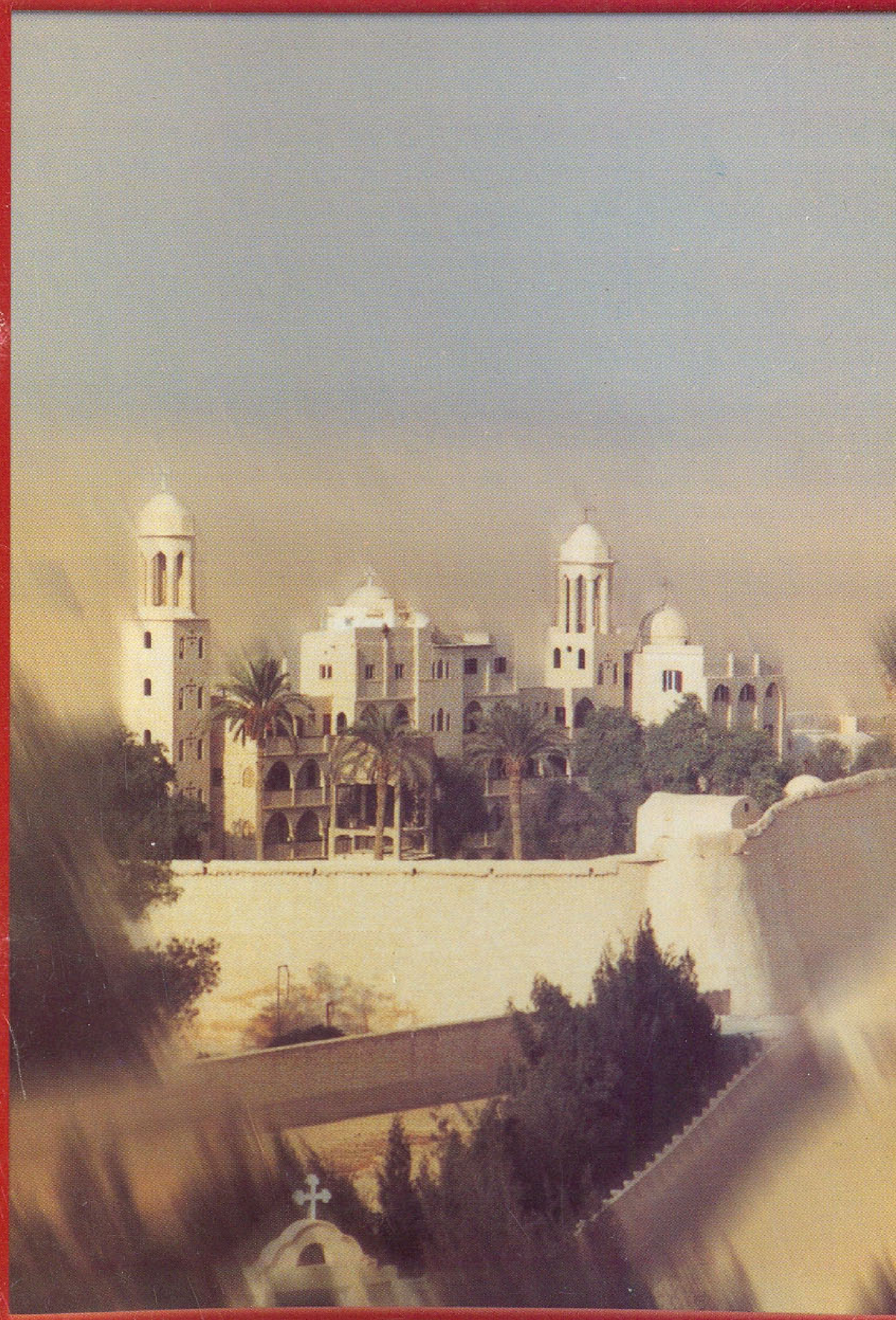
العبادة الكاملة

الأنبا متاؤس
أسقف ورئيس دير السريان العامر



بسم الآب والإبن والروح القدس الإله الواحد آمين

مقدمـــة

العبادة المقبولة فى كنيستنا الأرثوذكسية لها أركان ثلاثة هامة ورئيسية وهى حسب الترتيب الذى رتبه مخلصنا الصالح فى موعظته على الجبل الأصحاح السادس من انجيل معلمنا متى الرسول - الصدقة، والصلاة والصوم. ووضع الصلاة بين الصدقة والصوم يشبهه بعض المفسرين بطائر لأن الصلاة كما يقول يوحنا الدرجى هى طيران عقولنا الى الله وهذا الطائر الذى هو الصلاة له جناحان كبيران هما الصدقة والصوم، بواسطتهما يُحلِّق فى الأجواء العليا بلا مانع ولا عائق.

وكما أن الطائر العادى إذا كان جناحاه قويين سليمين يطير بهما بسهولة أما إن ضعف أو انكسر أحدهما أو كلاهما فإنه يضعف ولا يستطيع الطيران وإن حاول الطيران يسقط ثانية ويظل هكذا يتخبط حتى يموت. هكذا الصلاة إن فقدت أحد جناحيها اللذين هما الصدقة والصوم تضعف وتفتر. أما إن ظل جناحاها قويين تصبح صلواتنا قوية متكاملة تستطيع بنعمة الله أن تدخل إلى ما داخل الحجاب وتصل الى عرش النعمة وبذلك نصلى ونعبد الله بأرواحنا.

وبالصدقة نعبد الله بأموالنا نقدمها له ذبيحة مقبولة على مذبح الرحمة والعطاء متذكرين نصيحة الرسول القائل «لا تنسوا فعل الخير والتوزيع لأنه بذبائح مثل هذه يُسرُّ الله «عب ١٣ : ١٦» ونصيحته القائلة «مشتركين في احتياجات القديسين عاكفين على اضافة الغرباء (رو ٤ : ٢٣).

وبالصوم نعبد الله بأجسادنا فنقدم أجسادنا ذبائح حية كاملة مرضية أمام الله على مذبح الصوم والتذلل. وبذلك تكون عبادتنا كاملة لأنها عبادة مثلثة بالصدقة والصلاة والصوم وكما هو معروف أن الثلاثة عدد كامل ومقدس، وكل شيء بالثالوث يكُمل.

وبهذه العبادة المثلثة المقبولة ننال رضى الله وننعم ببركاته فيكون لنا :

فى الصدقة تركة

وفى الصلاة شركة

وفى الصوم بركة

من أجل هذا الارتباط العضوى بين هذه الأركان الثلاثة للعبادة المسيحية تعلمنا الكنيسة أنَّ الإنسان المؤمن حينما يذهب إلى الكنيسة للصلاة والعبادة يجب أن يكون صائماً لا يتناول أى شيء قبل ذهابه إلى القداس حتى لو كان فى أيام الإفطار وحتى لو كان ليس فى نيته التقدُّم للتناول من

الأسرار المقدسة، يجب أن يحضر القداس وهو صائم فى كافة الأحوال.

كذلك تعلمنا الكنيسة أن لا نذهب إلى بيت الرب فارغين حسب قول الرب : لا تظهروا أمامى فارغين (خر ٢٣ : ١٥) بل يجب أن نضع العطاء فى صناديق الكنيسة المخصصة لذلك كما نحمل إلى الكنيسة بعض العطايا العينية مثل البخور والستور والأباركة والزيت والشموع وخلافه.

وبذلك نكون فى القداس الواحد قد عبدنا الله العبادة المثلثة الكاملة. نصلى ونحن صائمين ثم نضع تقدماتنا ونذورنا النقدية أو العينية فى الأماكن المخصصة لها بالكنيسة.

الرب يعطينا أنْ نعبده عبادة كاملة مرضية بقداسة وبر قدامه جميع أيام حياتنا (لو ١ : ١٥) فيشتم الرب من عبادتنا رائحة الرضا والسرور ويكون نصيب عبادتنا الاستماع والقبول. بصلوات حضرة صاحب القداسة والغبطة البابا المعظم الأنبا شنودة الثالث ونعمة الرب تشملنا جميعاً.

متاؤس

(أسقف دير السريان العامر)

العطـاء المقبـول

العطاء أو الصدقة ركن هام من أركان العبادة المسيحية الثلاثة وهى الصدقة والصلاة والصوم.

الله يأمر بالعطاء :

يقول المرنم «أبو اليتامى وقاضى الأرامل الله فى مسكن قدسه «مز ٦٨ : ٥» ولما كان الله هكذا فى محبته فهو يعتنى بهم ويهتم بأمورهم وقد أوصى كثيراً بالعطف عليهم والاهتمام بأحوالهم فيقول «إن كان فيك فقير ... فلا تقسى قلبك ولا تقبض يدك على أخيك الفقير. بل افتح له يدك. أعطه ولا يسوء قلبك عندما تعطيه لأنه بسبب هذا الأمر يباركك الرب الهك (تث ١٥ : ٧) ويوصى طوبيت الرحوم ابنه طوبيا بعد أن اختبر بركات الرحمة وخدمة الفقراء والمحتاجين قائلاً «تصدَّق من مالك ولا تُحوِّل وجهك عن الفقير فيكون أنّ الله لا يصرف وجهه عنك. كن رحوماً حسبما تستطيع ... فإنه يكون لك كنز إحسان ليوم الاحتياج. لأن الصدقات تنجى من الخطيه والموت وتنقذ

النفس من الذهاب الى الظلمة. الصدقه تكون لصانعها هدية مقبولة عند الله العلى (طو ٤ : ٧ - ١٢).

ويقول الحكيم يشوع بن سيراخ فى هذا المعنى «كن لليتامى كأب ولأمهم كأنك رجلها. فتكون كابن العلى وهو يحبك أكثر مما تحبك أمك» (سى ٤ : ١٠).

ويشجعنا الرب يسوع على العطاء والصدقه مبيناً فوائدها وبركاتها فيقول «بيعوا مالكم واعطوا صدقه. اعملوا لكم أكياساً لا تفنى، وكنز لا ينفذ فى السماوات حيث لا يقرب سارق ولا يبلى سوس» (لو ١٢ : ٣٣).

كما يقول أيضاً «اعطوا ما عندكم صدقة وهوذا كل شىء يكون نقياً لكم» (لو ١١ : ٤١) وفى - الدينونه الأخيره سيكون للرحمة بكل أنواعها قيمة عظمى فى نظر الرب الديان العادل فيقول للرحومين «تعالوا إلىَّ يا مباركى أبى رثوا الملكوت المعد لكم منذ تأسيس العالم، لأنى جعت فأطعمتمونى. عطشت فسقيتمونى. كنت غريباً فأويتمونى عرياناً فكسوتمونى. مريضاً فزرتمونى محبوساً فأتيتم إلىَّ .

فيجيبه الأبرار حينئذ قائلين : يارب متى رأيناك غريباً فآويناك أو عرياناً فكسوناك ومتى رأيناك مريضاً أو محبوساً فأتينا إليك فيجيب الملك ويقول لهم «الحق أقول لكم بما أنكم فعلتموه بأحد إخوتى هؤلاء الأصاغر فبى فعلتم» (مت ٢٥ : ٣٤ - ٤٠) ثم يفعل العكس تماماً مع الأشرار وغير الرحومين (مت ٢٥ : ٤١ - ٤٥) فيمضى هؤلاء إلى عذاب أبدى والأبرار إلى حياة أبدية (مت ٢٥ : ٤٦) لأن الحكم بلا رحمة لمن لم يعمل رحمة والرحمة تفتخر على الحكم (يع ٢ : ١٣).

وقد تعلّم الرسل من معلمهم الأعظم فوائد الرحمة والصدقة سواء من أقواله أو من أفعاله فطفقوا يفعلون مثله ويعلمون المؤمنين بالاهتمام بالصدقة كركن هام من أركان العبادة المسيحية فيقول القديس يعقوب الرسول «الديانة الطاهرة النقية عند الله الآب هذه : افتقاد اليتامى والأرامل فى ضيقتهم وحفظ الإنسان نفسه بلا دنس من العالم» (يع ١ : ٢٧) - كما يذكرنا الرسول بولس بتعاليم الرب يسوع عن

الصدقة فيقول «متذكرين كلمات الرب يسوع أنّه قال الغبطة (السعادة) فى العطاء اكثر من الأخذ (أع ٢ : ٣٥).

وقد استجابت الكنيسه الأولى لكل تعاليم الرب وتعاليم رسله الأطهار فكان لجمهور الذين آمنوا قلب واحد ونفس واحدة (أع ٤ : ٣٢). وهكذا لم يكن أحد يقول أنَّ شيئاً من أمواله له بل كان عندهم كل شىء مشتَركاً (أع ٤ : ٣٢) وكل الذين كانوا أصحاب حقول أو بيوت كانوا يبيعونها ويأتون بأثمان المبيعات ويضعونها عند أرجل الرسل فكان يُوزّع على كل واحد كما يكون له احتياج (أع ٤ : ٣٣-٣٥).

عظمة الصدقة وبركات العطاء :

عظيمة هي فضيلة الصدقة ومستحقة كل إكرام حتى أن الرب إلهنا لما أراد أن يعبر عن ذلك قال «مَنْ يرحم الفقير يقرض الرب وعن معروفه يجازيه» (أم ١٩ : ١٧).

+ وهى تشفع ليس فى المؤمنين وحدهم بل وحتى فى غير المؤمنين، بأن تفتح لهم باب الإيمان. وتُدخِلهم إلى حظيرة الخراف، هذا ما فعلته مع كرنيليوس قائد المائة الوثنى الذى

وصفه الكتاب بأنه كان يصنع حسنات كثيرة فرأى ملاك الرب فى رؤيا وقال له (يا كرنيليوس .. صلواتك وصدقاتك صعدت تذكاراً أمام الله) ثم أرشده إلى القديس بطرس الرسول حيث نال على يديه نعمة العماد (أع ١٠)[١].

لقد فهم القديسون سمو هذه الفضيله واقتدارها ومن ثم توسلوا إلى الآخرين بقبول عطاءهم «ملتمسين منا بطلبة كثيره أنّ نقبل النعمة وشركة الخدمة التى للقديسين» (٢ كو ٨ : ٤)».

+ وللقديس باسيليوس قول مؤثر فى إنذار عديمى الرحمة فيقول «من أجل أنك لم ترحم الآخرين فلا يصنع بك رحمة أيضا، ولأنك أغلقت باب بيتك إزاء المساكين فلا يفتح لك الله باب ملكوته وكما أنك أمسكت الخبز عن البائسين حينما كانوا يطلبونه منك هكذا يمسك الله عنك الحياة الأبدية التى تطلبها. إنكم ستحصدون ما قد زرعتم. فإن كنتم قد زرعتم المرارة فستحصدون المرارة وإن زرعتم

(١) بستان الروح لنيافة الأنبا يوأنس الجزء الثانى صفحة ١٦٦.

القساوة فلا تحصدون سوى الأتعاب القاسية والعذابات الهائلة وإن كنتم قد هربتم من الرحمة فالرحمة تهرب منكم. وإن رذلتم الفقراء فيرذلكم ذاك الذى صار فقيراً حباً بكم ..» [١].

+ من بركات الصدقة أنها تخلص من الشرور والأمراض وما أروع ما قاله داود النبى فى هذا الصدد «طوبى لمن يتعطف على المسكين والفقير. فى يوم الضيق ينجيه الرب، الرب يحفظه ويحييه ويجعله فى الأرض مغبوطاً ولا يسلمه إلى أيدى أعدائه. الرب يعينه على سرير وجعه» (مز ٤١: ١).

+ ويكفى شعور المعطى بالسعاده الداخلية أنه أسعف ملهوفاً أو أغاث منكوباً أو أراح انساناً يائساً وكان سبباً فى إطعام نفس جائعة أو إدخال السرور إلى قلب كسير .. كل هذا يُضفى على الإنسان سعادة مجيدة ويشيع فى قلبه بهجة وغبطة. حقاً ما قاله الرب «الغبطة فى العطاء أكثر من

(١) بستان الروح لنيافة الأنبا يوأنس الجزء الثانى صفحة ١٧٠.

الأخذ» (أع ٢٠ : ٣٥) ويقول الفيلسوف سينكا «لا يمكن ان تعيش سعيداً إذا عشت لنفسك فقط» وتقول - الحكمة المعروفة «ما استحق أن يولد من عاش لنفسه فقط».

أنواع الصدقة :

ليست الصدقة أو العطاء محصوراً فى تقديم الأمور المادية فقط، بل لها أوجه كثيره ومتسعة، فالكلمة الطيبة للإنسان المتضايق رحمة والابتسامة فى وجه الإنسان المنكوب رحمة، وكلمة التعزية للحزين رحمة، وكلمة التشجيع لليائس رحمه، ومساعدة الإنسان الضعيف فى حَمل شىء ثقيل رحمة، وإرشاد التائه إلى هدفه رحمة، مساعدة طالب فقير فى استذكار دروسه رحمة، المشاركة الوجدانية للآخرين فى متاعبهم بكافة أنواعها رحمة ولها جزاؤها وبركتها.

لمن نقدم عطاءنا :

لا يوجد وجه واحد للتوزيع نقدم له عطاءنا، ولكنها لا تخرج فى مجموعها عن دائرة الكنيسة وأعضائها ويجدر بنا

الإشارة إلى أننا مطالَبون بعمل الخير للجميع دون تفريق بين إنسان وآخر قال القديس بولس الرسول «حسبما لنا فرصة فلنصنع الخير للجميع ولا سيما أهل الايمان» (غل ٦ : ١٠).

والوجوه التى يمكن أن تُصرَف صدقاتنا فيها على سبيل المثال هى :

+ سد احتياجات الكنيسه من دقيق وخمر وزيت وبخور وشموع وستور وكتب القراءة وأوانى المذبح.

+ التبرع للمبانى أو الترميمات أو الإصلاحات التى تتم فى الكنيسة.

+ ما نقدمه لخدام الدين من تبرعات أو اشتراكات لسد احتياجات أسرهم.

+ الفقراء المعدَمون أو العاجزون عن العمل والكسب أو الأرامل والأيتام وذوى العاهات.

+ الخدمة الروحية لخدمات التعليم الدينى والوعظ فى القرى المحرومه مثلاً أو تعليم النشء فى مدارس التربية

الكنسية والإنفاق على كتب ومطبوعات تُوزَّع مجاناً أو بقيمة تكاليفها رغبة فى خلاص النفوس وهكذا.

كيف نقدم عطاءنا ؟

حينما جلس السيد المسيح أمام خزانة العطاء فى الهيكل كان ينظر كيف يلقى الجمع نحاساً فى الخزانة (مر ١٢ : ٤١). ولم ينظر «كم» كانوا يلقون فى الخزانة.

فالله لا يهمه مقدار ما نقدمه أو نوعه لكن يهمه أكثر ما يهمه مشاعرنا ونحن نقدم تقدماتنا ونعطى عطايانا لقد قدم كل من هابيل وقايين قرباناً لله إلى هابيل وقربانه ولكنه نظر ولكن إلى قايين وقربانه لم ينظر (تك ٤ : ٤ ، ٥).

وهكذا يظهر بوضوح أنَّ الله ينظر إلى المعطى قبلما ينظر إلى العطية ذاتها. والآن نعاود السؤال كيف نقدم عطاءنا؟

١- وفاء لدين :

حينما نقدم عطاءنا لله يجب ألا نشعر أننا متفضلون، بل نشعر أننا نقدم لله جزءاً مما أعطاه لنا، قال داود النبى والملك بعد أن جمع الكثير من الذهب والفضة لبناء بيت الله

(لأن منك الجميع ومن يدك أعطيناك) (١ أى ٢٩ : ١٤).

لنذكر أننا نسدد ديناً فى أعناقنا للرب فسدد جزءاً يسيراً من هذا الدين. لقد أعطانا الله الكل فهل لا نعطيه جزءاً من هذا الكل.

إنَّ عطايا الله لنا ليست قاصرة على النواحى المادية فحسب بل تمتد إلى ما هو أسمى من ذلك. الفداء العظيم الذى صنعه لنا ابن الله الوحيد حينما قدم ذاته ذبيحة كفارية عنا «عالمين أنكم افتديتم لا بأشياء تفنى بفضة أو ذهب من سيرتكم الباطله التى تقلدتموها من الآباء بل بدم كريم كما من حَمل بلا عيب ولا دنس دم المسيح» (١ بط ١ : ١٨ ، ١٩).

وعندما تكلم بولس الرسول عن عطاء المكدونيين لفت النظر إلى عطية الله العظمى. إلى تنازل المسيح الفائق وإلى سخائه العظيم فيقول «فإنكم تعرفون نعمة ربنا يسوع المسيح أنه من أجلكم افتقر وهو غنى لكى تستغنوا أنتم» (١ بط : ١٨ و ١٩)

٢- بروح المحبه :

المحبة فى كل أمر وفى كل ممارسة هى بمثابة الروح، للجسد، وإذا فارقت الروح الجسد يصير لتوه جثة هامدة هكذا كل فضيلة تخلو من روح المحبة هى مرفوضة لدى الله .. والمؤمن الذى تخلو حياته من المحبة الأخوية يبرهن على أنه ليس تلميذاً للرب الذى قال «بهذا يعرف الجميع أنكم تلاميذى إن كان لكم حب بعضاً لبعض» (يو ١٣ : ٣٥).

ولا تعتبر محبة أن ترى أخاك محتاجاً وتغلق أحشاءك دونه «واما من كان له معيشة العالم ونظر أخاه محتاجاً وأغلق أحشاءه عنه فكيف تثبت محبة الله فيه. يا أولادى لا نحب بالكلام ولا باللسان بل بالعمل والحق» (١ يو ٣ : ١٧ ، ١٨) ويقول القديس يعقوب «إن كان أخ وأخت عريانين ومعتازين للقوت اليومى فقال لهما أحدكم : امضيا بسلام استدفئا واشبعا ولم تعطوهما حاجات الجسد فما المنفعة» (يع ٢ : ١٥ و ١٦).

علينا أن نتشبه بأبينا السماوى الذى صنع قديماً لأبوينا الأولين أقمصة وألبسهما (تك ٣ : ٢١).

ويبين الرسول بولس ضرورة أرتباط الصدقة بروح المحبة فيقول (إن أطعمت أموالى وأسلمت جسدى حتى احترق ولكن ليس لى محبة فلا أنتفع شيئاً) (١ كو ١٣ : ٣) ويقول صاحب النشيد «إن أعطى الإنسان كل ثروة بيته بدل المحبة تُحتقر احتقاراً» (نش ٨ : ٧).

٣- باختيار:

يجب ألا يكون العطاء بسبب الخجل أو بدافع الإلحاح أو من أجل شخص (عن حزن أو اضطرار) (٢ كو ٩ : ٧) وقد ذكر الرسول بولس عن المكدونيين أنهم أعطوا من تلقاء أنفسهم» (٢ كو ٨ : ٢).

٤- بإنكار ذات :

ينصحنا الرب أن نقدم صدقاتنا وعطايانا فى الخفاء وبإنكار الذات دون تفاخر أو تظاهر قائلاً «احترزوا أن تصنعوا صدقتكم قدام الناس لكى ينظروكم. وإلا فليس لكم أجر عند أبيكم الذى فى السموات. فمتى صنعت صدقةً فلا تُبوّق قدامك بالبوق كما يفعل المراؤون فى المجامع والأزقة

لكى يُمجَّدوا من الناس الحق أقول لكم قد استوفوا أجرهم» (مت ٦ : ١-٤).

لا ينهانا الرب عن عمل الصدقة قدام الناس على الإطلاق، ولكنه ينهانا عن عمل الصدقة قدام الناس تظاهراً وافتخاراً، وفقدان الأجر السماوى لا يكون بسبب مجرد رؤية الناس لنا ونحن نتصدق على فقير او متسول ولكننا نفقد أجرنا إن قصدنا التصدق قدام الناس لكى ننال مديحهم واستحسانهم وبالتالى إكرامهم وتمجيدهم. الذين يتصدقون بهذا الغرض يفقدون أجرهم السماوى العظيم مقابل أجر بشرى تافه وزائل (يموت الناس فتموت أفكارهم وليس من يمدحه الناس هو المذكى بل الذى يمدحه الرب).

وقول الرب (لا تُعرف شمالك ما تفعله يمينك) يعنى عدم التظاهر والافتخار بالصدقه فاليمين هنا تعنى رغبة تنفيذ الوصايا الإلهية والشمال تعنى الرغبة فى المديح ونوال المجد البشرى.

ويقصد الرب (لكى تكون صدقتك فى الخفاء) أنْ تعمل الصدقة بضمير صالح ورغبة مقدسة نابعة من الداخل.

يحذرنا الرب من خلط أعمال اليد اليمنى «النية الصادقة» باليد اليسرى «حب الظهور أو لسبب هدف زمنى»(١).

لو رآنا ربوات من الناس ونحن نقدم صدقتنا أو عطاءنا ونحن لا نقصد حب الظهور ومديح الآخرين ذلك لا يؤثر فى قبول الرب لعطايانا ينصحنا الرسول بولس قائلاً «كل ما فعلتم فاعملوامن القلب كما للرب ليس للناس عالمين أنكم من الرب تأخذون جزاء الميراث» (كو ٣ : ٢٣ و ٢٤).

٥- بسخاء وبقدر الطاقة :

إن كنا أولاد الله فعلينا أن نتشبه بأبينا السماوى الذى قيل عنه «يعطى الجميع بسخاء ولا يعيَّر» (يع ١ : ٥) وأوصى الرسول أهل رومية بقوله «المعطى فبسخاء» (رو ١٢ : ٨). ويتحدث عن أهل مكدونيه الأسخياء فى العطاء فيقول فى اختبار ضيقة شديدة فاض وفور فرحهم وفقرهم العميق لغنى سخائهم (٢ كو ٨ : ٢) أى تحوَّل فقرهم المدقع إلى سخاء شديد.

---

(١) الموعظة على الجبل للقديس أُغسطينوس ترجمة القمص تادرس يعقوب ص ١٧٠

ثم يشهد الرسول على ذلك بقوله «لأنهم أعطوا حسب الطاقة أنا أشهد وفوق الطاقه من تلقاء أنفسهم. ملتمسين منا بطلبة كثيرة أنْ نقبل النعمة وشركة الخدمة للقديسين. وليس كما - رجونا بل أعطوا أنفسهم أولاً للرب ولنا بمشيئة الله (٢ كو ٨ : ٣-٦).

والعبارة الأخيرة هى التى تكشف سبب سخاء المكدونيين «أعطوا أنفسهم للرب» وهل يتعذر على مَنْ أعطى ذاته كلها لله أن يتصدق بأشياء مادية تافهة.

٦- بفرح وسرور:

يقول الرسول «المعطى المسرور يحبه الرب». (٢ كو ٩ : ٧) والسرور والبشاشة التى نقابل بها الفقير أو ندفع بها العطاء تدل على الضمير الصالح وحُسن النية وسلامة الطوية وما يكنه القلب من محبة أخوية يتشجع بها المحتاج ان يأخذ دون اى شعور بالإذلال أو المهانة.

٧- من ربح حلال:

نصت قوانين الكنيسة ألا تُقبَل تقدمات الأشرار وغير المؤمنين لأنها إهانه كبيرة لله أن نقدم له تقدمات من ربح

غير مشروع أو نتيجة فعل الشر والصنائع المحرمة.

ويقول القديس يوحنا فم الذهب (بشرط أن تكون التقدمات من ربح حلال وأتعاب حقيقية .. لأن التقدمات غير الطاهرة لا يقبلها الله).

الصلاة المقبولة

الآن نتكلم بنعمة الرب عن الصلاة المقبولة بوصفها أحد الأركان الثلاثة للعبادة المسيحية المقدسة الكاملة وهى الصوم والصلاة والصدقة.

فلكى تكون صلواتنا مقبولة ومقتدرة ومستجابة أمام عرش النعمة، ولكى نستفيد من وعود المسيح المتسعة فى قبول الصلوات المرفوعة باسمه حسب وعده «مهما سألتم باسمى فذلك أفعله» (يو ١٤ : ١٣) ووعده القائل «الحق الحق أقول لكم أن كل ما طلبتم من الآب باسمى يعطيكم» (يو ١٦ : ٢٣) يجب أن تتوفر فىْ صلواتنا بعض الشروط الروحية وبعض الشروط الجسدية أيضاً.

ومن الشروط الروحية الواجب توافرها ما يلى :

١- الإيمان :

يجب أن نرفع صلواتنا إلى الله بإيمان قوى وثقة أكيدة أن الله هو ضابط الكل وأنه يسمع صلواتنا وهو قادر أن يعطينا سؤل قلوبنا إن كان موافقاً لمشيئته.

إن استطاعت صلواتنا أن تصل إلى الله فهو يجيب عليها حتماً وبالتأكيد ولكن بإحدى ثلاث كلمات.

(أ) **نعم :** إن كان الطلب مناسباً وفى صالحنا والوقت مناسب أيضاً.

(ب) **لا :** إن كان الطلب ليس فى صالحنا أو يسبب لنا ضرراً.

(جـ) **انتظر:** إن كان الوقت غير مناسب لاستجابة طلبنا.

وفى الحالتين الأخيرتين قد لا تحوز هذه الاجابة رضانا حسب نظرتنا البشرية القصيرة للأمور، ولكن ليتنا نثق أن المر الذى يختاره لنا الله عندما نسلمه حياتنا هو خير من الحلو الذى نختاره لأنفسنا حسب استحساننا البشرى المحدود لأن الله العارف جبلتنا يعرف ما هو لخيرنا ومصلحتنا أكثر مما نعرف نحن.

يقول الرب يسوع «ليكن لكم إيمان بالله» (مر ١١ : ١٢) والرسول يعلمنا قائلا «يجب أن الذى يأتى إلى الله يؤمن أنه موجود وأنه يجازى الذى يطلبونه» (عب ١١ : ٦).

ثق بالمسيح كل الثقة تجده وفياً كل الوفاء.

احذر التشكك والارتياب فى مواعيد الله الصادقة والأمينة وأقواله المصفاة المحوصة سبع مرات (مز ١٢ : ٦)، لأن الله ليس إنسانا فيكذب أو ابن إنسان فيندم. هل يقول ولا يفعل أو يتكلم ولا يفى (عد ٢٣ : ١٩).

من أجل ذلك «فلنتقدم بثقة أمام عرش النعمة لكى ننال رحمةً ونجد نعمةً عوناً فى حينه (عب ٤ : ١٦)».

يحذرنا الرسول من الارتياب فى مواعيد الله أثناء الصلاة فيقول ... ولكن ليطلب بإيمان غير مرتاب البتة لأن المرتاب يشبه موجاً من البحر تخبطه الريح وتدفعه فلا يظن ذلك الإنسان أنه ينال شيئاً من عند الرب (يع ١ : ٦ ، ٧).

٢- أن نكون متسامحين ومحتملين :

يجب ان نغفر من كل قلوبنا ما قد يكون لنا على إخوتنا

متذكرين دائماً قول الرب «متى وقفتم تصلون فاغفروا إن كان لكم على أحد شيئاً لكى يغفر لكم أبوكم السماوى زلاتكم (مر ١١ : ٢٥)».

المسيح فى محبته يترك لنا كل تعدياتنا متى اعترفنا بها وتبنا عنها، وإزاء ذلك يوصينا الرسول قائلاً «محتملين بعضكم بعضاً ومسامحين بعضكم بعضاً. ان كان لأحد على أحد شكوى كما غفر لكم المسيح هكذا أنتم أيضاً». (كو ٣ : ١٣).

وهكذا نرفع لله قلوباً طاهرة بدون غضب ولا جدال فتلاقى صلواتنا قبولاً لدى عرش النعمة.

ويحكى لنا بستان الرهبان قصة أخ ذهب إلى شيخ يشكو من أخيه ويخبر الشيخ أنه سيشكوه للحاكم، وحاول الشيخ أن يثنيه عن عزمه لكى يسامح أخاه ويغفر له ولكنه تمسك برأيه وفى نهاية الجلسة طلب من الشيخ أن يصلى من أجله، فوقف الشيخ وصلى الصلاة الربانية وعند قوله «واغفر لنا ذنوبنا كما نغفر نحن أيضاً للمذنبين إلينا» قال «ولا تغفر لنا

ذنوبنا كما لا نغفرنحن أيضا للمذنبين إلينا» فقاطعه الأخ قائلاً «ليس النص هكذا يا أبتاه» فأجابه «ما دمت لا تريد أن تسامح أخاك فيجب أن تقول هكذا يا ابنى، فتأثر الأخ وندم وسامح أخاه وعمل ميطانية للشيخ مستغفراً ومعتذراً.

٣- أن نكون مجتهدين ومجاهدين لحفظ وصايا الرب والعمل على مرضاته :

عندئذ «مهما سألنا ننال منه لأننا نحفظ وصاياه ونعمل الأعمال المرضية أمامه (١ يو ٣ : ٢٢)» ويقول المرنم «لأنى حفظت طرق الرب ولم أعص إلهى لأن جميع أحكامه أمامى وفرائضه لم أبعدها عن نفسى. أكون كاملاً أمامه وأتحفظ من إثمى» (مز ١٨-٢١ ، ٢٣) ويطلب المرنم إلى الرب قائلاً «لتكن أقوال فمى وفكر قلبى أمامك يارب صخرتى ووليّى» (مز ١٩ : ١٤).

لذلك يصلى الكاهن قائلاً «أعنا يارب على رضاك أعنا على العمل بوصاياك»

يقول الرب لتلاميذه «علموهم أن يحفظوا جميع ما

أوصيتكم به. وها أنا معكم كل الأيام وإلى انقضاء الدهر (مت ٢٨ : ٢٠) وهكذا نعرف أنه إن حفظنا جميع ما أوصانا به الله يكون هو معنا جميع أيام حياتنا، والعكس صحيح إن لم نسمع كلامه ووصاياه هو بالتالى لا يسمع كلامنا وصلواتنا.

٤- أن نُقدِّمها باسم المسيح :

فلكى تكون صلواتنا مقبولة وعبادتنا قوية مقتدرة يجب أن نُقدِّمها كلها فى اسم يسوع المسيح الذى قال «أنا هو الطريق والحق والحياة. ليس أحد يأتى إلى الآب إلّا بى» (يو ١٤ : ٦) وقال أيضا «أنا هو الباب إن دخل بى أحد فيخلُص ويدخل ويخرج ويجد مرعى» (يو ١٠ : ٩).

يعلمنا الرسول بولس أن نقدم صلواتنا كلها باسم المسيح لكى تلاقى قبولاً لدى الله فيقول «فلنقدم به (المسيح) في كل حين لله ذبيحة التسبيح أى ثمر شفاه معترفة باسمه» (عب ١٣ : ١٥) إذ لنا ثقة بالدخول إلى الأقداس بدمه (عب ١٠ : ١٩) لأنه يقدر أن يخلص إلى التمام الذين يتقدمون به إلى الله إذ هو حى كل حين ليشفع فيهم (عب ٧ : ٢٥).

ليس لنا فى ذواتنا أى دالة فى الصلاة ولكننا نرجو من الله بواسطة الرب يسوع، يقول الرسول «انكم كنتم فى ذلك الوقت بدون مسيح أجنبيين عن رعوية إسرائيل وغرباء عن عهود الموعد. لارجاء لكم وبلا إله فى العالم، ولكن الآن فى المسيح يسوع أنتم الذين كنتم قبلاً بعيدين صرتم قريبين بدم المسيح (أف ٢ : ٢٢) لقد أدركت كنيستنا هذا الأمر الهام أىّ تقديم كل الصلوات باسم المسيح وفى استحقاقات دمه فأضافت إلى الصلاة الربانية عبارة «بالمسيح يسوع ربنا» لكى تكون كل الطلبات التى تتضمنها هذه الصلاة وما يُقال قبلها عادة من صلوات مُقدَّمة لله فى اسم المسيح وفى استحقاقاته غير المتناهية.

كما أنه لا تخلو صلاة أو أوشية من أواشيها من اسم الرب يسوع لضمان قبولها.

يوصينا الرب قائلاً :

+ مهما سألتم باسمى فذلك أفعله ليتمجد الآب بالابن.(يو ١٤ : ١٣).

+ إن سألتم شيئاً باسمى فإنى أفعله (يو ١٤ : ٤).

+ الحق الحق أقول لكم إنّ كل ما طلبتم من الآب باسمى يعطيكم (يو ١٦ : ٢٣).

٥- المحبة :

المحبة لله وللناس، تعلمنا الوصية قائلة «تحب الرب إلهك من كل قلبك ومن كل فكرك وقريبك كنفسك (متى ٢٢ : ٣٧-٣٩)».

يقول الرسول «إن كنت أتكلم بألسنة الناس والملائكة ولكن ليس لى محبة فقد صرت نحاساً يطن أو صنجاً يرن» (١ كو ١٣ : ١) أى إنّ صلواتى مهما كثرت وتعاظمت مثل صلوات الملائكة الروحانيين وكنت خالياً من المحبة والبذل، فإن الله لا يقبلها بل تكون فى أُذنيه كصوت طنين النحاس أو رنين الصاج بلا روح ولا معنى وبالتالى لا يعطيها الرب آذاناً صاغيةً.

٦- الرحمة :

يقول الحكيم «من يسد أذنيه عن صراخ المسكين فهو

أيضاً يصرخ ولا يستجاب» (أم ٢١ : ١٣) لأن الرحمة تفتخر على الحكم وليس رحمة فى الدينونة لمن لم يستعمل الرحمة.

يقول أحد القديسين :

«إن كنت محتاجاً الى الرحمة فسلِّف الرحمة قدامك».

غير الرحومين يصرخون ولا مخلص إلى الرب فلا يستجيب لهم (مز ١٨ : ٤١).

أما الذى يكون رحيماً ويرحم الملهوف ويغيث المستغيث «حينئذ يدعو فيجيب الرب يستغيث فيقول ها أنذا (أش ٥٨ : ٩).

٧- الصوم :

إذا شبهنا الصلاة بنسر طائر، فالصوم والرحمة هما جناحاه اللذان يطير بهما. وبدونهما يشبه نسراً مكسور الجناحين فلا يستطيع أن يطير بل يتخبط إلى أن يموت.

قال المرنم عن اقتران الرحمة بالصلاة «طوبى لمن يتعطف على المسكين، فى يوم الضيق ينجيه الرب. الرب يحفظه ويحييه يغتبط فى الأرض ولا يسلمه إلى مرام مضايقيه» (مز

٤١ : ١ ، ٢) وعن اقتران الصوم بالصلاة قال الرب «وأما هذا الجنس (الشيطان) لا يخرج الا بالصلاة والصوم (مت ١٧ : ٢١)».

الصوم يهدىء حركات الجسد، ويحد من توقد الحواس وشهوتها ويضع حداً لثرثرة اللسان يمهد تمهيداً هاماً للصلاة الروحانية فينطلق الروح من عبودية الجسد وحواسه لتتأمل فى حقائق الأبدية وحياة ما بعد الموت.

٨- أن تكون الصلاة وفق مشيئة الله :

يقول الرسول «إن طلبنا شيئاً حسب مشيئته يسمع لنا (١ يو ٥ : ١٤)» وإن لم تكن الصلاة وفق مشيئة الله يكون مصيرها الرفض فيقول الرسول «تطلبون ولستم تأخذون لأنكم تطلبون رديأ لكى تنفقوا فى لذاتكم» (يع ٤ : ٣) وهذه اللذات إما أن تكون جسدية كالأكل والشرب والملبس والتنعم الجسدى، وإما أن تكون تمجيد الذات والانتفاخ على حساب عمل الله وخدمته ومواهبه وهباته.

ليتنا ننكر ذواتنا ويكون الله وإرادته ومجده هو كل شىء

فى حياتنا، ولسان حالنا يقول مع المرنم «ليس لنا يارب ليس لنا لكن لاسمك أعطِ مجداً (مز ١١٥ : ١)» ومادامت طلباتنا لمجد الله وخلاص النفوس فتكون الإجابة مضمونة.

إذا كانت صلاتك وفق مشيئة الله وباسم الرب يسوع حينئذ «يستجيب لك الرب فى يوم شدتك يرفعك اسم إله يعقوب يرسل لك عونا من قدسه ومن صهيون يعضدك. يعطيك الرب حسب قلبك ويتمم كل مشيئتك» (مز ٢ : ١ ، ٥).

ونستطيع أن نتعرف على مشيئة الله من كثرة قراءتنا وتأملنا فى الكتاب المقدس، كلمة الله ورسالته لخلاصنا، دستور السماء ولائحة الملكوت. لذا ينصحنا الرسول قائلا «عيشوا فقط كما يحق لإنجيل المسيح» (فى ١ : ٢٧)» وهذا لا يتسنى إلا إذا درسنا الإنجيل وعرفنا وصاياه ونواهيه، ونتخذ لنا منه شاهداً على كل عمل أو تصرف من تصرفاتنا فى حياتنا عامة. فالله لا ينظر إلى صلواتنا بحسب ما نبديه فيها من روح وأسلوب وقت تقديمها، فكثيرون يحسنون

سيرتهم فى الكنائس والهياكل، ولكن خارج الكنيسة تكون سيرتهم رديئة وأعمالهم شريرة، لكن الله ينظر إلى صلواتنا بحسب ما نبديه فى حياتنا اليومية ككل.

٩- الثبات فى المسيح :

وعدنا الرب وعداً إلهياً صادقاً أميناً «إن ثبتم فِىَّ وثبت كلامى فيكم تطلبون ما تريدون فيكون لكم (يو ١٥ : ٧)» نثبت فيه وفى محبته وفى وصاياه، فتكون لنا عليه دالة ويعطينا ما نطلب حسب غناه فى المجد.

١٠- حمل اسم المسيح :

لا نستطيع أن نصلى حقيقة باسم المسيح ما لم نحمل هذا الاسم المبارك أمام الناس، كما قال الرب عن بولس الرسول «هذا لى إناء مختار ليحمل اسمى أمام أمم وملوك وبنى إسرائيل (ا ع ٩ : ١٥)» يجب أن لا ننكر المسيح لا فى حياتنا الخاصة بتصرفاتنا وحياتنا الشريرة التى لا ترضى الله ولا تليق بأبناء الملكوت، لئلا يُجَّدف على اسم المسيح بسببنا، ومن غير المعقول أن نصلى بذلك الاسم الذى جلبنا

عليه العار والتجديف ويسمع لنا، ويجب أيضاً أن لا ننكر اسم المسيح أمام الناس أنَّه هو الله الذى ظهر فى الجسد لأجل خلاص العالم. نعترف بالمسيح رباً ومسيحاً مهما جلب علينا ذلك الاعتراف الحسن من اضطهادات ومتاعب ولو إلى حد الموت كما فعل الشهداء. لقد حذرنا الرب يسوع قائلاً «كل من يعترف بى قدام الناس أعترف أنا أيضا به أمام أبى الذى فى السموات ولكن من ينكرنى قدام الناس أنكره أنا أيضا أمام أبى الذى فى السموات» (مت ١٠ : ٣٢).

١١- حياة التقوى وخوف الله :

الله لا يقبل صلاة إنسان مستهتر بأمر خلاصه وغير مهتم بحياته الأبدية المقبلة. الله «لا يُسَرّ بقوة الخيل ولا يرضى بساقى الرجل» (أى الرجل المتشدد والمفتخر بقوته).

يسر الرب بأتقيائه بالراجين رحمته (مز ١٤٧ : ١٠ ، ١١) الرسول يعلمنا صراحة أن الله الآب قبل صلاة الرب يسوع فى بستان جثسيمانى من أجل تقواه، يقول «قدم

بصراخ ودموع طلبات وتضرعات للقادر أن يخلصه من الموت وسمع له من اجل تقواه (عب ٥ : ٧)» فكم بالحرى نحن العبيد الخطاة نكون محتاجين إلى حياة التقوى لئلا تُعاق صلواتنا عن الوصول إلى الله. سبقنا المرتل داود النبى إلى طلب حياة التقوى فقال متضرعاً للرب «سَمِّر خوفك فى لحمى» (مز ١١٩ : ١٢٠) كما قال «رأس الحكمة مخافة الرب والفهم نافع لكل من يعمل به» (مز ١١١ : ١٠) ينصحنا الرسول المبارك قائلاً «تمموا خلاصكم بخوف ورعدة (فى ٢ : ١٢)».

١٢- اللجاجة فى الصلاة :

اللجاجة شرط مهم من شروط الصلاة المستجابة فالصلاة فى أسمَى معانيها هى صراع مع الله. الله قد لا يعطينا من أول مرة نسأله فيها، حتى يختبر أمانتنا فيه ولجاجتنا فى الصلاة والطلبة وكثرة التردد والمثول فى حضرته المباركة هو كأب حنون يكون قد أحضر طلب ابنه ولكنه لا يعطيه له من أول مرة يسأله فيها حتى يختبر

محبته فيه ويظهر إحتياجه للشىء بكلمات طفولية صادقة ومناجاة لطيفة تُسِرّ قلب أبيه وتفرحه، يرتمى فى حضن أبيه طالباً سرعة قضاء طلبه حينئذ يعطيه له فَرِحاً.

الرب أمرنا باللجاجة فى الصلاة بمثلين ضربهما، هما مثل الأرملة وقاضي الظلم، ثم مثل صديق نصف الليل. يقول الرب معلقاً على المثل الثانى «أقول وإن كان لا يقوم ويعطيه لكونه صديقاً فإنه من أجل لجاجته يقوم ويعطيه قدر ما يحتاج» (لو ١١ : ٨) ثم يحثنا الرب على اقتفاء أثر ذلك الصديق فى لجاجته عندما نطلب من الرب طلباً «وانا أقول لكم اسألوا تعطوا اطلبوا تجدوا اقرعوا يُفتحَ لكم» (لو ١١ : ٩).

وهنا نلاحظ مبدأ التدرج فى الطلب، أولاً نسأل الرب بدالة البنين، فإذا لم يعطنا فلنشدد الطلب ونواظب عليه بدالة وحب وبدون تذمر.

وإن لم يفلح الطلب فنقرع على باب مراحمه قرعاً شديداً وذلك بصلاة قوية من عمق القلب ودموع وتنهد إن أمكن ثم

بتواتر الصلوات وعدم الكف عن الطلب. نفعل ذلك وكلنا أمل فى وعد الرب الصادق القائل .. لأنّ كل من يسأل يأخذ ومن يطلب يجد ومن يقرع يُفتَح له (لو ١١ : ١٠) لأن الآب من السماء يعطى (حتى) الروح القدس (وهو أثمن وأغلى عطية) للذين يسألونه (لو ١١ : ١٣).

+ وكان إسحق ابن أربعين سنة لما اتخذ لنفسه زوجة (تك ٢٥ : ٢٠).

+ وصلى إسحق إلى الرب لأجل امرأته لأنها كانت عاقراً (تك ٢٥ : ٢١).

+ وكان إسحق ابن ستين سنة حين ولدتهما (عيسو ويعقوب) (تك ٢٥ : ٢٦).

عشرون سنة كاملة استمر إسحق يصلى إلى الله أن يعطيه نسلاً وقد أطال الله أناته عليه هذه المدة الطويلة لكى يختبر امانته.

ولكى نتعلم نحن أيضا درساً مفيداً أن نصلى بلا ملل ولا ضجر ولا نيأس من نوال طلبنا وسيعطينا الشىء المناسب

فى الوقت المناسب لأنه يعرف خيرنا ويهتم بمصلحتنا أكثر مما نهتم نحن. المهم أن نداوم الطلب بإيمان ورجاء وتضرع ولجاجة مع قلب نقى وثقة طفولية «فلنتقدم بثقة إلى عرش النعمة لكى ننال رحمة ونجد نعمة عونا فى حينه» (عب ٤ : ١٦).

١٣- إكرام الوالدين :

فالذى يغضب والديه ينال سخطهما فلا يستجيب له الرب فى صلاته أما الذى يكرم والديه وينال رضاهما، فيقبل الرب صلواته.

يقول الحكيم «من أكرم أباه فإنه يكفر خطاياه ويمتنع عنها ويستجاب له فى صلاة كل يوم» (سى ٣ : ٤) ويقول أيضاً «من أكرم أباه سر بأولاده وفى يوم صلاته يستجاب له (سى ٣ : ٦)».

كذلك المتزوج الذى يحتقر زوجته أويتعبها، تفقد الحياة العائلية بهجتها وجمالها وبالتالى تفقد الصلاة لذتها وروحانيتها. وينصح الرسول بطرس قائلاً «أيها الرجال كونوا ساكنين بحسب الفطنة مع الإناء النسائى كالأضعف

معطين إياهن كرامةً كالوراثات أيضاً معكم نعمة الحياة. لكى لا تُعاق صلواتكم (١ بط ٣ : ٧)» وفى مقابل ذلك ينصح السيدات أن يطِعن رجالهن ويخضعن لهم «كما كانت ساره تطيع إبراهيم داعيةً إياه سيدها (١ بط ٣ : ٦)».

ومن الشروط الجسدية التى تساعدنا على ضبط الفكر فى الصلاة والتركيز أثناء الوقوف امام الله والتى تجعلنا نصلى صلاة قوية مملوءة بالبركة والتعزية الإلهية ما يلى :

١- تهيئة الجو الصالح للصلاة :

خصص غرفة للصلاة. ضع أيقونة الصلب على الحائط الشرقى لمخدعك، تنظر إليها بين الحين والآخر أثناء صلاتك لتتأمل مرة فى المسامير ومرة فى الدم النازف من الجراحات الملتهبة ومرة فى تعليقه على الصليب عرياناً من أجل أن يكسوك بثوب النعمة .. وهكذا. فهذا العمل كفيل بجمع العقل والتهاب القلب بالحب الإلهى المعلن على الصليب.

ضع على يمين الأيقونة السابقة أيقونة للسيدة العذراء القديسة مريم، تنظر إليها عندما تخاطب السيدة العذراء

بالقطع الخاصة بها في الأجبية وعندما تطلب شفاعتها المقبولة فى صلاتك الارتجالية.

٢- التمهيد للصلاة :

فترة التمهيد للصلاة نافعة لجعل الصلاة مركزة والعقل مجموع واع لكلمات الصلاة.

فيحتاج المصلى عادة إلى فترة إعداد قبل بدء الصلاة يعد فيها ذاته لجو الصلاة لأن جو الصلاة جو روحانى وعالم آخر يختلف تماماً عن جونا العالمى وعالمنا المادى.

«وفترة الإعداد لازمة سواء فى الصباح حيث تكون الروح مازالت ثقيلة من أثر النوم وبسبب التفكير فى اهتمامات اليوم الجديد، أو نهاية اليوم بسبب مشغوليات اليوم نفسه».

يقول مار اسحق «قبل أن ترغب إليه (الى الله) مصلياً استعد بما يجب».

إهدأ مع نفسك ولو قليلاً قبل بدء الصلاة حتى تُهيِّىء ذاتك لجو الصلاة وتحرك عواطفك ومشاعرك نحوها.

لا يليق أن تنتقل من الأشياء التى كنت منهمكاً فيها إلى

الصلاة مباشرة لأنك إن فعلت ذلك فلن تتلذذ بالصلاة، وسوف يكون فكرك مشتتاً. قال القديس يوحنا كاسيان نقلاً عن الأب إسحق «مهما تكن الأشياء التى كان عقلنا يفكر فيها قبيل ساعة الصلاة ستعاودنا بالضرورة أثناء الصلاة عن طريق دوام نشاط الذاكرة، لذا فإن الحال التى نود أن نكون عليها أثناء الصلاة علينا أن نعد أنفسنا لها قبل وقت الصلاة، فالعقل فى حال الصلاة يتشكل بحالته السابقة».

فترة الإعداد هذه حاول أن ترفع فيها حرارتك الروحية وأشواقك القلبية إلى الله وذلك إما بقراءة فصل أو حتى عدة آيات من الكتاب المقدس للتعزية والتأمل الشخصى لا للدراسة والتفسير أو بقراءة جزء من كتاب روحى عن الصلاة، وإما بترتيل لحن أو ترتيلة خصوصاً الألحان والتراتيل التى تميل إلى ناحية الحزن والتوبة، وإمّا برفع العقل فى تأمل خاص كمحبة الله وعنايته بك أنت خاصة ثم محبته لجنس البشر عامة أو التأمل فى خطاياك وتعدياتك وكم أهنت الله ومازلت.

ثم ضع فى نفسك انك ستقف فى حضرة الله وأنَّ الله يراك ويسمعك، قال الآب نستاريون «احرص كل يوم على أن تقف أمام الله بلا خطية. هكذا صلَّ إليه كأنك مشاهد له، لأنه بالحقيقة حاضر».

٣- يجب ملاحظة أن يكون الجسد فى كامل قوته ونشاطه لئلا يخوننا عند الوقوف فى الصلاة وتعيينا الحيلة فى ترويضه وغصبه على الوقوف بانتباه فى الصلاة.

إذا وقفت للصلاة قف منتصباً بانتباه مثلما يفعل الجندى حينما يتكلم مع قائده، يقول يوحنا الدرجى عن أحد الآباء أنَّه كان عنده عادة أن يستجمع أفكاره عند بدء الصلاة منادياً هيا بنا لنعبر، هلمى إلينا لنسجد أمام المسيح إلهنا. حتى الآن تعلمنا الكنيسة ذلك التدريب ذاته ففى بدء صلاة باكر يستدعى المصلى أفكاره وحواسه ويستنهضها قائلاً : هلم نسجد هلم نسأل المسيح إلهنا، هلم نسجد هلم نطلب من المسيح ملكنا، هلم نسجد هلم نتضرع إلى المسيح مخلصنا .. إلخ».

لا تستند على الحائط خلفاً أو بجانبك أثناء وقوفك للصلاة لأن هذا كفيل أن يجعل الجسم يسترخى قليلاً والعقل يطيش عن معانى الصلاة.

٤- ارفع يديك على قدر استطاعتك أثناء الصلاة خصوصاً عند الآيات التى تذكر رفع اليدين أو العينين مثل باسمك أرفع يدى فتمتلىء نفسى كما من شحم ودسم «مز ٦٣ : ٢٤ فى صلاة باكر» ارفعوا أيديكم فى الليالى إلى القدس وباركوا الرب «مز ١٣٤ : ٢ فى صلاة النوم»، «لتستقيم صلاتى كالبخور قدامك ليكن رفع يدى كذبيحة مسائية «مز ١٤٠ : ٢» فى صلاة النوم «أرفع يدى إلى وصاياك التى أحببتها جداً وأناجى بفرائضك (مز ١١٩ : ٤٨ صلاة نصف الليل) وهكذا لأن رفع اليدين أثناء الصلاة كفيل بجمع العقل».

ذُكِرَ عن موسى النبى حينما كان يصلى على الجبل رافعاً كلتا يديه «وكان إذا رفع موسى يده أنَّ الشعب يغلب وإذا خفض يده أن عماليق يغلب، فلما صارتا يدا موسى ثقيلتين

أخذا هارون وحور حجراً ووضعاه تحته فجلس عليه ودعم هارون وحور يديه الواحد من هنا والآخر من هناك فكانت يداه ثابتتين (فى حالة ارتفاع) إلى غروب الشمس فهزم يشوع عماليق وقومه بحد السيف» (خر ١٧ : ١١-١٣).

٥- يُستحَسن أن يكون فى يدك اليمنى أثناء الصلاة صليب تقبله بحرارة كلما جاء فى المزمور ذكر الشكر لله على بركاته علينا، هذا العمل كفيل بجمع العقل وتركيزه فى الصلاة.

٦- اقرع صدرك بانسحاق عند ذِكر الخطيئة وتقديم التوبة وطلب الرحمة بمثل عبارات : ارحمنى يا الله فإنى أخطأتُ إليك أو ارحمنى يا الله ثم ارحمنى او خطيتى أمامى فى كل حين .. إلخ. فقرع الصدر يساعد على انسحاق القلب وجمع العقل.

٧- كرر بعض العبارات التى تستريح لها نفسك وتناسب حالتك أثناء الصلاة وبينما أنت تصلى المزمور أو القطعة إذا وصلت إلى عبارة قوية ومناسبة لحالتك وقتئذ كررها عدة

مرات وتفاعل معها ثم أعد المزمور أو القطعة التى تصليها فهذا كفيل برفع العقل وتوليد الحرارة والشوق فى القلب.

٨- ردد الاسم الحلو الذى لربنا يسوع المسيح أثناء صلاة المزامير فكلما قابلتك فى المزمور كلمة يارب أو «الرب» انطق بعدها عبارة «يسوع المسيح» وحاول أن ترفع قلبك إليه فهذا كفيل بضبط الفكر وعدم الطياشة فى الصلاة.

٩- السجود والقيام كثيراً فى الصلاة يجمع العقل ويحفظه من السرحان فياليتك كلما يأتى ذكر اسم المسيح أو ذكر التمجيد لله «الذكصا» أوذكر السجود له، أو التقديس لاسمه المبارك العظيم ترشم ذاتك بعلامة الصليب وتسجد إلى الأرض ثم تقوم وتكمل صلاتك، أو على الأقل تنحنى إنحناءة كبيرة مع رشم ذاتك بعلامة الصليب فمثل هذه الأمور هامة جداً لجمع العقل.

١٠- إذا تعبت من الوقوف وأردت أن تكمل صلاتك راكعاً، إياك أن تسند رأسك أو يديك على حائط أو مقعد أو أى شىء يكون أمامك أو بجانبك، فهذا كفيل بأن يجعل الجسد

يسترخى والعقل يسرح ويطيش عن الصلاة.

١١- إذا سجدت إلى الأرض أثناء الصلاة لا تطيل السجود كثيراً لئلا تسترخى وتأخذك ولو سنة من النوم أو الراحة فتطيش عن الصلاة، بل بعد سجودك قم بسرعة وانتصب للصلاة فى حرارة وشوق، واعلم أنك تسجد بقصد العبادة لا بقصد الراحة و الاسترخاء.

١٢- اقرأ بعض التفاسير والتأملات الخاصة بالمزامير والأناجيل التى تصليها حتى تفهم الآيات الغامضة والمواقف الخاصة التى قيل فيها كل مزمور أو إنجيل، فإن هذا يساعدك على الصلاة بالمزامير ويحبب تلاوتها إلى نفسك، ويا حبذا لو أمكنك أن تكتب بعض التأملات أو معانى بعض الكلمات فى هوامش الأجبية الخاصة بك حتى تساعدك على الفهم وتفتح أمامك باب التأمل على مصراعيه عند تلاوة المزمور أو الإنجيل.

١٣- لا تسرع كثيراً فى تلاوة المزامير، فالسرعة تجعلك تتلعثم فى نطق بعض الكلمات والآيات فتفقد الصلاة لذتها

وروحانيتها، فتصبح الصلاة فى مقام القانون الجاف المفروض فرضاً على النفس أو تجعلها مثل التعويذة التى ينطق بها الحاوى أو الساحر دون أن يفهم معانيها أو يتأمل فى كلماتها وحاشا للصلاة أن تكون شيئاً من هذا أو ذاك.

١٤- لا تطيل الصلاة أكثر من اللازم، ينصح الآباء أن تُكثر عدد مرات الصلاة وتقلل من مدتها لأن هذا أحسن من أن تُصلّى مرات قليلة وتطيل فى كل مرة مما يؤدى الى إرهاق الجسم والعقل وبالتالى إلى الطياشة والسرحان.

هذه النصيحة تشابه تماماً نصيحة الأطباء بأن يأكل الإنسان عدة مرات فى اليوم على أن يأكل فى كل مرة وجبة خفيفة حتى تستطيع المعدة هضمها بدلاً من أن يأكل مرة واحدة فى اليوم مثلاً ويأكل وجبة ثقيلة جداً ترهق المعدة وتربكها.

ونصيحة الآباء أن تصلى عدة مرات فى اليوم وفى كل مرة لا تطيل فى الصلاة كثيراً، أتت من معرفتهم بطبيعة الإنسان، فيعرفون أن أى إنسان لا يستطيع أن يركز فى عمل واحد مدة طويلة، وإن أطال فى هذا العمل أو هذه الممارسة

- خصوصاً إذا كانت ذهنية مثل الصلاة - متجاهلاً طبيعته ومقدرته «يتأكسد» العقل ويتشتت التفكير ولا يعود إلى تركيزه مهما حاولنا ذلك إلا بعد فترة راحة أو تغيير الممارسة، كذلك إذا تعب الجسم من طول الوقوف يبدأ يتمايل ويتضجر ويحاول أن يستند على الحائط مما يفقد الصلاة حرارتها وروحانيتها.

الصلوات القصيرة المتكررة تحفظنا من الطياشة وتجعلنا فى حالة التصاق دائم بالله وهذيذ مستمر فى كلامه ووصاياه.

ويتوقف غالباً طول الصلاة أو قِصَرها على القامة الروحية فيمكن للإنسان أن يتدرج فى طول مدة الصلاة والوجود فى حضرة الله ورويداً رويداً بحسب قامته الروحية عامة واهتمامه بالصلاة خاصة.

١٥- عند صلاة كيريى ليصون ٤١ مرة فى نهاية الصلاة لكل ساعة من سواعى الأجبية حاول أن تتذكر الجلدات التسعة والثلاثين التى ألهبت ظهر المسيح من أجلك وتتذكر إكليل الشوك الذى وضعوه على رأسه باستهزاء ثم الطعنة

النجلاء فى جنبه الإلهى، هذه الآلام التى ترمز إليها صلاة كيريى ليصون ٤١ مرة، كرر صلاة كيريى ليصون ولسان حالك يقول مرة يا مَنْ جُلدت من أجلى ارحمنى ومرة يا مَنْ كُلّلت بالشوك من أجلى ارحمنى ومرة يا من طُعنت بالحربة من أجلى ارحمنى، وهكذا تحاول بتوبتك وطلبك الرحمة بلجاجة أن تخفف آلام المسيح المبرحة التى عاناها من أجل خلاصك.

١٦- اذكر دائماً أن الصلاة القوية التى تؤدّى بلجاجة وبأفكار مجموعة ومشاعر وحواس مرتفعة وملتهبة تنال عطف السماء ورضا الله ويأخذ صاحبها قوة ومعونة ومؤازرة إلهية تسنده فى جهاده، فدانيال النبى حينما كان يصلى بلجاجة أرسل له الله رئيس الملائكة ميخائيل ليعينه ضد الشيطان الذى وقف مقابله يحاربه، ولكى يخبره باستجابة طلبه وقبول صلاته «(د ١ : ١)» والرب يسوع المسيح حينما كان يصلى بلجاجة وعرقه يتساقط مثل قطرات دم سمع الآب صلاته وظهر له ملاك يقويه «(لو ٢٢ : ٤٣ ، ٤٤)».

١٧- لا تنس الصلاة الارتجالية فى نهاية الصلاة بالمزامير بكلماتك الخاصة وأشواقك وشكرك وتسبيحك وتعرض أمام الله متاعبك وآلامك وتبثه شكواك.

١٨- بعد انتهاء الصلاة إن كان لديك وقت واستطعت أن تجلس قليلاً صامتاً : لكى تستريح من عناء الجهاد فى الصلاة ولكى تتشبع وتتشرب بروح الصلاة فالصلاة القوية المتبوعة بفترة صمت تنشىء فى حياتنا شبه طبقة جديدة من مسحة السلام والروحانية وإن كنا لا نعى ذلك فى أغلب الأحيان.

الصوم المقبول

الصوم هو الركن الثالث من أركان العبادة المسيحية المقبولة ونحاول الآن أن نتعرف على بعض نواحى ومعانى الصوم.

معنى الصوم :

للصوم معنيان : معنى نسكى ومعنى روحى.

١- المعنى النسكى :

الصوم هو الانقطاع عن الطعام فترة معينة من النهار ثم تناول أطعمة صيامية خالية من الدسم.

وهذا هو المعنى المعروف والمشهور بين المؤمنين، لأن فترة الانقطاع فى الصوم هى العمود الفقرى للصوم ويمكن تحديد هذه الفترة بالاتفاق مع أب الاعتراف الذى يحدد لكل واحد فترة انقطاع مناسبة لسنه ولعمله ولظروفه ولحالته الصحية وقامته الروحية : الخ.

١- المعنى الروحى :

الصوم هو الفرصة الذهبية لانتعاش النفس وانطلاق الروح من رباطات وسلطان الجسد، لكى تتحد بالله وتتلامس معه لأن الله روح ولا يستطيع شىء أن يتلامس معه إلا الروح والعلاقة الروحية بين الإنسان والله إذا شبّهناها بأسلاك التليفون فيكون عمل الصوم فى هذه العلاقة هو جلى الأسلاك حتى تصبح جيدة التوصيل للصوت.

شروط الصوم المقبول

لكى نصوم صوماً مقبولاً أمام الرب ولا نضيع تعبنا سدى يجب أن تتوافر فى أصوامنا بعض الشروط الضرورية والهامة مثل :

١- ينبغى أن يصحب الصوم صلاة :

الصلاة المصحوبة بالصوم لها قوة فعالة وجبارة، فهى تعلو وترتفع حتى تدخل إلى داخل الحجاب أمام عرش النعمة ولا تخرج من هناك حتى تأخذ طلبتها.

كما أنها تذل فخر الشياطين وتكسر قوتهم وتهدم جبروتهم، فقد قال الرب يسوع المسيح عن أقوى وأمرد نوع من الشياطين «إنَّ هذا الجنس لا يخرج بشىء إلا بالصوم والصلاة» (مت ١٧ : ٢١).

الصلاة المدعمة بالصوم تقدر بنعمة الله على حل أكبر المشاكل وأعقد الأزمات سواء على المستوى الفردى أو الجماعى لأن الله محب البشر لا يستطيع أن يتغاضى عن صلاة اللجاجة المصحوبة بالصوم والتذلل والانسحاق والتسليم.

لما عرف النبى قوة الصلاة المصحوبة بالصوم نصحنا قائلاً «قدسوا صوماً نادوا باعتكاف. اجمعوا الشيوخ إلى بيت الرب واصرخوا للرب» (يوئيل ١ : ١٤) وذلك لأن الاعتكاف هو الجو المناسب للصلاة والتعبد خصوصاً إذا كان مصحوباً بالصوم والنسك والتذلل.

وقد كرر النبى نداءه مرة أخرى قائلاً «قدسوا صوماً نادوا باعتكاف .. ليبك الكهنة خدام الرب بين الرواق والمذبح ويقولوا اشفق يارب على شعبك ولا تسلم ميراثك للعار» (يوئيل ٢ : ١٥-١٧).

الصوم والصلاة صنوان لا يفترقان وكل منهما لازم للآخر ونحن نرى عملياً أن فى أيام الصوم تمتلىء الكنائس بالعابدين أثناء القداس وتمتلىء بالمستمعين أثناء النهضات والعظات واحسّ بنشاط روحى ملحوظ ومبارك.

٢- ينبغى أن تصحبه صدقة :

أيام الصوم حيث السمو الروحى والشفافية الروحية يستطيع الإنسان أن يعطى للمحتاجين بسخاء وسهولة

وبسرور وفرح متذكراً كلمات الرب يسوع «الغبطة فى العطاء أكثر من الأخذ» (أ ع ٢٠ : ٣٥) ونصيحة الرسول القائلة «المعطى المسرور يحبه الله» (٢ كو ٩ : ٧) إذا شبهنا الصلاة الروحانية بطائر يعلو ويحلق تكون الصدقة والصوم هما الجناحان اللذان يحلق بهما هذا الطائر، فاذا عدم الطائر هذين الجناحين أو فقد أحدهما عجز عن الطيران وهكذا المصلى إذا فقد أو تهاون فى الصوم والصدقة أو فى أحدهما ضعفت صلاته. ويقول الحكيم «من يسد أُذنيه عن صراخ المسكين أيضاً يصرخ ولا يُستجاب له» (ام ٢١ : ١٣).

ويعلمنا الرب على فم أشعياء النبى الإنجيلى عن الصوم المقبول المصحوب بالصدقة قائلاً «أليس هذا صوماً أختاره ... أن تكسر للجائع خبزك وأن تدخل المساكين التائهين إلى بيتك . إذا رأيت عرياناً أن تكسوه وأن لا تتغاضى عن لحمك» (أش ٥٨ : ٧) وتكون النتيجة «حينئذ ينفجر مثل الصبح نورك. وتنبت صحتك سريعاً ويسير برك أمامك ومجد الرب يجمع ساقتك. حينئذ تدعو فيجيب الرب وتستغيث فيقول ها أنذا» (أش ٥٨ : ٨ - ٩).

٣- أن يكون مصحوباً بالمحبة :

من شروط الصوم المقبول أن يكون مصحوباً بمحبة الآخرين ومصالحتهم فيقول الرسول «إن سلمت جسدى حتى احترق (بالصوم والنسك والتقشف) وليست لى محبة فلا أنتفع شيئاً (١ كو ١٣ : ٢).

وليس من المعقول أن يصوم الإنسان عن اللحم المستوى والناضج ويأكل لحم أخيه نيئاً ويحذرنا الرسول من ذلك بقوله «إن كنتم تنهشون وتأكلون بعضكم بعضاً فانظروا لئلا تفنوا بعضكم بعضا» (غل ٥ : ١٥) ويعلمنا الرب عن أهمية الصوم بالمحبة وأنه هو الصوم الذى يختاره بقوله «أليس هذا صوماً اختاره حل قيود الشر فك عقد النير. إطلاق المسحوقين أحراراً وقطع كل نير» (اش ٥٨ : ٦) ويحذرنا من الصوم المصحوب بالخصومة والكراهية لأن الرب يقبل الصوم المصحوب بالمحبة والسلام ونقاوة القلب.

٤- ينبغى أن يكون مصحوباً بالاتضاع :

فليس المقصود بالصوم أن نشعر بالجوع ونذلل أجسادنا

فقط بل يصحب الصوم تذلل لنفوسنا أمام الرب حتى يتحنن الرب ويغفر لنا خطايانا ويرفع غضبه عنا كما حدث مع أهل نينوى الذين صاموا ولبسوا المسوح وتذللوا أمام الرب فلما رأى الله أعمالهم أنهم رجعوا عن طرقهم الرديئة غفر لهم خطاياهم ورفع غضبه عنهم. وقد مارس داوود الصوم المصحوب بالتذلل والاتضاع فيقول : «أذللت بالصوم نفسى» (مز ٣٥ : ١٣) كما يقول أيضاً «أبكيت بالصوم نفسى» (مز ٦٩ : ١٠).

وحينما هدد الله آخاب الملك صرخ الى الرب وتذلل وجعل مسحاً على جسده وصام واضطجع بالمسح ومشى بسكوت فكان كلام الله إلى ايليا التشبى قائلاً «هل رأيت كيف اتضع آخاب أمامى، فمن أجل أنه قد اتضع أمامى، لا أجلب الشر فى أيامه ....» (١ مل ٢١ : ٢٧-٢٩).

٥- ينبغى أن يكون مصحوباً بالنقاء :

الذى يفتخر بصومه أو يحاول أن يظهره أمام الناس رغبة فى المديح أو الثناء يكون مضروباً بداء الكبرياء والمجد

الباطل والرياء، وبمديح الناس يكون قد استوفى أجره عن تعبه فى الصوم، ويا له من أجر تافه حقير لا قيمة له ولا وزن.

ويحذرنا ربنا يسوع المسيح من هذا الداء الخطير فيقول «متى صمتم فلا تكونوا عابسين كالمرائين فإنهم يغيرون وجوههم لكى يظهروا للناس صائمين. الحق أقول لكم أنهم قد استوفوا أجرهم» (مت ٦ : ١٦).

ثم ينصحنا نصيحة أبوية غاية فى الأهمية حتى لا يضيع أجرنا الإلهى عن الصوم نتيجه سوء تصرفنا والمباهاة بصومنا فيقول «وأما أنت فمتى صمت فادهن رأسك واغسل وجهك لكى لا تظهر للناس صائماً بل لأبيك الذى فى الخفاء، وأبوك الذى يرى فى الخفاء يجازيك علانية» (مت ٦ : ١٧ ، ١٨).

ومعنى نصيحة الرب فى مظهرها أن يسلك الإنسان سلوكاً عادياً أثناء الصوم حتى لا يظهر صيامه عن قصد فيضيع أجره السمائى العظيم.

ولنصيحة الرب معنى آخر روحى أعمق وأعظم :

+ فغسيل الوجه يعنى تنظيفه من الغبار والأوساخ التى تلحق به ويوجد بالوجه معظم الحواس الظاهرة للإنسان، فيجب تنقية وتنظيف هذه الحواس من كل شر وشبه شر حتى يكون الصوم كاملاً وطاهرا ومقبولاً.

١- فيوجد فى الوجه حاسة النظر أى العين، فيجب علينا تصويم العين أو تنظيفها من كل نظره شريرة شهوانية حتى تكون قلوبنا نقية وأجسادنا طاهرة وأفكارنا مقدسة.

٢- يوجد فى الوجه حاسة السمع وهى الأذن، فيجب علينا تصويمها عن سماع الوشاية والنميمة والفتنة والإغراء على عمل الشر وسماع الأغانى الشيطانية المهيَّجة للشهوة، وما شاكل ذلك، ونستعملها فى وظيفتها الأساسية فى الاستماع الى أقوال الله والتلذذ بالتراتيل الروحية، والتفاهم مع الناس فى حياتنا العلمية والعملية.

٣- يوجد فى الوجه الأنف الذى هو حاسة الشم ويجب علينا تنظيفه وتصويمه عن اشتمام روائح الأطعمة اللذيذة

التى تُهيِّج فينا شهوة الطعام كما نمنعه عن اشتمام روائح العطور التى تهيج فينا الشهوة الجنسية وغير ذلك.

٤- يوجد فى الوجه الفم وبداخله اللسان الذى هو حاسة التذوّق وهو أيضاً العضو المخصص للكلام، وهذا يجب تنظيفه وتصويمه عن أكل الأطعمة الممنوعة فى الأصوام حسب قوانين الكنيسة، والأهم من ذلك أن نمنعه عن الشتيمة والحلفان والكذب والهزل والوشاية والإدانة وكلمات اللهو والتهور وغير ذلك ولنستعمله فى وظيفته الطبيعية التى هى التسبيح والصلاة لله والتكلم بالصدق والوقار مع الجميع عالمين أن كل كلمة باطلة يتكلم بها الناس سوف يعطون عنها حساباً يوم الدين.

٥- عند غسل الوجه بالضرورة يجب غسل اليدين أولاً ثم نغسل بهما الوجه، واليدان هم وسيلة أو حاسة اللمس فيجب علينا حفظ هذه الحاسة الهامة من لمس أجساد الغير بقصد نجس لأن ذلك زنا فكرى يؤدى إلى ارتكاب الزنا الفعلى كما يجب أن نمتنع عن السرقة والغش والضرب

والقتل ومن العمل فى الصناعات المحرمة وبذلك نحفظ حواسنا صائمة طاهرة حتى يكون صومنا مقبولاً.

أما قول الرب «ادهن رأسك» فيعنى نظافة الرأس ونقاوتها والرأس يوجد بها العقل والفكر، وبالعقل توجد الحواس الباطنية فى الإنسان وهذه يجب تطهيرها وتصويمها أيضاً وهى :

١- الحاسة الفكرية :

يجب حفظ الفكر من الحقد والحسد وإلحاق الأذى بالآخرين كما يجب عدم التفكير فى المجال الجسدى الذى يؤدى إلى الزنا والفجر بل علينا أن نفكر فى مراحم الله علينا وفى مجد السماويات والحياة الأبدية كما نفكر فى إصلاح أحوالنا وأعمالنا والضرورات الموضوعة علينا.

٢- الحاسة التذكرية :

يجب أن نتسامى بهذه الحاسة عن تذكُّر إساءات الغير ضدنا حتى لا نحقد عليهم ونسعى للانتقام منهم بل نتذكر خطايانا حتى نتوب عنها ليغفرها لنا الله، ومدة الصوم هى

أنسب فترة لتذكُّر الخطايا وتقديم توبة عنها لنوال الصفح والغفران.

٣- الحاسة التمييزية :

فيجب استخدام هذه الحاسة فى وضعها السليم فنميز بها النافع من الضار، والحق على الباطل والخير على الشر والطهارة على النجاسة، والكنيسة على السينما .. وهكذا والتمييز هو سيد الفضائل وربانها ويقول عنه الآباء أنه عين النفس وسراجها.

٤- الحاسة التخيلية :

لا يجب أن نترك لخيالنا الحبل على الغارب فنتخيل المواقف المثيرة للغريزة الجنسية أو لغريزة الغضب والانتقام، بل يجب علينا أن نستخدم هذه الحاسة فى تخيُّل نِعَم الملكوت والحياة الأبدية وجمال أورشليم السمائية حيث مسكن الله مع الناس فنشتاق إليها، كما نتخيل نار جهنم والدود الذى لا يموت والصراخ والعويل المرعب المنبعِث من المعذَّبين فاقدى الرجاء فى الخلاص فنبغض أعمال جهنم ونطلب من الله أن ينقذنا ويرحمنا منها.

٥- الحاسة الوهمية :

فيجب ألا نتوهم بعدم وجود الله ونشبه الجهال حسب قول الكتاب «قال الجاهل فى قلبه ليس إله» (مز ١٤ : ١) ونتوهم أنه لا يوجد دينونة أو عقاب بعد أن أوضحها لنا الكتاب المقدس فى أماكن كثيرة منه لأن مثل هذه الأوهام تجعلنا نستهتر فى حياتنا ونهلك هلاكاً أبدياً.

اخى الحبيب :

أرجوك ألا تفهم الصوم على أنه الامتناع عن بعض الأطعمة الفطارى وكفى بل ينبغى أن تتعرف على معانيه الروحية وشروطه الروحية العميقة وتحاول تنفيذها بقدر إمكانياتك حتى تصوم صوماً للرب ويشتم الرب من ذبيحة صومك رائحة الرضا والسرور.

ولعظمته الشكر الدائم إلى الأبد .. آمين.