



## إيبارشية جنوبي أمريكا للأقباط الأرثوذكس

أبريل ٢٠٢٢ م

الرسالة الشهرية للرهبان والراهبات

### السجود

قال أحد الشيوخ ذات مرة إن السجود هو عبادة الله. نحن نعبد الله، وهو أمر لا يفعله عدونا، الشيطان. لا يحني رأسه، لا يركع، لا يعبد. كل من يعبد الله هو عدو للشيطان، وبالتالي هو رجل الله. هذا هو السبب في أن السجود له أهمية كبيرة. إذا قمنا بسجود إضافي، فهذا جهاد نسكي سيكافئه الله. يتم إيداع السجودات القليلة التي نقوم بها ببطء في أعلى السماء، وعندما نشق طريقنا إلى الأعلى، سوف نكتشف كم أصبحت رصيماً كبيراً. سيساعدنا هذا عندما نقدم حساباً خلال اللحظة المخيفة التي نُحاكم فيها.

الكنيسة القبطية، بروحها المتواضعة والوديمة، تعلم أولادها ثلاثة أنواع من السجود، أو الميطنيات (الانحناء). وهي: سجود العبادة، والتوبة، والإكرام.<sup>٣</sup>

#### ١. السجود للعبادة:

هذه هي السجودات المقدمة لله أثناء عبادتنا الفردية أو العامة، كما هو الحال في بداية كل صلاة من الصلوات كل ساعة عندما نقول "يا رب ارحم". قال القديس إسحاق عن مثل هذه السجودات: "انحني في بداية عبادتك، طالباً من الله من قلبك باتضاع أن يعطيك الصبر والسيطرة على أفكارك أثناء الصلاة". قال القديس يوحنا كاسيان عن الرهبان في مصر: "لقد رأيتهم في الصلاة. عندما ينتهون من تلاوة المزمور لا يسجدون في عجلة من أمرهم، كما لو كان واجباً يريدون الانتهاء منه، كما يفعل الكثيرون منا. بل على العكس من ذلك، يقفون لفترة من الوقت لرفع صلاة قصيرة، ثم يسجدون في رهبة وتفانٍ كبير. بعد ذلك، يقفون على أقدامهم بطريقة سريعة، ويقفون باستقامة مع كل أفكارهم المستغرقة في الصلاة". يحدد قانون الكنيسة عدد وترتيب هذه السجودات بالقول: "يبدأ المصلي صلاته إما بسجود مرة واحدة أو ثلاثة. يجب أن يركع بعد كل مزمور أو تسبيح، أو كلما كانت عبارة "الركوع" واردة في الصلاة". المؤمنون (وخاصة الرهبان) الذين يسجدون كروتين يومي أثناء الصلاة يتبعون هذه اللوائح. الهدف من السجود هو تقديم الشكر للرب على رحمته العظيمة، أو على مساعدته في مسألة

<sup>٣</sup>. روحانية طقس القداس

معينة. ويُعرف هذا بسجود الشكر. هدف آخر من السجود في الصلاة هو أن نناشد الرب أن يمنحنا فضائل معينة أو أن نصلي من أجل الآخرين، قائلين أشياء مثل:

+ "امنحني يا رب حياة الطهارة"، "امنحني، يا رب، حياة الصبر والتسامح"، "امنحني، يا رب، حياة المحبة الكاملة"، أو التركيز على أي من الفضائل الأخرى. كما يجوز للشخص أن يكرس عدداً من السجودات من أجل أولئك الذين طلبوا منه الصلاة من أجلهم. قد يكون دافعه هو تقديم الصلاة عنهم دون علمهم من خلال حبه لهم ووعيه باحتياجاتهم. يمكن للمرء أيضاً أن يكرس بعض السجود للرب من أجل الكنيسة وآبائها، أو من أجل سلامة العالم وقادته، وما إلى ذلك.

في موضوع السجود في الصلاة، قال مار إسحاق ما يلي:

+ "لا تظن أن السجود أمام الله مسألة خفيفة. لا شيء من جميع الأعمال الصالحة يساوي المثابرة في إكمال الصلوات بالسجود."

+ "أجبر نفسك على الركوع أمام الله، لأن هذا ينشط روح الصلاة."

+ "المثابرة في تقديم الانحناء بين الحين والآخر، ستعطي المصلي اليقظ الجو المثالي للعبادة."

+ "إن محبة السجود المستمر أمام الله أثناء الصلاة هي مؤشر على أن الروح قد ماتت عن العالم وأدركت سر الحياة الجديدة."

## ٢. السجود للتوبة:

هناك نوعان من هذا السجود:

+ تقديم ميطنيا لله، طالباً منه أن يرحمنا، وأن يعطينا حياة التوبة وأن يغفر لنا خطايانا. بينما نقوم بهذا السجود نتذكر السقوط بسبب الخطايا ولكننا نهض مرة أخرى بقوة الله والصليب.

+ يقدمها شخص لإخوته بعد اجتماع للمناقشة أو المصالحة. يجب على الطرف الآخر أن يقبل هذه

الميطنيا ويقدم ميطنيا مماثلة في المقابل، كما هو مكتوب في الكتاب المقدس: "احترزوا لأنفسكم. وإن

أخطأ إليك أخوك فوبخه وإن تاب فاغفر له. وإن أخطأ إليك سبع مرات في اليوم ورجع إليك سبع مرات

في اليوم قائلاً: أنا تائب فاغفر له" (لوقا ١٧: ٣-٤). كلمة "metanoia" هي كلمة يونانية تعني التوبة، أي

تغيير العقل من ما هو خاطئ إلى ما هو صحيح. يقول القديس بولس: "ولا تشاكلوا هذا الدهر بل تغيروا

عن شكلكم بتجديد أذهانكم لتختبروا ما هي إرادة الله الصالحة المرضية الكاملة" (رومية ١٢: ٢).

السجود المقدم من القلب هو عمل قوي في محاولة للحصول على غفران أولئك الذين أسأتم إليهم. إذا

كانوا صادقين، فيمكنهم القضاء على جميع آثار الإهانة أو الإساءة، وإعادة ملء القلب بحب أكبر مما

كان يشعر به من قبل.

في "بستان الرهبان" وهو كتاب روعي شهير عن حياة وأقوال آباء الصحراء ، هناك قصة عن شقيقين كانا راهبين متدينين يعيشان في برية شهيت. أصبح الشيطان حريصاً على دق إسفين بين هذين الأخوين. في أحد الأيام أشعل الأخ الأصغر مصباحاً ووضعها على حامله، ولكن من خلال خداع الشيطان، سقط المصباح وانطفأ. أصبح الراهب الأكبر مستاءً جداً وضرب شقيقه. عند هذا، انحنى الأخ الأصغر وقال: "لا تنزعج أخي. فقط كن صبوراً وسأشعل المصباح مرة أخرى"، مكرراً نفسه عدة مرات. وعندما رأى الله كم كان الأخ الأصغر وديعاً عذب هذا الشيطان حتى الصباح. ثم ذهب الشيطان إلى قائد الشياطين، وأخبره بما حدث. سمع كاهن الأصنام الذي خدم الشياطين هذه القصة، وعند سماعها، ترك كل شيء، وآمن ، وانضم إلى ترتيب الحياة الرهبانية. ومنذ بداية رهبانيته مارس التواضع. واعتاد أن يقول: "يمكن للتواضع التغلب على كل قوة العدو وحلها وقمعها.

لقد قال ذات مرة: "سمعت ذات مرة الشياطين يقولون لبعضهم البعض: "في كل مرة نوجد فيها بين الرهبان، نراهم يقدمون الميطانيا لبعضهم البعض، ويقمعون قوانا". السجود والتوبة هي علامات التواضع، ومخافة الله، واتباع الوصايا من قبل المصلي. مثل هذه الفضائل لا يمكن أن يحتملها الشيطان، لأنها تحرقه.

### ٣. سجود الإكرام:

هناك نوعان من هذا السجود: الميطانيا المقدمة للشهداء والقديسين، وتلك المقدمة لآباء الكنيسة. ( أ ) تقديم ميطانيا أمام رفات الشهداء والقديسين لتكريم رفاتهم لأنهم تحملوا التفاني والجوع والعطش والدموع والعرق بسبب محبتهم العظيمة لربنا يسوع المسيح. من خلال هذا أصبحوا مسكناً للروح القدس. نحن نكرمهم وفقاً لوعده ربنا الذي قال: "فإني أكرم الذين يكرموني، والذين يحتقرونني يصغرون" (١ صم ٢: ٣٠).

بهذا السجود نكرم الله أيضاً، الذي عمل فيهم وقادهم إلى شواطئ السلام الأبدي. إننا من خلال تكريم القديسين، نطلب أيضاً صلواتهم وشفاعاتهم، لأنهم يعكسون نور المسيح. وبما أن القديسين هم صورة طبق الأصل لنور المسيح، فإن هذا النور ينتقل إلينا بعد ذلك. القوة والبركة، والعمل لصالح خلاصنا ورفاهيتنا الروحية. في السماء يتمم القديسون مشيئة الرب من خلال العناية بنا والتضرع من أجلنا. هنا على الأرض، نحن أيضاً نحقق مشيئة الله من خلال تكريم ذكراهم وتمجيد آثارهم وأيقوناتهم. كما نطلب منهم أن يغطونا بمحبتهم وصلوات الشفاعة. لا توجد حواجز بين السماء والأرض، بل هناك تواصل قوي بيننا وبين القديسين، يقوم على التوسل والصلوات.

سئل نيافة الأنبا غريغوريوس، أسقف الدراسات العليا والبحث العلمي، "هل ستلقي نيافتك بعض الضوء على تعاليم الكنيسة فيما يتعلق بتكريم رفات القديسين؟"، فأجاب: "إن رفات القديسين عليها علامات، تروي قصص حياتهم؛ وجهادهم وفضائلهم. ألم يقل الرسول بولس: "لأنني حامل في جسدي

سمات الرب يسوع"؟ (غل ٦: ١٧) إن كل ألم شعر به القديس بولس ترك علامة على جسده. لهذا السبب نكرم رفات القديسين. نحن ندرك ونؤمن أن تلك الرفات كانت مساكن القديسين، وفي كل جزء من هذه الرفات توجد سمات حياتهم. كل عظمة من عظام القديس أثناسيوس، على سبيل المثال، تحمل صفات القديس أثناسيوس. كل جزء من أعضائه أو عظامه يلخص حياته كلها.

(ب) الميطانيا المقدمة لأباء الكنيسة، البطريك أو الأساقفة، هي النوع الثاني من سجود الإكرام الذي نكرمهم فيه كعلامة على محبتنا وطاعتنا لأنهم سفراء للمسيح وخلفاء للرسل في الكنيسة المقدسة. كما أننا نسجد كعبادة للروح القدس الذي يسكن فيهم، والذي بواسطته يكرسون المذابح ويرسمون الكهنة والشمامسة. الكتاب المقدس مليء بالأدلة على أن سجود الإكرام لرجال الإكليروس هو أمر لائق.

هذه هي الأنواع المختلفة من السجود. انظر ما هي الأشياء الجيدة التي تولد في الإنسان من هذا الجهاد. غالباً ما يحدث ذلك عندما يثني الإنسان ركبتيه في الصلاة ويمد يديه إلى السماء، ويثبت عينيه على صليب المسيح ويركز كل أفكاره على الله أثناء صلاته، ويتوسل إلى الله طوال الوقت بالدموع والندم، فجأة ودون سابق إنذار ينبثق ينبوع في قلبه يتدفق حلاوة<sup>٤</sup>. من هو الرجل الذي يعرف الانحناء المبهج للركبتين، عندما يكون اللسان ساكناً والقلب ينطق بصمت ببعض التسبيح في حلاوة أفكاره غير المنقطعة والجسم لا يزال مستنداً على الركبتين. تماماً كما يقول القديس بولس أن نقدم أجسادنا كذبيحة حية، مقدسة ومقبولة لدى الله. لا يوجد شيء أفضل من السجود من بين جميع الفضائل التي يقوم بها الناس. إنه أمر محبوب من الله، ومكرم في عيون الملائكة، ومرعب للشياطين وقوة الظلام، ومانح للمعرفة والرحمة والتواضع. لذلك، دعونا نسبحه، ونمجده، من خلال الصلاة والصوم، ونسجد أمامه.

---

٤ . العظات النسكية – مار اسحق السرياني – العظة الرابعة.