عظةٌ في أحد الأعمى

القدّيس كليوبا الرومانيّ

لنغسُلْ أعيُنَنا الرّوحيّة، أي ذهننا وقلبنا وإرادتنا، من خلال الصّلاة والتوبة وعمل الإحسان. عندها سنشفي نفوسَنا، مثل الأعمى الذي شُفيَ في الإنجيل المقدّس.

سبق لنا كلُّنا أن رأينا عمياناً، إمّا منذ ولادتهم وإمّا بسبب حادثٍ أو مرضٍ خطير. وفي كلّ مرّةٍ نرى فيها عميانًا، نشعر بالشّفقة عليهم ونبكي أحيانًا. فهُم لا يستطيعون السَّير بمفردهم، ولا رؤية السّماء أو الشّمس أو جمال الأزهار. ولا يمكنهم النظر إلى الأيقونات أو الصّليب الذي يكرّمونه، ولا رؤية وجوه أمّهاتهم أو أولادهم أو سائر الناس. كما أنّهم لا يستطيعون قراءة الكتب المقدّسة، وبالكاد يمكنهم العمل، لذلك يشعرون بأنّهم عبءٌ على عائلاتهم ومجتمعهم، إذ يعيشون في الغالب على صدَقات الآخرين.

إنّ مثل هؤلاء الأشخاص الذين لا يرَون بأعيُنهم الجسديّة يستحقُّون شفقةً ورحمةً من الكلّ. أمّا الله فيُعزّي الذين لا يبصرون بمنحِهم عطايا أخرى: كالحكمة، وعذوبة الكلام، والتواضع، وعطيّة الدُّموع، وغالبًا موهبة الترتيل العذب، لأنّ خالق الكلّ، بعنايته الإلهيّة، يرحم خليقته. لذلك يقول الرّوح القدس على لسان المرنّم: " الرَّبُّ يَفْتَحُ أَعْيُنَ الْعُمْيِ" (مزمور 145/146: 8).

إنّ عمى الذهن والقلب والإرادة والضمير لأشدّ خطورةً وأجدر بالشّفقة من العمى الجسديّ، لأنّ النّفس أثمن بكثيرٍ من الجسد. من هنا يقول المخلّص: "ماذا ينتفع الإنسان لو ربح العالم كلّه وخسرَ نفسه؟ أو ماذا يعطي الإنسان فداءًا عن نفسه؟" (مرقس 8: 36-37). ولأنّ الله خلقَ النّفس لتكون خالدة، فإنّ عمى النّفس يُعَدُّ من أخطر الأمراض التي تؤول إلى هلاك هذه النفس ودينونتها الأبديّة. لذلك فإنّ شفاء هذا المرض أصعبُ بكثيرٍ من شفاء العمى الجسديّ وأكثر أهمّيّةً منه.

ماذا نعني بعمى النّفس أو العمى الرّوحيّ؟ نعني به ظلمة النّفس واستعبادها بمُختلف خطايا الجسد والنّفس، مثل: تكبُّر الذهن، وقساوة القلب، وضعف الإرادة والضّمير، وقلّة الإيمان، والشّكّ، واليأس، والكبرياء،

والانتحار، وقتل النّفس والجسد، والإجهاض، والكراهية والغضب بين الناس، والطلاق، والزّنا، والكذب، وحبّ المال، والبخل، والشَّراهة، والسُّكر، والكسل، وغيرها. فالخطايا كلُّها هي أمراضٌ روحيّةٌ تؤدي بالنّفس إلى العمى وتبلُّد المشاعر، وتُسبّب للجسد أمراضًا خطيرةً ومستعصية. وإذا لم نتخلَّ عن الخطايا التي تستعبدُنا من خلال التَّوبة والاعتراف والتجدُّد الرّوحيّ، فإنّ عمى النّفس، كأيّ مرضٍ، سيؤدّي إلى موتها ودينونتها بعذابات الجحيم.

ذلك المسيحيّ الذي يُغيّر إيمانه بالله، ويترك الكنيسة الأرثوذكسيّة التي أسَّسها المسيح والرّسل القدّيسون، وينضمّ إلى طوائف أخرى، أليسَ أعمى روحيًّا؟ والمسيحيّ الذي لم يأتِ إلى الكنيسة منذ سنوات، ولا يصلّي، ولا يقرأ الكتب المقدّسة، ويؤجّل التّوبة والاعتراف إلى ساعة موته، أليسَ مريضًا وأعمى روحيًّا؟ وأولئك الذين يُسمّون أنفسَهم مسيحيّين بالاسم فقط، ويُبدّدون وقتهم ومالهم وصحّتهم على همومٍ زائلةٍ وخطايا مميتة، أليسوا تُعساء وعميانًا روحيًّا؟ وأولئك الذين لم يقرأوا ولو مرّةً واحدةً الكتاب المقدّس، ولا سيّما العهد الجديد، وسائر الكتب ذات التعاليم المسيحيّة التي تُنير العقل والنّفس وترشدُهما نحو المسيح، أليسوا تُعَساء ويفتقرون إلى نور المعرفة والفرح الروحيّ؟ والمسيحيّون الذين يقضون حياتهم في السُّكر والزِّنا، وفي الخُصومات والطلاق والدَّينونة والكراهية، أليسوا ضُعَفاء في الإيمان، ومخدوعين من الشّيطان، وعميانًا ومرضى روحيًّا، وسائرين في طريق الهلاك، وغير قادرين على أن يتركوا خطاياهم ويتوبوا ويُخلّصوا نفوسهم؟

أيُّ عمىً وأيُّ نقصٍ في الإيمان يتملّك هؤلاء الأزواج الذين لا يتّخذون من الزواج إلّا سبيلاً لإرضاء لذّاتهم وخطاياهم، ولا يرغبون في إنجاب الأطفال؟ وإن رُزقوا بهم، يُعثِرونهم بأسلوب حياتهم، ويحرمونهم من التربية المسيحيّة القويمة. نحن نرى كيف تتمزّق وحدةُ عائلاتنا -هذه الخلايا الحيّة للحياة والمجتمع- بسبب كثرة الخلافات وتزايد حالات الطّلاق والإجهاض، والإسراف في السُّكر وغياب التربية الدينيّة. إنّ هذه الخطايا كافّةً تستعبدنا بسبب عمانا الرّوحيّ، ولا مبالاتنا، وضعف إيماننا بالله، وجهلنا الإنجيل، وقلّة مشاركتنا في الحياة الكنسيّة، وتأجيلنا الاعتراف، وافتقارنا إلى أبٍ روحيٍّ صالح، ونسياننا الموت والدَّينونة اللَّذين ينتظراننا.

هذا ما هو عليه العمى الرّوحيّ، وهذا هو مقدار استعباده لنا كلّنا: يستعبد بعضَنا بخطايا جسديّة، وبعضَنا الآخر بخطايا روحيّة، وجميعنا بقساوة القلب، وقلّة الصّلاة، ونسيان الله، وكثرة الهموم الأرضيّة. لا أحد صالحٌ أو بارٌّ، طاهرٌ أو مستحقٌّ الحياة الآتية أمام المخلِّص الذي سيَدينُنا.

ماذا ينبغي لنا أن نفعل إذًا؟ كيف يمكننا أن نشفي ذواتنا من قساوة القلب الرّهيبة هذه، ومن عبوديّة الأهواء، ومن عمى نفوسنا؟ علينا أن نترك الخطايا التي تستعبدُنا وأن نرجع إلى المسيح، إلى الكنيسة، إلى الصّلاة، إلى التواضع والتَّوبة. أي أن نفعل كما فعل الأعمى في إنجيل اليوم، عندما سأله المسيح: "أتؤمن بابن الله؟"، فأجاب من كلّ قلبه: "أومن يا ربّ!" وسجدَ له (يوحنّا 9: 38).

يسألنا المسيح نحن أيضًا اليوم: "أيّها المسيحيّون، هل تؤمنون بالمسيح مخلِّص العالم؟ هل تحفظون وصاياه؟ هل تؤمنون بالإنجيل المقدّس لكي تكون لكم حياةٌ أبديّة؟ هل تؤمنون بأنّ الله خلقَ العالم، وبأنّه رحيمٌ تجاهه، وبأنّه وحده القادر على أن يخلّصه من الهلاك والموت؟". إنّ كلّ واحدٍ منّا سيخلص أو يُدان بحسب الجواب الذي سيُعطيه.

وإذا كنّا نؤمن بابن الله بكلّ ما أوتينا من قوّة، فلنُتمِّمْ وصاياه إذًا ولنَفعلْ ما فعله الأعمى في الإنجيل، بعد أن مسحَ المسيحُ عينيه بالطين ثمّ أرسله ليغتسل في بركة سلوام، فشُفيَ حالًا وصار يُبصر. إنّ الطين على عينَي النفس هو دنس خطايانا التي نتطهّر منها بغسل الدموع والاعتراف. فلنُصْغِ إلى المسيح ولنَعملْ بما يوصينا. لنغسُلْ أعيُنَنا الرّوحيّة، أي ذهننا وقلبنا وإرادتنا، من خلال الصّلاة والتوبة وعمل الإحسان. عندها سنَشفي نفوسَنا مثل الأعمى الذي شُفيَ في الإنجيل المقدّس.

إنّ الحياة الأرضيّة قصيرةٌ وخدّاعةٌ ومملوءةٌ بالآلام؛ أمّا الحياةُ السماويّة فمغبوطةٌ تفيضُ بالفرح الأبديّ. فلنتركْ خطايانا التي تُعمينا وتُميتُ نفوسنا، ولنعُدْ إلى المسيح. فلا يكفي أن نرسم إشارة الصليب ونقول: «يا ربُّ، يا ربّ!»، بل المطلوبُ منا هو تجديدٌ روحيٌّ عميقٌ لحياتنا. إنّنا مدعوّون إلى طرح طين الأهواء عن أعيُن نفوسنا، والاغتسال في بِركة سلوام أي في غسل الاعتراف، ثمّ إلى إطاعة المسيح والكنيسة التي أسَّسها على الأرض. فبالتواضع، والصلاة، والمصالحة مع الآخرين، والمواظبة على الذهاب إلى الكنيسة، وعمل الإحسان بحسب قدراتنا، وتربية أطفالنا على الإيمان المستقيم ومحبّة الله، نصير مسيحيّين صالحين، وأبناءً حقيقيّين للكنيسة الأرثوذكسيّة، وورثةً لملكوت السموات. آمين.

نقلتها إلى العربيّة أسرة التراث الأرثوذكسيّ

Source: St. Cleopa of Sihastria (n.d.). “Homily on the Sunday of the Blind Man”, in *Sayings of the Romanian Elders*. Retrieved online from Substack.

عظةٌ في صعود الربّ[1]

القدّيس صوفيان المعترف

مَن لديه روحٌ متَّضعةٌ ويحيا هذه الحياة بروح يسوع المسيح المتواضعة، هذا يستطيع أن يصعد إلى السَّماء.

صعِدَ يسوع إلى السَّماء، وكان الرُّسل مع والدة الإله حوله فيما كان صاعدًا. عندما رآه الرُّسل صاعدًا بجسده، اختلج في قلوبهم وأذهانهم شعوران: من جهة، كانوا خائفين وحزينين لأنّهم ينفصلون عن راعيهم الإلهيّ؛ ومن جهةٍ أخرى، ابتهجوا لأنّ يسوع الذي فقدوا رجاءهم فيه في وقتٍ ما –عند الصَّلب- هو الله، وهو يصعد الآن إلى السَّماء. صعد يسوع مُبارِكًا إيّاهم من أعلى السَّموات، إلى أن استقرّت سحابةٌ بينه وبين الرُّسل المشاهِدين هذا المنظر. وحضرت والدة الإله هي أيضًا. وعندما حجبت السَّحابة يسوع، ظهرَ ملاكان وقالا: "أيّها الرجال الجليليّون، إلامَ تنظرون هنا في السَّماء؟ يسوع هذا الذي أُخِذَ من بينكم إلى السَّماء، سيأتي هو نفسُه بالطريقة عينها في الدَّينونة الأخيرة. سيأتي بمجدٍ ليَدينَ الأحياء والأموات". وغادر الرُّسل وعادوا إلى أورشليم، وظلُّوا يتردّدون إلى الهيكل. كانوا يُصلّون فيه نهارًا وليلًا، منتظرين وعدَ الروح القدس، لأنّ يسوع وعدَهُم قائلًا: "انظروا أنا ذاهبٌ إلى أبي ومن الآن سأرسلُ لكم الروحَ القدس الذي ينبثق من الآب". إذًا، صعِدَ يسوع إلى السَّماء وجلسَ عن يمين الآب، في الثالوث القدّوس إلهنا.

لماذا صعد يسوع إلى السَّماء؟ لسببَين أو ثلاثة. صعد ليسأل الآبَ السماويّ أن يرسل إلى العالم الروحَ القدس المعزّي. إنّ إرسال الروح القدس إلى الرُّسل سيكشف كلَّ ما كان يسوع قد علّمَهُم إيّاه. حتّى ذلك الحين، كانوا ناسين مثلما ننسى نحن أيضًا، نحن الخاطئين. غير أنّ هذا الغطاء المُظلِم الذي غالبًا ما يضغط على أذهاننا، رُفِعَ عندما انحدر الروح القدس على رؤوسهم وفتحَ أذهانهم، وحدثت شركةٌ بين التلاميذ والألوهة، من خلال عمل الروح القدس الذي انحدر عليهم. إذًا، هذا هو أحد أسباب صعود يسوع إلى السَّماء. إنّ هذه

[1] مقتبس من عظة ألقيت في 23 أيار 1990 خلال غروب عيد الصعود.

الأيّام العشرة، منذ الصُّعود حتّى انحدار الروح القدس، هي الفترة التي صلّى فيها يسوع إلى الآب السماويّ لكي يرسل الروح القدس إلى العالم وإلى رسُله.

وصعد يسوع إلى السَّماء لسببٍ آخر، لكي يدلَّنا على الطريق إليها، فنستطيع نحن العائشين على هذه الأرض أن نسلك، من خلال يسوع المسيح، الطريقَ عينه نحو ملكوت السَّموات. في أحد اللَّيالي، فيما كان القدّيس أنطونيوس يقيم سهرانيّته، خرج من قلّايته، من كهفه، ونظرَ بتعجُّبٍ نحو سماء اللَّيل اللّامعة. رأى أمرًا مُنبِّهًا: كانت السَّماء بكلّيّتها، أي كلّ الأفق السماويّ الذي كان ينظر إليه، مملوءًا فخاخًا وأنواعًا مختلفةً من المكايد، وكان عملاقٌ –الشَّيطان- يحمل هذه الشِّباك ويرتّبها بطريقةٍ تعيق جميع النفوس الصاعدة إلى السَّماء عن المرور من خلال هذه الشِّباك والفِخاخ. ثمّ تساءل القدّيس أنطونيوس في نفسه عبر سؤاله الله: "يا ربُّ، هل يصعبُ علينا أن نصعد إلى السَّماء، إليكَ؟ مَن الذي يستطيع أن يصعد إلى السَّماء؟". فجاءه جوابٌ يقول: "التواضع". مَن لديه روحٌ متواضعةٌ ويحيا هذه الحياة بروح يسوع المسيح المتواضعة، هذا يمكنه أن يصعد إلى السَّماء. هذا هو الطريق من الأرض إلى السَّماء، على هذا الخطّ العموديّ، مثلما رُفِعَ يسوع المسيح من الأرض إلى السَّماء في جبل الزيتون.

نقلتها إلى العربيّة أسرة التراث الأرثوذكسيّ

Source: St. Cleopa of Antim Monastery (n.d.). “Homily on the Ascension of the Lord”, in *Repentance and Resurrection: Homilies during the Triodion and Pentecostarion*, St. George Press. Retrieved online from *Sayings of the Romanian Elders* on Substack.

لماذا ماتَ المسيح؟ الجزء الثاني

د. جيني كونستانتينو

في الشهر الماضي، بدأتُ الردّ على سؤالٍ يطلب منّي شرح الفرق بين تفسير المسيحيّين الأرثوذكس لمعنى موت المسيح، وبين فهم الكاثوليك أو البروتستانت لهذا المعنى.

أوضحتُ في الجزء الأوّل أنّ المسيحيّة الغربيّة أصبحت تفسّر الصليب على أنّه بشكلٍ رئيسٍ دفعٌ لثمن الخطيئة. [وفقًا لهذا المنظور] نحن مدينون لله بدَينٍ لأنّنا أخطأنا، أو يُنظَرُ إلى الخطيئة على أنّها جريمةٌ نستحقُّ عليها عقابًا من الله. لقد "فعلْنا" شيئًا أثارَ "غضب" الله، وهو أمرٌ يجب أن ندفع ثمنه أو نُعاقَب عليه لأنّ الله "عادل".

ليس هذا التفسير كتابيًّا، ولم يكن منظورَ الكنيسة الأولى. مع أنّ آباء الكنيسة قد استخدموا هذه الصُّوَر لوصف الخطيئة أحيانًا، فهُم لم يؤسِّسوا حول هذه الفكرة لاهوتًا كاملًا للخلاص. فهذا يجعل خلاصَنا بالمسيح من خلال موته على الصَّليب أشبه بصفقةٍ أو وفاءً بالتزامٍ قانوني، وهو أمرٌ يعترض عليه الأرثوذكس للأسباب التالية، وأسبابٍ أخرى:

أوّلًا، هذه النظرة تجعل اللّهَ "المشكلة" التي يجب حلُّها. غير أنّ المشكلة تكمن فينا نحن لأنّنا أخطأنا.

ثانيًا، تقدّم هذه النظرة اللّه تقديمًا غير لائق، وكأنّه إنسانٌ "يغضب". إنّ اللّه يعمل دائمًا لصالحنا بدافع المحبّة. وإنّها لصورةٌ مرعبةٌ عنه أن يجعل ابنَه البريء يُعاني على الصَّليب بدافع الانتقام أو الغضب.

ثالثًا، يجعل هذا الفكر علاقتنا بالله علاقةً قانونيّة، بدلًا من أن نكون أبناءً له وبنات.

رابعًا، ليست الخطيئة جريمةً أو دَينًا، بل هي مرضٌ روحيٌّ نلجأ فيه إلى المسيح والآب طلبًا للشِّفاء، ممّا يُصلِح علاقتنا التي أفسدَتْها الخطيئة.

خامسًا، يضع هذا المنظورُ الله "تحت الإلزام"، حيث "يرغب" في مسامحتنا، لكنّه لا يستطيع أن يفعل ذلك لأنّه "عادل". إذا كان شخصٌ ما "مضطرًّا" لدفع ثمن خطيئتنا، فلن يكون الله حرًّا في التصرُّف كما يشاء. وهو ليس "تحت الإلزام"، إنّه الله ويمكنه فعل أيِّ شيء.

سادسًا، إنَّ هذه النظرة للخلاص التي تعتبر أنّ كلّ شيءٍ قد تحقّق لأنَّ المسيح "دفعَ" ثمن خطايانا، تجعل من القيامة أمرًا ثانويًّا. على العكس، يأتي خلاصُنا من غلبة المسيح على الموت، لا بوصفه دفع ثمنٍ للخطيئة.

اعتراضات الكاثوليك والبروتستانت

كثيرًا ما يعترض الكاثوليك والبروتستانت على الفهم الأرثوذكسيّ للصَّليب قائلين: ماذا عن متطلّب سفك الدَّم للتكفير عن الخطايا؟ إذًا لماذا يُعتبر موت المسيح ذبيحة؟ لماذا يُدعى موتُ المسيح فديةً أو افتداءً؟

"ماذا عن متطلّب سفك الدَّم للتكفير عن الخطايا؟"

إنّ الكفّارة/التكفير (Atonement) هي مفهومٌ قانونيٌّ يعني التزامًا قانونيًّا بالدَّفع لشخصٍ ما. إلّا أنّ هذا المصطلح غير موجودٍ في الواقع في الكتاب المقدّس، سوى في الترجمات الإنكليزيّة. لا توجد كلمةٌ يونانيّةٌ واحدةٌ في الكتاب المقدّس استُخدمت لوصف الصليب تحمل ذلك المعنى. ظهرت لفظة "كفّارة" للمرّة الأولى في الترجمات الإنكليزيّة، مثل ترجمة الملك جيمس، واختيرت تحديدًا لأنّها تعكس تلك الفكرة الغربيّة عن الصليب بوصفه دفع ثمن. بعبارةٍ أخرى، مع أنّنا قد نتحدّث عن موت المسيح بوصفه كفّارة، فاللَّفظة اليونانيّة الكامنة وراءها لا توحي بذلك على الإطلاق.

إذًا ما هي اللَّفظة؟ ثمّة عددٌ من المصطلحات اليونانيّة التي تُرجِمت إلى الإنكليزيّة بكلمة "atonement" أو الفعل "atone"، لكنّ تلك المصطلحات اليونانيّة لا تحمل هذا المعنى القانونيّ. إحداها هي "καταλλαγή" التي تُرجِمت إلى "atonement" في الرسالة إلى رومية 5: 11 في ترجمة الملك جيمس، ولكنّها تُرجِمت ترجمةً أدقّ بـ "مصالحة" (reconciliation) في النسخة المراجَعة (RSV). وتحمل دلالةً مختلفة، دلالة استعادة علاقةٍ بدلًا من سداد التزام.

يرد في الرسالة إلى رومية 3: 25 عن المسيح "الذي قدَّمه الله كفّارةً بدمه...". اللَّفظة المستخدمة هنا هي "ἱλαστήριον"، وتُرجمت أحيانًا بـ "expiation"، وأحيانًا بـ "atonement"، وأحيانًا بـ "propitiation". تُستخدَم هذه الكلمة في الحديث عن الذبائح وتحمل دلالة "التغطية". عندما كان اليهود يقدّمون ذبيحةً في الهيكل، كانت الخطايا "تُغطّى"، أي أنّ الله لا يعود "يراها"، ما يعني أنّ الخطيئة قد اختفت فعليًّا ولم تعد مهمّة. ولم يكن ذلك يوحي بـ "دفع الثمن". إنّ الكلمة التي تُرجمت إلى "atonement" تردُ أيضًا في الرسالة إلى العبرانيّين (9: 5).

عندما يختار المترجم كلمة إنكليزيّة مثل "atonement" بدلًا من كلمة توحي بـ "التغطية"، فإنّه يخلق صورةً أو مفهومًا في ذهن القارئ يعزّز النظرة القانونيّة لموت المسيح. ويمكن قول الأمر عينه عن كلمة "التبرير justification"، التي تُستخدَم استخدامًا شائعًا جدًّا في الغرب نظرًا لتكرار ورودها في الترجمات الإنكليزيّة للإنجيل، لا سيّما في الرسالة إلى أهل رومية. توحي كلمة "التبرير justification" بعلاقةٍ قانونيّةٍ مع الله، لأنّ جذر الكلمة هو "العدل justice"، لكنّ المصطلح اليونانيّ هو "δικαιοσύνη"، وهي الكلمة عينها التي تُرجِمت في مواضع أخرى إلى "برّ righteousness". تتكرّر كلمة "برّ" في إنجيل متّى - "اطلبوا أوّلًا ملكوت الله وبرّه..."، ولا تُترجَمُ الكلمة إلى "تبرير" في هذا السِّياق، بل تُترجَمُ هكذا في الرسالة إلى أهل رومية، وهو النصّ الذي يلجأ إليه البروتستانت ليُثبتوا أنّ يسوع دفع ثمن خطايانا.

لا يحمل المصطلح "برّ" صبغةً قانونيّةً قويّةً مثل المصطلح "تبرير"، لكنّهما المصطلح عينه في اليونانيّة. لذا يجب أن نتذكّر أنّ أفكارنا تُصاغ بناءً على المصطلحات التي يختارها المترجم. وإذا كان لدينا أصلًا فهمٌ قانونيٌّ للخلاص، فإنّ قراءة كلمات مثل "التبرير" و"التكفير" تعزّز هذا الفهم. إلّا أنّ إسقاط الناس هذه المفاهيم على الكتاب المقدّس لا يعني أنّ هذه هي الطريقة التي فهمت بها الكنيسة الأولى الصَّليب.

"لكنّ الكتاب المقدّس يقول إنّ موت المسيح كان ذبيحة!"

نعم، مات المسيح من أجلنا وموته كان ذبيحة. لا أحد يجادل في ذلك. ولكن، مرّةً أخرى، هذا لا يعني أنّه كان "دفعًا" لثمن الخطيئة. هذا افتراضٌ يفترضه المرء إذا كان متأثّرًا بألف عامٍ من اللّاهوت المسيحيّ الغربيّ الذي يُفسّر الصليب على أنّه "دفع ثمن".

لنبدأ بفكرة الذَّبيحة. كانت الذَّبيحة عند اليهود "تقدمة"، وعملًا من أعمال العبادة. هكذا بالضَّبط يصِفُ المسيح تقديمَه نفسَه في ليلة الخميس العظيم المقدَّس في العشاء الأخير في يوحنَّا 17. فهو يُصلّي للآب ويكرّس نفسه ذبيحةً. عندما نحضِر الخبز المقدَّس (قربان الذَّبيحة) إلى الكنيسة من أجل القدّاس الإلهيّ، يكون تقدِمةً مقدّسةً لله، وليس دفعًا لثمن. لم يفكّر اليهود في "الذَّبيحة" على أنَّها "دفع ثمن"، لأنّ الله لا يحتاج إلى أيّ شيءٍ منّا، ولا يطلب منّا أيّ شيءٍ سوى محبّتنا وتكريسنا له. وكان اليهود يدركون ذلك أيضًا. كانت الذَّبيحة وسيلةً "لتغطية" الخطيئة ممّا يجعلها "تزول"، وبالتالي استعادة العلاقة مع الله. لم تكن الذَّبيحة "دفعًا"، بل فعل عبادةٍ يُظهِر الرغبة في التصالُح مع الله.

كان موتُ المسيح ذبيحةً من قبله إذ لم يكن من داعٍ لأن يموت. فهو لم يرتكب خطيئة، لذا لم يكُن خاضعًا للموت مثلنا. لقد قبِلَ الموت نيابةً عنّا، واختار أن يموت، وهكذا بذلَ نفسه طوعًا. لم يمُت لأنّ الله تطلّبَ ذلك، لكي "يدفعَ شخصٌ ما الثمن أو يُعاقَب". لقد اختار أن يموت ليغلب الموت. لا تكون "الذَّبيحة" قسريّة، بل على العكس، هي فعلٌ حرٌّ وطوعيٌّ نابعٌ من المحبّة أو من الجود المفيض. عندما نُضحّي من أجل الآخرين -من أجل أولادنا، أو والدينا، أو زملاء العمل- فنحن لا نفعل ذلك لأنّه "مطلوبٌ" منّا، بل لأنّنا نختار القيام بذلك بسبب محبّتنا لهم. إنَّ حقيقة أنّ موت المسيح كان "ذبيحة"، لا تثبت أنَّه كان "مطلوبًا" منه أن يموت، بل تثبت العكس تمامًا. فكلُّ ما هو "مطلوب" ليس ذبيحةً بل هو التزام. وتشير الكنيسة الأرثوذكسيّة مرارًا وتكرارًا إلى موت المسيح الطوعيّ، وإلى أنّه قبِلَ طوعًا أن يموت على الصليب. لقد كانت ذبيحةً لأنّها لم تكن ضرورةً مفروضة، بل هو اختارَ القيام بها.

"لكنّ موت المسيح يُدعى فديةً أو افتداء!"

نعم، لقد افتدانا المسيح أو فدانا، ولكن مِن ماذا؟ تجيبُنا تراتيل القيامة عن ذلك: لقد افتدانا من الموت. ليس الصليب دفعَ ثمن، ولم يكن الله الآب بحاجةٍ إليه ولم يطلبه. لا يمكن أن يكون الصليب إلّا افتداءً من الموت، وإلّا، إذا كان فديةً أو دفعًا، فلِمَن دُفع؟ للشَّيطان؟ للآب؟

لقد دافعَ القدّيس غريغوريوس اللّاهوتي ضدَّ هذا الرأي، وعبّرَ ببراعةٍ عن لاهوت الكنيسة الأولى الذي لا يزال تعليمَ الكنيسة الأرثوذكسيّة اليوم. إنّ الصليب هو حرّيّتنا وتقديسنا، أوضحَ قائلًا:

"لمن سُفِكَ الدَّمُ الذي أُهرِقَ عنّا؟ ولماذا سُفِكَ ذلك الدَّمُ العظيم والمجيد، دمُ الله، الذي هو رئيس كهنةٍ وذبيحةٌ في آنٍ واحد؟ لأنّنا كنّا مُستعبَدين من الشرّير، ومبيعين تحت وطأة الخطيئة، وقد نلنا لذّةً مقابل انزلاقنا في الشرّ. ولكنْ، إذا كانت الفدية لا تُعطى إلّا لمَن يستعبدُنا، فإنّي أتساءلُ لمن دُفعَتْ ولأيّ سبب؟ إذا كانت قد دُفِعَت للشرّير، فيا له من أمرٍ مُخزٍ! إذ لم ينَلِ اللِّصُّ فديةً من الله فحسب، بل نالَ الله نفسَه فديةً... أمّا إذا كانت قد قُدِّمت للآب، فكيف؟ فنحن لم نكن مأسورين لديه. وثانيًا، على أيّ أساسٍ يُسَرُّ الآب بدَمِ ابنه الوحيد، هو الذي لم يقبل إسحَق عندما قدَّمه أبوه، بل استبدلَ الذَّبيحة مُقدِّمًا كبشًا مكان الذَّبيحة العاقلة؟ مِن الواضح أنّ الآب قبِلَ دمَ ابنه، مع أنّه لم يطلبه ولم يحتَجْ إليه، وذلك بسبب التدبير الإلهيّ ولأنّ الإنسان يجب أن يتقدّسَ بناسوت الله، لكي يحرّرنا الله نفسُه ويهزم الطاغية بالقوّة" (الخطبة 45، 22).

نقلتها إلى العربيّة أسرة التراث الأرثوذكسيّ

Source: Dr. Jeannie Constantinou's Newsletter “Thinking Orthodox”, “Why Did Christ Die? Part 2,” April 2026

لماذا ترك لنا الله سفر الرؤيا؟

سلسلة تفسير سفر الرؤيا، الجزء الثاني (أ)

المتروبوليت أثناسيوس (ليماسول)

قلنا في المرّة السابقة إنّنا سنتحدّث، بمعونة الله، عن رؤيا القدّيس الرسول والإنجيليّ المجيد يوحنّا اللاهوتيّ. لقد أخذنا على عاتقنا مهمّةً صعبةً للغاية، فهي تتطلّب الكثير من الانتباه والصلاة لكي يحفظنا الربُّ ولا يسمح لنا بالتفوّه بأيِّ قولٍ خاطئ.

نحن لا نقرأ سفر الرؤيا لتقييم ظروف عصرنا، أو لمعرفة الأحداث المستقبليّة، أو لنكتشف كم بقيَ لنا من السنين. إنّ لِرؤيا القديس يوحنّا اللاهوتيّ هدفًا مُحدَّدًا، وهو مساعدتُنا على الاقتراب من الله، ومنحُنا رجاءً مباركًا وقناعةً بأنّ الله هو الذي سيغلب في النهاية، وأنَّ الأشخاص الذين يملكون الرجاءِ والصَّبر سيكونون مع الله إلى الأبد.

فلْنبدأ بالإصحاح الأوّل. كُتِبَ سفر الرؤيا منذ نحو ألفَي عام، وهو آخر أسفار العهد الجديد، وآخرها كتابةً من حيث التسلسل الزمنيّ. لننظرْ ماذا يقول الرسول يوحنّا في الآية الأولى:

«إعلانُ يسوعَ المسيح، الذي أعطاهُ إيّاهُ الله، ليُريَ عبيدَهُ ما لا بُدَّ أن يكونَ عن قريبٍ، وبيَّنهُ مُرسِلاً بيَدِ ملاكِهِ لعبدِهِ يوحنّا» (رؤيا 1:1).

كما يذكر النصُّ، يحتوي هذا السِّفر على الإعلان الذي أعطاه الله ليسوعَ المسيح ليُريَ عبيده ما هو آتٍ عمّا قريب. تعني لفظة "إعلان" أنّه كان ثمّة شيءٌ مجهول، مخفيٌّ تحت حجاب، والآن يُكشَف. إذًا، يعطينا الله إعلان يسوع المسيح.

يقول المسيح في الإنجيل إنّه لا أحد يعرف متى ستأتي نهاية العالم، لا أحد، ولا حتّى الابن؛ لا الملائكة ولا الابن. وهنا نتحدّث عن الإعلان الذي أعطاه الله ليسوع المسيح. لم يعطِ الله هذا الإعلان ليسوع المسيح لأنّ

ثمّة شيئًا يجهله، أو لأنّ الآب يخفي شيئًا عن الابن؛ ففي مواضع أخرى من الأسفار المقدّسة يُذكَر أنّ كلّ ما للآب قد أعطاه للابن، ويعرف الابن كلّ شيء، وما من مجهولٍ لديه. لكنْ يجب أن نعلم أنّ طبيعتَي المسيح غالبًا ما تظهران في الكتاب المقدَّس؛ فكثيرًا ما يتصرَّف المسيح بوصفه إلَهًا، وأحيانًا أخرى يتصرّف بوصفه إنسانًا. اختبر المسيح في طبيعته البشريّة الجوع والعطش، وتعِبَ ونام ومات، لأنّه كان إنسانًا أيضًا. بوصفه إلهًا، أقام نفسَه وأقام آخرين، وصنعَ المعجزات وأظهر قوّته الفائقة الطبيعة. وبوصفه إنسانًا، سأل: "أين وضعتُم لعازر؟"، لا لأنّه لم يكن يعلم، بل لأنّ طبيعته البشريّة كانت تُظهر خصائصها. المسيح هو إنسانٌ تامٌّ وإلهٌ تامٌّ.

تعني عبارة "إعلانُ يسوعَ المسيح، الذي أعطاهُ إيّاهُ الله" أنّ المسيح نال هذه المعرفة بوصفه إنسانًا، لأنّ طبيعتَيه غير منفصلتَين فيه. المسيح هو الإله-الإنسان. لقد تلقَّت طبيعة المسيح البشريّة هذه الرؤيا من ألوهيّته، وهي تكشف لعبيده كلّ ما سنقرأه [في السِّفر]. يُعطى هذا الإعلان لعبيد الله.

ذكرنا في المرّة السابقة أنّ الكثير من الأنبياء الكذَبة قد ظهروا في أيّامنا هذه. هم كثرٌ الآن، وسيزدادون عددًا مع اقترابنا من النهاية. وظهور الأنبياء الكذَبة هو إحدى علامات الأزمنة الأخيرة. ومع أنّهم ليسوا بأنبياءٍ، فهُم سيَبدون كذلك. لكنْ وحده مَن هو عبدٌ لله يمكنه أن يكون نبيًّا، ولا أحد غيره. والعبد هنا ليس شخصًا أسيرًا أو مُستعبَدًا أو خاضعًا أو تابعًا مسلوبَ الحريّة، بل هو إنسانٌ قدّيسٌ ونقيّ، تحرّر من الأهواء والخطايا، فصار حضورُ نعمة الروح القدس يملك في جسده ونفسه، وفي ذهنه وقلبه. يكشف المسيح أسراره لعبيده وحدهم، لا لأحدٍ غيرهم. وحدهم رجال الله القدّيسون يمكنهم تلقّي الإعلانات من الله، وهم وحدهم القادرون على تفسيرها، لأنّ الإعلان -أي كلام الله- يُعطى من الله بالروح القدس. يُدوّن القدّيسون هذه الكلمات ويتناقلونها شفهيًّا، ووحدهم يمكنهم شرحها شرحًا صحيحًا، وهذا سبب وجود الكثير من الهرطقات.

يرغب الأشخاص المستعبَدون للأهواء في تفسير الكتاب المقدّس، مُحرَّكين بالأنانيَّة والجموح وروح التمرُّد. وبما أنّهم لا يملكون روح الله القدُّوس، ولا طهارة الذهن والقلب، ولا التواضع، يريدون تفسيره على هواهم. وأحيانًا تسمعون ما هو "مضحِكٌ ومُبكٍ" في آنٍ. قد تتساءلون: «من أين يأتي المرء بهذه الأفكار؟ ألا يُدرك أنّ هذا هراء؟». غير أنّ الكبرياء تُعمي ذهنه، فينطق بأقوالٍ كهذه من دون أن يدرك ذلك.

وثمّة أشخاصٌ رزينون جدًّا في الحياة العامّة، لكنّهم في الوقت عينه، يقرؤون باهتمامٍ ما يُسمّى «كتب التنبّوءات». ما الأمر الحاصل هنا؟ هم ببساطةٍ يملكون الروح عينها التي يملكها مؤلّفو هذه الكتب والأفكار؛ لديهم روح الأنانيّة والكبرياء والمجد الباطل. لذلك، لا يستطيع الله أن ينيرهم، فيقعون ضحايا أمثال هؤلاء المؤلِّفين. أمّا الإنسان المتواضع والنقيّ القلب الذي يختبر (test) كلّ شيءٍ ويطلب مشيئة الله، فإنّ الله ينيره ويرشده في حياته. يفهم إنسانٌ كهذا ما هو حقٌّ وما هو باطل. وحتّى لو ارتبك في أمرٍ ما، فلن يتركه الربُّ الذي يرى نيّته الصالحة.

لقد التقيتُ بأشخاصٍ أذكياء ومتعلّمين ولديهم مكانةٌ اجتماعيّة، ومع ذلك يؤمنون بأمورٍ طائشةٍ وتافهة، وأذهلَني هذا. وعندما تحاولون فهم السبب، يتبيّن أنّهم مصابون بروح الكبرياء.

وكنتُ على معرفةٍ برجلٍ كان يؤمن باستمرارٍ بنبوءاتٍ كاذبة (وتوزّع الكثير من هذه الكتب في أيّامنا). قال لي ذات مرّة: "أتعلم، كان من الممكن أن أصبح شخصيّةً استثنائيّةً في الكنيسة، مثل الأب بابيسيوس أو الشيخ بورفيريوس، لو انتهى بي الأمر في صفوف الرهبان أو في جوّ الكنيسة أو ضمن سلك الكهنوت". لقد بدأ يصدّق هذه النبوءات الكاذبة كلّها لأنّ روح الكبرياء والغطرسة كانت تسكن فيه، ما جعله ساذجًا إلى درجة تصديق أمورٍ كهذه.

غالبًا ما ينشر النبوءات الكاذبة أشخاصٌ يعانون من اضطراباتٍ نفسيّة، ويبدأون هم أنفسهم في تصديق أنّهم أنبياء. ولكن ما الذي يجعلكم تصدّقون نبوءاتهم؟ هذا يشير إلى وجود خللٍ ما.

أتذكّر معلّم يوغا كان الناس يؤمنون بأنّه "إله". هذا كانت لديه هواية جمع سيّارات "رولز رويس"، وكان يملك أربعين أو خمسين سيّارةً في مرآبه. طلبتُ من شابٍّ أن يُريني صورةً لهذا "الغورو" (المعلّم) الذي يعتبره هؤلاء -وهم متعلّمون وليسوا بسطاء- إلهًا. أحضَروا الصورة، وماذا رأيت؟ رأيتُ رجلًا في الثانية والأربعين من عمره، ناجحًا وثريًّا. هل هذا هو حقًّا الإله الذي خلقَ السموات والأرض؟ إله العالم كلّه؟ ماذا يمكننا أن نقول في هذه الحالة؟ يا ربُّ ارحم! لا تعرفون ماذا يجب أن تقولوا. أهذا هو "الإله" -في سيّارة رولز رويس، مع حسابات مصرفيّة وطائرات خاصّةٍ للسّفر؟ لكنّ الناس صدّقوه. فبسبب الكبرياء والغطرسة والمجد الباطل، سمح الربّ لأذهانهم إمّا بنشر نبوءاتٍ كاذبةٍ أو بتصديقها. إنّه عصر "الخديعة الروحيّة". ماذا يمكننا أن نقول؟ نُخبر الذين يحضرون إلى الكنيسة -وهم أشخاصٌ فاضلون وذوو خبرة- بأنّ هذه كلّها أمورٌ سيّئة.

هل تتذكّرون عندما ظهر "ميكي ماوس" على جدارٍ هنا في ليماسول (في تراخوني)؟ ذهبَ الجميع لرؤيته. أنا لم أرَ شيئًا. قصد الجدار أناسٌ أكثر جدّيّة وقداسة ونظروا، وكان لكلّ رجال الله موقفٌ واحدٌ فقالوا إنّ هذا ليس أمرًا جدّيًا، وليس من الله. والتأم أعضاء المجمع المقدّس وناقشوا الأمر وقالوا إنّه ليس من الله؛ لا تصدّقوه ولا تنشغلوا به، فهو حيلةٌ وخدعةٌ وربّما أمرٌ شيطانيّ. ومع ذلك، لا يزال هناك أشخاصٌ اليوم ممَّن يريدون أن يكونوا في الكنيسة، ويشتركون في المناولة المقدّسة، ولكنّهم يصدّقون هذه الأمور! على الرغم ممّا أعلمكُم به رجالٌ مُختبِرون وذوو حياةٍ مُقدَّسة، تستمرّون في تصديق ما رُسِمَ على الجدار.

إذا بدأتم في التعرُّف إلى هؤلاء الأشخاص على نحوٍ أفضل، ستدركون أنّهم لم يرتكبوا خطأً فحسب، فنحن جميعُنا نخطئ. أمّا الاستمرار بعنادٍ في الخطأ فيَعني أنّ الذهن "مخدوع". يحبّون هذا الوهم، ويجدون عزاءً في هذه الروح التي وصفها شيخنا الدائم الذكر بأنّها "صمّاء وبكماء". مهما تحدّثتم مع إنسانٍ واقعٍ في الضلال، فهو لن يسمع. ومهما قلتُم، فلن يتراجع عن رأيه. يمكنكم أن تصنعوا المعجزات أو تُقيموا الموتى أمام عينيه، وسيبقى على موقفه. هذه علامة الإنسان المخدوع: لا يمكن لشيءٍ أن يُخرجه من دائرة أفكاره. هو لا يقول: "أتعلم، يمكنني أن أخطئ؛ أنا مؤمن، ولكنّي كإنسانٍ قد أكون في ضلال". إنَّه لا يشكُّ مطلقًا في صحّة معتقداته. علامات الإنسان المخدوع هي المجد الباطل والعِناد: "أنا أعرف، أنا أومن بشدّة، لقد درستُ واكتشفتُ الأمر، وهكذا أفهمه" - «أنا» وراء كلّ شيء.

مؤخّرًا، أخذ رجلٌ يلقي محاضراتٍ في ليماسول. هو طبيبٌ ويروي قصصًا ممتعة، ويمتاز بالبلاغة والثقافة. جاء لرؤيتي لكي يخبر الآخرين لاحقًا بزيارته. تحدّث وتحدّث وتحدّث، وكان كلامه كلُّه يدور حول نفسه. سألته إذا كان يذهب إلى الكنيسة، فقال إنّه من "السبتيّين (Seventh Day Adventists)"، وهي هرطقةٌ بروتستانتيّة. تحدّث كثيرًا، فقاطعتهُ قائلًا: "سامحني، لكنّك تتحدّث منذ ساعةٍ تقريبًا، وكنتَ طول الوقت تتحدّث عن نفسك: عمّا تفعله، وما تتحدّث عنه، وما تؤمن به. لقد قلتَ كلمة «أنا» خمسمئة مرّة حتّى الآن". ماذا يمكن أن يُقال هنا أيضًا؟ هكذا يكشف الواقعون في الخديعة عن أنفسهم.

يوجد مثالٌ رائعٌ من سيرة القدّيس سمعان العموديّ. عندما صعد فوق العمود وقام بهذا العمل النسكيّ الذي لم يكن مألوفًا من قبل، قصده الآباء وقالوا له: "ماذا تفعل هناك؟ هذه هي المرّة الأولى التي نرى فيها أمرًا

كهذا. أيّ نوعٍ من النُّسك هذا - الجلوس فوق عمود؟». ولم يكن هذا العمود مثل أعمدة الهاتف، بل كان أشبه بالمئذنة.

لم يكن الآباء العائشين في الجوار يعرفون شيئًا عن هذا النّوع من النُّسك، فقرّروا اختبار القدّيس سمعان ليعرفوا إذا كان ما يفعله من الله أم هو ضربٌ من الضَّلال. قرّروا الذهاب إليه وقول التالي: "يا أبانا، هذا أمرٌ خاطئ. لقد صعدتَ إلى هناك على عمودكَ بدافع الكبرياء والأنانيّة. انزلْ ولا تفعل هذا ثانية". فإذا أطاعَ ونزل، يكون إنسانًا متواضعًا يعيش لله، وحينها يتركونه يتابع نسكه. أمّا إذا لم ينزل وبدأ في التبرير قائلاً: "لقد فعلتُ هذا لأنّه ما قرَّرْتُه لنفسي"، فعندئذٍ سيُنزلونه بالقوّة لأنّه واقعٌ في الضلال.

ذهبوا إلى عموده وبدأوا يصرخون بأنّ ما يفعله لم يكن أمرًا حسَنًا. فأجابهم القدّيس سمعان: "سامحوني أيّها الآباء. سأنزل ما دام هذا يبدو لكم سيّئًا ومُعثِرًا للآخرين. إذا كان هذا لا يُرضيكم، فسيُسعدني أن أنزل". وبدأ في النزول فورًا. حينها قال له الآباء: "اصعدْ ثانية، فإنّ أتعابكَ مرضيّةٌ لله".

هذا ما يميّز الإنسان المخدوع عن رجل الله. يُعرَفُ رجل الله من خلال تواضعه، إذ لديه الاستعداد الدائم للتخلّي عن أفكاره وقراراته وأحكامه، ويُراجع باستمرارٍ تحليلاته قائلاً: "كنتُ أظنُّ أن هذا هو الصواب، لكنّني إنسانٌ وقد أخطئ؛ أنا لا أعلم". هو يسأل الآخرين ويصغي إليهم. أمّا الأنانيّ المتكبّر المخدوع والمزهوّ بنفسه فلا يستمع إلى أحد. يعتبر ما قاله القولَ الفصل، ولن يشكّ فيه مُطلقًا، ولن يقول البتّة: "لربّما كنتُ مخطئًا؟". هذه حالاتٌ قصوى بالطبع، ولكن لا تظنّوا أنّ الإنسان الضالّ "يهبط من السَّماء" أو يصبح هكذا بين عشيّةٍ وضحاها. يسقط الإنسان في الضلال لأنّه منذ الطفوليّة يتعلّم تدريجيًّا أن يتصرف بأنانيّة، ويتعلّم المجد الباطل والغطرسة. إنّ الإنسان المتكبّر الذي يستمع إلى نفسه فقط وليس لأحدٍ غيره، ينحدر إلى مستوى بهيميّ؛ فإذا تجرّأ شخصٌ على مجادلته أو قال له: «تعرف، لقد كنتَ مُخطئًا، لقد ارتكبت خطأً»، فإنّه يفقد أعصابه. ويسقط في الضّلال تدريجيًّا.

نقلتها إلى العربيّة أسرة التراث الأرثوذكسيّ

Source: Metropolitan Athanasios of Limassol (2024). *Revelation: Removing the Veil,* Part 2A. Retrieved online from: *OrthoChristian*.

حراسة الأفكار

الصلاة القلبيّة في زمن التكنولوجيا والتشتُّت، الجزء الخامس

الأب مكسيموس كونستاس

عندما نشرع في ترداد صلاة يسوع لاجتذاب حضور الروح إلى داخلنا، نبدأ بمواجهة أفكارٍ عابرةٍ وأخرى عميقة، تتكرّر وتعمل على تشتيتنا عن استدعاء اسم الربّ. ما أصلُ هذه الأفكار؟ وماذا تكشف لنا عن أنفسنا وعن طريقة تفاعلنا مع العالم؟ وماذا تُعلّمُنا الكنيسة عن كيفيّة التعامل مع الأفكار المشتِّتة فور ورودها، وعن كيفيّة إقامة مكانٍ للمسيح في قلوبنا؟

ركّزتُ عمومًا في جميع الأحاديث السابقة على الصلاة القلبيّة وأسُسها. إنّ صلاة القلب هي واحدةٌ من أحبّ الصلوات في الكنيسة الأرثوذكسيّة وأكثرها تحويلًا للإنسان. وهي ليست أمرًا ثانويًّا، بل ربّما أهمّ ما يمكننا القيام به في عبادتنا المسيحيّة.

بدأتُ في الحديث الأوّل بالكلام على المشتّتات التي هي أبرز عائقٍ للصلاة، لا سيّما في مجتمعنا وعصرنا الحاليّين. فبدلاً من أن يدعم مجتمعُنا حياةَ الصلاة، يُبقينا في حالة تشتُّتٍ دائمٍ ويدمّر قدرتنا على التركيز، ويضعِفُ قدرتنا على الانتباه. وهذا يُعيقنا عن أن نكون حاضرين في اللّحظة، فنغدو دائمًا في مكانٍ وزمانٍ آخرَين بسبب التقنيّات الحديثة. لذا، بدلًا من مجرّد الصُّمود أمام هذه التقنيّات والمشتِّتات المتزايدة الانتشار، كيف يسعُنا أن نُزهِرَ روحيًّا؟ من جهة، أعطانا المجتمع أدوات "تنويره الزائف"، ومن جهةٍ أخرى أعطتْنا الكنيسة الوسائل للاستنارة الحقيقيّة، وهي الانتباه الداخليّ، وحراسة الذهن والقلب، وعدم السَّماح للأمور الخارجيّة بالنَّفاذ إلى القلب، عبر ترداد صلاة يسوع التي يوضّح كتاب "الفيلوكاليا" طريقتها على نحو مكتملٍ.

تناول حديثي الثاني[1] بداية الحلّ، وهو كتاب "الفيلوكاليا" وتاريخه، الذي أجده رائعًا. وكما ورد في الكتاب المقدّس: "أأنتم معلّمو إسرائيل ولستم تعلمون هذا؟"[2]. إذا لم نتمسّك نحن بهذا التقليد، فمَن سيفعل؟ الأهمُّ في الحديث الثاني كان المسار التقليديّ للدُّخول في صلاة يسوع، لأنّه كما قلنا، لا يكفي أن تقرأوا فصول الكتاب بحسب ترتيبها.

إنّ خارطة التحوُّل نحو العالم الداخليّ ممنوحةٌ في صلاة يسوع، وهي ليست تصوُّفًا "منكفئًا على الذات" أو ممارسةً غامضةً لأشخاصٍ يعيشون في حصونٍ جبليّة. لقد أوصى جميع معلّمي صلاة يسوع بالانتباه الداخليّ ويقظة القلب بوصفهما ممارستين مسيحيّتين أساسيّتين للجميع. وصلاة يسوع هي تفاعلٌ عميقٌ ومباشرٌ مع الروح القدس في داخلنا. كان الحديث الثالث عن البذرة الدفينة؛ فالأمر لا يتعلّق بإراحة العقل وتخفيف التوتُّر. ستنجم هذه الفوائد عن صلاة يسوع، لكنّ السبب الرئيس لتردادها هو تنمية بذرة الروح القدس، كما يسمّيها آباء الكنيسة، التي زُرِعَت في قلوبنا عند المعموديّة. لذا تحدثّتُ عن الأُسس الكتابيّة لهذا الموضوع وأشرتُ إلى بعض النصوص الآبائيّة.

تناول الحديث التالي تفاصيل محدّدةً حول صلاة يسوع، مثلًا الخطوات العمليّة لصلاتها، وكيفيّة تردادها، وصيَغ هذه الصلاة، وبخاصّةٍ كيفيّة ارتباط الصلاة بالتنفُّس. كانت هيكليّة الأحاديث وحركيّتُها مباشرة، وانتقلتْ من التشتُّت السطحيّ إلى تفاعلٍ داخليٍّ أعمق مع نعمة الروح وصلاة يسوع التي هي فنُّ تنمية تلك النعمة.

أودُّ أن أربط الأمر بما قيلَ في الطريق إلى عمواس الوارد ذكره في إنجيل لوقا 24: 13-31، لا سيّما الآية 29: "امكثْ معنا، فإنّ المساء مقبِلٌ وقد مالَ النهار". تثير اهتمامي عبارة "المساء مقبِلٌ وقد مالَ النهار" لأنّ فيها نبرةً من الشَّجَن والشُّعور بالتأخُّر، والحزن، والنَّدم. إنّ اللَّيل آتٍ ولن يستطيع أحدٌ أن يعمل فيه. وإذا تأمّلنا في ثقافتنا، نرى علامات خريف الحضارة الغربيّة. فهل هذا هو الرمق الأخير؟ لا أعلم، لكنّه يبدو للكثيرين كذلك. يتحدّث الناس عن الرأسماليّة المتأخّرة، وما بعد الحداثة، وما بعد العرقيّة، وما بعد المسيحيّة. ثمّة

[1] سيُترجم لاحقًا.

[2] راجع قول الربّ يسوع لنيقوديموس: "أَنْتَ مُعَلِّمُ إِسْرَائِيلَ وَلَسْتَ تَعْلَمُ هذا!" (يوحنّا 3: 10).

شعورٌ بأنّ المساء مقبِلٌ والنهار قد مال. وإذا كنتم لا تشعرون بهذا الشعور التاريخيّ والثقافيّ العامّ، فأنا أرى أمامي الكثير من الشَّعر الأبيض، المساء مقبِلٌ بالنسبة إلينا. لقد ولّى زمن شبابنا منذ أمدٍ بعيد، وندخل في غسق سنواتنا المتأخّرة. ارحمنا يا ربّ، ارحمنا. فكِّروا في كلّ الآيات التي تتحدّث عن الوقت الذي ضاع والوقت الثمين القليل المتبقّي. في الجبل المقدّس (آثوس)، نقول في وقت الفصح: "المسيح قام! وعُقبى للعام القادم!"؛ وهل من عامٍ قادم؟ توفّي والدي في "الخميس العظيم" الماضي، ولم يعِشْ ليشهد الفصح. قال الأب سيرافيم روز: "لقد فاتَ من الوقت أكثر ممّا تظنّون".

إنّ الآية المذكورة من إنجيل لوقا هي مصدرٌ مُلهِمٌ جدًّا لهذا النّوع من التفكير، لكنّ الأهمّ من ذلك هو أن نطلب مكوث الربّ معنا، لأنّ اللّيل قادم. الأمر مأساويٌّ بعض الشيء، لكنّ فيه أيضًا جمالًا عظيمًا يتمثّل في إقرارنا بأنّ هذا الشخص الذي معنا هو شخصٌ نرغب في أن نكون معه. يسير الإكليروس في الطريق مثلما سار التلميذان، وهذا الطريق هو مسار حياتنا. نحن نجرُّ بعضنا بعضًا نحو الأسفل. لم يكن التلميذان يبنيان الواحد الآخر، بل كانا يتحسّران ويشتكيان. ثمّ ظهر يسوع على أنّه غريب، وسأل عمّا كانا يتحدّثان، ولأنّهما كانا في حالتهما تلك، لم يتعرّفا إليه وهزئا به قائلَين: "ماذا؟ هل أنتَ الشخص الوحيد الذي لا يعرف ماذا حدث؟ هل تعيش في كهف؟". والأمر عينه يحدث معنا؛ فبدلاً من أن نبنيَ بعضنا بعضًا، نجرُّ الواحد الآخر نحو الأسفل، وعندما يظهر المسيح لا نتعرّف عليه حتّى، بل نسخر منه.

غير أنّ هذا هو السَّطح، وثمّة أمرٌ أعمق يحدث. "ألم يكن قلبنا ملتهبًا فينا؟" (راجع لوقا 24: 32). تعرف قلوبنا الأشياء قبل أذهاننا بفترةٍ طويلة، ويستغرق الذهن وقتًا ليُدركها. كنتُ في الخارج وبعيدًا وغير منتبهٍ لنفسي. إنّ اصطلاح المكوث (أو الثبوت في الترجمات العربيّة) عميقٌ جدًّا ومنتشرٌ في العهد الجديد، بخاصّةٍ في إنجيل يوحنّا، حيث يُعتبر فكرة رئيسة - "اثبتوا (امكثوا) فيّ وأنا فيكم"، وفي الكلام على الكرمة، وهو موجودٌ عند بولس أيضًا "لأحيا في المسيح". إنّه بيانٌ أنطولوجيّ (وجوديّ) عميقٌ عن سكنى الله في الإنسان والإنسان في الله. علينا أن نكون في المسيح، "أحيا لا أنا بل المسيح يحيا فيّ" (غلا 2: 20). لقد نمَتْ بذور النعمة في بولس حتّى باتَ من الصَّعب التمييز بينه وبينها. بقيت الـ "أنا"، لكنّ البذرة نمت إلى ملء قامة نُضج المسيح في داخل بولس. حدثَ امتزاجٌ وصار من الصَّعب تمييز أين انتهت حياة بولس وبدأت حياة المسيح. لهذا

أمكنه أن يتجرّأ على القول: "كونوا متمثّلين بي" (راجع 1كور 11: 1)، لا لأنّ بولس مميّز، بل لأنّ حياة المسيح حيّةٌ ونشِطةٌ ونابضةٌ في داخله.

لا تعرف الكنيسة طريقةً للمكوث في يسوع أفضل من استدعاء اسمه باستمرار، وتاليًا استدعاء حضوره والمكوث في هذا الحضور. والطريقة الفُضلى لتمكثوا في المسيح وتصبحوا هيكلاً للاسم الإلهيّ، هو أن يكون هو مُقيمًا فيكم وأنتم فيه. هل يكمُن الهدف في "تجميع" الحكمة والبيانات عن اللّاهوت وتاريخ الكنيسة، أو أن نصبح "شفَّافين" للحكمة؟ يمكنني أن أملأ عقلي بالنظريّات والأفكار والمعرفة وأن أنطق بأقوالٍ ذكيّة، ولكن ما نفع ذلك؟ ليس هذا ما نسعى إليه، فلا جدوى من ذلك في أيّامنا لأنّه يمكن العثور على أيّة معلومة في "غوغل". إذا كان كلُّ ما نقدّمه لشعبنا موجودٌ في الإنترنت، فنحن لا نُقدّم لهم شيئًا، إنّها مجرّد معلومات. يجب أن يتجاوز الأمر ذلك، فالمسألة لا تتعلّق بملء عقولنا بمعلومات الكتب، بل بإفراغ أنفسِنا من الأفكار، لا سيّما من الأفكار المظلِمة والمشحونة بالأهواء والمُشتِّتات، والتعلُّقات، والضغائن، وما إلى ذلك، حتّى لا نعود نقول إنّه لا يوجد مكانٌ في "الخان" هنا لأنّني مملوءٌ بالحيوانات القذِرة. تقول صلاة المطالبسي: "لستُ أهلاً ولا كفؤًا لأن تدخل تحت سقف بيتِ نفسي لأنّه مقفرٌ وساقطٌ بجملته". إذا أمكنَ تطهير تلك الإسطبلات، وأمكنني التخلّي عن كلّ تلك الأشياء التي أتمسّكُ بها، حينئذٍ يحدث انفتاحٌ وتستطيع نعمة الله أن تستعلن في حياتي، وأن تستعلن من خلالي للآخرين. هذا معنى أن نكون نورًا، وأن ندعَ نور الله يضيء قدّام الناس. إنّ مشكلة الكثير من الإكليروس هي أنّهم يقفون هم أنفسُهم عائقًا أمام عملهم. فكلُّ شخصٍ لديه فضيلةٌ وصلاحٌ وحضور الله فيه، لكنّ العائق، الذي هو نحن، يقف في الدَّرب، وغالبًا ما نتفوّه بأقوالٍ تؤذي الناس وتُبعدهم عن الكنيسة. ينبغي لنا أن نتنحّى عن الدَّرب ونترك الله يقوم بعمله، أي أن نملك قلبًا وذهنًا ونفسًا متطهّرةً بحيث يمرُّ نور المسيح من خلالنا ويضيء لمن حولنا. هذا هو هدفنا.

لقد كنتُ في حضرة أشخاصٍ يُحدِثون فيكم تغييرًا بنظرةٍ فحسب. تشعرون بالرغبة في الصَّلاة ولا تعرفون كيف حدث ذلك. منذ عدّة سنوات، جاء أحدُ الرهبان الشباب إلى الدَّير زائرًا. كان آنذاك في فرقة روك ولم يكن لديه أدنى اهتمامٍ بالكنيسة؛ ذهبَ إلى آثوس مع بعض الأصدقاء، فقط لأنَّ ذلك كان موضةً رائجة. زار الدَّير بعد الفصح ورأى راهبًا شيخًا ضئيلَ الجسم يجلس في مقعده ممسِكًا بشمعة الفصح؛ لم يكن يتكلّم، كان جالسًا فقط. وعندما رأى تلك الصورة أمامه، صورة حياةٍ مكرَّسةٍ لله، شخصًا ضحّى بكلّ شيءٍ ليعيش

مع الله، راودته فِكرة أنّ هذا ما يريد أن يكونه. لا كلمةٌ قيلَتْ، ولا كتبٌ قُرِئت، ولا حديثٌ جرى، إنّما كان ذلك الشَّيخ يملك شفافيةً بواسطة نعمة الله. يقول القدّيس إسحق السريانيّ إنّه عندما يتكلّم الرجل الفاضل، تنتقل النعمة من خلال كلماته إلى السَّامع. وهذا يصحُّ أيضًا إذا كان الرجل الفاضل صامتًا. فكلُّ ما يفعله -حركاته، وإيماءاته، وطريقة جلوسه، وطريقة أكله- يصبح شفّافًا لنعمة الله. وبعد سنواتٍ غير كثيرة، أصبح ذلك الشابُّ راهبًا في الدَّير. كان الراهب الشَّيخ قد رقدَ، ونال الشابُّ اسمه. وأصبح تمامًا مثل الشَّيخ، فهذا ما أراد أن يكونه، وهذا ما صار عليه.

استكمالًا لما طرحناه في أحاديثنا، سنتحدّث عن التالي: إذا أدركنا أنّ المُشتّتات تمثّل مشكلة، وأنّ الملكوت موجودٌ في داخلنا بنعمة الروح القدس المعطاة لنا في المعموديّة، وأنّ صلاة يسوع -تلك اليقظة الداخليّة- هي طريقةٌ رائعةٌ وسريعةٌ للتواصل مع نعمة الروح، فإنّنا سنواجه سريعًا ما يُسمّيه الكتّاب الروحيّون "الأفكار"، أو باليونانيّة ""logismoi، التي عادةً ما تعني الأفكار المُظلمة والسلبيّة، مثل الغضب، والشَّهوة، والضغينة، إلخ. سنواجه هذه العقبات فيما نسعى لتفعيل نعمة الروح القدس في داخلنا. أودُّ أن أعرض بإيجازٍ كيف يميّز القدّيس مكسيموس المعترف، في فصوله عن المحبّة، بين الأشياء في العالم وبين تمثيلاتها الذهنيّة. على سبيل المثال، الذَّهب معدنٌ طبيعيّ، لكنّ الصورة الذهنيّة التي أُطوّرها عن الذَّهب والمال والثروة هي أمرٌ مختلفٌ تمامًا. فالذَّهب مادّةٌ مستقلّة ٌخلقَها الله، لكن ما صِرتُ مهووسًا فيه هو صورةٌ وفكرٌ مشحونان بالأهواء. ويعطي مثالًا آخر هو وجه المرأة. فالمرأة، مثل الذَّهب، خليقةٌ جميلةٌ وطبيعيّةٌ خلقَها الله، ولكن قد تتكوّن لديّ صورةٌ ذهنيّةٌ عنها، أو قد تنطبع في مخيّلتي أنماطٌ معيّنةٌ من النِّساء، تُشوّه الطريقة التي أرى وأختبر بها المرأة في أرض الواقع. يتركّز جهاد العلمانيّين الروحيّ في التعامل مع الأشياء الملموسة، مثلًا ألّا يسرقوا، وألّا يزنوا. أمّا نحن الرهبان، فجهادنا هو ضدّ الأفكار بحسب القدّيس مكسيموس. فكلُّ شيءٍ في هذا العالم بدأ بوصفه فكر، وكلُّ فعلٍ سيّئٍ نقوم به يكمن وراءه فكر، أو دافعٌ لم نضبطه.

إذا جلستُ لأصلّي صلاة يسوع، فسوف تمرُّ في ذهني سريعًا أنواعٌ معيّنةٌ من الأفكار، وعادةً ما تكون مُشتِّتاتٍ بسيطةً جدًّا مثل: "أعتقد أنّني تركتُ الفرن مشتعلاً! يجب أن أترك صلاتي وأذهب للتحقُّق منه"، أو "نسيتُ الاتّصال بأمّي"، أو "لقد خطرتْ لي فكرةٌ رائعةٌ لِعظة!". هذا التشتُّت السطحيّ هو أوّل ما يحدث لنا، وهو كافٍ لدى الكثيرين منّا لقطع الشركة مع الله لأنّنا نعتبر أعمالنا أهمَّ من صلتنا الحميمة به. علينا أن ندرك

ونقبل أنّ هذا هو ما سيحدث. تتذكّرون أحيانًا أمرًا شديد الأهمّيّة حتّى إنّه يصعب عليكم ألّا تتوقّفوا عن الصلاة وتكتبوه، ولكن يجب عليكم أن تصرفوه من أذهانكم، وأن تقولوا لأنفسكم إنّ الله سيُعيدُ الفكرة إليكم إذا كانت عظيمةً ومهمّةً حقًّا. أين إيماننا بالله؟ دعوا السيّارة تبتلُّ قليلاً، فمن المرجَّح أنّ النافذة مغلَقةٌ في الأساس. دعونا لا نسمح لأنفسنا بأن نُجرّ بعيدًا عن مكان الصلاة الذي يصعب الوصول إليه أصلاً. يجب أن ننتبه إلى هذا.

إنّ هذه الأفكار والذكريات هي كلُّها لصوصٌ لأنّها تسرق فكرة الله من الذهن. ولا يشمل ذلك الأفكار السيّئة الواضحة فحسب، بل حتّى الأفكار التي نظنُّها حسَنةً تكون لصوصًا في تلك اللّحظة. يقول القدّيس باسيليوس في رسالةٍ إلى القدّيس غريغوريوس اللّاهوتي إنّ تذكُّر الله هو سُكنى الله. عندما نستدعي اسمَ الربّ، يكون بالفعل حضورُ الربّ وسكنى الربّ في داخلنا. أمّا الابتعاد عن هذا الحضور، عن عرش النعمة ووجه المسيح لأنّ الفرن قد يكون مشتعلاً... نحن نعرف ما يجب علينا فعله. نحن نتحدّث عن مسألة دقائق فقط. أنا لا أقول انسوا العالم لأيّامٍ متتالية، بل انسوه ربّما خمس عشرة دقيقة. لكنّ هذه الأفكار الصغيرة تدخل، وتبدو لنا الخمس عشرة دقيقة طويلةً جدًّا. لقد فقدنا القدرة على التوقُّف والسُّكون. نحن نشعر بالراحة فقط عندما نقوم بمهمّاتٍ متعدّدة (multi-tasking).

إذا واصلنا السَّير في هذا المسار، فسوف نتعلّم كيفيّة التعامل مع هذه المشتِّتات البسيطة وعدم التفاعل معها، ولكنّنا سنبدأ أيضًا في مواجهة أفكارٍ أعمق وأكثر استحواذًا علينا. تتكرَّر باستمرارٍ صوَرٌ معيّنةٌ، وأنماطُ أفكارٍ محدّدة، ووجوهٌ معيّنة، وذكرياتٌ مطبوعةٌ بعُمقٍ فينا؛ وهي تلك الأمور التي تمرُّ في أذهانكم عندما يغلبكم النُّعاس وتفقدون القليل من سيطرتكم العقلانيّة. ما هي هذه الأمور؟ إنّها جزءٌ من شيءٍ أعمق في داخلنا. إنّها ليست مجرّد أفكار أو مفاهيم، بل هي صورٌ مليئةٌ بطاقةٍ مُظلِمة -غضب، واستياء، وشهوات- وهي أمورٌ لا نرغب في رؤيتها عادةً، وننكرُ وجودها. تلك الأشياء موجودةٌ ونحن نتجنّبها باستخدامنا تلك التقنيّات الحديثة. لكن في هذا المسار، سوف نتواصل مع هذه الأفكار والأماكن التي لسنا فيها أحرارًا، لأنّه "كلّما خطر وجه ذلك الشخص في بالي يرتفع ضغط دمي وأتذكّر مدى غضبي منه منذ خمسٍ وعشرين سنة". رقدَ أفرادٌ من عائلتي من دون تصالحٍ لأنّهم عندما رأوا وجه الشخص الآخر لم يروا سوى تلك الذكرى المريرة. هنا تبرز أهمّيّة المرشد الروحيّ، لأنّه ليس بالأمر السَّهل أن تثيروا مكامن نفوسكم (psyche) بهذا الشَّكل وتواجهوا هذه

الجوانب المظلِمة. تحتاجون إلى دعمٍ حكيمٍ من شخصٍ سلكَ هذا الطريق ويعرف كيفيّة التعامل معه، وعليكم أن تعرفوا أنّ هذا أمرٌ طبيعيٌّ ومتوقَّعٌ وجزءٌ من الخطّة.

ويجدر بنا أن نعرف أمرًا آخر هو أنّ هذه الأفكار-المشاعر المستحوذة عليكم والمتكرّرة والمشحونة بالأهواء **ليست أنتم**. ربّما **حدثت** لكم، أو هي مواضع جُرِحتُم فيها، لكنّها **ليست أنتم**. أعتقد أنّ معظمنا يخطئ خطأً فادحًا، منذ سنٍّ مبكرةٍ، عندما يجعل من هذه النزعات هويّةً له. لقد أخبرتكم بقصّة الزميل الذي أهانني وكان فكر الغضب موجودًا فيّ. بما أنّني استطعتُ أن أرى ذلك الفِكر، فهذا يُظهِر لكم أنّه ليس متماهيًا تمامًا مع نفسي. أمكنني النظر إليه وسماعه ورؤيته. وبما أنّني أستطيع التفريق بين مثل هذه الأفكار وأفكاري الخاصّة، فهذا يُظهِر أنّ ثمّة فرقًا في ما بينها. كان بإمكاني أن أقول من دون تمييز: "حسنًا، لقد جاء الغضب -بالطبع، لأنّني رجلٌ غضوب". كان بإمكاني قبول تلك النَّزعة وذلك الفكر ومجاراتهما؛ ولو أنّي فعلتُ ذلك طول حياتي لأصبحتْ تلك النَّزعة أنا، ولظننتُ أنّ هذا مَن أكون. إنّ كلّ أنواع الأفكار والرَّغبات والميول ليست نحن، لكن يمكنها أن تصبح نحن إذا كان كلُّ ما نفعله هو الترحيب بها وتعظيمها، والسَّماح لها بإطلاق طاقتها المُظلِمة في داخلنا. أعتقد أنّنا جميعًا رأينا هذه الأمور. إنّ الكثير من هذه الأفكار قد تؤدّي، إذا لم تُضبَط، إلى أنواعٍ مختلفةٍ من العُصاب، وإلى اضطرابات الوسواس القهريّ، وفي أسوأ حالاتها، إلى سلوكيّاتٍ مُعاديةٍ للمجتمع.

لطالما استوقفني في اليونان أنّ سحابةً صغيرةً تستقرُّ دائمًا فوق قمّة جبل آثوس، وتكون أحيانًا بشكل صحنٍ مثاليّ الهندسة. يُسمّيها الرهبان "الوشاح". لطالما تساءلتُ عمّا يحدث جويًّا، والأمر بسيطٌ جدًّا بالطبع: يتحرّك الهواء الدافئ عبر سطح المحيط ويصطدم بجدار الجبل، ولا يملك مكانًا يذهب إليه فيرتفع ويتكاثف ويتحوّل إلى سحابة. فيكون الجبل هو صانع الطقس. فكّرتُ في أنّ هذه صورةٌ عميقة، فنحنُ **الجبل** لا السَّحابة، لكنّنا نرتكب خطأ جعل السَّحابة هويّتنا. أنتم لستُم العاصفة العاطفيّة في عقلكم، ليست العاصفة أنتم. جاءت السَّحابة لتستقرّ عليكم، ولكن ألا تأتي العاصفة وتذهب؟ مهمّتنا هي ألّا نتبعها حيثما تذهب، بل أن نتجذّر في الجبل الذي نحن عليه. ما هو الجزء الأكثر تحرُّكًا في الشَّجرة خلال العاصفة؟ إنّه الجزء الخارجيّ. إذا عِشنا هنا في أذهاننا، فسوف نضطرب ونتأرجح مع كلّ نسيم. وعندما ندرك ذلك، يكون الوقتُ قد حان لتوجيه انتباهنا نحو الصُّلب، أي الجذع، وعدم المماهاة بين أنفسنا وتلك الأفكار.

حدث لي أحيانًا أنّني إذ أكون واقفًا في الصفّ بانتظار تناول القدُسات، كانت تدهمُ ذهني أفكارٌ هي الأكثر قتامةً وشناعةً، بل وتصلُ حدّ التجديف. هل هذا أنا؟ لماذا قد أفكّر في مثل هذه الأشياء التي لم أفكّر فيها مطلقًا في حياتي من قبل، فيما أوجّه تركيزي كلَّه على تناول القدُسات؟ يعتصر قلبي ألـمًا من مجرّد معرفة أنّ أفكارًا كهذه راودتني. أحزن كثيرًا لأنّني جرحتُ الله بطريقةٍ ما. تقول صلاة المطالبسي: "لقد وقفتُ تجاه أبواب هيكلكَ، وعن الأفكار الرديئة لم أبتعد" - فهل هذا نحن؟ يظنُّ بعضهم أنّه تجدر بهم مغادرة الصفّ عند حدوث ذلك، ولكن عوضًا عن ذلك، علينا ببساطةٍ أن نرسم علامة الصليب، ونسأل الله المغفرة، ونرثي لحقيقة أنّ إنسانيّتنا فاسدةٌ وساقطة، ونثبت في مكاننا.

كانت لديّ طالبةٌ تمشي إلى المدرسة كلَّ يومٍ وتضطرُّ إلى عبور جسر. كانت صحّتُها النفسيّة جيّدةً جدًّا، لكنّها في كلّ مرّةٍ كانت تعبر فيها ذلك الجسر، كان تسمع صوتًا في ذهنها يطلب منها القفز من فوقه. عندما شاركتُها الأفكار التي ذكرتُها الآن، شعرتْ بارتياحٍ شديدٍ لفهمها أنّ ذلك الفكر لم يكن هي. وثمّة قصّةٌ أخرى: منذ سنوات، عندما كنتُ طالبًا شابًّا في الجامعة، ذهبتُ إلى الجبل المقدَّس، وقضيتُ وقتًا مع شيخٍ وتلميذه في إسقيطٍ صغير. كان علينا أن نمشي إلى مكانٍ معيّن، فسارَ في المقدَّمة الشَّيخ البالغ من العمر خمسة وثمانين عامًا، ولكن الرشيق كماعز الجبل، وسار التلميذ خلفه، وأنا تبعتُهما. كنّا نسيرُ في طريقٍ يشبه شريطًا منسوجًا على جانب جرفٍ صخريٍّ حادّ، عرضُه نحو قدمٍ واحدة. وكان الجدار الصخريّ من جهة، ومن الجهة الأخرى هاويةٌ بعُمق ألف قدم. بينما كنّا نمشي قال التلميذ فجأةً: "أيّها الشيخ، خطر في بالي فكرٌ الآن وأودُّ أن أخبركَ به"، فقال الشيخ: "أخبرني به يا بنيّ". صُدِمتُ. قال التلميذ: "خطر في بالي الآن أن أدفعكَ من فوق المنحدر". كان ردُّ فعلي الأوّل: "يا إلهي، لا تقُلْ ذلك!". لا تكن شفّافًا، لا تكن نقيًّا، لا تكن فارغًا، احتفظْ بتلك الأفكار في الداخل واتركها تتراكم حتّى يتكوّن لديك ألفُ فكرٍ عن قتل أبيك الروحيّ، ثمّ تغادر لأنّك لا تستطيع تحمُّل العيش معه. ضحك الشيخ وقال له: "الشَّيطان هو مَن يخبركَ بذلك لأنّه يعرف أنّك ستقع في الكثير من المتاعب إذا قتلتني، وستكون قد دمّرتَ بقيّة حياتك". انتهى الأمر عند هذا الحدّ، من دون أن يمتعض الأب الروحيّ أو يخاف. وتجلّى في موقفه انفتاحٌ وحرّيّةٌ وعدم تعلُّق، فبمقدور شخصٍ آخر أن يقضي بقيّة حياته مرتابًا. لهذا السبب قال مارك توين إنّنا جميعًا نملك أفكارًا سرّيّةً

قد تُخجِل الشيطان نفسَه. وأعتقد أنّنا بقدر ما نعيش في حالة إنكارٍ لهذه الحقيقة، نعجز عن عيش حياةٍ بشريّةٍ مكتملة، ونُخفق في التواصل مع أعماق نفوسنا.

يمكن أن أملك صورةً عن نفسي على أنّي شخصٌ يستحقُّ مستوى معيّنًا من المعاملة؛ لقد أكملتُ تعليمي الجامعيّ ونلتُ درجة الدكتوراه، ولي منشورات، وأُدعى إلى المؤتمرات. لذا، لن تضعوني في فندق أربع نجومٍ بل في فندق خمس نجوم! وأنا راهبٌ آثوسيّ، وأرتدي الجبّة. فإذا لم تعاملوني الآن بطريقةٍ تتماشى مع صورتي عن نفسي، وأهنتُموني أو أسأتم إلى كرامتي وشرفي، فما الذي تؤذونه حقًّا؟ أنا أم الصورة؟ إنّ الحلَّ الأبسط لهذه المشكلة هو التخلُّص من الصورة. ويمكننا توسيع هذه الفكرة، فالزوج والزوجة لديهما صورةٌ الواحد عن الآخر ويتوقّعان من الطرف الآخر أن يتطابق معها، وأيُّ انحرافٍ عن تلك الصورة يكون سببًا للشِّجار. ولدى الوالدين صوَرٌ عن أولادهم ويريدون العيش من خلالهم، وعندما لا يُطابق الأولاد الصورة يُصابُ الوالدون بالصَّدمة والذُّهول. إذا كنّا نملك هذه الصُّوَر عن أنفسنا وعن الآخرين، فهل هناك علاقةٌ حقيقيّةٌ تحدث؟ هل أتواصل مع ذاتي الحقيقيّة إذا كانت لديّ هذه الصورة عن نفسي؟ هل تتواصلون مع زوجاتكم إذا كانت تلك الصورة حائلًا بينكم؟ الجواب، بالطبع، هو لا. لا نكون أحرارًا في اختبار الشخص كما هو في حقيقته، ولا نترك له الحرّيّة في أن يكون على حقيقته لأنّنا نُلزمه بتوقُّعاتنا. هذه مشكلةٌ أخرى من مشكلات الصُّوَر القابعة في الذهن.

ماذا نفعل حيال ذلك؟ يجب ألّا نتفاعل مُطلقًا مع هذه الأفكار أو نقلق وننزعج بشأنها. لا تظنّوا أنّ فيكم خطبًا، واستمرّوا في عملكم. سيكون من الحماقة أن تنقادوا وراء أفكاركم البطّالة والشاردة. لا تقترنوا بها. ثمّة استعارةٌ جنسيّةٌ ترد في الكثير من الكتابات الآبائيّة، وهي أنّ الاتّحاد بهذه الأشياء هو الدُّخول في وحدةٍ عميقةٍ معها. قولوا لأنفسكم إنّكم مسيحيّون ولن تلمسوا هذه الأفكار النَّجِسة التي تأتي إلى أذهانكم. نسمع عن مجتمعاتٍ تحطّمت بسبب فضيحةٍ كبيرة، بدأت كلُّها بفكرٍ واحد. لهذا، من المهمّ جدًّا حراسة القلب والعقل ورعايتهما، حتّى لا نسمح لهذه الأشياء بالدُّخول.

هذه هي صورة "سحق الأطفال" الواردة في المزامير[3]، ويستخدم آباء الكنيسة صورة اللَّهب في القلوب. يشبه الأمر أن تكونوا في غابةٍ ليلاً، حيث تنجذب جميع الكائنات إلى دفء النار ونورها. عندما ترون الكائن يطلُّ برأسه، اقطعوه من البداية. لا تفكّروا في أفكاركم، ولا تفكّروا في **عدم** التفكير فيها. قد تمضون حياتكم في الجري خوفًا منها. لا تفكّروا فيها ولا تفكّروا في عدم التفكير فيها. وتوجد صورةٌ أخرى لهذا، وهي الذُّبابة. إذا كنتم جالسين في منزلكم والنوافذ مفتوحة، فسوف يدخل الذُّباب. كذلك الأفكار، تدخل وتخرج من نوافذ آذانكم وأعينكم وحواسّكم كلّها. إذا كانت الغرفة مكنوسةً ونظيفةً ومرتّبة، فسوف تقوم الذُّبابة بدورتها وتخرج من النافذة. ولكن إذا كان الداخل متّسخًا، والطعام متروكًا في الخارج، فستدخل الذُّبابة وتضعُ بيضَها في كلِّ مكان، وسرعانَ ما ستُصابون بجميع هذه الأفكار الجامحة والمزعجة والمضطربة. والنسخة الحديثة من القصّة هي المطار. فالطائرات تطير حتّى فوق جبل آثوس، لكنّ الرهبان يقولون: "لن نبني مدرجًا للهبوط". يمكننا أن ننزعج مؤقّتًا من الطائرة التي تطير فوقنا، لكنّنا لن نبني مكانًا لتهبط فيه. في قلوب الكثيرين منّا خمسون مدرجًا، وعلينا أن نتعلّم أن نقبل أنّها جزءٌ من تجربتنا وألّا نُعيرها أيّ اهتمام. نقول في الدَّير إنّه إذا أزعجكم فكرٌ ليومٍ أو يومين فجاهِدوا ضدَّه، ولكن إذا كانت لا يزال موجودًا في اليوم الثالث، فاذهبوا وأخبروا به شخصًا ما. عندما تتمسّكون بالفكر يصبح كشفه أصعب - "لقد كنتُ أفكّر في هذا مدّة خمسٍ وعشرين سنة". لا يكون الأمر بهذه الصعوبة بعد يومين أو ثلاثة.

يقول القدّيس إسحق السريانيّ إنّ الرجل المتجرّد من الأهواء ليس الرجل الذي لا أهواء له، بل هو الرجل الذي لا يعمل بمقتضاها. قد أملك نزعةً غضبيّةً أو شهوانيّةً أو أيّ هوى آخر، ولكن يجب أن ألتزم بعدم العمل بمقتضاه، مثلًا: عندما أغضب، أحاول ألّا أتكلم على الإطلاق. غير أنّ بعض الناس لا يستطيعون السَّيطرة على نزعاتهم. أن تكونوا متجرّدين من الأهواء يعني ألّا تعملوا بمُقتضى أهوائكم، لا أن ترجوا أن يقوم الله بمسحها منكم يومًا ما، فهي ستبقى حتّى يوم وفاتكم، بشكلٍ أو بآخر. إنّ مؤلَّف القدّيس هسيخيوس في "الفيلوكاليا" هو واحدٌ من أفضل المؤلَّفات عن الأفكار. هو سلسلةٌ من الحِكَم القصيرة التي تتناول جوانب مختلفةً من الأفكار. إذا قرأتُم تلك النُّصوص بالترتيب، فسوف تدركون كُنهها في الوقت المناسب، وسيكون ذلك تعليميًّا للغاية.

[3] مزمور 137: 8-9: "طوبى لمن يمسك أطفالكِ ويضرب بهم الصخرة".

كما ذكرت، نسمّي هذه "أفكارًا" (thoughts) في اللُّغة الإنكليزيّة، لكنّ المصطلح يبدو ضعيفًا بعض الشّيء، فما الضرر في المفاهيم أو الأفكار؟[4] غير أنّ الفكر ليس مجرّد مُعادلٍ عقليٍّ لكلمةٍ ما، بل هو صورةٌ مرتبطةٌ بتجربةٍ مررنا بها. تخيّلوا لو أنّ علاقتي بوالدي كانت سيّئةً وكنتُ أشعر بأنّه لم يحبّني أو لم يعترف بي، وبأنّه كان مستحيل الإرضاء. ستوجد في ذهني الكثير من الذكريات المرتبطة بوالدي، ولكنّها ستكون مصحوبةً بمشاعر. وإذا ذكره شخصٌ ما بعد خمسين عامًا، سأُعيدُ عيش كلّ ذلك الألم والغضب والاستياء. لهذا السبب سمّيتُ ذلك "فكرًا-شعورًا". فالشيء الذي في داخلي والذي يولّد ذلك الغضب يبقى موجودًا، حتّى لو قرأ أحدُهم صلاة الحلّ على رأسي. تبقى تلك الندبة ويجب القيام بالمزيد من العمل. يُغفَرُ لكم عملُكم بمقتضى الهوى، لكنّ الهوى نفسه يبقى. وعليكم القيام بمزيدٍ من العمل لتجاوز ذلك، لتغفروا لوالدكم حقًّا من قلبكم، وتفهموا ما حدث فهمًا أفضل.

نقلتها إلى العربيّة أسرة التراث الأرثوذكسيّ

Source: Fr. Maximos Constas (2016). “Taking Custody of Your Thoughts”, in *Prayer of the Heart in an Age of Technology and Distraction*. Published by *Patristic Nectar Publications.* Retrieved online from: OrthoChristian.

[4] الترجمة العربيّة تكون عادةً فكر وليس فكرة، والجمع أفكار (المترجم).