قدرات النفس: أي أنه هناك فضائل طبيعية نحصل عليها عن طريق إعادة العمل مرات عديدة، أما هذه الفضائل فالمنتج الوحيد لها هو الله، أي فقط تأتينا من الله.

كما أنه من جوهر النفس تخرج القدرات التي هي مبادئ عملية، كذلك من نفس النعمة تخرج الفضائل في قدرات النفس، وهذه القدرات تتحول أو تتحرك لأفعال.

- تجعلها مستعدة للعمل عن طريق حكم العقل ونور الإيمان: في هذا أيضاً تتميز الفضائل الإلهية عن الفضائل الطبيعية والتي تجعلنا نعمل بحسب حكم العقل فقط، أما الفضائل الفوق طبيعية تجعلنا نعمل بحسب حكم العقل المتور من قبل الإيمان.

ج. خواص الفضائل الموحى بها

1. تصاحب دائماً النعمة المقدسة.

2. تتميز أو تختلف واقعياً عن النعمة المقدسة (العادة الكيانية ، والأعمال الأخرى).

3. تختلف عن الفضائل الطبيعية.

4. نحصل عليها بطريقة غير كاملة لذلك نحتاج إلى مواهب الروح القدس.

5. تزداد مع النعمة. (تصبح أكثر عن طريق النعمة).

6. تعطينا قدرات داخلية للعادة الفوق طبيعية، لكن لا تعطينا السهولة الخارجية لها. العادات تسمح لنا بتحقيق

الأفعال، لكن لا تعطينا القدرات الداخلية لكي نحقق الأفعال. العادات الفوق طبيعية تعطينا القدرات الداخلية. لكي

نحقق فعل طبيعي قد لا نحتاج دائماً للعادة الطبيعية، لكن لكي نحقق فعل فوق طبيعي نحتاج إلى عادة فوق طبيعية.

لكن الحصول على العادة الفوق طبيعية لا يعني أنني أملك السهولة لتحقيق الأفعال الفوق طبيعية.

7. جميع الفضائل الفوق طبيعية تختفي مع الخطيئة المميتة، ماعدا الإيمان والرجاء (لكي أخسر أو أضيع هذه الفضائل

يجب أن أفعل فعل مباشر ضدها).

8. لا يمكن أن تتناقض (تصبح أقل) بشكل مباشر: إذا أنا أملك فضيلة الحذر، وأعمل خطيئة مميتة، هل يقل الحذر

عندي، أم يختفي؟؟ أو عندما أعمل خطيئة عرضية يقل؟ الجواب... لا ، الفضائل الموحى بها من قبل الله لا تقل بشكل

مباشر، لكن كل مرة أعمل خطيئة عرضية أو عندما لا أكون أمين على النعم الحالية، أجعل نفسي مستعدة لكي تعمل

خطيئة مميتة التي تجعلني أخسر أو أفقد الفضائل.

تقسيم أساسي للفضائل :

(1) . الفضائل الإلهية: الإيمان والرجاء والمحبة

وهي منظمة لهدف الإنسان. ألا وهو الله. والله هدفها النهائي والمباشر، تستند مباشرة إلى الله، وهي عربون حضور الروح وفعله

في قوى الكائن البشري

الإيمان: نعتقد وجود الله، وكل ما أوحى به إلينا، وتعرضه الكنيسة علينا كي نؤمن به.

الرجاء: نبتغي (نتمنى) من الله وننتظر بثقة راسخة الحياة الأبدية والنعم لاستحقاقها.

المحبة: نود (نحب) الله فوق كل شيء، والقريب كنفسنا لأجل الله. وهذه الفضيلة هي رباط الكمال، وصورة الفضائل كلها.

(2) الفضائل الإنسانية: الفطنة، العدل، القوة، القناعة.

وهي غير منظمة بشكل مباشر لله ، لكنها وسائل توصلنا إلى الله.

و هي مواقف راسخة واستعدادات ثابتة، كمالات عادية في العقل والإرادة تنسق أفعالنا وتنظم أهوائنا وتمنحنا السهولة والتسلط على الذات. وهي فضائل مكتسبة بالتربية وبالثبات المتجدد. الإنسان المجروح من الخطيئة لا يستطيع أن يحتفظ في الاتزان الأخلاقي، لكن عن طريق النعمة والأسرار والروح القدس نستطيع أن نثبت في السعي إلى الفضائل.

الفطنة: نُهيء العقل لتمييز خيرنا الحقيقي في كل ظرف، ولأختيار الوسائل الصحيحة لإتمامه.

العدل: أساسه ارادة ثابتة وراسخة لإعطاء الله والقريب ما يحقّ لهما.

القوة: تؤمن في المصاعب الثبات والصمود في السعي الى الخير.

القناعة: تكبح جماح شهوة الملمات الحسية وتمنح الاتزان في استعمال الخيرات المخلوقة.

ج . مواهب الروح القدس

1. وجودها: (اشعيا 11: 3-1)، آباء الكنيسة وتعليم الكنيسة تتبعوا (تفحصوا) هذا النص، فأكدوا أن مواهب الروح القدس سبعة هي: الحكمة – الفهم - التقوى – القوى – العلم – المشورة – مخافة الله

2. طبيعة مواهب الروح القدس: هي عادات فوق طبيعية موضوعة من قِبَل الله في قدرات النفس، كي تحصل على، وتساعد بسهولة اقتراحات الروح القدس لكي تعمل بطريقة إلهية أو فوق إنسانية (فوق طبيعية).

تعمل بطريقة إلهية أو فوق إنسانية: الفضائل الطبيعية تجعل الإنسان مستعد ليتحرك بسهولة، وبلذة ويتأهب (باستعداد كبير)، عن طريق العقل الطبيعي فقط.. أما الفضائل الفوق طبيعية فهي تجعل الإنسان مستعد لكي يتحرك بسهولة وباستعداد وبلذة عن طريق العقل المنور من قِبَل الإيمان. لكن العقل المنور من قِبَل الإيمان بطريقة إنسانية.. في هذه الحالة، الإنسان هو الذي يعمل بمساعدة هذه الفضائل لكن بطريقة إنسانية، ولكن هذه الطريقة الإنسانية هي دائماً غير كاملة، لذلك تنقُصنا مواهب الروح القدس التي تجعلنا مستعدين لكي نتحرك عن طريق الروح القدس بشكل مباشر، أي بطريقة إلهية. وهذا العمل هو أكثر كمالاً من العمل عن طريق الفضائل الفوق طبيعية الموحية بها وحدها.

3. أوجه الشبه والاختلاف بين مواهب الروح القدس والفضائل الموحى بها.

أوجه الشبه:

- 1) جميعهم من نفس النوع: أي أنهم عادات، وهم عادات عملية.
- 2) لهم نفس السبب وهو الله (أي أنهم يأتوا من عند الله).
- 3) لهم نفس الفاعل: أي قدرات الإنسان، (أي أنها تدخل أو تتأصل في قدرات الإنسان).
- 4) لهم نفس الموضوع المادي.
- 5) لهم نفس السبب النهائي أو الهدف (النهائي): وهو الكمال الفوق طبيعي.

أوجه الاختلاف:

1) السبب المحرك: في الفضائل (الموحى بها) الإيمان هو الذي يبين العقل الإنساني، ولكن في (مواهب الروح القدس)، الروح القدس (نفسه) هو الذي يحرك المواهب كأداة له.. مثلاً المجذاف يحتاج إلى قوة (مُحرّكة أو دافعة)، والقوة يعملها الشخص الذي يجديف. أما المواهب هي كالشراع، السفينة تتحرك (بواسطة الشراع) عندما تكون هناك رياح (تيارات هواء). الروح القدس يريد استخدام المواهب كالشراع الذي يحرك السفينة، أي أن المواهب هي التي تحرك الإنسان. الشيء الوحيد الذي يعملها الانسان هو أن يترك نفسه لتحركها المواهب، أو يضع العقبات (العراقيل) أمام هذه المواهب.

(2) السبب الشكلي: في الفضائل الموضوع الشكلي هو العقل الإنساني المستنير من قِبَل الإيمان. مثال على فعل عدل فوق طبيعي: يقرر أن يذهب إلى القديس يوم الأحد. العقل المستنير من قِبَل الإيمان يعلمنا إنه يجب أن نعطي لله العبادة التي يستحقها والفعل الذي يجعلني اعطيه ما يستحقه هو القديس الإلهي. إذًا: هذا الفعل أي الذهاب إلى القديس هو فعل جيد لأنه يلائم العقل المستنير من قِبَل الإيمان. بينما في المواهب القاعدة القريبة و المباشرة هو الروح القدس نفسه الذي يقرر أنني يجب أن أفعل هذا الفعل (حتى دون أن أعرف السبب، فقد يكون السبب فوق حساباتنا فهذا يعتمد على إرادة الروح القدس فقط).

(3) الفضائل طريقتها إنسانية أما المواهب فهي إلهية.

(4) الفضائل نستطيع استخدامها كوسيلة لنا، أما المواهب فلا نستطيع ذلك، لأنها هدية من الله. فقط نستطيع أن نُخضع أنفسنا كي يحركها الروح القدس، لكننا لا نستطيع أن نحدد متى.

4. ضرورة مواهب الروح القدس :

1. مواهب الروح القدس ضرورية لكمال الفضائل الموحى بها: لأجل تفاوت العادة والفاعل التي تسكن فيه. معنى هذا أن العادة هي كاملة لكن نحن غير كاملين، وقدراتنا غير كاملة، لذلك مواهب الروح القدس هي كمال الفضائل فيها.
2. مواهب الروح القدس ضرورية للخلاص : كثيرون يصلون للخلاص بدون مواهب الروح القدس لكن ليس بدون عادات مواهب الروح القدس. العقل المستنير من قِبَل الإيمان هو غير كافي لقيادتنا في طريق الخلاص لذلك فنحن نحتاج لأن تحركنا مواهب الروح القدس.
3. هي ليست ضرورية لكل الأفعال، وكل فعل من الأفعال مرتب من أجل الخلاص.

(5) ثمار الروح القدس :هي أفعال سامية (عالية) تأتي من مواهب الروح القدس. تتميز أو تختلف عن المواهب كما تختلف الثمار عن الشجرة ، أو كاختلاف السبب عن تأثيره.

(6) التطويبات الإنجيلية: هي أكثر كمالاً من ثمار الروح القدس، تأتي من الفضائل والمواهب، لكنها تأتي بقدر أكبر من المواهب.

(2) الكمال المسيحي

1. طبيعة الكمال المسيحي :

- (1)- الكمال المسيحي يتكون من الكمال في المحبة. (1 تيمو: 5)، الكمال لكائن هو وصوله إلى هدفه النهائي. المحبة هي التي تجمعنا مع هدفنا النهائي (الله). لذلك فالمحبة (خصوصاً) هي التي توصلنا إلى الكمال.
 - (2)- الكمال المسيحي يكون بشكل عام في الفعل المُحَبَّد (مُفَضَّلَة) من قِبَل المحبة، وفي أفعال الفضائل الموحى بها من حيث إن هذه الأفعال مأمورة من قِبَل المحبة. يجب أن يكون هناك فعل، لأنه أفضل وأكمل بكثير ما هو فعل من ما هو قوة (قدرة).
 - (3)- كمال الحياة المسيحية يتطابق مع كمال فعل المحبة الثنائي (محبة الله ومحبة القريب، أول شيء هو العلاقة مع الله وثانياً العلاقة مع القريب).
 - (4)- المحبة يمكن أن تنمو بشكل لامحدود في الإنسان الحاج (لأننا حجاج على هذه الأرض)، لذلك الكمال المسيحي لا يوجد له حدود على هذه الأرض. (لأنه من غير الممكن أن نحب الله كما يجب أن يُحَب).
 - (5)- الكمال المسيحي يتكون أساساً في الوصايا، وثانياً في المشورات الإنجيلية.
- الوصايا: "أحب الله" نحن مجبرين أن نعمل بها لأن الله أمر بها.

المشورات الإنجيلية: مُرتبة على المحبة، فهي تزيح أو تحرك بعيداً الأشياء المضادة للمحبة (نذر الفقر يساعدني على أن لا تعرقل مسيرتي الخيرات الزمنية أو الأرضية نحو القداسة). نحن الرهبان والراهبات مُجبرين على الميل (الاتجاه) إلى القداسة، لأننا قدمنا النذور الرهبانية، لكن الدعوة إلى الكمال هي دعوة ووصية موجهة للجميع.

2. إلزامية (وجوب) الكمال المسيحي

أي أن جميع المسيحيين مُلزَمين أو مُجبرين للوصول إلى الكمال المسيحي لأن المسيح أوصانا: "كونوا كاملين كما أن اباكم السماوي كامل"

3. درجات الكمال المسيحي

القديس توما الاكوييني يستخدم التشابه بين الحياة الطبيعية والفوق طبيعية على الشكل التالي:

الحياة الطبيعية

الفوق طبيعية

الطفولة

المبتدئ

وهو الذي يصارع أو يحارب ضد الخطيئة.

الشباب

الخبير

يهتم في التقدم في الخير، و التقدم في طريق المحبة وازديادها وتقويتها في نفسه.

البالغ أو الناضج لكامل

يهتم في اتحاده الحميم بالله و السعادة معه.

هذه المراحل ليست مراحل منفصلة الواحدة عن الأخرى ومنغلقة، لكنهم في بعض الأوقات يتداخلوا مع بعضهم البعض، والله في بعض الأوقات يسمح بأن نسقط ونرجع إلى الوراء.

4.. هل الحياة المسيحية ممكنة في هذه الحياة أم لا :

كمال المحبة : الذي يُحب، (أي أنه أنا الفاعل، أحب بقدر ما أستطيع).

كمال المحبة : الموضوع المُحَبَّ (المحبوب)، أي أن المحبوب يكون هو كل شيء بالنسبة لي.

كمال المحبة بالنسبة للمحبوب هي مستحيلة، في هذه الحياة أو في الحياة الأبدية (حتى إنسانية المسيح لا تستطيع أن تحب الله بمحبة كاملة)، لا يستطيع أي مخلوق أن يحب الله بمقدار ما يستحق هو أن يُحب، لأننا (كل المخلوقات) محدودين والله غير محدود.

كمال المحبة:- هذا الكمال نحن نستطيع الوصول إليه هنا في هذه الارض. والذي يستطيع الوصول اليه هو:

- الذي عنده محبة كافية ليبتعد عن الخطيئة المميتة. (أي الذي في حالة النعمة).

- الأشخاص الذين يرفضون الأشياء التي تؤخر محبتهم الكاملة.

5.. ما يفترضه دائما الكمال المسيحي:

(1) الكمال المسيحي يفترض دائما تطور سامي (عالي) للنعمة.

(2) الكمال المسيحي يفترض دائما الكمال في الفضائل الموحى بها.

(3) الكمال المسيحي يتطلب دائما التطهير التسليبي (أن اسلم نفسي الى الله ليطهرني).

(4) الكمال المسيحي يتطلب بالضرورة الحياة التصوفية.

3) طبيعية الحياة التصوفية

1. التركيب اللاهوتي للحياة التصوفية:

تتألف أو تتكون الحياة التصوفية من فعل مواهب الروح القدس، التي تنتج بشكل عام خبرة عن الله وعن فعله في النفس، وذلك بدون أي مقاومة منّا.

- فعل مواهب الروح القدس: كل مرة تعمل موهبة من المواهب فينا ينتج فعل تصوفي. الحالة التصوفية هي عندما تعلو (تصبح أعلى وأقوى) هذه الأفعال التصوفية فوق أفعال الفضائل الموحى بها.

- التي تنتج بشكل عام خبرة عن الله وعن فعله في النفس: عادةً، ليس دائماً يحدث هذا. أي أنه من غير المعتاد أن يختبر الإنسان عمل الله في نفسه (مثلاً في الليل المظلم، النفس لا تختبر عمل مواهب الروح القدس، لكنه يفكر أن هذا توبيخ من الله). القديس يوحنا الصليبي يصف "ليل النفس": لكن الذي تشعر به النفس المتألّمة هو أنه يبدو واضح لها أن الله رماها خارجاً، يرفضها أو (لا يرضى عنها)، لذلك تركها في الظلمة التي بالنسبة لها هي خطر وتجريح مؤلم. خيال الموت... الخ".

كثير من اللحظات الأولى من حياة المبتداء التائب تكون مليئة التعزية، لكن بعد ذلك النفس تلاحظ أنها بمفردها وحيدة وهكذا تبدأ في التراجع إلى الوراء (لأنها لا تستطيع الصلاة مثل الأول، تسرح، لا تملك التعزية التي كانت عندها أولاً)، النفس هكذا تكون أفضل مما سبق، لكنها لا تشعر بذلك. لذلك يجب عليها أن ترى الثمار التي تتبع ذلك (التي تأتي بعد ذلك)، إذا كان هناك ثمار للتواضع، إذاً هذا يعني أن النفس تصلي بشكل جيد. المسيح في بستان الزيتون لم يحصل على تعزية واحدة من أبيه، لكن من المهم أن نطبق قواعد تمييز الأرواح للقديس اغناطيوس. الليالي المظلمة هي انقباضات كبيرة، مثلاً: القديسة تريزا عاشت 18 سنة في حالة انقباض. هناك متصوفين عظماء عاشوا في انقباض.

في هذه الحالة (الانقباض) النفس تكون بعيداً جداً عن الشعور بخبرة من الله.

خارج هذا الاستثناء، عادةً تكون هذه الخبرة، أنها إحدى الاختلافات الجذرية بين الحياة التصوفية والحياة التقشفية (حياة التقشف: أي إننا نعمل ضد الخطايا، نعمل إمامات كثيرة). المتصوف يختبر الواقع، النعمة، حتى ولو بطريقة غير حسية، مصاحبة أشخاص الثالث الأقدس، حضور الله في النفس.

- بدون أي مقاومة منّا: لأنه بالنسبة للنفس، يكون من الواضح إنه "يُنتج" في النفس. أي لا تنتجها النفس. يكون واضح بالنسبة للنفس إنه يأتيها من فوق بدون أن تمتلك النفس القدرة لتقرر.

2). الحياة التصوفية ليست هي نفس حياة المشاهدة الموحى بها...

لا يمكن أن يكون هناك مشاهدة روحية موحى بها بدون الحياة التصوفية، لكن ممكن يكون هناك حياة تصوفية بدون حياة المشاهدة. في الرياضات الروحية مثلاً، القديس اغناطيوس يقترح تأمل ومشاهدة. التأمل هو استعمال الذكاء لكي نفكر في الاستحقاقات الإلهية... المشاهدة هي رؤية تَحْيَلِيَّة للسر. هذه المشاهدة مكتسبة (أي أنني حصلت عليها بجهد مني). لكنها تُحَضِّرني لكي يرفعني الله إلى المشاهدة الموحى بها، عندما الله نفسه ينيرني لكي أعرف سر معين.. هذه هي أعلى درجة في الحياة التصوفية.

إذاً يمكن أن يكون عندي حياة تصوفية بدون مشاهدة موحى بها، لكن لا يمكن أن يكون العكس.

المشاهدة الموحى بها تُنتجها المواهب العقلية (الحكمة والفهم)، لكن ممكن أن يكون هناك أفعال من المواهب العاطفية وهذا لا ينتج المشاهدة الموحى بها. هذا يعني أنه في هذه الحالة يكون هناك حياة تصوفية بدون مشاهدة موحى بها.

للوصول إلى حالة التصوف يجب إتمام واجبات وضعي أو حالي، (الذي يتطلب تضحيات وعمل داخلي)، الذي من خلاله نبدأ بالابتعاد عن الخليقة والاقتراب من الله، نبدأ بالتطهير والاستعداد (الحالة التقشفية) حتى عندما تبدأ أعمال مواهب الروح القدس والفضائل، الله يعمل فينا بشكل مباشر أكثر وتسليم من ناحيتنا، هذه هي الحالة التصوفية، حتى وإن لم يكن هناك مشاهدة تصوفية.

. الحياة التقشفية والحياة التصوفية يمتزجا مع بعض، هذا يعني إنه لا توجد حالة واحدة خالصة للتصوفية أو

التقشفية. الحالة التقشفية هي التي تسيطر عليها الأعمال التقشفية و الحالة التصوفية هي التي تسيطر عليها الأعمال التصوفية.

.التصوفية هي ليست نعمة غير طبيعية أو غير اعتيادية.
.كلنا مدعوين إلى الحياة التصوفية. الله يدعو الجميع إلى حياة القداسة.

القسم الثالث: التطور الطبيعي للحياة المسيحية

1. صراع أو كفاح ضد الخطيئة:

الخطيئة: هي انتهاك إرادي لقانون الله.

لكي يكون هناك خطيئة يجب أن تتوفر الشروط التالية:

1. مادة ممنوعة: أي شيء يكون ضد الوصايا العشر، شيء ما يكون موضوعياً شريراً. ممكن أن تكون خطيئة إذا كنت تعتقد أن هذا الشيء خطيئة (مع إنه ليس خطيئة) ولكني أفعله.
2. الانتباه: يجب أن أعرف (أدرك) أنني أعمل هذا الفعل وأعرف أن هذا الفعل هو شر (ليس خيراً). مثلاً استيقظت (صحيت) من النوم وأنا ما زلت نائم وضربت شخص ما. أنا أعرف أن الضرب شيء خطأ، لكن في هذه اللحظة لم يكن عندي الوعي الكافي لما أفعله. (مثل أيضاً السكران أو المعاق عقلياً). ممكن أن أفعل شيء سيئ أو شر وأنا لا أعرف إنه سيئ.
3. المعرفة: يجب أن يكون لديّ (عندي) إرادة لعمل هذا الشيء السيئ.

(1). الخطيئة المميتة :-

لكي يكون هناك خطيئة مميتة لابد أن تكون المعرفة والانتباه كاملين، والمادة يجب أن تكون خطيرة أو كبيرة. الموافقة على تفكير أو فكرة غير طاهرة تكون خطيئة مميتة.. تكون مادة ممنوعة كبيرة عندما يكون هناك انتباه وموافقة، لكن ممكن أن يكون هناك حالة تكون فيها الموافقة غير كاملة، مثلاً: عندما يكون الشخص شبه نائم، في هذه الحالة لا يوجد هناك انتباه لأن الشخص نصف نائم، ويكون هناك حيرة، لأنه غير معروف إذا كان الانتباه كامل أم لا.

الرعب من الخطيئة المميتة: يجب أن نُثير في النفوس الرعب من الخطيئة، لن الخطيئة المميتة تؤدي بنا إلى الهلاك الابدي.

لكي نساعد نفس في حالة خطيئة مميتة:

(1). نعتبر أنه:

- حتى وإن كان الله رحيم، فهو يعاقب بسبب الخطيئة الكائن العاقل بعذاب أبدي، إذًا، يمكننا الآن أن نفهم خطر هذه الخطيئة.
- الملائكة أصبحوا شياطين بسبب الخطيئة.
- آدم وحواء خسرو الفردوس بسبب الخطيئة وأدخلوا إلى العالم نتائج الخطيئة (الموت، الألم، الشقاء.....)
- لأن جهنم هي عذاب أبدي.
- بسبب عذابات المسيح.

(2). الخطيئة تملك نوع من الشر اللانهائي، لأنها تُهين كائن لانهائي.

(3). بسبب التأثيرات التي تنتج عنها:

- خسارة أو ضياع النعمة (نتذكر كل الخيرات التي تعطينا إياها النعمة).

• ضياع الاستحقاقات الماضية التي استحققتها (كل الأعمال الجيدة التي عملناها قبل الخطيئة الممّية نخسرها بالكامل).

• قُبِح وبشاعة النفس.

• نصبح عبيد للشيطان.

• استحقاق عذاب أبدي..

يجب علينا أن نصبح واعظين لشر وسوء وخطر الخطيئة.

2. الخطيئة العرضية

هي ليست كراهية كاملة لله، لكنها انحراف. الخطيئة ممكن أن تكون عرضية إذا كانت مادتها قليلة أو صغيرة، أو لعدم كمال الفعل. لكي يكون هناك خطيئة مميتة يجب أن تتوفر الشروط الثلاثة التي رأيناها سابقا (الانتباه ، المعرفة، الموافقة الكاملة)، مثلاً كذبة صغيرة . الكذب هو خطيئة، يجب علينا ألا نكذب، لكن بسبب مادتها (الصغيرة) فلا تعتبر خطيرة. ممكن أن تتحول الخطيئة العرضية إلى خطيئة مميتة: (الخطيئة نفسها تكون عرضية، لكن مميتة بسبب الشخص الذي يرتكبها، بسبب تتابع الحالات).

- عندما يكون هناك ضمير خاطئ - لا توجد عنده معرفة صحيحة عن الخطيئة - (مثلا يعتقد أن شرب الحليب (اللبن) خلال الصوم هو خطيئة).

- بسبب الهدف السيئ: مثلا شخص عصبي جداً، أقول له أشياء بسيطة تجعله يغضب وهكذا ممكن أن يكفر.

- بسبب خطر قريب وهو الوقوع في خطيئة مميتة: مثلاً الشخص عندما يشرب أكثر من اللازم سوف يسكر، وهو يعرف إنه يجب عليه أن لا يشرب كثيراً لأنه في النهاية سيصبح سكران، لكنه يشرب ويضع نفسه في خطر السكر أي الوقوع في خطيئة مميتة.

- بسبب فضيحة كبيرة : مثلا كاهن بسبب حب الاستطلاع البسيط الذي عنده (خطيئة عرضية) يدخل في صالة رقص. وهكذا الخطيئة العرضية تتحول الى مميتة بسبب الفضيحة التي عملها.

- بسبب احتقار القانون مهما كان.

- بسبب تراكم المادة.. (مثلا السرقة).

سوء أو شر الخطيئة العرضية:

الكنيسة تُدين موقف باجو (Bayo) الذي يقول أن كل الخطايا تستحق العذاب الأبدي. ليس هكذا. لكن من ناحية أخرى الخطيئة العرضية تشكل إهانة حقيقية لله. الذي يعمل الخطايا العرضية، يعملها إما بسبب ضعف (وليس عن عمد)، أو عن عمد (قصد) أي يعملها من قبيل العادة ، أو يعملها لأنها غير خطيرة ، على سبيل المثال :

. الخطايا العرضية التي ليست عن عمد: بسبب الإهمال، عدم الاهتمام بسبب الضعف. هذه خطايا نرتكبها جميعنا، يجب علينا الاعتراف بأننا ضعفاء، وأن نطلب المغفرة من الله وأن نتابع طريقنا إلى الأمام. لأنه كثير من المرات النفس التي تقع في خطايا عرضية ليس عن عمد تقع في الإحباط. وهذا شيء شائع بين الرهبان والراهبات، فهُم بعد أن يقعوا في خطيئة عرضية تهبط عزائمهم (قوتهم واستعدادهم).

. خطايا عرضية عن عمد (قصد): أي أنني أعرف إنه شيء خاطئ، وأنتبه إلى ذلك ومع ذلك أعمله.

تأثير الخطيئة العرضية عن عمد أو قصد

- تحرمنا من نعم حالياً كثيرة، قد يريد الله أن يعطيني نعمة حالية لكي ابتعد عن الخطيئة المميتة لكني بارتكابي الخطيئة العرضية لا أستطيع الحصول على هذه النعمة.
- تقلل من حماس وغيره المحبة.
- تزيد صعوبة ممارسة الفضائل، تجعل الخير كل مرة أصعب .
- تجعلنا مستعدين للوقوع في خطايا مميتة، "الذي يحتقر الصغير خطوة بخطوة يسقط".
- وأيضا لها نتائج سيئة في الحياة الأخرى، تدخلنا المطهر، وفي السماء تقلل من درجة المجد الذي كان من المفترض أن أناله من الله .

طرق لمحاربة الخطيئة العرضية

- إثارة الخوف و الرعب من الخطيئة.
- ممارسة فحص الضمير باستمرار.
- عمل أعمال توبة (إماتات وأفعال رحمة) وندامة وصلاة.
- رؤية مثال حياة القديسين (والتَمَثُّل بسيرتهم).

3.- النواقص: *imperfezioni*

بعض الأشخاص يقولون ليس هناك اختلاف بين الخطايا العرضية و النواقص، لكنه ليس هكذا. فالخطيئة العرضية هي على خط الشر أو السوء. أما النواقص فهي على خط الخير. لكن النواقص العمدية أو التي عن قصد بشكل كامل يكون لها نتائج سيئة على الحياة الروحية. تقودنا إلى خطايا عرضية ومن ثم إلى المميتة. نو اقص عن قصد: هذا النوع يحطم حياتنا الروحية، القديس يوحنا الصليبي يقول: "تعود على الكلام الكثير، تعلق صغير بشيء لم أريد أن أتغلب عليه، مثل تعلق لشخص، لكتاب، للغرفة، لأكل معين، ...أو تعلق بإرسالية، أو رئيس، وظيفة، ... أي تعلق من هذا النوع وإن كان صغير يمنعنا من الطيران نحو القداسة

2). معركة أو كفاح ضد العالم :

1. ما هو العالم؟ :هو الجو الغير مسيحي الذي نراه بين الأشخاص البعيدين عن الله. ويظهر فيما يلي:
 - الأباطيل الكبرى (العظمى): مثلاً: الفكر الذي يقول إنه يجب أن نريح الأموال بأي طريقة، أو نحن شباب ويجب أن نتمتع أنفسنا بمباهج الدنيا، وهذه الأشياء نراها أيضا في الأديرة. نحن محاطون بهذا العالم. نعيش في ثقافة التلفزيون، هذه الأباطيل التي نعتاد عليها يمكننا أن تدخل في حياتنا، مثلاً:
 - "ما بحبش دا": هذا عكس روح الإنجيل و التطويات، عكس المسيح الذي مات من أجلنا، عكس الحياة الرهبانية.
 - "كلمة لا أريد": لا أريد هذه الرئيسة أو الرئيس، المرشد الروحي، الاصدقاء الجيدين، النصائح الجيدة، "لا أريد" هذا جواب ليس له قيمة..
 - هو الذي (فعل ذلك) عمله أولا ، أو هو الذي بدأ.....
 - الاستهزاء أو السخرية (الاحتقار): العالم يستهزئ بالتقوى والعبادة، يستهزئ بلبس الثوب الرهباني، هذا أيضا ممكن أن يدخل في أديرتنا، لذلك نستهزئ من راهبة أو راهب يصلي أكثر قليلاً لأنه تقي أكثر ويعمل أعمال توبة أكثر. يجب علينا الانتباه من الاستهزاء: الذي يستهزئ من نفس تعاني لأنها في الليل المظلم يرتكب خطيئة مميتة.

- سرور وممتعة: هذا أيضا ممكن أن يدخل في أديرتنا: الأناقة في الملبس والمأكل ، استخدام العطور الفوَّاحة (ذات الرائحة القوية والجذابة).. أبحث عن الأشياء المحببة لي أو الراهبات أو الرهبان المحبين لدي، أحب أن أتحدث مع فلان أو فلانة (الذي أحبه أو أعجب به)....
- الفضائح والمثال السيئ (العرى وعدم الحياء): هذه الأشياء نراها في الشوارع عند الغرب. حتى لو لم نراها في الأديرة فهي تؤثر على حياتنا عندما نراها (لأنها تبقى في المخيلة).

2. طرق لمكافحة أو محاربة العالم

العلاج الفعال هو الهروب بعيدا عن هذا العالم. لكن بما أن هذا ليس ممكناً دائماً يجب وضع علاج آخر مثل:

- الهروب من المناسبات الخطرة (التلفزيون، الفيديو، الشاطئ، الأغاني العاطفية...)
- إنعاش الإيمان: "هذا هو الذي غلب العالم: الإيمان".
- اعتبار غرور العالم، مجد العالم هو زائل أما الله فلا يتغير.
- احتقار (ندوس) الاحترام الإنساني، لأنه من يحتقر يسوع المسيح، يستحق احتقار المسيح له.

3. الصراع (محاربة) ضد الشيطان

1- التجارب: ليست كل التجارب تأتي من الشيطان، أحياناً تأتي من شهواتنا، ولكن شئ أكيد أن الشيطان يذهب كأسد فاغر (فاتح) الفاه (الفم) يبحث عن فريسته.

-علم نفس الخطيئة (ميف تبدأ الخطيئة): نراه في تجربة آدم وحواء:

- يقترب المُجرب (الشيطان).
- يرمي أول تلميح. قائلا: "الله طلب منكم ألا تأكلوا من جميع شجر الفردوس". لا يبدأ تجاربه بشكل مباشر، لكن يحضّر على أرضه من يريد. يجربنا بأضعف شيء فينا.
- جواب النفس: حواء تبدأ في الحوار مع المُجرب.. كان يجب عليها أن تتجاهل التجربة وتهرب منها، وبهذه الطريقة الشيطان سيذهب مذلول- هذا ما نفعله مرات كثيرة (نتحاور مع المُجرب)، ونعطي فرصة للآخر (ليتشر السموم): "لن تموتا..." نستطيع أن نرفض هذا، لكننا أصبحنا ضعفاء لأننا دخلنا في حوار معه.
- الشيطان يُظهر التجربة كأنها شيء إيجابي. يُظهرها كأنها خير.
- الانزلاق: هو بداية السقوط. اضطراب. لا نريد أن نهين الله، لكن الاقتراح مغري.
- السقوط: هو الخطيئة فعليا.
- الإحباط، الخجل و تأنيب الضمير، الذي ليس دائماً مفيد. هذا ما يحدث لنا كثير من المرات بسبب خطايانا، لا تأتي الندامة المفيدة لكن الخجل الذي يمكن أن يصل بنا إلى الإدانة الأبدية، لأنه يجعلني أخجل من الاعتراف بخطاياي. ممكن أن تمر أيام وسنين وأنا في حالة خطيئة مميتة جاعلاً إياه أخطر بتدنيس المقدسات متابعاً تناول وأنا في حالة الخطيئة المميتة.

- السلوك العملي أو التصرف العملي قبل التجربة:

■ قبل التجربة: السهر أو الحرص و الصلاة كي لا تقع في التجربة.

السهر: إذا سهرنا وانتبهنا نستطيع التعرف على ضعفنا، ونبتعد عن المناسبات الخطرة ولن نبقى كسلانين وعديهي الفائدة، نستطيع أن نوقف حواسنا، فهكذا نحن نكون مستعدين للابتعاد عن الخطيئة.

الصلاة: لا تكفي قوانا فقط (للتغلب على الخطيئة)، بل يجب علينا أن نطلب من الله دائماً. وخصوصاً نطلب من ملاكنا الحارس ومن مريم العذراء (العون والحماية).

■ **خلال التجربة:** يجب علينا الثبات والمقاومة.

المقاومة المباشرة: عمل عكس ما تقترحه التجربة. نرفض التجربة ونعمل عكسها. مثلاً أنا عندي تجربة وهي أن أكل في طريقة غير منظمة، إذا هنا يجب أن أكل أقل مما يجب علي أكله. أو عندي تجربة للرد (بعنف) على زميلي، إذاً يجب أن أكون أكثر لطفاً معه.

مقاومة غير مباشرة: هنا لا نقف وجهاً لوجه مع الخطيئة بل نبتعد عنها. هذه الطريقة تعمل في التجارب التي ضد الإيمان وضد العفة. مثلاً إذا كان عندي شك بين القدر (ما كتبه الله لنا) وبين الحرية الإنسانية. يجب علينا أن نبتعد عن هذه الافكار. عندما تأتي هذه الأفكار يجب أن نفكر في شيء آخر.

أو إذا كان عندي تجربة ضد العفة، أيضاً هنا يجب ألا أجابه (أواجه) التجربة بل يجب أن ابتعد عنها بالتفكير في شيء آخر، وأن أعمل شيء آخر كي لا أفكر بها.

من المعتاد جداً أن التجربة تعود مرة أخرى، وفي بعض الحالات هناك تجارب دائمة. يجب علينا ألا نُحْبَط، يجب علينا أن نعيد الرفض كل مرة. القديس بولس الرسول كان عنده لدغ الجسد أي أنه كان عنده تجارب كثيرة ضد العفة (مجرد تجارب لكنه لم يسقط في واحدة منها).

بحسب رأي آباء الكنيسة، وأيضاً مكتوب في الكتاب المقدس قال له الرب: "تكفيك نعمتي". التجربة المرفوضة هي ليست خطيئة. الشيطان لا يتعب، يرجع مرة ومرة كثيرة. للنفوس التي كرسَتْ حياتها للمسيح، الشيطان يحاول أن يُربكها ويخلط الأمور عليها أكثر من الأنفس الأخرى. التجربة المرفوضة ليست خطيئة بل هي نعمة. لا نستطيع أن نتغلب على الخطيئة إذا لم نحاربها، ولا نستطيع المحاربة إذا لم نكن مجربين. "كما قال القديس بولس (اف 10، رو 7، 2 تس 2....).

الراهب متعود على التعامل مع الإلهي، نتناول كل يوم، ونعترف كل أسبوع، نخصص وقت للتأمل والسجود، إذا نحن نُكُون ضمير حساس لا يريد أن يهين الله، ويجب أن نكون هكذا... لكن يجب علينا أن نميز لو فعلنا خطيئة بالفعل أم لا. مهم أن نميز في الخطيئة بين التجربة والموافقة عليها وبين الرضا الجزئي والرضا الكامل. وإذا لم يكن كذلك، فنحن ندخل في وسواس (انشغال الفكر بشيء بصورة مَرَضِيَّة مبالغ فيها).

التجربة بحد ذاتها لا تعني نقص، لأن المسيح كان مجرب وهو لم يكن عنده نواقص. ممكن أن نكون مجربين طوال حياتنا ضد نفس الأشياء، بدون أن نرتكب خطيئة. خصوصاً يجب الأخذ بعين الاعتبار هذا بالنسبة للتجارب ضد العفة. عندما تأتي التجربة لا يعني هذا خطيئة. لكي يكون هناك خطيئة مميتة يجب أن تكون هناك موافقة أو رضا كامل. أي أنني سمحت للتجربة بالدخول، وأني أردت التجربة، ورغبت في الخطيئة. إذا كان شخص يبحث عن القداسة، ويشك إنه أخطأ خطيئة مميتة فهذا يعني إنه لم يفعل خطيئة مميتة. مَنْ يستطيع أن يفعل خطيئة مميتة ويشك إنه أخطأ خطيئة مميتة؟ فالذي يعيش في خطيئة مميتة، قد لا يعلم إنه أخطأ خطيئة مميتة. صعب أن توجد خطيئة مميتة في شخص يبحث عن القداسة إذا لم يكن متأكد من ذلك.

في الوسط (أثناء التجربة) هناك كثير من الاحتمالات:

- يجب ألا نتحاور مع التجربة، بل نرفضها مباشرةً، ولكن الحوار مع التجربة لا يسمى خطيئة حتى هذه اللحظة.
- عندما نعلم بوجود التجربة يجب أن نرفضها ونقاومها مباشرةً. في اللحظة الأولى لا نستطيع معرفة إنها تجربة، و يمكن أن يكون هناك حركة أو لذة جسدية ولا تعني هذا أي نوع من الخطيئة. ليس قبل تقديم موضوع جيد أو يؤدي إلى الخطيئة، بالنسبة للراهب (الراهبة) إنه من الطبيعي أن يكون هناك رد فعل من هيئة الأعضاء (أعضاء الجسد) وهي تكون الحركة الأولى وهي ليست خطيئة.

- وأيضا يمكن أن يكون هناك خطيئة عرضية بسبب عدم الرفض السريع أو التباطؤ في رفض التجربة.
- الاعتراف: يجب أن يقول الشخص ما حدث معه. مثلاً: الشخص يطلب المغفرة لأنه كان عنده تجارب ضد العفة: هذه ليست مادة للاعتراف. كما أن الشخص لا يعترف لأن عنده ألم في المعدة.
- يطلب المغفرة شارحاً الخطيئة: لأنه رضي بعمل الخطيئة ضد العفة، أما إذا كان هناك شك من ناحية الموافقة أو الرضا، يجب طلب المغفرة للإحتياط. لكن يجب أن يسمع أو يصغي لما يقوله المعرف، مثلاً يقول أنه يجب أن لا تطلب المغفرة، أو لم تكن سريعاً في رفض التجربة ضد العفة (وهنا تكون خطيئة عرضية). يجب الاعتراف بشكل واضح وصرح.

4. الصراع (محاربة) ضد الجسد الخاص

عدونا الأساسي هو جسدنا الخاص، والذي يظهر في:

1. العطش الغير مُشبع (لا يشبع) من الفرح أو السعادة (الأرضية) أي أن الانسان يريد دائما أكثر وأكثر ...
2. الخوف الغريزي أو الفطري من الألم.

1. العطش الغير مُشبع من الفرح أو السعادة.

الشهوة: هي التمتع بشيء جيد (خير طبيعي). الشهوة خلقها الله، لكن يجب علينا الصراع او المحاربة ضد عدم النظام في الرغبات الموجود في داخلنا. "أرى الخير الذي أريده وأعمل الشر الذي لا أريده". الشهوة تظهر بشكل خاص في الرغبات التي تخضع للمحافظة على الفرد (أي الطعام)، أو على النوع أو الجنس (أي الشهوة الجنسية). الله وضع فينا شهوة للأكل، لكي يسهل علينا أن نحافظ على كينونتنا (أي النمو). وأيضا وضع الشهوة الجنسية لكي نحافظ على تكاثرنا ووجدنا " انموا واكثروا واملأوا الأرض " (تك 1-27). هذه الرغبات تتشوش وتختلط بغير نظام بسهولة.

- طرق تساعدنا للتخلص من عدم ترتيب رغباتنا:

طرق طبيعية:	طرق طبيعية:
<ul style="list-style-type: none"> ● الاخذ بعين الاعتبار كرامة المسيحي. أي أن كرامتي هي من كرامة الله. ● الاخذ بعين الاعتبار عقاب الخطيئة. ● الاخذ بعين الاعتبار آلام المسيح. ● الصلاة. ● الولاء (الانتماء) أو تكريم العذراء. ● ممارسة الأسرار المقدسة باستمرار. 	<ul style="list-style-type: none"> ● عمل الإماتة في الأشياء المسموح بها (أن نعمل إماتة بأن نتخلى عن عمل أشياء باستطاعتنا عملها) ● محبة ورغبة شديدة في التألم. ● نحارب الحياة الفارغة (نشعل وقت الفراغ)، و عدم الرغبة في العمل (نحارب الكسل). لهذا الشيء النشاطات العقلية مفيدة جداً، أكثر من النشاطات البدنية (الجسدية). ● الهرب من المناسبات الخطرة.

2. الخوف الغريزي أو الفطري من الألم:

التألم ضروري من أجل الوصول إلى الكمال. يقول القديس يوحنا الصليبي: "أبحث دائماً للميل ليس على الأشياء السهلة ولكن على الأشياء الأكثر صعوبة ... " "لا تبحث عن الشيء الأفضل ولكن على الشيء الأدنى أو الأقل قيمة". حتى وأن كان يبدو هذا مُضحكاً أو ساذجاً ، أننا نحن الرهبان نبحث عن الأشياء الغيبة.

5. التطهير الفاعل أو النشاط لقوات النفس:

1. ضرورة تطهير قوات النفس:

أنه من الضروري جداً للوصول إلى كمال طبيعتنا (طبيعة ليست فقط روحية ولكن أيضاً مادية) التي نريد أن نوحدها مع الله الواحد، التطهير ضروري لأنه هناك تفاوت أو عدم تقارب وهو كبير جداً بيننا وبين قداسة الله لذلك نحتاج إلى تطهير. طبيعتنا ليست فاسدة، لكنها مجروحة بسبب الخطيئة، لذلك فنحن نحتاج إلى تطهير.

2. تطهير نشط للحواس

- الحواس الخارجية: الأعضاء الخارجية التي من خلالها تصل إلينا الأحاسيس التي تأتي من الخارج، وهم خمسة (السمع ، البصر ، الشم ، اللمس ، التذوق).
- الحواس الداخلية: وهي أعضاء تلتقط وتحفظ و تنظم الأحاسيس التي وصلت إليها من خلال الحواس الخارجية. وهي أربعة: الحس المشترك، الخيال، القوة الحافظة، المفكرة.

أ. التطهير النشط (الفاعل) للحواس الخارجية:

- نشط: أي نعمل نحن هذا التطهير. الحواس الخارجية هي شيء جيد لكنهم يميلوا إلى الشر، إلى الخطيئة. لكي نفرح بالله، يجب علينا ألا نفرح بالخلقة في حد ذاتها. بل يجب علينا أن نستغل هذا الفرح كي نرفعه إلى الله، لأنه لهذا أعطانا الله القدرة على الفرح. لكن إذا كان هناك فرح لا يقربني من الله يجب علي الابتعاد عنه. يجب علي أن أتركه، وأن أطهره. هذا لا يعني إنه يجب ألا يكون عندي تذوق للشيء، لكن هذا التذوق يجب أن يكون منظم.
- النظر: هو الحس الأكثر قيمة (النبيل)، لكنه الأخطر. يجب علينا أن نطهر أنظارنا الخاطئة، وأيضا يجب علينا أن نُميت النظرات الخطيرة (مثل الأفلام). وأيضا تطهير النظرات الفضولية (حب الاستطلاع).
- السمع واللسان: يجب أن نتطهر من المحادثات السيئة، ومن المحادثات الباطلة التي ليس لها معنى. (وأيضا نتطهر من الثرثرة أو الإكثار من المحادثات المفيدة وعن القديسين بصورة مبالغ فيها وغير منظمة) ، لأننا يجب أن نبحث عنها لكن بطريقة منظمة.
- التذوق: يجعلنا غير منظمين في شئين: الطعام والشراب. الشراهة هي الشهية الغير منظمة بالنسبة للأكل والشرب. يجب أن ننتبه لأنه عندما يكون هناك عدم تنظيم في الأكل والشرب هذا يمكن أن يوصلنا لخطايا ضد العفة (بعض المأكولات والمشروبات تثير الشهوة الجنسية – وأيضاً إذا كنت لا تستطيع ضبط النفس عن الأكل لا تستطيع ضبط النفس عن الشهوات الأخرى).
- اللمس: هذا هو الحس الأكثر خطورة، لأنه الأكثر امتداد، وذلك لعنف بعض مظاهره (إعلانه). يجب علينا الامتناع عن بعض الارتياح الجسدي. ممارسة الإماتات الإيجابية.

ب. التطهير النشط (الفاعل) للحواس الداخلية:

1. الخيال: هو مهم لحد كبير للعلاقة التي بين الجسد والنفس، لا نستطيع التفكير بدون استخدام سابق للخيال. لذلك يتطلب تطهير خاص للخيال. وهو يمكن أن يمنع الصلاة الداخلية والعميقة، ويسبب تجارب وخطايا كثيرة، لأن كثير من المرات التجارب تأتي من خيالننا.

طرق لتطهيره:

- من ناحية الحواس الخارجية: الذي ينظر إلى قاذورات (أشياء قذرة) ففي رأسه توجد قاذورات.
- الانتباه في اختيار كتب للقراءة. الابتعاد ليس فقط عن الأشياء السيئة ولكن أيضا عن الأشياء السخيفة.

- محاربة الفراغ والكسل، لأن الخيال لا يبقى أبداً هادئ، يجب علينا أن نشغله في أشياء مفيدة وإلا، فهو سيشغل نفسه بنفسه بأشياء أخرى (خصوصاً بأشياء ضد العفة).
 - نعرض عليه مواضيع جيدة. بما أنه يعمل دائماً إذا علينا أن نجعله يعمل بأشياء جيدة ومفيدة (تخيل المكان في التأمّلات).
 - التعود على الانتباه لما يُعمَل. يُعمَل ما يجب عمله بانتباه، لأن غير ذلك فالخيال يطير إلى أشياء أخرى.
 - يجب ألاّ نعطي أهمية للسرّحان اللاإرادي (الخارج عن إرادتنا). يجب علينا العمل بصبر حتى يتنازل الله لتطهيرنا بدون مقاومة منا.
- من ناحية الكمال المسيحي، الإدراك والخيال هم طرق غير مناسبة للإتحاد مع الله. في هذه الحياة نصل إلى الكمال عن طريق الإيمان وفي الحياة الأبدية يكون الكمال في مشاهدة وجه الله.

2. الذاكرة: تخزن معرفتنا وفي حياتنا يوجد معارف كثيرة وليست جميعها معارف مفيدة فهي لا تفيدينا لأنها من الممكن أن تسبب لنا الحزن والألم.

طرق لتطهير الذاكرة:

- إزالة أو رمي الذكريات الشريرة أو السيئة. عندما نتذكر خاطئة من الماضي أو شيء سيئ رأيناه في الماضي يجب علينا رفضه بسرعة.
 - محاربة الذكريات الغير مفيدة، عدم تذكر حوادث حزينة أو مُفرحة بشكل مُبالغ فيه بطريقة غير منظمة
 - نسيان الظلم والاحتقار الذي وقع علينا.
 - تذكر النعم والحسنات التي حصلنا عليها من الله، وتذكر نكراننا للجميل أو عدم شكر الله على هباته وعطاياه ونعمه.
 - تدكّر أسباب الرجاء المسيحي. الذاكرة أيضا تعمل، لذا علينا أن نشغلها، مثلاً نفكر في السماء. نفكر بأشياء جيدة ونترك التفكير بالأشياء الصغيرة التافهة.
- من ناحية الكمال المسيحي لا يوجد أي شكل مخلوق، حسي أو عقلي يخدم (يصلح) كوسيلة ثانية للإتحاد بالله. الشيء الوحيد الذي يخدمنا على هذه الأرض هو الإيمان المُجب.

أ التطهير النشط (الفاعل) للعواطف:

1. طبيعة العواطف:

عاطفة أو غريزة الشهوات	الحواس (بعض المعرفة)
عاطفة أو غريزة الغضب أو الطبع الحاد	العقل (الفهم)
شهوة عقلية (الإرادة)	

- الشهوة الحسية: هي تلك القدرة العضوية (الجسدية) التي من خلالها نبحث عن الخير بما أنه خير مادي ومفهوم من قبل الحواس. هذه هي إرادتنا الحسية. التطلع (التوق-الشوق) فقط على الخيرات المادية، فإنه من المستحيل التوجه إلى الخير الروحي. لذلك الخير للشهوات الحسية، يكون خير حسي، هذا يعني إنه ينتج لذة حسية. لذلك مرات كثيرة يكون هناك حرب مع الإرادة.

الشهوية الحسية لها قسمان، كقدرتان:

- غريزة الشهوات: تميل إلى الخير المُمتع . مثلاً جيلاتني (Ice-cream)
- غريزة الغضب، أو الطبع الحاد: تميل إلى الخير القاسي أو الصعب.

-الشهوة العقلية: تبحث عن الخير الذي فهم عن طريق الإدراك. هذه هي الإرادة. "لأن الجسد يميل إلى ما هو عكس الروح...".
الفهم و الإرادة يستطيعوا التأثير على الشهوات الحسية، (قبل الخطيئة يحكموا بمشيتهم). لا نستطيع أن نحكمهم بطريقة استبدادية أو تعسفية، هكذا مثلما أُقيد (أربط) يدي. لا أستطيع القول: لا ترغب هذا الشيء، لكن أستطيع أن أمارس حكم سياسي، مثلاً: أرغب بشكل قوي أن أكل لحم يوم الجمعة المقدس، أستطيع أن أحول انتباهي لشيء آخر ، أن أذهب للتأمل. هكذا أنا أهمل هذه الرغبة عن طريق شيء آخر.

التحركات المختلفة منبعها العواطف ولهذا هناك ضرورة قوية لتنظيم العواطف والرغبات.

العواطف: هي حركات و طاقات نستطيع أن نُشغّلها من أجل الخير أو من أجل الشر. بطبيعتهم هم ليسوا لا جيدين ولا سيئين، لكن بالطبع علينا أن ننظمهم. هم حركة الشهية (الغريزة)، ينشأوا من فهم الخير أو الشر الحسي، مع نوع من الانعكاس المضطرب تقريبا يكون مكثف في الهيئة (هيئة الأعضاء الجسدية). هل الملائكة يملكون العواطف؟ ... لا، لأنهم لا يملكون جسد. يجب أن نعرف أن هذا قسم طبيعي من الكائن الإنساني. مثلاً عندما شخص يرى شخص آخر من الجنس الآخر يمكن أن ينتج اضطراب (بسيط) عضوي لأنه هو خير حسي. في طبيعته هو ليس شر، فقط يجب أن يكون مرتب.

2. عدد:

لنرى كيف تكون الحركة لهذه الشهوات (الغرائز) تعمل الخير أو تعمل الشر. هي ميل لهيئة الأعضاء التي تفعل شيء يأخذ كخير أو كشر.

التصرف	إمكانيته ام لا	أمام الخير او الشر	عاطفة الغريزة الغضبية او الحادة الخمسة	تصرف العاطفة	أمام الخير أو الشر	عاطفة الشهوات الستة
رجاء	إذا كان ممكن	الخير القاسي الغائب		محبة	أمام الخير نفسه	
يأس	غير ممكن	الخير القاسي الغائب		كراهية	أمام الشر نفسه	
قوة وشجاعة	نستطيع تخطيه	الشر القاسي الغائب		رغبة (في الحصول عليه)	أمام الخير المستقبلي	
خوف	لا نستطيع تخطيه	الشر القاسي الغائب		هرب أو نفور	أمام الشر المستقبلي	
غضب		الشر القاسي الحاضر		فرح وسعادة	أمام الخير الحاضر	
				حزن وألم	أمام الشر الحاضر	

المسيح كان عنده شهوات وغرائز لكنهم كانوا منظمين بشكل كلي.

3. أهمية العواطف:

- في حياتنا الطبيعية (الجسدية): بدون الإثارة السابقة للشهوات، لا نستطيع أن نميل إلى الخير بقوة كبيرة.
- في حياتنا العقلية: أيضا لا نستطيع أن نستسلم أو نُخضع إذا لم يكن عندنا العواطف. نثير عواطفنا أو نثير حماسنا كي ندرس اللغة العربية أو الإيطالية، وهكذا نستفيد الضعف (مرتين). عندما نُشغل عواطفنا تكون عندنا قوة

وقدرة لتحقيق شيء صعب و قاسي. هكذا نُثير عواطفنا للأشياء الفوق طبيعية و نكون قادرين لنعمل تضحيات كبيرة جداً لكي نحصل على الضعيف.

• في الحياة الأخلاقية، العواطف يُكثِّروا ويصغِّروا خير و شر الأفعال. أنا أَلعب كرة القدم، وهنا فمن السهل أن أغضب، لكن الغضب هنا أقل لأن غرامي (عاطفتي) في اللعب يقلل إرادتي. أو ممكن أن يزيدوا إرادية الغضب مثلاً عندما المسيح غضب على البائعين (في الهيكل). يجب علي استخدام العقل لكي أثير العواطف من أجل الخير.

4. تربية العواطف :

محااربة الفوضى الموجود فيها.. العواطف التي تكون غير منظمة أو مشوشة بسبب الجو أو المحيط الموجود، يُحاربوا عن طريق الابتعاد، عن طريق اللهو بشيء آخر. مثلاً، لماذا نحتاج إلى الإجازات؟ لأنه مرات نحتاج الى التغيير، للإستراحة. العواطف التي تأتي من الجسد: ممكن أن نبدلهم بالصوم، بالعمل، بالانتباه إلى حواسنا. هناك أشخاص يخضعوا أو يميلوا إلى العواطف بسبب طبيعي أو جسدي. هناك أشخاص لا يستطيعوا أن يأكلوا بعض أنواع الأكل.

يجب الأخذ بعين الاعتبار مبدئين ضد العواطف الغير منظمة:

- العمل بدون استراحة ضد أسباب العواطف الغير منظمة: شيء أساسي موضوع المناسبات.
 - منع بكل قوة التعبيرات أو الظواهر الجديدة للعواطف الغير منظمة. كن مضاداً لها دائماً. هناك مبدأ سيئ بعض الأشخاص يطبقوه بطريقة سيئة أيضاً، مثلاً عندما يكون هناك تجارب كثيرة ضد العفة، يمنحها بعض الشيء كي لا تزعجه لبضعة أيام. عندما نحارب ضد العواطف هذه العواطف ستضعف، وعندما نتركها ستتقوى أكثر فأكثر.
- توجيه العواطف لعمل الخير: قيادة المحبة نحو الله، القريب، العائلة،... وهكذا نستطيع العمل مع باقي العواطف. لذلك ننظم convivencias (المعيشة سوا) لكي نجعل العواطف تمارس الخير.

ج.. التطهير الفاعل أو النشاط لقدرات النفس:

(أ) تطهير الفهم:

هي قدرة من قدرات النفس التي من خلالها نفهم الأشياء الغير مادية. العقل ينتج الأفكار، والمعرفة العقلية هي عالية بشكل غير محدود عن الحواس. الحواس تلتقط أو تأخذ "هذا الكتاب"، أما الفهم فهو يأخذ العام، الأفكار المجردة. عندما يقارن الفهم بين الأفكار يعطي حكم. يقارن حُكمين كي يعطي ثالث وهذا يُنتج التفكير أو التعقل. الإنسان يملك طريقتين للمعرفة: حسية، عقلية. بالنسبة للعقلية يملك الفهم الذي يأخذ الحسي ويجرده مكون الأفكار، ومع فكرتين يكون حكم ومع حكمين يكون التعقل. عندما يكون التعقل واضح يُسمى قياس (استدلال). الفهم لا يمكن أن يملك فكرتين في نفس الوقت.

المظهر السلي لتطهير الفهم:

- أفكار غير مفيدة: عندما يكون فهمنا مشغول بأفكار غير مفيدة، لا نستطيع أن نشغله في أشياء أخرى. عندما أفكر بأشياء غير مهمة وغير مفيدة، لا أستطيع أن أشغل عقلي في شيء آخر مهم واقعيًا. هذا شيء مهم بالنسبة للأشخاص المكتئبين.
- الجهل: هناك أنواع من الجهل ليس خطيئة (بدون ذنب)، لكن يجب أن نحارب ضد جهل الأشياء التي يجب علينا معرفتها. لذلك ندرس الإسلام و العربي. ندرس الأشياء التي تساعدنا لكي نمجد الله.

- الفضول (حب الاستطلاع): هذا حجر عثرة يجب علينا أن نزيله إذا أردنا أن نطهر فهمنا. كثير من المرات عندنا رغبات لأن نعرف أشياء غير مفيدة أو فضائح، و ليس عندنا رغبات لندرس أشياء مفيدة. عندما نريد أن نعرف شيئاً يجب علينا أولاً أن نرى ماذا نريد أن نعرف ولماذا.
- السقوط في الحكم (أي التسرع في الحكم): هذه خطيئة ضد الحذر. يجب على الأً أحكم أبدأً على نية و قصد الشخص الآخر، لأننا لا نستطيع معرفه قلبه.
- التمسك بالرأي الشخصي: الذي هو شكل من أشكال الكبرياء الأكثر انتشاراً.

المظهر الايجابي لتطهير الفهم:

على النفس أن تترك نفسها ليقودها فقط ضوء الإيمان الذي هو الأداة الوحيدة القريبة و التي تتناسب للوحدة مع الله في هذه الحياة. كل تعليم كتاب "الصعود الى جبل الكرمل" تتجه لهذا، لماذا يجب تطهير الحواس؟ لأنها ليست وسيلة مناسبة للوصول إلى الله. أيضا يجب أن أظهر الفهم لأنه فقط الإيمان يستطيع أن يوصلني إلى الإتحاد بالله في هذه الحياة. ولا توجد واحدة خليقة تملك تشابه قريب مع الكائن الأكمل (الله) ولهذا ولا خليقة يمكنها أن توحدني مع الله. كل النتائج أو الحصيلة لكي نونتنا الطبيعية أو الفوق طبيعية هي غير كافية لتوصلنا للإتحاد بالله اللامحدود. الوسيلة الوحيدة هي الليل المظلم التي يعطينا إياه الإيمان.

(ب) تطهير الإرادة:

الإرادة هي القدرة التي من خلالها نبحث عن الخير الذي نتعرف عليه من خلال الفهم. موضوع الإرادة هو الخير المقدم من الفهم كخير مناسب و مستحسن. الفعل الخاص للإرادة هو المحبة: يعني الإتحاد العاطفي (المحَب) للإرادة مع الخير المعروف. الحب العقلي ممكن أن يكون:

- من غريزة الشهوة: أي نشتهي الخير بما أنه خير لنا.
- من الإحسان و اللطف: نحب الشيء لأنه جيد في نفسه (من نفسه).
- من الصداقة: خير الإحسان يتوافق بسبب الصداقة.

ضرورة تطهير الإرادة:

- نحن مجروحين بسبب الخطيئة لذلك نحن بحاجة إلى تطهير إرادتنا.
- عدم التحيز لأي مخلوق. لأن شئين متناقضين لا يمكن أن يوجدوا في نفس الشخص. إذا كانت الإرادة مليئة بالمخلوقات فهي لا تستطيع أن تمتلك مكان لله.
 - نكران كامل للنفس: أن أنكر نفسي أي لا أفكر بنفسي على الإطلاق.

6. تطهيرات استسلامية (أي أن أترك الله يطهرني)

1. ضرورة: التطهير الكامل للنفس لا يمكن أن يتحقق بدون التطهير التسليمي. ولا في أي حالة يكفي التطهير النشط أو الفاعل للنفس.

المبتدئين: في هذه اللحظة من الضروري أن الله يبدأ بتطهيرهم عن طريق التطهيرات التسليمية. الأولى هي "ليل الحواس". نحن نميل إلى الشر بسبب الخطيئة، أنانيتنا تمنعنا لنترفع بشكل كامل إلى الله. نستطيع العمل لكي نطهر أنفسنا كما ذكرنا سابقاً، لكن على قدر ما نعمل لن نتقدم إلى الأمام إذا لم يطهرنا الله عن طريق التطهيرات التسليمية التي هي أكثر صعوبة من التطهيرات الفاعلة أو النشيطة.

أ) ليل الحواس

1. طبيعته:

ليل الحواس يتكون من سلسلة (تتابع) مطّولة من الجفاف و القساوة والنشfan والظلام (الغموض) الحسي تنتج في شخص غير كامل عن طريق التأمل الموحى مبدئياً. إنه من الصعب جداً تحمل هذه الأزمة التي معظم الأنفس (النفوس) تتراجع خائفة وتترك حياة الصلاة. لا نتكلم فقط عن الحواس، لكن أيضاً عن الفهم. عندما يبدأ المبتدئين بالتقدم في مسيرة الفضائل، يملئهم الله من التعزيات، لأن عندهم تعزيات العالم. والله الذي يعرفنا، يعطينا تعزيات حسية موجهة للتأمل كي لا ترجع النفس للتعزيات التي تركتها. لكن المبتدئين يتعلقوا بهذه التعزيات لذلك يجب على الله أن يجعلهم يتركوها.

هذا الطعم والذوق الذي يوجد في التمارين التقوية والصلوات التقوية هو السبب الذي من أجله المبتدئين يعملوا الصلاة (وليس بسبب الصلاة نفسها)، النفس تتشوش أي تصبح غير منظمة بسبب هدية يعطيها الله لها. وبسبب ضعف الفضائل يعتقدوا أنهم أصبحوا قديسين أو أقل بشيء بسيط. وهنا تبدأ النفس بالسقوط في الرذائل الروحية. لذلك تتدخل عناية الله المحبة بإضاءتها الأولية في التأمل الموحى به. "يشعل نار" التأمل فوقهم. لكن الفهم دائماً يحضر صور أو خيالات محسوسة، هذا ينتج رغبة عمياء كاملة. لأنه لهذه اللحظة كان يُفاد عن طريق الصور و التخيلات و الاحاسيس. ولذلك نلاحظ أن التأمل يصبح مستحيل. بما أنه كان مرتكز بشكل قوي على الاحاسيس، و عندما نحاول أن نعمل اتصال (التأمل) روعي بشكل كامل، تنتج الرذيلة، أي الإهمال. بالنسبة للتطهير التسليمي لا يعطي تعزيات حسية، بل يعطي ضوء مباشر روعي على الحواس. إذاً الحواس تجد نفسها مظلمة. لا تستطيع (الحواس) أن يعطوا خطوة في التأمل، ولا يجدوا طعم في الأشياء الروحية، لكن بدون طعم وأيضاً مرارة. الأشياء الروحية تصبح مُملة، مُتعبة. "انعكس كل شيء".

كل الذي كان في حياته الروحية السابقة يبقى ناشف، جاف. هذا الضوء الجديد، الذي هو روعي، لا يُنتج فرح لأنه لا يبدو باهر أو لامع كما هو. كثير من النفوس تريد أن تذهب للسجود وتشعر بشكل جيد، لكن تصل للصلاة ولا تستطيع أن تعمل شيء. هذا ما يحدث عندما يبدأ الله بإعطاء نوره. تكون معرفه مظلمة لأن الإيمان الصافي هكذا. النفس لا تنتبه بما يجري (يحصل لها)، الشيء الوحيد الذي تشعر به هو العجز و النقصان.

يبدأ الله بالاتصال بها ولكن ليس عن طريق الخطاب أو الموضوع، ولكن عن طريق روعي خالص، عن طريق أفعال المشاهدة (تأمل) بسيط، التي لا تصل إليها لا الحواس الخارجية ولا الحواس الداخلية. من هنا لا تستطيع النفس أن تعمل ولا اعتبار.

2. اشارات للتعرف على الليل (لأنه ممكن للنفس أن تكون في حالة جفاف وهذا لا يكون الليل)

- أ) لا تجد طعم في الأشياء الإلهية، ولكن أيضاً لا تجد طعم في الأشياء المخلوقة. إذا كان هناك طعم في الأشياء المخلوقة، وليس هناك طعم في الأشياء الإلهية هذا بسبب الإهمال وليس الليل.
- ب) رغبة قوية لخدمة الله: عادةً تحضر الذاكرة في الله مع اهتمام و انتباه مؤلم معتقداً إنه لا يخدم الله وإنه يرجع إلى الوراثة. مع إنه لا يجد طعم في الأشياء الروحية فهو يتابع بإخلاص البحث في خدمة الله.
- ت) استحالة التأمل (لا يمكنه على الإطلاق عمل التأمل): لا يستطيع التأمل عن طريق الخيال.

إذا كان هناك فتور: هنا نستطيع أن نميزه لأنه دائماً مصاحب التعلق بالعالم. وإذا كان هناك مرض عقلي أو عدم توازن عصبي فمن السهل معرفته بسبب إشارات أخرى. وأيضاً إذا كان هناك تجارب شيطانية.

3. التصرف العملي للنفس:

- أ. الاستسلام الكامل ومحبة لإرادة الله. القبول بصبر لإرادة الله. الثقة بالله الذي لا يتركنا (الذي يقودنا).
- ب. الثبات في الصلاة. نتمثل بيسوع في بستان الزيتون.
- ج. النفوس التي تكون في هذه الحالة والتي تأكدت منها عن طريق المرشد الروحي، يجب أن تُترك النفس في هدوء وسلام خلال التأمل، تقبل فقط توجيهه الله المُحب بدون أي اعتبارات أخرى. يجب ألا تعمل جهد (النفس) في التأمل.
- د. طاعة لمرشد روحي حذر وخبير.

4. التأثير

- أ. معرفة لبؤسنا.
 - ب. التعامل مع الله بإحترام أكثر و تهذيب أكبر.
 - ج. أنوار حية أكثر لمعرفة عظمة الله.
5. المدة: تعتمد على الوقت الذي يريده الله بالانسجام مع قوة النفوس ودرجة الكمال التي يريد أن يرفعنا إليها. أثناء مدة الليل تتساقط بعض المرات عليها(النفس) بعض التعزية الحسية لتعطيها نفس (راحة).
6. مكانتها في الحياة الروحية:: تشير إلى التحول من الحياة التطهيرية أو المُطهِّرة إلى حياة النور.

(ب) ليل الروح:

1. طبيعته

هو سلسلة أو مجموعة من التطهيرات التسليمية شديدة الألم التي تكمل التطهيرات التي بدأتها تطهيرات الليل هذا هو تطهير حقيقي، السابقة كانت عبارة عن تهدئة وتبريد الشهوات. الضوء الزائد يُري فقرنا وبؤسنا، وهذا يجعلنا ندرك الفكرة أنه لن يكون من الممكن إتحاد كبير بين النور و كثير من الظلام. نرى بشكل واضح الاختلاف بيننا وبين الله. هو نفس النور ولكنه أكثر كمالاً، لقد تركت النفس الحواس، وهي قوية أكثر، ومُحضَّرة أكثر، ولذلك الله يكشف لها بطريقة أقوى والنفس تختبر الهوة (بعد كبير) بين تعاستها وعظمة الله. يغطسها في حالة من الألم المبرح (القوي) لا شبيه له، آمنه من اليأس للآلام جهنم: تشعر النفس إنها مرفوضة ومطرودة من قبل الله. وعندها رغبة شديدة كبيرة للإتحاد بالله وهذا ينتج "ليل الروح". تتابع محبتها لله ولا تياس، لكن تعتقد إنها لن تملك الله أبدا.

2. التأثير:

تطهير كامل لنتحد بطريقة أكثر كمالاً مع الله على هذه الارض. بما أن النفس تطهرت من ضعفها وبؤسها عن طريق التطهير التصوفي، هكذا فقد تسلقت القمم العالية للقداسة ومثبتة في النعمة ولا ينقصها شيء سوى انتظار الموت الذي يكسر الرباط الذي يربطها حتى الآن بهذه الأرض.

3. ضرورتها (هي ضرورة على الإطلاق للقداسة)

- للوصول إلى صلاة المشاهدة الهادئة و الوحدة (الحائط الخامس والسادس) فهي غير ضرورية. لأن الله يستطيع أن يبدلها بتجارب أخرى.
- لكن لكي نتجاوز الحائط السادس، ليل الروح هي أساسية لا غنى عنها على الإطلاق.

1. مدتها: عادةً تأخذ وقت طويل، حتى أنه بعض المرات سنين كاملة مع تنفيس أقصر من المرحلة السابقة.

1. الصلاة بشكل عام:

1. طبيعتها: تعريف القديسين للصلاة:

- محادثة أو حوار مع الله.
 - التحدث مع الله.
 - حديث العقل مع الله بتقوى و محبة متواضعة.
 - ارتقاء بالعقل إلى الله.
 - هي محاولة عمل صداقة مع من نعرف إنه يحبنا.
- القديس توما الاكوينكي: "هي ارتفاع العقل الى الله - كي نباركه - ونطلب منه أشياء مناسبة لخلاصنا الأبدي.
- ارتقاء (ارتفاع): هي فعل ، وليس عادة (وهي صفة منتظمة وثابته).
 - للعقل: الذكاء التطبيقي أو العملي (يعرف لكي يعمل)، ليس من الإرادة.
 - إلى الله: فعل من فضيلة العدل، أي من الدين.
 - أشياء مناسبة لخلاصنا الأبدي: أيضا أشياء مادية.

2.. ملائمتها: "وجوب المداومة على الصلاة من غير ملل" (لوقا 18: 1) هذه وصية من ربنا يسوع المسيح.

نتائج:

- الصلاة هي ليست ببساطة شرط، لكن هي حقيقةً أو فعلاً علة أو سبب ثاني شرطي، الذي يصلي يخلص، والذي لا يصلي يُدان "يقول القديس الفونسو". هذا يعني إنها سبب ثاني، لكن شرطي.
- الصلاة سبب شامل أو كلي لأنها تمتد على كل تأثيرات السبب الثاني. ممكن أن نطلب أن تمطر، من أجل الحصاد، أو نطلب الشفاء، أو نطلب المرض. ممكن أن أطلب كل الأشياء.
- الصلاة هي خاصة للكائنات العاقلة. لا يستطيع أن يصلي الأقل من الإنسان (الحيوانات، ...) ولا الأعلى من الملائكة (الثالوث).

3. ضرورتها:

ضرورة بسبب الوصية: (أي إنه يرتكب خطيئة الذي لا يصلي)

- في بداية الحياة الأخلاقية (عند بدء استخدام العقل).
 - في خطر الموت (لأن خلاص النفس يكون في خطر وإذا الشخص رفض الصلاة يخطئ لأنه لا يضع الوسائل لخلصه)
 - تكرار دائم خلال الحياة.
 - عندما يكون ضروري لتتميم وصية أخرى. مثلاً، عندما يعترف الشخص يجب أن يتم التوبة.
 - أمام التجارب القوية.
 - في الكوارث الكبرى العامة (حرب، أمراض معدية، ...).
- أيضاً ضرورة الوساطة لخلص البالغين (الكبار). "الذي يصلي يخلص والذي لا يصلي يدان". وفعلاً الصلاة للشخص الذي يصلي هي إشارة للقدر.

4. لمن يجب أن نرفع الصلاة؟

- مباشرة: فقط لله.
- غير مباشر: (شفاعة بسيطة) نستطيع أن نصلي للقديسين، وهو شيء مناسب جداً. ولكن كيف يعرفوا القديسين إننا نطلب منهم؟ لأنهم يروا جوهر الله ولأنهم يعرفوا كل شيء ويروا كل ما يحدث كأنهم ينظروا إلى شاشة سينمائية. قوة شفاعة القديسين هو متناسب مع الاستحقاقات التي حصلوا عليها في الأرض وأيضاً مع درجة المجد التي حصلوا عليها. لذلك، هذا لا يعني أنه يجب علينا أن نصلي فقط للعداء، ولكن أيضاً للذين أقل درجة منها:
 - لأن تقويتنا لقديس صغير أو لقديس كبير، تكون حسب استعدادنا نحن وليس حسب حجم عظمة القديس.
 - لأن بعض القديسين متخصصين في بعض النعم (الله أعطى بعض النعم لقديسين محامين عنها).
 - لكي يعطي الشرف الواجب لجميع القديسين.
 - لأنهم يستطيعوا أن يمجدوا قديس عن طريق معجزة.

(5) من أجل من نستطيع أن نصلي؟

- نستطيع ويجب أن نصلي لأي شخص أهل للحياة الخالدة. (لا نستطيع الصلاة من أجل المدانين).
- يجب أن نصلي لكل الأشخاص التي الواجب علينا محبتهم: نحن مجبرين حتى أن نحب أعدائنا، لذلك يجب علينا أن نصلي لأجلهم أيضاً. (يجب ألا نصلي للمدانين يجب علينا أن نكرههم).
 - يجب أن نصلي للأعداء، نكتفي بالصلاة من أجلهم بشكل عام دون أن نستثني أحد. إذا قلت سأصلي طول حياتي للأعداء ما عدا مثلاً هذا العم الذي أذى والدتي، هنا أنا لا أملك الحق لأن استثني أحداً. هذا لا يعني إنه عندما أصلي من أجله أفكر به بشكل إيجابي، لكن أصلي بشكل عام لأجل الأعداء.
 - لكن هناك بعض الحالات الخاصة التي أكون مُجبرٌ فيها لأن أصلي من أجل عدو بشكل خاص، مثلاً في حالة خطورة روحية لهذا العدو، أو عندما يطلب المَعذرة أو لكي أتجنب فضيحة بسبب عدم الصلاة من أجله. مثلاً كاهن عدوه هو رئيس الدولة وفي طلبات القداس لا يصلي من أجله وهذا خطأ.
 - ليس مسموح الصلاة من أجل المدانين، هذه خطيئة.

(6) فعالية تقديس الصلاة: الصلاة تقديس النفس. تُقربنا من الله والقداسة تتكون من ذلك.

(7) صعوبات الصلاة: هناك صعوبتان أساسيتان وهم شرود الذهن والجفاف.

(أ) شرود الذهن: السرحان: أفكار أو تخيلات غريبة تمنعنا من الانتباه للذي أعمله.

أسباب السرحان اللا إرادي (مستقل عن الإرادة):	علاج عملي للسرحان اللا إرادي (لا يوجد هناك علاج غير قابل للخطأ).
المزاج	. القراءة (أي عندما أرى نفسي أسرح بشكل مستمر ممكن أن أقرأ خلال التأمل).
قلة الصحة، أو الصعوبة العقلية.	. أركز نظري على صورة من الصور المقدسة أو الصليب.
إرشاد روحي قليلة الملائمة أو غير جيدة.	. اختار موضوع للتأمل ومحدد.
الشيطان	. عمل حوارات كثيرة في التأمل وممكن ان تكون ايضاً شفوية.

(نتذكر أن السرحان اللا إرادي لا يمنعني من استحقاقات التأمل)	
علاج عملي للسرحان الإرادي:	أسباب السرحان الإرادي:
خطأ عدم التحضير المُسبق المفروض، مثلاً، أذهب إلى التأمل بعدما انتهى من مشاهدة مباراة كرة قدم. عندما يَنْقُص التحضير المُسبق، يكون هناك فتور (عدم الحماس والنشاط).	ترتيب حياتنا، أبحث عن حب الصمت، أبحث عن حماية الحواس، والخيال. أُحِضِر التأمل من قبل أن أبدأ فيه.

ب. الجفاف: الجفاف هو سبب عدم الرغبة لكي نُنْتِج أفعال عقلية أو عاطفية

أسبابه:

- * اعتلال الصحة.. مثلاً كهنتنا في السودان عندهم مرض الملاريا، لذلك يبقوا ثلاثة أيام في الفراش مصابين بالحُمى ولا يستطيعوا أن يقوموا بذبيحة القداس. في هذه الأيام لا يستطيعوا القيام بأفعال عقلية ومحبة أيضاً.
- * تعب جسدي (إرهاق): يجب أن نسترح بالقدر الضروري بالنسبة لقدراتنا.
- * انشغالات (زيادة الشغل) زائدة.
- * تجارب.
- * تكوين خاطئ بالنسبة للصلاة.

أسباب أخرى:

- الفتور (قلة الحماس أو النشاط).
 - الخطيئة.
 - السطحية (عدم التعمق).
 - لكن بعض المرات تكون تجارب من الله.
- كما رأينا، الأسباب كثيرة ومختلفة، الجفاف لا يقول شيء، لا نستطيع أن نقول أن الجفاف هو جيد بالنسبة للحياة الروحية أو هو سيئ. هو ليس إشارة للكمال المسيحي ولا عدم الكمال. لذلك علينا أن نضع العلاج اللازم للجفاف.

علاج الجفاف:

- محاربة الفتور و التراخي (العمل أكثر في الحياة الروحية، عمل تضحيات أكثر، تصحيح النيات). ولكن إذا ظلَّ مع ذلك الجفاف يجب عندئذٍ:
- الاستسلام لإرادة الله. عارفين أن التقوى أو العبادة الحسية غير ضرورية.

(8) تأرجحات أو مخاطر يجب تحاشيها:

- أ. الروتين: الروتين يُحْضِر نوع من العمل الآلي. بدون وضع انتباه في الكلام. يجب ألا نكون مثل الماكينات في الصلاة الشفوية ولا في التأمل.
 - ب. النشاط أو الفاعلية الطبيعية الزائدة: (نريد أن نحصل على كل شيء عن طريق قوانا الخاصة).
 - ج. الاستسلام الزائد (التواكل): منتظرين الله كي يعمل كل شيء.
- في المرحلة التقشفية المسيطر أولاً هو نشاطات و أعمال النفس، وفي المرحلة التصوفية المسيطر أولاً هي أعمال الله.

د. الإحباط: بسبب عدم الشعور بالتقدم الحسي في الحياة الروحية الطويلة. مثلاً القديسة تريزا الأفيلية ظلت 18 سنة في حالة من الفتور. التأمل يجعلها تشعر بالنفور، ومع ذلك هي تابعت عمله (التأمل) لذلك الله تنازل وأضاء نفسها وغير حياتها. أو التفائل الزائد، الذي يجعل النفس تعتقد إنها موجود في القمم العالية من القداسة، لأنها تمتلك تعزية حسية من الله. هـ. التعلق الزائد بطريقة التأمل (أن نتبع بطريقة ميكانيكية، في الوقت الذي يكون الله يطلب منا طريقة أخرى للصلاة. أو الاستخفاف الزائد (أن لا أضع وسائل ولا أحضر منتظرا من الله أن ينورني).

2. درجات الصلاة

في هذا القسم سنتحدث عن "مراحل" الصلاة المختلفة: نستخدم تعبير مرحلة يغلب فيها الزهد ومرحلة يغلب فيها التعبُّد لأنه لا توجد في الحياة المسيحية مرحلة «مقصورة على الزهد وأخرى مقصورة على التعبُّد. فالزهد والتعبُّد يتداخلان ويتبادلان كمظهرين لذات المسيرة الروحية الواحدة.

1. الصلاة الشفوية.
2. التأمل.
3. الصلاة العاطفية (المُحِبَّة).
4. صلاة البساطة.
5. صلاة موحى بها.
6. الهدوء (الحياة التصوفية، الإنسان هنا مُنقاد أكثر عن طريق مواهب الروح القدس).
7. الإتحاد البسيط.
8. صلاة الانخراط الروحي.
9. الوحدة التحويلية.

أولاً - مرحلة يغلب فيها الزهد .

1 - أول درجة في الصلاة : الصلاة الشفوية .

وهي الصلاة التي يُعبّر عنها بصوت عالي أو بتحريك الشفاه. هي طريقة الصلاة الجماعية والليتورجية والتي يجب أن تكون شفوية.

الصلاة الشخصية بعض الأوقات من المستحسن أن تكون شفوية:

- لأنها تثير العبادة الداخلية.
- لكي نبارك الله عن طريق جسدنا أيضاً.
- لكي نُعبّر عن المحبة التي في داخلنا.

شروطها: أ. الانتباه:

- انتباه فاعل، يجب علي أن انتبه لما أقوله.
- الانتباه المألوف (المعتاد عليه): مثلاً في الصباح أقدم صلواتي لله ثم خلال النهار أنسى بسبب انشغالاتي المختلفة (هذا خطأ).
- انتباه فرضي (شبه فعلي): وهذا بين الاثنين السابقين. أبدأ القداس بانتباه فاعل ولكن بعد قليل أسرح لبعض الوقت. لكن يوجد عندي انتباه افتراضي (بفرض الانتباه الأول، الفاعل)، ولكن إذا تركت الصلاة هذا يعني أنني لم أعد انتبه، أما إذا سرحت ثم عدت فهذا يسمى انتباه افتراضي.

- لكي يكون لصلاتي استحقاقات (قيمة) يكفي الانتباه الفرضي. مثلاً أصلي السبحة وخلال السر الثاني أسرح بشكل كامل (من دون إرادتي)، لكني أتابع الصلاة فأنا استحق أيضاً من أجل الصلاة التي بدأتها.
 - من أجل الحصول على النعم التي نحتاجها هنا أيضاً تكفي الصلاة الافتراضية.
 - بما أن الصلاة هي نوع من السرور والبهجة للنفس، فمن الضروري الانتباه الفاعل. لأن الفرح هو من ثمار الصلاة.
- ب. التقوى أو العبادة: بانتباه نطبق ذكائنا على الله، بتقوى نضع قلبنا وإرادتنا باتصال مع الله.

2 - الدرجة الثانية في الصلاة: التأمل .

تعريف: يُمكننا تعريف التأمل على أنه التطبيق العقلي في الذهن لحقيقة فائقة للطبيعة يهدف الاقتناع منها بتعمق أكثر فأكثر وبالتالي حبها وممارستها بمعونة النعمة .

أ) هو التطبيق العقلي في الذهن: أي أن يفكر الإنسان عقلياً في حقيقة ، ذلك بفحصها وإدراكها .
 ب) ... لحقيقة فائقة للطبيعة: فليس الأمر دراسة علمية بل صلاة حيث يجتهد الذهن لكي يعقل حقيقة فائقة للطبيعة ، أي الحقائق الإيمانية المتضمنة. سوى في قانون الإيمان أو في الكتاب المقدس أو في التعليم المسيحي أو في التعبيرات الليتورجية الطقسية .

ج) ... يهدف الاقتناع منها بتعمق أكثر فأكثر: فالمرء يتأمل في تلك الحقائق لكي يقتنع منها .

د) ... وممارستها بمعونة النعمة: فالحب خاص بالإرادة التي عندما تستنير بالفهم العقلي تهتز حباً تجاه الله وتمهض حباً له ، فهو الذي تقصده الحقيقة فائقة الطبيعة . فاعمال الإرادة قد تكون متعددة ، والعمل الأهم هو الخاص بالتأمل حيث تتحد الإرادة مع مشيئة الله ، أي تحتضن الإرادة غرضها .

أهمية وضرورة التأمل:

هي مستحسنة أو مناسبة لخلصنا وضرورية جداً لقداستنا. الذي يعيش في خطيئة، ذلك لأنه لا يتأمل. التأمل لا يمكن أن يوجد مع الخطيئة، لأن إما أن أترك الخطيئة أو أترك التأمل. لا شيء يمكن أن يجلب مكان الصلاة، ولا حتى أخذ الأسرار. هناك أشخاص كثيرين يمارسوا الأسرار المقدسة وعندهم حياة روحية متوسطة. الراهب و الراهبة الذي يترك الرغبة في القداسة يخطئ (يعمل خطيئة) لأنه عمل نذر لطلبها. والراهب الذي يترك التأمل فهو يرتكب خطيئة.

أ - المادة او المواضيع التي يجب أن أتأمل بها

ليس كل المواضيع مناسبة للجميع. يجب أن نأخذ هذا بعين الاعتبار، عندما نعطي نصائح لغيرنا يجب الانتباه لأنه يمكن لموضوع معين لم يفيدنا لأسباب معينة أن يفيد غيرنا، . لذلك يجب ألا ننصح شخص بما نصحننا به مرشدنا الروحي لأن ما نصحننا به هو لنا بمناسبة معينة وهذا لا يمكن أن يطبق على آخرين.

- للمبتدئين: التأمل في مواضيع توحى لهم بالخوف من الخطيئة. (ضرورة التطهير، نهايات الإنسان الأربعة).
 - للنفوس المتقدمة: التأمل في آلام المسيح. وحياة المسيح.
 - النفوس المتحدة أكثر مع الله: ليسوا بحاجة لموضوع معين، فقط يجب أن يتبعوا عمل الروح القدس في نفوسهم.
- من المهم جداً استشارة المرشد الروحي وأن يكون هناك نوع من الثبات في الإرشاد. لأنه هناك أشخاص يحتاجون للقراءة أكثر، أو يكتبوا، أو يعملوا بعض الصلوات الشفهية.
- . ويوصى بأن تحضر النقاط وتدوّن 15 دقيقة قبل وقت التأمل .

ب - طريقة يوصي بها الأب بويلا لتحضير التأمل .

ينصح بتحضير التأمل كل يومٍ أحدٍ مساءً بحسب الترتيب التالي :

الاثنين : تأمل .

الثلاثاء : تأمل .

الأربعاء : تأمل .

الخميس : تكرار النقاط التي تلمسنا فيها أكبر قدر من الثمار .

الجمعة : تكرار النقاط التي لم نجد منها ثماراً .

السبت : مراجعة لكل النقاط السابقة .

الأحد : التطبيق بالحواس ، أو مشاهدة تأملية .

2 - ج - التأمل بحسب الطريقة الأغناطية :

1. الإعداد او التحضير السابق : هو الذي يُجرى في كل دقيقة من اليوم .

القريب : هو الذي ينصبّ على مادة التأمل (أي تحضير موضوع التأمل)

2. صلاة استعدادية : الصلاة المعتادة لطلب النعم اللازمة لإجراء التأمل جيداً . (أن تكون نيّاتي وأفعالي كلها موجهة نحو الله)

مكوّنات المكان : التفكير في مكان التأمل .

إلتماس : للنعمة الخاصة التي يُرجى نوالها من التأمل . (أي طلب نعمة خاصة في للتأمل)

3. قلب الذاكرة : لتذكّر الواقع أو الموضوع بظروفه المتنوعة .

التأمل الفهم العقلي : التفكير في الحقيقة التي أتأمل فيها (ما الذي عليّ أن أخذه في الاعتبار بخصوص ذلك ؟ ما الذي

يجب أن أستنتجه لحياتي ؟ ما الوسائل التي يجب أن أستخدمها لأنجح في ذلك ؟)

الإرادة : وهي التي تدفع كل القدرات الأخرى إلى الصلاة ؛ وهي تنهك في المشاعر طوال زمن الصلاة وخاصة عند

نهايتها ، وتصوغ مقترحات عملية ملموسة نشيطة متواضعة وواثقة .

حديثاً وحوار : مع الله الأب ، أو مع يسوع المسيح ، أو القديسة العذراء مريم والقديسين (وهذا هام جداً) .

4. فحص فحص مختصر للتأمل : إن كنت قد جنيّت ثمر التأمل أم لا ، وهل إتبعّت ترتيبه ، وأين كنت ، مُشتتاً ، إلخ .

بعض التحديات التكميلية :

- الوقت : عمل التأمل في وقت ثابت . وفي أوقات مناسبة (مثلاً بعد الأكل الجسم يكون ثقيل) .
- المكان : المكان الأفضل هو الكنيسة أمام القربان الأقدس . لكن ممكن أن يكون في مكان آخر مناسب (عندما نكون في أجازات) .
- الوضع : وضع متواضع ومحترم . مبدئياً أفضل لنا أن نكون راكعين ، ولكن هذا يعتمد على كل شخص . يجب تجنب الوضع المريح جداً أو القاسي جداً .
- الوقت : من الأفضل ساعة يومياً ، وهذا محدد عندنا في القانون .

3 - الدرجة الثالثة في الصلاة : الصلاة العاطفية .

تعريف : هي التي تغلب فيها مشاعر الإرادة على الخطاب العقلي . ذلك يمثل نموّاً في الحياة الروحية ، لكن لا يجب أن نُجبر

أنفسنا على شكل الصلاة هذا .

هناك أربع نصائح يجب اتباعها من الناحية العملية :

- 1 - عدم التوقف عن المخاطبة الواعية قبل أن يكون شعور الإرادة قد تمَّ الإحساس به . فيُستخدم أولاً التفكير المتمعّن والفهم العقلي قبل أن تلحقه المشاعر .
- 2 - عدم إرغام الذات على الشعور لأن المشاعر يجب أن تسيلَ بطريقة عفوية . فحين تَسْكُتُ المشاعر فهي تُثار بعدوابة إنطلاقاً من المخاطبة .
- 3 - عدم القلق بخصوص المرور من شعورٍ معيّن إلى آخر ، فعلياً أن نَبْقَى مع الذي لدينا .
- 4 - العناية بتخفيض كَمِّ المشاعر وتبسيطها لأنها قد تكون كثيرة عند البداية ، ولكن بقدر ما تتقدّم النفس يكون مناسباً أن نبسّط المشاعر إلى أن نصل إلى الوحدة .

ذلك التصاعد في الصلاة يعود علينا بميزات عديدة ، فهو يمنحنا تدريباً عظيماً لحبّ الإرادة تجاه الله . والفضائل تتنمى بالشكل المناسب ، فنشعر بتعزيزات محسوسة ، ممّا يقودنا إلى استعداد لدرجة من الصلاة أعلى وأكثر كمالاً .

أما المعوقات التي من الضروري تجنبها فهي : انتاج المشاعر بطريقة عنيفة ، الاعتقاد بأننا تقدمنا كثيراً في الحياة الروحية ، الشرّ الروحي ، وكسل النفس .

حسناًها:

إتحاد أكثر بالله.

ممارسة كثيفة للفضائل المسيحية وخصوصاً فضيلة المحبة.

تُنتج تعزيزات، وتساعدنا على حمل صليبنا اليومي.

هي تحضير ممتاز للمرحلة القادمة.

ثمارها:

تواضع، طهارة القصد و النية، نكران واحتقار الذات، روح المحبة والتضحية ، تميم الواجبات بشكل جيد.

4 - الدرجة الرابعة في الصلاة : صلاة البساطة أو التأمل المكتسب .

تعريف : إن تعريف صلاة البساطة (وتُسمّى أيضاً بصلاة الخشوع المكتسب ، أو بصلاة التبصّر البسيط ، أو بالتأمل المكتسب) هو أنها الرؤية البسيطة أو الانتباه المُحِبّ تجاه موضوع إلهيٍّ معيّن : إما الله بذاته أو إحدى أوجه الكمال لديه أو حقائق مسيحية أخرى .

إنها عبارة عن صلاة تزهّدية متبسّطة تماماً ، وفيها قد تحولت المخاطبة إلى رؤية عقلية خالصة ، والمشاعر المتنوعة إلى التفات محبّ لله . وهنا تعمل النفس القليل لكنها تتلقى الكثير (النظر والحب) .

طريقة ممارستها:

تُختصر على النظر والمحبة . ليس لها طريقة محددة .

قبل الصلاة: يجب على النفس أن تنتبه بالألّا تُحضّر ساعة المخصصة لله بمفردها . بينما تستطيع التأمل يجب أن تُكْمَل التأمل . والذي يتقدم وحده ويترك موضوع التأمل يرتكب خطأ كبير جداً ويقع في الكسل أو الفراغ .

الابتعاد عن العكس: أي أن يتمسك بالتأمل (اكثر من المفترض). يجب ألاّ تمسك النفس أو نحسب النفس في التأمل لأنه لن يعطي ثمار في هذه المرحلة .

خلال الصلاة:

- من الأفضل أن يكون لدى النفس موضوع للتأمل للإحتياط.
 - محاولة وضع الانتباه بكل حب لله ومحاربة السرحان. واستخدام الخيال والفهم إذا كانت هناك حاجة لذلك ، لكن يجب العمل بكل هدوء. بينما الإرادة تبقى متحدة مع الله مع انتباه محب.
 - يجب على النفس ألا تُحَبِّط بسبب الجفاف. لأنها توجد في مرحلة تغيير من الحياة التقشفية إلى الحياة التصوفية، وأيضاً في هذه اللحظة يبدأ الجفاف ومرحلة ليل الحواس.
- بعد الصلاة:

تحليل: إذا أنتجت بساطة في حياته. لأنه في بداية الحياة الروحية نحن نعقد أنفسنا أكثر.
حسنتها:

- تتطلب قداسة أكثر.
- حياة روحية أكثر بساطة.
- أعمال محبة مكثفة.

ثانياً : مرحلة يغلب فيها التّعبد .

تعريف : إن المشاهدة التأملية النافذة هي إحساس بديهي بسيط بالحقيقة الإلهية المنبثقة عن الإيمان والتمثلة بواسطة المواهب العقلية وبمواهب الحكمة والعلم على أكمل وجه . وما يجب أن نؤكد عليه قبل كل شيء في أشكال الصلاة هذه هو عمل الله في النفس .

1 - الدرجة الأولى في الصلاة : الخشوع النافذ .

إن صلاة الخشوع النافذ تتميز قبل كل شيء باتحاد العقل مع الله " الذي - كما يكتب الأب أرنتيرو - بجماله وصفائه اللا متناهي يجتذبه ويُجَمِّله من الخارج ، أي موضوعياً مجرداً عن الغرض ؛ بينما من الداخل فالله بفضيلته القديرة يملك العقل ويُخضعه ويربِّحه بينما يُغْنِيه بمواهب ثمينة من العلم والمشورة والفهم العقلي التي بواسطتها يُدخله مباشرة إلى العالم الأسمى حيث تشعّ روائعُه الفائقة للوصف " .

2 - الدرجة الثانية في الصلاة : السكينة .

إن صلاة السكينة تتكون من إحساس حميم بحضور الله ، يأخذ بمجامع الإرادة ويملأ النفس والجسد بعدوبة وبهجة تفوقا الوصف حقاً .

3- الدرجة الثالثة في الصلاة : صلاة الاتحاد .

صلاة الاتحاد هي تلك الدرجة في المشاهدة التأملية النافذة التي فيها تصير كل القدرات الداخلية أسيرة لله ومنشغلة به .

4- الدرجة الرابعة في الصلاة : الإتحاد المستقر أو ارتباط الزواج الروحي .

في الإتحاد المستقر تتحقق الخطبة الروحية . إنه يضيف إلى الدرجة السابقة - التي فيها تتحد بالله بطريقة حميمة قدرات النفس والحواس الداخلية - تعليق عمل الحواس الجسدية الخارجية . وذلك الإتحاد التّعبدية شديداً إلى حد أن الجسد المسكين لا يُمكنه تحمّله فيحدث الانخفاف .

5- الدرجة الخامسة في الصلاة : الإتحاد الذي يُحوّل ، أو الزواج الروحي .

يُعرّف القديس يوحنا الصليبي ذلك الإتحاد: إنه تحوُّلٌ كاملٌ إلى المحبوب، يُسلَّم فيه كِلا الطرفين نفسه للآخر، ناقلاً امتلاكه الداخلي لذاته إلى الآخر، بشكل خاص من إتمام الإتحاد في الحبّ، حيث تتألَّه النفس فتصير "الله بالمشاركة"، بقدر المستطاع في هذه الحياة.