

نصائح روحانية  
من أقوال الأب الفديس اشعيا

نصائح روحانية  
من أقوال الأب الفديس اشعياء

Les Vies, des Pères des Déserts d'Orient مترجم من

par le rév. père Marin Michel - Ange  
Arignon 1761

## مقدمة

وجدنا في مجموعة Benoit Aniane هذه الأقوال  
الروحانية . وكان قصد القديس اشعيا تقديمها للرهبان الشبان .  
ولما لها من جليل النفع لسائر السائر في طريق الرب الذين  
يحيون حسب المسيح رأينا ابرازها في هذا الثوب القشيب بهذا  
الترتيب البديع فتعم فائدتها . ويجدر بكل مؤمن أن ينقشها  
على لوح قلبه ويعملها عصابة بين عينيه فيفوز بحفظه الوصايا  
المقدسة . ولو أن الصالح الواردة في هذا الكتاب تخص الرهبان  
الشبان إلا أنها تعطينا فكرة عن اهتمام آباء البرية بالإرشاد الذي  
بدرته لا نستقيم الرهينة .

† † †

لا يمكن على وجه التحقيق أن نعرف الكثير عن القديس  
اشعياء ، لكننا نميزه عن اشعياء المتوحد في تريبا أخى  
« بايز ، Paëso . وهو أيضاً أقدم من اشعياء الذى أنتشر  
القديس انبا يمين في طريقة محاربة التجارب ؛ وأقدم أيضاً  
من اشعياء الذى ذكره الانبا « اشيل » Achille .

اما عن مكان اقامته الاصلى ، فإن « بولنو ، Bulteau  
يعتقد أنه سكن في مصر بالصعيد . ومع ذلك فهو يذكره مع  
متوحدي شبيت ( الإسيط ) Scété ؛ ويرى « تيموند »  
Tillemond ان القديس اقام في هذه الصحراء . والمرجح انه  
عاش هناك ، وكان ضمن آباء القرن الرابع الممتازين في الارشاد .

وليس من شك في أن الانبا اشعياء كما ذكر « كوتليه »  
Coteller وكما يبدو من أسلوبه وعمق تفكيره ان افة قد اعطاه  
موهبة خاصة لتدريب الرهبان الشباب والراغبين في طريق  
الرب على السيرة الجديرة بطريقتهم . فكان يقول انه بالنسبة  
للرهبان المبتدئين لا يوجد شيء أنفع لهم من التدريبات  
على التواضع .

فكما نرى أن الحجرة التى نسقيها بانتظام كل يوم تنمو ،

كذلك نرى الراهب الجديد ينمو في الفضيلة إذا كنا نعلمه التواضع  
فينضج بصبر .

ويقول أيضاً : « تذكروا يا اخوتي أن الصبغة الاولى التى  
تأخذها لا تمحى ابداً . . وكان يضيف أيضاً : « أن الرهبان  
الجدد الذين يخضعون بسهولة تحت نير العاعة ، هم مثل اغصان شجرة  
صغيرة ، فهى لا تزال لينة يمكن ثنيها كما تريد . »

وعندما يتكلم عن الرهبان الشباب الذين ينتقلون باستخفاف  
من دير إلى آخر ، يشبههم بالحيوان الذى توضع كامة على فم فيتحرك  
مضطرباً في كل اتجاه .

وعرف عن القديس اشعياء انه كان متعشفاً جداً في ما كلفه .  
وروى انه في يوم دعا اخاً عنده ، ففعل رجليه ، ثم أعد له  
عدساً ، وإذ قال له هذا الاخ ان العدس لم يكن ناضجاً بكفاية  
رد عليه انه يكفي الراهب أن يهتم العدس النار قليلاً لكي  
يعتبره طعاماً لذيقاً .

وسألوه ما هو البخل ، وتحقير اعمال الغير ، والحسد ،  
والنصب . فرد أن البخل هو نقص في الثقة باقه ، كالوكان لا يعنى

بنا مطلقاً : وأنه يتضمن اليأس من مواعيد الله ، والبحث عن  
الراحة على الأرض .

وكان يقول أن تحقير اعمال الغير والحسد هي الآتي يعترف  
الإنسان بالنجيد الواجب لله .

وكان يقول أخيراً عن الغضب أنه منازعة ، وكذب ،  
وجمـل .

ولو أن هذه ليست التعريف الحقيقي لهذه الرذائل ، إلا أننا  
نلاحظ انه كان يفسرها بمبادئها وبآثارها في الإنسان .

ومن أقواله أن الله أحياناً إذ يريد أن يرحم نفساً تقاوم  
حركة النعمة لتتبع إرادتها ، يسمح أن تصير هذه النفس في الحالة  
التي تكرهها بالأكثر ، حتى تضطر للرجوع إليه لتخدمه  
بأكثر امانة .

وأراد مرة ان يعلم الاخوة ماذا يجب أن يتوقعوا من الله  
ان لم يسكنوا اماناً في خدمته . فتقدم في حضورهم داخل الأرض  
حيث تضرب الغلال إلى المزارع ورجا أن يعطى نصيبه . فقال  
له صاحب الغلال : « هل حضرت الحصاد يا أباي ؟ » .

فرد اشعياء : « لا . » .

فقال له : « كيف تريد إذن أن تأخذ نصيباً من غلاتي بينما  
لم تحصد ؟ » .

فرد الابنا اشعياء : « حقاً اذن ، ان لم يحصد المرء  
لا يأخذ شيئاً ؟ » .

فقال المزارع : « نعم بلا شك . » .

وعند ذلك انسحب وذهب إلى الاخوة الذين كانوا يراقبون  
من بعيد . ولما انضم إليهم رجوه أن يقول لهم لماذا طلبت منه  
هذا الطلب .

فرد عليهم قائلاً : « إنما فعلت هذا لكي تتعلموا أنه كما أن  
المزارع لا يعطى شيئاً لمن لم يعملوا ، فكذلك الله أيضاً ان يثيب  
أولئك الذين لم يصنعوا شيئاً لخدمته .

ويروي أيضاً أنه في إحدى مواعيد الاطاني ( أي مواعيد المحبة  
التي كانت تقام في القديم ) التي كانت معدة لبعض الرهبان في  
« بيلوز » ( بورسميد ) Peluse لاحظ كاهن الكنيسة أن بعضاً  
منهم يتحدثون معاً بحرية في غير تهييب ، الامر الذي لا يليق بإمكان  
مقدس ، فقال لهم : « اصمتوا يا اخوتي ، وتمثلوا بأحد المتوحدين

الموجود بينكم يأكل ويشرب مثلكم، ولكنني مع ذلك أرى صلاحه  
ترتفع أمام الله مثل لهيب نار .

توجد مقالات كثيرة منسوبة لابا اشعيا ، ويؤكد  
« بلارمين ، Bellarmin » أنها مقالات نافعة جداً للذين يتوقون  
إلى السكال . ونكتفي هنا بذكر النصائح الروحانية التي وجدناها  
وقد دونها الكاتب كما لو كان يتحدث إلى شخص معين ؛ قال :

« يا أخى العزيز ، بما أنك سعدت بالانسحاب من العالم  
لكي تترك نفسك كلية لخدمة الله ، فانبغ تدريب التوبة لكي  
تعال مغفرة خطاياك ، وكن أميناً لواجبات الطريق الذي اخترته .  
لا تنصت إلى الافكار التي قد يزرعها الشيطان في عقلك لكي  
يبعدك عن طريقك ، ولا سبياً إذا جرب أن يلقبك في سرايب  
الحزن والتخاذل حتى تعتقد أن خطاياك لم تغفر لك ؛ لكن  
اجتهد أن تمارس عملياً النصائح الروحانية الآتية :

١  
انظر ألا توجد على نفس المائدة مع السيدات ، ولا تكن  
لك ألفة مع الأطفال ؛ وحينما تخلع ملابسك لا تنظر أبداً إلى  
جسدك .

٢  
لا تكن جباناً مهملاً في الصلاة ، خشية أن يقبلك العدو ؛  
لكن كن منتهياً لمعنى المزامير ؛ لأنك بتأملك في هذه الترايبيل  
الإلهية تجد القوة لتتجنب الخطية .

٣  
احبب العمل والتعب لكي تقمع أهـواك . لا تغتر  
أبداً في نفسك ، وكن في انسحاق مقدس وأنت متفكر في  
خطاياك .

٤  
اياك أن تغير الحق ؛ لأن الكذب ينق عفاة الله من القلب ؛  
ولا تتكلم عن الخير الذي تكون قد صنعت ، خشية أن يخطفه  
منك شيطان المجد الباطل .

اكشف أمراض نفسك الروحية امام رؤسائك ، لكي  
تجد في نصحهم الخلاصية الادوية الكفيلة بشفائك منها واعترف  
دواما للكهنة .

لا تهمل عمالك ، واحمل نفسك عليه ولا تركز إلى الكسل .  
وسوف يبارك الله امامتك في ذلك وسياتي في قلبك مخافته  
لخلاصك .

إذا رايت اعماك يسقط في خطية ما ، فلا تحتقره  
في قلبك لذلك ؛ لانك يمكن أن تسقط مثله في أيدي اعداء  
خلاصك .

لاتافش أحدا لكي تدافع عن شعورك ؛ لانك بذلك تسقط  
في غلطات أخرى كثيرة .

احبب أن تمارس التواضع ولا تنسب برايك . بل عود  
نفسك أن تقول : اغفر لي ، اخطأت ، وسوف تكتسب  
فضيلة التواضع العظيمة .

عندما تصير وحدك في قلابتك ، اشغل نفسك إما بالصلاة  
أو بتأمل المزامير أو بعمل اليدين .

اعتبر نفسك في هذا العالم كما لو كانت حياتك تنتهي اليوم  
الحاضر ففي ذلك طريقة قوية تحريك عن الخطية .

حارب الشراهة ، خشية أن تسقط في عادتك الأولى إذا  
تبعث التهم الذي يأتي عنها . اجتهد في العمل بحماس ؛ راجع في  
ذهك تراثيل داود المقدسة : هذه هي الطريقة السليمة لحفظ  
نفسك في سلام القلب .

في صلواتك تركّ مشاعر الندامة بدموعك وبأينتك الداخل؛  
وبذلك تجلب على نفسك رحمة الرب الذي سوف ينزع عنك  
الإنسان العتيق ويلبسك الجديد .

تأكد أن العمل ، والفقر الاختياري ، والتجرد عن العالم ،  
والآلم ، والصمت تصنع فينا التواضع الذي يجعلنا نسال من الله  
مغفرة الخطايا .

فاذا أردت ان تعرف ما هو التواضع ، فهو أن تعرف  
خطية نفسك ، والاتّ تشبث برأيك الذاتي كثيراً ، وان تجاهد  
بشجاعة ضد الميول الشريرة ، وان تكون حينك دائماً متجهتين  
صوب الأرض في وداعة ، فتتحمل بصبر الإهانات وأنعاب  
العمل ، وتمكره التكريم والراحة ، لتكون دائماً على استعداد  
ان تقول انك مخطئ . وتطلب المغفرة ؛ فهذا التواضع نصيب  
أقوى من كل أعداء نفسك وتجعلهم يهربون .

احتفظ لنفسك بالانسحاق والندامة ؛ ولكن حينها يحضر  
إليك الإخوة لزيارتك ، فاستقبلهم مظهراً الفرح في الرب ؛ فهو  
ان يعطى فيك مخافة الرب ، بل بالعكس يثبتك فيها .

عندما تضطر للخروج مع إخوة آخرين ، فكن متنبهاً قليلاً  
حتى تحافظ بالأكثر على الصمت ، لا تترك عيبك تقيه في النظر  
في كل جانب ؛ بل تفكر بأفكار مقدسة ، إما بتأملك في المزامير  
أو بالصلاة . وعندما تدخل بيتاً ، فلا تقدم نفسك أولاً للذين  
فيه بأساليب ظاهرة ؛ بل احفظ نفسك في وداعة وحرص ،  
ولا تدفع بشرافة إلى ما يقدمونه لك إذا قدموا لك شيئاً ؛ بل  
هم يدعونك .

لا تنم أبداً مع شخص آخر في نفس السرير ، ولا يفوتك  
قبل النوم أن تقول صلاة طوبئة ، حتى ولو كنت متعباً  
من الطريق .



لا تقبل أن يدهن جسدك بزيت ، إلا إذا كنت في حالة  
مرض خطير .

عندما تجلس على المائدة مع الإخوة ، لا تأكل بشراهة  
لكي تشبع حاسة الذوق ؛ لا تضع يدك إلا على ما هو أمامك ؛  
واجلس بوداعة ؛ لا تنظر إلى ما يأكله الآخرون ؛ وعندما  
تشرب ماء ، فلا تفعل ذلك بشراهة ولا تحدث ضجيجاً .

إذا كنت جالساً مع الإخوة ، واضطرت أن تبصق ، فقم  
وافعل ذلك جانباً . ولا تتمدد وتزحم الآخريين كأنك تستريح ،  
ولا تتناوب بعدم لياقة .

لا تضحك بصوت مرتفع ؛ فإن ذلك يبين أنك بعيد عن  
مخافة الرب .

لا تفتنه ابداً ما يملكه الآخرون ؛ وعندما تنقل كتباً ،  
لا تتفخر بأن تضع فيها زيادة من جانبك .

إذا أخطأت ، فلا تكذب لكي تخفي خطيئتك ، بل لا تستحي  
من الاعتراف بها ؛ فاركع واعترف بخطيئتك واطلب المغفرة  
وسوف يغفر لك بدون تعب وتقدم للكاهن بلا تردد .

إذا طابك أحد على خطية ولم تكن مذنباً ، فلا تغضب ؛  
بل بالحري مواضع وقل له : « أرجوك أن تسامحني واني أعدك  
بأنى سوف اصالح نفسي » .

لا تعنى نفسك بسبب الحياء الباطل من أن تناجس إلى أيك  
الروحي لكي تأخذ منه النصيح في شدائدك .

إذا قرع أخ باب قلايتك بينما أنت منشغل في عمالك ،  
فأترك فوراً عمالك لكي ترد عليه ، وتتمكن مرضاته مفضلة لديك  
على مرضاة نفسك .

لا تعتمد إلى التسلية بالكلام أو بالاستماع مما يفعله  
الآخرون ، ان لم تكن لذلك ضرورية .

إذا أرسلك رئيسك خارج الدير ، فسله قبل أن تخرج ان  
يجربك كيف تتصرف . ونفذ بأمانة ما يمينه لك . اسهر على  
عينيك وعلى اذنيك ؛ وهذا السم كفييل بأن يمنحك من أن  
تزل بلسانك .

إذا كنت تسكن في قلاية واحدة مع أخ آخر ، فاعتبر  
نفسك غريباً عنه ، ولا ترتبط به بمحبة طبيعية . لا تعط لنفسك  
الحرية ان تأمره ؛ لا تنظر إلى نفسك كأنك أعلى منه ؛ ولا  
تتصرف معه بألفة كثيرة . إذا طالبك بأن تفعل شيئاً لا تريده ،

فضع من قلبك ، خشية أن تعزبه برفضك ، وليكن ذلك غذاء  
للحبة بينك وبينه ، وتأكد أن الاصلح امام الله هو الذي  
يتضع ويطيع .

إذا طلب الاخ الذي يسكن معك أن تعد طعاماً ، فاطلب  
عنه أولاً ما يرغب فيه ، فإذا ترك ذلك لاختيارك ، فأعد ما يكون  
عندك في مخافة الرب .

عندما تستيقظ وتقوم ، ابدأ بالصلاة العقلية قبل أي شيء  
آخر ، ثم بعد ذلك اجتهد في العمل وأفعل ذلك بقلب نقي .

اذهب لاستقبال من يحضر إليك بفرح ومحبة قلبية ؛ حيثه  
بهشاشة ، خشية أن ينسحب بجزن وألم إذا قصرت في استقباله .  
ومع ذلك فلا تدفع معه من البداية في كلمات باطلة ؛ بل ادعه  
للصلاة معك ، ثم اجلسه ، وسله عن حاله ، وقدم له كتاباً  
ليقرأ ؛ وإذا كان متعباً من الطريق ، فاغسل رجله وارتكبه  
يستريح . فإذا كان أخ يريد أن يدخل معك في احاديث لا نفع

فيها ، قتل له بوداعة : اغفر لي يا أخى ، فأنا ضعيف ،  
والأحاديث غير النافعة تضرنى . إذا لاحظت ان ملابسك مزقة ،  
فارتقها له ، وإذا كانت قدرة فاغسلها له ؛ هكذا ينبغي أن تصنع  
مع الذين يأتون لزيارتنا .

لكن ان كان يأتيك مقشرد ، وكنت حينئذ مع رهبان  
قديسين ، فلا تدخله عندهم ، لكن فقط لإحسن إليه ثم امصرفه .  
وإذا تقدم إليك فقير ، فلا تحزنه برفضك التصديق عليه ، بل  
اعطه ما تكون العناية الإلهية قد أرسلته اليك .

٣٣

إذا وضع اخ شيئاً في قلبك بصفة امانة فلا تفحصه جيداً  
في الاستطلاع ان لم يكن صاحبه حاضراً .

٣٤

إذا تركك اخ في قلبه وخرج لأمراً ما ، فلا تسأل نفسك  
بالنظر إلى ما يوجد فيها ؛ بل اطلب منه قبل ان يخرج عملاً  
تتشغل فيه أثناء غيابه ، وأتمن كل ما يعينه لك .

٣٥

لا تفصل بين واهمال ؛ لشلا بدلا من أن ترضى الله بعمل  
نفسك مذنباً . في أثناء الصلاة تكون في حضرة الله بخوف  
وإجلال . لا تتوكأ على الحائط ؛ بل احمل نفسك على رجلك  
فقط . ارفض الأفكار غير النافعة وكل تفكير في الأمور الجسدية ،  
حتى تكون صلاتك مقبولة لدى الله .

٣٦

كن أيضاً منصتاً لله حينما تحضر القداس الإلهي . اسهر على  
افكارك وعلى حواسك . كن في شعور الاجلال والعبادة امام  
الرب ، واجعل نفسك بذلك مستحقاً لشركه جسده المقدس ودمه  
الكريم ، لتنال منه شفاء أوجاع نفسك .

٣٧

ما دمت شاباً فلا ترتد سوى الملابس اللائقة ، وافعل كذلك  
إلى أن يلزمك السن الكبير أن تلبس ملابس أفضل عن طريق  
الضرورة .

حينما تكون في الطريق مع من هو أقدم منك ، فلا تسر امامه . وإذا كنت جالساً مع من هو أقدم منك ، فقام ليكلم آخرين ، فلا تظل جالساً ، بل قف امامه إلى أن يطلب إليك الجلوس ثانية .

حينما تدخل مدينة أو قرية ، اجعل عينيك دائماً إلى أسفل ، خشية أن تعود الأشياء التي تراها إلى ذاكرتك عندما تعود إلى قلايتك فتكون لك موضوع تجربة .

لا تلم في مكان نخشى فيه أن تكون معرضاً لافكار شريرة . وايضاً لا تنظر في مواجهة إلى الجنس الآخر ؛ ولا ايضاً إلى تياجهن ان امكنك .

إذا كنت مسافراً مع شيخ ، فلا تجعله يحمل شيئاً ؛ بل خذ على عاتقك أنت نفسك أن تحمله . وإذا كنتم كثيرين ،

وكانت هناك أشياء كثيرة لتحملونها ، فليحمل كل واحد منكم نصيبه . وان لم يكن هناك سوى القليل ، فليحمسه كل واحد بدوره ولوقت متساو ؛ ولكن يجب أن يسير من يحمل أو من كان اضعفكم دائماً في المقدمة ، حتى إذا احتاج إلى الراحة ، يقف الآخرون وراءه .

حينما تستشير شيئاً عما يجري في داخلك ، فافعل ذلك ببساطة وبقلب مفتوح ، وكأنتك مقتنع أنك فيه ثقة الا يفشى السر الذي يجب عليه حفظه . ولكن حينما تخاطب اباً لكي تأخذ منه نصيحة ، فعند اختيارك لا تهتم بكبر السن على قدر اهتمامك بعلمه وبقواه وخبرته في الامور الروحية .

صل طويلاً أثناء الليل ، حتى يبدد الرب ظلمات عقلك بنوره الإلهي . تفكر حيثنذ في خطاياك لكي تفهم جسامتها وقبحها ، وصل إلى الرب لكي يظهر نفسك منها ، وهو تعالى يمنحك هذه النعمة .

إذا أتاك أحد لكي يمددك ضد القريب بدنيونة أعماله ،  
 لمخى ان كان من حقه ان يحكم على اعماله ، فاعتذر من أن تنصت  
 إليه ، وقل له بتواضع : اغفر يا أخى ، فانى عاطى واضعف  
 من الآخرين . وأشعر أن عندى الميوب ذاتها ، وأحزن عندما  
 اسمع تأنيباً عليها فى شخص قريبى .

فضل دائماً الآخرين : وإذا كان أحد فى حضورهم يظهر لك  
 الاكرام ، فقل أنه بسبب كرامته يظهر لك الاكرام .

لا تكن قاسياً فى اقراضك الإخوة الآخرين ما يطلبون ؛  
 بل استجب إلى رغبتهم فوراً .

لا تُعد إلى ذاكرتك بدين جددى ذكر أرائك الذين  
 تركتهم بتركك العالم من أجل محبة الله ؛ بل اشغل نفسك بالحرى  
 بفكرة الموت والدينونة ، واعتبر أن لا أحد مطلقاً منهم يستطيع  
 حينئذ أن يكون لك عوناً .

إذا تذكرت وأنت جالس فى قلايتك الشر الذى صنعه بك  
 أحد ، فقم فى الحال ، بدلا من أن تتوقف عند هذه الفكرة ،  
 وصل إلى الله من كل قلبك ان يغفر له خطيته إليك ، وبذلك  
 تتحقق فى نفسك الالم الذى قد تسيه هذه الفكرة .

احذر من أن تتقدم للتناول وفى قلبك حقد ضد قريبك ؛  
 وإذا كنت تعلم ان احداً غاضب منك فاذهب للصلح معه بطلبك  
 المغفرة منه ، كما أوصانا ربنا .

إذا كنت تأملت أثناء الليل من جراء بعض الخيالات ،  
 فاحذر من أن تراجع تلك الصور أثناء النهار ، خشية ان تجر  
 قلبك إلى بعض الفكر الشرير ؛ بل تواضع امام الله الذى يعرف  
 حصف البشر وهو يرحمك .

لا تعتمد على أعمالك ، حتى وإن كنت تصوم أصواماً صارمة ، أو تصلى صلوات تكاد تكون متواصلة ، كأنك بذلك تستحق أن تريح السماء ؛ بل سلم نفسك بالحرى لصلاح الله ، فإذا يأخذ تقشفك في الاعتبار يتحنن عليك ويساعدك في ضعفك .

لا تستسلم للوهن والحزن حينما تهتلى ببعض الأمراض ؛ بل انظر بالحرى إليه كما تنظر إلى خير يأتيك رحمة من الله لاجل منفعة نفسك ، وقدم لمعلمته الشكر على ذلك .

حينما تكون في قلابتك ، كن منظماً في تناول طعامك في نفس الميعاد ونفس الكمية . لا تغير ذلك أبداً ، واعط جسدك ما يكفي حتى تستطيع أن تعمل وتخدم الله . وفي حين وجودك خارجاً ، إذا قدموا إليك طعاماً أشهى من طعامك المعتاد ، فلا تشبع نفسك منه ، حتى تستطيع أن تعود بأكثر سرعة إلى قلابتك .

إذا حدثتك نفسك ان تقوم بتقشفات وبأعمال أعل من عورتك ، فقد تكون حيلة شيطانية . فالشيطان لا يفتنى بإيمانه بها إليك الا أن يشدك بدون فائدة بما لا تستطيع ان تنفذه ، حتى بذلك يثبط همتك ويخدعك . فلا تنصت إلى هذه الاقتراحات لان إيهامات الأرواح الشريرة تكون عادة بلا قاعدة وبلا مقاييس ؛ وتهدف إلى الفوضى .

كل مرة واحدة في اليوم ؛ لكن لا تشبع نفسك تماماً . اعط الجسد حسب حاجته ، واعتبر ضعف الطبيعة .

خصص نصف الليل للصلاة ، وخصص النصف الآخر لراحة الجسد ؛ لا ترقد أبداً إلا بعد أن تكون صليت لمدة ساعتين على الأقل ؛ وبعد ذلك اعط الجسد الراحة التي يحتاج إليها . فإذا كان يصعب عليك فيما بعد أن تقوم لاستئناف الصلاة

ووجدت نفسك مجرباً بالكسل ، فقل : هل آخذ راحة جسدية  
لمدة قصيرة كهذه ، ثم بعد ذلك التحمل العذابات في الحياة  
الآخري ؟ من الأفضل جداً أن تتحمل هنا القليل ، وتستحق  
بذلك ان تنعم بالراحة الأبدية في صحبة القديسين . فإن هذا  
التأمل كفيفيل بأن يجاب لك معونة الله ويحملك على التغلب على  
الكسل .

٥٧

إذا كان عندك عبد عند اندماجك في حياة الرهينة ، فامنحه  
الحرية ، لكن ان أراد ان يصير راهباً ، فلا تسمح له  
بالاقامة معك .

٥٨

حينما تذهب لبيع اشغالك اليدوية ، لا تسارم على الثمن كما  
يفعل الملايون . وهكذا حينما تشتري . فعمل قدر ما تكون  
ممتلكاتك في هذا العالم قليلة يكون قربك من الله .

٥٩

إذا كان أخ يضع إناء في قلايتك ، وكنت محتاجاً لأن  
تستعمله ، فلا تقبل ذلك إلا بإذنه .

٦٠

حينما تذهب لشراء بعض الاشياء لاجل عملك ، فإذا سألك  
أخ ان تشتري له شيئاً ، فاصنع عمل المحبة هذا . وإذا كنت في  
صحبة إخوة آخرين ، فاصنع ما كلفت به في حضورهم .

٦١

إذا أقرضوك شيئاً ، فرده فوراً بعد قضاء حاجتك ،  
ولا تنتظر أن يطلب منك . وإن كان هناك شيء مكسور فاصلحه  
في الحال ؛ ولكن إن أقرضت شيئاً لاخ ، فلا تطلبه حينما ترى  
ان حالته لا تسمح له أن يرده لك ؛ ولا مسجياً إذا لم تكن في  
حاجة ملحة إليه .

قد يحدث عندما تنفب عن قلايتك بعض الوقت لسبب  
غيرى ، أن برى أخ القلاية عالية فيحضر ليشغلها . ففي هذه الحالة  
عندما تعود لا نلزمه أن يغير مسكنه ؛ بل اتركها له عن طيب  
عاطر وابتح عن قلاية أخرى لنفسك ، خوفاً من أن يفضب  
الله عليك إذا أرمته على الخروج منها . لكن إذا انسحب برضاء  
فلن يكون لك حيثنذ ندامة أنك كنت ناقصاً في محبتك ؛ وفضلاً  
عن ذلك فإن كان هناك في القلاية بعض الامتعة ويرغب هذا  
الأخ في أن تكون له ، فهبها له مجاناً .

إذا غيرت قلايتك ، فلا تأخذ معك امتعة ، بل سلبها  
بكل ما فيها لأخ فقير ، وسوف يرى الله بأن يعوضك في أى  
مكان تذهب إليه .

لا يوجد شيء يسر الشيطان أكثر من أن تخفى افكارك عن  
أبيك الروحى . ضع هذه الحقيقة كبدأ دائماً ، ولا تفتخر أبداً  
أنك تصل إلى كمال آباءنا القدماء ان لم تمتثل بأعمالهم .

انزع من قلبك كل محبة في أموال هذا العالم . فهى مثل السم  
الذى يتفشى ويفسد كل الثمر الذى يمكن للراهب ان يجنيه من  
التدريبات الخاصة بنظام الرهبنة .

لا تتصجر وقت التجربة ، مهبطا طالت ؛ بل ثابر في الجهاد  
المقدس ضدها ، واجهد الله بتواضع وقل له : يا رب اعنى لاني  
ضعيف فلا أستطيع بنفسى أن أصمد في هذه المعركة الشديدة .  
فتختبر أن الله يهب القوة للتغلب عليها ، ولا سيما إذا كنت  
تصلى هذه الصلاة بإيمان من كل قلبك . فإذا سعدت بالانتصار  
على التجربة ، فلا تفتخر ولا تثق في نفسك ثقة المفرور ، وكأنه  
ليس هناك ما تخشاه بعد ، بل بالعكس كن حذراً أكثر من  
أى وقت ، لأن الشيطان عندما ينسحب يبذل مجهودات جديدة  
ضدك .



حينما تصل إلى الله ، لا تقل : يا رب ابعده عنى ذلك ،  
أو اعطني ذلك ، بل قل بالحري :

« انت تعرف يا ربى وإلهى ما يليق بالأكثر لاجل خسير  
نفسى : ساعدنى بنعمتك ؛ لا تسمح أن اخطى . إليك وأهلك فى  
خطيئى . انظر إلى ضعفى ، أنا الخاطىء . لا تتركنى إلى ثورة  
غضب اعائى ، لانى لإنتاج إليك واتكلت عليك غفائى .

انت قوتى وعونى الوحيد فى رجائى . انت قادر على كل  
شئ : يلبق بك كل مجد ؛ صلاحك غير محدود ، ولك الحمد والشكر  
إلى الأبد آمين .

وجدنا فى هذه الأقوال مبادئ حكيمة وتقوية ومؤثرة  
جداً ، فرائداً لا نعلم إلى تلخيصها ، فإن كل المعانى الواردة فيها  
نافعة جداً وثمينة جداً . ولا تصالح الرهبان تحت التبرين لحسب ،  
بل أيضاً للتقدمين وغيرهم . والراهب الشاب الذى يعمل هذه  
النصائح الممتازة لابد أن يصل بدون شك إلى درجة عالية من  
الكمال .

وليس يقوم بديلاً أن بصوم تلك الأصوام الصعبة ويسهر  
ذلك السهر الطويل عن الأمانة فى حفظ أصغر التواميس ؛  
وانكار الذات ؛ والطاعة البسيطة البنوية ؛ والفقر الاختيارى ؛  
والتواضع والصبر فى تحمل الإهانة ؛ وكذلك فى الأمراض  
والأحزان الأخرى ؛ ومقاومة التجارب بشجاعة ؛ والاعتراف  
فى تواضع بالخطايا والاتضاع بتوجيه مرشد مستشير والطاعة  
لنصائحه ؛ وأخيراً الحمية والمثابرة فى الصلاة ؛ والثقة بالله وبمحبته  
المقدسة . هذا ما تروى به القوانين الإلهية ، وهو ما يمكن ممارسته  
فى كل مكان ، بما يجعل الإنسان كاملاً يصنع مشيئة الرب .

† † †