

نصائح روحانية  
من أقوال الأب الفديس اشعياء

يوسف حبيب

عليه حبيب يوسف

نصائح روحانية  
من أقوال الأب الفديس اشعياء

Les Vies, des Pères des Déserts d'Orient مترجم من

par le rév. père Marin Michel - Ange  
Arignon 1761

## مقدمة

وجدنا في مجموعة Benoit Aniane هذه الأقوال  
الروحانية . وكان قصد القديس اشعيا تقديمها للرهبان الشبان .  
ولما لها من جليل النفع لسائر السائر في طريق الرب الذين  
يحيون حسب المسيح رأينا ابرازها في هذا الثوب القشيب بهذا  
الترتيب البديع فتعم فائدتها . ويجدر بكل مؤمن أن ينقشها  
على لوح قلبه ويعملها عصابة بين عينيه فيفوز بحفظه الوصايا  
المقدسة . ولو أن الصالح الواردة في هذا الكتاب تخص الرهبان  
الشبان إلا أنها تعطينا فكرة عن اهتمام آباء البرية بالإرشاد الذي  
بدرته لا نستقيم الرهينة .

† † †

لا يمكن على وجه التحقيق أن نعرف الكثير عن القديس اشعيا ، لكننا نميزه عن اشعيا المتوحد في تريبا أخى « بايز ، Paëso . وهو أيضاً أقدم من اشعيا الذى أنتشر القديس انبا يمين في طريقة محاربة التجارب ؛ وأقدم أيضاً من اشعيا الذى ذكره الانبا « اشيل » Achille .

اما عن مكان اقامته الاصلى ، فإن « بولنو ، Bulteau يعتقد أنه سكن في مصر بالصعيد . ومع ذلك فهو يذكره مع متوحدي شبيت ( الإسيط ) Scété ؛ ويرى « تيموند » Tillemond ان القديس اقام في هذه الصحراء . والمرجح انه عاش هناك ، وكان ضمن آباء القرن الرابع الممتازين في الارشاد .

وليس من شك في أن الانبا اشعيا كما ذكر « كوتليه » Coteller وكما يبدو من أسلوبه وعمق تفكيره ان افة قد اعطاه موهبة خاصة لتدريب الرهبان الشباب والراغبين في طريق الرب على السيرة الجديرة بطريقتهم . فكان يقول انه بالنسبة للرهبان المبتدئين لا يوجد شيء أنفع لهم من التدريبات على التواضع .

فكما نرى أن الحجرة التى نسقيها بانتظام كل يوم تنمو ،

كذلك نرى الراهب الجديد ينمو في الفضيلة إذا كنا نعلمه التواضع فينضج بصبر .

ويقول أيضاً : « تذكروا يا اخوتي أن الصبغة الاولى التى تأخذها لا تمحى ابداً . . وكان يضيف أيضاً : « أن الرهبان الجدد الذين يخضعون بسهولة تحت نير العاغة ، هم مثل اغصان شجرة صغيرة ، فهى لا تزال لينة يمكن ثنيها كما نريد . .

وعندما يتكلم عن الرهبان الشباب الذين ينتقلون باستخفاف من دير إلى آخر ، يشبههم بالحيوان الذى توضع كامة على فيه فيتحرك مضطرباً في كل اتجاه .

وعرف عن القديس اشعيا انه كان متحسفاً جداً في ما كلفه وروى انه في يوم دعا اخاً عنده ، ففعل رجليه ، ثم أعد له عدساً ، وإذ قال له هذا الاخ ان العدس لم يكن ناضجاً بكفاية رد عليه انه يكفي الراهب أن يهتم العدس النار قليلاً لكي يعتبره طعاماً لذيقاً .

وسألوه ما هو البخل ، وتحقير اعمال الغير ، والحسد ، والغضب . فرد أن البخل هو نقص في الثقة باقه ، كالوكان لا يعنى

بنا مطلقاً : وأنه يتضمن اليأس من مواعيد الله ، والبحث عن  
الراحة على الأرض .

وكان يقول أن تحقير اعمال الغير والحسد هي الآتي يعترف  
الإنسان بالنجيد الواجب لله .

وكان يقول أخيراً عن الغضب أنه منازعة ، وكذب ،  
وجمـل .

ولو أن هذه ليست التعريف الحقيقي لهذه الرذائل ، الا أننا  
نلاحظ انه كان يفسرها بمبادئها وبآثارها في الإنسان .

ومن أقواله أن الله أحياناً إذ يريد أن يرحم نفساً تقارم  
حركة النعمة لتتبع إرادتها ، يسمح أن تصير هذه النفس في الحالة  
التي تكرهها بالأكثر ، حتى تضطر للرجوع إليه لتخدمه  
بأكثر امانة .

وأراد مرة ان يعلم الاخوة ماذا يجب أن يتوقعوا من الله  
ان لم يسكنوا اماناً في خدمته . فتقدم في حضورهم داخل الأرض  
حيث تضرب الغلال إلى المزارع ورجا أن يعطى نصيبه . فقال  
له صاحب الغلال : « هل حضرت الحصاد يا أباي ؟ » .

فرد اشعياء : « لا . » .

فقال له : « كيف تريد إذن أن تأخذ نصيباً من غلاتي بينما  
لم تحصد ؟ » .

فرد الابنا اشعياء : « حقاً اذن ، ان لم يحصد المرء  
لا يأخذ شيئاً ؟ » .

فقال المزارع : « نعم بلاشك . » .

وعند ذلك انسحب وذهب إلى الاخوة الذين كانوا يراقبون  
من بعيد . ولما انضم إليهم رجوه أن يقول لهم لماذا طلبت مني  
هذا الطلب .

فرد عليهم قائلاً : « إنما فعلت هذا لكي تتعلموا أنه كما أن  
المزارع لا يعطى شيئاً لمن لم يعملوا ، فكذلك الله أيضاً ان يثيب  
أولئك الذين لم يصنعوا شيئاً لخدمته .

ويروي أيضاً أنه في إحدى مواعيد الاطاني ( أي مواعيد المحبة  
التي كانت تقام في القديم ) التي كانت معدة لبعض الرهبان في  
« بيلوز » ( بورسميد ) Peluse لاحظ كاهن الكنيسة أن بعضاً  
منهم يتحدثون معاً بحرية في غير تهييب ، الامر الذي لا يليق بإمكان  
مقدس ، فقال لهم : « اصمتوا يا اخوتي ، وتمثلوا بأحد المتوحدين

الموجود بينكم يأكل ويشرب مثلكم، ولكنني مع ذلك أرى صلاحه  
ترتفع أمام الله مثل لهيب نار .

توجد مقالات كثيرة منسوبة لابا اشعيا ، ويؤكد  
« بلارمين ، Bellarmin أنها مقالات نافعة جداً للذين يتوقون  
إلى السكال . ونكتفي هنا بذكر النصائح الروحانية التي وجدناها  
وقد دونها الكاتب كما لو كان يتحدث إلى شخص معين ؛ قال :

« يا أخى العزيز ، بما أنك سعدت بالانسحاب من العالم  
لكي تترك نفسك كلية لخدمة الله ، فانبغ تدريب التوبة لكي  
تعال مغفرة خطاياك ، وكن أميناً لواجبات الطريق الذي اخترته .  
لا تنصت إلى الأفكار التي قد يزرعها الشيطان في عقلك لكي  
يبعدك عن طريقك ، ولا سبياً إذا جرب أن يلقبك في سرايب  
الحزن والتخاذل حتى تعتقد أن خطاياك لم تغفر لك ؛ لكن  
اجتهد أن تمارس عملياً النصائح الروحانية الآتية :

١  
انظر ألا توجد على نفس المائدة مع السيدات ، ولا تكن  
لك ألفة مع الأطفال ؛ وحينما تخلع ملابسك لا تنظر أبداً إلى  
جسديك .

٢  
لا تكن جباناً مهملاً في الصلاة ، خشية أن يقبلك العدو ؛  
لكن كن منتهياً لمعنى المزامير ؛ لأنك بتأملك في هذه التراثيل  
الإلهية تجد القوة لتتجنب الخطية .

٣  
احبب العمل والتعب لكي تقمع أهـواك . لا تغتر  
أبداً في نفسك ، وكن في انسحاق مقدس وأنت متفكر في  
خطاياك .

٤  
اياك أن تغير الحق ؛ لأن الكذب ينق عفاة الله من القلب ؛  
ولا تتكلم عن الخير الذي تكون قد صنعت ، خشية أن يخطفه  
منك شيطان المجد الباطل .

اكتشف أمراض نفسك الروحية امام رؤسائك ، لكي  
تجد في نصحهم الخلاصية الادوية الكفيلة بشفائك منها واعترف  
دواما للكاهن .

لا تهمل عملك ، واحمل نفسك عليه ولا تركز إلى الكسل .  
وسوف يبارك الله امامتك في ذلك وسياتي في قلبك مخافته  
لخلاصك .

إذا رايت اعماك يسقط في خطية ما ، فلا تحتقره  
في قلبك لذلك ؛ لانك يمكن أن تسقط مثله في أيدي اعداء  
خلاصك .

لا تناقش أحدا لكي تدافع عن شعورك ؛ لانك بذلك تسقط  
في غلطات أخرى كثيرة .

احبب أن تمارس التواضع ولا تنسب برأيك . بل عود  
نفسك أن تقول : اغفر لي ، اخطأت ، وسوف تكتسب  
فضيلة التواضع العظيمة .

عندما تصير وحدك في قلابتك ، اشغل نفسك إما بالصلاة  
أو بتأمل المزامير أو بعمل اليدين .

اعتبر نفسك في هذا العالم كما لو كانت حياتك تنتهي اليوم  
الحاضر ففي ذلك طريقة قوية تحريك عن الخطية .

حارب الشراهة ، خشية أن تسقط في عادتك الأولى إذا  
تبعث التهم الذي يأتي عنها . اجتهد في العمل بحماس ؛ راجع في  
ذهك تراثيل داود المقدسة : هذه هي الطريقة السليمة لحفظ  
نفسك في سلام القلب .

في صلواتك تركّ مشاعر الندامة بدموعك وبأينتك الداخل؛  
وبذلك تجلب على نفسك رحمة الرب الذي سوف ينزع عنك  
الإنسان العتيق ويلبسك الجديد .

تأكد أن العمل ، والفقر الاختياري ، والتجرد عن العالم ،  
والآلم ، والصمت تصنع فينا التواضع الذي يجعلنا نسال من الله  
مغفرة الخطايا .

فاذا أردت ان تعرف ما هو التواضع ، فهو أن تعرف  
خطية نفسك ، والاتّ تشبث برأيك الذاتي كثيراً ، وان تجاهد  
بشجاعة ضد الميول الشريرة ، وان تكون حينك دائماً متجهتين  
صوب الأرض في وداعة ، فتتحمل بصبر الإهانات وأنعاب  
العمل ، وتمكره التكريم والراحة ، لتكون دائماً على استعداد  
ان تقول انك مخطئ . وتطلب المغفرة ؛ فهذا التواضع نصيب  
أقوى من كل أعداء نفسك وتجعلهم يهربون .

احتفظ لنفسك بالانسحاق والندامة ؛ ولكن حينها يحضر  
إليك الإخوة لزيارتك ، فاستقبلهم مظهراً الفرح في الرب ؛ فهو  
ان يعطى فيك مخافة الرب ، بل بالعكس يثبتك فيها .

عندما تضطر للخروج مع إخوة آخرين ، فكن متنبهاً قليلاً  
حتى تحافظ بالأكثر على الصمت ، لا تترك عينيك تنبه في النظر  
في كل جانب ؛ بل تفكر بأفكار مقدسة ، إما بتأملك في المزامير  
أو بالصلاة . وعندما تدخل بيتاً ، فلا تقدم نفسك أولاً للذين  
فيه بأساليب ظاهرة ؛ بل احفظ نفسك في وداعة وحرص ،  
ولا تدفع بشرافة إلى ما يقدمونه لك إذا قدموا لك شيئاً ؛ بل  
هم يدعونك .

لا تنم أبداً مع شخص آخر في نفس السرير ، ولا يفوتك  
قبل النوم أن تقول صلاة طوبئة ، حتى ولو كنت متعباً  
من الطريق .



لا تقبل أن يدهن جسدك بزيت ، إلا إذا كنت في حالة  
مرض خطير .

عندما تجلس على المائدة مع الإخوة ، لا تأكل بشرافة  
لكي تشبع حاسة الذوق ؛ لا تضع يدك إلا على ما هو أمامك ؛  
واجلس بوداعة ؛ لا تنظر إلى ما يأكله الآخرون ؛ وعندما  
تشرّب ماء ، فلا تفعل ذلك بشرافة ولا تحدث ضجيجاً .

إذا كنت جالساً مع الإخوة ، واضطرت أن تبصق ، فقم  
وافعل ذلك جانباً . ولا تتمدد وتزحم الآخريّن كأنك تستريح ،  
ولا تتأدّب بعدم لياقة .

لا تضحك بصوت مرتفع ؛ فإن ذلك يبين أنك بعيد عن  
مخافة الرب .

لا تفتنه إبدأ ما يملكه الآخرون ؛ وعندما تنقل كتباً ،  
لا تتفخر بأن تضع فيها زيادة من جانبك .

إذا أخطأت ، فلا تكذب لكي تخفي خطيئتك ، بل لا تستحي  
من الاعتراف بها ؛ فاركع واعترف بخطيئتك واطلب المغفرة  
وسوف يغفر لك بدون تعب وتقدم للكاهن بلا تردد .

إذا طابك أحد على خطية ولم تكن مذنباً ، فلا تغضب ؛  
بل بالحري مواضع وقل له : « أرجوك أن تسامحني واني أعدك  
بأنى سوف اصالح نفسي » .

لا تعنى نفسك بسبب الحياء الباطل من أن تناجس إلى أيك  
الروحي لكي تأخذ منه النصح في شدائدك .

إذا قرع أخ باب قلايتك بينما أنت منشغل في عمالك ،  
فأترك فوراً عمالك لكي ترد عليه ، وتسكن مرضاته مفضلة لديك  
على مرضاة نفسك .

لا تعتمد إلى التسلية بالكلام أو بالاستماع مما يفعله  
الآخرون ، ان لم تسكن لذلك ضرورة .

إذا أرسلك رئيسك خارج الدير ، فسله قبل أن تخرج ان  
يجربك كيف تتصرف . ونفذ بأمانة ما يمينه لك . اسهر على  
عينيك وعلى اذنيك ؛ وهذا السهر كفيلاً بأن يمنحك من أن  
تزل بلسانك .

إذا كنت تسكن في قلاية واحدة مع أخ آخر ، فاعتبر  
نفسك غريباً عنه ، ولا ترتبط به بمحبة طبيعية . لا تعط لنفسك  
الحرية ان تأمره ؛ لا تنظر إلى نفسك كأنك أعلى منه ؛ ولا  
تتصرف معه بألفة كثيرة . إذا طالبك بأن تفعل شيئاً لا تريده ،

فضع من قلبك ، خشية أن تعزبه برفضك ، وليكن ذلك غذاء  
للحبة بينك وبينه ، وتأكد أن الاصلح امام الله هو الذي  
يتضع ويطيع .

إذا طلب الاخ الذي يسكن معك أن تعد طعاماً ، فاطلب  
عنه أولاً ما يرغب فيه ، فإذا ترك ذلك لاختيارك ، فأعد ما يكون  
عندك في مخافة الرب .

عندما تستيقظ وتقوم ، ابدأ بالصلاة العقلية قبل أي شيء  
آخر ، ثم بعد ذلك اجتهد في العمل وأفعل ذلك بقلب نقي .

اذهب لاستقبال من يحضر إليك بفرح ومحبة قلبية ؛ حيثه  
بهشاشة ، خشية أن ينسحب بجزن وألم إذا قصرت في استقباله .  
ومع ذلك فلا تدفع معه من البداية في كلمات باطلة ؛ بل ادعه  
للصلاة معك ، ثم اجلسه ، وسله عن حاله ، وقدم له كتاباً  
ليقرأ ؛ وإذا كان متعباً من الطريق ، فاغسل رجله وارتكبه  
يستريح . فإذا كان أخ يريد أن يدخل معك في احاديث لا نفع

فيها ، قتل له بوداعة : اغفر لي يا أخى ، فأنا ضعيف ،  
والأحاديث غير النافعة تضرنى . إذا لاحظت ان ملابسك مزرقة ،  
فارتقها له ، وإذا كانت قدرة فاغسلها له ؛ هكذا ينبغي أن تصنع  
مع الذين يأتون لزيارتنا .

لكن ان كان يأتيك مقشرد ، وكنت حينئذ مع رهبان  
قديسين ، فلا تدخله عندهم ، لكن فقط لإحسن إليه ثم امصرفه .  
وإذا تقدم إليك فقير ، فلا تحزنه برفضك التصدق عليه ، بل  
اعطه ما تكون العناية الإلهية قد أرسلته اليك .

٣٣

إذا وضع اخ شيئاً في قلبك بصفة امانة فلا تفحصه جيداً  
في الاستطلاع ان لم يكن صاحبه حاضراً .

٣٤

إذا تركك اخ في قلبه وخرج لأمراً ما ، فلا تسأل نفسك  
بالنظر إلى ما يوجد فيها ؛ بل اطلب منه قبل ان يخرج عملاً  
تتشغل فيه أثناء غيابه ، وأتمن كل ما يعينه لك .

٣٥

لا تفصل بين واهمال ؛ لشلا بدلا من أن ترضى الله بعمل  
نفسك مذنباً . في أثناء الصلاة تكون في حضرة الله بخوف  
وإجلال . لا تتوكأ على الحائط ؛ بل احمل نفسك على رجلك  
فقط . ارفض الأفكار غير النافعة وكل تفكير في الأمور الجسدية ،  
حتى تكون صلاتك مقبولة لدى الله .

٣٦

كن أيضاً منصتاً لله حينما تحضر القداس الإلهي . اسهر على  
افسارك وعلى حواسك . كن في شعور الاجلال والعبادة امام  
الرب ، واجعل نفسك بذلك مستحقاً لشركه جسده المقدس ودمه  
الكريم ، لتنال منه شفاء أو جاع نفسك .

٣٧

ما دمت شاباً فلا ترتد سوى الملابس اللائقة ، وافعل كذلك  
إلى أن يلزمك السن الكبير أن تلبس ملابس أفضل عن طريق  
الضرورة .

حينما تكون في الطريق مع من هو أقدم منك ، فلا تسر امامه . وإذا كنت جالساً مع من هو أقدم منك ، فقام ليكلم آخرين ، فلا تظل جالساً ، بل قف امامه إلى أن يطلب إليك الجلوس ثانية .

حينما تدخل مدينة أو قرية ، اجعل عينيك دائماً إلى أسفل، خشية أن تعود الأشياء التي تراها إلى ذاكرتك عندما تعود إلى قلايتك فتكون لك موضوع تجربة .

لا تلم في مكان نخشى فيه أن تكون معرضاً لافكار شريرة . وايضاً لا تنظر في مواجهة إلى الجنس الآخر ؛ ولا ايضاً إلى تياجهن ان امكنك .

إذا كنت مسافراً مع شيخ ، فلا تجعله يحمل شيئاً ؛ بل اخذ على عاتقك أنت نفسك أن تحمله . وإذا كنتم كثيرين ،

وكانت هناك أشياء كثيرة لتحملونها ، فليحمل كل واحد منكم نصيبه . وان لم يكن هناك سوى القليل ، فليحمسه كل واحد بدوره . ولوقت متساو ؛ ولكن يجب أن يسير من يحمل أو من كان اضعفكم دائماً في المقدمة ، حتى إذا احتاج إلى الراحة ، يقف الآخرون وراءه .

حينما تستشير شيئاً عما يجري في داخلك ، فافعل ذلك ببساطة وبقلب مفتوح ، وكأنتك مقتنع أنك فيه ثقة الا يفشى السر الذي يجب عليه حفظه . ولكن حينما تخاطب اباً لكي تأخذ منه نصيحة ، فعند اختيارك لا تهتم بكبر السن على قدر اهتمامك بعلمه وبقواه وخبرته في الامور الروحية .

صل طويلاً أثناء الليل ، حتى يبدد الرب ظلمات عقلك بنوره الإلهي . تفكر حيثنذ في خطاياك لكي تفهم جسامتها وقبحها ، وصل إلى الرب لكي يظهر نفسك منها ، وهو تعالى يمنحك هذه النعمة .

إذا أتاك أحد لكي يمددك ضد القريب بدنيونة أعماله ،  
 لمخى ان كان من حقه ان يحكم على اعماله ، فاعتذر من أن تنصت  
 إليه ، وقل له تواضع : اغفر يا أخى ، فانى عاظم وأضعف  
 من الآخرين . وأشعر أن عندى الميوب ذاتها ، وأحزن عندما  
 اسمع تأنيباً عليها فى شخص قريبى .

فضل دائماً الآخرين : وإذا كان أحد فى حضورهم يظهر لك  
 الاكرام ، فقل أنه بسبب كرامته يظهر لك الاكرام .

لا تكن قاسياً فى اقراضك الإخوة الآخرين ما يطلبون ؛  
 بل استجب إلى رغبتهم فوراً .

لا تُعد إلى ذاكرتك بدين جددى ذكر أرائك الذين  
 تركتهم بتركك العالم من أجل محبة الله ؛ بل اشغل نفسك بالحرى  
 بفكرة الموت والدينونة ، واعتبر أن لا أحد مطلقاً منهم يستطيع  
 حينئذ أن يكون لك عوناً .

إذا تذكرت وأنت جالس فى قلايتك الشر الذى صنعه بك  
 أحد ، فقم فى الحال ، بدلا من أن تتوقف عند هذه الفكرة ،  
 وصل إلى الله من كل قلبك ان يغفر له خطيته إليك ، وبذلك  
 تتحقق فى نفسك الالم الذى قد تسيه هذه الفكرة .

احذر من أن تتقدم للتناول وفى قلبك حقد ضد قريبك ؛  
 وإذا كنت تعلم ان احداً غاضب منك فاذهب للصلح معه بطلبك  
 المغفرة منه ، كما أوصانا ربنا .

إذا كنت تأملت أثناء الليل من جراء بعض الخيالات ،  
 فاحذر من أن تراجع تلك الصور أثناء النهار ، خشية ان تجر  
 قلبك إلى بعض الفكر الشرير ؛ بل تواضع امام الله الذى يعرف  
 حصف البشر وهو يرحمك .

لا تعتمد على أعمالك ، حتى وإن كنت تصوم أصواماً صارمة ، أو تصلى صلوات تكاد تكون متواصلة ، كأنك بذلك تستحق أن تريح السماء ؛ بل سلم نفسك بالحرى لصلاح الله ، فإذا يأخذ تقشفك في الاعتبار يتحنن عليك ويساعدك في ضعفك .

لا تستسلم للوهن والحزن حينما تهتلى ببعض الأمراض ؛ بل انظر بالحرى إليه كما تنظر إلى خير يأتيك رحمة من الله لاجل منفعة نفسك ، وقدم لمعلمته الشكر على ذلك .

حينما تكون في قلابتك ، كن منظماً في تناول طعامك في نفس الميعاد ونفس الكمية . لا تغبر ذلك ابداً ، واعط جسدك ما يكفي حتى تستطيع أن تعمل وتخدم الله . وفي حين وجودك خارجاً ، إذا قدموا إليك طعاماً أشهى من طعامك المعتاد ، فلا تشبع نفسك منه ، حتى تستطيع أن تعود بأكثر سرعة إلى قلابتك .

إذا حدثتك نفسك ان تقوم بتقشفات وبأعمال أعل من عورتك ، فقد تكون حيلة شيطانية . فالشيطان لا يفتنى بإيمانه بها إليك الا أن يشدك بدون فائدة بما لا تستطيع ان تنفذه ، حتى بذلك يثبط همتك ويخدعك . فلا تنصت إلى هذه الاقتراحات لان إيهامات الأرواح الشريرة تكون عادة بلا قاعدة وبلا مقاييس ؛ وتهدف إلى الفوضى .

كل مرة واحدة في اليوم ؛ لكن لا تشبع نفسك تماماً . اعط الجسد حسب حاجته ، واعتبر ضعف الطبيعة .

خصص نصف الليل للصلاة ، وخصص النصف الآخر لراحة الجسد ؛ لا ترقد ابداً إلا بعد أن تكون صليت لمدة ساعتين على الأقل ؛ وبعد ذلك اعط الجسد الراحة التي يحتاج إليها . فإذا كان يصعب عليك فيما بعد أن تقوم لاستئناف الصلاة

ووجدت نفسك مجرباً بالكسل ، فقل : هل آخذ راحة جسدية  
لمدة قصيرة كهذه ، ثم بعد ذلك التحمل العذابات في الحياة  
الآخري ؟ من الأفضل جداً أن تتحمل هنا القليل ، وتستحق  
بذلك ان تنعم بالراحة الأبدية في صحبة القديسين . فإن هذا  
التأمل كفيفيل بأن يجاب لك معونة الله ويحملك على التغلب على  
الكسل .

٥٧

إذا كان عندك عبد عند اندماجك في حياة الرهينة ، فامنحه  
الحرية ، لكن ان أراد ان يصير راهباً ، فلا تسمح له  
بالاقامة معك .

٥٨

حينما تذهب لبيع اشغالك اليدوية ، لا تسارم على الثمن كما  
يفعل الملايون . وهكذا حينما تشتري . فعمل قدر ما تكون  
ممتلكاتك في هذا العالم قليلة يكون قربك من الله .

٥٩

إذا كان أخ يضع إناء في قلايتك ، وكنت محتاجاً لأن  
تستعمله ، فلا تقبل ذلك إلا بإذنه .

٦٠

حينما تذهب لشراء بعض الاشياء لاجل عملك ، فإذا سألك  
أخ ان تشتري له شيئاً ، فاصنع عمل المحبة هذا . وإذا كنت في  
صحبة إخوة آخرين ، فاصنع ما كلفت به في حضورهم .

٦١

إذا أقرضوك شيئاً ، فرده فوراً بعد قضاء حاجتك ،  
ولا تنتظر أن يطلب منك . وإن كان هناك شيء مكسور فاصلحه  
في الحال ؛ ولكن إن أقرضت شيئاً لاخ ، فلا تطلبه حينما ترى  
ان حالته لا تسمح له أن يرده لك ؛ ولا مسجياً إذا لم تكن في  
حاجة ملحة إليه .

قد يحدث عندما تنفب عن قلايتك بعض الوقت لسبب  
غيرى ، أن برى أخ القلاية عالية فيحضر ليشغلها . ففي هذه الحالة  
عندما تعود لا تلمه أن يغير مسكنه ؛ بل اتركها له عن طيب  
عاطر وابتح عن قلاية أخرى لنفسك ، خوفاً من أن يفضب  
الله عليك إذا أرمته على الخروج منها . لكن إذا انسحب برضاء  
فلن يكون لك حيثئذ تدامة انك كنت ناقصاً في محبتك ؛ وفضلاً  
عن ذلك فإن كان هناك في القلاية بعض الامتعة ويرغب هذا  
الأخ في أن تكون له ، فهبها له مجاناً .

إذا غيرت قلايتك ، فلا تأخذ معك امتعة ، بل سلها  
بكل ما فيها لأخ فقير ، وسوف يرى الله بأن يعوضك في أى  
مكان تذهب إليه .

لا يوجد شيء يسر الشيطان أكثر من أن تخفى افكارك عن  
أبيك الروحى . ضع هذه الحقيقة كبدأ دائماً ، ولا تفتخر أبداً  
انك تصل إلى كمال آياتنا القدماء ان لم تمتثل بأعمالهم .

انزع من قلبك كل محبة في أموال هذا العالم . فهى مثل السم  
الذى يتفشى ويفسد كل الثمر الذى يمكن للراهب ان يجمعه من  
التدريبات الخاصة بنظام الرهبنة .

لا تتصجر وقت التجربة ، مهبط طالت ؛ بل ثابر في الجهاد  
المقدس ضدها ، واجهد الله بتواضع وقل له : يا رب اعنى لاني  
ضعيف فلا أستطيع بنفسى أن أصمد في هذه المعركة الشديدة .  
فتختبر أن الله يهب القوة للتغلب عليها ، ولا سيما إذا كنت  
تصلى هذه الصلاة بإيمان من كل قلبك . فإذا سعدت بالانتصار  
على التجربة ، فلا تفتخر ولا تثق في نفسك ثقة المفلور ، وكأنه  
ليس هناك ما تخشاه بعد ، بل بالعكس كن حذراً أكثر من  
أى وقت ، لأن الشيطان عندما ينسحب يبذل مجهودات جديدة  
ضدك .



حينما تصل إلى الله ، لا تقل : يا رب ابعده عني ذلك ،  
أو اعطني ذلك ، بل قل بالحرى :

« انت تعرف يا ربى وإلهى ما يليق بالأكثر لاجل خسير  
نفسى : ساعدنى بنعمتك : لا تسمع أن اخطى . إليك وأهلك فى  
خطيئى . انظر لى ضعفى ، أنا الخاطىء . لا تتركنى لى ثمرة  
غضب اعائى ، لانى لئنجات إليك واتكلت عليك غلصنى .

انت قوتى وعونى الوحيد فى رجائى . انت قادر على كل  
شئ : يلبق بك كل مجد : صلاحك غير محدود ، ولك الحمد والشكر  
للى الأبد آمين ، .

وجدنا فى هذه الأقوال مبادئ حكيمة وتقوية ومؤثرة  
جداً ، فرائداً ألا نعلم لى تلخيصها ، فإن كل المعانى الواردة فيها  
نافعة جداً وثمينة جداً . ولا تصالح الرهبان تحت التبرين لحسب ،  
بل أيضاً للثقدمين وغيرهم . والراهب الشاب الذى يعمل هذه  
النصائح الممتازة لابد أن يصل بدون شك لى درجة عالية من  
الكمال .

وليس يفرم بديلاً أن بصوم تلك الأصوام الصعبة ويسهر  
ذلك السهر الطويل عن الأمانة فى حفظ أصغر التواميس ؛  
وانكار الذات ؛ والطاعة البسيطة البنوية ؛ والفقر الاختيارى ؛  
والتواضع والصبر فى تحمل الإهانة ؛ وكذلك فى الأمراض  
والأحزان الأخرى ؛ ومقاومة التجارب بشجاعة ؛ والاعتراف  
فى تواضع بالخطايا والانتفاع بتوجيه مرشد مستشير والطاعة  
لنصائحه ؛ وأخيراً الحمية والمثابرة فى الصلاة ؛ والثقة بالله وبمحبته  
المقدسة . هذا ما تروى به القوانين الإلهية ، وهو ما يمكن ممارسته  
فى كل مكان ، بما يجعل الإنسان كاملاً يصنع مشيئة الرب .

† † †