أحاديث رهبانية

الأرشمندريت زخريا زاخارو

نقلتها إلى العربية أسرة التراث الأرثوذكسي

الهدوئيةُ ظاهرةٌ روحية، جوهرُ التقليدِ النسكيِّ في الكنيسةِ الأرثوذكسية. من خلالِ ممارسةِ الهدوئيةِ "تسمُن" روحُ الإنسانِ بنعمةِ الله وتكتسبُ أقنوماً. يقدِّمُ الشهداءُ حياتَهم لله ويدخلون الملكوت في لحظةٍ واحدة. بينما في الهدوئية، يحاولُ الإنسانُ تحريرَ نفسِه من الهمومِ الأرضيةِ ليعيشَ باستمرارٍ في حضرةِ الله، لتسمينِ نفسِه يوماً بعد يومٍ بقوةِ الله. من خلالِ "صلاةِ يسوعَ ذاتِ العبارةِ الواحدة" التي تُمارسُ في الهدوئية، نحن على اتصالٍ دائمٍ بقوةِ الله، كما يشرحُ القديسُ غريغوريوس بالاماس.

لا يتعينُ علينا جميعاً أن نصبحَ نسَّاكاً ومتوحِّدين، ولكن يجب علينا جميعاً أن نستخدمَ الوقتَ الذي منحَنا إياه الله بحكمة. لطالما تحدَّثَ القديسُ صفروني إلينا عن هذا المبدأ في الحياةِ النسكية: إذا اقتصرَ الإنسانُ على ما هو ضروري للغاية، فإن الله يمنحُه الترفَ الثمينَ ليحصلَ على متسعٍ من الوقتِ للعملِ الروحي. فيكونُ قادراً على تكريسِ كل الوقتِ تقريباً للعملِ على علاقتِه مع الله، وتكميلِ القداسةِ في خوفِه حتى يصلَ إلى الملاذِ المجيدِ والهادئِ لمحبةِ المسيحِ الطاهرةِ التي تجعلُ الإنسانَ غير قابلٍ للفساد.

جميعنا لدينا وظائفُ في أديرتِنا وأحياناً قد تكونُ صعبةً للغاية. في بعضِ الأحيان قد نعملُ لمدةِ اثنتي عشرةَ ساعةً في اليوم، ولكن عندما يكون ذلك بسببِ ضرورةِ الحياة، فهذا كلُّه مبارك. إذا استخدمْنا وقتَنا بشكلٍ صحيحٍ لما هو مطلوب، فسوف يمنحُنا الله المزيد، وسيكون لدينا الوقتُ لكلِّ الأشياءِ التي نحتاجُها لخلاصِنا. في الهدوئية، نسعى جاهدين للوقوفِ بلا انقطاعٍ في حضرةِ الله داعين باسمِه القدوسِ بالعقلِ في القلب، وإذا وضعْنا كل ثقتِنا في عنايةِ الله، فإننا ننالُ هذه البركةَ للثباتِ في حضورِه أينما كنَّا ومهما كنَّا نعمل.

ومع ذلك، يجب ألا ننسى ما قالَه لنا الأبُ صفروني: "لا تعتقد أنك إذا اكتسبتَ صلاةً متواصلة، قد صرتَ كاملاً وقديساً. الصلاةُ غيرُ المنقطعةِ هي فقط البدايةُ وليست كمالَ الحياةِ الروحية". بعد ذلك تأملتُ في كلماتِه وأدركْتُ أن الصلاةَ التي لا تنقطعُ هي البدايةُ فقط، لأنه من خلالِ الدعوةِ المستمرةِ لاسمِ الله، نعترفُ ببساطةٍ أن بدونِه لا يمكننا أن نفعلَ شيئاً، أي أننا نكتسبُ موهبةَ الفقرِ الروحيِّ الأساسية، التي هي الخطوةُ الأولى على سلمِ الكمالِ الإلهي الذي تصورُه التطويبات: "طوبى للفقراءِ بالروح: لأن لهم ملكوتَ السماوات" (متى ٥:٣).

سؤال: كيف نهربُ بشكلٍ نهائيٍّ من روحِ هذا العالمِ التي تحاولُ إغواءَنا في كلِّ الأوقات؟

الجواب: في ممارسةِ الصلاةِ غيرِ المنقطعة، نغلقُ بابَ الأفكارِ من العدو وكل انطباعاتِ هذا العالم التي تهاجمُ روحَنا. فالعدو يكرهُ عملَ الهدوئيةِ الروحيِّ ويريدُ إما منعَه كلياً أو على الأقل طمسَه حتى يحرِمَ الإنسانَ من منفعتِه العظيمة. إنه يعلمُ أنه لا يوجدُ طريقٌ للتقديسِ أجملُ من الصلاةِ غيرِ المنقطعة. نوقِف كلّ فكرةٍ وكلَ انطباعٍ يأتي من الخارج، ليس فقط من خلالِ استدعاءِ اسمِ المسيح، ليس فقط بمقاومتِها من خلالِ الصلاة، ولكن أيضاً ببناءِ حالةٍ روحيةٍ فينا. هذا يجلبُ مقداراً من القوةِ إلى قلوبِنا لدرجةِ أن أفكارَ العدوِ ترتدُ ببساطة،

أحياناً حتى قبل أن نرى نوعَ هذه الأفكار. نشعرُ باقترابِ أفكارِ العدوِ فيستنفرُ القلب، يستيقظُ ويغلقُ مداخلَ الحواسِ وكيانَ الإنسانِ كله ليحميَه. يصبحُ الإنسانُ مثل غواصةٍ لا تستطيعُ قطرةُ ماءٍ واحدةٌ اختراقَها. هذه الحالةُ الروحيةُ هي أفضلُ طريقةٍ إيجابيةٍ للحفاظِ على الإنسانِ من كل تأثيرٍ غريب، ولإبقاءِ روحِه منغمسةً في روحِ الله.

سؤال: ما سببُ وجودِ عدمِ الاستقرارِ في حياتِنا؟

الجواب: لسنا بحاجةٍ إلى الاستقرار. إن عدمَ الاستقرارِ الذي نشهدُه في حياتِنا موجودٌ لغرضٍ، ألا وهو تعليمُنا سرّاً عظيماً. في كلِّ مرةٍ نتنازلُ فيها، نشعرُ بالتواضعِ لأننا نشعرُ بالفراغ، ولكن إذا قبلْنا هذا التواضعَ يمنحُنا الربُّ نعمةً للصعود. نحن لا نبقى مرتفعين، بل ننزلُ مرةً أخرى ، ونحتاجُ بشدةٍ أن نتعلمَ هذا الطريق، من الأسفلِ إلى ذروةِ حضورِ الله، إلى بهجةِ الوجودِ في حضرتِه والاستمتاعِ بنعمتِه. هذا هو طريقُ الانتقالِ من الظلمةِ إلى النور، ومن الموتِ إلى الحياة، ومن الخرابِ إلى نعيمِ الاتحادِ بالربِّ في الروح. إنه طريقُ فصحِنا الشخصي، الذي نعيشُه في كل مرةٍ نقتربُ فيها من شخصِ المسيح. عندما نعتادُ على اجتيازِ هذا الطريقِ من الأسفلِ إلى مكانٍ أقربَ إلى شخصِ المسيح، نؤسَّسُ في سرِ عيدِ الفصحِ هذا.

لذلك، يجبُ ألا نشعرَ باليأسِ أو الإحباطِ عندما نكون كئيبين. نحن لا نظلُّ في الكآبة، بل نستفيدُ من الامتيازِ الكبيرِ الذي يؤهلُنا لبدايةٍ جديدة. يجب ألا نحطَّ من قيمةِ إلهامِنا، ولا نفقدَ هذا الازديادَ المستمر، هذا الصعودَ المستمرَّ إلى حضرةِ الرب، حتى نبقى دائماً قادرين على إنشادِ ترنيمةٍ جديدةٍ من الامتنانِ والمحبةِ للرب. نعتقدُ أن عدمَ استقرارِنا هو كارثةٌ كبيرة، وأحياناً نصبحُ كالمفجوعين، وقلوبُنا ممزقة. ومع ذلك، هذه هي اللحظةُ لنصرخَ من قلوبِنا ونعترفَ لله بفقرِنا وخرابِنا. بعد ذلك، يمدُّ الربُ يدَه بلا كللٍ ويقودُنا في الطريق. فنبدأ بدايةً جديدة، ونتلقى نعمةً جديدةً ونغني أغنيةً جديدة.

بالتأكيد، لا يمكنُنا تجنبُ الصعودِ والهبوط، ولكن يمكنُنا محاولةُ جعلِ إقامتِنا قصيرةً قدرَ الإمكان. عندما نُحبَط، نحاولُ أن نتوبَ سريعاً ونستخدمَ كل الوسائلِ لاجتذابِ نعمةِ الله، حتى نرتفعَ من جديد. سواءً كنا في الأسفلِ أو الأعلى، يبقى امتيازُنا الكبيرُ ثابتاً: الربُ يعملُ علينا. نحن مادةٌ بين يدَيه، وهو يحاولُ تشكيلَنا في صورةٍ كاملةٍ لصلاحِه ومجدِه. المهمُ ليس إذا كنا فوق أو أسفل، ولكن سواءً كنا نعيشُ أو نموت، أن نرضيَ الرب. (٢كورنثوس ٩:٥).

سؤال: هل الاهتمامُ بالعلمِ أو الفنِّ أو الفلسفةِ علامةٌ على الفراغِ الروحي؟

الجواب: الأمر يعتمد. في بدايةِ حياتِنا، قد يكونُ سعياً مشروعاً. نحاولُ أن نجدَ شيئاً كاملاً، إلهياً، في كلِّ ما نقومُ به. على سبيلِ المثال، إذا كنا فنانين، فنحن نحاولُ أن نلتقطَ الأبديَّ من خلالِ فنِّنا. إذا كنا فلاسفة، فإننا نحاولُ الدخولَ إلى العقلِ الماورائيِّ من أجلِ إدراكِ الحقيقة. سواءً من خلالِ الفنِّ أو العلمِ أو الفلسفة، ما نحاولُ أن نحصلَ عليه هو الأبدي. ومع ذلك، فإن الأبديَّ هو شخص، ولا يمكننا أن نمسكَه. لا يمكننا أن نقبلَه إلا إذا كان الأبديُّ مسروراً بأن يُعطى لنا. هذا ما نفعلُه في حياتِنا في المسيح. جاء الأبديُّ إلينا، وظهرَ كمالُ حملِ

الله أمامَ أعيُنِنا. ومع ذلك، إذا أصبحْنا رهباناً وحاولنا إثراءَ حياتِنا بالتحوُّل إلى العلومِ والفلسفات، فسيؤدي ذلك إلى خرابِ حياتِنا، لأنه لا يوجدُ شيءٌ لنا هناك. بالنسبةِ لنا، الحياةُ هي فقط في المسيح. المسيحُ هو حياةُ العالمِ وقد بذلَ نفسَه من أجلِنا. لقد قُدِّمَت لنا بالفعلِ عطيةُ حياتِه الكاملة.

سؤال: عندما كان يعقوبُ يصلِّي طوالَ الليل، قالَ للّه، "لن أطلقَك إلى أنْ تباركَني" (تكوين ٣٢:٢٦) . وقالَ المسيح: "ملكوتُ السماواتِ يُغتَصَب اغتصاباً" (متى ١١:١٢). كرهبان، نتخلَّى عن إرادتِنا ونستسلمُ دون إصرار. أليس الموقفان متناقضَين؟

الجواب: الأمرُ هو نفسُه. المثابرةُ على الصلاة، والمثابرةُ على جعلِ إرادةِ الله تميلُ نحوَنا، هي نفسُها كالاستسلامِ لمشيئةِ الله. لا تعتقدْ أن الاستسلامَ لمشيئةِ الله هو أمرٌ سلبي. عندما نستسلمُ لمشيئةِ الله ، نتأكَّدُ من أنَّ كلَّ فكرٍ فينا وكلَّ قوةٍ وكلَّ ذهنِنا وكلَّ قلبِنا لا يتزعزعون بثقتِنا الراسخةِ برحمةِ اللّه وركونِنا إليها. نحن نركِّزُ كلَّ قوى نفسِنا في هذا العزم، ونصلِّي بهذا التوترِ في اندفاعٍ شديدٍ نحو الله. هذا ليس استسلاماً سلبياً بدون أي نشاطٍ في قلوبِنا وعقولِنا. إنه يترافقُ مع زخمِ الصلاة. عندما نصرُّ في ابتهالاتِنا إلى الرب، قد لا يُعطينا الله ما نطلبُه، لكنْ إذا قبلْناه، سنشعرُ براحةٍ كبيرةٍ وسنكونُ سعداءَ لأننا هُزِمنا. على الرغمِ من أن طلبَ صلاتِنا رُفِضَ لأنها لم تكنْ إرادةَ الله الأساسية، فمع ذلك، بتلقِّي كلمةٍ منه، نشعرُ بالارتياح.

لقد بارَكَ الربُّ إصرارَ يعقوبَ في الصلاةِ وقالَ كلمةً عظيمةً بقيَت كقاعدةٍ لنا جميعًا: "يعقوب... أَنَّكَ جَاهَدْتَ مَعَ اللهِ وَالنَّاسِ وَقَدَرْتَ". (تكوين٣٢:٢٨) بمعنى آخر، "لأنك أظهرْت ثقةً راسخةً في رحمةِ الله ومعونتِه، ستكون مباركاً في كل ما تفعلُه". كان انتصارُ يعقوبَ الحقيقيُّ نعمةَ سماعِ صوتِ الله. في تلك اللحظة، نالَ مع صوتِ الله حالةً شعرَ فيها بالقوة. لم يكن خائفاً من عيسو والذين كانوا يأتون لقتلِه، ولكنْ فيما كان يقتربُ منهم عملَ سبعَ سجداتٍ إلى الأرض. من ثمَّ لانَ قلبُ عيسو الوحشيِّ وبدلاً من قتلِه سقطَ على عنقِه وبكى.

لذلك نرى أنه بالرغمِ من إصرارِ يعقوبَ على طلبِه أمامَ الله، فالمهمُ هو أنه كان يبحثُ عن اتصالٍ حقيقيٍّ مع الله وقد وجدَه من خلالِ التواضع. في اليوم التالي تذللَ مرةً أخرى أمام عيسو، وبسبب هذا التواضعِ تغيَّرَ كلُّ شيء. وهكذا، حتى عندما نثابرُ ونصرُّ على طلبةٍ معينةٍ أمام الله، يجب أن نكون مستعدين لسماعِ صوتِه، سواءَ استجابَ ابتهالَنا أم لا. قد يبدو لنا أحياناً أن صوتَ اللّه غريبٌ جداً ولا معنى له، لكنه يجلبُ النجاة.

* * *

غالباً ما نصِفُ الحياةَ الرهبانيةَ على أنها تقليدٌ للحياةِ الملائكية. هذا لأن تواضعَ هذه الحياةِ يشبهُ تواضعَ الملائكةِ بشكلٍ خاص. في الواقع، لمثلِ هذه الموهبةِ يحتاجُ الإنسانُ إلى تواضعٍ ملائكي. يعطي الراهب كلَّ ما لديه، ومع ذلك يبقى شيءٌ واحدٌ عليه أن يفعلَه: أن يندمجَ بطريقِ المسيحِ المتواضعةِ ليكون المسيحُ له قريناً ورفيقَ سفر. عندما أعطى الربُّ أعظمَ وصيةٍ في العهدِ الجديد (لوقا ١٠:١٧) ، كان في ذهنه كمالُ الطريقةِ المعطاةِ للرهبان. إنهم يضحُّون بكلِّ الأشياء، لكنهم يبقَون مُفتقرين إلى شيءٍ واحدٍ للوصولِ إلى الكمال: وعيِ عدمِ جدواهم. عندها فقط تكون حياتُهم تقليداً حقيقياً للحالةِ الملائكية. الملائكةُ متكرِّسونَ لتمجيدِ الله الأبدي، ومع ذلك هم لا يفقدون أبداً تواضعَهم المطلق، مُغطِّين طبيعتَهم المخلوقةَ بأجنحتِهم. هنا تشابهٌ بين

الحياةِ الملائكيةِ والحياةِ الرهبانيةِ: كما أن الملائكةَ دائماً ما يحافظون على وعيِ مخلوقيتِهم لتسبيحِ الله بتمجيدٍ مستمرٍ وأناشيدِ تسبيح، كذلك يسعى الرهبانُ أيضاً إلى وعيِ عدمِ نفعِهم دائماً.

نحن لا نذهبُ إلى الديرِ ليكون لنا مهنةٌ أو نحققَ شيئاً من هذا العالم. نذهبُ إلى هناك لنتعلَّم: لنتعلَّمَ تواضعَ طريقِ المسيحِ وتواضعَ الحالةِ الملائكية.

السؤال: هل إكرامُ الضيوفِ وتقديمُ الضيافةِ لهم تقليدٌ لطريقِ المسيح؟

الجواب: بالنسبةِ لنا نحن الرهبانَ على وجهِ الخصوص، يجب أن يكون طريقُ المسيحِ هو هدفَنا الأساسي في كلِّ شيء. يجب أن نعتبرَ أنفسَنا أقلَّ من الناسِ الذين يأتون إلينا. يجب أن نضعَهم أعلى منَّا ونكرِّمَهم أكثرَ من أنفسِنا. يأتون إلينا باسمِ الله، وعندما نمنحُهم راحةً روحية، يسعدُ اللهُ ويباركُ الحياةَ في هذا المكان. كل ما نقومُ به باسمِ الله له أبعادٌ أبديّة وقيمةٌ أبدية. قال القديسُ سيرافيم إنه حتى كنسُ بيتِ الله مرةً واحدةً له مكافأةٌ أبدية. وينطبقُ الشيءُ نفسُه إذا ساهمْنا ولو قليلاً في خلاصِ هؤلاء الناس. بل إن البعض يختبرون نعمةَ الله توسِّعُ القلبَ إلى حدٍ كبيرٍ ويكتسبون تواضعاً لا يوصَفُ يخجِلُنا. متى عرفنا كيف يتصرفُ الله في حياتِهم، نكون جميعاً ممتلِئين بالخشوعِ والرهبةِ أمامَهم.

سؤال: ماذا يمكننا أن نفعل عندما نجرح الناس لا إراديا؟

الجواب: نحاولُ أن نتواضعَ أمامَهم. يجب ألا نكونَ متحمسين لتعليمِهم لأنَّه قد يكون أكثرَ من اللازمِ بالنسبةِ للحالةِ التي هم فيها. إذا استقبلناهم واهتمَمْنا بهم بتواضع، فسيقودُهم الله في النهايةِ إلى شخصٍ ما أو إلى نفسِه مباشرةً ويجعلُهم يصمدون. كما قلنا من قبل، إن الكهنةَ والأساقفةَ في الكنيسةِ هم مواطنون من الدرجةِ الثانية، والمواطنون من الدرجةِ الأولى هم الأشخاصُ الذين يأتون إليهم باسمِ الله لتلقِّي خدمتِهم للخلاص. في الواقع، "مَن يخدمُ هو أعظمُ من المتكِئ" (لوقا ٢٢:٢٧) . بينما إذا كنا طموحين ونسعى إلى السلطةِ والأماكنِ المتقدمة، فنحن لسنا حتى مسيحيِّين، بل نحن مثل الوثنيِّين. يجب أن نكون حذرين للغاية عندما نستقبلُ أشخاصاً حتى لا نجرحَهم، ولا نسيءُ إليهم. إنهم لا يطلبون شيئاً. الابتسامةُ والقلبُ الطيبُ أكثرُ من كافيَين لجعلِهم يشعرون بالترحيب. قال الأب صفروني: "يكمنُ السرُّ في الترحيبِ الدافئ والوداعِ الدافئ. أثناءَ إقامتِهم، اسمحوا لهم بالعيشِ كما يستطيعون وكما يريدون. لا تحاولوا إصلاحَهم. إنهم يرَون كيف نعيش، وسيفعلون كلَّ ما في وسعِهم ليتبعوا". إذا كنا نعظ، فهذا يعني أننا بلا تواضع، إلا إذا كانت هذه الخدمةُ مفوَّضةً إلينا من الكنيسة. بينما إذا قبلْنا الناسَ كما هم، نكون متواضعين. قال الأب صفروني أيضًا: "عندما أتى كلُّ واحدٍ منكم إليّ، كنتم تمشون وأقدامُكم في الهواءِ ورأسكم على الأرض، لكن مع مرورِ الوقتِ تعلمتَ تعلَّمتُم المشيَ باستقامةٍ، والآن يمكنكم حتى تعليمُ الآخرين. اتركوا الناسَ أحرارًا ، وسوف يجدون طريقَهم".

إذا كرَزنا لهم، قد نغتصبُ عملَ الأبِ الروحي. بالطبع، ليس الأمرُ أكيداً. قد نقولُ كلمةَ تعزيةٍ متواضعةٍ ومحبةٍ عندما يكون الناسُ في تواضعٍ تام، إلى أن يتَّحدوا مع أبٍ روحي، فيقتنون هذا الاتصال. ومع ذلك ، هناك حاجةٌ إلى مزيدٍ من العنايةِ لأن هناك خطراً كبيراً. أخبرَني القديسُ صوفروني ذات يوم: "هذه هي المشكلة: كيف

يمكنك أن تعلِّمَ الآخرين فيما تحافظُ على الوعيِ بأنك أسوأ الجميع؟ " بالنسبةِ للراهب، الوعيُ المُشتهى هو أنْ يضعَ نفسَه تحت الجميعِ على صورةِ المسيحِ الذي وضعَ نفسَه في قاعِ الهرمِ المقلوب. عندها فقط ستكون لدَيه كلمةُ عزاءٍ حقيقية، بعد أن عرفَ هو نفسُه ألمَ هذا الطريقِ المنحدِر. إذا أبدَينا الملاحظاتِ بسهولة، وإذا علَّمْنا بسهولة، نفقدُ التواضع. يكمنُ السرُ في الترحيبِ الدافئ والوداعِ الدافئ والله يتممُ الباقي. احذروا من إثارةِ أيِّ شيءٍ سلبيٍّ فيهم، وسيجدون طريقَهم بأنفسِهم. نحن لسنا مُخلِّصي العالم. "لقد ولد لنا صبي، لنا مخلص" كما نرتِّل في عيد الميلاد.

Archimandrite Zacharias Zacharou. Monastic Conversations. Pemptousia. 23 May 2022.
https://pemptousia.com/2022/05/monastic-conversations/