

Coptic Orthodox Patriarchate of Alexandria

ST. MARY AND ST. MOSES COPTIC ORTHODOX CHURCH

Diocese of Mississauga and West of Canada



1334 Benjamin Avenue. Windsor, Ontario Canada. N8X 4M9

Tel: (519) 252 – 7366

Fax: (519)252 - 5936

www.windsorcopts.com

بابة / هاتور

| العدد ٨٣ |

نوفمبر ٢٠٢٢

تحت رعاية صاحب النيافة الحبر الجليل الانبا مينا ملاك ايبارشية ميسيسوجا وفانكوفر وغرب كندا

الكآبة وعلاجها

قداسة البابا شنودة الثالث



قد تحدث لك مشكلة. فتسبب لك هذه المشكلة حزنا في قلبك أو ضيقا. وهذا أيضا يحدث لجميع الناس.. ولكنك أنت بالذات. تستمر معك الكآبة مدة أطول مما تستحق. حتي يلاحظ الناس أنها ليست كآبة طبيعية! ويحاولون أن يعزوك أو يخففوا عنك. ولكنك بإصرار شديد ترفض أن تعزي. فيسأم الناس من الحديث معك ويتركوك. فتجلس في كآبة أكثر وفي انطواء وهنا أسألك: هل استفدت شيئا من كآبتك؟ هل عالجت مشكلتك وهل أراحتك نفسيا من الداخل. أم تعبت بالأكثر؟ وهل أراحتك من جهة علاقتك بالناس. أم تعقدت علاقاتك بالأكثر؟!

لا شك أنك خسرت بالكآبة أكثر مما كنت تتوقع.. وأصبحت كآبتك بسبب المشكلة. هي مشكلة أضخم من المشكلة التي اكتأبت بسببها!! وبقيت المشكلة الأولى لم تحل.. مع إضافة مشكلة الكآبة إليها. ومع ما ينتج عن ذلك من إنطواء. ومن سوء علاقة مع الناس. وخسارة الجو الهادئ الذي كنت تعيش فيه. كما أنك عرضت علي الناس نقصا فيك ما كانوا يعرفونه عنك.. وهو عجزك وعدم احتمالك للمشاكل. فلماذا كل هذا؟

كن واقعيا. وفكر في حل مشاكلك. ولا تركز علي الاكتئاب. وإن لم تجد حلا لمشكلتك. انتظر الرب.. أو احتمل وعش في واقعك.

وإن اكتأبت بحكم الطبيعة البشرية. لا تجعل هذه الكآبة تطول وتستمر. ولا تكشف نفسك هكذا أمام الناس. ولا تجعلهم ينظرون إليك في إشفاق. أو في يأس من تغيير حالتك. حاول أن تكون أقوى من المشكلة. وإن لم تستطع. حولها إلي الله الذي هو أقوى من الكل. والذي كل شيء مستطاع عنده... وبعد ذلك انسها في يدي الله. ولا تعد تفكر فيها.

هناك مشاكل كثيرة. يمكن أن تحل بالايمان والتسليم. وبالصلاة ولكن لا توجد مشكلة واحدة يمكن حلها بالكآبة إذن عليك أن تؤمن بأن الله موجود. ولا بد أن يتدخل. وأنه ضابط الكل. يري كل شيء. ولا تفوته ملاحظة شيء. وهو يعرف متاعبك أكثر مما تعرفها أنت. ويشفق عليك أكثر مما تشفق علي نفسك.. ومادام الله يهتم بك. فلا تحمل أنت هموما علي كتفيك. اتركها إلي الله.

هناك مشاكل يمكنك حلها. وهناك مشاكل أخرى حلها في تركها. أو حلها في نسيانها. وربما تكون مشكلتك- التي تبدو لك بلا حل - هي من هذا النوع.

ولكن لعلك تقول: كيف أنسي؟

كيف أنسي المشكلة. وهي لاصقة بذهني أكثر من التصاق جلدي بلحمي؟ افكر فيها كل حين: في جلوسي وفي مشي. في وجودي وحددي. وفي وجودي مع الناس. لا أفكر إلا في مشكلتي. وإن قرأت. أسرح فيها. ولا أتحدث في موضوع سواها. هي بالنسبة لي كالدنس الداخل والخارج. أحسست أو لم أحس!!.. هنا. وأقدم لك حلاً عملياً وهو:

المشغولية

اشغل نفسك باستمرار. واهرب من هذا الفكر الكئيب، لا بد أن تفتنح أن مداومة التفكير في المشكلة تضرك من كل ناحية: تضرك جسدياً وعصبياً ونفسياً. وترهقك. وتزيد المشكلة. وفي نفس الوقت لن تصل إلي حل. إذن اترك هذا التفكير المرضي. وفي صراحة قل لنفسك: كفاني تعباً من هذا التفكير الذي لم يفدني شيئاً..

إن لم تستطع. اشغل نفسك بأي شيء يبعد عنك الفكر المرهق. ومن هنا كان العمل المستمر مفيداً للذين يشكون من الكآبة. إلي أن يتعبوا من العمل. فيناموا في راحة. وتستريح أعصابهم من إرهاق الفكر لها.. كما أن العمل يشعر الإنسان بأنه قادر علي إنتاج شيء. أو قادر علي تحمل مسؤولية. فيريحه هذا نفسياً. كما تريحه ثمار عمله. وفي خلال ذلك يكون قد بَعُدَ عن الفكر..

غير أن البعض قد يرفضون العمل. أو يهربون منه. لكي يخلو عقلم مع الفكر!..

الفكر المرضي أصبح - للأسف الشديد - يشكّل أهمية كبرى في نفوسهم لا يستغنون عنها. فهم يريدون أن يفكروا في المشكلة. وأن يستمروا في هذه الدائرة المفرغة التي لا تصل إلي حل..

فإن قبلوا العمل. تكون هذه علامة صحية. تدل علي أنهم قبلوا الاستغناء عن الفكر - ولو قليلاً - في فترة العمل. وهذا حسنى جداً. مجرد قبولهم العمل. أمر مفيد. حتي لو كان ذلك تغصباً.. وتزداد حالتهم تحسناً. كلما قبلوا العمل برضي. ووجدوا فيه متعةً

وأحياناً يكون رفضهم للعمل. بحجة أن أعصابهم مرهقة. وقدرتهم الجسدية لا تمكنهم من

العمل!..

وهذه الحجة قد تكون حقيقية عند البعض إلي حدّ ما.. وقد تكون وهمية عند البعض الآخر. أو يكون وراءها عامل نفسي.. مثل شخص كلما يُعرض عليه العمل. يشعر بإعياء جسدي مفاجئ. هو ردّ فعل لرغبته الداخلية في عدم العمل.

علي أية الحالات يكون العمل حسب الطاقة. وقد يكون أيضاً عن طريق التدرج. حسبما يقدر

المكتئب. وحسبما يستجيب للعمل. ويحسن عرض أعمال عليه. يختار منها ما يشاء أو ما يناسبه..

فإن لم يقدر علي العمل اليدوي. هناك أنواع أنشطة. وألوان من التسلية والترفيهات والقراءة قد تشغله.

وهناك علاج آخر هو الموسيقي.

الموسيقي كعلاج

لا شك أن هناك أنواعاً من الموسيقي لها تأثير قوي علي النفس. ويمكنها أن تريح وأن تهدئ. وأن تُبعد عن الإنسان جو الحزن والكآبة. وتنقله إلي أجواء أخري..

ويمكن اختيار قطع الموسيقي المفيدة التي لا تضر روحياً. وفي نفس الوقت يكون لها العمق والتأثير. والقدرة علي التفاعل مع المشاعر المتألّمة. وفتح أبواب من الرجاء أمامها.. ولا أظن أن الإنسان المكتئب يرفض الموسيقي. كما أن الموسيقي ليس معناها الغناء. فهناك موسيقي عميقة لا يصاحبها غناء.. والمفروض طبعاً البعد عن الموسيقي الحزينة التي قد تُبقي المكتئب في حزنه وانطوائه.

إن الموسيقي هي علاج للنفس من الداخل. علاج للأحاسيس والمشاعر. وقد تكون أكثر تأثيراً من النصائح والعضات في كثير من الأحيان. وربما تشبهها في بعض الأوقات تراتيل وألحان معينة. علي أن البعض قد يلجأ إلي العلاج الكيميائي عن طريق العقاقير.

ولي ملاحظات علي هذا العلاج. مع مقارنته بالعلاج النفسي. ثم أيضاً بالعلاج الروحي

العلاج بالعقاقير

العلاج بالعقاقير قد يكون مقبولاً. حينما يكون المريض في حالة عصبية معينة. أو في حالة نفسية لا تقبل التفاهم ولا الحوار. أو في حالة تصميم شديد علي ما هو فيه.. فيعطونه العقاقير للتهدئة لتهدئ أعصابه. ويصبح في حالة تسمح بالعلاج النفسي.

كأن يكون هناك فكر يرهق المريض جداً. ويضغط علي أعصابه ونفسيته ضغطاً عنيفاً لا يحتمله. بل قد يطرد عنه النوم طرداً بسبب كثرة التفكير. ولذلك فهو في حالة ماسة إلي فترة من الراحة. تهدأ فيها أعصابه. وبالتالي تهدأ نفسيته. وهنا يعطونه العقاقير كمسكنات أحياناً. أو لكي ينام ويستريح من الفكر...

وهنا قد تبدو العقاقير ضرورة للمريض الهائج أو للمريض المرهق. أو للذي يرفض الاعتراف بأنه مريض.. نقول هذا مع اعترافنا بأضرار كثير من العقاقير وما تحدثه من أضرار جانبية. Side effects ولكن قد لا يجد الطبيب علاجاً غيرها في بعض الحالات الصعبة. ولكني أقول في صراحة:

لا يصح أن تكون العقاقير علاجاً دائماً. أو العلاج الوحيد. ولكن العلاج النفسي في موضوع

الكآبة أفضل منها بكثير. حين يأتي موعده..

إن المريض قد يأخذ المهدئات أو المسكنات أو المنومات. لكي يستريح من الفكر الذي يتعبه. وقد يهدأ أو ينام. ثم يصحو أو يفيق. فيجد الفكر مازال أمامه. فيأخذ قدراً آخر من العقاقير. وتكرر العملية.. وقد لا يأتي العقار بنتيجة. فتزداد الكمية المعطاة له. أو يعطونه عقاراً آخر أو عقاراً أكثر تأثيراً. أو يُستبدل المسكن بمنوم.

ومن كثرة المنومات قد يترهل جسمه. أو تضعف ذاكرته. أو يصبح في حالة "دروخة" مستمرة

ويستمر الفكر المتعب معه.

وهنا أحب أن أقول حقيقة هامة وهي:

إن العقاقير ربما تكون لعلاج النتائج. وليس لعلاج الأسباب

والأسباب هي الأفكار والمشاعر التي سببت الكآبة. وأيضاً أسباب هذه الأفكار والمشاعر. وأيضاً نوعية النفسية. ونوعية العقلية والتفكير.

ما علاقة العقاقير بكل هذا؟ وإن عالجت سبباً. ربما تتلف إلي جواره شيئاً آخر. وإن جعلت المريض ينسي فكره المرهق. ربما تؤثر علي ذاكرته بوجه عام! إن أسباب الكآبة قد يصلح لها العلاج النفساني بأسلوب أعمق. والمشكلة أن العلاج النفساني يحتاج إلي وقت وصبر.. ففي العلاج النفسي. يريد المريض أن يفرغ كل ما في داخله. ويحكي ما يتعبه. وقد يستمر في ذلك بالساعات. والطبيب ليس لديه وقت. وبخاصة إذا تعود المريض الإطالة. بحكاية قصص لا تنتهي.. وهنا قد يسأم الطبيب. ولا يستمع للأكثر. فيتوقف العلاج النفسي.

ونحن لا نلوم الطبيب. فقد يكون له عذره. وبخاصة اذا كان كلام المريض متكرراً. يعيد فيه ما تعب الطبيب في سماعه والتعليق عليه. وقد يحتج الطبيب بأن تدليل المريض لا يفيد بل قد يضره. ويشجعه علي إطالة الجلسة. أو يؤدي إلي وجود دالة بينه وبين الطبيب. فيطلبه باستمرار. وفي أوقات عمله مع آخرين. وفي أوقات راحته. لا شك أن العلاج النفساني ليس سهلاً. ويحتاج إلي صبر واحتمال. كما يحتاج أيضاً إلي حكمة. وإلي معرفة بالنفس البشرية..

فقد يري الطبيب أن شكوك المريض التي تتعبه ليست سليمة. وأن ما يقدمه من أسباب لتعبه. هو كلام مبالغ فيه. و مجرد أوهام. بينما الحقيقة عكس ذلك تماماً. ويشرح كل ذلك للشخص المكتئب. ومع ذلك يبقي مصراً علي فكره. بل ربما يشك أحياناً في الطبيب ذاته. وفي كفاءته أو إخلاصه!! إنه مرض.. لقد تحولت الكآبة من أفكار لها أسباب خارجية. إلي مرض.. وعلينا أن نبحث كل ذلك. لندخل في علاجه. بل لنقدم نوعاً آخر من العلاج هو العلاج الروحي.



حقيقة إنسانية السيد المسيح

عظة للعلامة المتنيح الأنبا غريغوريوس.

بسم الله القوى الآب والابن والروح القدس الإله الواحد آمين

الفصل الذي سمعناه الآن، يُقرأ في الأحد الثاني من الشهر الأول من السنة القبطية، مأخوذ من الأصحاح العاشر، من إنجيل معاننا لوقا وإبراء من العدد الواحد والعشرين إلى الثامن والعشرين. نتبين منه حقائق في غاية الأهمية، ورائها كلام المسيح كل حرف منه له قيمته ومعناه بإعتباره حقائق إلهية.

يبدأ هذا الفصل الذي سمعناه الآن بهذا التعبير، الذي يمكن أن يتوقف عنده الإنسان يقول: "في تلك الساعة تهلّل يسوع بالروح وقال أشكرك أيها الآب"، هذا التهليل والتهليل بالروح، ما معناه أن ينسب إلي المسيح؟

ينسب الكتاب المقدس إلى المسيح بعض الصفات الإنسانية، لأن المسيح إله متأنس، فيجتمع في شخصه بين كونه إلهاً وبين كونه إنساناً. والإنجيل يظهر منه أحياناً بعض صفاته كإله، ويظهر منه أحياناً أخرى بعض صفاته كإنسان، وأهمية هذه الصفات الأخيرة، أنها تؤكد حقيقة إنسانيته، وأنه لم يأخذ جسداً خيالياً أو مظهرياً، إنما أخذ جسداً حقيقياً، وطابعا لجسدنا أى من طبيعة جسدنا، ومن هنا فإننا نسب الكتاب المقدس للمسيح أنه تهلل بالروح، فهنا بصفته إنساناً، والتهلل هو إنفعال الفرع، لأنه بعد أن تحدث وأرسل تلاميذه، فرجعوا إليه بفرح قائلين: "هتى الشياطين تخضع لنا باسمك، فقال لهم إني رأيت الشيطان ساقطاً مثل البرق من السماء، وها أنا أعطيتكم السلطان لتدوسوا الحيات والعقارب، وكل قوة العدو ولا يصيبكم شئ، وضرر، ولكن لا تعرفوا بهذا أن الأرواح تخضع لكم، وإنما افرحوا لأن أسماءكم قد كتبت في السماوات"، هذا هو الذى لفت الأنظار إليه، أن لا يفرحوا بأن الشياطين تخضع لهم باسم الرب، وإنما بالأحرى أن أسماءهم كتبت في السماوات ...

١ - معنى أنه تهلل بالروح:

"وفي تلك الساعة تهلل يسوع بالروح"، من بعد أن فاه بهذه الكلمات، تهلل بالروح، انفعال، والإنفعال من صفاته الإنسانية، والروح هنا لأن المسيح له روح إنسانية، لأن المسيح اتخذ إنسانية كاملة، والإنسانية الكاملة تتألف من روح ومن جسد، فإذا كان إلى جانب لاهوته، له روح إنسانية، هذه الروح التى نقرأ عنها أنه أسلمها على الصليب، عند موته أسلم الروح، هذه الروح هى الروح الإنسانية، فهنا تهلل يسوع بالروح، إنفعال الفرع بالروح الإنسانية التى كانت له، وإن كان الكتاب المقدس يتكلم عن المسيح كإنسان، لكنه يرينا صورة الإنسان الكامل فى المسيح، الذى يتهلل ويفرح لا لأمر مادي، وإنما يفرح لأمر معنوي روحاني...

وهنا يبدو السمو وتبدو الرفعة، ويبدو العلو ويبدو المثل والنموذج أمام الإنسان، لأنه ترك لنا مثالا لكى نتبع خطواته، إذن هنا يرينا الكتاب المقدس صورة الإنسان الكامل فى المسيح، ما الذى يجعله بالروح يفرح، هنا التهلل بالروح، فبدلاً من أن الإنسان المنخفض روحياً، يفرح لكسب مادي، إنما الإنسان الممتاز، الإنسان العالى والإنسان الكامل، لا يفرح ولا يفرح بأمر مادي ولا يهتز بها، لا يعنيه إن وجدت أو لم توجد، أو كما قال الرسول: ليكن الذين يستخونون هذا العالم كالذين لا يستخونون، فهنا مشاعر الابلالة بالنسبة للمادية، حينما يصل الإنسان إلى مرحلة روحانية مرتفعة، لا يعود للأمر المادية أثر عميق فى نفسه، ولا يتعلق بها إذا وجدت أو إذا غابت، وهو بالنسبة لها فى حالة انعدام الوزن، لا قيمة لها إن وجدت أو لم توجد. إنما الذى يقترّب له الروحانيون، والذى يقترّب له الإنسان المرتفع روحياً هو الروحانيات ...

هنا يرينا الكتاب المقدس صورة المسيح كإنسان، لكنها صورة الإنسانية الكاملة، التى نتعلم منها أننا لا نفرح ولا نهتز طرباً، إذا كنا حقاً فى حالة روحانية مرتفعة، أما أمور المادة من طعام أو شراب أو كسب مادي من أى نوع، هذه أمور إذا وجدت أو لم توجد لا تهتز لها النفس الروحانية، إنما النفس الروحانية بالأولى تهتز لأمر سماوي، أمر روحاني يتناسب مع طبيعة الروح الإنسانية....

٢ - الصلاة عند المسيح مناجاة بينه وبين الآب:

وهنا المسيح يصلى: أشكرك أيها الآب رب السماء والأرض، المسيح إذا صلى فلا يصلى كما يصلى نحن صلاة الطلب، صلى صلاة الطلب فى بستان جثسيماني لأنه كان نيابة عن الإنسان، إنما إذا نسب الكتاب المقدس فى مواضع أخرى عن المسيح أنه يصلى، فإنما الصلاة عنده مناجاة، مناجاة بينه وبين الآب، لبيان العلاقة الروحانية والوحدة الجوهرية بينه وبين الآب. هذه الصلاة صلاحها المسيح علانية، على سمع من تلاميذه، ليتعلم التلاميذ منها، وأيضاً ليعرفوا العلاقة بينه وبين الآب، وقد كان المسيح باستمرار حريصاً على بيان هذه العلاقة بينه وبين الآب، حتى لا يُظن أن المسيح جاء ليحل محل الآب، أو ليعلن نفسه إلهاً بدلاً من الإله السماوي، فدائماً كان حريصاً على أن يربط نفسه بالآب،

وعلى أن يبين أنه مُرسل من قبل الآب، توكيداً للوحدة الجوهرية بينه وبين الآب، وحتى لا يُظن أنه يضع نفسه موضع الآب، أو أنه يريد أن يحتل الألوهة بدلاً من الآب، توكيداً لمبدأ الوحدانية، وأن هناك إله واحد وأنه لا يوجد انقسام، فإذا كان المسيح وهو يصنع أموراً لا يصنعها إنسان آخر، لا يُظن من هذا أن هناك إلهين، إنما هناك إله واحد ومن أجل هذا كان دائماً محرص المسيح، على أنه يناجي الآب على سماع من تلاميذه، ليبين أنه ليس هناك انقسام ولا تعارض ولا تناقض، ولا خصومة بينه وبين الآب، ولا أنه جاء بديلاً عن الآب، حاشاً.. إنما يناجي الآب على سماع من تلاميذه وسماع من الناس، بياناً لعلاقة الوحدانية والوحدة الجوهرية بينه وبين الآب ..

٣ - ذكاء العقل وذكاء القلب:

“أشكرك أيها الآب رب السماء والأرض، لأنك أخفيت هذا عن الحكماء والأذكيا وكشفته للأطفال. لا يُظن بهذا أن هذا الكلام فيه هجاء للذكاء الإنساني، فالذكاء موهبة، وإذا مُدح الذكاء فبالأولى أن يمدح الله الذي وهب هذا الذكاء، لأن الذكاء في الإنسان موروث، لا فضل للأذكيا لأنهم أذكيا، لأن الذكاء عطية وموهبة، أساسه ورأى، وهناك عوامل أخرى لا يد للإنسان فيها، صحيح أن الإنسان يمكنه أن يصلح ذكائه، إنما الذكاء أصلاً موهبة وعطية من الله، ولذلك لا فضل للأذكيا في ذكائهم، لذلك لا يصح للذكي أن يفتر ويحتقر غيره، لأنه لا فضل له في هذا، هذه عطية من الله..

إنما الذكاء نوعان:

هناك ذكاء العقل وهناك أيضاً ذكاء القلب، هناك أناس أذكيا بعقولهم. وهناك أناس أذكيا بقلوبهم.

الذكاء بالعقل يجعل الإنسان متفوقاً بين أقرانه من الناس، وهو الذي يجعل من الإنسان عالماً ومتفوقاً وناجحاً، هذا النبوغ الذي يمكنه من أن يخترع وأن يبتكر، وأن يفهم وأن يتقدم في المعرفة الإنسانية، والعلوم والفلسفة والحكمة البشرية، هذا هو الذكاء العقلي، والأذكيا في الناس كالعلماء والأساتذة والمتفوقين والمبرزين، في مختلف نواحي العلم والمعرفة البشرية، ولكن يمكن أن يكون الإنسان منم ذكياً بهذا المعنى وغيباً روحياً..

البصيرة لها ذكاءها، هناك بشر لهم بصيرة، والبصيرة هي رؤية القلب، فهناك أناس أذكيا بعقولهم لكنهم أغبياء روحياً، لا تتعجبوا من هذا، لو تأملت تصرفات الناس تجدون فعلاً أن هناك أذكيا بالعقل، ولكن هناك أيضاً أذكيا بالقلب، ويمكن للإنسان أن يجمع بين الذكاءين، ولكن يمكن أيضاً أن نجد أناساً أذكيا بعقولهم وليسوا أذكيا بقلوبهم، ويمكن أن نجد أناساً أذكيا بقلوبهم وليسوا في درجة عالية من الذكاء العقلي. هؤلاء الذين يأخذون العلم من الله، وهؤلاء لهم شفافية روحية ويرون بقلوبهم ما لا تراه عيونهم، فأى الذكاءين يُفضّل الواحد منا؟ هذا لا يتعارض مع ذلك..

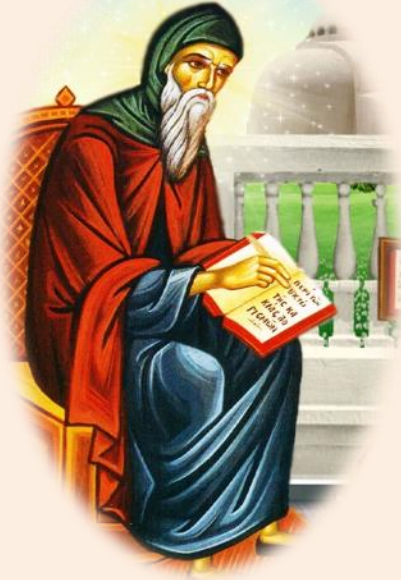
لكن هنا المسيح يكشف عن هذا الفارق فيقول: أشكرك أيها الآب رب السماء والأرض، لأنك أخفيت هذا عن الحكماء والأذكيا، وكشفته للأطفال. فهنا الحكماء والأذكيا هم الحكماء والأذكيا بعقولهم. هم أذكيا لكن فاتهم عليهم أشياء أدركها الأطفال، وهنا تفرقة حاسمة، فاتهم على الأذكيا والفهماء والحكماء أمور تنبه لها الأطفال، وهذا ممكن وسجدت، والمسيح بهذا ينبه لهذه التفرقة الموجودة في عالنا، بين أذكيا وحكماء من جهة عقولهم، وبين بشر يعدون بالنسبة لهؤلاء أطفال بالعقل، لكن هناك أيضاً أناس أذكيا وفهماء وحكماء بالروحانية، بالعلم الإلهي، وهذا هو الذي يشير إليه "ويكون الجميع متعلمين من الله" (يو: 6: 45)

إذن هناك ما يُسمى بالعلم الذي من الله، العلم الذي من لدن الله، وأما أنتم فلنكم مسمحة مقدسة، وتعلمون كل شيء، ولستم في حاجة أن يعلمكم أحد، "بل كما تعلمكم هذه المسمحة نفسها عن كل شيء، وهي حق وليست كذباً" (1. يو 2: 27، عب 5: 12) وبهذا يكشف لنا الكتاب المقدس، عن نوع من العلم غير العلم الذي نتلقاه في المدارس وفي الكتب، وعن طريق الأساتذة، وعن طريق أعمال العقل البشري المادي المحدود، في ظواهر الكون، هذا علمٌ وأيضاً تعتبر أصوله من الله، لأن الله هو الذي أعطى هذا العقل، لكن هناك علم آخر ينبغي أن لا نغفل الإهتمام به أو النظر إليه، يكشف عنه المسيح وهو علم من الله، ويقول هنا أن الحكماء والأذكىاء خفيت عنهم أمور أدرکها الأطفال، هذه التفرقة بين المعرفة العقلية البحتة، التي هي من فرط المواهب الطبيعية، وبين الحكمة التي هي تأتي من فوق الطبيعة، التي تأتي من الله مباشرة، إذا كان الإنسان مستحقاً أن يتلقى هذه المعرفة، إذا كان حقاً يصلح أن يكون وسيطاً. إذا كان حقاً يصلح أن يكون واطة جيدة التوصيل لهذا العلم، الذي يأتي من فوق والذي هو فوق الطبيعة..

أشكرك أيها الأب رب السماء والأرض، لأنك أخفيت هذا عن الحكماء والأذكىاء بعقولهم، ويقصد حكماء العالم الذين يراهم الناس حكماء، وأذكىاء، ومبرزون، وبين آخرين ممن يحسبون أنهم في نظر الناس أطفال في المعرفة، ولكن قد يكشف لهؤلاء الأطفال كسوف روحانية، لا تكشف لهؤلاء الحكماء والفهماء، حتى لا يفتخر الناس ويخمدون ويتصلفون بالذكاء المادي، ويحتقرون غيرهم كما لو كانوا قد ملكوا زمام المعرفة، لا.. هناك طريق آخر للذين لم يوهبوا ذكاءً بالوراثة، أو بالقراءة والنسج العلمي، هناك طريق آخر يعوضهم ما فقدوه بالوراثة، أو بعوامل لا دخل لهم فيها كالفقر وما إليه، وهنا عدل عند الله أنه لا يترك إنساناً بغير سلاح، فإن كان واحد قد حرم من جرة، فالله يفتح أمامه الطريق ليعوضه بطريقة أخرى، ما فقدته مما ليس له فيه دخل، فبهذه الطريقة الله يبدو عادلاً، من جرة لكى لا يجعل الإنسان الذكى يفتخر ويتصلف، ويتكبر ويصير من العتاة الجبارة بل يحتقر غيره، ومن جرة أخرى لكى لا يجعل هذا الإنسان المحروم من العلم والمعرفة، مهملًا متروكًا يائسًا بلا أمل ولا رجاء، فيوجد له الرجاء ويفتح له الطريق، ويبين له أنه في مقدوره أن يعوضه، عما كان له من حرمان بطريق آخر وبعبطية فوق الطبيعة...

وهنا يظهر العدل الإلهي أن كل إنسان لا يظن أنه متروك، وأنه مهمل أو يتولاه اليأس، ويقول قد أغلق الباب في طريقي، وأنه لا أمل لي ولا رجاء في شيء، وأننى سأضيع في الزحام مع الآخرين المتفوقين البارزين، هنا يفتح الطريق أمامه بأن هناك رجاءاً، لأن هناك مدخلاً يمكن عن طريق هذا المدخل، أن يتفوق على غيره من أصحاب الدرجات العلمية، ومن الأذكىاء والحكماء أمام الناس...

(البقية العدد القادم ان أحيانا الله وعشنا)



قدیس العدد

"انظروا إلى نهاية سيرتهم؛ فتمثلوا بإيمانهم" (عب 13: 7)

القدیس الأنبا یوحنا أسقف البرلس

القدیس الأنبا یوحنا أسقف البرلس (البرلس: مدينة بشمال الدلتا على ساحل البحر الأبيض المتوسط) - جامع السنكسار. وُلِدَ هذا القدیس من أب كاهن تقي وأم فاضلة فريته وهذباه بالآداب المسيحية. ولما تثنَّج والداه أخذ ما تركاه له وبنى فندقاً للغرباء والمرضى وكان يخدمهم بنفسه، واتفق مرور أحد الرهبان على ذلك المكان، فشاهد هذا العمل الحسن وأثنى عليه، ثم حدثه

عن الرهينة وعظمتها وسموها، فمال قلبه إليها. وفي الحال باع كل ماله ووزعه على الفقراء والمساكين وذهب إلى برية شيهيت المقدسة حيث ألبسه الأنا دانيال قميص البرية إسكيم الرهينة، فسلك في سيرة فاضلة واشتهر بكثرة النسك وحسن العبادة. فسدت الشياطين على ذلك وضربوه ضرباً مبرحاً رقد على أثره مدة من الزمان. بعد ذلك شفاه السيد المسيح ونصره على عروبهم.

ولكثرة فضائله وعلمه وتقواه سموه أسقفاً على البرلس، فقاوم المتبرعين وردد كثيرين منهم إلى الإيمان المستقيم. وكان إذا صعد إلى الهيكل ليقوم بخدمة القديس الإلهي، يستنير وجهه وتنهمر دموعه لأنه كان ينظر الطغيمات السماوية حول المنبج. وحدث في ثلاث مرات أنه كلما وضع إصبعه في الكأس للرسم يجدها كئنا تتقد.

وقد جمع هذا القديس في حياته كتاب الستسار وأكل هذا العمل بعده الأنا بطرس الجميل أسقف طليج والأنا ميخائيل أسقف أتريب. ولا أراد الرب أن يريجه من أتعاب هذا العالم، أرسل إليه القديسان أنطونيوس وكاربيوس ليعرفاه بيوم انتقاله، فدعا شعبه وأوصاهم وصايا نافعة لحياتهم، ثم تنيح بسلام.

بركة صلواته فلنكن معنا، ولربنا المجد دائماً آمين.

هن أقوال الآباء :

- ❖ ان اصطحى مع ذاتك بطلع معك السماء والأرض..... مارا سمح السرياني
- ❖ أن الصوم الحقيقي هو سجن الزنائل ، أعني ضبط اللسان ، وأمسك الفم وقهر الشهوات القديس باسيليوس
- ❖ الذي يصوم عن الغناء ، ولا يصوم قلبه عن الخلق والمقد ، ولسانه ينطق بالأباطيل فصومه باطل ، لأن صوم اللسان أخير من صوم الفم ، وصوب القلب أخير من الإبتين..... مارا سمح السرياني

- ❖ الصوم بدون صلاة وانضاع يشبه نسرأ مكسور الجناحين..... القديس كاريوس الكبير

سؤال وجواب :

كيف أشعر أن الله يهتم بي ، أن كنت أصلي ولا استجابة ؟

سؤال

المفروض في الصلاة ، توافر خشوع الجسد و الروح .

أما خشوع الجسد فيتمثل في الوقفة المنتصبه ، والأيدي المرتفعة إلي فوق ، والسجود و

الجواب

أحياناً ، علي شرط ألا يكون هذا لمجرد الاسترخاء كما يفعل البعض ... كذلك يتمثل الخشوع في ضبط الحواس ، فلا ينشغل البصر أو السمع في شئ أثناء الصلاة ... ويتمثل الخشوع في ضبط الفكر ،

فلا يطيش خارج الصلاة في موضوعات أخرى . كذلك في مشاعر القلب الداخلية من مهابة واحترام لله الذي يقف المصلي أمامه .

ولكن حيث لا يتوافر خشوع الجسد ، يبقى خشوع الروح .

مثال ذلك الذي يصلي وهو مريض يرقد علي فراشه ، أو الذي يصلي وهو علي فراشه قبيل النوم مباشرة ، بعد صلاته الخاشعة أمام الله . أو الذي يصلي في طرق المواصلات ، وهو جالس علي مقعده في الطائرة أو في سيارته أو في الأتوبيس أو القطار ، ولكن عقله منشغل بالصلاة وقلبه مرتفع إلي الله . أو الذي يصلي وهو جالس مع الناس ، أو وهو سائر في الطريق ، أو وهو واقف في مكان ما ... هؤلاء جميعاً عليهم أن يحتفظوا بخشوع الروح في مشاعر القلب و الفكر ...

الخطأ أن الإنسان يتهاون بإرادته في خشوع الجسد .

أما إن كان مضطراً إلي ذلك كالأحوال التي ذكرناها ، فلا لوم عليه . لأن الله يعرف حالة القلب ...

كل صلاة توافق مشيئة الله مستجابة . فإن شعرت أن صلاتك لم صلاتك لم تستجب ، فلا بد

١ - من الجائز أن الله يعد لك خيراً أفضل مما تطلب .

٢ - أو أن الله سيستجيب طلبك ، ولكن في الوقت المناسب حسب حكمته . فلا تستعجل ولا تقلق ، إنما آمن واستجابته .

٣ - تحتاج أيضاً أن تتعود انتظار الرب ، كما انتظر أبونا إبراهيم وأعطاه الرب نسلأ في الحين الحسن ، وكما أعطي زكريا و اليصابات .

٤ - ومن الجائز أن ما تطلبه ليس مفيداً لك ، أو ليس مفيداً الآن . إن الله يعطيك ما ينفعك ، وليس حرفية ما تطلبه .

٥ - أو قد توجد خطية معينة تعوق استجابة صلاتك .

طلبة وصلاة:

(للك الرحات البيا شورة الثالث)

إن كنت أنا لست جادا فيما يتعلمون بخلاص نفسي يكفي أنك يا رب جاد في تخليص هذه النفس إن كان خلاص نفسي لا تقوى عليه إرادتي .. فلا شك أن نعمتك تقوى وتقدر .. إن كنت أنا بفساد طبيعتي لا أريد الحياة معك . يكفي أنك تريد أن أحياء معك وإرادتك تفعل كل شئ

إن تركتني يا رب إلى إرادتي وإلى ضعفي فسوف أضع . اعتبرني مريضاً لا يقوى على شفاء نفسه ولا يقوى حتى على الذهاب إلى الطبيب وقل كلمة فتبرأ نفسي ساعطني يا رب إن كنت أصلي بدون حرارة فأنا أصلي بالفراغ الذي في قلبي وأنت الذي تعطيني الحرارة . أنت الذي تسكب نارك المقدسة في قلبي . فذ صلاتي كما هي بنقصها فالأمور لا تبدأ كاملة والكمال هم من عندك بقوتك وبركتك وروحك القدوس

سأصير في الصورة التي تريد هالي بقيادتك أنت تمسك يدي وتقودني خطوة خطوة كما تقود طفلا صغيرا يتعلم المشي لا أتركك حتى أسعر أنك قبلتني إليك وأرجعتني إليك وإلى محبتك . قال مار اسحق: إن الذي يظن أن هناك طريقا آخر للتوبة غير الصلاة هو مخدوع من الشياطين لست أريد فقط أن تغفر لي خطيئتي إنما أريد أن تنزع من قلبي كل محبة للخطية على الإطلاق.
ها أنا أتيك بخطيئتي كما أنا. وأنت الذي تنزعها مني لو كنت أقدر أن أترك محبة الخطية لرجعت إليك منذ زمان فخلصني أنت منها لتقودني في موكب نصرتك إنزع محبتها من قلبي وانزع سيطرتها من إرادتي. آمين

آية العدد:

طوبى لمن إله يعقوب معينه ورجاؤه على الرب إلهه. مز ١٤٦: ٥

تحتفل الكنيسة هذا الشهر ب:

- ❖ إستههاد القديس لوقا الإنجيلي (٢٢ بابة) ١ نوفمبر
 - ❖ تكريس كنيسة الشهيد يوليوس الأقرصي كاتب سير الشهداء (٢٥ بابة) ٤ نوفمبر
 - ❖ القرعة الهيكلية تختار قداة البابا تواضروس بابا الكنيسة القبطية (٢٥ بابة) ٤ نوفمبر
 - ❖ تذكار أعياد البشارة واليولاد والقيامة (٢٩ بابة) ٨ نوفمبر
 - ❖ ظهور رأس مار مرقس الرسول وتكريس كنيسته (٣٠ بابة) ٩ نوفمبر
 - ❖ نقل جسد الأمير تادرس الي بلد شاطبي (٥ هاتور) ١٤ نوفمبر
 - ❖ بدء تلقب بطيريك الإسكندرية ببابا الإسكندرية سنة ٢٣٢م (٥ هاتور) ١٤ نوفمبر
 - ❖ اجتماع مجمع نيقية للمسكوني الأول سنة ٣٢٥ م (٩ هاتور) ١٨ نوفمبر
 - ❖ التذكار الشهري لرئيس الملائكة الجليل ميخائيل (١٢ هاتور) ٢١ نوفمبر
 - ❖ التذكار الشهري لرئيس الملائكة الجليل جبرائيل (١٣ هاتور) ٢٢ نوفمبر
- نوفمبر
- ❖ تذكار استشهاده القديس مارينا العجايبى (١٥ هاتور) ٢٤ نوفمبر
 - ❖ بدء صوم اليولاد (٢٥ نوفمبر) ٢٥ نوفمبر
 - ❖ إستههاد القديس فيلبس الرسول (٢٦ هاتور) ٢٦ نوفمبر

❖ التذكار الشهري لوادة الاله (٢١ هاتور) ٣٠ نوفمبر

خدمات الكنيسة:

- ❖ عاي سايت الكنيسة المذكور باصفحة الاولي
- ❖ عنوان البث المباشر والفيديو على يوتيوب في اللينك التالي:

https://www.youtube.com/channel/UC_MI2B3NKLi1Y8P3nQR5Amw/live