



إيبارشية جنوبي أمريكا للأقباط الأرثوذكس

الأسئلة الشهرية للراهبان والراهبات أغسطس ٢٠١٩ م

س١٧: أعرف أن الله هو الذي يدعو ولكني أشعر قليلاً بالصدمة في ثقافة المجتمع وغالباً ما أجهل كيف أتعامل معها.

ج١٧: أتفهم جيداً أنه عادة ما توجد عملية تدرج ومرحلة انتقالية للوصول للتأقلم مع الثقافة والبيئة الجديدة لكنني أؤمن أن هذه، مثلها مثل أي أمر آخر في حياتنا المسيحية، هي دعوة للتضحية. لا يمكن أن يوجد حب حقيقي بلا تضحية حقيقية. ولأن التضحية الحقيقية تطلب إنكار للذات، فإننا نجاهد ونجد أن ظروفنا صعبة أو حتى "خائفة".

لست أظن أنه كان من الصعب على الله أن يستنسخ منا نسخاً فنشبه بعضنا البعض من جهة الثقافة، لكنه لم يفعل ذلك. إنني أتساءل: لماذا؟ ربما تتغلب هكذا لغة الحب على الاختلافات في وجهات النظر والسلوكيات.

لماذا لا نحاول أن نتبنى الاختلافات بدلاً من أن نتفاعل معها بشكل سلمي؟ يشير د. ستيفن كوفي في كتابه "العادات السبعة للناس الأكثر فاعلية" إلى أنه ينبغي علينا أن نسعى للفهم أولاً ثم بعد ذلك أن يفهمنا الآخرون. إننا عندما نفعل عكس ذلك نتجاهل الشخص الآخر ونفهمه فقط من خلال خبراتنا الشخصية بدلاً من أن نفهم ماهيته الحقيقية.

لو حدث أن تفاعلنا مع الاختلافات بشكل سلمي فإننا سوف نجد أنفسنا في النهاية منقسمين وجهلاء. ربما تستطيع أن تخرج خارج منطقة راحتك وتستكشف منطقة مجهولة من أجل المحبة. إنني أؤمن أنك لو فعلت ذلك فإن الله سوف يمنحك نعمة كبيرة وسوف تشعر براحة أكثر في الوسط الذي تعيش فيه.

س١٨: سمعت أنهم يقولون عني أنني شخصية مسيطرة وأنه من الصعب أن يعمل أحد معي. لا أشعر أن ذلك حقيقي. ماذا ينبغي أن أفعل حيال ذلك؟

ج١٨: فحص الذات هو أمر إجباري في دعوتنا الرهبانية. لقد علمنا الآباء أن نفحص أنفسنا بشكل مستمر "أن نستأسر كل فكر إلى طاعة المسيح" (٢ كو ١٠: ٥) لكي نستفيد من كل الأمور وننمو روحياً،

ولكي نفهم من أين يأتي الفكر وإلى أين يذهب. لا ينبغي علينا أن نتصرف بعدم اكتراث بدون أن نفكر بالمرّة في الدوافع التي تدفعنا لفعل ما نفعله.

إننا نقرأ في سفر المزامير: "اختبرني يا الله واعرف قلبي. امتحني واعرف أفكاري، وانظر إن كان فيّ طريق باطل واهديني طريقاً أهدياً" (مز ١٣٩: ٢٣-٢٤). بالتالي، عندما ينتقدنا أحدهم، ينبغي علينا أولاً أن نفحص إن كانت تلك الأمور حقيقية فينا أم لا.

بواسطة الصلاة، لو وجدنا أنه شيء موجود فينا بحق فإنه ينبغي علينا أن نعطي ميطانية ونعتذر لأخينا (أختنا) ونصلي ونعمل على تغيير هذا السلوك. ولو حدث أننا بنفس الطريقة وجدنا أن هذا الضعف غير موجود فينا فإن الاعتذار مازال مطلوباً لأننا أضايقنا أخانا (أختنا) ولكننا ربما نحتاج في تلك الحالة أن نتواصل مع بعضنا البعض ونفهم السبب في عدم فهمنا لبعضنا البعض.

تذكر دائماً أن الذات لا تحب أن تُفحص، وأنها تغضب وتطلب تبرير نفسها بكل وسيلة. لو أننا استسلمنا لذلك فإننا مع الأسف لن نستفيد شيئاً. إلا أننا لو وضعنا ذاتنا جانباً للحظة وصلينا بخصوص الأمر وطلبنا من الله أن يعلن لنا الحقيقة حتى نتنقى وننمو فيه فإننا بلا شك سوف نستفيد جداً. هكذا صنّع القديسون.

س ١٩: لقد نسيت محبتي الأولى وخرجت عن المسار. كيف أرجع إلى الطريق من جديد؟

ج ١٩: حاول أولاً أن تكتشف من أين سقطت. عندما نتوه عن الطريق، فإننا عادة ما نفتفي آثار خطواتنا لكي نكتشف أين اتخذنا مساراً خاطئاً ثم نعود للطريق الصحيح ونحاول من جديد.

لو أنك مثلاً اكتشفت أنك تختلط اجتماعياً بشكل مبالغ فيه وأن ذلك يبعدك عن قلايتك فعليك إذاً أن تعيد فحص اختياراتك. لو كان الأمر يتعلق بأنك تشعر بالظلم فلتشغل نفسك إذاً بقراءة الكتاب المقدس وكتب آباء البرية فتحرر من تلك الأغلال. ربما يتعلق الأمر بأنك دخلت في مرحلة من التواني وفقدان الحماس في قوانينك الرهبانية، وبالتالي يتعين عليك أن تغضب نفسك على الاجتهاد والمثابرة.

لو أنك بعد البحث مازلت تشعر بأنك لا تستطيع الرجوع إلى نفس النقطة التي كنت عندها، جرب إذاً تلك الخطوات:

- ١) أطلب نعمة الله في كل صباح.
- ٢) ضع جدولاً عملياً لنفسك.
- ٣) ابذل قصارى جهدك لكي تلتزم بجدولك.
- ٤) افحص نفسك كل ليلة لتقييم ما فعلته على مدار يومك.
- ٥) سجل تقدمك في قانونك على ملف إكسيل.

٦) أرسل لي ملف الأكسيل الخاص بك كل يوم.

٧) صلي ليلاً طالباً الغفران والنعمة لليل ولليوم التالي.

لا تقلق كثيراً. ركز على أمر واحد كل مرة حتى تجد طريق العودة إلى منزلك.

س٢٠: لقد ذكرت نيافتك في الشهر الماضي أن "الإجبار ليس بالضرورة أن يكون أمراً سيئاً" عندما يتعلق الأمر بتسبحة نصف الليل أو بعض قوانين الدير. لا أشعر بأن ذلك أمر صحيح. في الواقع، أنا أشعر أنه في بعض الأحيان عندما يكون الأمر إجبارياً فإنه يطرد الشغف والحب اللذين اعتدت على وجودهما عندما أفعل ذلك بكامل إرادتي الحرة.

ج٢٠: إنني أفهم ما تعنيه. أفهم أنك قد تشعر بالحيرة من جهة ما إذا كنت تفعل شيئاً ما اعتدت أن تفعله عن حب بسبب كونك لازلت تحب أم بسبب كونه أمراً إجبارياً.

حسناً، الحقيقة هي أنك ربما تكون تفعله الآن (تسبحة نصف الليل) فقط لكونه إجبارياً. لكن دعني أسألك سؤالاً: هل لو لم يكن ذلك إجبارياً هل كنت ستستمر في الحضور بشغف وحب بكامل إرادتك الحرة؟

ما أحاول قوله هو أن طاعة حضور شيء بسبب كونه إجباري تخلق فينا انضباطاً حسناً يحملنا أثناء فترات الفتور في حياتنا الروحية.

لا يكون لدى الأم نفس الشغف لإطعام طفلها وتغيير حفاضاته. بالطبع، توجد أوقات يكون فيها مزاجها سيئاً أو تكون مجرد مرهقة أو حتى مريضة. ومع ذلك، بسبب حبها الكبير لطفلها، لا تستطيع أن تربط أفعالها بمشاعرها المتغيرة: اليوم سوف أطعم طفلي وغداً ربما لن أفعل ذلك.

ينطبق نفس الشيء علينا حيث أننا نواصل بسبب حبنا لله. ربما لا نشعر بها اليوم، ولكن نشكر الله أن مسئولية الطاعة للقواعد سوف تحملنا خلال تلك المشاعر بحيث نأخذ البركة الكبيرة الخاصة بتقديم ذبيحة التسبيح لخالقنا.

س٢١: في بعض الأحيان لا أشعر بالسعادة وهذا يجعلني متوتراً

ج٢١: لا بأس في ذلك. إنه أمر طبيعي أن تتقلب مشاعرنا. لا ينبغي أن يقلقك هذا الأمر.

إلا أنه شأن آخر لو كان شعورك بعدم السعادة ناتجاً عن السقوط في خطية ما. في هذه الحالة، افحص نفسك وانظر إن كان يوجد مرض روحي يحتاج للعلاج.

بعض أعراض المرض:

الكبرياء: شهوة السلطة، الدفاع عن النفس عندما تُنتقد أو تُعطى نصيحة، الشكوى باستمرار من الآخرين وعدم قبولهم، تفضيل العمل الفردي، مقاومة الخضوع لسلطة الآخرين، استحالة الاعتذار أو قول "أخطأت سامحني"...

الغضب: تجاهل الآخرين، الأنانية، الشكوى، تذكر الأخطاء، إلقاء اللوم بدلاً من قبوله، حمل الضغائن، نقص اللطف والحنو...

الإدانة: النميمة، التحزب...

الكذب: عدم الأمانة في الاعتراف، الكذب على الآخرين بسبب الخوف في الوقوع المشاكل أو بسبب رغبتنا في تنفيذ مشيقتنا الشخصية...

بعض العلاجات من النذور الرهبانية:

- ١) الفقر الاختياري: عدم التصرف بحسب رغبتني الشخصية.
 - ٢) الطاعة: الخضوع لكل القواعد واللوائح، والأمانة والاجتهاد في كل الواجبات المطلوبة مني.
 - ٣) العفة: في كل حواسي، وعدم رفع صوتي في الدير.
 - ٤) المواظبة على قانوني: قراءة الكتاب المقدس وبستان الرهبان. هذا ما يحميني ويقومني.
 - ٥) المواظبة على المشاركة في الأسرار الإلهية، وحضور تسبحة نصف الليل ورفع البخور.
 - ٦) الالتزام بحياة السكون والتأمل.
 - ٧) عدم السعي للخروج خارج الدير.
- فليَقْوَك اللهُ ويمنحك الفرح.