الشيخ صُفروني وآخرون ممَّن كانوا كاملين في المسيح. أسئلة وأجوبة

المطران أثناسيوس متروبوليت ليماسول
نقلتها إلى العربية أسرة التراث الأرثوذكسي

يشاركُ المتروبوليت أثناسيوس (ليماسول) ذكريات لقائِه بالشيخ (القديس) صُفروني (ساخاروف)، ونصائحَ القديسِ حول مسائلِ الاعترافِ والتواضعِ وتجاهلِ الإنسان لأفكارِه

أن تكون شخصاً مُعقداً هو تعذيب

سؤال: كيف يمكن للمرء تعلُّم البساطة؟

جواب: إنَّه سؤالٌ جيد، ولكنْ من الصعبِ وضعُ الإجابةِ موضعَ التطبيق. ليس لأن الأمرَ صعبٌ، بل لأننا ولسوء الحظِّ أناسٌ معقدون، وخصوصاً أولئك الأصغر سِنّاً. التعقيد عذاب، أن تكون شخصاً مُعقداً هو تعذيب. ينتجُ التعقيد أيضاً عن البيئةِ التي نشأنا فيها وطريقةِ التفكير التي اعتدناها. وينتج كذلك عن عيشنا بعيداً عن النعمة الإلهية. الإنسانُ البسيط حلاوةٌ مُطلقة! إنه ممتلئ بالنعمة. رؤيتُه تجلبُ الفرح، لذلك فجُلُّ ما تريدُه هو أن تكون بقربه. إنسانٌ كهذا طيبُ القلبِ وحر؛ تشعرُ بجوارهِ بالراحةِ والسلامِ. الإنسان المُعقد غير سعيدٍ ومُرهَق، يُتعِبُك، ودائماً ما تَتعَبُ منه.

كيف تقتني البساطة؟ أسهل طريقة هي البقاء بقرب أناسٍ بسطاء. البسطاءُ يُعلِّمون البساطة. إذا وُجدَ مثلُ هؤلاءِ الأشخاصِ حولنا، كجدَّينا أو أناسٍ آخرين بسطاء، فلنعِشْ بالقربِ منهم ونُراقبْ كيف يفكرون ويتصرفون. فلنحاولْ أن نقتدي بهم، وبالتالي أن نتعلم أن نكون

يمكننا أيضاً اكتسابُ البساطةِ بوسائلَ روحية؛ بتنقيةِ نفوسِنا من الأهواء. إذا اجتَنَبْنا الأهواءَ والخطايا وتُبنا عنها ونُحْنا بمرارة، فإن نَوْحَنا هذا، إضافةً إلى حفظِ الوصايا المقدسة، والابتعادِ عن المعرفة العالمية الخاطئة، وعدمِ الرغبة في التّساهلِ مع الأفكار الخاطئة والتحوّلِ إلى أناسٍ أشرار، وقراءةِ ودراسةِ الكتب المقدسة وسيَرِ القديسين، كل هذا سيُساعدنا في بلوغ البساطةِ المباركة. تُمنَحُ البساطة المباركة كعطية من الروح القدس للإنسان الذي ينمّي الصلاة، ويعيش في الأسرار المقدسة ومن خلالها، ويحفظ ذهنه نقياً، ممتنعاً عن طريقة التفكير العالمية.

الشيخ صُفرونى:كان إنساناً كاملاً فى المسيح

حدث ذلك فى الشتاء، مباشرة قبل عيد الميلاد بحسب التقويم اليوليانى، حوالى عام ١٩٧٠. كنت قد قرأت كتاب القديس صُفرونى (إسكس) "معاينة الله كما هو". كان الكتابُ يعودُ للشيخ ديونيسيوس الديونيسياتى، وهو إنسانٌ روحي وقديس، وكان يعيش ليس بعيداً عن الشيخ صُفرونى. أخذت الكتاب منه وأعطيته لشيخنا يوسف (فاتوبيدي) وقرأناه سوية. حين انتهينا من قراءته قال الشيخ يوسف: "إنه قديس عظيم!". لقد أُعجِبَ بالعُمق البالغ لقصصه اللاهوتية، الروحية ولكن غير الأكاديمية، وبخبرة القديس صُفرونى التى لا تُصدَّق. قلتُ له، مُستغِلاً هذه الحالة من 'السمو الروحى': "أيها الشيخ، لمَ لا نذهب ونأخذ بركة من الشيخ صُفرونى ما دام حياً؟" أجاب الشيخ يوسف: "حسناً، ولكن كيف سنصل إلى إنكلترا؟ أتظن الأمر بهذه السهولة يا بنى؟" اقترحتُ قائلاً: "أعطنى بركتك وسأتدبر الأمر". وافَق الشيخ. كنت حينها أصغر سنّاً وأكثر حيويةً مما أنا عليه اليوم، لذا رتَّبتُ الرحلة إلى إنكلترا. وهكذا قمنا أنا والشيخ يوسف برحلة قصيرة إلى إنكلترا، بالترتيب مع أحد أصدقائنا، للقاء الشيخ صُفرونى.

ذهبنا مباشرةً من المطار إلى الدير ووصلنا هناك مساءً حوالى الساعة الحادية عشرة. كان البرد شديداً، وكان القديس صُفرونى بانتظارنا عند البوابة، بجوار سياج الدير. انتظرَنا هناك فى هذا البرد القارس مع بعض الإخوة الآخرين. حالما نزل الشيخ يوسف من سيارة الأجرة، بدأ الشيخ صُفروني بالانحناء. كان

يرسم صليبه وينحني. كان ينحني إلى الأسفل قدر استطاعته، فقد كان متقدماً في العمر. شعرنا بالغرابة. عانَقَنا وقبَّلَنا وقال: "أهلاً بكم في إنكلترا! فلنذهبْ إلى الكنيسة ونصلِّ." ذهبنا إلى الكنيسة وصلينا. قد ذكر أسماءنا بطريقةٍ مؤثّرة للغاية. بقينا في الدير ليومين وليلتين. خلال هذا الوقتِ كانت لنا لقاءات وأحاديث مع الشيخ صُفروني. شاركَنا ذكرياته عن الجبل المقدس، وعن الشيخ يوسف الهدوئي والقديس سلوان، وتحدث عن خبرته في الاشتراك بخدمة بالقداس الإلهي معه. أجرينا محادثاتٍ حول مواضيع روحية شتى. ما أثّر فينا بشدة هو إدراكنا للشيخ صُفروني. كان إنساناً كاملاً في المسيح. قال عنه الشيخ يوسف: "إذا رغبْتَ في رؤية إنسانٍ كامل، فانظر إلى هذا الشيخ. إذا أردْتَ أن تعرف كيف يحوّلُ الإنجيلُ الإنسان، فانظرْ إليه، فهو بالتأكيد إنسان كامل في المسيح". هذا كان انطباعنا. فيما بعد، باركَنا الشيخ صُفروني بكل صلاحه، روحياً وإنسانياً، متحدثاً إلينا بكل جدية ومهابة، مرحباً بنا بكل تواضع ومحبة. ستبقى صورة قداسته دائماً معنا.

ماذا أفعل حيالَ فاعل الشر؟

سؤال: إذا كان أحدٌ ما يُهينني باستمرار، فما هي الطريقة المسيحية الملائمة للرد؟

جواب: إن الخِصلةَ المُميِّزة للمسيحي هي التواضع. إذا تواضَعنا فإننا سنستفيد كثيراً. لذلك فإن مَن يجعلنا نتواضع يُحسنُ إلينا. ولكنْ، علينا أيضاً استخدام المنطق. على سبيل المثال، المُعلم أو أحد الأهل،أيْ شخصٌ عليه تربية أولاد، قد يتواضع حين لا يطيعه الأولاد ويسيؤون التصرف، ولكن ذلك يضرُّ بالأطفال أنفسهم. فلمصلحتهم، علينا أن نعيدهم إلى رُشدِهم بطرقٍ تعليمية محددة. في هذه الحالة، لا يمكننا ببساطة أن نقول 'بتواضع': "لا بأس، فليتحوّل الصف أو الغُرفة إلى 'إسطبلات قذرة'، فيتحول كل شيء إلى فوضى تامة، ذلك ضروري لتواضعي!". هذا خطأ! لن يُجدي ذلك نفعاً حين تسمح للأطفال المشاغبين بالاستمرار في التسبب بالأذية. إذا أحزنَنا أخٌ ما أو أهانَنا بسبب جنوحه السيئ، فلا يمكننا فعل شيء حيال ذلك، وعلينا تحمل الأمرِ والصلاة. ذلك سيساعدُنا روحياً. ولكنْ، إذا كنا مسؤولين عن هذا الأخ، إذا كنا معلمين أو والدين أو أربابَ عمل، عندها علينا بالطبع، باستخدام المنطق، أن نرتب الأمور بهدوء لكي يُنجَزَ العمل الذي ينبغي القيام به، وأيضاً أن لا نؤذي أخانا. إذْ في النهاية، الأخ الذي يسيء التصرف تجاهنا هو من ينتهي به الأمر في طريق الأذية.

أفضلُ طريقةٍ للتحكمِ بأفكارِنا هو تجاهلُها

سؤال: كيف يمكننا أن نُميِّز أفكارنا؟

جواب: تنشأ الأفكار من ثلاثة مصادر: الله، والشيطان، والإنسان. تنبع الأفكار الصالحة والمقدسة من الله؛ تجلب هذه الأفكار الفرح والسلام إلى قلب الإنسان. تأتي الأفكار الشريرة من الشيطان، وتجلب التشوُّش والظُلمة وعدم التقوى والشر. تبرز الأفكار البشرية من الإنسان وما يحيط به، لكنْ بما أننا، ويالللأسف، مغلوبون من الأهواء، فإننا غالباً ما نُنتِج أفكاراً شريرة. ما الذي يقوله لنا الفكر؟ أهو أمرٌ صالح؟ إذا كان يخبرُ بأمورٍ صالحةٍ متناغمةٍ مع وصايا الله والإنجيل المقدس، فعلينا الإبقاء على هذا الفكر. إذا كان الفكر يقول لنا أموراً معاكسة لناموس الله والإنجيل المقدس، فعلينا تجاهله.

كيف نوجِّه أفكارَنا؟ ينصحنا الآباء القديسون بممارسة التَّجاهل. أفضل طريقة للتعامل مع الأفكار هو تجاهلها وعدم أخذها بعين الاعتبار. إذا رأيتَ أنَّ لديك فكراً شريراً وأنَّه يزعجك ويشوِّشُك، وأنَّ ذهنَك يُظلِم [بفِعلِه]، أو أنَّ الفكرَ يُسبب لك الغم، اطردْه ولا تتشبَّث به. لا تُعلِّق عليه أيَّة أهمية. لا تشغل فكرك به. وإلا فإنك ستضيِّع الوقت والمزاج والقوة.

إن توجيه المرءِ لأفكاره لَهوَ حقاً مسألةُ معرفةٍ روحيةٍ متقدمة. تجاهلُ الأفكار هو العلاجُ الأكثرُ فعالية. إذا لم تتعلمْ تجاهُلَ أفكارِك فسوف تعاني طيلة الوقت.

الكبرياء واليأس وجهان لعملة واحدة

أظنُّ، وهكذا يعلمنا الآباء القديسون، أن هذين الاثنين وجهان لعملة واحدة اسمها محبة الذات. يظن المغرور أنه هو، ولا أحد غيره، قديس وملاكٌ لا يخطئ أبداً. فيما هو في الواقع غير مثالي ويخطئ تماماً مثل أي شخصٍ آخر، وهو أكثر شخصٍ عادي، ولكنه يقع في اليأس بسبب غروره. ليس اليأس جيداً. إنه تعبيرٍ عن الأنانية. الشخص المتواضع، حتى وإن ارتكب خطيئة، فإنه سيقول: "حسناً، لا بأس، أنا إنسانٌ في النهاية!". يتوب عن خطيئته، يتواضع، يعترف، يجاهد وينهض مجدداً. يلتمس من الله أن يُعينَه وألا يقع في اليأس.

اليأس سقطة عظيمة وخطيئة كبيرة. الإنسان المتواضع لا يفقد الشجاعة، يثق بالرب، يسأله مغفرة خطيئته، ويستمطر نعمته. يكمنُ خلاصنا في التواضع. أما الإنسان المتكبر فيخلق صورة ذاتية مغلوطة في ذهنه، وحين يتضح أنَّ كل شيء في الواقع ليس كما يظن، ييأس ويفقد أي رغبة في المبادرة. لهذا فاليأس والكبرياء وجهان لعملة واحدة.

كيف نعترف بشكل ملائم؟

يشبه الاعتراف حمَّاماً روحياً يطهّرنا من خطايانا. من الضروري عند الاعتراف أن نحدد خطايانا و ذنوبنا بدقة، ولكن أن نتركَ التفاصيل. ينبغي ألا نصِفَ [الخطايا]، ولا سيما الخطايا الجسدية، بتفصيلٍ كبير، بل بالأحرى أن نذكرها بمصطلحات محددة، بالاسم، لكي يتمكن أبونا المعرّف من تحديد مرضنا الروحي وتقديم دواءٍ روحي ملائمٍ سيعود علينا بالنفع. علينا أن نعترف بقلبٍ منسحق. أما بالنسبة للشعور بالخجل، فإنها مسألة تواضعٍ وتوبة.

التواضع يحفظ كنز الروح

سؤال: يخبرنا إنجيل متى كيف أن المسيح شفى الأبرص وقال: "انظر ألا تخبر أحداً"، فلمَ هذا؟ أجرى الرب هذه العجائب، لا من أجل هؤلاء الأشخاصِ فقط، بل من أجل آخرين كثرٍ أيضاً!

جواب: ما فعله الرب، قد فعله من أجلنا، مريداً أن يرينا طريق الخلاص. هو نفسُه لم يكن بحاجةٍ لذلك، فهو إله تام وإنسان تام معاً. أظهر لنا نموذجاً للتصرف: علينا أن نحيا بتواضع، في الخفاء، ناسبين المجد لا لأنفُسِنا، بل للإله الواحد وأبينا.

هناك حالات قال فيها المسيح: اذهب وأخبر الجميع، وحالات أخرى قال فيها: لا تخبر أحداً. كان كل شيء معتمداً على الحالة الروحية للشخص الذي شفى وشهد الأعجوبة. ونحن أيضاً غالباً ما ننصح الآخرين قائلين: لا تخبر أحداً بما رأيتَ وما جرى لك للتو. لأنه بمجرد أن تشاركه مع الآخرين، فإنك ستضرُّ نفسك. لن تتمكن من استخدام هذه المعرفة بحكمة، بل عوض ذلك ستتفاخر بكبرياء وغرور. الأهم أن يُقادَ كل شيء بالتواضع. التواضع يحفظ كنز الروح.

لو عشنا في أيام المسيح...

أتذكر كيف كنا نتحدث إلى شيخنا الدائم الذكر الأب يوسف في إسقيطنا. قلنا: "أيها الشيخ، كم كان حسناً لو عِشنا في زمن المسيح! لكُنّا رأينا المسيح! لكُنا شهوداً لحياته الأرضية"، قال ذلك أحدُ الإخوة ممتلئاً بالمحبة والمهابة. أجاب الشيخ: "يا لها من رحمةٍ أيها الإخوة أننا لا نعيش في تلك الأيام. وخصوصاً أنا، إذْ إني واثق بأني لو عشت في أيام المسيح لكنت أحد أولئك الذين صلبوه وجلدوه وأنكروه. ما زلت أجلد المسيح يومياً بخطاياي وأصلبه. أهينه كل يومٍ بحياتي الخاطئة. لو عشتُ حينها لكان الأمر أسوأ". امتلك القديسون تواضعاً عظيماً! لم يتّكلوا على أنفسهم.

الأب باييسيوس الديونيسياتى (من دير ديونيسيو): "أمُّ " المسيح

إنسانٌ بحياةٍ داخليةٍ عميقة. عاش فى دير ديونيسيو. قبرصى، نشأ فى جنوب أفريقيا وسكنَ فى إنكلترا. كان ناجحاً جداً فى تطلُّعاته الاقتصادية والتجارية. فى مرحلةٍ ما، التقى بالقديس صُفرونى (إسكس) وعاد إلى الله. وصل إلى دير ديونيسيو فى جبل آثوس وأصبح راهباً. عاش هناك فى نسكٍ صارم. كانت حياة هذا الراهب مثالاً ممتازاً للرهبنة: ورع، غير محب للظهور، متواضع، مُفعَم بالطاعة ومتكتم بحق. لم يذهب قط إلى أي مكانٍ ولم يدر أحدٌ به. مُنِحَ العديد من مواهب الروح القدس. كان رجل صلاةٍ غير منقطعة، رجلَ محبة كبيرة، رجلاً مستنيراً من الرب الذي كشف له إرادته الكلية القداسة حول الناس الذين رأوه.

حين أتيت أول مرة إلى دير ديونيسيو فى وقتٍ ما فى تشرين الأول أو الثانى من عام ١٩٧٦، كانت تتنازعنى أفكارٌ عديدة حول ما إذا كان علي البقاء في الجبل المقدس أم لا. في إحدى المرات، مشيت مساءً من دير القديس بولس إلى ديونيسيو، حيث كانوا يقيمون خدمة المديح هناك. جلست فى الكنيسة الصغيرة الجانبية. لم أكن أعرف أحداً (إذ كنت طالباً فى الثامنة عشرة من عمري)، وبالتأكيد لم يكن أحدٌ يعرفنى أيضاً. لذا جلست هناك في مقعد جانبي، في الكنيسة الجانبية لمديح والدة الإله الفائقة القداسة، أتفكَّر في حياتى وأراقبُ شيوخ دير ديونيسيو؛ هم أيضاً غرقوا في مقاعدهم مستغرقين فى ظلمة الكاتدرائية يقرؤون المديح بكل بساطة وتواضع وصمت... استولى علىَّ اليأس والإحباط، فجلست هناك تتقاذفنى الأفكار: ما الذي أفعله فى هذا الجبل المقدس؟ كل ما لديهم هم هؤلاء الرهبان المسنون. يبدون كجثث حية. سأغادر هذا المكان فى الحال. راودنى إحساسٌ بأنى كنت أزور مملكة الموت فى هذا الدير. وفور تفكيري بذلك، أتى إلىَّ راهبٌ -كان يشعل مصابيح الزيت فى الكاتدرائية- وقال: "لا يجب أن تفكر بهذه الطريقة! ليس الرهبان الذين تراهم أمواتاً. هم ليسوا كذلك. هؤلاء الآباء ممتلؤون بالحياة؛ الحياة في المسيح. لكنْ حين يحيا الإنسان فى المسيح فهذه هى الحياة الحقة". شكرته ولم أقل شيئاً آخر. لم أكن أعرفه، ولا كنت أعرف أحداً آخر هناك. ومع ذلك، حالما غادرت، أدركت أن ذلك كان جواباً لأفكاري.

قابلت هذا الراهب مجدداً فيما بعد. كان اسمه الأب باييسيوس. حافظ علي الترتيب في الكنيسة، وبما أنه كان قبرصياً أيضاً، فقد تعرفنا على بعضنا البعض وأصبحنا أصدقاء. مرةً قال عنه الشيخ جبرائيل من دير ديونيسيو: "يشبه هذا الراهب ذاك الذي وصفه القديس سمعان اللاهوتى الجديد قائلاً: إنه شبيه بـ 'أم' المسيح". سألت: "ماذا يعنى ذلك: ' أمُّ المسيح؟" أجاب الشيخ: "كالأمِّ التى تحمل طفلاً في رحمها، تحسّ به تلده وتصبح أمه، كذلك هو الإنسان الذي يجاهد فى المسيح. 'يحمل' المسيح في كيانه، في قلبه، ويصير رجلاً حاملاً الله. هذا الراهب ' أمٌّ للمسيح، لأنه يحمل المسيح فى قلبه".

بالطبع، بقيت في الجبل المقدس. كما أنني كثيراً ما زرت دير ديونيسيو. أجرينا محادثاتٍ مع هذا الشيخ القديس المتلئ بالحلاوة والتواضع والمحبة والطاعة. دائماً ما أراحنا بمظهره وكلماته اللطيفة المعزّية.

رجل صلاةٍ غير منقطعة، نال بركة الدير فى نهاية حياته وذهب إلى البرية إلى قلاية القديس يعقوب النائية ماكثاً هناك حتى نهاية حياته تقريباً، متمتعاً بحياة العزلة في صمت وصلاة.

Source: Metropolitan Athanasios of Limassol. Elder Sophrony and Others Who Were Perfect in Christ. Questions and Answers. Translation from the Russian version by Liubov Ambrose. OrthoChristian. 7/14/2022. https://orthochristian.com/147202.html