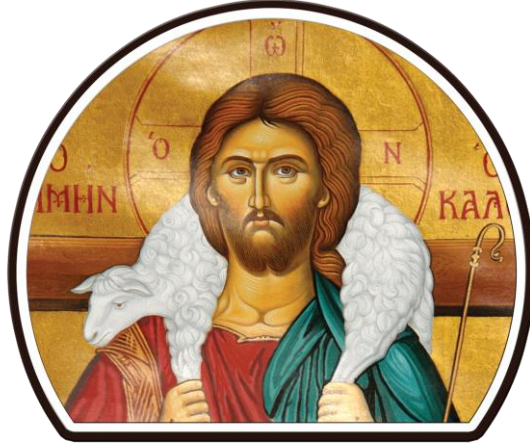


كبريانوس
متروبوليت أوروبوس وفيلي

هل لديك تذكرة؟

في ما يختص بالتوبة والإعتراف

دليل متواضع ليساعدنا للعودة
إلى منزل الآب السماوي



نقلها عن الإنكليزية

مايكل شقرا

٢٠١٨

عن المؤلف

صاحب السيادة، كبريانوس الجزيل الإحترام، متروبوليت أوروبوس وفيلي. ترأس المجمع المقدس للكنيسة الأرثوذكسية الأصيلة في اليونان (ذات التقويم القديم)، وأيضاً دير القديسين كبريانوس ويوستينة المقدس في فيلي (أثينا)، اليونان. كونه إبناً روحياً للمغبوط فيلوثيوس (زرفاكوس)، سيم راهباً في دير القديس يوحنا اللاهوتي في جزيرة باطمس. بعدها، أسس الدير في فيلي تحت سلطة الكنيسة الأرثوذكسية اليونانية الرسمية (ذات التقويم الجديد) التي، وبسبب مشاركتها المتزايدة والمفرطة في مجلس الكنائس العالمي والحركة المسكونية عامةً ودعمها لهما، انفصل عنها عام ١٩٦٩ بركة وإرشاد أبيه الروحي لينضم إلى حركة التقويم القديم. صاحب السيادة، الحاصل على شهادة ليسانس في الدراسات الأرثوذكسية اللاهوتية من مركز الدراسات الأرثوذكسية التقليدية ودكتوراه إكرامية في اللاهوت من كلية القديس مارتينوس للاهوت الأرثوذكسي، هو مؤلف لعدة كتب ومقالات عن المسكونية والروحانية الأرثوذكسية، وهذه ظهرت ليس فقط في الأصل اليوناني، بل أيضاً في الترجمات البلغارية، والإنكليزية، والفرنسية، والروسية، والسويدية، والعربية. رقد في الرب يوم ٣٠/١٧ أيار ٢٠١٣.

الفهرس

4.....	تمهيد
5.....	١ . الرحلة السماوية
6.....	٢ . فلك الخلاص
7.....	٣ . خلاصنا "بالنعمة"
8.....	٤ . التوبة
10.....	٥ . الإعراف
12.....	٦ . فقط لأسقف أو كاهن
14.....	٧ . حالة المعرف الأخلاقية
17.....	٨ . فقط بالإعراف نتطهر
19.....	٩ . بجرأة وانسحاق القلب
23.....	١٠ . حتى خطيئة مميتة واحدة، إذا لم نعتزف بها، تعاقبنا
27.....	١١ . ليس ثلاثة مرات في السنة
33.....	١٢ . دليل الاعتراف
43.....	١٣ . بعد الإعراف
46.....	١٤ . المناولة
49.....	١٥ . الإنتباه للأفكار
55.....	١٦ . "وإذا سقطت مرة أخرى؟"
57.....	الخاتمة
60.....	الإختصارات

تمهيد

"أنا عَرَفْتُ حَطِيئَتِي وَلَمْ أَكْتُمْ إِثْمِي. قَلْتُ: إِنِّي أَعْتَرَفُ لِلرَّبِّ بِإِثْمِي
وَأَنْتَ صَفَحْتَ عَن خِثَاةِ قَلْبِي" (المزمور ٥: ٣١، السبعينية)

منذ أن طردت خطيئة المعصية البشر المخلوقين أولاً خارج الفردوس، لا يوجد هناك أي طريقة أخرى بالدخول إليها مجدداً سوى التوبة والطاعة للوصايا الإلهية. يعملون باطلاً كل من يزرع الأعمال الصالحة في حقل هذه الحياة الباطلة ويقدمون التضحية من أجل قريبهم، ولكن في الوقت عينه لا يملكون توبة فعلية حية التي هي الجسر الوحيد الذي يوحّدنا مجدداً مع السموات. لهذا السبب صرخ النبي داوود إلى الله: "فلو آثرت الذبيحة لكنت الآن أعطي، لكنك لا تسر بالمرحقات. فالذبيحة لله روحٌ منسحقٌ، القلب المتخشع المتواضع لا يرذله الله" (المزمور ١٩-١٨: ٥٠).

لقد خلقت خطايانا نتيجة العصيان لوصايا الله "هاوية كبرى" بين الآب الكلي الصالح وبيننا. السموات صرفت وجهها أمام التمرد الغير مسبوق لذلك المخلوق الصغير المدعو بالإنسان بوجه الخالق الكلي الحكمة والإله السيادي الوحيد. لنركض إذاً يا أخي وزميلي الخاطئ ونتصالح مع أبينا الطويل الأناة الذي ينتظر عودتنا ويصنع كل ما في وسعه لمعونتنا. دعونا نجسر الهاوية التي فتحتها الخطيئة بضمانة التوبة والإعتراف وجسرهما الآمن. جئت لأساعدك يا أخي في سعيك هذا للعودة إلى منزل أبيك، ألا وهو الكنيسة، بشكل موجز وبكل بساطة بقدر استطاعتي من خلال هذا الكتاب الصغير الذي تمسكه بيدك. أصلي من كل قلبي لكي يساعدك ويكون بمثابة دعماً روحياً لك وللآخرين الذي تقدمه لهم.

١ . الرحلة السماوية

"لأنَّ أَيْامُنَا عَلَى الْأَرْضِ ظِلٌّ" (أيوب ٩: ٨)

حين يزمع المرء على الذهاب في رحلة يا أخي الحبيب في المسيح، إلى أي مكان في العالم وياحدى وسائل النقل العام المعروفة، هو لا يستطيع ذلك إلا إذا كان قد سبق وحجز التذكرة المطلوبة. فهو سيأخذ هذه التذكرة من الوكيل ويربها للمفتش وبهذه الطريقة سوف يُسمح له القيام بالرحلة. هل باستطاعتك السفر دون تذكرة؟ كلا!

إذاً، إذا نحن لم يكن باستطاعتنا السفر في هذا العالم العابر دون أن يكون لنا التذكرة المناسبة، بالأكثر لن يكون باستطاعتنا القيام بالرحلة العظمى من الأرض إلى السماء، إلى الفردوس، إلى الملكوت الأزلي لمخلصنا المسيح دون تذكرة. إذا صادفت وذهبت على متن النقل العام وليس لديك تذكرة إلى مكان سفرك المقصود، سوف يطردونك فوراً. في ذات الطريقة، عندما تنطلق نفس الإنسان التعيسة بعد الموت في رحلتها إلى السماء بعد انفصالها عن الجسد، ما لم يكن معها تذكرة وما لم يتم تحضيرها بشكل مناسب، لن يتم أخذها نحو الفردوس لكن سوف تعيقها الأرواح الظلامية التي في المحطات الجمركية وينتهي بها الأمر في الجحيم المخيف، في العذاب الأبدي.

ولكن أين تباع هذه التذكرة الروحية الشهيرة؟ أي نوع من البطاقة هي؟ كيف يمكننا الحصول عليها؟ ما هي كلفتها؟ هل سعرها باهظ أو رخيص؟

٢. فلك الخلاص

"أنا الباب، إن دَخَلَ أَحَدٌ بِي يَخْلُصُ..." (القدّيس يوحنا ١٠: ٩)

يا أخي ورفيقي الخاطيء، يعطينا إلهنا ومخلصنا يسوع المسيح وسائل التحضير للرحلة العظمية إلى الأبدية وأيضاً التذكرة من خلال كنيسته الأرثوذكسية المقدسة. الأرثوذكسية هي الكنيسة الوحيدة في الوجود الذي حافظت سليمة وعبر العصور على تعاليم مخلصنا المسيح كما عاشها وفسّرها الرسل القديسين والشهداء والأساقفة والمعلمون الكبار. الهرطقات المختلفة (البابوية، البروتستانتية، المونوفيزيتية، إلخ) هي ليست أعضاء في الكنيسة لأنها قُطعت عن الكنيسة الأرثوذكسية الواحدة الجامعة المقدسة والرسولية. بواسطة مسحة الميرون والمعمودية المقدستين نصبح أعضاء في الكنيسة؛ ندخل فلك الخلاص لكي نهرب من غرق الخطيئة الذي يخيّم في كل العالم؛ نُختم بالروح القدس وتُعطى لنا مواهب نعمته لتطوير وكمال حياتنا الروحية.

كل انتباهنا في هذه الحياة العابرة يجب أن يعطى من جهة كي لا نُقطع من جسد الكنيسة المقدس، الأمر الذي يحصل حين نصبح هراطقة؛ ومن جهة ثانية لكي نحافظ على الطهارة الأصلية للمعمودية الإلهية ولكي نزيد نعمة الروح القدس الذي اقتنيناها عندما اعتمدنا، كما أيضاً لنصبح قديسين وكاملين ووفقاً لوصية مخلصنا يسوع المسيح القائلة: "كونوا أيضاً كاملين كما أن أبوكم في السماوي هو كامل" (القدّيس متى ٥: ٤٨).

لكن كيف يمكننا الحفاظ على الطهارة وزيادة النعمة الإلهية التي أعطيت لنا بعطف الله؟ بالأعمال الصالحة، بالإيمان الذي يعمل بالمحبة (راجع غلاطية ٥: ٦) ومن خلال أسرار كنيستنا المقدسة الأخرى الواجبة، أي أسرار التوبة والإعتراف والشركة الإفخارستية.

٣. خلاصنا "بالنعمة"

"كَذَلِكَ أَنْتُمْ إِذَا فَعَلْتُمْ جَمِيعَ مَا أُمِرْتُمْ بِهِ فَقُولُوا: إِنَّا عَبِيدٌ بَطَّالُونَ،
إِنَّمَا فَعَلْنَا مَا كَانَ يَجِبُ عَلَيْنَا فِعْلُهُ" (القديس لوقا ١٠: ١٧)

ولكن قبل أن نصل إلى الغاية الرئيسية لهذا الكتيّب، وهو سر التوبة والإعتراف، يجب توضيح النقطة التالية لكي لا نقع في الخطأ. عندما نقول أنه يجب علينا القيام بأعمال صالحة - مثلاً يجب أن نكون عفيفين وأطهار وودعاء ومحتشمين ومتواضعين في عقولنا وصبورين وغير معبودين للمال، نحن لا نعني أننا سننال ملكوت السماوات مقابل ذلك، أي أننا سنشتري خلاصنا! بالنسبة لنا، أن نصبح "أبناء الله" ونرث ملكوته هو ليس مسألة أعمال وليس لأن الله الكلي الصلاح هو مدين لنا بذلك. "التبني" هو معطى لنا "بالنعمة"، أي أنه موهبة النعمة، هبة عطف الإله السماوي. الأعمال الصالحة التي نصنعها هنا طالما نحن على هذه الأرض هي ليست متناسبة مع الفردوس، إنما هي ببساطة دليل أننا لدينا الإيمان الحقيقي في مسيحنا. إننا بالنعمة مخلصون. جميع البشر على الأرض عليهم الهروب من الخطيئة لأنها ليست من صفات الطبيعة البشرية. فقط أولئك الذين هم أعضاء في الكنيسة يكتثرون النعمة الأصلية التي حصلوا عليها في المعمودية ويتقدسون، بينما الهراطقة وأتباع الديانات الأخرى هم محرومون من النعمة والخلاص. لهذا السبب يقول الآباء: "الإمتناع عن الخطيئة هو عمل من نطاق قواتنا الطبيعية، لكنه ليس شيء نشترى به الملكوت."¹ خلاصنا يتحقق عندما إرادتنا، أي نوايانا الصالحة، تتعاون مع نعمة الروح القدس. وأيضاً لا يمكننا أن نخلص بمفردنا، ولا النعمة بمفردها يمكن أن تخلصنا دون أن نريد ذلك. الله لا يجبر أحداً. هو فقط يقول: "إذا أراد أحد أن يتبعني... فليتبني" (القديس لوقا ٢٣: ٩).

¹ القديس مرقس الناسك، 'عن أولئك الذين يعتقدون أنهم يصبحون أبراراً بالأعمال،' ص ٢٥، في الفيولوكاليا [بالإنكليزية]، ترجمة، كالستوس وير، فيليب شيرارد، و ج.إ.ه. بلمر، المجلد الأول (لندن، فاير أند فاير، ١٩٧٧)، ص. ١٢٧.

٤ . التوبة

" يَا أَوْلَادِي، إِنِّي أَكْتُبُ إِلَيْكُمْ بِهَذِهِ لِيَلَّا تَخْطَأُوا،
وَإِنْ خَطِئَ أَحَدُكُمْ فَلَنَا شَفِيعٌ عِنْدَ الْآبِ، يَسُوعُ
الْمَسِيحُ الْبَارُّ، وَهُوَ كَفَّارَةٌ لِخَطَايَانَا" (١ يوحنا ٢-١: ٢)

مع ذلك، الطبيعة البشرية بعد عصيان الجدّين الأولين آدم وحواء ضربها الفساد ومرضت وفقدت النعمة. بكل تأكيد، لقد تجسد ابن الله وأعاد لنا النعمة ومجدنا القديم، ولكن مطلوب منا نضال قاس إذا أردنا التحرر من الخطيئة والأهواء التي زُرعت في أنفسنا وكأنها طبيعة ثانية. مسيحننا رمى الحنطة ونحن علينا أن نحث أرض قلبنا بإرادتنا لتصبح حبة الحنطة شجرة خلاصنا. وبما أننا بشر ضعفاء، نحن نخضع بسهولة للشيطان عدونا الأزلي الذي يجاهد ليلاً ونهاراً ليسود طهارة أنفسنا التي حصلنا عليها بعد المعمودية المقدسة. وللأسف تقريباً جميع البشر قد دتسوا معموديتهم الإلهية! الخطيئة سهلة، وحين يكون الإنسان غير معني بالإتحاد مع الله من خلال سبل التقديس التي تقدمها الكنيسة، عندها يسقط - ذلك التعيس المؤسف عليه - ويصبح عبداً للأهواء وللشيطان.

ولكن يا أخي وزميلي الخاطيء، لا تيأس من خطيئتك. الله كلي التعطف! إذا ارتميت أمام محبته الإلهية بقلبٍ منسحقٍ ومتواضعٍ، إذا اتخذت القرار بثبات وإيمان بالآل تخطيء مجدداً، إذا بكيت بكاءً مرّاً على سقطاتك، إذا كرهت الخطيئة والشيطان بكل قلبك، عندها - أقولها ثانية - لا تفقد ثقتك. هذه التوبة هي خلاص. الله يقبل بهذه التوبة وهي كافية، طالما كُملت بالإعتراف، لتخلّصك ولتعيدك لحالة الطهارة ولتصالحك مع الآب السماوي الذي هو فائق الصلاح ويجب خليقته لدرجة أنه لا يرغب موت الخاطيء بل أن يرجع ويخلص (راجع حزقيال ١١: ٣٣).

إن التوبة لأمرٌ عظيمٌ، ونرى ذلك جلياً في مثل الإبن الشاطر. الإبن الذي أضع طريقه قال: "يا أبتى لقد أخطأت أمام السماء وأمامك، ولست مستحقاً أن أُدعى لك ابناً" (القديس لوقا ١٥: ٢١)؛ وهذا كان كافياً ليفتح الأب ذراعيه ويعانقه. نعم، إن التوبة، وفقاً للقديس يوحنا الذهبي الفم، هي "شفاء الهفوات، إبادة الخطايا، فيضُ الدموع، جرأةً أمام الله، سلاحاً ضد الشيطان، سكيناً قاطعاً رأسه، رجاء الخلاص، إزالة اليأس. إنها التوبة فاتحة السموات، هي دليلنا إلى الفردوس وقاهرة الشيطان."² وكما قال ربنا، العالم السماوي والملائكة القديسين تبتهج وتحتفل بخاطئي واحد يتوب أكثر من تسعة وتسعين من الأبرياء ليسوا بحاجة إلى توبة (راجع القديس لوقا ١٥: ٧).

لذلك أقولها مجدداً يا أخي، لا تيأس، لأن الرب عالمٌ بضعفائنا ولا يجازينا بالموت عندما نخطئ؛ يكفي لنا أن نتوب (راجع حزقيال ٣٣: ١١ و ٢ بطرس ٣: ٩). ليسوا الأصحاء من هم بحاجة إلى طبيب بل المرضى. المسيح لم يأتي ليدعوا الأبرار بل الخطاة للتوبة (القديس متى ١٣-١٢: ٩؛ القديس مرقس ١٧: ٢؛ القديس لوقا ٣٢-٣١: ٥؛ ١ تيموثاوس ١: ١٥). أشدد على موضوع اليأس هذا لأن كثيرين يقولون: "أنا خاطئ كبير، الله لا يقبلني." ولكن أي أب لا يقبل بدموع في عينيه عودة ابنه الذي ضلّ طريقه والذي يعود إلى بيته مليئاً بالتوبة وانسحاق القلب طالباً الغفران.

لنسمع هذا الإرشاد الإلهي للقديس غريغوريوس بالاماس: "لهذا السبب لا مكان لليأس بين البشر.... لأنه بما أن زمن حياتنا هو زمن التوبة، مجرد أن الخاطئ ما زال على قيد الحياة هو ضمانه لذلك الذي يرغب بالعودة إلى الله بأن الله سوف يرحب به."³

² عظات في التوبة ٨، ١ (PG 49:337).

³ إلى إكسينيا الراهبة الجزيلة الوقار، في الفيلوكاليا [باليونانية]، المجلد ٤، الطبعة الثالثة (أثينا، منشورات أستير، ١٩٦١)، ص. ٩٦.

٥. الاعتراف

"لا تستحي أن تعترف بخطاياك" (يشوع بن سيراخ ٤:٢٦)

مهما كانت توبتنا عميقة وعظيمة، طالما أننا لا نُكتمل بسر الاعتراف المقدس فهي لا تؤدي إلى الخلاص ولا تجلب معها غفران ومحو خطايانا ولا تصالحنا مع الله القدوس. فقط بالاعتراف الذي يسبقه توبة عميقة يمكن للخطيئة بأن تباد وللنفس التعيسة بأن تُشفى. إن بطرشيلا الأب الروحي، مثل نهر الأردن ثاني، يغسل كل الأوساخ التي تسببت بها الخطيئة في نفوسنا.

إذا تأملنا بالفكرة التالية سوف نفهم أكثر أن التوبة بمفردها ليس كافية لغفران خطايانا: حين يكون لدينا مرض جسدي ونعاني منه كثيراً، ماذا نفعل؟ هل اليقين والمعرفة أننا مرضى كافٍ لشفائنا؟ هل حقيقة أننا نعرف ما هو الداء الذي نعاني منه ومن أين يأتي يعني أن الوجد سيختفي وأننا سننال الراحة؟ بكل تأكيد كلا! وهكذا هو الأمر مع خطايانا: إذا لم نقل خطايانا للطبيب الروحي، للمعترف، لكي يمنحنا غفران والعلاجات المناسبة، لن نُشفى ونفسنا التي هي مريضة بداء قاتل ستموت موتاً أزلياً وتذهب للجحيم.

ولكن الأسفار المقدسة تعلمنا أيضاً أن التوبة دائماً يجب أن يتبعها الاعتراف. بكلمات النبي داوود الذي وبعد خطيئته المخيفة والمزدوجة اعترف للنبي ناثن: "أنا عرفتُ خطيئتي ولم أكتم إثمي. قُلت: إني أعترفُ للربِّ بإثمي، وأنت صفحتَ عن خبائثِ قلبي." (المزمور ٣١:٥). ومجدداً يقول: "لأنني سكتُ، عظامي قد بليت من الصُراخ طولَ النهار" (المزمور ٣:٣١)؛ هذا يعني: "لأنني لم أتوب بصدق والتزمت الصمت، متحاشياً الاعتراف بخطيئتي أمامك، انسحقت عظامي وكأني بأكملة ارتجف لأنني صرخت مُئنناً ونائحاً النهار كله."⁴ كذلك الأمر، ينصحنا سيراخ الحكيم: "لا

⁴ ب.ن. ترييلاس، كتاب المزامير مع شرح مختصر [باليونانية]، الطبعة الرابعة (أثينا، منشورات سوتير، ١٩٧١)، ص. ١٠٢.

تستحي ان تعترف بخطاياك ولا تغالب مجرى النهر" (يشوع بن سيراخ ٤:٢٦)؛ أي لا تحاول الذهاب بعكس المجرى الطبيعي للأمور، مبرراً خطاياك. كذلك الأمر، يكتب يوحنا الإنجيلي: "إذا اعترفنا بخطايانا فهو أمينٌ وعادلٌ ليغفر لنا خطايانا، وليطهرنا من كل دنس" (١ يوحنا ٩:١). وأيضاً يشدد الرسول يعقوب أخى الرب: "إعترفوا بزلاتكم لبعضكم البعض وصلّوا لبعضكم البعض" (رسالة القديس يعقوب ٥:١٦). إضافة إلى ذلك، القديس يوحنا السابق حين كان يعمّد في الأردن قال لأولئك المعتمدين منه ليعترفوا: "واعتمدوا منه في الأردن معترفين بخطاياهم" (القديس متى ٣:٦؛ القديس مرقس ٥:١).

من هذا المنطلق، أبأؤنا القديسين والتقليد المقدس في كنيستنا عموماً يعطونا هذه النصيحة، إذ يعتبرونه بالأمر الذي لا غنى عنه بأن نعتف بخطايانا لأب روجي لكي تُغفر لنا.⁵

⁵ النصوص من الأسفار المقدسة التي تدل على الأسس الإلهية وضرورة الإعتراف المقدس لخلاصنا هي التالية: (١) ٢ ملوك ١٣:١٢؛ (٢) القديس متى ١٦:١٩؛ القديس متى ١٨:١٨؛ القديس لوقا ٧:٤٨؛ القديس يوحنا ٢٣:٢٠؛ أعمال الرسل ١٨:١٩، إضافة إلى تلك المذكورة في مضمون النص.

٦. فقط لأسقف أو كاهن

"أَمْضُوا وَأَرُوا أَنْفُسَكُمْ لِلْكَهَنَةِ" (القديس لوقا ١٤: ١٧)

موضوع آخر يُطرح هو التالي. كثيرون يقولون: "حسنا، قبلت أن أعترف، لكنني سوف أذهب وأقول خطاياي أمام الأيقونات، سوف أرسم إشارة الصليب وأطلب الغفران من الله، وهو المليء بالتعطف بطبيعته سوف يسامحني. لا يمكنني البوح بهم لكاهن لأنه من جهة أشعر بالخجل ومن جهة أخرى كيف أعرف أنه لن يذهب ليخبر أناس آخرين؟

ولكن هذا يا أخي وزميلي الخاطيء هو وهم شيطاني؛ كن أكيداً أنك تفهم ذلك. إن ربنا ومخلصنا يسوع الله المتجسد، وقبل أن يصعد إلى السماء، أعطى الرسل القديسين كل السلطان ليغفروا (أي يسامحوا) أو ليمسكوا (أي لا يسامحوا) الخطايا: "خذوا الروح القدس: إن غفرتم خطاياهم تُغفر؛ وإن أمسكتكم خطاياهم أمسكت" (القديس يوحنا ٢٣-٢٢: ٢٠؛ راجع القديس متى ١٨: ١٨). كما ترى، هو لم يعطي السلطة للأيقونات ولكن لتلاميذه القديسين وهم بدورهم إلى أخلافهم الأساقفة والكهنة. ولا حتى لوالدة الإله الفائقة القداسة، التي هي أكثر طهارة من الشيروبيم والسيرافيم، أعطى هذه الوصية!

أترى كم هو كبير هذا الشرف؟ لا لوالدة الإله ولا حتى للملائكة القديسين! للمعترفين الذين يعيشون على الأرض سُمح لهم بأن يديروا الشؤون السماوية. الحكام الأرضيين لديهم السلطة بأن يربطوا أو يخلّوا، ولكن فقط أجساد. تلك الأمور التي يقوم بها الكهنة هنا في أسفل هذه الأرض يوافق عليها ويؤكددها الله القدوس في السموات.⁶ الله بكل تأكيد يقبل توبة الخاطيء، لكن يغفرها

⁶ هذه أفكار القديس الذهبي الفم. أنظر المزيد في: (On the Priesthood III.5-6 (PG 48:643-644; NPNF I.9.47-48)

فقط من خلال الكاهن.

عليك أن تعرف يا أخي أنك حين تعترف، المهم ليس فقط غفران خطاياك، ولكن أيضاً الكاهن، الذي هو بمثابة الطبيب الروحي، سوف يساعدك وينصحك كيف تشن حرباً على أهواءك ويعزّيك في ألمك ويعطيك حلول لكمية من المشاكل العائلية والحرفية، وبكلمة، سيعانقك كأب محب ويتعاطف معك. بمعنى آخر، المعرف ليس قاضياً محايداً نخاف منه. فهو أب وطبيب، خاطئ وأخ، يختبر ذات المشاكل وغالباً ما يجاهد أكثر منك أنت.

٧. حالة المعرف الأخلاقية

"...بالرغم من أن الكهنة يكونون خسساء للغاية، سيفعل كل الأمور التي تخصه وسيرسل الروح القدس... النعمة هي التي تفعل كل شيء. الأب والإبن والروح القدس يوزّع كل شيء بينما الكاهن يعير لسانه ويقدم يده" (القدّيس يوحنا الذهبي الفم).⁷

سوف تقول لي الآن: "لكني أعرف جيداً أن الكاهن هو خاطئ وغير مستحق." إسمع يا أخي. طالما هو ما زال أرثوذكسياً، حالة الكاهن الأخلاقية لا تمنع نعمة الروح القدس من تفعيل الأسرار المقدسة التي يقيمها (الكاهن الخاطئ). لو كان هذا ما يحصل، فالويل لنا، لأنه لن يكون هناك أثر للكنيسة؛ يكون الله قد تخلّى عنا وعندها يتضح أنه كاذباً (سامحني يا إلهي)، لأنه قال: "سوف أكون معكم حتى إلى منتهى العالم (القدّيس متى ٢٨:٢٠؛ راجع ١٨:٢٠، والقدّيس يوحنا ١٤:١٦).

في احتفال الأسرار المقدسة الكاهن لا يفعل شيئاً من عنده؛ هو مجرد أداة في يدي الله. يقول القدّيس يوحنا الذهبي الفم بامتياز: "الكاهن يعير لسانه ويقدم يده." لهذا السبب، حين يقرأ صلاة الغفران للشخص الذي عرفه، يقول: "ليسامحك الله في هذا الدهر الحالي وفي الدهر الآتي." في صلاة أخرى يقول: "ليسامحك الله كل شيء بواسطة أنا الخاطئ، سويّاً في هذا الدهر الحالي وفي الدهر الآتي." وفي مكان آخر يقول: "أيها الرب إلهنا، تقبّل اعتراف عبدك هذا... واغفر له كل من الخطايا التي ارتكبتها، لأنك إله صالح محب للبشر. لأنك أنت وحدك لك السلطان أن

⁷ عظة عن إنجيل القدّيس يوحنا، ٨٦،٤ (PG 59:472; NPNF I.14.326).

تغفر الخطايا." و"نعمة الروح الكلي قدسه، من خلال عدم استحقاقني، لتحفظك غير مقيداً ومغفوراً في هذا الدهر الحاضر وفي الدهر الآتي."

لهذا السبب إذاً علينا ألاّ ندقق في خطايا الكاهن. إضافة إلى ذلك، نرى أنه حتى في حياتنا اليومية إذا تمتعنا بربح مادّي ما، لا نقوم بفحص الحالة الأخلاقية عند الآخرين. إليك بعض الأمثلة: حين يجلب لك ساعي البريد شيكاً مصرفياً عليك أن تصرفه، أنت تأخذ المال فوراً وليس فقط لا تسأله إذا كان رجلاً صالحاً أو سيئاً، بل تشكره ألف مرة وتهتم به ببداخة. كذلك الأمر، حين تكون مريضاً أنت لا تبحث عن طبيب دون خطيئة ليشفيك، بل تبحث عن واحد هو عالم بارع وخبير في فن الطب، وتركض إليه مليئاً بالأمال. أيضاً، في نهاية الشهر أنت تأخذ راتبك من رب عملك دون أن تقول له أبداً: "لن آخذه، لأنك غير عادل وعديم الأخلاق إلخ."

إليك بعض الأمثلة الأخرى التي تُظهر أننا يمكننا أن نحظى على خلاصنا من خلال الكاهن، بغض النظر عن حالته أمام الله. عندما لجأ النبي إيليا إلى البرية، أرسل الله الطعام إليه من خلال غراب وذلك لكي يقدم له الغذاء. النبي لم يتذمّر لله ولم يسأل عن السبب لماذا الله لم يرسل له الطعام بواسطة حمامة بيضاء كالثلج. هو فقط أخذ الطعام ومجّد الله لأنه أطعمه.⁸ بطريقة مماثلة، لكي نعبر نهر ما غالباً ما يتوجّب علينا المشي على جسر قديم، سيء الصنع ومضروب بالصدى. نحن لا نجلس لمناقشة لماذا هو ليس جديداً، أو لماذا لم يتم تصليحه جيداً، إلخ. نعبره ونذهب لعملنا. أيضاً، أحياناً قد يكون القسطل الذي نشرب منه المياه مصدّياً. ولكن من يكون عطشاناً، حين يركض بشوق لشرب المياه العذبة والباردة، يتمنّى ويدقق بالقسطل المصدّي؟ لا أحد! المعروف إذاً هو مثل الجسر والقسطل. لا تكرهه مهما كان خاطئاً. الأهم من كل شيء عليك أن تصلي بأكثر اهتمام من أجله وتحيطه بالحبّة والتعاطف. عليك أن تتصرّف تجاهه كما يتصرّف الأطفال

⁸ أنظر سفر الملوك ٣، ١٧:٦. هذه البرهان يلجأ إليه القديس إيسيدوروس بيلوسيوم: الرسالة III.340 (PG 78: 1000C).

تجاه أبيهم، لأنه إذا ضمن العائلة الأطفال يرفضون أبيهم لوقوعه في خطأ ما ويطردونه من المنزل، من سيجلب لهم الطعام ليأكلوا؟ من سيحميهم من المخاطر؟ من سيكون الداعم للعائلة؟

ولكن طالما أنك في جميع الأحوال تريد معرّف جيّد، عليك أن تبحث، عليك أن تُتعب نفسك، عليك أن تسأل، وعليك ألاّ تندم على أي عمل جسدي قمت به أو مال صرفته، وعليك ألاّ تهتم بشأن المسافات إذا أردت أن تجد أحداً مناسباً. عندما تعاني من مرض خطير، أنت لا تحسب الكلفة إطلاقاً إلى حين أن تجد الطبيب الأكثر خبرةً ليشفيك. أنت حتى تباع منزلك لكي تتعافى جسدياً. لذلك، الآن، حين المسألة تختص بمستقبلك الأبدي وخلصك وشفاء نفسك، ألن تضني نفسك بالتعب وألن توفر ولا كلفة؟ نعم، حتماً. لذلك لا تؤجل الأمر ولا لدقيقة، ولا تتقدم بأعدار مختلفة خاطئة، لأن ربك وأباك السماوي ينتظر بك بأذرع مفتوحة ويدعوك قائلاً: "تعالوا إلي يا متعبي النفوس وأنا أريحكم" (القديس متى ١١: ٢٨).

٨. فقط بالإعتراف نتطهر

"توبة الخاطئ دون اعترافه هي حبوب بلا حصاد"⁹

من ناحية أخرى، هناك وهم آخر عند الناس يتركز على أنه بعد أن تُبنا يمكننا أن نمحو خطايا الماضي دون الإعتراف للكاهن، وذلك من خلال الإحسان وإقامة القداديس والقيام بأعمال صالحة أخرى. هذه الفكرة هي بكل تأكيد شيطانية، وعليك توخي الحذر لتسحقها في مهدها. حين توتسّخ ملابسك والبقع تبدو شديدة القرف، أنت لا تستخدم أي نوع من السائل لتنظيفها، حتى ولو كان ثمين جداً ونوعية باب أول. أنت لا تستخدم، لنقول، الزيت أو الكولونيا الثمينة، ولكن شيء أرخص بكثير وبنفس الوقت أكثر تناسباً: الغازولين أو مسحوق آخر خاص بالتنظيف.

هذه المسألة هي بسيطة جداً، ولكن كبرياًونا كما تعلم لا يسمح لنا بأن نتواضع ونكشف ألمانا لكاهن. حين يكون المرء مثقلاً بحمل ثقيل وبالكد يستطيع الوقوف على رجله، وهو منهكاً ويتصبب عرقاً وعطشاناً، أسألك: ما الذي يفعله؟ بكل تأكيد، ماذا سيفعل سوى أن يطرح حملة جانباً ويأخذ نفساً عميقاً ومن بعدها يجد وسيلة أخرى - سيارة أو عربة أو إلخ - ليضعها عليه ويكمل طريقه. كذلك إذا الأمر بالنسبة لك يا أخي. عندك حمل ثقيل، خطاياك، التي تسبب لك الهم والوخز المستمر للضمير والكثير من المرّات عدم النوم، وبكلمات قليلة، تعطيك 'دلالة منذرة عن الجحيم'. 'أليس أمر سخيف بأن تقوم بكومة من الأعمال الأخرى، وإن كانت صالحة ومقدسة، وتترك جانباً المسار الأسهل، أي الذهاب إلى الكاهن لتطرح جانباً حمل خطاياك؟

⁹ عمانوئيل (كارباثيو)، متروبوليت كوس، الإعتراف [باليونانية]، الطبعة الثانية، المجلد الأول (أثينا، ١٩٥٦)، ص. ٩١.

إذهب يا أخي، أركض فوراً ولا تضيع لحظة، وعندما تطرح جمل خطاياك أمام صليب ربنا بمعونة الإعتراف، سوف تشعر بأمر لا يوصف! إرتياح وفرح وبهجة وقناعة ستملاً قلبك. ستعتقد نفسك أنك طفل صغير وستمجد إلهنا دون انقطاع. بهذه الطريقة تكون قد وضعت أسس القداسة في أعماق نفسك، وتكون قد بدأت بالسير على درب الفردوس. عدد كبير من الناس نالوا القداسة بهذه الطريقة؛ كانوا سابقاً خطأ كبار والآن نحن نطلب شفاعاتهم وصلواتهم. هكذا كان القديس كبريانوس، مشعوذاً شهيراً وخادماً أميناً للشيطان، لكنه بعد أن تاب واعترف، وصل إلى درجة الإستشهاد من أجل المسيح. هكذا كان القديس موسى الحبشي، رئيساً سابقاً للساقيين ترتعد منه كل مصر. هكذا كانت مختلف نساء عالم الرذيلة اللواتي جرن الألاف من الرجال إلى الجحيم بواسطة الزنى. إليك بعض الأمثلة: الأكثر شهرة منهم، مريم المصرية، بيلاجيا، إفدوكيا، ثايسيا ومريم نسيبة الناسك أبراموس وأخريات كثر مذكورين في السنكسار. عندما نقرأ حياتهم، نرتعش ونذرف الدموع ونبدأ حياة جديدة. نعم لقد أخطأوا كثيراً أمام الله، لكن توبتهم لاحقاً كانت عميقة وبدأت بطرح جمل خطاياهم بواسطة الإعتراف.

الله يريد أن يتحد بنا ويجعلنا آلهة بالنعمة. ولكن لأنه منزه عن العيب وبلا خطيئة، كيف سيتحد معنا حين نكون مسودين من خطايانا؟ النقي يتحد فقط مع النقي. لهذا السبب لدينا الإعتراف الذي هو حمّام حقيقي، غسالة للنفس. فليكن الإعتراف أولاً وبعدها أعمال الصدقة وأي شيء آخر يجعلنا نشبه خالقنا.

٩. بجرأة وانسحاق القلب

"لا تستطيع الهرب من العار إلا بالعار"¹⁰

(القديس يوحنا السلمي)

خدعة أخرى يستخدمها الشيطان ليمنعنا من اعتراف يخلصنا هي الخجل. فهو يجعلنا نشعر بالخجل من الكاهن فنؤجل الأمر بأكمله. من الإعتبارين التاليين يتضح أن هذا الخجل ينبع من عدو البشرية الكلي الشر.

(١) قبل كل شيء علينا الشعور بالخجل عندما نخطئ ونخالف الوصايا الإلهية. ولكن حين نرتكب خطيئة ليس فقط لا نخجل من الله، ولكن بكل وقاحة ودون احمرار الوجه نخطئ علناً أمام البشر. عندما يرانا الله والملائكة القديسين وطغمت الملائكة والعالم السماوي بأكمله وأيضاً الناس الأرضيين، لا نشعر ولا حتى بأصغر وخزات الضمير.

(٢) وليس هذا فقط ولكن لاحقاً ، وبدون خجل أو خوف، نسرّد جميع خطايانا وهفواتنا بأسلوب عظيم لدرجة وكأننا أنجزنا أفعال عظيمة للغاية.

هذان الإعتباران يصلان بنا إلى ما يلي: إن حقيقة أننا نفتقر لأي أثر من الخجل حين نخطئ وحين نقول خطايانا أمام الآخرين هي دليل واضح أن الشيطان يعمل ليضمن خجلنا من الإعتراف. لهذا السبب أسألك يا أخي: لماذا حين ترتكب خطيئة أو تسردها علناً أمام الآخرين لا تشعر بالخجل، ولكن حين تذهب لتعترف بها في الكنيسة، حين فقط الأب الروحي والله

¹⁰ السلم إلى الله [بالإنكليزية]، القديس يوحنا السلمي، رئيس دير جبل سيناء، المقالة ٤، ٦٢، ترجمة دير التجلي المقدس. طبعة

منقحة. (بوسطن، دير التجلي المقدس، ١٩٩١)، ص. ٤١.

سيسمعونها وحيث ستنال الغفران لأجل خلاصك، لماذا، أكرر، تشعر عندها بالخجل؟ أليس هذا الأمر غير منطقي؟ أليس هذا من الشيطان الذي، حين يرى أنه يخسرك وأنتك تهرب من عبودية الخطيئة المروعة، يفعل كل ما بوسعه ليمنعك من الإعتراف؟

هذا الخجل الذي نشعر به إذاً هو كمين فعلي من الشيطان، ونحن لا نعترف لأنه حينها يجب أن يكون لدينا انسحاق قلب وتواضع بل أيضاً الجرأة. يجب أن يكون لدينا التواضع والأسى لأننا أحرزنا خالقنا وودّسنا صورته وخسرنا طهارة المعمودية الأصلية، والثقة والرجاء والإيمان أنه كأب متعطف سوف يغفر لنا. يقول سيراخ الحكيم شيئاً مهماً: "فان من الحياء ما يجلب الخطيئة ومنه ما هو مجد ونعمة" (يشوع بن سيراخ ٤:٢٥).

هذا الحياء المخزي الذي مصدره الشيطان، بالرغم من أننا اتخذنا القرار بالإعتراف، يجرّنا إلى اللجوء إلى ذرائع أخرى في وقت الإعتراف لكي لا نشعر بالخجل ونتواضع ولكي لا نشوه سمعتنا. لهذا السبب الكثير من الناس حين يعترفون يحاولون إلقاء لوم خطيئتهم على الآخرين. آخرون مجدداً يحاولون خلسةً ومكراً بأن يخففوا من حجم خطاياهم. بعض الناس تحديداً يقولون نصف خطاياهم لكاهن والنصف الآخر لكاهن آخر. وجميع هذه الأمور تحصل لأنهم ليس لديهم الثقة بالظهور أمام أعين الآخرين على حقيقتهم وهكذا يفقدون التقدير الذي كان لهم سابقاً، لأن الناس الآخرين يرون فقط المظاهر الخارجية. ولكن في صلب هذا التواضع الذاتي وهذا التحقير الذاتي تكمن كل عظمة خلاصنا مكتومةً. فقط حين يتواضع الإنسان يصبح معقلاً للنعمة وعرشاً للثالوث القدوس. من هذا المنطلق سوف أسرد حدث حقيقي لكي ترى يا أخي كيف الإعتراف الصحيح يجب أن يحصل وكم من الأمور الصالحة تنتج منه. القديس يوحنا السلمي يسرده في كتابه الشهير 'السلم إلى الله'.

"شهدت مرة في دير حُكماً مربعاً بالفعل لراعٍ وقاضٍ صالح. فقد اتفق لما كنت هناك أن لصاً محترفاً تقدم إلى السيرة الرهبانية. فأمر ذلك الراعي الفاضل والطبيب الحاذق أن ينعم اللص براحة كاملة لمدة سبعة أيام يقتصر فيها على ملاحظة النظام المتبع في الدير. وبعد انقضاء الأسبوع استحضره الراعي على انفراد وسأله: 'هل ترغب بالسكنى معنا؟' ولما رآه موافقاً على ذلك بكل صدق سأله أيضاً عن الشرور التي ارتكبتها في العالم. ولما رآه قد بادر إلى الإعتراف بكل شيء فوراً بدون تردد قال ممتحناً إياه: 'أريدك أن تشهر أعمالك هذه بحضرة جميع الإخوة.' وإذا كان قد مقت خطيئته حقاً ولم يبال بالخجل قط، قبل بهذا بلا ارتياب وقال: 'وإن شئت فإني أعترف بها في وسط الإسكندرية'

"وفي يوم الأحد التالي جمع الراعي كل أغنامه الناطقة البالغ عددها مئتين وثلاثين راهباً، وبعد تلاوة الإنجيل أثناء إقامة الخدمة الإلهية، قدّم ذلك المجرم المزكى. قام عدد من الإخوة بجرّه وضربوه بضعة مرات برفق. يدها كانتا قد كُتفتا وراء ظهره، وهو كان قد ألبس مسحاً من شعر ورأسه نُثر بالرماد. فانذهل الجميع لهذا المشهد وأخذوا يجهبشون بالبكاء، إذ لم يكن أحد على علم بما يجري. ولما وصل إلى باب الكنيسة على هذه الحال صرخ به ذلك الرئيس القديس والقاضي الرؤوف بصوت عظيم وقال: 'قف عندك، فإنك لست أهلاً أن تدخل إلى هنا.'

"فانذهل من صوت الراعي الذي أتاه من الهيكل كل الإنذهال (إذ ظن أنه لا يسمع صوت إنسان بل صوت رعد، على ما أكد لنا بقسم فيما بعد)، وجثا على وجهه للحال، مرتجفاً بجملته ومرتعشاً من الخوف. وإذا كان طريحاً على الأرض يبللها بدموعه أمره ذاك الطبيب الرائع مجدداً أن يبوح بالتفصيل أمام الجميع بكل ما ارتكبه من جرائم وذلك لكيما يحقق خلاصه ويجعله للجميع مثلاً للخلاص والإلتضاع. فاعترف بالتفاصيل وهو مرتعد، بكافة جرائمه وقد استغرَبها واستهولها كل من سمع بها، إذ أن خطاياها لم تكن جسدية، طبيعة وغير طبيعية، اقترفها مع الناس والبهائم

وحسب، لكنها بلغت إلى جرائم التسميم والقتل وغيرها مما لا يجوز سماعه وكتابته. ولما أتم اقراره هذا أمر الرئيس حالاً بقص شعره وإحصائه في عداد الإخوة.

"فتعجبت لحكمة ذلك البار وسألته على انفراد: لماذا صنعت به هذا الأمر الغريب؟ فأجابني ذلك الطبيب الأصيل قائلاً: لسببين إثنين: أولاً، لكي أخلصه من الخزي الآتي بواسطة الخزي الحاضر؛ وهذا ما تم فعلاً يا أخي يوحنا، لأنه بالحقيقة لم ينهض عن الأرض إلى حين أن حظي بالصفح عن خطاياها كلها. ولا تشك بصحة ذلك فإن أحد الإخوة الحاضرين أسر لي قائلاً: لقد رأيت شخصاً رهيباً يمسك قلماً ولوحة للكتابة، وكلما أقر ذلك الطريح بخطيئة، كان ذاك يشطبها بقلمه. وهذا مرجح، لأن النبي داوود يقول: "قلت: إني أعترف للرب يا إلهي، وأنت صفحت عن خباثة قلبي" (مزمور ٥: ٣١، السبعينية). أما السبب الثاني، فهو أن عندي بين الإخوة من قد اقرتوا ذنباً لم يكشفوها، بهذه الطريقة أستحثهم على الاعتراف بها، إذ بدون ذلك لا ينال أحد الصفح عن زلاته."¹¹

أرأيت الآن يا أخي هذا المثل المؤثر؟ أترى ماذا يربح الإنسان حين يقوم باعتراف طاهر بصدق، بدون 'لف ودوران' وبدون مرائية؟ هذا الأمر يشبه الحالة حين تكون تعاني من أمراض جسدية: فأنت تقول للطبيب كل ما يختص بصحتك. أنت لا تخبي جرحك بل تكشف عنه بدون حياء، لأنك تملك رغبة وشوق بأن تتعافى. فافعل الأمر ذاته أيضاً بحضور الكاهن: "قم باعترافك ببساطة ومباشرة بقلب صادق وطاهر."¹²

¹¹ استخدمت هنا النص المعرب أساساً في كتاب السلم إلى الله، تعريب رهينة دير مار جريس الحرف (بيروت، منشورات التراث

الأبائي، ٢٠٠٦) المقالة ٤، ١١-١٢، ص. ٥٣-٥٤، وقمت ببعض التعديلات لهذه الترجمة - المعرب

¹² القديس نيقوديموس اللاثوسي، الإكسومولوجيتاريون (دليل الاعتراف) [باليونانية]، الطبعة الثالثة (أعيد طبعه من طبعة البندقية

الثامنة؛ أثينا: م. ساليفيرو، ن.د. ص. ١٨٦، الفقرة ٤.

١٠. حتى خطيئة مميتة واحدة، إذا لم نعتزف بها، تعاقبنا

"دون الإعتزاف، لا أحد يحظى بالغفران"

(القديس يوحنا السينائي)¹³

لكن بما أنني أعلم أن الشيطان بخساسته المطلقة سيثمن عليك الحرب بواسطة العار وبهذه الطريقة سيجعلك تُخفي عن المعرف تلك الخطايا التي تخزيك بشدة وتهينك أمام الآخرين، وسيدفعك لتضيف خطيئة تدينس المقدسات¹⁴ لخطاياك السابقة، سوف أكتب لك قصة صادمة لكنها حقيقية لأساعدك.¹⁵

"كان هناك ملك في إيطاليا له إبنة تقية وصاحبة فضائل. هذه كانت تصنع الكثير من الصدقات واهتمامها بالفقراء كبير. ترجت والدها بأن يسمح لها أن تصبح راهبة ولكن من شدة حبه لها لم يسمح لها بأن تنفصل عنه، وتحديداً أقنع أسقف روما كي ينصحها أنه سوف يكون لها مكافأة أكبر إذا بقيت في منزلها وقامت بهذا الجم من الأعمال الخيرية كما كانت تفعل بدلاً من أن تصبح راهبة، لأنها في تلك الحالة هي ستنتفع نفسها فقط. وبالتالي، بقيت الابنة في منزلها مجبورة لكي لا تصطدم مع أبيها، واستمرت بالعيش بالفضيلة كما فعلت سابقاً.

"ولكن الشيطان، ذلك الأفعى الخبيثة، لم يستطع تحمّل رؤية هكذا أفعال من امرأة شابة. شن عليها حرباً جسدية فوقعت في غرام شاب وسيم كان في خدمة الملك، وهو هاجمها بهذه العلاقة

¹³ السلم إلى الله، الخطوة ٤١٢، المرجع المذكور سابقاً (بوسطن)، ص. ٢٥.

¹⁴ القدس نيقوديموس، الإكسومولوغيثاريون، المرجع المذكور سابقاً، ص. ١٩١، وأغابوس، الراهب الكرثي، خلاص الخطاة

(تسالونيكى: ب. ريغوبولوس، ١٩٧٢)، ص. ٢١١، الفقرة ٧.

¹⁵ أغابوس الكرثي، المرجع السابق، ص. ٢١٩ أ.ب. - ٢٢٠ أ.

الغرامية بقوة لدرجة أنها خضعت وارتكبت الخطيئة مع هذا الشاب. بعد فترة قصيرة أدركت أنها حامل فغلبتها الحيرة لدرجة أنها أرادت أن تموت من عارها، لكي لا يعلم الناس بخطيئتها. وقامت سراً وأخبرت القصة كلها لإمرأة عجوز كانت إحدى خادمتها. هذه المرأة العجوز أعطتها عشبة تسببت بقتل الجنين. وهكذا خطيئتها لم تُكشف لأحد إطلاقاً، لكنها كانت حزينة جداً وتتألم من خطيئتيها الإثنتين.

عندما رأى أبوها أنها مغتمة للغاية، اعتقد أنها حزينة لأنه لم يسمح لها أن تصبح راهبة، فسألها إذا أرادت الإنخراط في دير. فرحت عندما سمعت ذلك. عندها وضعها هذا الملك في دير فضيل حيث تمت سيامتتها. وحفظت جميع قوانين الحياة الرهبانية دون انحراف لدرجة أن الاخوات لم ترها تضحك أو تنطق بكلمة باطلة أبداً. عندما حضرن لزيارتها أقاربها الإناث من القصر أو النساء النبيلات الأخريات أو أبوها الملك، كل مرة كانت تتكلم معهم لفترة قصيرة وبعد أن تلقي عليهم الوداع، كانت تذهب إلى قلايتها وتبكي على خطيئتها التي - هذه الإمرأة التعيسة - لم تعترف بهما لأبيها الروحي، أي الزنى والقتل التي ارتكبتها. هي فقط بكت وطلبت الغفران من الرب.

"في نهاية المطاف رقدت، وذلك بعد أن اعترفت بخطاياها الأخرى وتناولت من الأسرار المقدسة. بعد ثلاثين يوم ظهرت لرئيسة الدير في رؤية وقالت لها أنها تمت معاقبتها. فأجابتها رئيسة الدير: 'كيف من الممكن أن تعاقبي لأنك كنت كثيرة الفضائل ولديك شغف كبير لأمر الله؟' أجابتها: 'لقد ارتكبت خطيئتين كبيرتين اللتين بحماقتي لم أعترف بهما أبداً لأبي الروحي؛ اعتقدت أنني إذا بكيت عليهما سيكون ذلك كافياً في عيني المسيح. لكنه حكم عليّ بأن أبكي وأتعذب أبدياً بسبب هذه الخطيئة. الأعمال الصالحة الأخرى لم تنفعني."

أرأيت الآن يا أخي كيف أن التوبة بمفردها ليست كافية، مهما كانت صادقة وعميقة، ومهما عبّرت عنها من خلال كل فضيلة وكل عمل صالح لكي تُغفر. إن الإعتراف الطاهر من دون عار

أو خجل هو حاجة لا غنى عنها. لا البكاء ولا الأصوام ولا السهرانيات ولا السجديات ولا الصدقات لديها القوة لتطفئ حتى ولو خطيئة صغيرة. تذكر الحقيقة أنك حين تعترف بتسعة وتسعين خطيئة للكاهن وتخبي واحدة، في تلك الحالة ولا حتى التسعة وتسعين تُغفر. لكي أقنعك سوف أخبرك قصة حقيقية أخرى.

عاشت هناك امرأة نبيلة وثرية جداً ارتكبت خطيئة فاضحة للغاية ولم تعترف بها لأي من الأباء الروحيين بداعي الخجل. مرة التقت بكاهن راهب أجنبي مع تلميذه كانا في رحلة حج إلى قبر المسيح الكلي القداسة [في أورشليم - المترجم]. عندما رأتهم المرأة في كنيسة حيث كانت تقام خدمة عيد والأب الروحي كان يقيم الليتورجيا، خطر على بالها أن تعترف له لأنه كان أجنبياً ولا يعرفها. ذهبت عندها إلى زاوية في الكنيسة وأخبرته خطاياها. لكنها عندما أرادت أن تقول تلك الخطيئة الكبرى وتعاون من الشيطان، غلبها خجل كبير لدرجة أنه احمرّ وجهها ولم تستطع التفوه بها.

مع ذلك، كان مرافق الأب الروحي رجل بسيط وفاضل، وبينما كان واقفاً عن بُعد ينتظر، رأى أن أفعى خرجت من فم المرأة مع كل خطيئة اعترفتها وبعد كل تلك رأى أفعى كبيرة أظهرت رأسها ثلاثة مرات لكي تخرج من فمها ثم زحفت مجدداً إلى داخلها ولم تخرج. بعدها، رأى كل الأفاعي التي كانت قد خرجت سابقاً تعود أدراجها وتدخل فمها لأنها لم تذكر الخطيئة الأخرى. بعد أن قرأ الأب الروحي صلاة الغفران عليها، غادرت المكان.

"أخبره تلميذه عن الرؤية كما سردناها أعلاه. عندها فهم ماذا حصل وذهب ليكشف عن هذه الرؤية للمرأة ويحثها بأن تعترف بالخطيئة الأخرى أيضاً. عندما بلغوا منزلها وجدوها ميتة، وبعد أن بكوا عليها، رفعوا الصلوات إلى الله ليظهر لهم مصير نفسها. وانظر ما حصل! رأوها جالسة على أفعى مخيفة بينما أفعتان أخريتان أحاطا بها وعذبوها بقساوة. ثم قالت لهم: 'أنا تلك المرأة

الفاسقة التي اعترفت اليوم ولأنني لم أقول خطيئة واحدة معينة ارتكبتها، أسلمني الرب لتقتلني هذه الأفعى ولأحترق في عقاب أبدي. وهذا حصل لأنه (هذا القاضي) انتظرتني زمن طويل لأعترف وبهماقتي لم أقلها بسبب الخجل. والآن ليس لدي ولا حتى بصيص أمل بالخلاص، أنا التعيسة. بعد أن قالت هذه الأمور، اختفت.¹⁶

يعطينا القديس نيقوديموس الآثوسي هذه النصيحة البالغة الحكمة: "إذا أردت أن تغلب الشيطان حين يحاربك بالعار، قل أولاً تلك الخطيئة التي تسبب لك أكثر كم من الخجل."¹⁷

¹⁶ المرجع السابق، ص. ٢١٨ ب-٢١٩ أ.ب.

¹⁷ الإكسومولوجيتاريون (دليل الإعتراف)، المرجع المذكور سابقاً، ص. ١٩١.

١١ . ليس ثلاثة مرات في السنة

"الجراح التي تُكشف علناً لن تزداد سوءاً بل سَتُعافي"

(القديس يوحنا السينائي)¹⁸

إذاً يا أخي وصديقي الخاطيء، طالما أن نعمة الله الكلي التحنن قد ساعدتك لأن تبصر خطيئتك، لكي تتوب وتقوم بالقرار العظيم بالإعتراف، أعطيك نصيحة أخرى واحدة: لا تؤجل ذلك ولا حتى لدقيقة واحدة! عليك أن تتصالح فوراً مع خالقك الذي أحزنته وازدريته كثيراً. حين يكون شخصاً ما برفقتك وهو مهموماً ومشهراً به، وهو لا يكلمك لكنه يتحاشاك، فأنت تسرع فوراً تجاهه لكي تتصالح معه. أنت تستعين بالآخرين ليكونوا وسطاء بينكما والكثير من الأحيان أنت ترسل هدية ما لكي تعيد المحبة والسلام بينكما. أنت تجد صعوبة في النوم نتيجة القلق. من هذا المنطلق، إذا هذا ما يحصل مع الناس، فكيف تستطيع أن تستريح بلا مبالاة في اللحظة التي أحزنت فيها أبانا السماوي والله بهذا المقدار؟¹⁹ مجدداً، إذا أنت تعاني من مرض خطير ويخبرونك أن هناك احتمال أنك ستفارق الحياة، هل تبقى بلا هم؟ بالتأكيد كلا! فأنت تركز إلى الأطباء وتنفق الأموال وتضع مهامك جانباً مهما كانت طارئة وتساءل بألم: "ماذا سيحصل بي؟ هل أنا في خطر؟ هل مرضي شديد الخطورة؟ إلخ...

ولكن هناك أيضاً أمراً بالغ الأهمية لا بد أن تعرفه. إذا نجحت في اعترافك وتطهرت من دنس خطاياك بنعمة الروح القدس، لا تعتقد أن جميعها الآن قد انتهت، وأن "إلى هذا الحد هي خطاياي". كلا، لا تعتقد ذلك أبداً! فالآن تحديداً تبدأ تلك الرحلة الكبرى، ذلك الجهاد الكبير.

¹⁸ السلم إلى الله، الخطوة ٤١١، المرجع المذكور سابقاً (بوسطن)، ص. ٢٣.

¹⁹ السلم إلى الله، الخطوة ١٠١٥، المرجع المذكور سابقاً (بوسطن)، ص. ٧.

باعترافك أنت صنعت إتفاقاً مع الله بطريقة ما وأخذت وعداً أنك الآن ستنضم إلى عسكره ، إلى أتباعه، إلى أبنائه الأبناء. وهذا العسكر هو في حرب مستمرة وبالتالي سوف تكون في حرب لا تتوقف، وإن كانت حرب روحية. كن أكيداً أنك تفهم ذلك. حين يجلس ابن القرية صامتاً وبكل تواضع يعمل في أرضه ويعتني بحيواناته ولا يزعج أحد، عندها لا أحد يخاف منه ولا أحد يزعجه. ولكن إذا هذا القروي أصبح ثائراً ويجمع رجالاً آخرين معاً ويتسلحون ويتجهون إلى التلال، مرهبين العالم ومهددين الدولة والحكومة، عندها ماذا يحصل؟ فالسلطات تستيقظ ويأتي الجيش لدعمهم وتحصل حرب مستمرة إلى حين أن يتم القضاء على الثوار. هذه هي الحال مع التوبة والحرب الروحية. طالما أن الإنسان هو عبداً للشيطان بخطيئته وكفره، الشيطان لا يزعجه. لكنه حين يثور، أي يتوب (لأن التوبة بجوهرها هي إنتفاضة روحية للتحرر من عبودية الخطيئة)، عندها الشيطان يبدأ بإزعاجه ويخاف أن يخسر عبده ولهذا السبب هو "يقيم الحجر على الحجر" لكي يبعد الفداء عن البشر من خلال استنباط التجارب والصعوبات التي لا تُحتمل.²⁰ بهذه الطريقة إذاً يصارع عسكر الله الروحي والصالح، أي الكنيسة المناضلة، بكل قواه ويقاوم الشيطان وتوابعه.

ولكن كما تعلم، الحرب لا تقوم دائماً دون سفك دماء. العديد يُقتلون وأكثر منهم يُجرحون. وكذلك، بعد الإعتراف، يمكنك أن تتلقى جراحاً. لهذا السبب عليك أن تسرع فوراً إلى العملية الجراحية الروحية، لتجد كاهن لتزبه جرحك وهو باستنارة من الله سيغسل جرحك ويضع العلاجات المناسبة عليه ويعطيك الوصفة الروحية التي عليك أن تطبقها لكي تتعافى.

كل مرة تقع فيها في الخطيئة نتيجة حسد الشيطان ونتيجة مرضك وعدم خبرتك، لا تيأس. هرول سريعاً! لا تؤجلها! لا تدع الجرح يلتهب ويسبب جراح أخرى ستسبب تدريجياً بموتك. لا تذهب إلى الإعتراف فقط أيام الأعياد الكبرى كما اعتادت أغلبية البشر أن تفعل، وهذا أمر

²⁰ السلم إلى الله، الخطوة ٤١١٣، المرجع المذكور سابقاً (بوسطن)، ص.٥١.

خاطئ جداً. أيام الفصح والميلاد وأثناء صوم الرقاد تراهم يركضون (وتحديداً في اللحظة الأخيرة بعد أن حضروا كل شيء في المنزل) بعجلة عظيمة دون يقين وتوبة صادقة ليقولوا للمعرف البعض من تلك الخطايا التي باعقادهم يجب أن يذكروها. ويقولون بضمير مرتاح: "خلصنا من هالشغلة" ويعودون إلى منازلهم دون أي تغيير في حياتهم أو أفكارهم، بما أن نعمة الروح القدس المحيية لم تملأ قلوبهم ولم تعطيهم قوة روحية. فيبقون كما كانوا عليه سابقاً: أمواتاً.

لكن دعني أسألك: عندما يؤلمك رأسك، ألا تأخذ حبة أسبيرين لتتخلص من الصداع؟ هل يعقل أنك تنتظر ثلاث مرات بالسنة لكي تأخذها؟ أليس من الأمر غير المنطقي أننا بينما نحن نهتم بجسدنا وبتفريط (ذاك الجسد الذي سوف يُدفن في الأرض بعد سنوات قليلة وتأكله الديدان)، من الجهة الأخرى نترك نفسنا فارغة ودون حماية بوجه هجمات الشيطان الذي يجعلها عبدته وبعد الموت يأخذها معه إلى الجحيم أبدياً؟

علينا إذاً أن نعترف بشكل منتظم جداً. لنطلب الغفران من الله من خلال المعرف حتى على أصغر الخطايا التي مهما بدت صغيرة تصبح تدريجياً جبلاً بكاملها تسد طريقنا إلى الملكوت السماوي. عندما سُئل أحد العابري السبيل في أي مكان عُرقلت خطواته أكثر من غيره، أجاب أن مساره قد عُرقل بنسبة لا يمكن تخيلها حين كان في البرية لأن حذائه امتلأ تدريجياً بالرمال ولم يكن بوسعه المشي بعد ذلك. إضافة إلى ذلك، دعونا لا ننسى أن مهما كانت السفينة كبيرة، هي لا تتطلب الكثير لتغرق: فمجرد ثقب صغير لم يتم إغلاقه بالوقت المناسب يكفي ليصبح مشكلة. وصفحة بيضاء تماماً لا تحتاج الكثير من الأوساخ عليها لنسُميها بالوسخة؛ فقط لطفة واحدة تكفي لتجعلها وسخة.

القديس نيقوديموس الآثوسي، في دراسته لموضوع الخطايا الصغيرة (التي تُغفر) والخطايا الكبيرة (المميتة)، يصل إلى الإستنتاجات التالية:

(١) الكثير من الخطايا الصغيرة تصنع خطيئة كبيرة، عندما يحتقر الإنسان الخطايا الصغيرة لأنها صغيرة.

(٢) "جميع الخطايا تدان بمساواة لأن الرب قال: "من يرتكب الخطيئة هو عبد للخطيئة" (القديس يوحنا ٣٤: ٨).

(٣) "كل من الخطيئة الصغيرة والخطيئة الكبيرة هما بالتساوي تجاوزات للناموس، حسب قول القديس يوحنا: "الخطيئة هي تجاوز للناموس (١ يوحنا ٤: ٣) وعصيان للإبن: "كل من لا يؤمن بالإبن لن يرى الحياة" (القديس يوحنا ٣: ٣٦).

(٤) "...والخطيئة الصغيرة تصبح كبيرة حين تسيطر على من يرتكبها: "لأن الإنسان مستعدٌ لمن غلبه". (٢ بطرس ١٩: ٢).

(٥) الجذع والقذى، أي الخطيئة الكبرى والخطيئة الصغرى يختلفان بقدر أنهما لا يستجلبان العقاب ذاته، لكنهما لا يختلفان بقدر أنهما يطرحان كل من يرتكبهما خارج ملكوت السماوات.²¹

إذاً يا أخي، لا تعترف ثلاثة مرات بالسنة، حتى ولو للشكليات. لا تدع هذا الكم من الوقت يمضي لأن من يدري متى يداهرك الموت قبل أن تريح نفسك من ثقل خطاياك. الموت هو أمر لا أحد يعرف متى سيأتي. قد يكون الآن، قد يكون بعد فترة قليلة، قد يكون غداً. أتساءل، هل

²¹ دليل الإعراف، المذكور سابقاً، ص. ١٧، مع تعديل وتكملة بسيطين. (٢) (٣) و(٤) هي تعاليم القديس باسيليوس الكبير التي

نجدها في *Short Rules*, Question 293 (PG 31:1288C-1289A).

(٥) هذا تعليم القديس يوحنا الذهبي الفم نجده في *On Compunction* ("To the Monk Demetrios"), Discourse 1.2 (PG 47:396)

وفي *Homilies on 1 Corinthians 16* (PG 61:135; NPNF I.12.93)

ستعطى الوقت قبل أن تموت لتقول ما يثقل على نفسك، أم هل ستذهب مع خطاياك إلى الجحيم للأبد؟

لا تترك الخطيئة داخلك يا أخي لكي لا "تتجذر" وتصبح شجرة، وهي بعد ذلك يتم إقتلاعها بصعوبة فقط. طالما أن خطاياك هي نباتات صغيرة، إقلعها فوراً لأن ذلك سهل. لا تؤجلها. إطح خارجاً على الفور كل ما يزرعه الشيطان في داخلك واسحقه وإلا يخلف. في هذه الحالة الشيطان سوف يرتعد خائفاً ويقع في اليأس، وعندها سيتكرك بسلام لأنه يعرف أنك بواسطة الإعتراف ستقتلع كل شيء سيقوم بزرعه وعندها أي سبب سيكون لديه لإزعاجك؟

يكتب القديس نيقوديموس بكل روعة: "اللقاق لديها عادة بالأ تعود إلى المكان حيث دُمّرت أعشاشها. وهكذا هي الحال مع الشياطين: فهي تهرب من الشخص الذي يعترف تكراراً لأنه بالإعتراف المتكرر هو يدمر أعشاشها وشباكها، كما قالت الشياطين أنفسها لرجل فضيل، كيف ان لا قوة لهم على شخص يعترف بتكرار، وليس لديهم أي مكان داخله."²²

عندما تتعود على الإعتراف بانتظام، عندها سوف تتعلم أيضاً كيف تعطي انتباه أكثر إلى نفسك. ستتعلم كيف تعتني بها وتغسلها لكي يتحد بها الله الثالث. قلبك سيكون دائماً نقياً وستعابن الله ذهنياً (أي في النوس - المعرب) وسوف تذوق الفردوس حتى وأنت على الأرض لأن الرب قال: "طوبى للأنقياء القلوب، لأنهم سيعابنون الله" (القديس متى ٥: ٨).

أقولها لك مجدداً يا أخي، لا تكون مثل أولئك المسيحيين المأسوف عليهم الذين عندما يحين موعد الأعياد الكبرى (الفصح والميلاد إلخ) ينشغلون ولأيام عديدة بتجهيز المنزل والحلويات ويتعاونون المأكولات على أنواعها والألبسة الجديدة إلخ، ومن ثم في اليوم الأخير يُهرولون تقيّداً

²² المرجع المذكور سابقاً، ص. ٢٠٤، الفقرة ٣.

بالشكليات ليجدوا معرّف، ويتأفنون حين لا ينجزون اعترافهم بسرعة ويفقدون هدوءهم فقط ليصل بهم المطاف لقول بعض خطاياهم بسرعة وبارتجال دون توبة ومن ثم يغادرون مع ضميرهم مفترضاً أصبح صافياً وكأنه "خلصنا من هالشغلة". إذا كان الإعتراف كذلك، عندها واحسرتاه والويل لنا! أين الدقة؟ أين التوبة؟ أين الوعي المشين أننا أحزناً خالقنا وأبانا بخطايانا؟ أين الندم ووخز الضمير؟ أين الإمتحان الذاتي؟ لا يمكن أن يكون هناك تجديدًا على الروح القدس أكثر من ذلك!

١٢ . دليل الاعتراف

"مَنْ يُخْرِجُ الطَّاهِرَ مِنَ النَّجِسِ؟ لَا أَحَدًا! إِنْ كَانَتْ أَيَّامُهُ
مَحْدُودَةً، وَعَدَدُ أَشْهُرِهِ عِنْدَكَ، وَقَدْ عَيَّنْتَ أَجَلَهُ فَلَا يَتَجَاوَزُهُ"
(أيوب ٥-٤: ١٤)

عامّةً، عندما يخالف الإنسان الوصيتين العظيمتين، سيخالف بالضرورة الوصايا الأخرى أيضاً وسيقع في باقي الخطايا. هاتان الوصيتان هما كالتالي، كما تفوّه بما فم مخلصنا الإلهي: "أحب الربَّ إلهك بكلِّ قلبك وكلِّ نفسك وكلِّ ذهنك." هذه هي الوصية الأولى والعظمى. والثانية هي مثلها: "أحبِّ قَرِيْبَكَ كَنَفْسِكَ." بهاتين الوصيتين يتعلّق الناموس كلّهُ والأنبياء" (القدّيس متى ٤٠-٣٧: ٢٢).²³ وبالتالي محبة الله ومحبة قريينا الإنسان هما الوصيتين الأولتين والعامتين، وكل مجهودنا يجب أن يذهب نحو تحقيقهما. سبب سقطاتنا هو أصغر خرق لهما.

مع ذلك، يا أخي في المسيح، ولكي أساعدك بشكل ملموس وإيجابي أكثر في مسألة الاعتراف العظمى، أقدم لك هنا لائحة من الأسئلة موجّهة لنفسك. هذه سوف تساعدك على فحص وضعك الروحي بجذر وعمق، ولكي تصل إلى المعرفة الذاتية قبل أن تسجد أمام الكاهن لتقوم باعترافك.²⁴

²³ قارن تشبيه الإشتراع ٦:٥، ١٨:١٩؛ القدّيس لوقا ١٠:٢٧؛ رومية ٩:١٣؛ القدّيس يعقوب ٨:٢

²⁴ صدرت لائحة الأسئلة هذه في نشرة خاصة من منشورات "الرسول بارناباس" تحت عنوان "دليل الاعتراف." في الطبقات السابقة لـ "هل لديك تذكّرة؟" استخدمنا لائحتنا الخاصة من الخطايا، لكن اعتمدنا أن هذه التي نقدمها هنا هي أفضل، بعد أن قمنا ببعض التصحيحات البسيطة.

أنت والله

١. هل تؤمن بالله؟ بالثالوث الأقدس؟ بألوهية المسيح والروح القدس؟ هل تؤمن بالكنيسة وبأسرارها؟ بوجود الفردوس والهلاك؟
٢. هل تودع نفسك دائماً، وخاصةً في المراحل الصعبة من حياتك، بعناية الله؟ أو أنك تيأس وتظهر عدم إيمانك؟
٣. هل حصل وتدمرت أمام الله في الشدائد والأمراض والتجارب، فأضعت إيمانك وشجاعتك؟
٤. هل تؤمن بالتبصير والمندل، بالتنجيم والسحرة، بالمكتوب وتبصير القهوة؟ هل دفعت آخرين ليلتجئوا إلى مثل هذه الطرق ويؤمنوا بها؟
٥. هل تؤمن بالخرافات وتعتبر هذه من الأشرار السيئة: ارتجاج الأخشاب، رنين الأذنين، عويل الكلاب، الالتقاء بكاهن، وما يسمى بالحظ السعيد؟
٦. هل تعتمد على الحظ والنصيب؟
٧. هل تصلي صباحاً ومساءً وعلى المائدة؟ هل تخجل من رسم إشارة الصليب أمام الآخرين، مثلاً في مطعم أو أثناء مرورك قرب كنيسة؟
٨. هل تقرأ الكتاب المقدس أو كتباً روحية أخرى؟
٩. هل تذهب كل أحد إلى الكنيسة وفي الأعياد؟
١٠. هل تتابع القداس الإلهي من البداية حتى النهاية، أو أنك تدخل متأخراً وتخرج قبل النهاية؟

١١. هل تحتشم في لباسك، خاصةً عند ذهابك إلى الكنيسة؟ هل تنتبه إلى عدم الضحك وعدم مناقشة الآخرين في الكنيسة حتى ولو أثناء إتمام سر المعمودية أو الزواج؟
١٢. هل حدث ومنعت زوجتك أو أولادك من الذهاب إلى الكنيسة؟ أو لربّما تقول لمعارفك بالأّ يذهبوا إلى الكنيسة؟
١٣. هل تتناول بانتظام أو أنك تتناول مرة كل سنة وبدون اعتراف؟
١٤. هل تحلف بدون بسبب أو عن كذب، أو لم تفي بوعد أو قَسَم أعطيته؟
١٥. هل جدفت على اسم المسيح أو العذراء أو القديسين؟²⁵
١٦. هل تصوم، في حالة عدم وجود عائق صحي، يومي الأربعاء والجمعة وفي الأصوام المقدسة؟
١٧. هل حدث ورميت خارجاً كتباً مقدسة في أماكن قدرة؟

أنت والآخرين

١. هل تكره أو تعادي أحداً أساء إليك أو شتمك في غضبه؟
٢. هل تشك في الآخرين ولا تثق بهم بدون سبب وجيه، معتقداً أنهم يتكلمون عليك، أو لا يريدونك، أو لا يحبونك ولا يتعاطفون معك؟

²⁵ لربّما أيضاً تستخدم العبارات التالية: "الله أعلم"، "الله شايء"، "الله عم يسمعنا" وحيات الله"، "باسم الله"؟ إنها خطيئة أن نتكلم هكذا، لأننا نخالف الوصية الثالثة من الوصايا العشر التي تحدّد: "لا تنطق باسم الرب الهك باطلا" (خروج ٢٠: ٧). ونخطئ أيضاً حين نستخدم كلمات الأسفار المقدسة عن طريق المزاح.

٣. هل تحسد الآخرين ويزعجك تقدمهم أو سعادتهم أو جاهلهم أو ممتلكاتهم؟

٤. هل تغض النظر عن قريبك المصاب أو الواقع في حاجة؟

٥. في معاملاتك المهنية مع شركائك وزملاء عملك وزبائنك، هل أنت صادق، مستقيم، وعادل؟

٦. هل تمارس النميمة على قريبك وتدينه؟

٧. هل تستهزئ بالأتقياء الصائمين أو المجاهدين في سبيل حياة مسيحية، وتضحك عليهم؟ وهل

تستهزئ بالذين عندهم نواقص طبيعية أو روحية؟

٨. هل حدث ونقلت، ولو رغم أراذك، خبراً ما أو اتهاماً ضد شخص آخر سمعته فأذيت قريبك

وأهنته بهذه الطريقة؟

٩. هل أدنت تصرف الآخرين، أعمالهم، ضعفاتهم أو زلاتهم في غيابهم، حتى وإن كانت صحيحة؟

١٠. هل لعنت نفسك أو أحداً أساء إليك، أو حتى الساعة التي وُلدت فيها، في ظروف صعبة

مرّت في حياتك؟

١١. هل أرسلت آخرين إلى الشيطان أو استخدمت إشارات يدوية بذيئة؟

١٢. هل تحترم والديك وتهتم بهما؟ هل تحملهما إن كانا عاجزين؟ هل تساعدتهما في حاجتهما

الجسدية والروحية؟ هل تهتم بذهابهما إلى الكنيسة ومناولة الأسرار؟ هل تخلّيت عنهما بدون

شفقة؟

١٣. هل ضربت أحداً في غضبك وأهنته بكلامك؟

١٤. هل دفعت أهلك إلى تسجيل ميراث لك ظالماً بذلك إخوتك؟

١٥. هل تتمم عملك المهني أو رسالتك بإخلاص؟

١٦. هل تسرق؟ هل ساعدت أحداً آخرًا على السرقة أو على إخفاء السارق؟ أو هل تحتفظ عندك بأمور مسروقة؟

١٧. هل أنت ناكر للنعمة الإلهية وغير شكور لله وللذين أحسنوا إليك؟

١٨. هل ترافق أناساً أشراراً أو تسيء السمعة؟ هل دفعت أحداً بالكلام أو بالأعمال إلى الخطيئة؟

١٩. هل قمت بتزوير؟ هل خالفت قوانين الدولة؟ هل استدنت من أحد ولم تسدّد الدين؟

٢٠. هل قتلت بأي شكل ما؟

٢١. هل تدخلت في حياة الآخرين، أو بأعمالهم، أو بعائلاتهم وسببت نزاعات واضطرابات؟

٢٢. هل ترحم الفقراء، اليتامى، الشيوخ، كثيري الأولاد، أو العائلات الفقيرة التي تعرفها؟

مع نفسك

١. هل أنت متعلق بالمادة وبالخيرات الأرضية؟

٢. هل أنت بخيل ومحب للمال؟

٣. هل عندك طمع؟

٤. هل أنت مبذر بمالك؟ هل تؤمن بأن كل ما يفيض عنك يخص الفقراء؟

٥. هل عندك جنون العظمة؟

٦. هل تفتخر بلباسك أو غناك أو نجاحاتك أو علامات ابنك؟
٧. هل تفتش عن مديح الناس ومجدهم؟
٨. هل تقبل المديح بسرور وتنتظر من الغير أن يتملقك ويقول أنه لا يوجد أفضل منك؟
٩. هل تضطرب عندما يكتشفون أخطاءك وهل تتدمر عندما يوبخك رؤساؤك ويؤنبوك؟
١٠. هل أنت عنيد، مدّعي، أناني، متكبر ومتفرد؟ انتبه لهذه الخطايا لأن تشخيصها صعب؟
١١. هل تلعب بالورق، حتى بدون مال، مع عائلتك أو أصحابك لكي تقتل الوقت كما يقول البعض؟
١٢. هل دنّست جسدك بخطايا جسدية وكذلك نفسك؟
١٣. هل تتابع مشاهد رذيلة على التلفزيون أو في السينما أو في الفيديو؟
١٤. هل تطالع كتباً أو مجلات لا أخلاقية؟
١٥. هل فكرت مرة بالانتحار؟
١٦. هل أنت عبد لبطنك؟
١٧. هل أنت كسول، متهامل، بليد؟
١٨. هل تنفّوه بكلمات غير لائقة، عدائية، شتائم إما للسخرية أو للشتم أو للاستخفاف بالآخرين؟
١٩. هل عندك روح التضحية؟

٢٠. هل تطرد من فكرك الأفكار السيئة التي تأتي لتدنس قلبك؟
٢١. هل تنتبه لنظراتك حتى لا تنجذب وراء الصور أو الوجوه المغرية؟
٢٢. هل تنتبه لأذنيك ولسمعك؟
٢٣. هل تحتشم في لباسك؟ إن كنت امرأة هل ترتدين ألبسة رجالية أو لباساً مغريباً يسبب الفضيحة، وخاصة حين تدخلين الأماكن مقدسة؟ وإن كنت رجلاً، هل مظهرك "صرعة"؟
٢٤. هل ترقص في أماكن رذيلة؟ أو تغني أو تسمع أغاني طائشة؟
٢٥. هل تسكر؟
٢٦. هل تدخن؟ التدخين يفسد صحة الإنسان الغالية ويعتبر هوس وتبذير رذيل للأموال.

للمتزوجين

١. هل تحافظون على الإخلاص الزوجي؟ إنه لأمر رهيب حين أحد الزوجين يدخل في علاقات غير مشروعة.
٢. هل أحزن أحد الزوجين الآخر أمام الآخرين أو على انفراد؟
٣. ربما لا يحتمل الواحد ضعفات الآخر؟ هل تظهرون قساوة؟

٤. هل تشجّع أنت أيها الزوج قرينتك أن تتبع الموضة أو أي مظهر منافي لشريعة الله؟ وربّما أنتِ أيها الزوجة تجرّين زوجك إلى حياة اللهو والسلوى وتأمريه بأن يعطيك الوسائل لاتباع عادات العالم المؤذية؟

٥. هل تفكر بالجهاد الواجب أن يقوم به كل من الزوجين إن كان خارج البيت أو داخله من أجل أن يريح الواحد الآخر نفسياً وجسدياً؟

٦. هل أنت أيها الزوج تتطرّف في متطلّباتك وتذلّ علاقتك الزوجية؟ هل تحترمون الإمساك في أيام الآحاد والأعياد والأصوام؟

٧. هل يمنع الواحد الآخر من الذهاب إلى الكنيسة أو إلى الاجتماعات والأحاديث الدينية؟

٨. هل تربّون أولادكم على "أدب الرب وموعظته" (أفسس ٤: ٦)؟ هل تهتمون فقط بثقافتهم دون أن تكثرثوا إلى نوعية شخصيتهم؟

٩. هل تقودون الأولاد إلى الكنيسة، إلى الاعتراف، إلى المناولة المنتظمة، إلى التعليم الديني؟ هل تعلّمونهم على الفضيلة بأقوالكم وأفعالكم؟ هل علّمتموهم الصلاة صباحاً ومساءً وعلى المائدة بانتباه وتقوى؟

١٠. هل تنتبهون إلى مطالعاتهم؟ هل تهدوّنهم إلى الكتب والمجلات الروحية والوطنية؟

١١. هل تنتبهون إلى نوعية أصدقائهم ومن يتخالطون معهم؟

١٢. هل تدفعونهم إلى رؤية مشاهد وعروضات خلاعة، أو تسمحون لهم برؤية التلفزيون بصورة غير محدودة ودون مراقبة الأهل؟

١٣. هل تعلموهم التواضع واللباس المحتشم؟

١٤. هل تلعنوهم عندما يعذبونكم؟ أو ترسلونهم إلى الشيطان؟

١٥. هل تقدمون على الإجهاض وتتحاشون إنجاب الأولاد؟²⁶

١٦. هل ظلمتم الأولاد عند توزيع الميراث؟

١٧. هل أنت أيها الزوج تعتقد أن مسؤولية تربية وتثقيف الأولاد تقع على عاتق زوجتك فقط؟

أنت أيضاً مسؤول على إرشادهم والقراءة لهم وتمضية الوقت معهم لكي تمنح زوجتك فترة من الراحة، وأيضاً لكي يشعر الأولاد بحضورك وهكذا يمتنعون عن الإنخراط بالمشاكل؟

١٨. هل توجحونهم وتزودونهم بكلمات غير لائقة؟

١٩. هل يحترم كل واحد أهل الجانب الآخر؟ هل يتدخل الأهل في حياتكم الزوجية ويخلقون

لكم متاعب؟

٢٠. هل تتدخلون في عائلة ولدكم؟

٢١. هل يجدف الواحد؟ عندها ليجتهد كل واحد أن يضبط نفسه ويقطع عنه كل كلام تجديف.

²⁶ بما أن كل زوجين هما حالة خاصة وفي مرحلة روحية معينة، تُناقش عادة هذه المسألة مع كاهن الرعية أو الأب الروحي - المعرب

بكل تأكيد يا أخي، هناك العديد من الخطايا التي نرتكبها يومياً. هذه التي كتبناها هنا هي لكي تساعدك في طريقة ما لتعطي انتباهك لنفسك، لكي تقوم بامتحان ذاتي، ولكي تصل إلى توبة صادقة. لا تقول أبداً: "آه... إنها خطيئة صغيرة، لن أعترف بها...". لأن الرسول يعقوب يقول "لأن من حفظ الناموس كله وعثر في أمرٍ واحد فقد صار مجرماً في الكل" (رسالة القديس يعقوب ١٠: ٢). لذلك بعد الإمتحان، حين تكون قد وجدت نفسك مذنباً، عليك أولاً أن تدين نفسك وثم أشعر بالأسف لأنك أحزنت أباك السماوي واركض بانسحاق وتوبة إلى أحضانه قائلاً مثل الإبن الشاطر في المثل الشهير: "يا أبت قد أخطأت إلى السماء وأمامك، ولست مستحقاً بعد أن أدعى لك ابناً، فاجعني كأحد أجرائك" (القديس لوقا ١٩-١٨: ١٥).

إحذر ألا ترشق المسؤولية عن خطاياك على أناس آخرين، كما فعل آدم بجواء،²⁷ لأنك بهذه الطريقة أنت تضيف خطيئة أخرى على خطاياك: الإدانة. يقول كاتب سفر الأمثال الحكيم بإلهام إلهي: "مَنْ يَعْزِضُ قَضِيَّتَهُ أَوْلَاً يَبْدُو مُحِقّاً إِلَى أَنْ يَأْتِيَ آخَرٌ وَيَسْتَجِيبُهُ." (أمثال ١٧: ١٨)،²⁸ وهذا يعني: حين يتم استدراج الرجل البار نحو عمل ظالم، هو أولاً سيدين نفسه أمام المحكمة لأن إذا متهمه يتوقعه ويلقي عليه اللوم، سيكون موقعه أسوأ.

لنضع دائماً نصب أعيننا كلام نصيحة الأب بيمين المقدسة: "إذا النفس أدانت ذاتها أمام الرب، الرب يحبها."²⁹

²⁷ "الْمَرْأَةُ الَّتِي جَعَلَتْهَا مَعِيَ هِيَ أَعْطَيْتِي مِنَ الشَّجَرَةِ فَأَكَلْتُ" (تكوين ٣: ١٢).

²⁸ بخصوص هذه المسألة أنظر الخاتمة.

²⁹ أقوال آباء الصحراء [بالإنكليزية]، ترجمة الأخت بينيديكتا وورد (كالامازو، ميشيغان، ١٩٧٥) ص. ١٧٧، الفقرة ٧١.

١٣ . بعد الإعراف

"طوبى للذين عُفِرَتْ ذنوبهم وسُتِرَتْ خطاياهم" (المزمور ٣١: ١، السبعينية)

إذاً يا أخي وزميلي الخاطيء، أنت تغادر الإعراف طاهراً بالكلية. هذا الحمّام السماوي للنفس قد أغسلك من دنس الخطيئة. الملائكة في السموات تبتهج مع محافل القديسين. لكن هناك أمر أود أن ألفت إنتباهك له لأنه تحديداً الآن يحسدك الشيطان قبل من أي وقت مضى، ويصر بأسنانه نحوك، ويجهز لك عدداً من الفخاخ لكي يغرقك مجدداً بوحل الخطيئة البغيض. ماذا إذن ستفعل من الآن وصاعداً؟ ماذا ستكون أسلحتك؟ ماذا سيكون درعك؟

• بدايةً، عليك أن تنفّذ بفرح وشكر عمل التوبة³⁰ الذي يصفه أبوك الروحي لك. إنتبه ألا تعصي هذا الأمر، لأنك إن فعلت ذلك ستعاني شروراً أسوأ من قبل. عندما يكشف المريض داءه للطبيب، هو يطيع ويأخذ أي دواء يصفه له الطبيب، إن كان مرأاً أو حلوأً لأنه يعلم أنه إذا لم يأخذه لن يتعافى بل سيموت.

إذا أردت أن تتمكن في المستقبل بأن تحفظ على حصن نفسك منيعاً من هجمات الشيطان، عليك اللجوء إلى الأسلحة التالية:

³⁰ يستخدم المتربوليت كبريانوس هنا كلمة "كانونا" عوضاً عن كلمة "إببتيما" التي غالباً ما تُفهم كـ "كفارة"، وذلك ليعبر عن فكرة رتبة يفرضها المعرف على الشخص الذي اعترف بخطاياها. هذا ليس له علاقة إطلاقاً بمفهوم الكفارة عند اللاتين، والتي هي عادة مجموعة من صلوات قصيرة تقال في الكنيسة بعد الإعراف، والتي يجب أن تحقّق لكي الغفران الذي حصل بواسطة الإعراف يصبح فاعلاً في حياة النائب (المترجم الأول).

• بعد أن ينتهي عمل توبتك، عليك أن تتناول من الأسرار الطاهرة بقدر ما تستطيع، في كل قداس تحضره إذا أمكن. سوف أكلمك عن هذا لاحقاً.

• من الآن وصاعداً عليك أن تصلي بانتظام قدر الإمكان. ليس فقط في الصباح والمساء كما تفعل أغلبية الناس بل أيضاً خلال النهار – على الطريق، أثناء العمل، في المنزل، أينما أنت – عليك أن تردد حين تكون بمفردك، أحياناً بصمت وأحياناً بصوت مسموع: "ربي يسوع المسيح ابن الله ارحمني أنا الخاطيء." إذا أخذتها عادة ترداد هذه الصلاة، ستجد راحة كبيرة وسوف تحرق الشيطان حين يقترب منك. لهذا السبب يحثنا القديس يوحنا السينائي: "حين تذهب في طريقك، سلح نفسك بالصلاة. حين تصل المكان، إرفع يديك. أجدد أعدائك بإسم يسوع لأنه ليس هناك من سلاح أقوى من ذلك في السماء وعلى الأرض."³¹

• كذلك الأمر، ستجد معونة كبرى حين تعترف بشكل شديد الإنتظام، لأنك هكذا أنت لا تسمح بالخطيئة بأن تتجدر في نفسك، لكنك دائماً في حالة يقظة وجاهزية لساعة رقادك المفاجئة والغير معروفة.³²

• عدا عن ما قلته لك، سيكون كثير المنفعة لك إذا تحاشيت فرص الخطيئة. هذا يعني أنه عليك أن تغادر بسرعة من الأماكن والأشخاص الذين يحرضونك على الخطيئة. حين يرغب المرء بالألّا يحترق، هو يهرب بعيداً من النار ويتأكد أن الظروف التي تساهم بالحريق لم يتم إنشاؤها.

³¹ السلم إلى الله، الخطوة ٢١،٧، المرجع المذكور سابقاً (بوسطن)، ص. ١٣١.

³² لقد كتبنا ما يكفي عن هذا الموضوع في آخر الإصحاح ١١.

يشدد لنا القديس يوحنا الذهبي الفم قائلاً: "لنميز إذاً الأفاعي ونبتعد عنها! لنميز المنحدرات ولا حتى نقرب منها! لأن الذي يمشي بجانب المنحدر حتى وإن لم يقع فيها يرتعد؛ وفي الكثير من الأحيان يتغلب عليه ذلك الإرتعاد ذاته ويقع إلى قعر الهاوية. كذلك الأمر مع من لا يتحاشى الخطايا من بعيد بل يمشي بقربها سوف يعيش في الخوف وأحياناً سيقع فيها."³³

• أمراً آخر مشابهاً سيقويك كي لا تستسلم وقت التجربة هو استذكار وتأمل كل هذه الأمور الفظيعة التي سوف تحصل بعد موتنا وبعد المجيء الثاني والدينونة الرهيبة التي سيجريها ربنا. بعد موتنا، كل من جسدنا الذي يبتغي العيش بالذرائع والراحة، وجسد الشخص الآخر الذي يحرّضنا على الخطيئة، سوف ينحلان ويتلاشان في القبر، ويصبحان طعاماً للديدان. ولكن ماذا عن البيوت والألبسة والمجوهرات، ماذا سيحصل لهم يوماً ما؟ هذه أيضاً سوف تختفي لأن جميع الأمور الأرضية هي عابرة وعقيمة. الأمر الأكثر خوفاً هو أننا إذا متنا بالخطيئة دون توبة، سوف نُفصل في يوم الدينونة عن مسيحننا الحبيب وسوف نتحد مع الشيطان الكريه الذي معه سوف نُؤنّب ونعاقب ليس لسنوات قليلة بل إلى الأبد!

عن هذه النقطة تذكرنا الأسفار المقدسة: "في جميع أعمالك اذكر أواخرك فلن تخطأ إلى الأبد." (يشوع بن سيراخ ٧:٣٦).

عليك إذن التأمل بهذه وغيرها من النصائح الشبيهة التي سيعطيك إياها أبوك الروحي، والله سوف ينيرك لتجاهد، طالباً دوماً المعونة الإلهية وليكن لك يقيناً عميقاً بخطيئتك ولا تُحزن مجدداً أبينا السماوي الكلي الصلاح الذي يحبنا ويحزن كثيراً على خطايانا، ليس لأنه يعاني من شيء ما بل لأننا نبتعد عنه ونضيع إلى الأبد في الجحيم.

³³ On the Statues, Homily 15.11-12 (PG 49:158-159; NPNF I.9442-443).

١٤ . المناولة

"مَنْ يَأْكُلْ جَسَدِي وَيَشْرَبْ دَمِي، فَلَهُ حَيَاةٌ أَبَدِيَّةٌ وَأَنَا أُقِيمُهُ فِي الْيَوْمِ الْآخِرِ"

(القديس يوحنا ٦: ٥٤)

لقد قلت لك أعلاه أن المناولة المتكررة هي أفضل سلاح ضد الشيطان والخطيئة. إليك كيف يصف منفعتها قديسان عظيمان من كنيستنا، مكاريوس الكورنثي ونيقوديموس الآثوسي:

"قبل أن يتناول المسيحي، وعندما يتناول وبعد أن يتناول، هو يحصل على منفعة كبرى من الأسرار سوياً في نفسه وجسده.

• "قبل أن يتناول، عليه أن يقوم بالتحضيرات المناسبة، أي: أن يعترف لأب روجي، أن ينسحق في قلبه، أن يصحح نفسه، أن يوخز ضميره، أن ينتبه لنفسه، ويحرس نفسه من أفكار الأهواء بقدر المستطاع ومن أي شر آخر. كذلك الأمر، عليه أن يتقشّف ويصلي ويسهر ويصبح أكثر تقوى ويقوم بكل عمل صالح آخر، آخذاً بعين الاعتبار ذلك الملك الرهيب الذي سيحصل عليه داخل نفسه. وفوق كل شيء حين يتأمل بأنه وفقاً للتحضيرات الذي سيقوم بها، بذلك المقدار تكون النعمة التي ستعطيه إياها المناولة المقدسة. كلما قام المرء بهذه التحضيرات، كلما ازدادت المنفعة التي سيحصل عليها جلياً.

• "مجدداً، عندما يتناول المسيحي، من يمكنه أن يدرك مدى الخيرات والمواهب الروحية التي يحصل عليها من المناولة؟ أو كيف يمكن للساننا الواهن بأن يعددها الواحدة تلو الأخرى؟

لهذا السبب، نستحضر معلّمي الكنيسة الإلهيين القديسين ليقولوها لنا الواحدة تلو الأخرى بأفواهم الطليقة والملهمة إلهياً..."

(بعد أن يستذكروا ثمانية آباء يصفون منافع المناولة - يومياً إذا أمكن - يستخلص هذا الثنائي الإلهي.)

"الكني سوف أقول لك أمراً آخر أكثر عظمةً. إذا اقتربت من الأسرار بانتظام يا أخي، وتناولت باستحقاق من جسد ودم ربنا يسوع المسيح الممجد والمنزه عن الفساد، وأصبحت عضواً في نفس الجسد والدم مع المسيح، عندها القوة والطاقة المحييتين لهذا الجسد والدم الكليبي القداسة سوف تُفعم بالحوية جسدك يوم قيامة الأبرار وتقيمه خالياً من الفساد وممجداً مع المسيح، كما يقول الرسول الإلهي: 'الَّذِي سَيُعَيَّرُ جَسَدَ تَوَاضَعْنَا لِيَكُونَ عَلَى صُورَةِ جَسَدِ مَجْدِهِ' (فيلبي ٣: ٢١).

• **مجدداً، بعد أن يتناول، ومتأملًا بهذه الأسرار الرهيبة السماوية التي تناول منها، ينتبه لنفسه لكي لا يُخزي النعمة التي حصل عليها. فهو يلتزم بموقف رهبة وخجل ويجرس أفكاره ويعمل على بداية حياة أكثر فضيلةً وأكثر صواباً ويمتنع بقدر المستطاع عن أي شر. مجدداً، حين يتأمل أنه بعد أيام سيتناول مجدداً، هو يضاعف يقظته ويضيف الحماسة على الحماسة وكبح الشهوة على كبح الشهوة والسهر على الأعمال والأعمال ويجاهد بقدر المستطاع لأنه يتعرض للضغط من جانبيين: من جهة لأنه تناول قبل قليل، ومن جهة ثانية لأنه سوف يتناول مجدداً بعد فترة قصيرة.**"³⁴

³⁴ في ما يختص بالمناولة المستمرة [باليونانية]، الطبعة الرابعة (فولوس، س. سخيناس، ١٩٦١) ص. ٥٩-٧٣

فإذاً يا أخي، أتمنى لك أن تقوم بتحضيراتك بشكل مناسب، كما يتوافق مع إرشاد أبيك الروحي، وأن **تظهر ضميرك** بالإعتراف الإلهي وأن تتناول تكراراً قدر الإمكان، ملتزماً بالأصوام التي وضعتها كنيستنا "لأن أفضل تحضير للمناولة لا يُحکم عليه بالتقييد بالفصول، أي بالتقييد إذا مرت ثمانية أيام أو خمسة عشر أو أربعين يوماً لكي عندها نتناول؛ كلاً، هذا الأمر يُحکم عليه بنقاوة ضميرنا،" كما يقول القديس يوحنا الذهبي الفم وكما يفسّر كلامه ذلك الثنائي المقدس الذي ذكرناه في سياق حديثنا.³⁵

³⁵ المرجع السابق، ص. ٦٩.

١٥ . الإنتباه للأفكار

"الله يرغب بتغيير العقل، لأننا بالعقل نتحسن وبالعقل
نصبح عديمي الجدوى" (القديس إسحق السرياني)³⁶

والآن يا أخي وزميلي الخاطيء، سوف أكتب أمور قليلة عن الأفكار لأن الشيطان، حين يرى أنه يخسر أحد كان عبده في الخطيئة منذ زمن قصير، يهيج أمواج التجارب الرهيبة ضده وقبل كل شيء يحاربه بالأفكار. أفكار مخيفة لا تُذكر تنكب علينا وتلوث عقولنا.

أفكار تجديفية ضد الله والفائقة القداسة وقديسي كنيستنا والصليب الكريم والأيقونات المقدسة والعقائد المقدسة. أفكار مخجلة تتمثل بأفعال شهوانية ليس فقط لم نفعلمها ولا حتى فكرنا بها. أفكار خبيثة مليئة بالشبهوات وعدم الثقة والحسد والغيرة والإنتقام والحقد تجاه قريبتنا الإنسان وخاصة ضد أئينا الروحي.

عدد هائل من الأفكار الأثيمة ترسم هكذا صورة حية عن الخطيئة في مخيلتنا لدرجة أننا نرتعب ويتغلب علينا الخوف أننا قد سقطنا بالخطيئة، فنمتلى حزناً يؤدي في نهاية المطاف إلى اليأس. هذا ما يريد الشيطان، لكي نفقد الأمل وبهذه الطريقة نتخلى عن الجهاد ونعود مثل الكلب لناكل قيء خطايانا السالفة.³⁷

³⁶ العظات النسكية للقديس إسحق السرياني [بالإنكليزية]، العظة ٦٩، ترجمة دير التجلي المقدس (بوسطن، دير التجلي المقدس،

١٩٨٤)، ص. ٣٣٨.

³⁷ أمثال ١١: ٢٦؛ قارن مع ٢ بطرس ٢: ٢٢.

بكل تأكيد، نحن في الكثير من الأوقات نسقط أيضاً في خطايا عدة لأننا حين نفشل في حراسة حواسنا الخمس نسمح للخطيئة بأن تخترقنا وتلوّث مخيلتنا، وبما أننا مملأى بالأهواء وضعفاء نتيجة خطايانا السابقة، نتعرض لاضطرابات كبيرة وحروب من الشياطين الذين يصطادون أصغر فرصة ليدنسوا نفوسنا.

في ما يختص بهذا الموضوع تفيدنا القديسة سينكلتيكي بما يلي: "فالسارقون يدخلون عبر حواسنا، حتى بعكس إرادتنا. كيف يمكن لمنزل بالأب يعروه السواد حين يتصاعد الدخان خارجاً والنوافذ مفتوحة؟³⁸

عندما تهاجمنا فكرة آثمة نتيجة رؤيتنا لمشهد أثير أو بسبب حسد الشيطان، ولكي لا نضطرب ونخضع، علينا أن نعرف النقاط العامة التالية. إقتراح الفكرة (بروزبوليه) هو شيء واحد، التعرف (سيندياسموس) والجهاد (بايل) هي شيء آخر، بينما الموافقة (سينكاتايسيس) على الخطيئة هي أمر آخر، كما هي الأمر أيضاً مع إنجاز الخطيئة (إكتيليسيس)، أي تحقيق الخطيئة. الإقتراح هو ببساطة تهييج الهوى، فكرة الهوى، أي تذكير بسيط يأتي من العدو، مثلاً: "قم بهذا أو ذاك." التعرف هو السماح لفكرة الشر التي يقترحها علينا الشيطان بأن تدخل فينا (لكن دون أن نقبلها بعد وإعطاؤها الموافقة) والتأمل بها (ميليتيه) والإشتراك معها (سينوميليا) بالقليل من الشكر.

في مرحلة الإقتراح ليس لدينا خطيئة، كما ولا في مرحلة التعرف، بالرغم من أننا نتحمل القليل من المسؤولية لأننا لم نطرد الفكرة الشريرة بعيداً من البداية. الخطيئة ومسؤوليتنا تبدأ بشكل

³⁸ القديس أثناسيوس، سيرة القديسة سينكلتيكي، الفقرة ٢٥، (PG 28:1501C).

رئيسي بالموافقة على الفكرة، أي القرار لارتكاب الخطيئة والتي تُتَمَّ بالإنجاز، أي تحقيق الخطيئة. السماح والإنجاز علينا الإعتراف بهم، لكن ينفعنا أيضاً بأن نعترف بالتعريف والجهاد الذي نقوم به مع فكرة متكررة، لأن الإعتراف هو الوسيلة لطرده الأفكار وهو يحطّم أساسات الخطيئة التي يزرعها فينا الشيطان بواسطة الأفكار في بادئ الأمر.

ينصحنا القديس نيقوديموس الآثوسي بالتالي: "عليك أن تعترف بالأفكار الشريرة التي عندك، وإذا ليس كلّها أقلّه تلك التي تزعجك وتداهمنك أكثر المرات، لأنه كما أن بيضات الطيور حين يتم تحبّأتها في الروث تفقص وتصبح صيصان، كذلك الأفكار الشريرة حين لا يتم كشفها للأب الروحي هي تفقص وتصبح أفعالاً، كما يقول القديس يوحنا السلمي: 'كما أن بيضات الدجاجات التي يتم تسخينها في الروث تفقص، كذلك الأفكار التي لا تُعترف تفقص وتتجه نحو ارتكاب الفعل'.³⁹40

• عليك ألاّ تفقد الأمر في بداية الأمر في الجهاد ضد الأفكار. أنت لست أول من تحاربه الأفكار؛ حتى القديسين خضعوا لهذه الحرب. إضافة إلى ذلك، إذا أنت يقظ، أنت لست سبب الأفكار. تلك الشياطين الشريرة بالكلية هي التي تزرع شرّها نتيجة الحسد. أنت عليك فقط ألاّ توافق على هذه الأفكار. ليكن لك ثقة بالله الذي يسمح بهذه الحرب لكي يتم تدريبك أكثر على الفضيلة وتحصل على عدد أكبر من أكاليل النصر. بدخولك الآن في ميدان الحياة الروحية، عليك أن تخوض المعارك لكي يتم تدريبك على التحمّل وتكتسب الخبرة الروحية تدريجياً.

³⁹ السلم إلى الله، الخطوة ٢٦،٣،٢١ المرجع السابق المذكور سابقاً (بوسطن)، ص. ١٩٣.

⁴⁰ الإكسومولوجيتاريون، المرجع السابق ذكره، ص. ١٧٧.

• من الآن وصاعداً عليك توخي الحذر لكي لا تدين أو تكره أحد، حتى لو كان أكثر الناس خطأً لأن الإدانة تأتي من الكبرياء وتلك الفكرة العظمى التي لدينا تجاه أنفسنا. لذلك وبما أن الله يكره المتكبرين (قارن يشوع بن سيراخ ٧: ١٠؛ أمثال ٥: ١٦)، لهذا السبب سوف يسمح لك بأن تُجرب بالأفكار الأثيمة أو حتى سيسمح لك بأن تسقط في الخطيئة لكي تتواضع (قارن يشوع بن سيراخ ٣٠: ١؛ أمثال ١٨: ١٦)، كما يقول القديس يوحنا السينائي: "حيثما حلت سقطة فهناك سبقت وسكنت الكبرياء"⁴¹ فليكن التواضع ومحبة قريبنا الإنسان لباس ودرع أنفسنا.

• كذلك الأمر، سوف تجد معونة وتعزية كبرى في الصلاة. حين يكون المرء في الصحراء ويهاجمه وحش مفترس، ماذا يفعل؟ سيبدأ فوراً بالركض بأسرع ما يمكن ويتسلق أقرب شجرة ليتمكن من الهرب.⁴² وهذا أيضاً ما يجب أن نفعله نحن أيضاً: "حين تداهمننا وحوش الأفكار الأثيمة الرهيبة لتركض بالصلاة الحارة وألم النفس إلى مسيحننا المصلوب. الصلاة سوف تعطينا تعزية كبرى، ليست الصلاة المعتادة التي تُتمتم فقط بالفم، بل تلك التي يرددها القلب وتهمز السماوات. إليك نصيحة جميلة عن الصلاة من القديس نيقوديموس الآثوسي: "يلجأ المؤمنون إلى الله من خلال الصلاة، ليس فقط تلك ذات الكلام الشفهي بل أكثر بكثير من خلال الصلاة القلبية (نويرا بروسيفخي) التي تُردد في القلب مع كلامه الداخلي.⁴³ تحصل الصلاة الذهنية حين يحافظ أولئك المحاربون بأفكار شيطانية على الكلام الداخلي في قلبهم صامتاً وخالياً من أي فكرة أخرى، ويسمحوا لها بالتأمل وترداد صلاة المناجاة المختصرة هذه: 'ربي يسوع المسيح ابن الله ارحمني.' وهذا يسمح بالقدرة المنطقية السفلى بالتأمل بهذه الصلاة، لكنها تسمح للعقل بأن

⁴¹ السلم إلى الله، الخطوة ٢٣،٤، المرجع المذكور سابقاً (بوسطن)، ص. ١٣٩.

⁴² هذه نصيحة القديس يوحنا القصير (أقوال آباء الصحراء، المرجع المذكور سابقاً، ص. ٨٧، الفقرة ١٢).

⁴³ الكلام الداخلي هو ذاك الذي ينتج دون أي نطق مقارنة مع الكلام الشفهي.

يجلب قوته الفكرية إلى أسفل نحو القلب ويركّز عقلياً بكل قوته على كلمات الصلاة التي يتفوهها الكلام الداخلي، دون تحيّل أي شيء ذهني أو ملموس...⁴⁴

وبعد أن يستمر القديس بتعداد منافع الصلاة الذهنية يختم بما يلي:

"لماذا يجب علي أن أستمّر بالكلام؟ إن إسم يسوع الكلي الحلاوة حين يصلّيه الإنسان باستمرار وتوبة وشوق وإيمان من أعماق القلب يُحمد كل الأفكار الشريرة ويوقظ كل الأفكار الصالحة والروحية.... لذلك أيها الأب الروحي علّم وانصح وحُث هؤلاء التائبين وجميع المسيحيين على التأمّل باستمرار بإسم يسوع المسيح في قلوبهم من خلال الصلاة المذكورة أعلاه، لأن هذه الصلاة الذهنية بلا انقطاع لم تُعطى فقط للنسّاك والرهبان بل أيضاً ببساطة لجميع المسيحيين الساكنين في العالم. لهذا السبب يوصي الرسول بولس أولئك الذين في العالم ويقول لهم دائماً أن يصلّوا: 'صلّوا بلا انقطاع' (١ تسالونيكي ١٧: ٥) لأنه من الممكن لهم أن يصلّوا دائماً، حين يعملون، حين يأكلون ويشربون، وحين يكونون في المنزل وحين هم خارجه، إذا فقط هم لديهم إرادة التخلي عن الثثرة وتركيز عقلهم في قلبهم."⁴⁵

• وأخيراً سوف أخبرك عن طريقة أخرى لتجد السلام حين تحاربك الأفكار الأثيمة. لا تعطيهما اهتمام. هذا الإزدراء هو سلاح فتّاك يسحق الشيطان. دعه يتكلّم حتى يعاين لا مبالاةك له ويتركك بسلام. حين نكون يوماً ما على طريق ويرانا كلب ويبدأ بمطاردتنا وينبح مهدداً، إذا لم

⁴⁴ الإكسومولوجيتاريون (دليل الإعتراف)، المرجع المذكور سابقاً، ص. ٤٤.

⁴⁵ المرجع السابق، ص. ٤٥-٤٦.

نعطه أي إهتمام ونستمر بلا مبالاة في طريقنا، فهو يتوقف عن مطاردتنا وعن النباح. لكن حين نحاول أن نصرفه عنا عندها ينقض علينا ويعضنا.

ينصحننا القديس نيقوديموس الآثوسي: "أيها الأب الروحي، قل للذين تداهمهم أفكار التجديف أن يبغضوها كأنها نباح كلاب الجرو وألاً يستنتجوا إطلاقاً كيف تلك الأفكار هي خاطئة. لأنه كما يقول الأباء الإلهيون وكما تُعلّمنا خبرتنا اليومية، ليس هناك من سلاح أقوى وأعظم من الإزدراء واللا مبالاة للسيطرة ليس فقط على أفكار التجديف وإبادتها بل أيضاً كل الأفكار الشريرة والمخجلة. فالشيطان يتباهى ويعتبره نصر كبير له ليس فقط حين يزعجنا ويغيظنا بأفكاره الشريرة بل أيضاً حين يجعلنا نوجه عين ذهننا عليها وتأمل بها ونقبلها.⁴⁶

بكل تأكيد هناك سبل أخرى لمواجهة شر وحسد الشيطان الذي يحاربك بالأفكار، مثل حرب التناقضات، حيث تنفي ما يقوله مستعيناً بأقوال من الأسفار المقدسة أو حين تصنع عكس ما يقترحه لك، وطرق أخرى سوف تكتشفها مع الخبرة. يكفيك ألا تستسلم وتطرح جهادك جانباً بداعي اليأس.

⁴⁶ المرجع السابق، ص. ٦٣-٦٤، رقم ٣.

١٦. "وإذا سقطت مرة أخرى؟"

"في زمن الخطايا أظهر توبة" (يشوع بن سيراخ ١٨:٢١)

أتوقع أنك ستجد صعوبة وأنا مستعد أن أسمع صوتك مليئاً بالألم تسألني: "وإذا سقطت

مرة ثانية؟ هل سيقبلي الله أو هل سيكون غاضباً مني؟ ماذا سيحصل؟"

لكي لا أتعبك، سوف أكتب لك ماذا تقول لنا خبرة الأباء القديسين الغنية.

• "سأل أحد الإخوة الأب سيسوي: "أرشدني يا أبونا لأنني وقعت في الخطيئة. ماذا

عساي أن أفعل؟" أجابه الشيخ: "حين تسقط، إنفض مجدداً." فتابع الأخ كلامه: "نفضت لكنني

سقطت في الخطيئة ذاتها ثانية؟" أجاب الشيخ: "عندها إنفض ثانية وثانية." فسأله الأخ: "إلى

متى يمكنني القيام بذلك؟" فقال الشيخ: "إلى حين أن يجذك الموت في حالة صالحة (في القيامة

والتوبة) أو في الخطيئة."

• ظهر الشيطان لأخ سقط في الخطيئة وقال له: "أنت لست مسيحياً." فأجابه الأخ:

"بغض النظر عن ما أنا هو عليه اليوم، من الآن فصاعداً سوف أهرب منك." فكلمه الشيطان

ثانيةً: "أقول لك أنك ذاهب إلى الجحيم." أجابه الأخ: "أنت لست قاضيٍّ ولست إلهي." فغادره

الشيطان عاجزاً عن إنجاز أي شيء معه. بعد ذلك تاب الأخ توبة صادقة أمام الله وأصبح مجاهداً

باسلاً."

• قال أحد الإخوة للأب ييمين: 'حين أسقط في خطيئة بائسة، يتأكلني ضميري ويؤنّبني بحدّة لأنني وقعت في تلك الخطيئة.' فأجابه الشيخ هكذا: 'إذا في ذات اللحظة التي يرتكب فيها الشخص خطيئة ما يقول، 'لقد أخطأت،' يتوقف ضميره عن تأنيبه.'⁴⁷

إذاً يا أخي، إذا سقطت بسبب محنتك الكبرى وضعفك، لا تضحك وتقول لنفسك: "لقد سقطت الآن ثانية وثانية، لذلك دعني أسقط مرة أخرى ودعني أرتكب الخطيئة مرة أخرى وأخرى، لأنني قد توسخت مرة وسوف أعتزف بها لاحقاً وأتوب عن كل شيء فعلته، وثم سأمتنع عن الشر بعد ذلك." من أجل الرب يا أخي لا تسمع لهذه الفكرة لأنه من الواضح أنها تأتي من الشيطان الذي يسعى لهلاكك، لكن فوراً حين ترتكب خطيئة مرة لا تعيدها ولا تماطل ولا تتحمل التمرّع في الوحل...، لكن إنفض واذهب إلى أبيك الروحي واعترف، لأنه كلما كان الجرح حديثاً، كلما سيشفى بسهولة أكثر، بينما كلما كان قديماً كلما ما يكون شفاؤه أصعب....⁴⁸

⁴⁷ الإفرغيتينوس: النص الكامل [بالإنكليزية] الكتاب الأول، الفرضية الأولى، ترجمة وتنقيح الأسقف خريسوستوموس، الأب المتوحد [الأسقف] أفكسندوس، يوحنا ف. بتروبوليس، [الأب] غريغوري تيلينيف والأب المتوحد [الأسقف] أمبروز، المجلد ١ (إتنا، كاليفورنيا: مركز الدراسات الأرثوذكسية التقليدية، ١٩٨٨)، ص. ٢٥، ٣٢، ٣٥. تمّ تبسيط النص في بعض الأماكن.

⁴⁸ الإكسومولوغيتاريون (دليل الإعراف)، المرجع المذكور سابقاً، ص. ٢٦٤.

الخاتمة

"لا تؤخر التوبة الى الرب ولا تتباطأ من يوم الى يوم،
فان غضب الرب ينزل بغتة ويستأصل في يوم الانتقام"
(يشوع بن سيراخ ٥:٧)

يا أخي العزيز، من كل ما سبق وكتب في هذا الكتيب نرى أن سر التوبة والإعتراف لا غنى عنه وواجب لخلاص الإنسان. مهما صنع المرء من أفعال حسنة (الإحسان، الصلوات، الأصوام، السهرانيات، الأعمال الصالحة وغيرها)، طالما أنه لا يعتني بواسطة الإعتراف بتطهير نفسه التي دنسها بالخطايا، وخاصة بتلك المميتة، هو لن يخلص. إذا هو لم يتواضع تحت بطرشيل المعرف حيث يطلب الغفران بانسحاق لأنه أحزن أباه السماوي وحيث سيحصل على غفران خطاياها، هو لن يعاين وجه الله! لمدة أربعين سنة بكاملها بكت القديسة مريم المصرية وحزنت على خطاياها في صحراء الأردن وروّت البرية القاحلة بدموع توبتها الحارة. ولكن بالرغم من كل ذلك الله لم يأخذ حياتها منها قبل أن يرسل لها الأبأ زوسيماس. وهي اعترفت له بكل ما فعلته قبل أربعين عاماً. الإعتراف إذاً كإستمرارية وكتكملة لتوبتنا العميقة، هو حالة ضرورية لخلاصنا.

كذلك الأمر، إن الأمثلة الرهيبة التي سردناها، ولكن قبل كل شيء المثل المعروف لدينا جميعاً، مثل الإبن الشاطر (القديس لوقا ٣٢-١١:١٥)، يعلمنا أن ما يفوق أكبر وأسوأ الخطايا هو عطف الله. ليس هناك من خطيئة، وإن كانت الأكثر فظاعة، لا يمكن تجاوزها برحمة الله الغير محدودة. فقط يكفي على الإنسان بأن يتوب بالطريقة التي يشاؤها المسيح. الإبن الشاطر يعطينا نموذجاً عن التوبة. إليك المراحل الثلاثة من توبته.

(١) من التعاسة واليأس الذي وجد نفسه فيه بدأ أن يستعيد رشده، ليستجمع نفسه ويؤنب ذاته، "فرجع إلى نفسه" وتأمل بصواب قائلاً: "كم لأبي من أجراء يفضل عنهم الخبز وأنا ههنا أهلك جوعاً؟"

(٢) بعد أن امتحن ذاته يتقدم نحو القرار الصالح ليعود، ليجاهد، ليصحح ذاته: "أقوم وأمضي إلى أبي وأقول له، 'يا أبت قد أخطأت إلى السماء وأمامك'...."

(٣) وأخيراً يصل إلى تحقيق كل ما قرّر أن يعمل: "فقام وجاء إلى أبيه...."

لنمثل إذاً برحلة العودة المؤثرة هذه حين نسقط والله سوف يقبلنا لأنه كلي الصلاح ومتعطف؛ فبالكاد أن أخذنا الخطوة الأولى في التوبة هو يقوم بما فعله في حالة الإبن الشاطر: "وفيما هو ما زال بعيداً رآه أبوه وتحنّ عليه وأسرع وألقى بنفسه على عنقه وقبله."

مع ذلك، علينا توخي الحذر ألا نطرح ثقل ومسؤولية خطايانا على عاتق الآخرين بل فقط على عاتقنا. دعونا لا نبرّر أنفسنا ولا نلوم الآخرين، بل فيكن لدينا يقين عميق بذنبا، فليكن لدينا حزن وانسحاق القلب، لنقرع صدورنا بتواضع ولنبلل أرجل أبينا الروحي بالدموع، ولنطلب الغفران الذي سوف نحصل عليه فقط بهذه الطريقة، مثل العشار الذي لم يتجرأ أن يرفع أعينه إلى السماء بل اكتفى قائلاً "يا الله ارحمني انا الخاطيء" (القديس لوقا ١٣: ١٨). ولكن الإبن الشاطر أيضاً حين عاد إلى أبيه لم يبدأ بالتبريرات والثرات بل قال فقط: "يا أبت قد أخطأت إلى السماء وأمامك ولست مستحقاً بعد أن أدعى لك ابناً."

في هذه الحالة يحثنا القديس يوحنا السلمى بروعة أن نفعل التالي: "أُكشِف، أُكشِف، أُكشِف جرحك للطبيب وقل دون خجل: 'إنه جرحي يا أبت، إنه وبائي الذي تسببت به بداعي إهمالي وليس بأي شيء آخر. لا أحد يُلام على هذا، لا رجل ولا روح ولا جسد، لا شيء سوى لا

مبالاتي.‘ أثناء الإعتراف كن مثل المجرم المحكوم عليه بمزاجك وهيئتك الخارجية وبفكرك. إترح عينيك نحو الأرض وإذا أمكن بلّل بدموعك قدمي قاضيك وطبيبك وكأنهما قدمي المسيح.⁴⁹

بختامي لهذه الإرشادات المتواضعة يا أخي وزميلي الخاطيء، ولكي أساعدك لتمشي في طريق التوبة الصحيح، أصلي مرة أخرى لكي يعينك الرب ويقوّيك في عزمك الصالح بالعودة إلى أحضانه، حين كل العالم السماوي من الملائكة القديسين سيفرح إلى جانبه "على كل خاطيء واحد يتوب" (القديس لوقا ٧:١٥).

وأيضاً لا تنسى – وأنا أطلب هذا بجدية – أن تصلي لربنا قائلاً: "أذكر يا رب الأسقف كبريانوس وخرافه وخلص نفوسهم."

النهاية.

والمجد والقوة والإكرام والسجود

لإلهنا الثالث

إلى دهر الدهرين. آمين.



⁴⁹ السلم إلى الله، الخطوة ٦٣-٦٢، المرجع المذكور سابقاً (بوسطن)، ص. ٤١.

الإختصارات

PG *Patrologia Graeca*, 161 Volumes. ed. J.-P. Migne, (Paris, 1844-1864). References are to volume and column number.

موسوعة الآباء اليونانيين، ١٦١ مجلّد، تنقيح ج.ب. ميغن (باريس، ١٨٤٤-١٨٦٤). المراجع تدل على رقم المجلّد والعامود.

NPNF *A Select Library of the Nicene and Post-Nicene fathers of the Christian Church*, 1st series, 14 vols., ed. Philip Schaff (Grand Rapids, MI: Erdmans, 1886-1900). References are to series, volume and page number.

مختارات من آباء الكنيسة المسيحية النيقاويين والمابعد النيقاويين، السلسلة الأولى، ١٤ مجلّد، تنقيح فيليب شاف (غراند رابيدز، ميشيغان: إردمانز، ١٨٨٦-١٩٠٠). المراجع تدل على السلسلة ورقم المجلّد والصفحة.