

مطرانبة الزقازيق ومنيا القمح
للأقباط الأرثوذكس
كاتدرائية السيدة العذراء
وما ريو حنا بالزقازيق

النسك والسجود والدموع
فى حياة آباء البرية

بنعمة الله
الأبنا ياكوبوس
أسقف الزقازيق ومنيا القمح

مقدمة

الله القدوس ، الكائن قبل الدهور والدائم الى الأبد الساكن في الأعلى والناظر الى المتواضعين ، شاء فخلقنا بكلمة قدرته ، وأوجدنا لأعمال صالحة سبق أن أعدها لنا لنسلك فيها .

ومن فائق محبته لنا تنازل وتجسد لأجل خلاصنا . آخذاً صورة عبد صائراً في شبه الناس وإذ وجد في الهيئة كائنسان وضع ذاته وأطاع حتى الموت موت الصليب .

فدانا بدمه الذكي الثمين على الصليب ليعتقنا من حكم الموت ويهبنا الخلاص ، وغفران خطايانا معطياً إيانا نعمة البنوة ، وميراث الحياة الأبدية . ويحضرنا قديسين وبلا لوم قدامه في المحبة ... وضع لنا وصايا مقدسة تنير أمامنا طريق التوبة والملكوت والحياة الأبدية مسطرة بوحى الروح القدس في انجيله المقدس . وقال رب المجد في انجيله المقدس :

" الكلام الذى أكلمكم به هو روح وحياة . " (يوحنا : ٦٣) .

كلمة الله الحية والفعالة والتي هي أمضى من كل سيف ذى حدين ألهبت قلوب الآباء فاشتعلت بنار الحب الالهى فلم يطبقوا السكنى

وسط ضجيج العالم . وإغراءاته وسرابه الخادع فانطلقوا الى البرية ليعيشوا فى حياة الوحدة ، والسكون والتأمل . انحلوا عن الكل ليرتبطوا بالواحد . هذه الحياة التى تجسد الوصية واقعاً عملياً . عاشوا انجيلاً مقررأً وبشارة حية تبين قوة النعمة المعطاة لكسب الجهاد ضد الشر ، وتوضح قيمة الخلاص المجانى لانسان يحفظ الوصايا ويستमित فى تنفيذها . وتجسد الحياة الانجيلية المعاشة فى الواقع العملى من حيث الفقر الاختيارى ، والنسك ، والصوم والصلاة والدموع والسهر والتسبيح .

تشبهوا بالملائكة بمشاركتهم فى التسبيح الروحانى . والسهر والاستعداد بمصابيح مضيئة مليئة بالزيت استعداداً لملاقاة العريس السمائى فى مجيئه الثانى المملوء مجداً . وفى نسكهم ليس إذلال للجسد ، أو قمع للشهوات الجسدية فقط ، وإنما ارتقاء بالطبيعة البشرية ، فتتحد الارادة البشرية بالمشيئة الإلهية ، وتعزىد النعمة ومؤازرتها للجهاد النسكى ، لأن الجهاد النسكى بدون عمل النعمة ، يفقد هدفه الروحى والالهى . الذى هو الحياة الأبدية .

وإذا سعى الأب الراهب ، أو الشيخ فى حياته النسكية معتمداً

على العمل الجسدى لتتزكى الذات ويسعى نحو التأله والكرامة
والمديح والتمجيد من الناس ، ينهار عمله وجهاده النسكى أمام الله ،
ويبدأ فى الانزلاق والسقوط الذى نهايته الهلاك . ولكن الآباء
الرهبان فى افرازهم والحكمة الموهوبة لهم من الله وتحت ارشاد
الآباء الشيوخ الروحيين وفى طاعة كاملة يسعون فى جهادهم فى
انسحاق واتضاع كاملين وفى عمل خفى وفق وصايا الانجيل . وقول
الرب " وأبوك الذى يرى فى الخفاء يجازيك علانية " (مت ٦ : ٦) .
ولا يتوقف عمل الآباء عند حد الصوم ، أو التجرد أو العوز
والمسكنة وعدم القنية فقط . بل صار لهم السجود ملازماً للنسك
تشبهاً بالشاروبيم الذين يقدمون السجود الدائم لله . وفى سجودهم عبادة
نقية كاملة ملازمة للتسبيح ، الذى هو عمل السيرافيم
وفى ميطانيات كقانون يومى مع تلاوة المزامير من أعماق
قلوبهم . ليقنتوا الانسحاق . وعمل الميطانيات هى توبة يومية
يحياها الراهب ليطرق بها على باب الملكوت ، فيفتح له الرب
وينال الرحمة والغفران .

والآباء لم يكتفوا بالنسك والسجود ، بل اقتنوا الدموع ، فيسكبون

دموعهم أثناء صلواتهم ، لا عن حزن أو يأس بل دموع هي ذبيحة شكر . وتعبير عن الحب الالهي الذي غمر قلوبهم وأيضاً دموع توبة يغسلوا بها قدمي الرب مثل المرأة الخاطئة التي بللت قدمي المخلص بدموعها . فنالت الخلاص ، وغفران خطاياها لأنها أحببت كثيراً فغفرت خطاياها الكثيرة .

هذه الحياة التي عاشها آباء البرية ترسم لنا صورة حقيقية لأناس عاشوا الانجيل كواقع حي ملموس . فصاروا بذلك علامة بارزة على الطريق ومثال يُقتدى به في الحياة الروحية .

اننا نشتم عبيق هذه الحياة عبر الاجيال وسنظل حياة آباء البرية مضيئة بحروف من نور في تاريخ الرهبنة وعلامة بارزة في تاريخ الكنيسة .

آباء البرية اظهروا لنا بخبرتهم المملوءة حكمة وحياتهم الملائكية وعبادتهم الروحية القوية ، أن وصايا الانجيل ليست ثقيلة ، بل هي نير هين وحمل خفيف كما قال الرب في انجيله المقدس : " احملوا نيري عليكم وتعلموا مني . لأني وديع ومتواضع القلب . فتجدوا راحة لنفوسكم . لأن نيري هين وحمل خفيف " (مت : ٢٩ ، ٣٠)

ان وصايا الرب تمارس بالحب ، ويعمل النعمة التي تؤازر الجهاد ، وأن الحياة النسكية بمختلف أوجهها سواء فى الصوم ، الصلاة والتسبيح أو التجرد والفقر الاختيارى والنقشف ، وبغض العالم والمسكنة والاتضاع والسهر والتسبيح ، والدموع المسكوبة ، واحتمال اهانات الآخرين بشكر . وقبول الآلام بفرح واحتمال التجارب دون تزمير .

كل هذا يعتبر ذبائح مقدمة للرب يشتمها الرب رائحة رضى .
ان حياة الآباء النساك هى حياة ملائكية ترفعنا الى السماء وتقربنا من الأبدية ، لكى نشاق الى هذه الحياة . لكى نحيا فى هذا العالم الملكوت على الأرض ، اذا صار قبولنا للعمل النسكى الآبائى بحب وفرح كاملين ، طالبين معونة الرب وعمل نعمته فى جهادنا . وينقدس هذا العمل بالروح القدس الذى يظل يرافقنا فى رحلة جهادنا يعطينا المعونة فى التجربة والضيق ، ويهبنا السلام القلبى العميق وقت الشدة . والفرح بالرب فى كل حين ، الى أن نستوطن عند الرب لنحيا فى ملكوت السموات .

بين يديك أيها القارئ العزيز : كتاب

" النسك والسجود والدموع فى حياة آباء البرية " .

الرب القادر على كل شئ يجعل هذا الكتاب سبب بركة لحياة الكثيرين
لكى يسيروا على طريق الآباء فى حياتهم النسكية وفق وصايا
الانجيل ، لكى يحيوا الملكوت على الأرض ويتأهلوا للحياة الأبدية .
بشفاعة والدة الإله القديسة مريم ، وكافة الملائكة وسائر الشهداء
الأبرار ، والقديسون الذين عاشوا حياة النسك والسهر والتسبيح .
وبصلوات صاحب القداسة :

البابا شنودة الثالث

بابا الاسكندرية وبطريك الكرازة المرقسية وافريقيا والخمس المدن
الغربية وسائر بلاد المهجر .
لإلهنا كل مجد واكرام وسجود فى كنيسته المقدسة
أمين .

بنعمة الرب

مايو ٢٠٠٣ ميلادية

الأنبا ياكوبوس

اسقف الزقازيق ومنيا القمح

محتوى الكتاب

الباب الأول : النسك

- الفصل الأول : النسك فى التفسير اللاهوتى .
- الفصل الثانى : المفهوم الروحى للنسك فى الانجيل .
- الفصل الثالث : المفهوم الكنسى لمعنى النسك فى الأرثوذكسية .
- الفصل الرابع : اعمال النسك عند الآباء وأقوالهم .
- الفصل الخامس : سير بعض الآباء النساك .

الباب الثانى : السجود

- الفصل الأول : السجود فى الطقس الكنسى .
- الفصل الثانى : أقوال الآباء فى السجود .
- الفصل الثالث : السجود والمطانيات فى حياة سير بعض الآباء .

الباب الثالث : الدموع

- الفصل الأول : المفهوم الروحى الأبائى للدموع .
- الفصل الثانى : أقوال الآباء فى الدموع .
- الفصل الثالث : آباء البرية والدموع .

الباب الأول

النسك

الفصل الأول :

النسك فى التفسير اللاهوتى .

الفصل الثانى :

المفهوم الروحى للنسك فى الانجيل .

الفصل الثالث :

المفهوم الكنسى لمعنى النسك فى الأرثوذكسية .

الفصل الرابع :

اعمال النسك عند الآباء وأقوالهم .

الفصل الخامس :

سير بعض الآباء النساك .

الفصل الأول :

النسك فى التفسير اللاهوتى

[1] التجسد الالهي بحد ذاته يؤخذ كأعلى مفهوم عملي نسكى :

إذ يحمل أقصى حالة اتضاع ممكنة ، هذه أتمها ابن الله في ذاته بإخلاء ارادى من كل مجد اللاهوت ولبس صورة عبد متضع ، خادم ، مرفوض . ومن جهة أخرى وكننتيجة مباشرة للإخلاء ، فان اتحاد المشيئة البشرية بالمشيئة الإلهية اتحاداً كاملاً طابق فيه المسيح إرادة الانسان لارادة الله مطابقة كلية ، يُعتبر في حد ذاته عملاً نسكياً بمفهوم الطاعة المتجردة التي أثبت بها بصورة قاطعة بنويته لله الأب عملياً ، لأن النسك هو العمل المستمر لمطابقة المشيئة والإرادة البشرية لمشيئة وإرادة الله . هذا التعريف يضبط العمل النسكى نفسه ، ويجعل كل نشاط منه لا يطابق مشيئة الله ، خطأ عقيدياً ، باعتبار أن الحياة المسيحية هدفها النهائى الاتحاد بالله هذا الاتحاد يبتدىئ من أول لحظة في الحياة مع الله بواسطة إطاعة الوصية ، كمحاولة لإخضاع مشيئة الانسان لله إخضاعاً ينمو شيئاً فشيئاً حتى يصير مطابقاً لها بعمل النعمة المؤازرة للإنسان .

وبذلك يصير مفهوم النسك من وجهة نظر لاهوتية هو :

أولاً : تمهيد عملي لا غنى عنه لبلوغ حالة الاتحاد بالله ،

بواسطة تهيئة الطبيعة البشرية بالإخلاء المستمر من كل كبرياء أو
عظمة أو مجد بشرى كاذب ، لكي تكون متضعة على مستوى
تجسد ابن الله ، فتصير مناسبة ومستعدة للشركة مع الله .

ثانياً : رفع حالة العبودية التي يعيشها الانسان بعيداً عن الله الى
حالة بنوية له ، بالاجتهاد الدائم فى طاعة وخضوع حتى الموت ،
لتكميل مشيئته بكل وسيلة ممكنة ، واحتمال كل ضيقة وتجربة
توضع فى طريقه ، ليثبت انه جدير ببنوة المسيح وميراثها ، ويتم
ذلك بشهادة الروح القدس فى قلب الانسان وضميره ، على حد قول
بولس الرسول : " لأنه ان عشتم حسب الجسد فستموتون . ولكن
ان كنتم بالروح تميئون أعمال الجسد فستحيون . لأن كل الذين
ينقادون بروح الله فأولئك هم ابناء الله . اذ لم تأخذوا روح
العبودية أيضاً للخوف بل أخذتم روح التبني الذى به نصرخ يا
أبا الآب . الروح نفسه أيضاً يشهد لأرواحنا اننا اولاد الله . "
(رو٨: ١٣-١٦) .

[٢] النعمة والجهاد فى العمل النسكى :

الحياة النسكية عمل ايجابى وعمل سلبي ، أى : شئ نحصل عليه

بالجهد ، وشئ نحصل عليه بدون جهد . الذى نحصل عليه بالجهد هو مكتسب بالارادة ، والذى بدون جهد موهوب لنا من قبل الله بالنعمة . كل فضيلة من الفضائل لها حد ايجابى تنتهى عنده ، وحد سلبي تبتدى منه .

الجهاد والنعمة فى اكتساب فضيلة المحبة :

فالمحبة يمكن أن تمارسها وتجتهد فى تتميم واجباتها بالنسبة للناس والله بدون أى عائق وبدون أية مساعدة من الناس ، وفى أى لحظة تريد أن تبتدى فيها أى عمل محبة يمكن أن تبتدئه بارادتك وحدك ولكن مهما أوتيت من قدرة واخلص واستعداد و ارادة ، فإن محبتك تقف عند حد معين لا يمكن أن تتخطاه ، هذا الحد مرتبط بامكانية الانسان المحدودة وبتدخل ضعفات كثيرة غير مباشرة تحد من انطلاقة فى المحبة . عند هذا الحد تبدو المحبة دائماً أنها اجتهاد شخصى مشكور ، ولكن ترى بدون جدال أنها ناقصة . ولكن الحادث أن الانسان لا يقف عند هذا الحد ، إذ أن نعمة الله لا تكف عن عملها فى قلب الانسان المجتهد ، حيث يستقبل الانسان روح المحبة الذى يرفع فى الحال من قيمة المحبة وحرارتها وفيضها فى

القلب ، ويسخر كل القدرات المتخلفة والطاقات المتعطلة فى الانسان لتخدم المحبة ، ويبدو الإنسان محمولاً بقوة جارفة ليحب بدون قيد ولا شرط ، وبصورة يبدو فيها للآخرين بوضوح أن الانسان واقع تحت تأثير الهى فائق ، وأن قوة إلهية عظيمة تعمل فيه . حتى أنه لا توجد أية عداوة تستطيع أن تحجز محبته للناس . فإذا عدنا الى الحدود الإيجابية لفضيلة المحبة ، أى نهاية عمل الجهد الذاتى بالارادة ، نجد أن شعور الانسان عند هذه المرحلة بالذات ، يكون شعوراً ناقصاً جداً بالنسبة لمطالب محبة البنين ، ولا حتى بالنسبة للعبيد إذا كان خالياً من عمل النعمة . أما إذا انسكب روح المحبة فى قلب الانسان ، فإنه يتزكى فى الحال شعور البنوية فى الانسان ، مما يلهب قلبه ويأسره ويشعره بقربه الشديد من الله .

الجهد والنعمة فى اكتساب فضيلة الاتضاع

وأيضاً فى فضيلة الاتضاع ، فالجهد الانسانى فيها ينتهى أقصى ما ينتهى عندما يشعر الانسان أنه لا شئ ، وأنه غير محسوب عند نفسه ، وأنه أقل الناس جميعاً .

وحتى عند هذا الحد لا يكون الانسان راضياً عن نفسه ، ولا يكون

الناس كلهم راضين عنه ، إذ يبداً أنه متكلف يحاول أن يجرد
الإنسان من إنسانيته ، هذا إذا خلا كل جهاده السابق من عمل
النعمة .. ولكن ، إذا ما بدأت النعمة عملها في القلب ، ووهب الله
للإنسان روح اتضاع - أى بروحه القدوس - فإن الإنسان يشعر
في الحال أنه أصبح يملك شيئاً جديداً ، وتبدو هيئة الاتضاع فيه
جليلة بحيث تزيد بشريته تكريماً وتجعل إنسانيته فوق الإنسانية
الطبيعية ، حتى يكاد يحس الناس أن الله يتكلم ويعمل فيه . وهنا
يصير اتضاعاً جاذباً لقلوب الناس معلناً عن الله الذي فيه .

الفصل الثانى

المفهوم الروحى للنسك فى الانجيل

الكتاب المقدس يقوم اساساً على السلطان الذاتى لكلمة الله ،
المرسلة لتعمل عملها فى العالم بقوة الهية كبشارة مفرحة ، تفتح
بالخبر السار الطريق الى الملكوت عبر قلب الانسان بقوة فائقة .
ولكن الكتاب لا يغفل العمل البشرى أيضاً بل يزكبه كوصية وأمر .
العمل النسكى موضوع لإخضاع الطبيعة البشرية لسلطان
الروح ، حتى لا تتعوق أو يتعطل تجديدها ... غير أن الجسد لا
يستطيع أن يمتد أو يفعل فى الروح ، والعكس صحيح .

فى المسيحية الروح يقدر الجسد فيصير مسكناً للروح ويهيئوه
لقيامه غير فاسدة ، بل الروح يستطيع أن يقدر المادة أيضاً وينقلها
من طبيعتها ويجعلها روحانية . لذلك كل عمل جسدى إذا لم يتقدس
بالروح فهو ميت ، لابد أن ينحصر العمل الجسدى بين دافع روحى
وغاية روحية حتى لا يعتبر عملاً روحياً ، الدافع الروحى يقدر
العمل الجسدى . والغاية الروحية تخلده ...

هدف الانجيل الروحى من العمل النسكى :

الكتاب المقدس دائماً يشخص ناحية الروح ، لذلك لا يوحى إلا
بالإلهام كطريقة وكأساس للنمو والمعرفة والتجديد والحياة ... فالجسد

فى الكتاب المقدس يدان دائماً بالروح وليس العكس .
اتجاه التعليم فى الكتاب المقدس اتجاه خلقى جديد وليس تقويمياً
أو تعديلياً أو مدرسياً .

الانسان من خلال الكلمة يدخله الروح ويباشر عمله فيه ، كفعل
خلق مستمر بالإنارة والالهام ، كإنسان يولد بالروح من جديد فيؤهل
لرؤية الملكوت ويحيا معه اذا كانت له الارادة الصالحة والقلب
المستقيم والفكر المستنير بكلمة الانجيل نحو الاتجاه السمائى .

التقويم المستمر للطبيعة الجسدية والتعديل المستمر لها بالتهذيب
العملى ، بالممارسات النسكية ، لايؤهلها للميلاد الجديد ولا للإستنارة
ولا للإلهام ولا لرؤية الملكوت ولا للحياة مع الله ، لأن ليست هذه
من طبائع الجسد حتى توهب بأعمال الجسد ، إنما هى ثمار الروح
وكل غاية الأعمال النسكية هى تهذيب الجسد والحواس لتنمى فيه
قوة الضبط الإرادى والاحتراس واليقظة، حتى لايعوق عطية الروح
ولا يمنع عمل التجديد . فالأعمال النسكية تهيب عمل الروح يخلق
فيها كياناً جديداً .

النسك فى الاتجيل يعمل جنباً الى جنب مع العمل الالهى :
قوة الكتاب المقدس الإلهية قائمة بصورة قاطعة ، سواء بالعمل

الإلهى أو بالعمل البشرى ، فى عمليات تحويل جذرية ، فى تحويل الموت إلى حياة ، وتغيير الفاسد إلى عدم فساد، و الظلمة إلى نور ، وغير الطاهر إلى طاهر، وعلى وجه العموم ، رفع الطبيعة الضعيفة المستعبدة تحت العوز والجهل والخطيئة ، الى شركة فى الطبيعة الإلهية الروحانية الفائقة .

الخليقة الجديدة الروحانية هى مصدر الإلهام النسكى :

الله يخلق طبيعة روحانية جديدة للإنسان ، ويمدها بكل وسائل النعمة لكى يتأهل بها الإنسان الى الدخول فى شركة الحياة الأبدية مع الله وميراث يسوع المسيح . ولكن الطبيعة الروحية الجديدة الموهوبة للإنسان كعمل إلهى ، لا تلاشى الطبيعة الجسدية أو تلغى صفاتها وعملها . الروحانية الجديدة الموهوبة من الله ، لها عمل إيجابى فى الإنسان تجاه الجسد والحواس والغريزة والإرادة والعالم عمل ذو اتجاهين :

الإتجاه الأول : أن تضعف ميل الجسد نحو الخطيئة .

الإتجاه الثانى : أن تجذبه باستمرار الى الله .

الخليقة الجديدة بكل إمكانياتها وكل إنعاماتها وكل مواهبها ، فى

الكتاب المقدس ، ليست مستقلة عن الجسد أو قائمة بذاتها منفصلة عن الاحتكاك بالعالم وحوادثه ، ولا تعتبر في حد ذاتها نهاية أو نتيجة ، ولكن كطريق نعبره عائدين إلى الله بالجسد والإرادة وفي صميم العالم الذى نعيش فيه . الروح فى الخليقة الجديدة وصى على الجسد ، وقائد ومعلم وطبيب وقاضى ومؤدب بسبب ما جعله الله فى الخليقة الجديدة من حرية الارادة ، وحرية الاختيار ، ومعرفة الحق ، والقدرة على التميز ، والاستتارة والحب الإلهى .

الخليقة الروحية الجديدة فى الانسان تكون صادرة من الله ومتصلة دائماً به ، والنعمة تدبرها وتسندها وتمدها بقوة سرية ، لذلك فالإنسان المولود ثانية قادر أن يقود الجسد ويخضعه لسلطان الروح ، وقادر أن يحرره من سلطان الخطيئة ، وقادر أن يطهره من آثار الضعف التى خلقتها الخطيئة . لذلك نجد الكتاب المقدس يضع المسؤولية كاملة وبصورة صارمة على الإنسان الروحى ، من جهة مقاومة الخطيئة ، وحفظ الجسد طاهراً والسلوك روحياً ، وتجنب كل عثرة وغواية ، والوقوف ضد تيارات العالم وشهواته ، دون أن يعطى للإنسان الروحى أى عذر ، أو يلتمس له أدنى إعفاء

من اللوم والدينونة ، إن هو أطاع الجسد أو خضع للخطيئة .

التعليم النسكى الإنجيلى فى الواقع العملى الروحى :

الكتاب المقدس ، قبل أن يطلب أن تُقْلَع العين وتُقَطَّع اليد والرجل ، سبق فولد فينا إنساناً جديداً كاملاً بكل أعضائه ، روحياً مؤهلاً للحياة الأبدية ، لا يتأثر من تقطيع الأعضاء بل ولا يخشى من القتل كلية والملكوت على قيد خطوة . هذا بحد ذاته يرفع الإرادة والنية بقوى الى مستوى إطاعة الوصية . إذن ، فصرامة الوصية النسكية فى الكتاب المقدس تعتمد ، بصورة أساسية ، على طاعة كلمة الله بصفقتها قادرة أن تُكْمِلَ كل وعد الله ، وعلى عمل النعمة وفى الخليقة الجديدة التى نلناها سابقاً بالميلاد الثانى من الماء والروح بالمسيح ، بحيث أنه بدون عمل النعمة هذا فإن العمل النسكى ، مهما بلغ ، يصبح عديم النفع ، " ويحى أنا الانسان الشقى من ينفذنى من جسد هذا الموت " (رو ٧ : ٢٤) .

والاماتة التى بلغت الى قلع العين وقطع اليد والرجل وخصى الانسان لنفسه ، تعتمد اساساً و بصورة كلية على الحياة الابدية التى منحها الله فى كيان الانسان ، وصارت مستعدة أن تقيمه من

المرض والتشويه والموت إنساناً لا عيب فيه ، كاملاً فى الروح ،
متمراً لائقاً لميراث كامل مع المسيح فى ملكوت الله . هذا يشجع
الضمير لكى يسلك الانسان فى هذه الحياة كأقطع اليد ، أو كأعرج
الرجل ، أو كمفلوع العين ، أو كمخصى تجاه الخطية ، بمنتهى
راحة الضمير دون الحاجة الى سكين أو مخراز لتكميل العمل على
مستوى الجسد .

الوصية النسكية تقوم فى الانجيل بضمان النعمة :

الكتاب المقدس حينما يأمر بقلع العين انقواء للخطية ودفاعاً عن
القداسة ، يعتمد سراً على عمل النعمة داخل الانسان ، التى توصله
الى هذه الحالة بالفعل بدون سكين أو مخراز ، بقصد ضمان دخول
الإنسان إلى الحياة الأبدية وهو أعور بالنية ، أى كمن لا عين له
تجاه الخطية مع أنه ذو عينين تجاه الله . لذلك فالوصية النسكية تفقد
قيمتها فى الكتاب المقدس إذا لم تكن - من جهة - معتمدة على
النعمة ، ومن الجهة الأخرى ، تكون مرتبطة بالحياة الأبدية كهدف
السعى أى لابد أن يكون العمل النسكى أولاً ، مستمداً قوته ودوافعه
من المسيح ، ومؤازراً بالنعمة . أى لا يكون مستمداً من الصرامة

الجسدية وحسب ، لأنه يمكن أن يقلع الانسان عينه عن صرامة جسدية ويظل يشتهي كما هو ، وثانياً يكون هادفاً للحياة الأبدية ، أى لا يتوقف عند لذة الاماتة بل يتجاوز الاحساس بالموت الى الاحساس بالحياة الأبدية !لأنه قد يخصى الانسان نفسه بالفعل وعن صرامة جسدية ويبقى نادماً على ما فعل ، بعيداً عن ملكوت الله .

لذلك فالعمل النسكى فى الكتاب المقدس ليس طقساً ولا ناموساً جسدياً فى حد ذاته ، بل يزيد عن كونه وصية أو أمراً يحمل ضمان تحقيقه فى الاستجابة القلبية له . فمجرد أن ينحاز الضمير للوصية بصدق النية واستعداد الإرادة يجد الإنسان عوناً من النعمة فى حينه ، وبمجرد أن يعزم على التنفيذ تبدأ النعمة تعمل بدل الخطيئة وتبدأ الحياة تسرى بدل الموت لحظة بلحظة ، فكل إماتة للأعضاء بإخلاص النية يلازمها قيامة بالروح للأعضاء بالنعمة ، وكل موت حقيقى يلازمه حياة أبدية .

العمل النسكى عمليتان متلازمتان :

تطبيق الوصية هو قبول الموت عن الجسد والعالم ، وتقبل نتائجها بأن واحد هو زوال حياة .

العمل النسكى وصية الهية يتلازم فيها العمل والنتيجة معاً بصورة وعد يتحقق بالإيمان ، فكل عمل نسكى يتم على مستوى الوصية هو فى واقعه الإلهى موت و حياة ، خسارة و ربح معاً .
الموت و الحياة فى العمل النسكى عملية واحدة وليسا عمليتين ، عملية واحدة ذات حدين . فالموت يكمل بمقدار الدخول فى الحياة مع الله بالوصية ، و الحياة تسود بمقدار تكميل الوصية بالموت عن الجسد و العالم .

التحول هنا يتم فى صميم طبيعة الانسان . فيتحول الموت الى حياة جديدة ذات طابع روحانى مقدس .

آلام النسك تصبح بالنهاية ذخيرة حرية وراحة واستنارة :

فالعامل النسكى فى الكتاب المقدس ، إذا أخذ على أساس أنه تفاعل حى مستمر بين الخليقة الجديدة السمائية و الجسد الترابى الواقع تحت ناموس الخطيئة ، يصبح عملية تحرير مستمرة من عبودية الخطيئة و الموت ، و تحولاً فى كيان الانسان لينحاز كله الى الله ، وبالتالي يصبح تجديداً لهيئة العالم بالنسبة للإنسان ، كحالة قيامة داخلية ، تمهيداً و إعداداً للانتقال الكامل الى ملكوت الله . أما

هذه الإماتات المتعددة والضعف والعوز والمرض ، هذه التى يحملها الجسد كأثار للعمل النسكى والجهاد ضد الخطيئة ، تصير له بالنهاية علامات انتصار وراحة وسلام ، شبيه بأثار الصليب ، " سمات الرب يسوع " ، مماثلة لأثار المسامير والحربة والشوك ، كختم عتق وحرية وإراحة من ألم الخطية وأتعاب الجسد وجذب الغريزة وإلحاح الشهوة وكذب العالم : " لا يجلب أحدٌ على أتعاباً فيما بعد لأتى حامل فى جسدى سمات الرب يسوع " (غل: ٦: ١٧).

وكانما جروح المعركة تصير بالنهاية معمودية يصطبغ بها الإنسان فيكف عنه ألم الموت . " لا يسود عليه الموت بعد " (رو: ٦: ٩).

الكتاب المقدس يشدد أن العمل النسكى ، إن كان معمولاً بالروح فهو اقتناء فعلى للحياة : " إن كنتم بالروح تميئون أعمال الجسد فستحيون " (رو : ٨ : ١٣) . الإنسان الروحى يقتنى بالإماتات الظاهرة والباطنة ذخيرة حياة لا تزول ، حينما يكون عمل النسك هو فاعلية نعمة . فالسهر والصلاة والدموع والنقش والصوم والحرمان والفقر والعفة وقطع المشيئة لله ، حينما يقتنيها الإنسان فهو يقتنى النعمة فى صورة نسك، أو يقتنى الحياة فى هيئة إماتة ،

أو يقتنى النور والراحة فى هيئة حرمان وحرزن .

النسك الروحى ، فى الكتاب المقدس ، بمثابة اقتناء زيت الاستعداد الذى يحمل فيه الانسان سر مجئ الرب ، إذا اقتناه أحد فى أنية جسده فهو يكون دائماً متأهباً مستعداً كمن اقتنى قيامة حاضرة ، فمهما أصاب الجسد من تعب وضعف وقصور ، ومهما دبت الأمراض وعلامات انحلال الموت ، تجده شجاعاً ينتظر ساعة الدعوة وأذنه مرهفة لسماع صوت العريس الذى ينادى المفديين المستعدين للقائه .

العمل النسكى زيت ابتهاج يقتنيه الانسان قطرة قطرة كعصير النعمة . إنه ذخيرة حياة مفرحة يعبر بها الإنسان ساعة الموت الرهيبة بانتعاش روحى ، فلا يئن كمن يريد أن يخلع مسكنه الأرضى ، كإنسان غير محترص بسبب عمله غير المرضى أمام الرب ، بل بالحرى يفرح إذ يجد ثوب العرس مهيباً ليكتسى به والأعمال مبيضة فى دم الخروف (رؤ ٧ : ١٤) .

العمل النسكى ، كنور غلبة الحياة على الموت ، يتقدمنا هنا على طول الطريق الضيق ، حتى عتبة باب الدخول ، ليبيد عنا

وحشة الطريق وظلال تهديدات الموت .

الكتاب المقدس يشدد ، أن لا يجزع الإنسان من الضعف الجسدى : " لا تخافوا من الذين يقتلون الجسد " (لوقا ١٢ : ٤) ، " إن أعثرتك عينك اليمنى فاقلعها " (مت ٥ : ٢٩) .

الله لا يمتنع عليه أن يحيى الموتى ويشدد المُحَطَّم ، ولكنه يفضل دائماً أن يعمل بقوته فى الإناء الأضعف . ومهما أصاب الجسد من عوز أو هزال أو مرض ، فلن تعطل هذه كلها قوة الله من أن تبلغ أوج عملها وكمالها فى الانسان .

" تكفيك نعمتى لأن قوتى فى الضعف تُكْمَلُ " (٢كو ١٢ : ٩) .

إن سر قوة الانسان ، فى الكتاب المقدس ، ليست فى صحة الجسد أو حكمة العقل ورزاقته أو فى قوة الإرادة وثبات العزيمة ، ولكن سر قوة الإنسان المسيحى تكمن دائماً أبداً فى اقتناء النعمة .

" تكفيك نعمتى " . والكتاب المقدس يضع قوة الله رهن كل ضعف بشرى يصيب الانسان من أجل الله ، حيث تزدهر قوة الله فى الضعيف والمنسحق والمكسور ، وتكمل عملها وراحتها فيه شرط النسك الإيجيلى الذى يجعله مقبولاً لدى الله : " وأما أنت

فمتى صمت .. لا تظهر للناس صائماً بل لأبيك الذى فى الخفاء "

" ومتى صليت فادخل إلى مخدعك واغلق بابك وصى إلى أبىك
الذى فى الخفاء . "

" ومتى صنعت صدقة فلا تعرف شمالك ما تفعل يمينك . لكى
تكون صدقتك فى الخفاء " (مت ٦ : ١-٨) .

العمل النسكى منظور إليه فى الكتاب المقدس أنه عمل سرى ،
كفعل عبادة تتممه النفس فى الخفاء ، حينما تسكب ذاتها سكباً أمام الله
العمل النسكى ، فى حد ذاته ، عمل إمامة وإخلاء ، وهو أصلاً قدرة
موهوبة للإنسان ليتغلب بها على ذاته المتعظمة ، ليغلبها حينما يباشر
قمعها وضبطها فى الخفاء سراً أمام الله ، على أساس تسليمها الكلى لله
الكتاب المقدس يضع الإنسان الناسك موضعاً حرجاً أقصى ما
يكون الحرج ، حينما يشتهر عمله بين الناس ويصير له مديح
وكرامة فى العالم ، حيث ينتهى - على حد قول الكتاب - كل أجر
له عند الله ، أو جزاء روحى من أى نوع . والإنسان غالباً مسئول
فى ذلك . " قد استوفوا أجرهم " . (مت ٦ : ٢) .

جزاء النسك غنى روحى : وما هو جزاء الله ؟ :

" كنت أميناً في القليل فأقيمك على الكثير " (مت ٢٥: ٢١) .

هكذا يحقق الله للإنسان التكامل ، لامن القلة إلى الكثرة حسب ظاهرة الآية ، وإنما الانتقال من الاعتبارات الجسدية المؤداة بالنسك الى الاعتبارات الروحية الموهوبة بالنعمة ، لأن القليل يشير دائماً الى الجسديات والكثير يشير الى الروحيات . والانسان بمجرد أن تتجح نسكياته وتُقبل صلواته ، يدخل في مجال الروح فتتحل عنه كل إحساسات النقص والعوز التي كانت تزرح تحت ثقلها الذات البشرية متململة ، تتلمس التعويض المادي بين الناس . مجازاة الله لا تعادلها مجازاة العالم كله .الله لما يغنى الانسان بالروح ،يكف عنه الاحساس بالعوز الجسدى وعندما يهبه الاستنارة ومعرفة الحق لا يعود يطلب مجد العالم ولا يحزن لظلم العالم ولا تترتاح ذاته إلا فى التسليم الكلى لله . والله لما يجازى علانية لا يكون كالعالم الكذاب الذى يُشهر أعمال النسك ليوقع أصحابها فى المجد الذاتى والسبح الباطل ، علانية الله ممحصنة بنار الروح القدس ، ومجازاته غير خائبة البتة وهباته بلاندامة العمل النسكى فى الكتاب المقدس هو سر القليل المؤدى الى الكثير هو درب ضيق على الطريق الضيق يختصر السبيل الى الباب المؤدى الى الحياة ، هو جهد الخفاء الذى نسرق به المجازاة خلصة

ونؤمّن أنفسنا ضد أباطيل الدنيا .

الفصل الثالث

المفهوم الكنسى لمعنى النسك
فى
الأرثوذكسية

ان كلمة النسك تفيد عموماً كل نشاط ايجابي لتحرير النفس تقاوم به النشاط السلبي ، أى هو التمرن على الفضائل لقطع دابر الرذائل والعتادات الشريرة . والحقيقة أن استخدام هذه الكلمة فى الكنيسة قديم جداً ، فأول ما نصادفها فى الحياة المسيحية نصادفها فى وصف العلامة فيلو اليهودى لأول جماعة مسيحية مصرية متعبدة فى ظاهر الاسكندرية حول بحيرة مريوط الذين اسماهم " نساكا " ، ولكن أول تحديد لعمل النسك فى المفهوم المسيحي نجده واضحاً فى محاجاة العلامة أوريجانوس مع الوثنيين ، الذى فيه يشرح اختلاف مفهوم النسك وعمله بين المسيحيين والوثنيين اذ يقول : [أما النسك عندنا فهو ضبط الجسد وقمعه لامائة أعضائه التى على الأرض التى هى الزنا والنجاسة والشهوة وكل الانحرافات فى الغريزة والعاطفة] .

اوريجانوس فى المحاجاة ضد كلسوس ويبدأ هذا الاصطلاح يأخذ صفته الكنسية فى قوانين الرسل فى القانون رقم ٥١ : [أيما اسقف أو قس أو شماس أو من كان من زمرة الكهنوت بالجملة أو أى فرد من الشعب ، امتنع من الزيجة واللحوم والخمر ، لا لقصد النسك

بل لكونه يشتمز منها على انها دنسة مردولة ، ناسياً ما قيل بأن
كافة الأشياء هي حسنة جداً [اتي ٤ : ٤] . فأما أن يتقوّم أو أن
يقطع ويطرح من الكنيسة] .

ومن هذا يتضح أن كل امتناع صحيح عن الزيجة أو عن أكل
اللحم أو عن شرب الخمر كلية برضى القلب ، كتقوى أو نذر حياة
أو من أجل تقويم الجسد ، هو محسوب فى تعاليم الكنيسة وقوانينها
الرسولية أنه " نسك " . سواء كان ذلك بالنسبة للكهنة أو الرهبان أو
العلمانيين على حد سواء . وهكذا يبتدى يتسع معنى النسك فى
الكنيسة ليشمل كل ممارسة صادقة لأى وصية انجيلية . فالصبر
على الآلام والتعذيب والسجن حفظاً للإيمان ، يعتبره يوسابيوس
القيصرى نسكاً [شهداء فلسطين ١٠] ، كما يعتبره اثناسيوس
الرسولى " أعظم نسك " .

[١] الذى يداوم على الصلاة والطلبة مثل حنة النبوية تعتبره الكنيسة
ناسكاً . [كيرلس الأورشليمى : عظة ١ : ١٩] .

[٢] والذى يهب ممتلكاته للفقراء ويختار حياة الفقر لنفسه تعتبره
الكنيسة ناسكاً . [جيروم : تاريخ الكنيسة ٧٦ : ٤١] .

[٣] والذي يعيش منكرأ لذاته تعتبره الكنيسة ناسكاً [كيرلس الكبير الاسكندرى : شرح انجيل يوحنا ١٣ : ٣٥] .

[٤] والذي يمارس الفضيلة الانجيلية هو فى الحقيقة ناسك لأنه يدرّب ويضبط نفسه [ذهبى الفم : شرح أعمال الرسل ٢ : ب] .
والذى يتخصص فى خدمة الفقراء حباً فى التقوى تعتبره الكنيسة ناسكاً [يوسابيوس : شهداء فلسطين ١١] .

[٥] والذي يتخصص فى دراسة الكتاب المقدس واهباً حياته لهذه الدراسة يعتبره العلامه ترنليان ناسكاً . ولكن على الرغم من هذا المعنى المتسع لكلمة ناسك ، فإنها يمكن بكل سهولة اقتصارها على كل مسيحي يجاهد ليحفظ وصية المسيح بايمان وحب أيا كان وأينما كان وكيفما كان !! .

وهذا المعنى الموضوعى المحدد نجده واضحاً فى تعليم كليمنديس الاسكندرى حيث يعتبر أن المسيحية من حيث واقعها العملى هى " نسك " (١) ، فالعمل النسكى فى عرفه هو برهان صدق الاختيار أما الذين أرادوا أن يتوفروا على تطبيق الحياة النسكية ، أى الحياة

(1) in strom IV 22

المسيحية ، توفراً دقيقاً كاملاً : فيصبح عليهم أن ينزحوا من الدنيا ويسكنوا البرية والجبال ويعتبرهم اكليمنضس أنهم هم الذين يشهدون بأنهم " مختارون أكثر من المختارين " . حيث صارت لهم قوانين نسكية خاصة [قوانين باسيليوس] . أما القوانين النسكية بالنسبة للمسيحي العادى فهى وصايا الانجيل .
وأما القوانين النسكية بالنسبة للرهبان والمتوحدين فهى ضمانات اضافية تكفل تنفذ وصايا الانجيل الأساسية .

الفصل الرابع

أعمال النسك عند الآباء وأقوالهم

حياة النسك

الشرب :

ان أردت أن تشرب بعضاً من الشراب فلا تزد على ثلاثة كؤوس ، واياك أن تحل الوصية من أجل الصداقة .

الطعام :

- ضبط البطن يذهب الأوجاع أعنى الشهوات الردية : أما شهوة الأطعمة فتجلبها . فلا تكن نهماً فى الأطعمة لئلا تتجدد فيك خطاياك القديمة .
- أضاف الأب اشعياء الاسقيطى أن انساناً من الاخوة ، جعل قليلاً من العدس فى القدر ، ووضع على النار ، وما أن غلى ، حتى رفعه عن النار ، فقال له الأخ : " أيها الأب ، ان العدس لم ينضج بعد . فقال له الشيخ : ألا يكفيك ما أبصرته من النار ! لأنه غذاء عظيم " .

وقال أيضاً أنبا اشعياء :

- اكتفوا من القوت باليسير الحقير ، ولا تطيعوا العدو فى مشورته فى الضيافة باللذيد ، الكثير ، فقد نهى الرب تلك

التي أضافته [مرثا] عن الاهتمام والقلق . ولما أضاف
الذين تبعوه ، لم يحضر لهم أصنافاً كثيرة ، وإنما أحضر
لهم ما كان حاضراً عند أحد التلاميذ .

تشبهوا بالأرملة التي أضافت النبي بما وجد عندها من الخبز
والماء ولا تشتهوا الاكثار من القنية ، من أجل ضيافة
الغرباء ورحمة المساكين ، فان هذا أيضاً من خداع
الشياطين ، التي تقود الى الاشتغال بالاهتمام وای السبح
الباطل ، فاليسير الحاضر ممدوح كفلسى الأرملة .

- اذا كنت ساكناً فى قلاية فاجعل لطعامك مقداراً معيناً ،
ووقتاً معروفاً لا تتعداه لأن خراب النفس شهوة الأطعمة .

الجسد :

اياك أن تترك جسدك فى حالة لا تليق بسبب قذارته لئلا يسرقك
المجد الباطل - ولكن اذا كنت شاباً فاترك جسدك ليظهر بشكل غير
مقبول .

الزهد

الملبس :

* لا تلبس ثوباً جديداً حتى تبلغ حد الكبر وتدخل في سن الشيخوخة .

قيل عن أحد الآباء أنه أقام مدة من الزمان وهو عريان ، بلا ثوب في البرية ، فأوصى الله الى بعض الشيوخ أن يمضى إليه ويستتر عورته لأنه رد غضب الله عن العالم كله . فلما جاءه الشيخ أخبره بالأمر فقال : " أما يوجد في العالم عريان غيرى ؟ " .

الفتية :

(١) اذا أقمت في مكان وبذيت لك فيه قلاية وانفقت في بنائها نفقة ما ، ثم بدا لك بعد حين أن تخرج منها وأقام فيها أخ آخر وأردت الرجوع اليها مرة أخرى ، فاحذر من أن تُخرج ذلك الأخ منها ولكن ابحث لنفسك عن قلاية أخرى ، وان كنت وقت خروجك منها أولاً قد تركت فيها متاعاً ووجدت أن الأخ قد أحرقه فلا تطالبه بشئ منها .

(٢) ان اردت أن تنتقل من قلاية الى أخرى فاحذر من أن تأخذ

معك شيئاً من متاعها ، بل اتركه للأخ الذى سيسكن فيها والله يرزقك انت حيثما كنت .

(٣) ان كنت ساكناً فى قلاية فاياك أن يكون لديك اناء يمنعك من حفظ وصايا الله .

(٤) محبة المال تضايق العقل ، فلنترك أمور العالم وننطلق ، وما تصنعه من أجل الله هو يعينك فى ساعة شدتك التى هى ساعة الموت .

سؤال : " كيف أقدر أن أمسك بطنى وأن أكل دون حاجتى ، لأبى لا أستطيع صبراً ؟ " .

الجواب : ليس أحد يفلت من هذا الأمر ، إلا الذى قد بلغ الى مقدار ذلك الذى قال : " انى نسيت أكل خبزى من صوت تتهدى ، وقد لصق لحمى بعظمى .. فمن كانت حالته هكذا ، فإنه يأتى بسرعة الى قلة الطعام لأن دموعه تصير له مثل الخبز ، ويبدأ اذ ذاك أن يتغذى من نعمة الروح القدس .

صدقنى يا أخى ، انى أعرف انساناً يعلم الرب أنه قد بلغ الى هذا المقدار الذى ذكرت ، حتى أنه كان لا يأكل فى كل اسبوع إلا

مرة أو مرتين ، وكان مراراً كثيرة يسبى فى النظر الروحانى ،
ومن حلاوة ذلك كان ينسى أكل الطعام المحسوس ، وكان اذا أراد
أن يأكل يشعر كأنه شعبان ، ولا يجد لذة للطعام ، وكان يأكل بدون
شهوة ، لأنه كان يشتهى أن يكون دائماً مع الله ، وكان يقول أين
نحن ؟ .

قال الأخ السائل : أنا أطلب إليك يا ابى أن توضح لى قوة هذا
الأمر ، وكيف يصير الانسان الى ما ذكرت ، فانى أجهل ذلك ،
وإذا أنا بدأت أقلل طعامى ، فما يدعى الضعف حتى أعود الى
المقدار الأول ، وأنت قلت لى أن الذى يبلغ الى المقدار الأول الذى
قيل فيه : " ان لحمى لصق بعظمى من صوت تنهدى " . يصير الى
قلة الطعام ، فبين لى هذا الأمر ؟ .

قال الشيخ : هذا هو التصاق اللحم بالعظم ، أن تصير جميع
أعضاء الانسان ملتصقة ، الى أن تكون أفكار الانسان كلها فكراً
واحداً بالله ، عند ذلك يلتصق الجسدانى ويصير روحانياً ، ويلحق
الجسد بالفكر الالهى ، وحينئذ يصير الفرح الروحانى - فى القلب -
يغذى النفس ويشبع الجسد . ويقوى كلاهما حتى لا يكون فيهما

ضعف ولا ملل ، لأن ربنا يسوع المسيح اذ ذاك يكون الوسيط ويوقف الانسان بالقرب من الأبواب التى ليس داخلها حزن ولا وجع ولا تنهد ، وحينئذ يتم القول : " حيث يكون كنزك هناك يكون قلبك " ، فالذى يبلغ الى هذا المقدار قد اقتنى الاتضاع الكامل ليسوع المسيح ربنا .

المال

* تأهل أحد الشيوخ لمواهب الله ، وذاع صيت فضله فاستدعاه الملك لينال بركة صلاته ، فلما تناقش معه وانتفع منه ، احضر له مالا ، فقبله الشيخ وعاد به الى قلايته ، وبدأ فى تنظيفها وتعميرها فجاءه مجنون به روح نجس ، فقال له حسب عادته : " اخرج من خليفة الله " فقال له الشيطان : لن أطيعك فقال الشيخ : ولم ؟ فأجابه لأنك صرت واحداً من خدامنا اذ تركت عنك الاهتمام بالله ، وأشغلت ذاتك بالاهتمام بالأرضيات .

* سأل أخ شيخاً : هل تحب يا أبى أن أن أحبس لى نفسى دنانير فتكون عندى لئلا يصيبنى مرض ؟ .

فلما رأى الشيخ أن فكرى قد هوى امساك الدنانير ، قال له : " نعم "

فلما مضى ، أزعجته أفكاره قائلة له : " أترى بحق قال لك الشيخ أم لا ؟ ". ثم قام أيضاً ورجع إلى الشيخ وطلب إليه قائلاً : " من أجل الله قل لى الحق ، لأن أفكارى تحزننى جداً من أجل الدنانير فقال له الشيخ : أنى لما أبصرت أنك تحب امساك الدنانير ، قلت لك أمسك أكثر من حاجتك ، أما ان أمسكت بالدنانير ، فسوف يكون رجاؤك عليها ، فان هى نفذت ، فان الله لن يهتم بك ولن يعينك .

- وقيل أن شيخاً راهباً أصيب بمرض الجذام ، فأحضر له أحد المسيحيين مالاً وقال له : " انفق هذا المال على نفسك فى حال كبرك ومرضك ، فأجابته الشيخ وقال : " أتريد أن تفقدنى فى ساعة واحدة ما قد تعبت فى اقتنائه منذ بدء حياتى حتى هذه الساعة ؟ " وهكذا لم يقبل منه شيئاً .
- وجاء عن أنبا مقاريوس الاسكندرى : أنه لم يكن فى جنبه أية محبة للمال . وحدث مرة حين جاء لصوص الى قلايته ليلاً وأخذوا ما وجدوه فيها ، انه لاحظ مايعملون فساعدهم فيه ثم سهل لهم طريقة حمل ما أخذوا الى خارج الصحراء .
- وقيل عن انبا مقاريوس : أنه كان يوصى تلاميذه بأن لا

يقتنوا مقتنيات البتة . وكان يخاطبهم بقوله : ان الراهب له جبة مع أنه لا يساوى عند المسيح جبة .

• وقال بعض الآباء : ان شئت أن تمتلك النوح ، فاجتهد أن تكون أوانيك . وكل امتعتك مسكينة فقيرة ، مثل الاخوة الشحاذين ، اذا اقتنيت كتاباً فلا تتمق فى تجليده ولا تزيينه . وبالاجمال ليكن جميع ما هو لك مما لا تتألم على فقده . ثيابك وحذاؤك وكل أوانيك لتكن هكذا حتى لو جاء قوم ليسرقوها لا يسترضون بها ولا يعجبهم شئ منها .

• وكان الأب تادرس الفرمدى يقتنى ثلاث أناجيل ثمينة جداً فذهب الى أنبا مقاريوس وقال له : عندى يا أبى ثلاثة كتب وأنا أنتفع منها ، والاخوة كذلك يستعيرونها وينتفعون منها. فأخبرنى الآن ماذا ينبغى أن أصنع ؟ [هل استبقها لمنفعتى ومنفعة الاخوة ، أم أبيعها وأفرق ثمنها على المساكين ؟] . فأجاب الشيخ قائلاً : " ان أعمال الرهبنة جميلة ، ولكن أعظمها جميعاً هو الفقر الاختيارى " . ولما سمع الأب تادرس هذه الكلمات ، مضى وباع الكتب وأعطى ثمنها للفقراء .

أقوال الآباء فى النسك

[١] هذا ما يليق بالراهب : ثوب بقدر الجسد لأن الغرض منه شئ واحد هو ستر الجسد من الحر والبر ، ولا يتطلب ازدهار الصبغ وحسنه ، ولانعومة الثوب ولاليونته ، لأن الميل الى ذلك من صفات النساء ، كما يجب أن يكون الثوب سميكاً حتى لا يحتاج الأمر الى وشاح ليدفئ لابسه وليكن الحذاء بسيطاً يتم الحاجة الضرورية اليه فقط . وكذلك الحال فى الطعام ، خبزة واحدة تسد الجوع ، والماء ليروى ظمأ العطشان . وأما المشى فلا يكون بطيئاً بانحلال ، كما لا يكون بسرعة وعجرفة ، حيث الحركات الخطيرة القديس باسيليوس

[٢] اعطِ بطنك طعاماً مشبعاً سريع الهضم لكيما بالشبع تزيل عنها شهوة الحنجرة وبسرعة هضمه تهرب من الحرارة المتولدة من دسمه .

يوحنا الدرعى

[٣] لا يوجد هاهنا طعام أو شراب ، بل جوع وعطش دائم .

[٤] منذ الآن لن يكون لعب أو ضحك أو قهقهة أو انحلال .

[٥] داوم السهر والصوم الى المساء فى كل زمانك إلا فى حالة مرض يلحقك أو ضعف يصيبك .

القديس اكليمادوس

[٦] الصوم من العشاء الى العشاء . البعد عن كل شره ورغبة .
والزهدي فى كل شئ ما خلا الخبز و الماء ، والامتناع عن شرب
الخمير إلا فى حالة مرض .

ماراسحق السريانى

[٧] السهر لنصف الليل وصلوات لا تنقطع ليلاً ونهاراً وخدمة
المزامير وضرب المطانيات والسجود ، والهذيذ فى الصلوات ،
تضرع القلب ، بسط اليدين نحو السماء .

[٨] الرقاد على الأرض الى وقت الشيوخوخة إلا فى حالة المرض .

ماراسحق السريانى

[٩] اذا جلست على المائدة فضع ذكر الموت أمامك ومن خلفه ضع
موقف الدينونة الرهيب، وأنت بذلك تقطع الطريق على شيطان الشره
[١٠] اذا تناولت الكأس لتشرب فاذا دخل والمرارة التى شربها
يسوع من أجلك وبذلك تضبط نفسك .

[١١] الصوم هو غصب الطبيعة وتكليفها بمراد النفس . وقطع تلذذ
النفم وحرمان الجسد من الحرارة .

الأب يوحنا الدرجى

[١٢] لتستريح فى جلوسك ، ابغض شهوة الأطعمة ، فيخفف ألم الزنى عنك .

[١٣] احتفظ بالامسك ، كيما تقمع حركات الجسد ، فان مرض
فعره حتى يجئ الى الصحة دون أن تلازم اللذات .

[١٤] اعطى البطن ما يقوته لا ما يهواه وما ألد وأطيب خبز الصوم
لأنه معتوق من خمير الشهوات .

[١٥] ان أردت شرب الشراب فقلل منه ، لأن قلته تنفع شاربه ،
وويل للمحتال والسكران فانهما يدانان مع القنلة والزناة .

[١٦] لا تقنتى ثوباً حسناً لئلا تتكره نفسك المحقره .

[١٧] ان كان لك غنى بدهه ، وان لم يكن لك ، فلاتجمع وطوبى للذى يسلك
الطريق الضيقة الحزينة ، فانه يفرح ويدخل السماء وهو مكلل .

القديس نيلس السينائى

[١٨] الصوم بذل الجسد ، والسهر ينقى العقل أما كثرة النوم ففيها
خسارة العقل ، وجفاف العينين ، وتغلظ القلب .

الأنبا اشعياء الاسقيطى

تعب الجسد

[١٩] ابغض كل ما فى العالم من نياح الجسد لأن ذلك يصيرك عدواً لله . فقاتل الجسد كمن يقاتل عدواً لدوداً جداً . الذى يطلب الرب بوجع قلب يسمع منه ان هو سأله باهتمام ومعرفة وهو غير مرتبط بشئ من العالم إلا بنفسه فقط ، وذلك لكى يوقفها قدام الرب بلا عيب كنحو قوته .

[٢٠] لا تتضجر من الاتعاب مطلقاً فإيتيك النياح من قبل الله سريعاً مثل بيت ضرب خارج المدينة يرمى فيه كل نتن ، هكذا نفس الراهب العاجز تصير مأوى لكل شر .

[٢١] أحب التعب والمشقة فى كل شئ لتخف عنك أوجاعك .

الأنبا اشعياء الاسقيطى

[٢٢] لا تطلب حوائج كثيرة ، لأنك عاهدت المسيح أن تعيش معه بالفقر ، لأن المسيح هو حياة النفس ، وكل ما أقتناه فى قلبه وفى فكره وفى تصرفاته بامتداد عقله اليه ، فهو ذاك الذى ينجح فى سيرة هذا العمر ، وينال الحياة التى لا تزول .

أحد الآباء الشيوخ

[٢٣] من يهتم بجسده بشهوة أكل وشرب ، فهو يقيم عليه الحرب ،
ويقاتل نفسه بنفسه .

انبا تيموثاوس

[٢٤] لا تشبع خبزاً ، ولا تشته شراباً .

أحد الآباء الشيوخ

[٢٥] خبز و ملح مع سكوت وراحة ، أفضل من أطعمة شريفة مع
هموم وأحزان .

مارافرام

[٢٦] أرفع الصلاح كله أن يمسك الانسان بطنه ولسانه .

أحد الآباء الشيوخ

[٢٧] شاب يتنزّه دفعات كثيرة ، فقد صار سيفاً لنفسه وحده .

أحد الآباء الشيوخ

[٢٨] اعلم يقيناً ان كل انسان يأكل ويشرب بلا ضابط ويحب
أباطيل هذا العالم فانه لا يستطيع أن ينال شيئاً من الصلاح بل
ولن يدركه ، لكنه يخدع نفسه .

[٢٩] إذا قاتلتك الشياطين بالأكل والشرب واللبس فافرض كل ذلك منهم وبين لهم حقارة ذاتك فينصرفوا عنك .

أنبا موسى الأسود

[٣٠] من قول بعض الشيوخ :

سألنا أنبا انانيه أن يقول لنا كلمة فقال لنا : عليكم بالمسكنة والامساك ، لأنى كنت فى برية مصر فى شبابى ، وحدث أن اشتكى أحد الآباء بطحاله ، فطلب جرعة خل ، فلم يجد فى تلك البرية كلها ، وكان فيها ثلاثة آلاف راهب ، فشكى حاله لأحد الشيوخ الذى أمر باحضار قليل من الماء ، ثم قام وصلى عليه ورسم باسم الأب والابن والروح القدس ، ودهن به الطحال ، فزال الوجع لوقته برحمة السيد المسيح .

[٣١] زار مرة رهبان من الاسقيط الأم سارة ، فقدمت لهم طعاماً ، فتركوا الجيد وأكلوا من الدون ، فقالت " بالحقيقة انكم اسقيطيون " [٣٢] قال أحد الأخوة : مضيت مرة إلى الأب مقاريوس بالنهار ظهراً ، وقد عطشت لدرجة كبيرة جداً ، فطلبت منه قليل من الماء لكى أشرب ، فقال لى : أما يكفيك ذلك الظل الذى أنت

واقف فيه ، لأن كثيرين الآن يسلكون فى المسالك والوهاد فى العراء ، لا يجدون ظلاً مثل هذا . فسألته بعد ذلك أن يقول لى كلمة عن النسك . فقال لى : قوى قلبك يا ابنى فأنى أقمت عشرين سنة لم أشبع من خبز وماء ، ولا من نوم ، وكنت آكل خبزى بقانون ، وأما من جهة النوم فانى كنت استند الى الحائط واختطف يسيراً منه .

[٣٣] لست أعنى بالنسك ترك الطعام الضرورى لأن هذا يؤدى الى الموت ، ولكنى أعنى ترك المآكل التى تجلب لنا اللذة وتسبب تمرد الجسد .

[٣٤] وقد تكون هناك أشياء كثيرة ليس فيها خطية ومع ذلك يجب أن نتنسك عنها اذا كان فى ذلك ربح لنا وللآخرين كما قال الرسول " لذلك ان كان طعام يُعثر أخى فلن آكل لحماً الى الأبد لئلا أعثر أخى " [١كو٨: ١٣] ، وأيضاً قال : " حسنٌ أن لا تأكل لحماً ولا تشرب خمراً ولا شيئاً يصطدم به أخوك أو يعثر أو يضعف " . [رو١٤ : ٢١] .

[٣٥] والمتنسك بالحقيقة هو من يتغرب من كل الآلام الجسدانية

حتى الطبيعية . والنسك هو رأس الحياة الروحية وهو يقلع شوكة اللذة . أما اللذة فهي خدعة الشرير والصنارة التي يصيد بها أتباعه ويسوقهم مكبلين بقيودها الى الموت .

[٣٦] أما فضائل الناسك فهي مخفية لا تظهر للناس ومع ذلك فهي تُعرف من معاملة الناسك لجسده . وفي هذا ربح ليس بقليل لكل الذين ينظرونه حتى أثناء أكله ، كما يقول الرسول : " حتى إذا أكلتم أو شربتم أو عملتم أى عمل آخر يكون الكل لمجد الله " .

[٣٧] ولكن لا نعد مع أعداء الله الذين ينحرفون بنياتهم السيئة ويُحَرِّمُونَ بعض الأطعمة التي خلقها الله ليأكلها الانسان بالشكر يجب علينا أن ندوق من كل طعام يقدم لنا ، كل نوع فى زمنه دفعة واحدة حتى نظهر للجميع أم أن كل شئ طاهر للأطهار ، وأن كل ما خلقه الله هو حسن وأن ليس شئ نجساً فى ذاته اذا تناولناه بالشكر ، لأن كل شئ يتطهر بكلمة الله .

ولكن مع هذا لنحفظ صورة النسك ونهرب من امتلاء البطن لأن النسك ترتعب منه الشياطين كما قال مخلصنا : ان هذا الجنس لا يخرج بشئ إلا بالصلاة والصوم .

القديس باسيليوس الكبير

[٣٨] كل خبزك بسكينة وهدوء وامساك . اياك والشره فانه يطرد خوف الله من القلب ، والحياء من الوجه ، ويجعل صاحبه مأسوراً من الشهوات ويضل العقل عن معرفة الله . اجعل لك مرة واحدة فى النهار للقيام بحاجة الجسد لا للشهوة ، ولا تأكل حتى تشبع .

القديس انطونيوس

[٣٩] الأكل بقدر ليس خطية ، وانما هزيمة الرهبان هي أن تسود عليهم الحنجرة ويتعبدوا للشهوة . فاحفظ نفسك من الامتلاء بالطعام لأن الطريق المؤدية الى الحياة كربة والباب ضيق والامتلاء يجعلك خارج الفردوس .

القديس باخوميوس

[٤٠] - جالس الضباع ولا تجالس الشره الذى لا يكتفى .
- التحدث مع الخنازير ذات الحمأة ، أفضل من فم الأكلين
- لا تخاصم ولا تماحك من أجل البطن .

ماراسحق السريانى

[٤١] ان المحب لله لا يحفظ ملاذ الأطعمة .

أحد الشيوخ

[٤٢] يا حنجرانى ، يا من تطلب أن تملأ جوفك ، الأجود لك أن تلقى فيه جمر نار من أن تتناول أطعمة الرؤساء .

أحد الأباء الشيوخ

[٤٣] الذى يأكل كثيراً ويقوم عن المائدة أفضل من الذى يأكل قليلاً ويبطئ أمام المائدة حتى يشبع .

قول لآخر من الشيوخ

[٤٤] وقيل أيضاً :

" ويحّ لشاب يملأ بطنه ويصنع هواه ، لأن رهبانيته وتلمذته ، وكل تعبته ، يكون باطلاً " .

[٤٥] كذلك قيل :

ان كانت شهوتك عالمية ، فهذه أيضاً شهوة الكلاب والخنازير ، اعنى بذلك البطن والزنا . أما ان كانت شهوتك بالله ، فهذه هى شهوة الملائكة .

[٤٦] مرة سأل أخ الأب شيشوى عن تدبير ما ، فأجابه الشيخ قائلاً " ان دانيال النبى قال : خبز شهوة ما أكلت " .

[٤٧] وقيل أيضاً :

ان شيخاً كان يأكل أثناء تأدية عمله فسئلَ عن ذلك فقال : " انى لا أوثر أن أجعل الطعام عملاً أنفرغ له ، حتى لا تشعر نفسى بتلذذ فى الطعام " .

[٤٨] ان امساک البطن هو ان نقلل من شبعك قليلاً ، وان كان عليك قتال فاترك قليلاً أكثر " .

القديس برصنوفیوس

[٤٩] لا تحب الخمر لئلا يجرمك من رضى الرب .

أنبا موسى الأسود

[٥٠] من بذل نفسه لشرب الخمر لا يمكنه أن يخلص من شر الأفكار وقبح الأعمال . فإن لوطاً لما امتلأ من السكر وقع فى مضاجعة قبيحة مغايرة للناموس الطبيعى .

[٥١] ان رداء الراهب هو علامة عدم وجود الشر .

انبا اغاثون

[٥٢] شيطان الزنا يرصد ثوب الراهب ، هل يلبسه باستمرار ، أو

يغيره عند التقائه بأخر ، لأن هذا هو مفتاح الزنى .
[٥٣] ان آباءنا كانوا يلبسون خرقاً موصولة قديمة ، وأغطية عتيقة
أما الآن فلباسنا ثياب غالية الثمن . امضوا من ههنا فقد أفسدتم
ما كان ههنا .

ماراسحق السريانى

[٥٤] ان المحب لله لا يحفظ مالا .

أحد الشيوخ

[٥٥] وقال بعض الأباء :

لا تقتنى ذهباً فى كل حياتك وإلا فما يهتم الله بك ، وان أتاك أحد
بذهب ، وكنت محتاجاً ، فانفقه فى قوتك ، وان لم تكن محتاجاً ،
فلا بيت عندك .

[٥٦] محبة المقتنيات تزعج العقل ، والزهد فيها يمنحه استنارة

أنبا موسى الأسود

[٥٧] لا تبقى لك أكثر من حاجتك ولا تدفع أكثر من طاقتك .

القديس انطونيوس

[٥٨] ان محبة المقتنيات متعبة جداً تؤدي الى نهاية مريرة لأنها تسبب اضطراباً شديداً جداً للنفس فسيلنا أن نطردها منذ البدء لأنها ان أزمنت فينا صار اقتلاعها صعباً .

[٥٩] ان كنت مشتاقاً الى ملك السماء فاترك غنى العالم .

انبا اغاثون

[٦٠] التمس فهماً لا ذهباً واقتنى سلامة لا ملكاً .

[٦١] المرتبط بالمقتنيات والملذات فهو عبد للأوجاع الذميمة .

ماراسحق السريانى

[٦٢] من لا يستطيع أن يبغض المقتنيات ، فلن يقدر أن يبغض نفسه حسب الوصية المسيحية .

أحد الآباء الشيوخ

[٦٣] أنه هوى شيطانى للراهب أن يحتفظ لديه بقوت قليل ، ذلك لأنه يدخر ما لا حاجة به إليه ، أما الصديق فانه يلقى على الرب همه ، وبغيرهم يغرق ، من أجل ذلك فيد الرب مفتوحة قدامه وهى ممثلة ، فيأخذ ويعطى بسداجة بغير فكر . من يحفظ شيئاً زائداً لينيح به المحتاجين فهو حكيم بحق . من أجل هذا اذ تفرغ

يده ، تجدها تمتلئ كل ساعة ، لأنه اذ أعطى ، فله أن يأخذ أيضاً .
من ينيح آخر فى ضيقته ، له هو أيضاً من يهبه نياح الحياة .
أحد الآباء الشيوخ

[٦٤] مرة سأل أخ أنبا سرابيون قائلاً : " قل لى كلمة " ، فقال
الشيخ : وماذا تريد بسماع الكلمة وقد أخذت قوت الفقراء
وتركت فى هذه الكوة وذلك لأنه أبصرها مملوءة كتباً .
[٦٥] نسك النفس هو بغض التتعم وبغض الجسد هو العوز .

القديس موسى الأسود

[٦٦] إن الراهب غريب فى أرض غريبة ، فإذا أراد أن يجد راحة
فعليه أن لا يشغل نفسه بأى شئ فيها .

القديس ارسانيوس

[٦٧] الغربية أفضل من اضافة الغرباء .

أنبا يعقوب

[٦٨] كمثل انسان اذا دخل الحمام ان لم يخلع عنه ثيابه لا ينعم
بالاستحمام ، كذلك الانسان الذى أقدم على الرهينة ولم يتعزى
أولاً من كل اهتمام العالم وجميع شهواته وملذاته فلن يستطيع أن

يصير راهباً ولن يبلغ حد الفضيلة ، ولن يمكنه كذلك أن يقف
قبالة جميع سهام العدو التي هي شهوات النفس .

القديس مقاريوس الكبير

[٦٩] لقد جرب آباؤنا الصوم كل يوم فوجدوا أنه نافع وموافق
لنقاوة النفس . ونهونا عن امتلاء البطن من أى طعام كان حتى
ومن الخبز البسيط ، أو من الماء أيضاً .

الأب يوحنا كاسيان

[٧٠] ان كنا لا نستطيع أن نصوم الى العشاء فلنشارك الضعفاء
ونصوم الى الساعة التاسعة أو الى نصف النهار على الأقل ،
وإنما لا نأكل من باكر وهذا لا يحتاج الى قوة جسد .

ماراسحق السريانى

الفصل الخامس :

سير بعض الآباء النساك

[١] القديس العظيم الأب أنطونيوس

أب الرهبان

[أ] كيفية خروجه من العالم :

كان القديس انطونيوس يأخذ لنفسه فائدة روحية من كل موقف من مواقف الحياة التي يتعرض لها ومن كل حدث من الأحداث التي تقع حوله . والعجيب أن أول درس يتلقاه في الرهبنة وفي الموت عن العالم لم يكن من شخص حى بل من جسد انسان ميت ، وكان هذا الانسان هو أباه . فعندما بلغ انطونيوس الثامنة عشرة من عمره تتيح والده فدخل اليه ونظر الى الجسد المسجى ثم قال : " تبارك اسم الله ، أليست هذه الجثة كاملة ولم يتغير فيها شئ البتة سوى توقف النفس الضعيف ، فأين هي همتك وعزيمتك وسطوتك العظيمة . إنى أرى الجميع قد بطل وتركته ، فيال هذه الحسرة العظيمة والخسارة الجسيمة ". ثم تأمل فى الجسد مرة أخرى وأردف قائلاً " إن كنت أنت قد خرجت بغير إرادتك فلا أعجبه من ذلك بل أعجب من نفسى إن عملت كعملك " .

وبعد موت أبيه بفترة قصيرة ماتت أمه وتركته وحيداً مع أخته

الصغيرة " ذبوس " وكان عمره حينذاك لا يزيد عن عشرين عاماً ، فكان عليه أن يهتم بشئون بيته ويرعى اخته الوحيدة . وكان كثيراً ما يتأمل في حادثة موت والديه ويردد قائلاً : لابد لى من مفارقة هذا العالم الزائل مثل أبى وأمى ، فالأفضل أن أخرج منه طائعاً قبل أن يخرجونى منه كارهاً .

ولم يمضى على انتقال والديه إلا ستة أشهر ، وذهب كعادته الى الكنيسة فى أحد الأيام وهو يوم الأحد ، وأخذ يناجى نفسه وهو فى الطريق إليها : كيف أن الرسل قد تركوا كل شئ وتبعوا المخلص ، وكيف كان المؤمنون فى الكنيسة الأولى يبيعون ممتلكاتهم ويأتون بأثمان المبيعات ويضعونها عند أرجل الرسل لى توزع على كل أحد كما يكون له احتياج [اع: ٤ : ٣٤ ، ٣٥] . وبينما هو متأمل فى هذه الأمور دخل الكنيسة وسمع الشماس يقرأ الانجيل فى قول الرب للشاب الغنى : " إن أردت أن تكون كاملاً فذهب وبع املكك واعط الفقراء فيكون لك كنز فى السماء وتعال اتبعنى . " [مت: ١٩ : ٢١] .

لقد اعتبر القديس انطونيوس هذا القول موجه له خصيصاً ، ووجدت هذه الكلمات أرضاً خصبة فى قلبه المستعد ، وأثمرت سريعاً .

وبعد أن خرج انطونيوس من الكنيسة باع ممتلكاته عن أبيه ،
وتقدر بنحو ثلاث مائة فدان من أجود الأراضي الزراعية فى قمن
العروس . ووزع ثمنها على الفقراء محتفظاً بالقليل لأخته بعد أن
أودعها بيتاً للعدارى . وعندما دخل الكنيسة مرة ثانية سمع الشماس
يقراً قول الرب : " لا تهتموا للغد . لأن الغد يهتم بما لنفسه يكفى
اليوم شره " [مت ٦ : ٣٤] . لم يحتمل البقاء فى العالم بل خرج
قاصداً التفرغ الكامل للنسك والعبادة خارج بيته مدرباً نفسه بالصبر
وكان حريصاً أن ينفذ وصية الرب فى حياته .

وكان انطونيوس خاضعاً لقيادة الروح القدس الساكن فيه والذى يحول
كلام الله الذى يسمعه الى حياة حارة بالروح محققاً قول الرب :
" الكلام الذى اكلكم به هو روح وحياة " . [يو ٦ : ٦٣] .

وحيثما خرج انطونيوس من بيته قاصداً التحلل من العالم والارتباط
بالواحد ، لم يكن هناك أديرة ولم يعرف راهب بل ولم تكن هذه
التسمية معروفة . وقد كان كل من يريد أن يتدرب على النسك
يخرج للانفراد والعزلة خارج حدود بلدته ، وهو ما كان يعرف
بنظام الحبساء .

[ب] حياته النسكية :

كان فى ذلك الوقت خارج القرية المجاورة شيخ قديس عاش حياة النسك منذ شبابه فاقتدى الأنبا انطونيوس بسيرته وتقواه . وابتدأ الأنبا انطونيوس يعمل بيديه لينفق على قوته بجزء ويتصدق بالجزء الآخر إلى جوار مثابرتة على الصلاة والنسك عملاً بقول الكتاب : " إن كان أحد لا يريد أن يشتغل فلا يأكل أيضاً " .

[٢ تس ٣ : ١٠] .

ودرب القديس نفسه أن يأكل مرة واحدة كل يوم عند الغروب ، ثم تدرج الى مرة كل يومين واستمر فى نسكه حتى وصل إلى أنه كان يأكل مرة واحدة كل أربعة أيام . وكان طعامه الخبز والملح ، وشرابه الماء فقط .

وقد نُكِر عن القديس انطونيوس بعدما سكن مغارته بالبرية الجوانية أنه حينما كان يجلس للأكل مع الأخوة كان يجلس بخجل واستحياء ، لكنه كان يتعزى ويعزى الأخوة بكلام فيه منفعة . وكان يقول لهم باستمرار انه يجب ان نسمح بوقت قصير للجسد بسبب الحاجة ، ويجب ان نخصص كل الوقت الباقي للروح ، أن نطلب

منفعتها لكي لا تتجرف بملاذات الجسد بل ينبغي أن يخضع الجسد للروح ، وهذا هو ما قصده الرب بقوله : " فلا تطلبوا أنتم ما تأكلون وما تشربون ولا تقلقوا . فإن هذه تطلبها أمم العالم . وأما انتم فأبوكم يعلم أنكم تحتاجون إلى هذه بل اطلبوا ملكوت الله وهذه كلها تزداد لكم . " [لوقا : ١٢ : ٢٩ - ٣١] .

وكان القديس انطونيوس يرتدى لباساً من شعر وفوقه قميص من جلد ، وظل يرتدى هذا اللباس حتى نياحته . وكان يكفيه أن ينام على حصير خشنة ، وغالباً ما كان ينام على الأرض العارية ، فكانت راحته الحقيقية أن يكون للرب مسكناً في جسده المتعب ، وموضعاً لإله يعقوب في قلبه المحب [مز ١٣٢ : ٥] .

[جـ] جهاده ومثابرته :

وإن كان القديس انطونيوس لم يتلقَ من الآخرين سوى القليل من الإرشادات إلا أنه كان يمارس أكثر كثيراً مما يرشده به الآخرون . فكان يسهر كثيراً لدرجة أنه كثيراً ما كان يقضى الليل كله في الصلاة دون أن ينام . لقد تعلم من الكتب أن مكائد ابليس كثيرة فاستمر في النسك والعبادة بغيرة شديدة . ولما كان ابليس يعجز عن

خداع قلبه بالملذات الجسدية ، فقد حاول أن يصطاده بشباك حروبه المتنوعة ، فكان القديس يجتهد أن يقمع جسده أكثر فأكثر وتحمل أتعاباً كثيرة . كما اعتزم انطونيوس أن يدرّب نفسه على حياة أكثر نسكاً ، بيد أن الشيطان عدو كل بر لم يطق أن يرى في هذا الشاب كل ذلك العزم فابتدأ يحاربه بكل ما لديه من أسلحة الشر ، أما القديس انطونيوس فكان يقاومه راسخاً في الايمان وكلل الرب جهاده بالانتصار .

قال القديس انطونيوس فى الرسالة الرابعة :

[الذين يريدون أن يتبرروا بمعيشة النسك بيسوع المسيح ، يجب عليهم أن يطردوا الشهوات الجسدية متوسلين لدى الرب يسوع ، وهو برحمته وتحننه يبطل عنهم كل الضيقات والتجارب التى تأتى على الجسد] .

وهكذا ظل القديس انطونيوس زهاء عشرين عاماً يدرّب نفسه فى الوحدة لا يخرج قطعاً ويندر أن يراه أحد .

بعد هذا لما كثر الذين أرادوا برغبة حارة أن يقلدوا نسكه ، وبدأوا يقتحمون بابه خرج اليهم متعمقاً فى الأسرار ممثلاً من الروح القدس

ولأول مرة روى خارج الحصن وعندئذ تعجبوا من منظره عندما رأوه ، لأنه كانت له نفس هيئة جسمه السابقة فلم يكن بديناً كرجل بغير تمرين ، ولا نحيفاً هزيل الجسم بسبب الصوم والصراع مع الشياطين . بل كان كما عهدوه قبل اعتزاله .

سيرة أبا انطونيوس الكبير بقلم أثناسيوس الرسولى .

[٢] القديس مقاريوس الكبير

أب برية شيهيت

[أ] جسم نحيل ووجه شاحب من شدة مخافة الله .

كان وجهه وجسمه النحيل يكفيان لأظهار شدة تعففه ونسكه ، مع أن الأصوام لم تكن هى السبب الوحيد لنحافة جسده ، بل هذا أيضاً كان نتيجة لمخافة الله التى امتلأت بها نفسه فأضمرت ، بل وأحرقت ، بنوع ما كل جسده .

[ب] محبة العوز :

جاءه بعض النساك مرة ليروه فى الاسقيط ، فلم يجدوا فى قلايته أى شئ من متاع الدنيا . وحتى الماء الذى يشرب منه وجدوه منتن

الرائحة ، فأرادوا أن يأخذوه إلى بلده لأجل تقويته وتزويده بالأمور الضرورية ، ولكنه عرفهم جيداً بأنه يحب هذا العوز ، وأنه لو كان يريد تلك الضروريات ، فإنه يعلم جيداً أين يطلبها بدون الإلتجاء لطلب معونتهم .

[ج] يعمل بيديه ويبيع شغله بنفسه ، ويعمل كأجير .

وكان يعمل طول النهار فى قطع الخوص . ويظهر بالأكثر تقشفه واتضاعه فى أنه كان يحمل بنفسه من الاسقيط القفف والمقطف التى كان يصنعها ، ليبيعها فى ترنوت على ضفة النيل ومرة وجد نفسه متعباً تحت هذا الثقل ، حتى أنه اضطر إلى ان يجلس على الأرض ، وإذ كان ما يزال بعيداً عن النهر خاطب الله قائلاً :

[يارب أنت تعلم أنه ما عاد فى قوة . وللوقت وجد نفسه على شاطئ النهر] .

ومعروف أن القديس مقاريوس كان ينزل كل سنة مع النساك فى زمان الحصاد ليعمل كأجير فى الحقول ليبتاع قوته .

[د] تقشفه وزهده :

قال بعض الآباء لأنبا مقار المصرى : "ان جسدك قد جف سواء

أكلت أو صمت " . فقال لهم الشيخ : ان قطعة الخشب التي احترقت وأكلتها النيران ، تفنى تماماً ، وهكذا أيضاً قلب الانسان يتطهر بخوف الله ، وبذلك تفنى الشهوات من الجسد وتجف عظامه .

+ وقيل أيضاً أن انساناً أتاه بعنقود مبكر ، فلما رآه سبح الله . وأمر أن يرسلوه الى أخ كان عليلاً ، فلما رآه الأخ فرح ، وهم أن يأخذ منه حبة واحدة ليأكلها لكنه قمع شهوته ، ولم يأخذ شيئاً وقال : " خذوه لفلان الأخ لأنه مريض أكثر منى فلما أخذ العنقود إليه رآه وفرح ، ولكنه قمع شهوته ، ولم يأخذ منه شيئاً ، وهكذا طافوا به على جماعة الاخوة فكان كل من أخذه إليه يعتقد أن غيره لم يره بعد ، وهكذا لم يأخذوا منه شيئاً ، وبعد أن انتهوا من مطافهم على اخوة كثيرين أنفذوه الى الأب فلما وجد أنه لم تضع منه حبة واحدة سبح الله من أجل قناعة الأخوة وزهدهم ، وكان القديس يقول : كما أن بستاناً يستقى من ينبوع واحد ، تنمو فيه أثمار مختلف مذاقها وألوانها ، كذلك الرهبان فانهم يشربون من عين واحدة ، وروح واحد ساكن فيهم لكن ثمرهم مختلف ، فكل واحد منهم يأتي بثمرة على قدر الفيض المعطى له من الله .

ويقول القديس مقاريوس : [يجب على الناسك أن يجتهد فى الصوم كما لو كان متأكداً أنه سيعيش مائة عام ، وأن يضبط شهوات نفسه ويتناسى الاهانات ويقاوم الكآبة ويحتمل الأتعاب والآلام ، كما لو كان سيموت فى اليوم نفسه] . فالفكرة الأولى تجعل الناسك حكيماً حازقاً ، وتجعله يحرص على الانتظام الصارم فى النسك بدون أن يسمح لنفسه بالتهاون ، بحجة ضعف الجسد ، بينما اعتبار الموت القريب يلهمه سمو الروحى بالايمان الذى لا يقتصر على احتقار راحة الدنيا فقط ، بل ويجعله راسخاً فى احتمال المشقات لأنه سيثبت قلبه ونظره دائماً الى السماء نحو المكان الذى يترقبه كل حين ، مؤمناً أنه سوف يُدعى إليه . أما وجهة نظر القديس مقارنة فى أهمية النقشفات الجسدية بالنسبة للحياة الروحية ، فتظهر من قوله : " اسعى لكل نوع الإماتة ، فإذا لم يكن لك الإماتة التى بالروح فاسعى الى إماتة الجسد ، حينئذ تعطى لك التى بالروح ، فتموت عن كل إنسان ، وحينئذ تستطيع أن تصل الى موهبة الوجود الدائم مع الله فى السكون " .

[٣] الأنبا باخوميوس

أب الشركة

[أ] النوم : كان القديس باخوميوس يديم الصلاة بنسك زائد وسهر .
وإذا أراد أن يرقد، لم يكن يرقد ممتداً . ولا على مصطبة بل كان
يجلس مستنداً إلى حائط .

[ب] العمل اليدوى :

وهذا ما كان راهب أو رئيس رهبنة ، ليعفى منه . وعليه فلقد
كان أنبا باخوميوس يشاطر رهبانه أعمالهم اليدوية . يخرج معهم
الى الحقول لمزاولة الزرع والحصاد ويحمل مؤنثته بنفسه أسوة بهم
وقيل أنه مضى دفعة ، فى أمر مع الاخوة وكان ذلك الأمر
يحتاج أن يحمل كل واحد منهم كمية من الخبز . فقال له أحد
الشبان : حاشاك أن تحمل شيئاً يا أبانا . هوذا أنا قد حملت كفاً
وكفافك . فأجابه القديس : " هوذا الأمر هذا لا يكون أبداً . ان كان
قد كتب من أجل الرب أنه يليق به أن يتشبه بأخوته فى كل شئ .
فكيف أميز نفسى أنا الحقير عن اخوتى حتى لا أحمل حملى مثلهم
لأنه مكتوب أيضاً ان من أراد أن يكون عظيماً فليكن خادماً " .

[ج] اهتمامه أن يعلم رهبانه بسلوكة :

[١] إذ كان يجمع الحصاد في جزيرة سأل تلميذه تادرس أن يفرش له حصيرة ليرقد عليها ، إذ كان مريضاً جداً. حاول تادرس أن يضع حصيرة تحت الحصيرة لكن الأب رفض ، كما رفض أن يقبل من هذا التلميذ أن يأخذ بلحتين . فلما سأله تادرس عن سبب رفضه أجاب الأب إنه يخاف يوم الدينونة الأخير ، لئلا يكون هناك راهب مريض أكثر منه فيكون في حاجة إلى الحصيرة والبلح . ختم الأب حديثه بأنه يلزمنا تقديم أنفسنا أمثلة للربان في كل شيء .

[٢] كان مريضاً وقدمت إليه " شربة " جيدة ، فصب عليها ماء حتى أفسدها ، قائلاً : " أما تعرفون كيف تطهون الطعام ؟ " . وبعد تناوله الطعام رش ماءً على قدمي تادرس . وإذ سئل عن سبب تصرفاته هذه ، أجاب إنه أفسد الطعام لئلا يعتاد على الطعام الجيد عندما يكون مريضاً ، ورش الماء حتى إذا ما أتهم في الدينونة الأخيرة بأنه ترك تلميذه يغسل له يديه يجيب : " وأنا أيضاً غسلت قدميه " .

[٣] حدث مرة أن طلب أحد الآباء ويدعى تاناسه من تادرس أن يستبدل ثياب القديس باخوميوس المتواضعة بثياب جديدة ، لأن

الجو كان بارداً ولا يليق بقائدهم أن يلتقى بالضيوف بهذه الثياب
وفى الليل لم يجد القديس باخوميوس ثوبه ، سأل عنه تادرس ،
فأجاب : " خذ هذا الثوب الجديد " . ولما كرر الأب الطلب ثلاث
مرات رافضاً أن يرتدى الثوب الجديد بكى تادرس لأن أباه كان
يرتعث من البرد . العجيب فى الأمر أن القديس باخوميوس انتابه
حزن شديد لأنه لم يطع تلميذه تادرس الذى كان مسئولاً عن الثياب
وقد بقى سبع سنوات يسأل الله المغفرة من أجل هذه المعصية .
[٤] كان القديس باخوميوس أباً ناجحاً ، إذ فتح قلبه بالحب الصادق
قبل أن يفتح ديره ، وكان يتعامل مع تلاميذه كأب وليس كرئيس
أو قائد .

مرة صام القديس باخوميوس خمسين يوماً باكياً ومصلياً بلا
انقطاع من أجل عشرة رهبان تدنست أفكارهم . توسل إليه أحد
الآباء أن يطرد هؤلاء الرهبان خارجاً لأنه يموت بسببهم ، فأجاب
القديس باخوميوس : " أيها الأب الشرير ، كيف تتجاسر وتطلب أن
أطردهم خارجاً ، ألم تسمع عن موسى النبى الذى وضع نفسه من
أجل شعبه العاصى؟!... " .

[٤] الأبا ارسانيوس

معلم أولاد الملوك

[أ] حياته الرهبانية الأولى :

بدأ القديس ارسانيوس حياته الرهبانية بنسك عظيم وصلاة
وقداس وزهد حتى فاق كثيرين وسمع بفضله أولاد أكابر القسطنطينية
ودواقستها وابتدأ كثيرون منهم يزهدون ويجيئون الى ديار مصر
ويترهبون .

[ب] موته عن العالم :

دفعه أتى اليه رجل يدعى جسرمانون بوصية من رجل شريف
من جنسه مات وأوصى له بمال كثير جداً . فلما علم القديس بذلك
هم بتمزيق الوصية فوقع جسرمانوس على قدميه وطلب اليه ألا
يمزقها وإلا فرأسه عوضها ، فقال له القديس : أنا قد مُت منذ زمان
وذاك مات أيضاً . وبذلك صرفه ولم يأخذ منه فلساً واحداً .

[جـ] جهاده فى الصلاة والسهر :

• قيل عنه أنه كان يستمر الليل كله ساهراً . فاذا كان الغد كان
يرقد من أجل الطبيعة مستدعياً النوم قائلاً : هلم يا عبد السوء

وكان يغفو قليلاً وهو جالس ، ولوقته يقوم وكان يقول : يكفى للراهب أن يرقد ساعة واحدة من الليل ان كان عمالاً .
● وقيل أيضاً أنه فى ليلة الأحد كان يخرج خارج قلايته ويقف تحت السماء ويجعل الشمس خلفه ويبسط يديه للصلاة حتى تسطع الشمس فى وجهه ثم يجلس .

[د] **تقشفه :**

(١) **الأكل بقدر :**

- قال عنه دانيال أحد تلاميذه : أن مؤونته فى السنة كان تليس قمح . واذا جننا الى عنده كنا نأكل منها .
- وقيل عنه أيضاً : أنه عندما كان يسمع أن الفواكه نضجت على الأشجار كان يطلب من الاخوة أن يحضروا له بعضاً منها ، اذ اعتاد أن يأكل مرة واحدة فى السنة كل نوع من أنواع الفواكه حتى يقدم التمجيد لله .

(٢) **عمل اليدين :**

دُكر عن أنبا ارسانيوس أنه من يوم أخذ الاسكيم لم يبقى فى قلايته أكثر من حاجته بل كان يتصدق بالباقى للجميع . وكان قد

تعلم ضفر الخوص من الرهبان . وكان يضفر القفف والمراوح وغيرها ويبيع ويأكل منه ويشترى خوص الضفائر ويتصدق بما تبقى . وهذا كان عمله دائماً .

[٥] الأبا موسى الأسود

جهاده ونصرته فى الحياة الرهبانية

[أ] تدريب الصوم والصلاة :

بينما كان القديس موسى مداوماً على الصوم والصلاة والتأمل اذ بشيطان الخطية يعيد الى ذاكرته العادات المردولة القديمة ويزينها له بعد أن استنارت روحه وعاد الى معرفة الله ، ولما اشتدت عليه وطأة الأفكار الشريرة مضى الى القديس ايسيدوروس وأخبره بحرب الجسد النائرة ضده فعزاه قائلاً : " لا تحزن هكذا وأنت مازلت فى بدء الصعوبات ولمدة طويلة سوف تأتى رياح التجارب وتقلق روحك فلا تخاف ولا تجزع - وأنت اذا تابرت على الصوم والسهر واحتقار أباطيل هذا الدهر سوف تنتصر على شهوات الجسد ". واستفاد موسى من كلام القديس ايسيدوروس

ورجع الى قلايته منفرداً وممارساً انواعاً كثيرة من إماتة الجسد ، ولم يتناول سوى القليل من الخبز مرة واحدة فقط فى اليوم كله مثابراً على الصلوات وعمل اليدين .

[ب] خدمة الآخرين وتدريب نفسه على أعمال المحبة :

كانت المياه يصعب احضارها الى القلالى اذ كان يلزم أن يسيروا مسافة كبيرة واستغل موسى الأسود هذه الفرصة وأخذ يدرّب نفسه على اعمال المحبة ، فكان يخرج ليلاً ويطوف بقلالى الشيوخ ويأخذ جرارهم ويملأها بالماء ، فلما رأى الشيطان هذا العمل لم يحتمله فتركه الى أن أتى فى بعض الأيام الى البئر ليملاً قليلاً من الماء وضربه ضرباً موجعاً حطم عظامه حتى وقع على الأرض مثل الميت وجاء بعض الاخوة فحملوه ومضوا به الى البيعة وهناك أقام القديس بالبيعة نحو ثلاثة أيام ثم رجعت روحه إليه .

[جـ] الانسحاق أمام الله وعدم الاتكال على برنا وقوتنا :

تزايد الأب موسى جداً فى نسكه وفى مقاتلته لذاته لدرجة كبيرة لكن بالرغم من هذه الإماتات والسهر وقهر الذات - لم يمكنه أن يلاشى من مخيلته تلك الأشباح الدنسة بل كانت تزداد كلما ازداد

هو فى محاربتها ، وربما كانت زيادة نقشفاته هذه بدون اذن من مرشده الروحى ، لأنه لما ذهب إليه يشكو حاله قال له : " ينبغى عليك الاعتدال فى كل شئ حتى فى أعمال الحياة النسكية " ، كما قال له أيضاً : " يا ولدى اذا لم يرحمك الله ويعطيك الغلبة عليهم هو وحده فما تقدر عليهم أبداً . امضى الآن وسلم أمرك لله وانسحق أمامه وداوم على الاتضاع وانسحاق النفس فاذا نظر الله الى صبرك واتضاعك فانه يرحمك " . فأجاب موسى : انى أثق فى الله الذى وضعت فيه كل رجائى أن أكون دائماً متسلحاً ضد الشياطين ولا أبطل اثاره الحرب ضدهم حتى يرحلوا عنى فلما رأى القديس ايسيدوروس منه هذا الايمان . حينئذ قال له : وأنا أو من أيضاً بسيدى يسوع المسيح .. وباسم يسوع المسيح من هذا الوقت وصاعداً سوف تبطل الشياطين قتالها عنك . وقال له : امضى الى البيعة المقدسة وتناول من الأسرار الالهية واستمر القديس موسى يصنع كقول الشيخ مواظباً على ذلك فأعطاه الله نعمة عظيمة وتواضعاً وسكوناً فانحلت عنه قوة الأفكار ومن ذلك الوقت عاش موسى فى سلام وازداد حكمة .

[٦] تادرس الأسقيطى

حياة التجرد :

قيل عنه أيضاً : أنه أتاه بعض الشيوخ الآباء ، فوجدوه لابساً ثوباً ممزقاً ، وصدرة مكشوف ، وكاكوليته من قدام ، وانفق وقتئذ ان وافاه انسان غنى ليراه ، فلما قرع الباب ، خرج الشيخ وفتح له واستقبله وأجلسه على الباب . فأخذ التلميذ قطعة من ثوب ، وغطى بها اكتافه ، فمد الشيخ يده ورماها عنه . فلما انصرف ذلك الانسان الغنى ، سأله التلميذ قائلاً : " يا أبتاه ، لماذا صنعت هكذا ؟ لقد أتاك الرجل لينتفع فلماذا شككته ؟ " فقال له الشيخ : " لماذا تدعونى أباً ونحن بعد نرضى البشر ؟ . قد أضعنا الزمان ، وجاز الوقت ، من أراد أن ينفع فلينتفع ، ومن أراد أن يتشكك فليتشكك ، أما أنا فكما أوجد هكذا ألتقى بالناس . ثم أوصى تلميذه قائلاً : " ان أتى انسان يريد رؤياى ، فلا تقل له شيئاً وعظيماً ، بل ان كنت أكل ، فقل له : انه يأكل ، وان كنت نائماً فقل له : انه نائم ، وان كنت أصلى ، فقل له أنه يصلى .

وقيل عنه لما خرب الاسقيط أتى فسكن الفرما وشاخ وضعف ،

فجاءوه بالأطعمة . فكان ما يجيئ به الأول يعطيه للثاني وهكذا على طقس وترتيب كان يعمل بكل ما يأتون به . وفى آخر الوقت عندما يحين موعد الأكل يأكل مما كان عنده .

[٧] الانبا سراييون

عطفه الشديد على المساكين :

مرة مضى انبا سراييون الى الاسكندرية فوجد هناك انساناً مسكيناً عرياناً فى السوق فوقف يحدث نفسه قائلاً : كيف وأنا الذى يقال عنى انى راهب صبور عمال ، أكون لابساً ثوباً ، وهذا المسكين عريان ، حقاً ان هذا هو المسيح والبرد يؤلمه : وعندئذ وثب بقلب شجاع وتعرى من الثوب الذى كان يلبسه وأعطاه لذلك المسكين . ثم جلس هو عرياناً والانجيل فى يده ، وانفق أن كان المحتسب مجتازاً فلما أبصره عرياناً قال له يا أنبا سراييون من عراك ؟ فأشار الى الانجيل وقال هذا هو الذى عرانى . فبعدما كسوه قام من هناك ، فوجد انساناً عليه دين وهو معتقل من صاحب الدين وحيث لم يكن لديه شئ يوفيه عنه باع الانجيل ودفع ثمنه للدائن ،

ولما كان ماشياً لاقاه فى الطريق انساناً يستعطى ، فأعطاه الثوب وجاء عرياناً ، فدخل قلايته . فلما أبصره تلميذه هكذا قال له : يا معلم ، اين الثوب الذى كنت تلبسه ؟ فقال له أيضاً " وأين انجيلك يا أبى الذى كنا نتعزى به ؟ " فقال له : " يا ولدى لقد كان يقول لى كل يوم بع كل مالك وأعطه للمساكين . فبعته " .

[٨] الأب سيصوى

مرة زار أنبا ألونيوس أسقف فيلوأبولوس فى جبل انطونيوس الأب سيصوى ولما عزم على الانصراف جعله يتغدى باكراً قبل انصرافه وكان صوماً ، فلما وضعت المائدة ، اذا قوم يقرعون الباب ، فقال لتلميذه : قدم لهم قليلاً من الطبخ " فقال الأسقف : دعهم الآن لئلا يقولوا ان سيصوى يأكل باكراً " .

فتأمله الشيخ وقال للأخ : " أمضى اعطهم " فلما أبصروا الطبخ قالوا للأخ : " يا ترى هل عندكم ضيوف ، والشيخ يأكل معهم ؟ . قال نعم ، فحزنوا قائلين : " لماذا تركتم الشيخ يأكل فى مثل هذا الوقت ؟ أما تعلمون أن الشيخ يعذب نفسه أياماً كثيرة بسبب هذه

الأكلة ؟ " فلما سمع الأسقف هذا الكلام ، صنع مطانية قائلاً : اغفر لى يا أبى لأنى تفكرت فكراً بشرياً ، أما أنت فقد صنعت أوامر الله فقال الشيخ : " ان لم يمجد الله الانسان ، فمجد الناس ليس شيئاً " .
وحدث مرة أيضاً أن زاره أنبا قسيانوس ، والقديس جرمانون ، وهما شيخان من فلسطين ، فاحتفل بضيافتهما ، فسألاه لأى سبب لا تحفظوا رسوم صومكم فى وقت ضيافتكم الأخوة الغرباء على ما قد عرفناه فى بلدنا فلسطين ؟ .

فأجابهم قائلاً : " ان الصوم معى دائماً ، وأما أنت فلست معى دائماً ، والصوم شئ نافع لازم ، وهومن نيتنا ومن ارادتنا ، وأما اكمال المحبة فيطالبنا به ناموس الله بلازم الاضطرار ، فبواسطتكم أقبل المسيح ويوجب علينا ديناً لازماً بأن اخدمه بكل حرص ، فاذا شيعتكم أمكننى استعادة صومى ، وذلك أن أبناء العرس لا يستطيعون أن يصوموا مادام العريس معهم ، فمتى رُفِع العريس فحينئذ يصومون بسُلطان .

[٩] الأبا يوحنا القصير

أصوامه :

وقد بلغ الزهد به حداً انقطع معه عن كل طعام وشراب اسبوعاً مستمراً واذا أكل لا يشبع خبزاً وكان يردد قول معلمه : لا تتكل على برك ولا تصنع أمراً تندم عليه وامسك لسانك وبطنك وقلبك .

عمل اليدين وعطفه على الفقراء :

كان القديس في أوقات الفراغ من صلاته وتأملاته يعمل في صناعة السلال وذلك ليحصل على معيشته ومعيشة الأخوة الذين معه والفقراء الذين يفدون إليه .

كانت العادة في زمن الحصاد ان ما يجمعه الشيوخ يحتفظون بنصفه ويوزع النصف الآخر للمحتاجين . أما القديس يوحنا فكان يعطى الكل ولا يبقى لذاته شيئاً .

سأله الاخوة مرة قائلين : يا أبانا هل يجب أن نقرأ المزامير كثيراً فرد قائلاً : ان الراهب لا تفيدته القراءات والصلوات ما لم يكن متواضعاً محباً للفقراء والمساكين .

[١٠] الأب ديسقورس

قيل عن الأب ديسقورس (الشمساس) ان خبزه كان من شعير
وعدس ، وفى كل سنة كان يرسم لنفسه خطة يبدأ بها جهاده قائلاً :
فى هذه السنة سوف لا ألتقى بانسان ، ولن أكلم أحداً وفى هذه السنة
لن أكل طبيخاً ولن أذوق ثمرة . وهكذا كان يصنع فى كل خطة ،
فاذا تم احداها ، بدأ بالأخرى ، وهكذا كان الحال طوال السنة ،
وقد كان يقول : " ان كنا نلبس الثوب السمائى ، فلن نوجد عراة ،
وان وجدنا لابسين غير ذلك الثوب ، فماذا نصنع ؟ نخاف أن نسمع
ذلك الصوت القائل : " اخرجوه الى الظلمة الخارجية هناك يكون
البكاء وصرير الأسنان " .

فالآن يا اخوتى ، قبيح بنا بعد أن نقضى فى لبس الاسكيم هذه
السنين كلها ، وأن نوجد عراة فى اليوم الأخير وليس علينا ثياب
العرس ، فالويل لنا من تلك الندامة ، اذا ما نظرنا الى سائر الأبرار
والصديقين ، وهم يصعدون الى السماء ، ونحن نساق الى العذاب .

الباب الثانى

السجود

الفصل الأول :

السجود فى الطقس الكنسى

الفصل الثانى :

أقوال الآباء فى السجود

الفصل الثالث :

السجود والمطانيات فى حياة بعض الآباء

السجود

السجود تعبير صادق عن مشاعر الحب والخضوع والالتضاع فهو لائق جداً بالله ، إذ أنه سبحانه صاحب الحق الأول في خضوعنا له واتضاعنا أمامه .

وسجود العبادة خاص بالله وحده ، فهو يقدم لله كمشاركة للملائكة الذين يقدمون السجود لله على الدوام . ولا يصح أن يقدم بهذه الصفة لأحد آخر سوى الله . غير أنه يجوز أن يقدم للآخرين وانما في معانى أخرى غير العبادة .

والانجيل يحدثنا عن صور شتى لأنواع السجود :

فسجود الابن الضال لأبيه ، يحمل معنى التوبة والندامة من ابن لأبيه وسجود يعقوب لعيسو أخيه سبع مرات الى الأرض كما يقول الكتاب فى سفر التكوين ، كان لاسترضاء وجه أخيه وصرف روح الغضب وقد نجح يعقوب فى ذلك إذ لما رآه أخوه " ركض للقاءه وعانقه ووقع على عنقه وقبله . وبكى " (تك ٣٣ : ٤) .

وسجود بنى يعقوب لىوسف أخيهم وهو رئيس لمصر ، كان علامة الولاء الواجبة لرئيس الأرض .

وسجود ابراهيم المبارك من فم الله لبنى حث الشعب الوثنى ، كان علامة اتضاع شديد ودعة نفس امتاز بها ابراهيم ، كما يقول سفر التكوين : " فقام ابراهيم وسجد لشعب الأرض لبنى حث " (تك ٢٣ : ٧) وسجود المرأة الشونمية لأليشع أمام قدميه إلى الأرض ، كان اعترافاً بالجميل وتكريماً لروح النبوة التى أقامت ابنها الميت حياً . هكذا نرى للسجود معانى أخرى غير العبادة تتحصر فى أشخاص الناس . ونحن لسنا مختارين فى سجودنا لله كما يتوهم المتحررون أو المحتجون فى هذه الأيام . فالسجود لله أمر حتمى وليس المخلوق قط اختيار فى الامتناع عن تقديمه ، كقول القديس كيرلس رئيس الأساقفة وصاحب القداس الكيرلسى فى صلاة الصلح :

" اللهم يا من تجثو له ركة ما فى السموات وما على الأرض وما تحت الأرض . الذى الكل مذلول وخاضع بعنق العبودية تحت خضوع قضيب ملكه " .

الفصل الأول :

السجود فى الطقس الكنسى

يقدم الانسان فى العبادة حركات خشوعية أمام الله ليعبر بها عن

خضوعه وخشيته . وهذه الحركات على ثلاثة أنواع :

الأول : وتسمى احناء الرأس ، وهى لها مواضع خاصة فى العبادة.

الثانى: وتسمى احناء الركب، ولها أيضاً مواضع خاصة فى العبادة.

الثالث : وتسمى السجود على الأرض ولها أيضاً مواضع خاصة

فى العبادة

أما احناء الرأس فيتم أثناء الوقوف مع احناء الظهر قليلاً الى الأمام.

واحناء الركب يتم بالركوع وملامسة الركب للأرض مع بسط

اليدين نحو السماء . والسجود يتم بالركوع مع انطراح الوجه

ليلامس الأرض أيضاً عند الجبهة .

وهذه الأوضاع العبادية ، تقليدية تستمد أصولها من العهد القديم ولو

أنها فى العهد الجديد أصبحت ذات أهمية أكثر بسبب ازدياد

الاحساس بالله لا من جهة الرهبة والخوف كسيد فقط بل ومن جهة

كثرة مراحمه وبذله وشدة اتضاعه الذى أسر قلوبنا وجعلنا نخشع

حباً عند الوقوف أمامه وقلبنا ينفطر وعيوننا تفيض بالدموع أمام

صليبه المحي الذى به نلنا الفداء .

وفى العهد القديم كانت العبادة تتم فى المجمع المحلية أو الهيكل الرئيسى فى أورشليم . ففى المجمع كان لا يجوز السجود اذ كان يكتفى باحناء الرأس فقط أو الركوع فى اتجاه مكان الهيكل ، أما فى الهيكل نفسه فكانت العبادة تحتم الركوع والسجود على الأرض بسبب حضور الرب فى قدس الأقداس : " صعدت لأسجد فى أورشليم" (١١ : ٢٤ع) . ويقول سفر أخبار الأيام عن سليمان : " ثم جثا على ركبتيه تجاه كل جماعة اسرائيل وبسط يديه نحو السماء وقال أيها الرب إله اسرائيل لا إله مثلك فى السماء والأرض حافظ العهد والرحمة لعبيدك السائرين أمامك بكل قلوبهم . " (١٣ : ٦، ١٤) .

وقد استلمت الكنيسة هذه الأوضاع العبادية التقليدية الهامة من الرسل والتلاميذ أنفسهم ، فنجد بطرس يجثو على ركبتيه فى الصلاة : " فأخرج بطرس الجميع خارجاً وجثا على ركبتيه وصلى ثم التفت الى الجسد وقال يا طابيثا قومي . ففتحت عينيها . ولما أبصرت بطرس جلست . " (٩٤ : ٤٠) .

ونجد بولس يجثو أيضاً فى صلاته : " ولما قال هذا جثا على ركبتيه مع جميعهم وصلى " (٢٠ع : ٣٦) .

ومن لغة بولس الرسول نفهم أن الركوع يعبر عن عمق صلاة
الابتهال : " بسبب هذا احنى ركبتيّ لدى ابي ربنا يسوع المسيح ..
لكي يعطيكم بحسب غنى مجده أن تتأيدوا بالقوة بروحه فى الانسان
الباطن " (اف ٣: ١٤ ، ١٦) . أما عند ذكر العبادة فى الهيكل فنسمع
بولس الرسول يقول : " **صعدت لأسجد فى اورشليم** " (اع ٢٤: ١١) .
وهنا نستطيع أن نلمح الفرق بين الركوع والسجود حيث السجود
يقدم لله كعبادة خالصة بخوف وهيبة ووقار بدون طلب شئ أو
انتظار نوال شئ .

والتفريق بين احناء الرأس واحناء الركب والسجود الكامل نجده
واضحاً جداً أثناء صلاة القداس :

فعند صلاة التحليل ينادى الشماس : " **احنوا رؤوسكم أمام الرب**"
حيث ينال الشعب الحل من الأسقف أو الكاهن وهم واقفون . أو
جالسون باحناء الرأس فقط . أما فى أيمان الصوم عند الابتهال
والطلبات [كل أيام الصوم فى الأربعين المقدسة] ، فينادى الكاهن
على كل الشعب : " **احنوا ركبكم** " . وبيئدئ يقول الطلبات والتوسلات
وفى كل طلبه ينادى قائلاً : " وأيضاً احنوا ركبكم " .

أما في وقت حلول الروح القدس على الخبز والخمر فيصرخ الشماس :
" اسجدوا لله بخوف ورعدة " ، حيث يتم السجود أمام الله للجسد ثم
للدنم . وهكذا ينبغي أن نفرق بين نداءات الشماس ، لأن كل حركة
في العبادة سواء باحناء الرأس أو احناء الركب أو السجود تعبر تعبيراً
طقسياً ذا معنى عميق فيما يختص بالصلاة ودرجاتها . فالركوع يدل
على أننا نتوسل ونبتهل في الصلاة من أجل أنفسنا أو الآخرين ،
ونطلب من الله رحمة أو حلاً أو غفراناً منه رأساً أو من فم الأسقف
أو الكاهن . ولكن السجود يدل على الخضوع والتوبة سواء الله
فيكون برهبة وانسحاق وخوف عظيم أو لمن أخطأنا إليه ، عظيماً
كان أو غير عظيم ، ويكون باتضاع فقط . والسجود في هذه الحالة
يسمى : " مطانيا " ، ومعناها البسيط توبة .

وفي الركوع يقول القديس امبروسوس : [نحن نحني ركبتنا لأن
الركب المنحنية أكثر من جميع حركات الجسد الأخرى تهيئ للإنسان
السماح من الله وزوال نقمته وقبول نعمته] .

وفي السجود يقول القديس ديونيسيوس الأريوباغي : [وكل
أصحاب الدرجات الكهنوتية أو المرشحين لها يلتزمون بالتقدم أولاً

نحو المذبح الالهى ثم السجود لكى يعلنوا خضوعهم وتسليم حياتهم
لله منه سينالون تكريسهم] .

وفى قول للقديس ديونيسيوس الأريوباغى نجد تفريقاً بين سجود
الكاهن وسجود الشماس أثناء الرسامة : [وبينما يركع الأساقفة
والكهنة أثناء الرسامة على كلتا الركبتين يركع الشماس أثناء
الرسامة على ركبة واحدة] .

ولكن من العسير فصل الركوع عن السجود عندما يلتهب قلب الانسان
فى الصلاة وينتقل من مجرد التوسل الى تقدم الكرامة الواجبة .
ولكن لا ينبغى أن تنتقل من الركوع الى السجود دون أن تنتقل
روحياً وقلبياً من حالة التوسل والطلب الى حالة التسليم والخضوع .
ويقول القديس كليميندس الرومانى : ليتنا نسقط أمام الله متوسلين بالدموع
ويقول هرماس الراعى : فجثوت على ركبتى وبدأت أصلى لله
معتزفاً بخطاياى .

ويقص القديس هجسبوس سنة ١٧٠ ميلادية عن القديس يعقوب
الرسول البار : [أنه كان قد اعتاد أن يدخل الهيكل فى اورشليم
وحده ويظل ساقطاً على ركبتيه] .

ويضيف يوسابيوس عن هجسبُوس ، أن ركبتى يعقوب الرسول البار صارتا من كثرة الركوع خشنة وصلبة مثل ركب الجمال .
ويقص لنا يوسابيوس عن قسطنطين الملك : أنه كان يذهب الى مخدعه المخصوص داخل القصر فى ساعات معينة من النهار ويغلق على نفسه ليناجى الله ويظل ساقطاً على ركبتيه متضرعاً من أجل شئون مملكته . كما يذكر يوسابيوس أيضاً عن قسطنطين أثناء مرضه الأخير : أنه كان يركع على الأرض ويظل متوسلاً .
ويقص علينا القديس غريغوريوس النزينزى عن أخته القديسة : أن ركبها تصلبت من كثرة الركوع وأصبحت منحنية .
ويقص القديس اغسطينوس فى كتابه "مدينة الله" . قصة عن معجزة شفاء تمت أثناء ما كان يصلى مع آخرين . وكيف أن الروح دفع المريض ليشارك الآخرين فى الركوع والصلاة : وبينما كنا راعين على الأرض كالعادة ، وإذ بالمريض ينطرح أيضاً بقوة خفية وبيئتئى يصلى . مع أنه لم يكن قادراً على الركوع أو الكلام قبلاً .
ويقول أيضاً القديس اغسطينوس عن وضع الصلاة المناسب : [والذى يصلى ينبغى أن يقدم من أعضاء جسده ما يناسب التوسل ،

فعلية أن يركع ثم أما أن يبسط يديه الى أعلى أو ينطرح على الأرض] وهنا يفرق القديس بين الركوع والسجود . وفي قول لأرنوبيوس يلمح على أن تقديم السجود للمسيح كعبادة خالصة أمر طبيعي في حد ذاته: [ونحن نسجد للمسيح طبيعياً لنعبده بصلاة متحدة]

وفي قول آخر للقديس أبيفانيوس . يشدد أن العبادة بالسجود الزام : الكنيسة تأمرنا أن نرفع الصلوات لله بلا انقطاع بكل مداومة وبكل توسل راكعين في الأيام المحددة ليل نهار .

والقديس جيروم يعتبر السجود تقليداً كنسياً : أنه تقليد كنسى أن نحني ركبتنا أمام المسيح . وأول تقليد وصلنا عن متى ينبغى السجود ومتى لا ينبغى جاءنا على يد القديس إيرينيوس ، يقول عند سؤاله أنه منحدر بالتسليم من الرسل : [وبما أنه واجب علينا ولائق أن نذكر على الدوام سقوطنا في الخطايا وكذلك نعمة المسيح التي بواسطتها قمنا من سقطتنا . لذلك فان ركوعنا على ركبتنا في اليوم السادس [الجمعة] هو اشارة الى سقوطنا في الخطايا ، أما عدم ركوعنا في يوم الرب (الأحد) فهو اشارة الى القيامة التي حصلنا عليها بنعمة المسيح التي خلصنا بواسطتها من خطايانا ومن الموت] وهذا الكلام قاله القديس إيرينيوس في حديث له يوم عيد القيامة ، اسمه :

" سؤال وجواب للأرثوذكس "

الفصل الثانى :

أقوال الآباء فى السجود

[٧١] كل مرة نسجد فيها الى الأرض نشير الى كيف احدرتنا الخطية الى الأرض وحينما نقوم منتصبين نعترف بنعمة الله ورحمته التي رفعتنا من الأرض وجعلت لنا نصيباً فى السماء .
باسيلْيوس الكبير

[٧٢] اسجد فى مبدأ صلاتك وأسأل الله بانسحاق وتذلل أن يعطيك الصبر فى الصلاة وضبط الفكر .

[٧٣] على الأقل ينبغى للراهب أن تكون المطانيات فى كل دفعة ثلاثين ، وبعدها يقبل الصليب المكرم ، ويأخذ فى الركوع . وقوم يزيدون على هذا العد حسب قوتهم .

[٧٤] اغضب نفسك للسجود أمام الله [ضرب المطانيات] لأنه هو محرك روح الصلاة .

[٧٥] لا تظن أن السجود أمام الله هو أمر هين . لا شئ من الأعمال الصالحة يوازى المواظبة على تكميل خدمة الصلاة بضرب المطانيات .

مارسحق السريانى

[٧٦] اذا ضايقتنا الأفكار أثناء الصلاة و شعرنا بالملل ، فلنخر على الأرض وكتاب الصلاة فى أيدينا و نضرع و نحن ساجدون أن يهبنا الله نشاطا لنكمل خدمة الصلاة .

[٧٧] كلما استنار الانسان فى الصلاة كلما شعر بضرورة و أهمية ضرب الميطانيات و يحلو له الثبات فيها . كلما يرفع رأسه ينجذب من فرط صرارة قلبه للسجود لأنه يحس بمعونة قوية فى هذه الأوقات و يزداد فرحه و تنعمه .

[٧٨] اعطى نفسك للصلاة و أنت تحصل على لذة الميطانيات و تداوم فيها بسرور .

[٧٩] رائحة عرق التعب فى الصلاة هى أذكى من رائحة البخور و العطور

مار أسحق السريانى

[٨٠] اذا كان تشتت الفكر يلزم السجود دل ذلك على أن العقل لم يتحد بالله بعد . اعرف انسانا بعد أن أتعب ذاته فى الصلاة صار كل مرة يسجد فيها فى الصلاة بينلع عقله الدهش .

الشيخ الروحانى

[٨١] محبة دوام السجود أمام الله فى الصلاة دلالة على موت النفس عن العالم و ادراكها سر الحياة الجديدة .

الشيخ الروحانى

[٨٢] رأيتهم فى الصلاة التى يصلونها ، حينما ينتهون من تلاوة كل مزمور لا يستعجلون فى السجود كواجب يراد أنهاؤه كما يعمل الكثير منا الآن ، بل رأيتهم على خلاف ذلك ، فبعد أن يفرغوا من المزمور يقفون برهة يرفعون فيها صلاة قصيرة ، ثم ينحنون فى خشوع و يسجدون إلى الأرض بوجوههم بورع كثير وتقوى شديدة ثم ينتصبون بخفة ونشاط ويعودون إلى وقفتهم المنتصبة وافكارهم كلها منحصرة فى الصلاة

الأب يوحنا كاسيان

يتحدث عن رهبان مصر

[٨٣] المداومة على السهر مع ضرب المطانيات بين الحين والآخر
لا تتأخر كثيرا عن أن تكسب العابد المجتهد فرحة الصلاة .

مار اسحق السريانى

[٨٤] من كثرة ضرب المطانيات يجهد الجسد و يسخن و تتحل معه
كثرة الأفكار، ويصل القلب إلى حالة أتضاع ، ويكون الانسلن
فى نشوة روحية عالية .

الاسقف اغناطيوس

الفصل الثالث :

السجود و المطانيات فى حياة الأباء

[١١] القديسان مكسيموس و دوماديوس

قال الأب مقاريوس : حدث يوما وأنا جالس بالاسقيط أن أتانى شابان غريبان أحدهما متكامل اللحية ، والآخر قد بدأت لحيته ، فقالا لى : أين قلاية مقاريوس ؟ فقلت لهما : وماذا تريدان منه ؟ أجابانى نريد مشاهدته فقلت لهما أنا هو . فصنعا مطانية وقالا : يا معلم نشاء أن نقيم عندك . فلما وجدت أنهما فى حالة ترف ومن أبناء نعمة و غنى أحبتهما : لكنكما لا تتحملان السكنى ها هنا فأجابنى الأكبر قائلا : ان لم نحتمل السكنى ها هنا فاننا نمضى إلى موضع آخر . فقلت فى نفسى : لماذا أطردهما ، والتعب ذاته سيجعلهما يهربان . فقلت لهما : هلما فاصنع لكما قلاية ان قدرتما فقالا : أرنا موضعا يصلح . فأعطيتهما فأساً وقفه وكذلك قليلا من الخبز والملح واريتهما صخرة صلبة وقلت لهما : انحنا ها هنا واحضرا لكما خصاً من الغابة وسقفاً واجلسا وتوهمت أنهما ينصرفان من شدة التعب . فقالا لى وماذا تصنعون ها هنا ؟ فقلت لهما : اننا نشغل بظفر الخوص . وأخذت سقفاً وأريتهما بدء الضفيرة وكيف تخط وقلت لهما اعملا زناييل وادفعاها الى الخفراء ليأتوا لكما بخبز ، وعرفتهما ما يحتاجان من معرفة ثم انصرفت عنهما .

[١٢] الأبا سرابيون

مع أخ يلوم نفسه ملامة باطلة :

حدث أن زاره أخ ، فطلب منه الشيخ أن يصلى كما هى العادة فاعتذرقائلاً : انى خاطئ لا أستحق ولا اسكيم الرهينة . فأراد الشيخ أن يغسل رجليه فأبى ولم يدعه واعتذر أيضاً بمثل هذا الكلام وقال : انى خاطئ ولست مستحقاً . ثم هياً الشيخ طعاماً فلما جلسا يأكلان أخذ الشيخ يعظه بمحبة ويقول له : يا ابنى ان كنت تريد أن تنتفع فاجلس فى قلايتك . واترك عنك الدوران واجعل اهتمامك فى نفسك وفى عمل يديك فانك لا تنتفع من الجولان مثلما تنتفع من الجلوس فى قلايتك . فلما سمع الأخ ذلك الكلام وهذه العظة ، تململ وتغير لون وجهه حتى أن الشيخ لاحظ ذلك فى وجهه .

فقال له الشيخ : بينما أنت تقول أنى خاطئ وتصف نفسك أنك لست أهلاً لأن تحيا فى هذه الدنيا فاذا بى لما عاتبتك بمحبة أراك وقد تململت وتلون وجهك حتى صرت مثل السبع . ان كنت بالحقيقة تريد أن تكون متضعاً فاحتمل ما يأتىك من الاغتنام من الآخرين ، ولا تلم نفسك ملامة باطلة بالرياء وبالكلام الباطل .

فلما سمع الأخ هذا الكلام انتفع به وصنع له مطانية قائلاً :
" اغفر لى " ورجع الى قلايته .

[١٣] الأبا زينون

اخوان كان يجتمعان فى بعض الأديرة ، كل واحد منهما منفرد فى قلايته فقال أحدهما لرفيقه : أنا أقصد المضى الى الأبا زينون فأعرفه فكرى . فقال الآخر أيضاً : وأنا أريد أن أقول له فكراً . وانطلقا سوياً . وأخذ كل منهما الشيخ على انفراد ، وأقر له بأفكاره فأحدهما سجد بدموع على قدمى الشيخ ، يسأله أن يصلى عليه . فقال له الشيخ : اذهب ولا تدفع ذاتك الى شر ، ولا تقع فى خطية ، ولا تضطجع فى صلاتك . وبعد مضيه خارجاً اعترف الآخر للشيخ بفكره وقال له صلى على . ولم تكن طلبته إليه بوجع واجتهاد . وبعد مدة من الزمان اتفق انهما اجتمعا الواحد لصاحبه فقال له لما زرنا الشيخ هل أخبرته بفكرك الذى ذكرت أنك تريد أن تقوله له فقال : نعم فقال له : هل انتفعت بعد اقرارك له ؟ فأجابه نعم بصلوات الشيخ شفانى الله . فقال له ذلك الآخر : أما أنا وان كنت قد اعترفت له ، إلا أننى ما أحسست بالشفاء . فقال له ذلك الذى انتفع . وكيف سألت الشيخ فقال : قلت له الآن صلى على يا أبى فان الفكر الفلانى يؤذيني فقال له الآخر : أما أنا فعندما

اعترفت له : بللت رجليه بدموعي طالباً أن يبتهل في أمرى .
وبصلواته شفانى الرب . هذا الخبر حدثنا به الانبا زينون يعلمنا أنه
يجب على من يسأل أحد الآباء فى أمر أفكاره . أن يطلب الى الله
بكل قلبه وببكاء شديد فينال مراده . ومن يعترف بتوان وفتور
فليس من شأنه أن يعدم المتعة فقط بل يدان ويعاقب .

[١٤] أنبا جراسيموس

لقى أنبا جراسيموس امرأة فى البرية شبه عارية ، فلما أبصرته
توارت عنه ، لكنه أراد أن يكلمها فتوارت خلف صخرة وكلمته ،
فقال لها : كم لك فى هذه البرية من الزمان ؟! . فقالت : " خمسون
سنة " قال لها : ماذا كان غذاؤك ؟ قالت : " ان الخالق لا يضيع ما
خلق " قال لها : فماذا أبصرت فى البرية ؟ أجابت : ما أبصرت
غير المسيح وأعماله وصنائعه . قال لها : ففيمَ الخلاص ؟ قالت :
" فى ترك ما انت فيه " ، قال لها : وما هو ؟

أجابت : شغلك بالبكاء على خطاياك أولى من سؤالك امرأة عما
لا ينفعك قال لها : " صدقت " وعمل مطانية وانصرف .

[١٥] أحد الآباء الشيوخ

قيل أيضاً أنه كان يوجد شيخ له تلميذ جيد ، ومن الملل كان الشيخ يخرجته خارج الباب ويزدرى به فكان التلميذ يمكث جالساً خارجاً ، ولما فتح الشيخ الباب فى اليوم الثالث ، وجده جالساً فأدى الشيخ له مطانية وقاله له : " يا ولدى ان تواضعك وطول أناتك قد غلبا شرى وصغر نفسى فهلم الآن الى الداخل ، ومنذ الآن كنت أنت الشيخ وأنا التلميذ .

[١٦] القديس مقاريوس الاسكندرانى

قال : أنه فى يوم من الأيام جلس على باب قلايته فحضر بين يديه رجل عليه أسمال بالية ، وسجد بين يديه وقال : يا أبتاه أسألك أن أكون تحت ظلك ، وأخذ بركة صلواتك المقدسة . قال له القديس حباً وكرامة . ثم سكن بقرب قلاية القديس وكان فقيراً جداً من أمور العالم ، غنياً بنعمة ملكوت السموات .

وفى احدى ليالى الشتاء القارسة البرد ، وقع ثلج ورعد وبرد شديد ولم يكن له شئ يتغطى به غير قطعة عباءة مخرمة - فتذكر

القديس مقاريوس ذلك الراهب وضعف حاله وأخذ عكازه وخرج
يفتقده فوقف على باب القلاية وكان الظلام شديداً فسمع صوته من
داخل وهو يتهلل ويفرح ويشكر الرب يسوع المسيح ويقول : ياربى
أشكرك اذ وهبتنى هذه النعمة العظيمة الجزيلة والمواهب الجليلة
الفاخرة التى هى العافية . ياربى كم من الملوك والأكابر والسلاطين
مقابل أعدائهم الآن ومنهم من كسروا ونهبت أموالهم وأملاكهم ،
وأولادهم يباعون ، وقوم منهم هدمت حصونهم وقلاعهم وهربوا ،
وغيرهم فى السجون وقلوبهم مملوءة أحزاناً . أما انا يارب خالى
القلب والفكر من جميع هذه الشرور . أشكرك يارب يسوع المسيح .
وكم من الأغنياء ذوى الأموال الجزيلة فيهم مرضى وبرص وبعلل
شديدة وعيونهم تالفة وبأصناف أوجاع كثيرة لا تنفعهم أموالهم وليس
لهم شفاء ويشتهون أن يكونوا مثلى بغيرهم . اشكرك ياربى يسوع
المسيح . وكم فى السجون الآن ينتظرون قطع أعضاءهم ، وربما
موتهم وقلوبهم مملوءة هموماً وأفكاراً . وأنا يارب بعيد عن كل هذه
أشكرك ياربى يسوع المسيح . وكم فى العالم من المساجين فى هذه
الساعة متقلين بالحديد لا يستطيعون مدّ أرجلهم ، وأنا يارب أمد

رجلى هكذا ثم مد رجليه وقبّل الأرض شكراً لله ثم قال : اشكرك
يارب يسوع المسيح كم من انسان قطعت يداه أو رجلاه أما أنا
فسالم اليدين والرجلين وسائر الأعضاء . اشكرك يارب وإلهى
يسوع المسيح على هذه النعمة العظيمة التى اعطيتنى . ثم قام
ليصلى واذا بالمسكن قد أضاء كله من نوره .

فلما رأى القديس العظيم مقاريوس الاسكندرانى ذلك تعجب من
كثرة افراس هذا الانسان وانصرف وهو يسبح الله له كل المجد .

[١٧] أحد الآباء الشيوخ

شكا أخ الى شيخ قائلاً : انى أضرب المطانية للأخ الغاضب معى .
وهو غير نقى الفكر والضمير معى ؟ . فقال له الشيخ : لست تقول
الحق ، لأنك وأنت تضرب المطانية ، تؤديها له بدون أن تتوب إليه
من كل قلبك . فقال له الأخ نعم . بالصواب حكمت .

قال الشيخ : من أجل ذلك لا يقنعه الله أن ينقى ضميره معك ،
لأنك لم تضرب له المطانية وأنت معترف بخطئك نحوه ، بل لازال
يعلق فى ضميرك أنه هو المخطئ .

ضع فى ضميرك أنك انت المخطئ ، وزكى أخاك وبرئه من الخطيئة ، وحينئذ يحقق الله ذلك فى فكره ، ويعطفه عليك .

[١٨] الأبا موسى الأسود

سأل أخ الأبا موسى قائلاً : اخبرنى يا أبى كيف أفتقد الأخ ؟ .
أجاب قائلاً : افتقاد الأخ جيد ، والكلام البطل ردى ، وهذا الأمر يأتى بك الى التجربة ، فافتقد اذن أخاك ، وتحفظ من الكلام البطل وليكن حديثكما فى أخبار الآباء السالفين ، وفيما كانوا يعملونه ، وتقول له : كيف أنت ؟ وكيف حالك يا أخى ويا أبى ؟ ، ولا تلتمس منه سوى كلام الحياة فقط ، وقل له : صلى علىّ ، فان خطايا كثيرة وما شاكل ذلك ، واعمل له مطانية وانصرف من عنده بسلام.

[١٩] الأبا انطونيوس

أب الرهبان

ادّعوا مرة على أخ فى دير بأنه زنى . فخرج من دير ه وجاء الى أنبا انطونيوس . ف جاء اخوة دير ه ليردوه وبدأوا يوبخونه بأنه فعل

كذا وكذا أما هو فأجاب بأنه لم يفعل شيئاً من هذا ، واتفق أن أنبا
بفنوتوريوس كان هناك . فقال لهم مثلاً :
رأيت رجلاً على شاطئ النهر وقد رموه فى الطين الى ركبه
فجاءه قوم ليساعدوه فغطسوه الى كتفيه .. فلما أُخبرَ أنبا أنطونوريوس
بكلام بفنوتوريوس قال : ان هذا الرجل قادر أن يشفى ويخلص النفوس .
فلما سمع الأخوة ندموا على الكلام الذى قالوه وصنعوا مطانية للأخ
وحملوه الى ديرهِ بسلام .

الباب الثالث

الدموع

الفصل الأول :

المفهوم الروحي الآبائي للدموع .

الفصل الثاني :

أقوال الآباء في الدموع .

الفصل الثالث :

آباء البرية والدموع .

الفصل الأول

المفهوم الروحي الآبائي للدموع

• ما هي الدموع !؟

الدموع هي لغة النفس المفعمة بأصدق المشاعر . هي عزاء المظلوم ، ووطن الغريب ، وأب اليتيم ، وراحة المتعبين . هي علامة الندامة ، وعهد التوبة هي غسل القلب ، وتطهير الأعضاء ، وشفاء النفس المريضة . هي لغة الروح ، وصلاة الصامت ، واحتقار العالم ، والحنين الى السماء ، وانتظار الموت .

يكفى الدموع فخراً أنها تدخل الى حضرة الله القدير لتتحدث

أمامه ؟ " قد سمعت صلاتك . قد رأيت دموعك . " [اش ٣٨ : ٥]
وهي وان كانت تتساقط على الأرض كشيء حقير إلا أنها تجمع في زق الله . " تيهاني راقبت . اجعل انت دموعي في زقك . أما هي في سفرك " [مز ٥٦ : ٨] .

وان كانت لا تحرك قلوب القساة فهي تزلزل أعتاب السماء !
وهي وان كانت لا تقوى أن تغير صلابة الرؤساء إلا أنها تستطيع أن تغلب تحنن الله ! . " حولي عنى عينيك فإنهما قد غلبتاني . " [نش ٥ : ٦] .

يحدثنا القديس يوحنا الدرجي عن إختباره للدموع فيقول : " أنها

أم وبنت الصلاة " ! . وهذا حق فالدموع تسوقنا إلى مخادع الصلاة وهناك نؤتمن على ينابيع الدموع الحية لنذرف منها ما شاء لنا البكاء ! " يا ليت رأسى ماء وعينى ينبوع دموع فابكى نهاراً وليلاً قتلى بنت شعبي . " [ار ٩ : ١] .

[١] الدموع أم الصلاة :

حينما نقف لنتراءى أمام الله فى بدء حياتنا الروحية تصطدم نفوسنا المحملة بالشور والاثام بلهيب قداسة الله . فلا تثبت خطايانا ونجاستنا إلا ان تذوب كما تذوب جبال الجليد أمام حرارة الشمس المحرقة .. وهكذا تنفتح العيون لأول مرة لتسكب فيضاً من دموع التوبة . وما دموع التوبة إلا جليد الخطايا الذى تراكمت كتله على القلب فلما أشرقت عليه شمس البر أذابته فحولته إلى ماء للتطهير والشفاء ! . وهكذا نغسل بدموعنا أعضائنا التى تدنست من فعل الشهوة والخطية . وحينئذ نستطيع أن نتقدم إلى الصلاة : " رافعين أيادى طاهرة " [اتي ٢ : ٨] .

" لنتقدم بقلب صادق فى يقين الإيمان مرشوشة قلوبنا من ضمير شرير ومغتسلة بماء نقى " [عب ١٠ : ٢٢] .

ولكن ليست دموع التوبة مقصورة على فترة معينة من حياتنا .
فهى ينبوعنا الدائم الذى نجد فيه شفاء لنفوسنا التى أتعبتها الخطية .
وهو الذى نخرج منه إلى الصلاة كل حين لنقف أمام الله بلا لوم .
" تعبت فى تنهدى . أعوم فى كل ليلة سريرى بدموعى اذوب فراشى "
[مز ٦ : ٦] .

[٢] الدموع بنت الصلاة :

مغبوط ذلك الإنسان الذى تفتقده النعمة أثناء تضرعه فى الصلاة
المختلطة بالدموع . فبينما تكون دموع الألم والندم منحدره من
عينية بمرارة وقد " تعكرت عيناه " من البكاء ؛ إذ بنور المسيح
ينسكب فى قلبه الداخلى وتشمله فرحة سرية عجيبة فتمتدج دموعه
بابتسامة حلوه فتهنئ دموع الفرح كأنها فيض من ينباع العليا .
هذه الدموع المطوبة هى إحدى هبات الصلاة المنسحقة وكل من
تذوق لذة الدموع المتولدة من الصلاة لا يكف عن أن يطلبها بلجاجة
كل حين يشهد عن ذلك القديس ارسانيوس العجيب الذى لم يكف
لحظة عن البكاء حتى ذبلت جفونه وتساقطت رموشه ، لأن الدموع
كانت تسبحته الصامته الدائمة ، حتى فارق هذه الحياة وجفونة مبللة

بالدموع !! .

"صارت لى دموعى خبزاً نهاراً وليلاً إذ قيل لى كل يوم أين الهك ."
[مز ٤٢ : ٣]

" انى قد أكلت الرماد مثل الخبز ومزجت شرابى بدموع . "
[مز ١٠٢ : ٩] .

كل منا يستطيع أن يبكى ويذرف الدموع ، ولكن القليل من يستطيع أن يوجه هذه الدموع لتدخل إلى محضر الله .فحينما تتحرك عواطفك وتلتهب مشاعرك وتستجيب عيناك لذرف الدموع ، إفحص ذاتك وإختبر شعورك لئلا يكون الدافع لها أمراً جسدياً تافهاً لا يرضى الله ، إفحص دموعك لئلا يكون الدافع لها محبة جسدية زائلة أو حنيناً إلى وطن أَرْضى أو لاستدرار عطف الآخرين أو للشكوى من ضيق أو مرض أو جوع أو فقر أو إضطهاد فتحسب عليك كأنها إحتجاج على تدبير الله وإرادته .

إن الذين تمرنوا على حياه الصلاة يعرفون كيف يحولون مثل هذه الدموع لتدخل أمام الله .. ينقلون مشاعرهم من التأثر بحب الآخرين إلى حب الله ، ومن الحنين لوطن أَرْضى زائل إلى الحنين

نحو السماء حيث الوطن الأبدى مع الله .

وبدل أن يستدروا عطف الناس بالدموع ، يتقدمون مباشرة إلى الله ليسكبوا أمامه الدموع كأب حنون رحيم . وبدل الشكوى يقدمون دموع الرضى والشكر .

• الأنواع الصحيحة من الدموع المثمرة

[١] دموع الشعور بنخس الخطايا وهى دموع تكسر القلب باعته للحزن .

[٢] دموع التأمل فى صلاح الله والأمجاد المزمعة المعدة لنا . وهذا النوع من الدموع ينابيعه غزيرة ووافرة ومبهجة للقلب وباعثة للرجاء .

[٣] دموع الخوف من جهنم والدينونة التى لا يكون لها أى صلة بدموع نخس الخطايا .

[٤] دموع على الآخرين ، وهى شديدة الكآبة . على أن تكون خالية من أى دينونة أو نعمة .

[٥] دموع الضيقة التى يعانىها مساكين الله من جراء تعنت العالم والظالمين .

هذه الخمسة أنواع من الدموع يربطها جميعاً صفتان أساسيتان :

الأولى : أن دوافعها صحيحة فبالتالى هى أيضاً صحيحة .
الثانية : لا يمارس الإنسان أثناءها أى نوع من التغصب أو المجاهدة أو الإصطناع لكى يزرف هذه الدموع أو لكى يستديمها أو يستزيدها بأى حال من الأحوال ، فهى دموع تلقائية تتبع بالضرورة دوافعها وأسبابها الصحيحة ولا تنفصل عن هذه الدوافع أو تتقدم عليها .

ويوجد نوع واحد من الدموع ليس تلقائياً يحاول الإنسان ويجاهد أن يذرف الدموع . وهذا النوع ولو أنه لا يعتبر صحيحاً من الوجهة النسكية الصحيحة إلا أنه يمكن التجاوز عن ذلك بإعتبار أن الذى يمارس هذا النوع من الدموع هم الأشخاص المبتدئون غير الناضجين فى المحبة .

إذا أن تغصبهم لسكب الدموع يكون بدافع ظاهر هو إذلال النفس وتوبيخها ، وهم يجبرون أنفسهم على ذلك نظراً لأن إحساسهم بالخطيئة لا يكون قد بلغ حدوده الناضجة التى بها تنسكب الدموع من تلقاء ذاتها .

تعاليم مار اسحق السريانى عن الدموع

أولاً : وضع الدموع فى الحياة النسكية :

الدموع فى وضعها النسكى الكلى قد وضعت حداً فاصلاً بين الحياة حسب الجسد . والحياة حسب الروح . فإذا لم يؤهل الإنسان لنعمتها يكون هذا دليلاً على أنه لا يزال يعيش ويعمل من أجل الإنسان الخارجى . كما يعتبر دليلاً قاطعاً أنه لم يبلغ بعد إلى الإحساس بالعمل الخفى الذى للإنسان الداخلى . فإذا بدأ الإنسان يترك جسدية العالم ويعبر حدوده ليدخل فى حدود الطبيعة الروحانية التى للإنسان الداخلى فإنه فى الحال يعطى هذه النعمة أى نعمة الدموع . فإذا لازم الإنسان هذه المنزلة التى للتدين الداخلى وسار فى السيرة الروحانية المكتومة ، تظل تلازمه هذه الدموع حتى يصل إلى كمال محبه الله . على أنه بمقدار ما يتقدم فى السيرة على قدر ما يتوفر حظه من هذه الدموع . حتى أنه يشربها فى كأسه وفى غذائه بسبب إستمرارها على الدوام . حيث يعتبر هذه علامة أكيدة أن العقل انصرف من هذا العالم وبدأ يحس بالعالم

الروحانى . فإذا عاد الإنسان واقترب بفكره من العالم . تبدأ تجف دموعه ويخسر دوامها . فإذا انصب عقل الإنسان وراء العالم بالكلية فإنه يعدم هذه الدموع بالكلية . ويعتبر هذا دليلاً أن الإنسان عاد فاندفن فى قبر أسقام الخطية .

ثانياً : الدموع والمراحل النسكية :

يوجد نوعين رئيسيين هما :

النوع الأول : دموع من أجل تذكر الخطايا وهفوات القلب . وهى دموع مؤلمة يشعر الإنسان بألمها فى رأسه عند نزولها . ويكون من نتيجة ذلك أن الجسد يتأثر بها فيكف عن أهوائه وتذبل شهواته وكأنها تحرق الخطايا وتجفف ميوعه الجسد . وهذه هى دموع المبتدئين . فإذا لم يفقدها الإنسان بتوانيه وإهماله أو طموحه وكبريائه فإنها تظل معه تهديه إلى أن تبلغه رتبة المتقدمين أى الرتبة التى يقبل فيها الإنسان الرحمة .

النوع الثانى : دموع تفيض من جراء دخول العقل فى أفهام روحانية ينعم بها الله على الإنسان فجأة فتنهمر دموعه من غير تكلف ولا تعصب ولا اكراه . وهى دموع مبهجة تجعل الجسد

يزهر زهوراً روحانية بعد أن تذبل خطاياها .

وكانها تدسم الجسم وتجعله فى نضارة حتى أن منظر الإنسان يتغير بسبب فرح القلب .

وهذه الدموع هى الفاصل بين رتبه الجسدانيين ورتبه الروحانيين ، أو هى الحد الفاصل بين الأعمال النسكية التى يكملها الإنسان بالجسد والأعمال الروحانية التى تكمل بالفكر أى التأمل . لذلك تعتبر هذه الدموع المبهجة علامة على أثمار النفس الداخلية .

ثالثاً : منشأ الدموع وقيمتها النسكية :

[١] حين يذرف الإنسان الدموع يكون فى وضع يعزله عن أى ميل نحو الخطية لأن أسقام الخطية وميولها لا يمكن أن تضغط انسانا يبكى .

[٢] إذا سألت مِمَّ ينشأ هذا وكيف يدوم؟! المملوء جراحات كيف يسكت؟ أو كيف يصبر دون أن يبكى ؟ فهل نكون مملوئين من أسقام الخطية ولا نبكى ؟ وهل الذى له ميت ملقى أمامة يحتاج إلى من يعلمه كيف ينتحب أو بأى فكر يذرف العبرات ؟.

نفسك ميتة بالذنوب وملقاة بين يديك وهى أفضل لك من كل العالم

ونقول لى كيف أبكى وتظن أنك فقير من البكاء ؟.

[٣] اهدأ إلى نفسك وأصمت وتعلم السكوت وأصبر على ضيقته وأنت تشعر بالملامة وتوبيخ الضمير يأتيك البكاء ويلازمك .

[٤] نحن محتاجون أولاً وقبل كل شئ أن نجعل الله أمامنا وفى فكرنا باستمرار . وحينئذ هو يمنحنا هذا الأمر أى الدموع .

[٥] فإذا فرنا بهذه النعمة أى الدموع التى هى أفضل من كل النعم فحينئذ هى توصلنا إلى الطهارة وهذا هو سر قول الرب " طوبى للباكين الآن لأنهم يتعزون " ؛ لأن البكاء يأتى بالإنسان إلى الطهارة . وإذا أتى الإنسان إلى مرحلة الطهارة فإنه حتماً يصادف هذا العزاء الذى يقول الرب عنه . وهكذا نفهم أن ثمرة أثمرت الدموع !!.

[٦] فإذا كانت الدموع تقدر أن تنقل عقل الإنسان النواح من الإحساس بالخطية وتصوراتها . فماذا يمكن أن تفعل فى الذين أصبحت الدموع تلازمهم ليلاً ونهاراً ومن الذى يعرف مقدار المعونة التى يحصل عليها هؤلاء الملازمون للبكاء إلا إذا لازم هو البكاء ؟. كل القديسين بتوسط البكاء انفتح أمامهم باب

العزاء ، فدخلوا فى الاستعلان وساروا فى آثار الله .

[٧] الدموع تتولد أيضاً من الهذيق الحقيقى الذى يكون بغير طياشة

فعندما يقع فهم جديد فى الذهن فيتأثر به القلب، تنهمر الدموع .

[٨] على قدر ما يغتذى الإنسان بالروح من الداخل على قدر ما

تكون زيادة الدموع .

رابعاً : ماذا تعنى الدموع ؟

[١] الدموع دليل أن النفس البشرية قد حظيت بالرحمة الإلهية ،

كما تفيد أن النفس قبلت لدى الله عن طريق التوبة ، كما تشير

أن النفس بدأت تدخل مرحلة النقاوة .

[٢] إن إحساس الإنسان سريعاً بخطاياها هو موهبة من الله تقع فى

الضمير . فإذا اقتنى الإنسان الدموع بسببها ، خصوصاً أثناء

الصلاة ، فكانه يقدم قرباناً عظيماً ويغفر له خطاياها .

[٣] توجد دموع تأتي جزئياً للعمالين بالروح مع الله لعزائهم ،

وتوجد دموع لا تكف نهاراً وليلاً حيث عينا الإنسان تكونان

شبه ينبوع ماء . وتدوم هذه الحالة مدة سنتين أو أكثر ، وهذا

يشير إلى أن الإنسان يجوز مرحلة العبور السرى التى من بعدها يدخل فى السلام الكلى وأمان الأفكار ، حيث تنتزع منه الدموع الدائمة . ويتعزى بالله . ويشعر بالتغير الداخلى الذى هو شبه العتيد أن يقبله الجميع فى تجديد القيامة العامة . ويكون إحساسه بهذا التغير إحساساً متوارياً كالرمز .

الفصل الثانى :

أقوال الآباء فى الدموع

[٨٥] الدموع الدائمة أثناء الصلاة علامة على الرحمة الإلهية التي وهبت للنفس كنتيجة لقبول توبتها . بهذه الدموع تؤهل النفس للدخول في نور صفاء الأبدية .

[٨٦] توجد دموع تحرق وتلهب وأخرى تبهج وتزهر ، فالتى تتحدر من القلب بإنكسار من أجل الخطايا فإنها تبيس وتحرق تتعمات الجسد ! ويحس الإنسان بألم عند إنحدارها من عينيه ولكن هذه الدموع المحرقة تفتح الباب للدخول فى الرتبة الثانية للدخول فى أرض المسرة التى فيها يقبل الإنسان الرحمة حيث الدموع الحلوة الرقيقة التى تزين وتبهج الجسد والنفس التى تتبع من ذاتها بلا إنقطاع دون تعصب .

[٨٧] طوبى للباكين من أجل الحق لأنه من خلال دموعهم يرون بإستمرار وجه الله .

[٨٨] من اقتنى دموعاً فى صلاته ، فهو كإنسان يقدم قرباناً عظيماً للملك ، وقد اقتنى عنده وجهاً بهجاً .

مار اسحق السريانى

[٨٩] الدموع أثناء الصلاة هى علامة الحياة الطيبة ، هى موهبة عظيمة أسألوا هذه النعمة من الله ، أسكبوا امامة الدموع

لتصير صلاتكم كالبخور قدامه .

مار افرام السريانى

[٩٠] مجارى المياه لوقت الحريق ؛ ومجارى الدموع فى زمن

التجربة .

الماء يخمد لهيب النار ، والدموع تطفى شهوة الشر ! .

مار افرام السريانى

[٩١] حينما تفيض منك الدموع أثناء الصلاة لا تستكبر فى ذاتك

كأنما صرت أعلى من الآخرين . ولكن اعلم أن الصلاة هى

التي وهبتك هذه الدموع لتمهد لك طريق الاعتراف باشتياق ،

وتحنن قلب القدير عليك ! ولكن حذار أن تجعل الدموع

شهوتك لأنها قد وضعت لتكون ضد الشهوات فلا تستنهيها فى

ذاتك لئلا تغضب معطيها !! .

نيلوس السينائى

[٩٢] كثيرون قد نسوا الغرض الذى من أجله قدموا دموعهم .

فتكبروا وانحرفوا عن طريق الحق الذى ابتدأوا به وعاشوا

القديس نيلوس السينائى

فى كبريائهم .

[٩٣] من الدموع ما يعصر عصاراً حينما تكون العيون جافة والقلب قاسياً ، ولكن بالرغم من ذلك فمثل هذه الدموع لن

تسقط بلا ثمرة فهي وان كانت شحيحة إلا أنها تدل على نية القلب للإغتسال من دنس الماضي وزلل الحاضر .

[٩٤] ولكن من المؤكد أن الدموع لا تذرف بتغصب أو تعب عند الذين أدركوا محبة الحق والسير بالطهارة.

[٩٥] لا تغصب نفسك على الدموع فهي لا تأتي بالعنف لئلا

تسوقك على صغر النفس من كثرة المحاولات الفاشلة . ارفع عقلك في الصلاة وأتركه ينبسط بحرية الإرادة ليخلق في السماء . وترفع عن الدموع العاقرة التي بالتغصب .

[٩٦] اجتهد للسير في الطريق الضيق لتدخل مدينة السلام أورشليم المهيأة كعروس لعريستها ! .

ولكن الطريق إليها تعوزه دموع تذرف ليلاً ونهاراً .

" أعوم في كل ليلة سريري بدموعي ادوب فراشي . " [مز ٦ : ٦] .

" صارت لي دموعي خبزاً نهاراً وليلاً إذ قيل لي كل يوم أين الهك . "

[مز ٤٢ : ٣] .

" إني قد أكلت الرماد مثل الخبز ومزجت شرابي بدموع ". !! .

[مز ١٠٢ : ٩] .

" لا تسكت عن دموعي . لأني أنا غريب عندك . " [مز ٣٩ : ١٢] .

" اجعل أنت دموعي في زقك . أما هي في سفرك " [مز ٥٦ : ٨] .

القديس مقاريوس الكبير

[٩٧] إن الدموع التي تذرّف من شدة البلية في وقت الحزن مع

التهاب الأحشاء والتطلع لمعرفة الحق تكون غذاء للنفس

لشفائها ، كما اغتذت مريم منذ القديم عندما بكت حتى بللت

أقدام السيد المسيح بالدموع فغفر لها خطاياها الكثيرة لأنها

أظهرت حباً كثيراً .

إيه أيتها اللآلئ الثمينة المنحدرة من العيون الباكية ! لقد

حننت قلب السيد حتى فاض بالرحمة عليك .

وكما كانت للنفس النادمة الحزينة لهفة نحو العريس الطاهر

كذلك تأجج قلب العريس بالحب المفرز نحو عروسه

المتطهرة ! . بالشركة العجيبة التي ربطت العريس بعروسه ! .

[٩٨] كما أنه إذا سقط المطر على الأرض نبتت وأنتجت الثمار

وفى ذلك راحة وفرح للناس . كذلك الدموع إذا ما وقعت على قلب أثمرت ثماراً روحانية وراحة للنفس والجسد معاً .

[٩٩] لنبك أيها الاخوة ولتسل دموعنا من أعيننا قبل أن نمضى إلى حيث تحرق دموعنا أجسادنا بدون نفع . ولما قال هذا بكى وبكى الكل معه وخرروا على وجوههم قائلين : أيها الأب صلى من أجلنا .

القديس مقاريوس الكبير

[١٠٠] إن كانت المعمودية قد طهرتنا من الخطية المتوارثة فينا من آدم ، فالدموع هى تجديد لقوة تطهير المعمودية لغسل الخطايا التى عملناها فى أنفسنا .

المعمودية التى أخذناها أطفالاً قد دنسناها كلنا ! والعين الباكية هى جرن دائم لمعمودية التوبة والتجديد . ولو لم يهبنا الله نعمة الدموع لتعذر خلاص الكثيرين !.

الأب يوحنا الدرجى

[١٠١] من اقتنى الدموع النابعة من العين النفسية الداخلية فقد ضبط النوح واحكم استعمالاته .

أما من تعود البكاء بالعين الظاهرة فقط فعليه أن لا يهدأ حتى يعبر إلى معرفة أصول الدموع ومناقبها !.

[١٠٢] الكنز المستور يصعب سرقة أما الظاهر فهو عرضة للسلب والنهب . هكذا الدموع ، فالبكاء فى الخفاء يبقى ويدوم أما الظاهر فعرضة للضياع .

[١٠٣] كل من يغضب نفسه على الدموع بغير معرفة وبغير همة وعمل وتوبة وندامة فهو يقدم تقدة جسدية فحسب .

[١٠٤] رأيت عيوناً بالوجع تبكى وتذرف الدمع بالتعب . ورأيت عيوناً تنهمر منها بلا كيل ، فطوبت الأولى وغببت الثانية. الأب يوحنا الدرعى

[١٠٥] الذى اقتنى الدموع قد بغض حياته وهجر جسده كما يهجر الإنسان عدواً له وصار يشناق إلى البكاء كاشتياق العطشان إلى الماء البارد .

[١٠٦] لا تصدق يا أخى دموعك قبل أن تبلغ حد الطهارة الكاملة. [١٠٧] ليس للمسجونين سرور فى سجنهم ، وليس للراهب الحقيقى عيد على الأرض . لأن عيده فى دموعه وسروره فى بكائه !.

[١٠٨] قد رأيت كثيرين من الفقراء والمساكين الخالين من الفضائل

اغتصبوا ملكوت السموات بكثرة بكائهم وصيامهم أمام الله .

[١٠٩] يا أحبائي . الله لا يسر ببكائنا ووجع قلبنا . بل هو يريد أن

نفرح معه دائماً ولا أحد ينزع فرحنا منا .

فهو لم يخلق آدم باكياً . ولا جعل البكاء من طبيعتنا بعد

القيامة وإنما طوب الباكين الآن لأن البكاء يغسل جرح

الخطية ويجففه! .

[١١٠] الدموع للجاهل توقعه فى الصلف والكبرياء . لهذا لا تعطى

للجهال .

[١١١] تضحك الشياطين حينما ترى إنساناً متكبراً يبكى لأن البكاء

يزيده تكبراً على كبريائه! .

[١١٢] إن النفس وقت خروجها من العالم لا تجد ما يعينها

ويشجعها إلا ما قدمته من التوبة والدموع! .

أما هؤلاء السعداء الذين استعدوا لهذه الساعة وبكوا من أجلها

بغير فتور لا تجدهم يرفعون صوتهم أو يشتغلون بالأحان فقط ..

وأنت إذا ظننت أنك تستدعى النوح باللحن فقد النوح عنك .

[١١٣] رايت دموعاً كاذبة يسوقها الشيطان للذين تركوا دياراتهم
وأثروا السكنى فى العالم حتى يوهمهم أنه ليس من ضرر
فى إقامتهم بين الناس.

الأب يوحنا الدرعى

[١١٤] ينبغى لنا ايها الحبيب أن نجتهد بقدر استطاعتنا بالدموع
أمام ربنا ليرحمنا بتحننه . لأن الذين يزرعون بالدموع
يحصدون بالفرح .

الأنبا موسى الأسود

[١١٥] سبيلنا أن نتطهر بالدموع ما دمنا فى هذا العالم ، قبل أن
نمضى إلى حيث تحرق دموعنا أجسادنا .

أحد الآباء الشيوخ

[١١٦] سأل أخ شيخاً :

كيف يقتنى الإنسان البكاء ؟. فقال : يقتنى الإنسان البكاء
إذا كان عقله يذكر دائماً خطاياهم وموتهم ودينونتهم.

[١١٧] كما اننا نحمل معنا ظلمنا أينما ذهبنا ، كذلك يجب أن يكون
البكاء معنا فى كل موضع ، كالقول " أعوم كل ليلة

سريرى وبدموعى أذوب فراشى " .

أحد الآباء الشيوخ

[١١٨] من لا ينشق قلبه بالتحسر والتنهيد ، وكان فارغاً من صلاة

الدموع وعادمة من القراءة فهو سائر فى التيه لأنه إذا ما

اخطأ لن يحس .

[١١٩] لا تجعل نفسك معدوداً بالجملة وأنت تتفرغ لتبكي على

خطيئتك . وأوقد سراجك بدموع عينيك .

القديس الأنبا انطونيوس

[١٢٠] أعمال التوبة والصلوات والدموع بإتضاع وكسر القلب ، لا

تغلب الآلام من النفس فقط بل ومن الموت نقيمتها .

مار اسحق السريانى

الفصل الثالث :

آباء البرية والدموع

[٢٠] القديس مقاريوس الكبير

• كان أنبا مقار يعمل عمل الرب ، وكان فى ذهابه إلى قلايته
يصلى وكانت صلواته مصحوبة ببكاء ودموع طبقاً لما حدث به أبا
أشعياى قائلاً : " عندما ينصرف الجميع أو عندما تقوم عن الغداء ،
لا تجلس مع أى إنسان ، لا فى أمور العالم ولا أمور روحية بل
أمضى إلى قلايتك وابكى على خطاياك " .

• كان سائراً مره فى البرية الجوانية فوجد جمجمة إنسان ملقاه
فوقف عندها ، ثم حركها بعصاه وبدأ يبكى ورفع عينيه إلى السماء
فى تضرع بلجاجة شديدة طالباً من السيد المسيح أن يعلمه بقصة
صاحب هذه الجمجمة .

ثم حركها ثانية وخاطبها أسألكى باسم المسيح أن تتكلمى .
فخرج صوت من الجمجمة قائلاً : ماذا تريد منى يا مقاريوس البار ؟!
فقال لها أريد أن أعرف تاريخ صاحبك .. فقالت له الجمجمة :
أعلمك بأتى كنت رأساً لملك هذه الأماكن ، وكانت هنا بلدان ومدن
كثيرة . فتعجب القديس وسألها : ماذا كان اعتقادكم ؟ .. فقالت :
كنا نعبد الأصنام وندعوها آلهه ونعمل لها أعياداً وحفلات لا يقدر

أحد أن يصنع مثلها وكانت المملكة عظيمة جداً وها أنا اليوم كما ترى يا أبانا القديس . ولما سمع ذلك أنبا مقاريوس بكى بكاءً عظيماً . ثم سأل : وما هو حالكم اليوم ؟ فقالت نحن فى عذاب شديد لأننا لم نعرف الله ولكنه عذاب أحق وطأه من الذين عرفوا الله وآمنوا ثم جحدوه . فتألم القديس كثيراً ثم تركها ومضى عائداً إلى قلايته .

[٢١] الأبا ارسانيوس

معلم أولاد الملوك

• قيل عنه : أنه إذا جلس يظفر الخوص كان يأخذ خرقة ويضعها على ركبتيه لينشف بها الدموع التى كانت تتساقط من عينيه . وفى زمان الحر كان يرطب الخوص بدموعه وهو يظفر . من أجل ذلك كان شعر جفونه يتساقط من كثرة البكاء .

• قيل عنه أيضاً : أنه فى كل باكر وعشية كان يحاسب نفسه ويقول : " ماذا عملنا مما يحب الله ، وماذا عملنا مما لا يحب الله " وهكذا كان يفتقد حياته بالتوبة . وكان يقول كل الأوقات : " تأمل يا ارسانى فيما خرجت لأجله " .

• كان يأتى إلى الكنيسة على فترات متباعدة . وكان يقف وراء عمود حتى لا يرى أحد وجهه ولا يرى هو وجوه الآخرين . وكان وجهه مثل وجه ملاك ، وشعره أبيض كالثلج وكثيفاً ، أما جسده فكان جافاً من الأتعاب ولحيته مستطيلة إلى وسطه ورموش عينيه قد تساقطت من البكاء . ولما قرب وقت نياحته دعا تلاميذه وعزاهم ، ووعظهم وقال لهم : " اعلموا أن زمانى قد قرب فلا تهتموا بشئ سوى خلاص نفوسكم ولا تنزعجوا بالنديب علىّ .

وكان البار يتكلم بهذا ودموعه تنهمر من عينيه فقالوا له : يا أبانا . أتفرع أنت أيضاً؟! أجابهم قائلاً : " إن فزع هذه الساعة ملازم لى منذ جننت إلى الرهينة " .

هكذا رقد القديس ودموعه تسيل من عينيه . فبكى تلاميذه بكاءً مرأً وصاروا يقبلون قدميه ويودعونه كأنسان غريب يريد السفر إلى بلده الحقيقى . ولما سمع الأنبا بيمى بنياحة الأنبا ارسانيوس تنهد وقال : طوباك يا أنبا ارسانيوس لأنك بكيت على نفسك فى هذا العالم فإن من لا يبكى على نفسه ها هنا زماناً قليلاً ، سوف يبكى هناك زماناً طويلاً . فإن كان ها هنا بكاءً بإرادتنا وأما هناك

فالبكاء من العذاب وعلى كلتا الحالتين لن ننجو من البكاء . وعلى ذلك فما أجد أن يبكى الإنسان على نفسه ها هنا .

[٢٢] القديس ايسيدورس

قس القلاى

كان تحت إشرافه ثلاثة آلاف راهب . وكان يرى رؤى . وكانت الشياطين تخافه وتهرب منه ، وبسهولة كان يخرج الشياطين وفى إحدى المرات ظهر له الشيطان وقال له : " أما يكفيك أننا لا نستطيع أن نمر على قلايتك ، ولا على القلاية التى إلى جوارك وأخ واحد كان لنا فى البرية ، جعلته يعتدى علينا بصلاته فى النهار والليل " . ومع ذلك كان القديس ايسيدورس يبكى بدموع غزيرة . وكان يجهد بالبكاء بصوت عالٍ ، لدرجة أن تلميذه فى الغرفة المجاورة سمعه يبكى ، فدخل عليه وقال له : " لماذا تبكى يا أبى ؟ " فأجابه القديس : إننى يا ابنى أبكى على خطاياى . فقال له التلميذ " حتى أنت يا ابانا ، لك خطايا تبكى عليها ؟! " . فأجابه : " صدقنى يا ابنى ، لو كشف الله لى كل خطاياى ، ما كان يكفى لو

اجتمع ثلاثة أو أربعة معى للبكاء عليها " ! .

هؤلاء القديسون كانت لهم حساسية شديدة من جهة أن الخطية خاطئة جداً ، وأنها تجرح قلب الله المحب . ما كانوا يفكرون فى عقوبة الخطية ، إنما كانوا يفكرون فى مشاعر الله ، وأنهم لم يرضوه بعد ، على الرغم من سمو العظيم الذى وصلوا اليه فى الحياة الروحية . ويرون أن هذا التقصير إذا ما قيس بالكمال الذى يتطلعون إليه ، هو الخطية التى سيكون عليها بدموع .

[٢٣] القديس بفنوتىوس

جاء عن الأب بفنوتىوس أنه لما كان فى البرية كان مزاجه صعباً ، وأعماله بحرارة كثيرة ، ولكنه لما صار اسقفاً تغير الحال قليلاً ، فطرح ذاته قدام الله قائلاً : " يا ترى ، أمن أجل الأسقفية ابتعدت عنى النعمة ؟! " . فقبل له : لا ، ولكن لما كنت فى البرية حيث لا يوجد إناس ، كان الله يعضدك ، أما الآن فإنك فى العالم حيث يوجد الذين يعضدونك . وما أن علم ذلك حتى هرب لوقتته على البرية .

أماتته : قيل ايضاً أنه عندما كان فتى ، وكان يرعى الثيران مع أصحابه، حدث أن مضواذات مرة ليحضروا بعض الخيار للحيوانات فسقطت واحدة فى الطريق والنقطها أنبا بفنوتيوس وأكلها . يقال أنه كلما تذكر هذا الحادث كان يجلس يبكى بحزن شديد .

[٢٤] الأبا موسى الأسود

[أ] توبته :

هناك فى البرية تقابل مع أنبا ايسيدورس وطلب منه أن يرشده إلى خلاص نفسه فأخذه أنبا ايسيدورس وعلمه ووعظه كثيراً بكلام الله وكلمه عن الدينونة والخلاص ، وكان لكلمة الله الحية عملها فى داخل قلبه واستكملت فاعليتها داخل نفسه فكانت دموعه مثل الماء الساقى ، وكان الندم الحار يجتاح نفسه ويقلق نومه وهكذا كره حياته الشريرة وعزم على التخلص منها فقام إلى القديس ايسيدورس ثانية .

إعترافه بخطاياہ ونواله سر العماد :

كان يركع أمام قس الاسقيط ويعترف بصوت عالٍ بعيوبه

وجرائم حياته الماضية فى تواضع كثير وبشكل يدعو إلى الشفقة ووسط دموع غزيرة . فاخذه القديس ايسيدورس إلى حيث يقيم أنبا مقاريوس الكبير الذى أخذ يعلمه ويرشده برفق ولين ثم منحه صبغة المعمودية المقدسة . واعترف علناً فى الكنيسة بجميع خطاياہ وقبائحه الماضية وكان القديس أنبا مقار أثناء الاعتراف يرى لوحاً عليه كتابة سوداء ، وكلما اعترف موسى بخطية قديمة مسحها ملاك الله حتى انتهى من الاعتراف وجد اللوح أبيضاً .

[٢٥] الأبنا يوحنا القصير

وقيل عنه أنه إذا ابصر إنساناً أخطأ كان يبكى بكاءً شديداً ، ويقول : " إن هذا أخطأ اليوم ولكنه ربما يتوب . أما أنا فانى أخطئ غداً وربما لا أعطى مهلة كى أتوب هكذا يجب أن نفكر ولا ندين أحداً . ولهذا كان يسافر إلى مسافات بعيدة لهداية الخطاة .

القديس يطلب هداية الخطاة :

علم من شيوخ البرية عن إرتداد بائيسة التى ولدت فى منوف من أبوين غنيين . ولما توفيا جعلت منزلها مأوى للغرباء والمساكين

واجتمع بها قوم أردباء واستمالوا قلبها إلى الخطية . حتى جعلت بيتها للدعارة تقبل فيه كل الأثمة . فاتصل خبرها بشيوخ شيهيت القديسين فحزنوا حزناً عظيماً وطلبوا إلى القديس يوحنا القصير أن يمضى إليها ويساعدها على خلاص نفسها .

فذهب القديس حالاً بعد أن طلب منهم أن يصلوا لأجله . ولما وصل إلى بيتها قال للبوابة : أعلمى سيدتك بقدمى فلما أعلمتها تزينت واستدعته . فدخل وهو يرتل قائلاً : " إذا سرت فى وادى ظل الموت لا أخاف شراً لأنك أنت معى " . [مز ٢٣ : ٤] .
ولما جلس نظر إليها وقال : لماذا استهنت بالمسيح فاديك واتييت هذا المنكر ؟ . فارتعدت وذاب قلبها من تأثير كلام القديس . ثم أحنى راسه إلى الأرض وبكى .

فسأله : ما الذى يبكيك ؟ فأجابها : لأنى أعين الشياطين تلعب على وجهك ولهذا أنا ابكى عليك . فقالت : وهل لى توبة ؟ .
أجابها : نعم ولكن ليس فى هذا المكان . ثم أخذها الى البرية ولما أمسى النهار نامت والقديس نام بعيداً عنها . ثم وقف القديس ليصلى صلاة نصف الليل فرأى عمود نور نازلاً من السماء .

وملائكة الله يحملون روحها . فاقترب منها فوجدها قد ماتت .
فسجد إلى الأرض وصلى صلاة طويلة بسببها فسمع صوتاً يقول :
"ان توبة بائيسة قد قبلت وقت توبتها لأنها تابت بقلبها توبة خالصة "
وبعد أن دفن جسدها وصل إلى ديره وأعلم الشيوخ فمجدوا الله
الذي لا يشاء موت الخاطيء .

[٢٦] القديس بولس البسيط

تلميذ الأنبا انطونيوس

أتى هذا القديس مرة إلى الاسقيط لإفتقاد الاخوة كعادته ، ولما
دخلوا الكنيسة ليكملوا القداس ، كان يتأمل كل واحد من الداخلين :
ويعرف الحال التي عليها نفسه ، وكان يرى مناظرهم بهجة
وملائكتهم تتبعهم مسرورة . وعابن أحدهم أسوداً كله ، وشياطين
محتاطة به يجرونه ، وملاكه يتبعه من بعيد عابساً ، فلما رأى ذلك
بكى وقرع صدره مرات ، وخرج من الكنيسة باكياً ، فخرج اليه
الأخوة قائلين : لماذا تبكى يا أبانا ؟ . وطلبوا أن يدخل معهم
للقداس ، فامتنع وجلس على باب الكنيسة منتحباً جداً . ولما كملت

الصلاة وخرجوا كان يتطلع اليهم أيضاً ، مؤثراً أن يعرف خروجهم فرأى ذلك الأخ الذى كان قد دخل على تلك الحالة الرديئة ، قد خرج بهى الوجه ، ابيض الجسم ، وملاكه ملاصق له بسرور ، والشياطين يتبعونه من بعيد وهم مكمدين ، فصفق القديس بولس البسيط بيديه مسروراً ووثب بفرح عظيم مباركاً الله ابا الصلاح . بصوت عالٍ قائلاً : هلموا انظروا أعمال إلهنا الصالح ، الذى يشاء خلاص كل الناس ، ومحبهه للبشر التى لا ينطق بها .

هلموا نسجد ونخر قائلين : " أنت وحدك يا إلهنا قادر أن تنزع كل خطية " . فحضر الكل لسماع أقواله ، فأخبرهم بما ظهر له ، وسأل ذلك الأخ أن يعرفه السبب الذى من أجله وهب الله تبديل تلك الحالة إلى النقاوة ، فقال بمحضر الكل : " إني منذ زمان طويل عائش فى النجاسة إلى أبعد غاية ، فلما رأيت الأب باكياً جداً ، ابتدأ قلبى فى أن يتخذ إحساساً فأنصت إلى القراءات ، فسمعت أشعياء النبى يقول " اغتسلوا تنقوا اعزلوا شر أفعالكم من أمام عيني كفوا عن فعل الشر .. هلم نتحاجج يقول الرب . ان كانت خطاياكم كالقرمز تبيض كالثلج . ان كانت حمراء كالودى تصير كالصوف " . [ش: ١٦-١٨]

فلما سمعت أنا الخاطئ هذا الكلام ، ضعف قلبي وقلت أمام الله ، أنت الإله المتحنن الذى أتيت لخلاص الخطاة يا من قلت : " أنه يكون فرح فى السماء قدام ملائكة الله بخاطئى واحد يتوب " .

والآن يا ربى ما وعدت به بغم نبيك تممه فى أنا الخاطئ ، واقبلنى إليك تائباً ، وها أنا منذ الآن لا أصنع شيئاً مما كنت أصنعه من الآثام ، وسوف أخدمك بكل طهارة إلى آخر نسمة من حياتى ، وعلى هذا العهد خرجت من الكنيسة .

فلما سمع الآباء ذلك صرخوا بصوت واحد قائلين : " لقد عظمت أعمالك يا رب . كلها بحكمة صنعت " .

ومن ذلك الوقت عاش ذلك الأخ بكل نقاوة وأرضى الله بسيرة فاضلة ، فعلينا ألا نقطع رجاءنا من مراحم الهنا ، لأننا إذا أتينا إليه لا يطالبنا بسابق أعمالنا ، لأنه كوعده الصادق أن يقبل التائبين ويغسلهم من خطاياهم ويظهرهم من أدناسهم ، ويقدهم بنعمته ، فيصيروا أنقياء وبلا لوم قدامه فى المحبة .

له المجد الدائم إلى الأبد . آمين .

- اسم الكتاب : النسك والسجود والدموع فى حياة آباء البرية
المؤلف : حضرة صاحب النيافة الأنبا ياكوبوس
الطبعة : الأولى - مايو ٢٠٠٣
الناشر : كاتدرائية السيدة العذراء وماريوحنا الرسول بالزقازيق
رقم الايداع :
الرقم الدولى :

الفهرس

- ٧ : مقدمة
- ١٤ الباب الأول : النسك
- ١٥ الفصل الأول : النسك فى التفسىر اللاهوتى .
- ٢٢ الفصل الثانى : المفهوم الروحى للنسك فى الانجيل .
- ٣٨ الفصل الثالث : المفهوم الكنسى لمعنى النسك
فى الأرثوذكسية .
- ٤٥ الفصل الرابع : اعمال النسك عند الآباء وأقوالهم .
- ٧٠ الفصل الخامس : سىر بعض الآباء النساك .
- ٩٧ الباب الثانى : السجود
- ١٠٣ الفصل الأول : السجود فى الطقس الكنسى .
- ١١٢ الفصل الثانى : أقوال الآباء فى السجود .
- ١١٩ الفصل الثالث : السجود والمطانيات
فى حياة سىر بعض الآباء .
- ١٣٠ الباب الثالث : الدموع
- ١٣١ الفصل الأول : المفهوم الروحى الأبائى للدموع .
- ١٤٥ الفصل الثانى : أقوال الآباء فى الدموع .
- ١٥٦ الفصل الثالث : آباء البرية والدموع .