

## المراحل الأربعة للحياة الأرثوذكسية

### الشماس إرميا

#### نقلتها إلى العربية أسرة التراث الأرثوذكسي

في مقال سي إس لويس "الحديث عن الدرجات"، هناك توضيح مفيد للأعمار (أو المراحل) الأربعة التي نواجهها في الحياة: غير مسحور، مسحور، محبب، ومفتون. نمّر على الأقل ببعض هذه المراحل تقريباً في كل شيء يجذب اهتمامنا.

في ما يتعلق بالدرجات، فإنه يعكس كيف أنه في وقت كان غير مبالٍ ولم يهتم بها على الإطلاق. بعد ذلك، تعلّم كيف يركب عندما كان صبيّاً وشعر أنه يستطيع الطيران - الانزلاق المبهج عبر الغابة والحدائق، من ظل شجرة إلى أخرى. كان مسحوراً. ثم جاءت المرحلة التي كانت فيها الدراجة وسيلة نقله إلى المدرسة. كان هذا التحرر من الوهم اجتهداً بدأ شاقاً في كلا الاتجاهين. في وقت لاحق من حياته، عاود الركوب من جديد إلى العمل، وكان يتذكّر لحظات استكشافات طفولته المثيرة ومغامراته على الدراجة. هذه استعادت السحر الذي جعل ركوب الدراجات تجربة دافئة في بعض الأحيان - على الرغم من أنه كان لا يزال يتنقل بين خيبة الأمل والافتتان إنّما بدون المرارة التي غالباً ما تصاحب المرحلة الثالثة من العمر.

### المرحلتان الأوليتان

ما يهمني هو تطبيق هذا التصوير على الحياة المسيحية، والأرثوذكسية على وجه الخصوص. نظراً لعدم معرفتي بأي حياة داخلية أكثر مما أعرف حياتي، سأجعل على مضض من رحلتي نقطة التركيز. لقد عشتُ ما يزيد عن العشرين عاماً دون أن أسمع بالكنيسة الأرثوذكسية. لم أكن مفتوناً بها. قراءتي مؤخراً عن الأرثوذكسية كانت في كتاب تاريخ بروتستانتية رفضها باعتبارها أكثر قليلاً من النصف الشرقي للكنيسة الكاثوليكية.

لأسباب كثيرة لا مكان لذكرها هنا، أصبحت مهتمّاً بمعرفة المزيد عن الأرثوذكسية. كنت كلما ازددت تعلماً ازداد وقوعاً في حبها. بالتأكيد كانت هناك مصارعة لاهوتية. لكن هذه لم تكن مشاكل مع الأرثوذكسية بقدر ما كانت مشاكل مع الأفكار الخاطئة التي كنت أحملها بسبب الجهل. مع مرور الوقت، أصبحت مفتوناً تماماً بالأرثوذكسية. لقد قرأتُ العديد من آباء الكنيسة، وذهبتُ إلى كل الخدم الكنسية، وكنت متحمساً للصيام، وأتممت العديد من الخدم في المنزل، وكثيراً ما صلّيت المزامير، وعلّقت الأيقونات في كل مكان، وكنت سريعاً في إخبار الآخرين عن إيماني الجديد الذي وجدته.

### المرحلة الثالثة: الخيبة

بعد بضع سنين تلاشت حماسي. صارت قدمي وظهري يؤلموني أثناء وقوفي خلال الخدم الطويلة والكثيرة، وغالباً ما شعرت بجفاف وقت الصلاة، وتنهدت كثيراً، وتأوهت من اقتراب الصيامات، وخفّت حماسي لكتبي. عندما سمع الناس أنني أرثوذكسي وافترضوا أنني يهودي، بالكاد أكثرثت. لقد شعرت بخيبة أمل. قد يسمي البعض هذه الحالة ليل الروح المظلمة. أيّاً كان ما أصفه فغالباً ما يكون هو نقطة انهيار الذين يتكون العقيدة الأرثوذكسية. نحن نتحوّل لأن كل شيء جميل ومثير، ولكن من بعدها يثقل كاهلنا العمل الجاد لكوننا مسيحيين.

تؤدي مرحلة الخيبة إلى البرودة (الاكتئاب والفتور) والإحباط والشفقة على الذات ونقص الحماس. العالم يقدم لنا وسائل الراحة التي غالباً ما تكون حلوة جداً بحيث لا يمكننا رفضها. نحن نغرى إلى إيجاد بعض "التوازن" بين الأرثوذكسية والمسيحية الدنيوي، مما يؤدي إلى موت روحي تدريجي.

## المرحلة الرابعة: عودة الافتتان

هنا يجب أن أقدم لقرائي تحذيرًا عادلاً. ربما وصلت إلى الحالة الرابعة من عودة الافتتان، أو ربما لست ناضجًا كما أعتقد. ولكن إذا كنت في المرحلة الرابعة، فهاكم ما قد يبدو عليه الأمر:

بدلاً من محاولة الظهور واللباس والتحدث والتصرف كفلاح روسي أو يوناني أرثوذكسي تقي من القرن الثامن عشر، بدأتُ أتعلّم من أنا. الكثير من الأشياء علّمتني عن نفسي: تكرار الصراع في العالم الروحي، الذهاب إلى الاعتراف ومسح الدم، والعودة إلى الحلقة الروحية. لقد اكتشفتُ محدوديتي. بشكل عام، الضغط في الجهاد الروحي هو إشارة إلى أنني كنت أعول على قوتي بدلاً من الاعتماد على الله. في بعض الأحيان كان ذلك بسبب التعاضم، ولكن في أوقات أخرى كان لأني أقضّم أكثر مما أستطيع مضغه.

في هذه المرحلة الرابعة، وجدت قانون صلاة يتوافق مع إيقاع حياتي. أشارك في معظم الخدم ولكني لا أجلد نفسي لأني تغيّبت عن بعضها بسبب مسؤوليات الحياة. أحاول أن أصوم بطريقة تجعل الطفل الصغير المدلل بداخلي مرتبًا ولكن لا تجعلني أشعر بالجنون (في النص الإنكليزي استعمل الكاتب العبارة العامية "hangry" التي تعني الغضب بسبب الجوع، فاعتمدنا الأسلوب نفسه لتركيب عبارة "الجنون" بالعربية: المترجم). التوازن لا يعني إيجاد طرق لملاءمة الأرثوذكسية مع جدول أعمالتي، بل بدلاً من ذلك، إنه إيجاد من أنا في الكنيسة، وما هي حدودي، وكيف يمكنني التمدد قليلاً دون أن أتكسر.

مرّت أيام كثيرة في المراوغة بين المرحلتين الثالثة والرابعة. لقد وجدت خلال هذه الأوقات أن خلق قوة الاستمرار أمر مهم. ما أعنيه هو شيء كالتالي: يحين وقت الذهاب إلى السهرانية، لكنني أفضل البقاء في المنزل، لذلك أجبر نفسي على الذهاب. إذ أقوم بذلك تأتيني منفعة روحية. تؤلمني قدمي وظهري، وعقلي يتجول، لكني أحاول التركيز بشكل ثابت على ما يقال ويُرتّل. تأتي المنفعة بطرق لا أستطيع شرحها، إذ تحدث عملية تحوّل غير مرئية، وأترك الكنيسة في سلام مع الله ومع إخوتي. إن الانضباط في خلق الحركتين الداخلية والخارجية كان حاسماً لإخراجي من المرحلة الثالثة إلى الرابعة.

إن عودة الافتتان، على ما أعتقد، لا تحدث تلقائياً، كما أنها ليست حالة وجود ثابتة. من المحتمل أن تكون كذلك لولا أن لنا عواطفنا الخاطئة والشياطين التي تشن حروباً علينا. هذا يعني أننا نعود إلى الافتتان عندما ندفع أنفسنا قليلاً. من ثمّ يسحبنا الإغراء وحب الذات. هنا تظهر اللامبالاة والكسل والمماطلة كأعظم الأعداء. إذا كنا راسخين في الإيمان، فالأرجح أن لا نفعل ما هو فاضح للغاية. إن ما قد يجعلنا نختفي بهدوء من خيبة الأمل إلى الردة هو البرودة التدريجية، والتقطيع اليومي لأرواحنا. إذا كنا راسخين في الإيمان فالأرجح أن لا نفعل أي أمر سافر. ما يجعلنا ننسحب بهدوء من خيبة الأمل إلى الارتداد هو ما يصيب أرواحنا من البرودة التدريجية والتشظّي اليومي.

## ما بعد عودة الافتتان

من خلال القراءة عن القديسين، أجرؤ على اقتراح وجود مرحلة خامسة سأسميها الهدوءية. إن الذين يجدونها يعرفون استحالة الوصول إليها إلا بعد حياة من النضال وتنمية محبة الله والقريب، وبفضل نعمة الله. بالتوبة والتواضع والمحبة والصلاة، نتعلم تهدئة الذهن. في السكون، يوشوش الله النفس ويغلفها في حلاوة النعمة. عندها يسود صمت سماوي. كل خليقة تصير حيّة عند هذه النفس فتسمع ترانيم الجنة التي أصمّت دونها آذاننا. هذه الروح تصلي باستمرار إلى الله سواء كانت نائمة أو مستيقظة. ليست الهدوءية شيئاً يحاول الشخص ممارسته، بل هي ثمرة نفس قد شُفّيت ولم تعد مشظاةً من هذا العالم.

إن محبة الله تجرح روحاً كهذه. الملكوت مغبوط وجميل ولكنه مؤلم. إنه مؤلم لأن البعض يفرون منه. عندما يصلي الهدوءي تنهمر دموعه ويبكي على من هم في العالم. الجنة مؤلمة أيضاً لأن ممارس

السكون يريد أن يسكن هناك حصرياً فيما هو مضطر أن ينهي سنواته في هذا العالم الساقط. لكنه يتمسك بالأمل في أن يتّحد إلى الأبد بالمسيح معشوق كيانه كله.

### أفكار أخيرة

للمحبّطين أقول اثبتوا. هذه حالة طبيعية. هناك نعمة إذا واصلنا حمل صليبيننا يوميًا وكافحنا أكثر قليلاً. أما للذين، مثلي، يتنقلون بين المرحلتين الثالثة والرابعة، فاحفظوا قوة الاستمرار. لا تدعوا الكسل الروحي يسيطر. الجفاف والمواسم القاحلة تجبر الأشجار على دفع جذورها إلى عمق أكبر. استمروا في الصلاة، واستمروا في الاعتراف، وعندما تسقطون أرضاً، قوموا من جديد وابدؤوا من جديد. ما من حلٍ سحري. يأتي النصر بنعمة الله تلبية لإرادتنا الصّرفة عندما نرفض الاستسلام.

Source: Dcn. Jeremiah. "The Four Stages of Orthodox Life" *Orthodox Road*. January 26, 2021.

