مطرانية الأقباط الأرثوذكس

بالفيوم

دراسات وتأملات روحية

(2)

الاتضاع ونمو الإنسان

إعداد

نيافة الحبر الجليل

الأنبا ابرآم

أسقف الفيوم

مقدمة

الاتضاع هو حياة يعيشها الإنسان بينه وبين الله ، وبين الإنسان وأخيه الإنسان فهى ليست فضيلة مستقلة، بل كل فضيلة إن لم يكن فيها اتضاع لا تكون قضيلة.

الاتضاع هو صفة من صفات المسيحية وتحتاج إليها الإنسانية، ولا نستطيع أن نقول عنها سوى أنها نعمة من نعم الله على البشرية. فللاتضاع هو العلاج الناجح والدواء الأكيد، الكفيل أن يرفع الإنسانية إلى المستوى الذى منه هوت ، ومن عليه انحدرت. فللاتضاع هو إنكسار النفس بدون مذلة ، بل بخشوع القلب وبدون مهانة، بل مسحة ملائكية يجب على كل إنسان مسيحى أن يرتسم بها.

ليتنا نتعلم من ذلك فضيلة التواضع بأن نقدم الآخرين علينا . ليس من هم أعظم منا فقط، ولا من هم متساوين معنا ، بل نقدم من هم أقل منا. فللسيدة العذراء عندما كانوا يبحثون عن السيد المسيح ، ووجدوه فى الهيكل نجدها تقول:" يَا بُنَيَّ لِمَاذَا فَعَلْتَ بِنَا هَكَذَا؟ هُوَذَا أَبُوكَ وَأَنَا كُنَّا نَطْلُبُكَ مُعَذَّبَيْنِ!"(لو 2: 48). هكذا يفعل القديسون دائماً يقدمون بعضهم على بعض، كقول القديس بولس الرسول :" مُقَدِّمِينَ بَعْضُكُمْ بَعْضاً فِي الْكَرَامَةِ"(رو 12: 10).

هذه الدراسات التأملية فى فضيلة الانضاع كأساس للحياة الروحية، هى ضمن مجموعة محاضرات ، القاها أبينا صاحب النيافة الحبر

الجليل الأنبا أبرآم أسقف الفيوم، ورئيس دير الملاك غبريال بجبل النقلون، فى الاجتماع العام الأسبوعى بكنيسة مار جرجس بالفيوم، وبعض النهضات الروحية . وهو ينشر ضمن مجموعات كتابات، تقوم لجنة النشر بمطرانية الفيوم – من الآباء الكهنة والشمامسة والمكرسات والاخوات – بتفريغ هذه المحاضرات، وإعداد المادة العلمية للنشر، لكى يكون هناك استفادة من هذه المحاضرات القيمة، وذلك بمناسبة احتفال إيبارشية الفيوم باليوبيل الفضى لسيامة أبينا نيافة الحبر الجليل الأنبا ابرآم أسقفاً لإيبارشية الفيوم (2 يونيه 1985 – 2 يونيه 2010م) طالبين من الرب أن يمنح نيافته موفور الصحة والقوة والنعمة فى خدمته المباركة. كما تشكر لجنة النشر كل من شارك فى إعداد هذا العمل، طالبين من الرب أن يعوض الجميع أجراَ سمائياَ.

لجنة النشر

2 يونية 2010م

25بشنس 1726ش

الفصل الأول

الاتضاع فى الكتاب المقدس

وتعاليم آباء البرية

الاتضاع فى الكتاب المقدس هو أن لا يصنع الإنسان شيئاً بعُجب أو بتحزب. وأن يحسب كل الناس أفضل منه، لذلك يقول القديس بواس الرسول:" لاَ شَيْئاً بِتَحَزُّبٍ أَوْ بِعُجْبٍ، بَلْ بِتَوَاضُعٍ، حَاسِبِينَ بَعْضُكُمُ الْبَعْضَ أَفْضَلَ مِنْ أَنْفُسِهِمْ "(فى 2: 3).

كما أن الاتضاع هو الخضوع للشيوخ ، وبعضنا لبعض :" كَذَلِكَ أَيُّهَا الأَحْدَاثُ اخْضَعُوا لِلشُّيُوخِ، وَكُونُوا جَمِيعاً خَاضِعِينَ بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ، وَتَسَرْبَلُوا بِالتَّوَاضُعِ، لأَنَّ اللهَ يُقَاوِمُ الْمُسْتَكْبِرِينَ، وَأَمَّا الْمُتَوَاضِعُونَ فَيُعْطِيهِمْ نِعْمَةً "(1بط 5:5).

الاتضاع هو أن نكون مملوئين رأفة ولطفاً ووداعة وطول أناة ، كما يقول الإنجيل المقدس: " فَالْبَسُوا كَمُخْتَارِى اللهِ الْقِدِّيسِينَ الْمَحْبُوبِينَ احْشَاءَ رَأْفَاتٍ، وَلُطْفاً، وَتَوَاضُعاً، وَوَدَاعَةً، وَطُولَ اَنَاةٍ "(كو 3: 12). والاتضاع هو الصبر على ما يأتى علينا فى كل الظروف . وفى ذلك يقول بن سياخ:" مهما نابك فاقبله و كن صابراً على صروف اتضاعك "(سيراخ 2: 4). الاتضاع هو إن الإنسان يرى كل ما

فعله من الصلاح، مِعتبراً نفسه أنه أضعف الناس وأكثرهم خطية. فهو يعرف نفسه وضعفه وذاته.

إن الاتضاع حياة بين الإنسان نفسه مع الله، فيها يشعر أنه عدم، ولا شئ، وإن كان فيه من أمور حسنة وخير ة، فليعلم يقيناً أنها من الله. وأنه بدون الله المحب الرحوم ، فهو تراب وظلمة وشر. فليس كل من يحقر ذاته يحسب متواضعاً، بل من يحتمل إهانات الآخرين بشكر دون تذمر من الداخل.

الاتضاع هو الباب الضيق الذى يجب أن يدخل منه طالبو الملكوت، وهو السلوك فى طريق كرب، يجب على المؤمن أن يسلكه، وهو نوع من الصليب الذى يحمله التلميذ الحقيقى الأمين. وفى ذلك يعرف قداسة البابا شنودة (أطال الله لنا حياته) الاتضاع قائلاً: "الاتضاع هو الأساس الذى تبنى عليه جميع الفضائل، وهو السور الذى يحميها، هو الفضيلة الأولى فى الحياة الروحية، الأولى من حيث ترتيب البناء الروحي، هو نقطة البدء فى البناء الروحى الذى بدأ به السيد المسيح تطويباته بقوله "طُوبَى لِلْمَسَاكِينِ بِالرُّوحِ لأَنَّ لَهُمْ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ "(مت 5: 3)، الاتضاع ليس فقط فضيلة قائمة بذاتها، وإنما هو متداخل فى باقى الفضائل. إنه كالخيط الذى يدخل فى كل حبات السبحة. بحيث أنه لا تثبت أى حبة منها، ما لم يدخل هذا الخيط فيه.

أما مفهوم الاتضاع فى المعنى النسكى الرهبانى، عند آباء البرية، فقد عرَّف آباء الرهبنة الكبار الاتضاع بمعان كثيرة نذكر منها على سبيل الأمثلة:

- "الاتضاع هو شجرة الحياة التى لا يموت آكلوها "أحد الشيوخ
- "إكليل الراهب هو الاتضاع " الأنبا موسى الأسود
- "الاتضاع نعمة فى النفس لا يعرفها إلا الذين اقتنوها "

القديس يوحنا الدرجى

- "سُئل شيخ ما الاتضاع ؟! فقال "أن تحسن إلى من أساء إليك، وتسكت فى جميع الأمور ... الاتضاع عمل إلهى كبير، وطريقة متعبة للجسد، وأن تعد نفسك خاطئاً وأقل الناس وذلك بأن تنظر إلى خطاياك، كما تسأل الله دائماً أن يرحمك "

شيخ راهب

- "الاتضاع هو ضمير لا يتعظم فى نفسه، وبأن لا يظن فى نفسه أنه حكيم، الاتضاع هو عندما يفكر الإنسان أنه ليس أحد أرذل منه، ويتحقق أنه أنقص من الجميع". القديس يوحنا التبايسي
- "الاتضاع هو أن يفكر الإنسان فى كل الخليقة أنها أرفع منه".

القديس باسيليوس الكبير

- "الاتضاع هو أن تعد جميع البشر أفضل منك... متأكداً من كل قلبك أنك أكثر منهم خطية " القديس أنطونيوس الكبير

- "الاتضاع هو أن يعتبر الإنسان كل الناس أفضل منه "
القديس باخوميوس أب الشركة
- "الاتضاع الحقيقى هو أن يكون الإنسان عظيماً ومفخماً ثم يتضع "
القديس يوحنا ذهبى الفم
- "الاتضاع هو بيت اللاهوت، وأينما وُجد سكن الله فيه "
مار يعقوب السروجي
- "الاتضاع اختيار موضع هادئ واقتناء سكوت دائم واتخاذ لباس حقير...الاتضاع هو أن لا يحب الإنسان ملاقاة الجموع، وليكن غير معروف وغير محسوب. ملازماً أموره بقدر. مبغضاً لقاء الناس والدالة والخلطة. غير محب للأرباح. مانعاً عقله من لوم أحد، أو الإيقاع بإنسان،الاتضاع هو أن يحقر الإنسان ذاته فى كل شئ "
مار إسحق السريانى
- "الاتضاع هو أن يحسب الإنسان نفسه تراباً ورماداً ويقول: أنا من أنا؟! ومن يحسب أنى شيئاً، ومالى أنا مع الناس لأنى عاجز. ولا يقول عن أمر ماذا؟. أو ماذا يكون هذا ؟! ويكون ماشياً بخضوع كثير فى طرقه. ولا يساوى نفسه بغيره، وإذا احتقر ورُذل لا يغضب... الاتضاع هو أن يلوم الإنسان نفسه، ويقطع هواه، ويسير تحت كل الخليقة. فالمتضع كائن فى أسفل. والذى هو فى أسفل لن يقع " القديس برصنوفيوس

- "الاتضاع هو أن يحسب الإنسان فى نفسه أنه خاطئ، وأنه ما عمل شئ من الخير أمام الله. وأن يلازم الصمت وألا يعتبر نفسه شيئاً. وأن يرفض هواه ولا يُقيم كلمته. يكون نظره للأرض. ويضع الموت بين عينيه. ويحفظ نفسه من الكذب. ولا يتحدث بكلام باطل. ولا يناقش (يجادل) من هو أكبر منه. ويحتمل الشتيمة بفرح. ويبغض الراحة ويدرب نفسه على التعب. وألا يحزن أحداً". الأنبا إشعياء الاسقيطى

يجب علينا أن نلاحظ أن معنى الاتضاع الخاص بالرهبنة لا يصلح لكل أحد ، فيمكننا أن نأخذ منه ما يلائم البيئة التى نعيش فى وسطها، والعمل الذى نعمل فيه، وطبيعة الناس الذين نتعامل معهم. فللرهبان يعيشون فى بيئة ملائمة تناسب تطبيق الاتضاع فى أسمى صوره. فهم يتعاملون مع أناس يتدربون على الفضيلة، ويبادلونهم الاتضاع باتضاع أعظم. فمثلاً الإنسان العادى الذى يعيش فى وسط العالم لا يستطع أن يُطرق بنظره إلى أسفل وسط المواصلات الصعبة. والإنسان المسئول لا يستطيع أن ينفذ وصية الاتضاع بعدم المجادلة مع من هو أكبر منه ، فى حالة خطأ الأكبر . أو أن يكون الأكبر مرؤوساً وليس رئيساً.

ويجب ملاحظة أن المؤمن الذى يعيش فى المجتمع وسط العالم أن يلاحظ أن هناك العديد من نواحى الاتضاع التى يمارسها الرهبان

فى حياتهم النسكية، لا تتناسب مع حياة كل شخص. لذا لأبد أن لا نفعل شيئاً من أمور الاتضاع بدون مشورة أب الاعتراف والمرشد الروحي. وهذا ينطبق أيضاً على باقى الفضائل الروحية. فلا يمكننا أن نأخذ كل معانى الاتضاع الخاصة بالرهبنة . فمن الواجب علينا والمفروض أن ننفذ معنى الاتضاع كما جاء فى الكتاب المقدس ، ومن يقل عن مستوى الاتضاع الموجود به يجب أن يقدم توبة واعتراف لأنه لم ينفذ وصية من وصايا الكتاب. فليس أقل من أن لا نصنع شيئاً بعُجب، أو بتحزب، وأن نحسب كل الناس أفضل منا. وأن نخضع للشيوخ، ولبعضنا البعض، وأن نكون مملوئين رأفة ولطفاً ووداعة وطول أناة، ونصبر على ما يأتينا من يد الرب شاكرين.

الفصل الثاني

الاتضاع فى حياة السيد المسيح

حياة السيد المسيح كلها مليئة بالأتضاع، نجد ذلك فى ميلاده العجيب، وظهوره فى الهيئة كإنسان، فقد أخذ الإله صورة عبد فى حياته بالجسد. كما نجد اتضاعه أمام يوحنا المعمدان، وفى غسل أرجل تلاميذه. وتحمله الإهانات الشديدة من اليهود دون أن يرد. فهو الذى قال فى العظة على الجبل:" طُوبَى لِلْمَسَاكِينِ بِالرُّوحِ لأَنَّ لَهُمْ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ "(مت 5: 3). كان يقول عن عبيده أنهم إخوته: " تَعَلَّمُوا مِنِّى لأَنِّى وَدِيعٌ وَمُتَوَاضِعُ الْقَلْبِ فَتَجِدُوا رَاحَةً لِنُفُوسِكُمْ "(مت11: 29).

السيد المسيح فى تجسده وإخلائه لذاته قد جسد كل معاني الاتضاع فى أسمى صورها. فما الاتضاع إلا أن يضع الإنسان نفسه ويتنازل عن مستواه، وليس هناك نزولاً أوتواضعاً أكثر من نزول السيد المسيح من سمائه إلى أرضنا ، وإخلائه لذاته الإلهية واتخاذه صورة إنسان، واحتماله كل صنوف الإهانات من ولطم ولكم واستهزاء وصلب. لذلك نجد أن السيد المسيح ضرب لنا كل المثل **العليا** فى الاتضاع وإنكار الذات. ويدلل على ذلك نبوة النبى إشعياء التى

استشهد بها القديس متى الإنجيلى عن السيد المسيح :" لاَ يُخَاصِمُ وَلاَ يَصِيحُ وَلاَ يَسْمَعُ أَحَدٌ فِى الشَّوَارِعِ صَوْتَهُ. قَصَبَةً مَرْضُوضَةً لاَ يَقْصِفُ وَفَتِيلَةً مُدَخِّنَةً لاَ يُطْفِئُ حَتَّى يُخْرِجَ الْحَقَّ إِلَى النُّصْرَةِ "(مت 12: 19ــ 20).

إن عظمة الاتضاع فى تعاليم السيد المسيح تظهر فى تعليمه عندما أحضر ولداً وأخبر تلاميذه وأوصاهم قائلاً: "فَمَنْ وَضَعَ نَفْسَهُ مِثْلَ هَذَا الْوَلَدِ فَهُوَ الأَعْظَمُ فِى مَلَكُوتِ السَّمَاوَاتِ "(مت 18: 4). إنها وصية صريحة بالاتضاع وشرط العظمة فى ملكوت السموات.
ومرة أخرى عندما منع **التلاميذ** الأولاد عنه أجابهم موصياً قائلاً: "دَعُوا الأَوْلاَدَ يَأْتُونَ إِلَى وَلاَ تَمْنَعُوهُمْ لأَنَّ لِمِثْلِ هَؤُلاَءِ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ "(مت19: 14). وقد تكررت هذه العبارة أيضاً فى الإنجيلين بحسب مارمرقس ومار لوقا الإنجيليين لكى يوضح ويؤكد لنا ويعلمنا أن الملكوت لمن هم مثل الأولاد فى اتضاعهم وبساطتهم.

كما نجد إن قمة الاتضاع تتجلى فى قول السيد المسيح: "لأَنَّ مَنْ يَصْنَعُ مَشِيئَةَ أَبِى الذى فِى السَّمَاوَاتِ هُوَ أَخِى وَأُخْتِى وَأُمِّى "(مت 12: 50)، (مر3: 35). والأكثر من ذلك أنه دعى الفقراء والمساكين إخوته الأصاغر "بِمَا أَنَّكُمْ فَعَلْتُمُوهُ بِأَحَدِ إِخْوَتِى هَؤُلاَءِ الأَصَاغِرِ فَبِى فَعَلْتُمْ "(مت 25: 40)، (مت 25: 45).

إن حياة السيد المسيح على الأرض فى فترة تجسده مليئة بمظاهر الاتضاع الفريدة التى قلما نرى أي إنسان قد مر بها، بل لا يكاد يخلو أصحاح واحد فى الأناجيل الأربعة من حدث قام به السيد المسيح يتجلى فيه أسمى معانى الاتضاع. ولكى نعطى لأنفسنا فرصة لكى نتعلم من السيد المسيح الاتضاع كما قال: "تَعَلَّمُوا مِنِّى لأَنِّى وَدِيعٌ وَمُتَوَاضِعُ الْقَلْبِ "(مت 11: 29) دعونا نبحر فى الأناجيل الأربعة لكى نخرج بمعانى الاتضاع التى حدثت بها لكى نتعلم ولو قليلاً ما الاتضاع؟ وكيف نمارسه:

١. ميلاده فى المذود والمكان والزمان

إن ميلاد السيد المسيح لهو معجزة من معجزات الاتضاع فلم نسمع نهائياً ليس عن ملك أو وزير بل وحتى عن أقل الناس أنه ولد فى مذود البقر مع الحيوانات "فَوَلَدَتِ ابْنَهَا الْبِكْرَ وَقَمَّطَتْهُ وَأَضْجَعَتْهُ فِى الْمِذْوَدِ إِذْ لَمْ يَكُنْ لَهُمَا مَوْضِعٌ فِى الْمَنْزِلِ "(لو 2: 7).

كذلك المدينة التى ولد فيها كانت صغيرة بين ولايات يهوذا "وَأَنْتِ يَا بَيْتَ لَحْمٍ أَرْضَ يَهُوذَا لَسْتِ الصُّغْرَى بَيْنَ رُؤَسَاءِ يَهُوذَا لأَنْ مِنْكِ يَخْرُجُ مُدَبِّرٌ يَرْعَى شَعْبِى إِسْرَائِيلَ "(مت 2: 6). والمدينة التى سكن بها السيد المسيح وهى الناصرة "وَأَتَى وَسَكَنَ فِى مَدِينَةٍ يُقَالُ لَهَا نَاصِرَةُ لِكَى يَتِمَّ مَا قِيلَ بِالأَنْبِيَاءِ: "إِنَّهُ سَيُدْعَى نَاصِرِيّاً "(مت 2:

23) هذه المدينة بعد ذلك قال عنها نثنائيل "أَمِنَ النَّاصِرَةِ يُمْكِنُ أَنْ يَكُونَ شَيْءٌ صَالِحٌ؟»(يو 1: 46). حتى المدينة التى سكن فيها بعد ذلك وهى كفرناحوم نسمع متى الإنجيلى يقول عنها: "الشَّعْبُ الْجَالِسُ فِي ظُلْمَةٍ أَبْصَرَ نُوراً عَظِيماً وَالْجَالِسُونَ فِي كُورَةِ الْمَوْتِ وَظِلاَلِهِ أَشْرَقَ عليهِمْ نُور "(مت 4: 16).

أنه يمكننا أن نقول إن من علامات تواضع السيد المسيح أنه لم يكن له أين يسند رأسه، ولم يكن له مال لكى يشبع الجموع فيلجأ إلى الأرغفة الخمسة والسمكتين الخاصة بحدثٍ صغير. وعندما كان يعظ ويعلم لم يكن له مكان مخصص بل نراه يعظ مرة عند البحر وإحدى السفن هى المنبر ومرة أخرى فى الجبل و إحدى الصخور هى المنبر ومرة أخرى فوق العشب الاخضر والعشب مثل السجاد الذى يضعونه حالياً لأشهر الوعاظ.

إن السيد المسيح عند دخوله أورشليم لم يكن يملك جحشاً يركب عليه وهو ما يملكه أقل الناس بل نراه يرسل اثنين من تلاميذه يحلان جحشاً على سبيل طلب الإحسان قائلين "إِنَّ الرَّبَّ مُحْتَاجٌ إِلَيْهِ (لو 19 : 31). يخيل إلى أنه ليس هناك اتضاع فى الفقر الاختيارى فى حياة السيد المسيح أعظم من أنه سمح لبعض النسوة القديسات أن يخدمنه من أموالهن ... وهو مالك السموات والأرض والذى يفتح يديه فيشبع كل حى من رضاه يسمح بما لا يمكن أن

يسمح به أى إنسان عادى من ناحية لكي يعلمنا الاتضاع ومن ناحية أخرىً لكى يرفع من شأن المرأة. ليس هذا فقط بل يجعل من هؤلاء النسوة تلميذات له يسرن معه هكذا هو مكتوب "وَعلى أَثَرِ ذَلِكَ كَانَ يَسِيرُ فِي مَدِينَةٍ وَقَرْيَةٍ يَكْرِزُ وَيُبَشِّرُ بِمَلَكُوتِ اللهِ وَمَعَهُ الاِثْنَا عَشَرَ. وَبَعْضُ النِّسَاءِ كُنَّ قَدْ شُفِينَ مِنْ أَرْوَاحٍ شِرِّيرَةٍ وَأَمْرَاضٍ مَرْيَمُ الَّتِي تُدْعَى الْمَجْدَلِيَّةَ الَّتِي خَرَجَ مِنْهَا سَبْعَةُ شَيَاطِينَ "(لو8: 1ــ 2). فمن تواضع السيد المسيح أنه قد ساوى بين التلاميذ الرجال وأولئك النسوة ليس فى الخدمة الكهنوتية ولكن فى التلمذة للرب. فقلما هناك معلم يختار تلاميذ من بينهم نسوة.

من مظاهر الاتضاع فى ميلاد السيد المسيح أنه كما جاء المجوس الأغنياء بهداياهم أرسل الله ملاكه ليبشر الرعاة البسطاء بميلاد مخلصنا الذين ربما وهم ذاهبون إلى المولود الإلهى لم يذهبوا إليه فارغين بل أخذوا معهم بعض الهدايا البسيطة التى تناسب حالتهم المادية وقد قبلها ابن الله الكلمة المتجسد كما قبل فلسى الأرملة الفقيرة المتضعة ومدح عطاءَها. كذلك أصبح هؤلاء الرعاة هم أول من بشروا بالميلاد الإلهى من البشر فجميع الذين سمعوا منهم تعجبوا.

٢. مبدأ الهروب إلى أرض مصر

إن هروب السيد المسيح من وجه هيرودس مع العائلة المقدسة هى صورة أخرى من صور الاتضاع فقد كتب عن القديس يوسف النجار خادم سر التجسد أنه "فَقَامَ وَأَخَذَ الصَّبِيَّ وَأُمَّهُ لَيْلاً وَانْصَرَفَ إِلَى مِصْرَ "(مت 2 : 14). فمبدأ الهروب استخدمه السيد المسيح مرة أخرى عند إرساله الرسل الأطهار نراه يوصيهم "وَمَتَى طَرَدُوكُمْ فِى هَذِهِ الْمَدِينَةِ فَاهْرُبُوا إِلَى الأُخْرَى "(مت 10: 23). ليس هو هروب الخوف أو الجبن بل هو هروب الاتضاع، هروب حتى لا نعثر أحداً ولا نخطئ فى أحد فقد كتب الحكيم سليمان "اَلذَّكِى يُبْصِرُ الشَّرَّ فَيَتَوَارَى وَالْحَمْقَى يَعْبُرُونَ فَيُعَاقَبُونَ "(أم 22: 3). فالهروب من الشر هو من سمات الشخص المتواضع الذى يلقى اتكاله على الله. أما الإنسان المتكبر هو عكس ذلك وكبرياؤه يمنعه من الهرب من وجه الشر.

كما ان مبدأ هروب القوة هذا قد طبقه السيد المسيح عندما أراد الفريسيون أن يهلكوه بحسب ما كتب معلمنا متى البشير نجد رد فعل الرب يسوع "فَعَلِمَ يَسُوعُ وَانْصَرَفَ مِنْ هُنَاكَ "(مت 12: 15). ليس هذا هروب عن ضعف بل عن قوة. فالسيد المسيح له كل القوة والمجد لم ينصرف عن ضعف بل عن قوة لكى يرسى لنا قاعدة هامة من قواعد الاتضاع وهى الهروب من وجه الشر ولو كنا فى موطن قوة.

ومرة أخرى عندما وضع يوحنا فى السجن يقول الكتاب "فَلَمَّا سَمِعَ يَسُوعُ انْصَرَفَ مِنْ هُنَاكَ "(مت 14: 13).

من ضمن هروب الاتضاع أيضاًما فعله يوسف العفيف وهروبه من وجه زوجة فوطيفار. فالإنسان يجب أن يعرف ضعفه ويهرب من الخطية، ولا يعتبر نفسه أنه قد أصبح قوياً مهما تقدم فى الحياة الروحية.

٣. سلسلة الأنساب

حتى سلسلة أنساب السيد المسيح حسب الميلاد الجسدى، فقد سمح أن يولد من شجرة أنساب تحتوى على راحاب الزانية التى تابت "وَسَلْمُونُ وَلَدَ بُوعَزَ مِنْ رَاحَابَ "(مت1 :5)، وشجرة أنساب أيضاً تحتوى على داود النبى الذى أخطأ وتاب ومن أخطأ معها بتشبع "وَيَسَّى وَلَدَ دَاوُدَ الْمَلِكَ. وَدَاوُدُ الْمَلِكُ وَلَدَ سُلَيْمَانَ مِنَ الَّتِى لأُورِيَّا "(مت1: 6)، بل أن شجرة الأنساب تشمل أيضاً علاقة غير شرعية بين يهوذا وكنته ثامار "وَيَهُوذَا وَلَدَ فَارِصَ وَزَارَحَ مِنْ ثَامَارَ "(مت1: 3).

السيد المسيح أراد بسلسلة الإنساب هذه أن يعلمنا مظهر من مظاهر الاتضاع وهو عدم الافتخار بالنسب والحسب، كذلك أراد أن يعلمنا أن نكون شفوقين على الخطاة ربما يتوبون ويقبلهم الله ليس فى

سلسلة أنساب أرضية بل فى سلسلة قديسين سمائية. ومن تواضع السيد المسيح أنه ولد من عذراء فقيرة فى مذود فقير ويرعاه نجار فقير.

٤. قبول العماد من يوحنا المعمدان

إن عماد السيد المسيح من يوحنا المعمدان قصة أخرى من قصص الاتضاع، فالسيد المسيح لم يكن محتاج اً لمعمودية يوحنا بل أن يوحنا قال بالروح القدس "أَنَا مُحْتَاجٌ أَنْ أَعْتَمِدَ مِنْكَ وَأَنْتَ تَأْتِي إِلَيَّ! "(مت 3: 14).

أن من قمة الاتضاع فى حياة السيد المسيح، وهو ابن الله الوحيد ، (لاهوتياً) يسمح ليوحنا المعمدان أن يضع يده عليه، ويعتمد من يوحنا المعمدان لكى يكمل كل بر، مع أنه غير محتاج إلى أى بر ، لأنه هو كل البر . نراه أيضاً يسمح بأن يتم فيه كل شرائع العهد القديم من تقديمه للرب:" وَلَمَّا تَمَّتْ أَيَّامُ تَطْهِيرِهَا حَسَبَ شَرِيعَةِ مُوسَى صَعِدُوا بِهِ إِلَى أُورُشَلِيمَ لِيُقَدِّمُوهُ لِلرَّبِّ "(لو 2: 22) ومن ختان "وَلَمَّا تَمَّتْ ثَمَانِيَةُ أَيَّامٍ لِيَخْتِنُوا الصَّبِيَّ سُمِّيَ يَسُوعَ كَمَا تَسَمَّى مِنَ الْمَلاَكِ قَبْلَ أَنْ حُبِلَ بِهِ فِي الْبَطْنِ "(لو 2: 21). مع أنه غير محتاج لأى تطهير لأنه كلى القداسة والطهر فهو الذى بدون خطية وحده. ولكن صنع كل هذا لكى يعلمنا أن نتضع فنقبل وصايا

الكتاب المقدس ولا نعترض عليها ليس كما يفعل الهراطقة الذين يحاربون الكتاب المقدس ويحاربون الإيمان ويحاربون ما جاء به من معتقدات... فالإنسان المتضع من الصعب جداً أن يحاربه الشيطان فى عقائده لأنه مؤمن بكتابه المقدس وبأقوال آبائه القديسين.

حتى عندما قدمت السيدة العذراء الطفل يسوع إلى الهيكل نجد أنها قدمت تقدمة الناس الفقراء المتواضعين "فرخى حمام ". حتى لا نحتقر تقدمات الناس الفقراء البسطاء ولا نغتر بتقدماتنا الثمينة فربما أولئك الفقراء قد أعطوا من أعوازهم فيستحقوا المديح أكثر منا نحن الذين نعتقد إننا أعطينا الكثير.

أراد السيد المسيح بعماده من يوحنا المعمدان أن نخضع ليس لذوى الرتب الكهنوتية فقط بل لمن هم أقل منا "خَاضِعِينَ بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ فِي خَوْفِ اللهِ "(أف 5: 21) بالتأكيد لا يوجد شبه مقارنة بين السيد المسيح له كل المجد وعبده يوحنا ورغم ذلك نرى السيد المسيح يسمح له بأن يضع يديه عليه ويعمده.

من مظاهر اتضاع السيد المسيح الرائع فى تعامله مع يوحنا المعمدان عندما أرسل يوحنا المعمدان اثنان من تلاميذه يسألونه

"انت هو الآتى ام ننتظر اخر "(مت 11: 3)،(لو 7: 19)،(لو 7: 19).

لم نجد السيد المسيح تجاه هذا الموقف يتفاخر ويقول لتلاميذ يوحنا "اذهبا اسئلاه عن الروح القدس الذى ظهر فى شكل حمامة أو الصوت الذى من السماء أو الروح القدس الذى أعلن له ". ولكنه بكل اتضاع سمح لهم أن ينظرا بأعينهما. وهذا ما يجب على الإنسان المتضع فعله بأن لا يتفاخر بالكلام بل الاتضاع يكون بالقدوة والعمل. بل ونجده أيضاً لم يحزن من سؤال يوحنا المعمدان نفسه بل أنه أخذ يمدح كثيراً فى يوحنا المعمدان أمام تلاميذه. نعم هذه هى شيمة الإنسان المتضع أن يمدح الآخرين ويعظمهم وتكون لديه حسن نيه مهما كانت المظاهر توضح عكس ذلك. هكذا فكر وعلم السيد المسيح أن يوحنا المعمدان السابق والشهيد لم يشك ولكنه أراد ان يسلم للسيد المسيح تلاميذه لتأكده الشديد فى أن السيد المسيح هو الآتى فعلاً وليس غيره. وإلا لكان السيد المسيح وبخ يوحنا المعمدان لشكه.

من مظاهر الاتضاع فى عماد السيد المسيح أنه لم يعلن صوت الآب ولا منظر الروح القدس فى شكل حمامة للجموع بل ليوحنا المعمدان. كذلك فوق جبل التجلى لم يظهر بمجده للجموع ولا حتى لسائر تلاميذه بل لثلاثة منهم فقط لكى يكونوا شهوداً لذلك. والثلاثة

وهم نازلون من فوق الجبل أوصاهم السيد المسيح قائلاً: "لاَ تُعْلِمُوا أَحَداً بِمَا رَأَيْتُمْ حَتَّى يَقُومَ ابْنُ الإِنْسَانِ مِنَ الأَمْوَاتِ "(مت 17: 9).

حتى فى الأسبوع الأخير عندما جاء للسيد المسيح صوت من السماء قائلاً: "مجدت وأمجدت أيضاً "لم يستطع الجموع أن يفسروا الكلام لذلك يقول الإنجيلى يوحنا "فَالْجَمْعُ الَّذِي كَانَ وَاقِفاً وَسَمِعَ قَالَ: «قَدْ حَدَثَ رَعْدٌ». وَآخَرُونَ قَالُوا: «قَدْ كَلَّمَهُ مَلاَكٌ "(يو 12: 29). فالسيد المسيح كان يفعل كل شئ فى الخفاء كما علمنا فى الموعظة على الجبل فكان دائماً يعمل ويعلم.

٥. التجربة على الجبل

لست أعلم أى نوع من الاتضاع هذا أن يسمح السيد المسيح (ملك الملوك ورب الأرباب) للشيطان أن يجربه ويدخل فى حوار معه، ليست تجربة واحدة بل ثلاث تجارب، أى نوع من الاتضاع هذا أن يسمح السيد المسيح للشيطان أن يأخذه أثناء التجربة مرة إلى جناح الهيكل ومرة إلى جبل عال. بل أنه مكتوب أنه كان يجربه مدة الأربعين المقدسة كاملة:" وَكَانَ هُنَاكَ فِي الْبَرِّيَّةِ أَرْبَعِينَ يَوْماً يُجَرَّبُ مِنَ الشَّيْطَانِ "(مر 1: 13)، (لو4: 2). والأكثر من ذلك يقول الكتاب أنه تركه إلى حين حيث تجربة الصليب والألم وعلى الرغم من ذلك احتمل السيد المسيح كل التجارب بكل اتضاع.

البعض يقول إن السيد المسيح أراد أن يخفى لاهوته عن الشيطان ، أقول أن مجرد أن يفكر السيد المسيح فى إخفاء لاهوته عن الشيطان لهو مظهر عظيم من مظاهر الاتضاع. فمن هو هذا الشيطان الذى يعمل له السيد المسيح حساب لكى يخفى لاهوته عنه. فللسيد المسيح أراد من التجربة على الجبل أن يعلمنا معنً من معانى الاتضاع وهو إخفاء فضائلنا لا عن الشيطان فقط ولا عن الآخرين بل حتى عن أنفسنا كما قال القديس بولس الرسول "الْخُطَاةَ الَّذِينَ اوَّلُهُمْ أَنَا "(1تي1: 15).

كما أراد السيد المسيح فى التجربة على الجبل أن يعلمنا أن لا نفتخر بأى شئ من ممالك العالم ومجده ولو كنا نملكه ولا نحزن لو افتخر علينا أحد مدعياً أنه يملكه. وهذا ما فعله السيد المسيح عندما ادعى الشيطان كذباً "أُعْطِيكَ هَذِهِ جَمِيعَهَا "(مت4: 9). فلم نر السيد المسيح يعارضه على ادعائه الكاذب فلم نره يعلن له بأنه هو ملك السموات والأرض وحتى لم يعاقبه على وقاحته وكذبه بل صرفه فقط قائلاً: "اذْهَبْ يَا شَيْطَانُ! "(مت 4: 10). مجرد أن يسمح السيد المسيح للشيطان أن يقف أمامه ليس على جبل التجربة فقط بل من بداية سقوطه وحتى الآن فهو مظهر من مظاهر الاتضاع، وإعطاء السيد المسيح للشيطان فرصته كاملة لكى يجرب أولاده وخليقته لهو نوع أيضاً من أنواع الاتضاع. إن احتمال السيد المسيح للشيطان رغم كل أفعاله الذميمة وقباحاته العظيمة ورغم عدم الرجاء فى

رجوعه فاحتمال السيد المسيح له وعدم السماح بهلاكه سريعاً فهو نوع من أنواع الاتضاع.

بل كثيراً ما اتضع السيد المسيح أمام الشياطين وهو بعد على الأرض فنجده يتعامل معهم باتضاع، نجد ذلك فى معجزة شفاء كورة الجدريين فالشياطين بكل سفاهة يقولون له "مَا لَنَا وَلَكَ يَا يَسُوعُ ابْنَ اللَّهِ؟ أَجِئْتَ إِلَى هُنَا قَبْلَ الْوَقْتِ لِتُعَذِّبَنَا؟ "(مت 8: 29) وكأنهم يقولون له لا يكن لك معنا صالحاً، وعلى الرغم من مقدرته على إهلاكهم حسب اعترافهم بذلك نجد السيد المسيح ينفذ طلبهم بكل اتضاع ويسمح لهم بدخول الخنازير حتى يُظهر لنا أنه حتى الحيوانات النجسة فى العهد القديم لم تحتمل دخول الشياطين فيها فانتحرت الخنازير فى المياه

٦. اختيار الآباء التلاميذ والرسل

إننا لم نر ولم نسمع عن قائد دينى يختار تلاميذه وأتباعه من مجموعة من الناس البسطاء مثل السيد المسيح الذى اختار تلاميذه من الصيادين مثل بطرس وأندراوس ويعقوب ويوحنا ومنهم المنبوذين مثل متى العشار. لو أن أحداً منا ماشياً على البحر ورأى بعضاً من الصيايين ماذا سيكون تفكيره تجاههم ؟! ربما لن يفكر فيهم، لأنهم أناس بسطاء. لكن السيد المسيح القائد والمعلم المتواضع

قال لأولئك الصيادين "هَلُمَّ وَرَائِى فَأَجْعَلُكُمَا تَصِيرَانِ صَيَّادَى النَّاسِ "(مر 1: 17).

أراد السيد المسيح بذلك أن يعلمنا معنً هام من معانى الاتضاع وهو ألا نحتقر أحداً مهما كانت ثقافته أو حرفته. وهكذا كتب بولس الرسول "بَلِ اخْتَارَ اللهُ جُهَّالَ الْعَالَمِ لِيُخْزِى الْحُكَمَاءَ وَ اخْتَارَ اللهُ ضُعَفَاءَ الْعَالَمِ لِيُخْزِى الأَقْوِيَاءَ.وَاخْتَارَ اللهُ أَدْنِيَاءَ الْعَالَمِ وَ الْمُزْدَرَى وَغَيْرَ الْمَوْجُودِ لِيُبْطِلَ الْمَوْجُودَ "(1كو1: 27ــ 28). لقد أراد السيد المسيح باختيار تلاميذه من النا س البسطاء أن يؤسس قاعدة هامة فى الخدمة حتى لا يعتقد أحد أن نجاحه فى الخدمة كان نتيجة ثقافته أو تعليمه فأى خادم من الخدام لن يستطيع أن يفعل القليل مما فعله هؤلاء التلاميذ البسطاء. حقاً قال القديس بولس الرسول الذى يعتبر أكثر الرسل ثقافة وعلم "إِذاً لَيْسَ الْغَارِسُ شَيْئاً وَلاَ السَّاقِى بَلِ اللهُ الَّذِى يُنْمِي "(1كو 3: 7).

هناك قاعدة أخرى فى التواضع أراد أن يؤسسها السيد المسيح فى اختيار تلاميذه وهى أن الله يختار ويعمل من خلال الخدام البسطاء المتواضعين ويُنجح خدمته كما فعل مع تلاميذه القديسين الذين استطاعوا أن يفتنوا المسكونة وينشروا تعاليم السيد المسيح. فمن مظاهر الاتضاع فى تعامل السيد المسيح مع تلاميذه أنه أشركهم فى كثير من اختصاصاته وسلطانه قلما يشرك فيها أى معلم تلاميذه

منها أنه ، "وَأَعْطَاهُمْ سُلْطَاناً عَلَى أَرْوَاحٍ نَجِسَةٍ "(مت 10: 1)، "وَيَكُونَ لَهُمْ سُلْطَانٌ عَلَى شِفَاءِ الأَمْرَاضِ وَإِخْرَاجِ الشَّيَاطِينِ "(مر 3: 15). كما قال لهم "تَجْلِسُونَ أَنْتُمْ أَيْضاً عَلَى اثْنَى عَشَرَ كُرْسِيّاً تَدِينُونَ أَسْبَاطَ إِسْرَائِيلَ الاثْنَى عَشَرَ "(مت 19: 28)، "وَتَجْلِسُوا عَلَى كَرَاسِيَ تَدِينُونَ أَسْبَاطَ إِسْرَائِيلَ الاثْنَى عَشَرَ "(لو 22: 30)، "كُلُّ مَا تَرْبِطُونَهُ عَلَى الأَرْضِ يَكُونُ مَرْبُوطاً فِي السَّمَاءِ وَكُلُّ مَا تَحُلُّونَهُ عَلَى الأَرْضِ يَكُونُ مَحْلُولاً فِي السَّمَاءِ "(مت 18:18). يا له من اتضاع عظيم أراد به السيد المسيح أن يعلمنا مظهر هام من مظاهر الاتضاع وهو إشراك الآخرين فيما نملك وننفرد به. فالسيد المسيح هو وحده من له السلطان والدينونة لأنه هو ابن الله الوحيد.

نقول أيضاً: أن اختيار السيد المسيح التلاميذ ليكونوا معه ويرسلهم ليكرزوا... .مجرد ذلك تواضع منه لأنه لم ولن يكون محتاجاً للمساعدة ولكنه لتواضعه أراد ان يشرك الآخرين فى العمل الخاص به كما قال لهم بفمه الطاهر :" آخَرُونَ تَعِبُوا وَأَنْتُمْ قَدْ دَخَلْتُمْ عَلَى تَعَبِهِمْ "(يو4: 38). يخيل لى أن الوحيد الذى تعب هو السيد المسيح وكل الخدام على مر العصور ومنهم آبائنا الرسل اللأطهار دخلوا على هذا التعب. ليتنا نتعلم كخدام أن نتعب وندخل الآخرين ونشركهم فى ثمرة أتعابنا.

مرة من المرات سأل أخ شيخاً كبيراً فى الرهبنة قائلا: "هل حسناً للراهب أن يجلس منفرداً فلا يأخذ من أحد ولا يعطى ؟! "فأجابه ذلك الشيخ المتواضع قائلاً "ليس حسناً يا ابنى لأنه إن فعل ذلك دل على كبريائه وعدم تواضعه ".

إن التلاميذ أولئك الصيادين البسطاء يذكروننى بقصة ذلك الخياط البسيط الذى شهدت له السماء أن الأنبا أنطونيوس أب جميع الرهبان لم يبلغ ما بلغه والقصة هكذا كما جاءت فى البستان "بينما كان القديس (الانبا أنطونيوس يصلى فى قلايته سمع صوتاً يقول :{ يا أنطونيوس. انك لم تبلغ بعد ما بلغه خياط بمدينة الإسكندرية} ، فقام القديس عاجلاً وأخذ الجريد بيده ووصل إلى الخياط. فلما نظر الخياط الشيخ ارتعد. سأله القديس : ما عملك وتدبيرك ؟! . أجابه الخياط: اننى لا أظن أننى أعمل شيئاً من الصلاح غير أننى أنهض مبكراً، وقبل أن أبدأ عمل يدى أشكر الله وأباركه. وأجعل خطاياى أما عينى وأقول: إن كل الناس الذين فى المدينة سيذهبون إلى ملكوت السموات لأعمالهم الصالحة، أما أنا فسأرث العقوبة الأبدية لخطاياى. وأكرر هذا الكلام عينه فى المساء قبل أن أنام.

نعم ليست المشكلة فى المنصب أو الثقافة أو التعليم ولكن فى الاتضاع الذى يرفع صاحبه على الدوام ويجلسه مع رؤساء الشعب.

٧. تعاليم السيد المسيح

تركزت تعاليم السيد المسيح حول فضيلة الاتضاع ، فنرى هذه الفضيلة فى قمة التطويبات ومقدمتها :" طُوبَى لِلْمَسَاكِينِ بِالرُّوحِ لأَنَّ لَهُمْ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ "(مت 5: 3). بل أن كل التطويبات من سمات الناس المتواضعين، فالإنسان المتواضع من سماته أن يكون وديع ورحيم وصانع سلام ونقى القلب وصاحب عين بسيطة وطالباً لملكوت السموات أولاً وأخيراًولا يدين أحداً لأنه دائماً ناظر الخشبة التى فى عينيه حاسباً أن جميع البشر أبر منه وداخلاً من الباب الضيق حيث كل صنوف الهوان والاتضاع.

قمة الاتضاع فى تعاليم السيد المسيح نراها فى الآيات التالية:" لاَ تُقَاوِمُوا الشَّرَّ بَلْ مَنْ لَطَمَكَ عَلَى خَدِّكَ الأَيْمَنِ فَحَوِّلْ لَهُ الآخَرَ أَيْضاً.وَمَنْ أَرَادَ أَنْ يُخَاصِمَكَ وَيَأْخُذَ ثَوْبَكَ فَاتْرُكْ لَهُ الرِّدَاءَ أَيْضاً.وَمَنْ سَخَّرَكَ مِيلاً وَاحِداً فَاذْهَبْ مَعَهُ اثْنَيْنِ "(مت 5: 39-41). من المؤكد أنه ليس هناك اتضاع أكثر من أن نحول الخد الآخر لمن يلطمنا، وأن نترك رداءَنا لمن يريد أن يغتصب منا ثيابنا، وأن نمشى ميلين لمن يريد أن يسخرنا ميلاً واحداً.

نجد أيضاً فى تعاليم السيد المسيح (له كل المجد) أنه عندما أراد أن يوصى بالفضائل العظمى الثلاثة الصدقة والصلاة والصوم كان من

أهم شروط هذه الفضائل شرط مهم من شروط الاتضاع وهو شرط الخفاء "وَأَمَّا أَنْتَ فَمَتَى صَنَعْتَ صَدَقَةً فَلاَ تُعَرِّفْ شِمَالَكَ مَا تَفْعَلُ يَمِينُكَ "(مت 6 :3)، "وَأَمَّا أَنْتَ فَمَتَى صَلَّيْتَ فَادْخُلْ إِلَى مِخْدَعِكَ وَأَغْلِقْ بَابَكَ وَصَلِّ إِلَى أَبِيكَ الَّذِي فِي الْخَفَاءِ "(مت 6: 6)، "وَمَتَى صُمْتُمْ فَلاَ تَكُونُوا عَابِسِينَ كَالْمُرَائِينَ فَإِنَّهُمْ يُغَيِّرُونَ وُجُوهَهُمْ لِكَيْ يَظْهَرُوا لِلنَّاسِ صَائِمِينَ... وَأَمَّا أَنْتَ فَمَتَى صُمْتَ فَادْهُنْ رَأْسَكَ وَاغْسِلْ وَجْهَكَ "(مت 6: 17، 18)

كذلك من تعاليم السيد المسيح عن الاتضاع ما حدث مع أم ابنى زبدى وطلبها بجلوس ولديها عن يمينه ويساره فى ملكوته فرفض السيد المسيح قائلاً: "وَأَمَّا الْجُلُوسُ عَنْ يَمِينِي وَعَنْ يَسَارِي فَلَيْسَ لِي أَنْ أُعْطِيَهُ إِلاَّ لِلَّذِينَ أُعِدَّ لَهُمْ مِنْ أَبِي "(مت 20: 23). ألم يعطى السيد المسيح وعده لتلاميذه قائلاً: "تَجْلِسُونَ أَنْتُمْ أَيْضاً عَلَى اثْنَيْ عَشَرَ كُرْسِيّاً تَدِينُونَ أَسْبَاطَ إِسْرَائِيلَ الاِثْنَيْ عَشَرَ" ؟! (مت 19: 28). بالطبع نعم، لكن السيد المسيح لم يرد أن يوبخها على طلبها لما به من كبرياء وذاتية ولكن أراد بكل أدب أن يوصل لها أن الجلوس والإتكاء فى ملكوته معد من قبل الآب السماوى للمتواضعين والمساكين بالروح كما قال بفمه الطاهر من قبل "طُوبَى لِلْمَسَاكِينِ بِالرُّوحِ لأَنَّ لَهُمْ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ "(مت 5: 3). وكلامها كله لا يتمشى مع هذا الشرط. وحتى عندما تذمر التلاميذ من طلب أم ابنى زبدى وولديها نجد السيد المسيح يعطى المفهوم

السليم للرئاسة والعظمة ووجوب الاتضاع لهما حيث قال بفمه المبارك "فَلاَ يَكُونُ هَكَذَا فِيكُمْ. بَلْ مَنْ أَرَادَ أَنْ يَكُونَ فِيكُمْ عَظِيماً فَلْيَكُنْ لَكُمْ خَادِماً.وَمَنْ أَرَادَ أَنْ يَكُونَ فِيكُمْ أَوَّلاً فَلْيَكُنْ لَكُمْ عَبْداً "(مت 20: 26 ــ27).

إن مفهوم السلطة والعظمة ليس للافتخار والكبرياء ولكن للاتضاع والبذل والخدمة. فالسيد المسيح رغم أنه أعطى السلطان لتلاميذه على الأرواح الشريرة وشفاء الأمراض. ومنحهم سلطان الحل والربط. ولكن من أجل أن يمارسوا هذا السلطان باتضاع أوصاهم قائلاً: "وَأَمَّا أَنْتُمْ فَلاَ تُدْعَوْا سَيِّدِي[1] لأَنَّ مُعَلِّمَكُمْ وَاحِدٌ الْمَسِيحُ وَأَنْتُمْ جَمِيعاً إِخْوَةٌ "(مت 23: 8)، "و لا تدعوا لكم ابا على الارض لان اباكم واحد الذى فى السماوات "(مت 23: 9)، "و لا تُدعوا معلمين لان معلمكم واحد المسيح "(مت 23: 10).

لسنا هنا فى مجال مناقشة مفهوم الأبوة والتعليم والفروق اللغوية بين الكلمات، ولكن يمكننا إن نقول أن هذه الآيات موجهة للتلاميذ والرسل الأطهار والخدام الآتين بعدهم، وليس لعامة الناس أو المخدومين. فعلى الخدام أن يتعاملوا مع المخدومين بكل اتضاع بعيداً عن التعالى والارتفاع. هذا ما أراد السيد المسيح توصيله

---

[1] في الاصل رابى ولا يصح أن يدعوا معلمين والمسيح في وسطهم . أما بعد صعود المسيح فهم معلمين وسادة وآباء. فدعي التلاميذ معلمين وآباء وسادة في الكتاب المقدس.

للرسل ولكافة الخدام على مر الدهور والأزمان. وهذا بعيداً تماماً عن موضوع الألقاب الكنسية وكيف يعامل المخدومين الخدام حيث يجب أن يعاملوهم بكل توقير واحترام واتضاع.

كما أن هناك ملاحظة أخرى على كلام السيد المسيح يخص الاتضاع ويخص أيضاً التفسير السليم للآية السابقة. فإن دققنا النظر فى الآيات السابقة نجدها قد جاءت مباشرة بعد أن قال السيد المسيح:" عَلَى كُرْسِيِّ مُوسَى جَلَسَ الْكَتَبَةُ وَالْفَرِّيسِيُّونَ.فَكُلُّ مَا قَالُوا لَكُمْ أَنْ تَحْفَظُوهُ فَاحْفَظُوهُ وَافْعَلُوهُ وَلَكِنْ حَسَبَ أَعْمَالِهِمْ لاَ تَعْمَلُوا لأَنَّهُمْ يَقُولُونَ وَلاَ يَفْعَلُونَ.فَإِنَّهُمْ يَحْزِمُونَ أَحْمَالاً ثَقِيلَةً عَسِرَةَ الْحَمْلِ وَيَضَعُونَهَا عَلَى أَكْتَافِ النَّاسِ وَهُمْ لاَ يُرِيدُونَ أَنْ يُحَرِّكُوهَا بِإِصْبَعِهِمْ.وَكُلَّ أَعْمَالِهِمْ يَعْمَلُونَهَا لِكَيْ تَنْظُرَهُمُ النَّاسُ فَيُعَرِّضُونَ عَصَائِبَهُمْ وَيُعَظِّمُونَ أَهْدَابَ ثِيَابِهِمْ.وَيُحِبُّونَ الْمُتَّكَأَ الأَوَّلَ فِي الْوَلاَئِمِ وَالْمَجَالِسَ الأُولَى فِي الْمَجَامِعِ.وَالتَّحِيَّاتِ فِي الأَسْوَاقِ وَأَنْ يَدْعُوَهُمُ النَّاسُ: سَيِّدِي سَيِّدِي! "(مت 23: 2ــ7). فالهدف من كلام السيد المسيح لم يكن هجوماً على الألقاب الكنسية أو على تواضع المخدومين لخدامهم ولكن كان هجوماً على كبرياء وشموخ الكتبة والفريسيين المراؤون.

مرة أخرى تحاجج التلاميذ :" فى من هو اعظم "(مر 9: 34). فأخذ السيد المسيح يعلمهم ويعلمنا قائلاً: "إِذَا أَرَادَ أَحَدٌ أَنْ يَكُونَ

أَوَّلاً فَيَكُونُ آخِرَ الْكُلِّ وَخَادِماً لِلْكُلِّ "(مر 9: 35). بعد ذلك أخذ السيد المسيح ولداً و أقامه فى وسطهم ثم احتضنه و قال لهم: "لاَ تَمْنَعُوهُ لأَنَّهُ لَيْسَ أَحَدٌ يَصْنَعُ قُوَّةً بِاسْمِي وَيَسْتَطِيعُ سَرِيعاً أَنْ يَقُولَ عَلَيَّ شَرّاً "(مر 9: 37). هذا هو الاتضاع المطلوب حسب تعاليم السيد المسييح أن نكون آخر الكل وخدام للجميع. إن كلمتى (آخر – الكل) تعنى شمول الاتضاع فلو استطعنا تنفيذ هذه الوصية نكون قد نفذنا الاتضاع فى أكمل معانيه. فى الإنجيل بحسب ما كتب مار مرقس الإنجيلى نجد السيد المسيح يعلم تلاميذه قائلاً:" وقال لهم فى تعليمه تحرزوا من الكتبة الذين يرغبون المشى بالطيالسة و التحيات فى الأسواق. والمجالس الاولى فى المجامع و المتكات الاولى فى الولائم "(مر 12: 38ــ 39).

ما أراد السيد المسيح أن يعلمنا إياه أن الشرط الأساسى للخدام لنجاح خدمتهم هو الاتضاع. لأنه من الطبيعى أن الناس سوف ينفرون من الخادم الذى يتعالى عليم وعلى العكس تماماً سوف ينجذبون إلى الخادم المتواضع كما إلى مغناطيس.

٨. معجزات السيد المسيح

فى كل معجزات السيد المسيح يوجد خيط مشترك حيث كان يوصى الذى صُنعت معه المعجزة قائلاً:" انْظُرْ أَنْ لاَ تَقُولَ لأَحَدٍ "(مت 8:

4)، وذلك يعلمنا سمة هامة من سمات الاتضاع وهى إنكار الذات وعدم حب المديح مهما كانت أعمالنا أو منجزاتنا. هكذا فعل السيد المسيح مع الأعميان فبعد أن فتح أعينهما قال لهم :" انْظُرَا لاَ يَعْلَمْ أَحَدٌ! "(مت 9: 30).

كذلك كان السيد المسيح يشرك الآخرين فى معجزاته. فغالباً ما كان يوصى الذى صُنعت معه المعجزة قائلاً:" بَلِ اذْهَبْ أَرِ نَفْسَكَ لِلْكَاهِنِ وَقَدِّمِ الْقُرْبَانَ "(مت 8: 4). وهذا تقديراً منه لكهنته وخدامه وذلك لكى يعلمنا أن نقدم الآخرين ونكرمهم ولا نتبلور حول ذواتنا ، بل نشرك الآخرين فى أعمالنا وخيرنا حتى ولو لم يكن لهم يد فيه. هذا هو الاتضاع الذى أراد السيد المسيح أن يعلمنا إياه.

كما نجد اختبار الاتضاع فى معجزات السيد المسيح. فيوجد أمر آخر مشترك له علاقة بفضيلة الاتضاع وهو : إما أن يعمل المعجزة لأجل اتضاع الشخص مثلما فعل مع قائد المائة الذى اتضع قائلاً: "يَا سَيِّدُ لَسْتُ مُسْتَحِقّاً أَنْ تَدْخُلَ تَحْتَ سَقْفِي لَكِنْ قُلْ كَلِمَةً فَقَطْ فَيَبْرَأَ غُلاَمِ "(مت 8: 8). فمدح السيد اتضاعه مع إيمانه قائلاً "لَكُمْ لَمْ أَجِدْ وَلاَ فِي إِسْرَائِيلَ إِيمَاناً بِمِقْدَارِ هَذَا "(مت 8: 10).

كذلك مع ابنة يايرس قائد المائة الذى مع شرف رتبته اتضع وجاء وجثا على ركبتيه أمام السيد المسيح طالباً أن يمضى معه لكى

يشفى ابنته التى كانت مشرفة على الموت وكان هذا أمام الجمع... نادراً ما يستطيع أحداً أن يفعل ما فعله يايرس إن لم يكن متضعاً اتضاعاً شديداً... فمن أجل اتضاعه ورغم مجئ من يقول ليايرس "قَدْ مَاتَتِ ابْنَتُكَ. لاَ تُتْعِبِ الْمُعَلِّمَ "(لو 8: 49)، إلا إن السيد المسيح من أجل اتضاعه ذهب معه وأقام ابنته من الأموات.

كذلك المرأة نازفة الدم تلك التى لم تجعل نفسها مستحقة أن تتكلم مع السيد المسيح بل قالت فى نفسها "إِنْ مَسَسْتُ وَلَوْ ثِيَابَهُ شُفِيتُ "(مر 5: 28) فكانت النتيجة أن قوة خرجت من السيد فوقف ينبوع دمها بعد اثنتى عشرة سنة من التعب والعناء... فإن أردنا الشفاء من أى مرض روحى أو جسدى فعلينا بالإيمان مع الاتضاع فهما قادران أن يمنحانا القوة والشفاء من لدن الرب.

كذلك أيضاً مع الأبرص، فمكتوب عنه:" فَلَمَّا رَأَى يَسُوعَ خَرَّ عَلَى وَجْهِهِ وَطَلَبَ إِلَيْهِ قَائِلاً: «يَا سَيِّدُ إِنْ أَرَدْتَ تَقْدِرْ أَنْ تُطَهِّرَنِي "(لو 5: 12)... فما كان من السيد المسيح بعد أن رأى اتضاعه إلا أن قال:" أُرِيدُ فَاطْهُرْ "(لو 5: 13). فالإنسان الذى يذهب إلى السيد المسيح طالباً باتضاع تكون الاستجابة سريعة... عكس الإنسان الذى يطلب بدون اتضاع فيصبر عليه الرب ليختبر اتضاعه ويعلمه الاتضاع. فإن اردنا أت تستجاب طلباتنا من الرب بسرعة علينا أن نطلبها باتضاع.

يجب علينا عندما نطلب شيء أن يكون باتضاع وانسحاق ، ودموع. فالدموع هى التى يمكنها أن تصنع ما لا يمكن صنيعه ، فهى التى ينغلب الرب لها، هكذا كما قال:" حَوِّلِي عَنِّي عَيْنَيْكِ فَإِنَّهُمَا قَدْ غَلَبَتَانِي "(نش 6: 5). كذلك قيل على لسان الرب:" وَإِلَى هَذَا أَنْظُرُ: إِلَى الْمِسْكِينِ وَالْمُنْسَحِقِ الرُّوحِ وَالْمُرْتَعِدِ مِنْ كَلاَمِي"(إش 66: 2)، كما قيل أيضاً:"لاَ يَرْجِعَنَّ الْمُنْسَحِقُ خَازِياً "(مز 74: 21).

هناك مثل آخر لمعجزة أراد بها السيد المسيح أن يختبر اتضاع من يريد أن يصنع معه المعجزة وهى المرأة الكنعانية التى قال لها "لَيْسَ حَسَناً أَنْ يُؤْخَذَ خُبْزُ الْبَنِينَ وَيُطْرَحَ لِلْكِلاَبِ "(مت 15: 26)، وعندما أجابته باتضاع فريد قائلة: "نَعَمْ يَا سَيِّدُ. وَالْكِلاَبُ أَيْضاً تَأْكُلُ مِنَ الْفُتَاتِ الَّذِي يَسْقُطُ مِنْ مَائِدَةِ أَرْبَابِهَا "(مت 15: 27) حينئذٍ مدح السيد المسيح إيمانها علانية "يَا امْرَأَةُ عَظِيمٌ إِيمَانُكِ! لِيَكُنْ لَكِ كَمَا تُرِيدِينَ "(مت 15: 28). فالسيد المسيح لم يقصد إهانتها بل إكرامها وإظهار إيمانها مع اتضاعها لتكون قدوة لجميع المؤمنين على مر العصور فى الإيمان والاتضاع.

هناك ملاحظة أخرى على معجزات السيد المسيح وهى أنه كان لا يصنع المعجزات أمام الجميع، بل كان يخرج الجميع ويكتفى بشاهد فقط أو اثنين(وهو ما يسمى بعدم حب الظهور) هكذا فعل فى بيت

يايرس رئيس المجمع عندما أقام ابنته من الأموات فمكتوب " فَلَمَّا أُخْرِجَ الْجَمْعُ دَخَلَ وَأَمْسَكَ بِيَدِهَا فَقَامَتِ الصَّبِيَّةُ "(مت 9: 25)، بل أنه أراد ان يعلمنا التواضع عندما أراد أن يخبر ذلك الجمع أن الصبية لم تمت ولكنها نائمة ورغم ضحكهم عليه نجده لا ينتهرهم بل ويشفى لهم ابنتهم.

كذلك فى إخراج الروح النجس الذى قدمه أبوه بعدما نزل من جبل التجلى ولم يستطع التلاميذ أن يخرجوا الروح النجس من ابنه نرى الكتاب المقدس يقول لنا "فَلَمَّا رَأَى يَسُوعُ أَنَّ الْجَمْعَ يَتَرَاكَضُونَ انْتَهَرَ الرُّوحَ النَّجِسَ "(مر 9: 25). فالسيد المسيح أسرع بالمعجزة هرباً من مجد الناس لا لأنه خائفاً من المجد الباطل بل لكى يعطينا نفسه مثال لكى نتبع خطواته فى التواضع كما فى كل الفضائل.

كما نجد أن ثلاثين سنة من حياة السيد المسيح، قبل أن يبدأ خدمته الخلاصية لم يُكتب عنها شئ فى الكتاب المقدس لا معجزات ولا آيات. لقد عاش السيد شبابه كأى شاب مثلنا يعمل ويساعد عائلته كنجار بسيط. لأن المعجزات فى نظر السيد المسيح ليست للمنظرة أو الافتخار ولكن تُصنع فى مكانها الحقيقى حيث الخلاص وخدمة الآخرين.

السيد المسيح لم يصنع معجزة واحدة بدون هدف ففى أكثر من مرة فى الأناجيل الأربعة، يرفض صنع المعجزات عندما تطلب منه بدون هدف. وذلك لكى يعلمنا أن المواهب والمعجزات ليست للافتخار ولكن لخدمة الآخرين وإظهار محبتنا وشفقتنا عليهم.وقد حدث ذلك فى الأناجيل الثلاثة الأولى عندما طلب منه الفريسيون أن يصنع لهم آية فأخذ السيد المسيح يجاوبهم قائلاً:" جِيلٌ شِرِّيرٌ وَفَاسِقٌ يَطْلُبُ آيَةً وَلاَ تُعْطَى لَهُ آيَةٌ إِلاَّ آيَةَ يُونَانَ النَّبِيِّ"(مت 12: 39)، (مت 16: 4)، (لو 11: 29). فالسيد المسيح لم يرفض صنع المعجزة عن عدم مقدرة ولكن رفض لكى يعطى المعنى الصحيح للمعجزة ويبين شرطها الأساسى وهو الاتضاع وعدم الافتخار.

من أمثلة رفض السيد المسيح عمل المعجزات ليست فقط التى بلا هدف بل أيضاً كان يرفض عمل المعجزات ذات الأهداف المادية أو العالمية أو الجسدانية مثلما رفض من الشيطان طلبه بتحويل الحجارة إلى خبز أو أن يلقى بنفسه من فوق جناح الهيكل لتحمله الملائكة... إن هدف المعجزة يجب أن يكون أسمى من ذلك بكثير وليس هناك أسمى من خلاص الآخرين ورد الخطاة كما يقول الرسول يعقوب "مَنْ رَدَّ خَاطِئاً عَنْ ضَلاَلِ طَرِيقِهِ يُخَلِّصُ نَفْساً مِنَ الْمَوْتِ، وَيَسْتُرُ كَثْرَةً مِنَ الْخَطَايَا "(يع 5: 20)... هكذا كان يعلم آباؤنا القديسون الأوائل.

هذا يذكرنى بقصة ذلك الشاب الذى أراد أن يفتخر على القديس الأنبا باخوميوس أب الشركة بسيره فوق جمرة نار لكى يقيس مقدار إيمانه فرفض الأنبا باخوميوس عمل المعجزة بدون هدف أو للافتخار التى تجئ من فخ ونار الكبرياء ، وذلك الشاب الذى استطاع بحيلة من إبليس أن يسير فوق جمر النار ولكنه بعد قليل فقد عقله وهلك بأن ألقى بنفسه فى نفس النار. فللذين يفتخرون بعمل المعجزات والآيات أو الذين لهم أهداف مادية أو عالمية من وراء عمل المعجزات أو من وراء خدمتهم هم من ضمن الذين يجيئون فى الدينونة وهم مطروحون فى الظلمة الخارجية حيث البكاء وصرير الأسنان ويقولون للرب :" يَا رَبُّ يَا رَبُّ أَلَيْسَ بِاسْمِكَ تَنَبَّأْنَا وَبِاسْمِكَ أَخْرَجْنَا شَيَاطِينَ وَبِاسْمِكَ صَنَعْنَا قُوَّاتٍ كَثِيرَةً؟ "(مت 7: 22)... فيصرح الرب قائلاً: "لهم أَقُولُ لَكُمْ لاَ أَعْرِفُكُمْ مِنْ أَيْنَ أَنْتُمْ! تَبَاعَدُوا عَنِّي يَا جَمِيعَ فَاعِلِي الظُّلْمِ "(لو 13: 27). والظلم الذى فعلوا ليس فى المعجزات بل فى الكبرياء الذ ى صُنعت بها. فكل فضيلة لا يُمارس فيها الاتضاع تكون على الإنسان ليس له.

٩. التعامل مع رافضيه

من المبادئ السامية للاتضاع قبول الآخر حتى لو رفضنا واضطهدنا هكذا كان يفعل السيد المسيح ويعلم دائماً. فبعدما شفى مجنون كورة الجدريين نجد أصحاب الخنازير، وأهل وتلك الكورة

يطلبون منه أن ينصرف عن تخومهم فلم نرى فى الكتاب المقدس أن السيد المسيح قد وبخهم أو حتى أوضح لهم خطأ تصرفهم بكل اتضاع نجده يترك لهم مدينتهم بكل هدوء وسلام. وهذا ما يجب أن يفعله الإنسان الذى ينشد الاتضاع ويسير فى خطى سيده بأن لا يحتمل مضطهديه وأعداءَه فقط بل يحبهم ويصلى لأجلهم ويبارك عليهم هكذا علمنا السيد المسيح :" احِبُّوا أَعْدَاءَكُمْ. بَارِكُوا لاَعِنِيكُمْ. أَحْسِنُوا إِلَى مُبْغِضِيكُمْ وَصَلُّوا لأَجْلِ الَّذِينَ يُسِيئُونَ إِلَيْكُمْ وَيَطْرُدُونَكُمْ "(مت 5: 44).

كما أن من مظاهر تعامل السيد المسيح مع رافضيه أنه كان يحتمل منهم كلاماً قاسياً جداً. فقد قالوا عنه: "بِرَئِيسِ الشَّيَاطِينِ يُخْرِجُ الشَّيَاطِينَ "(مت 9: 34) أو" لأَنَّهُمْ قَالُوا:«إِنَّهُ مُخْتَلٌّ! "(مر 3: 21)، "إِنْ كَانُوا قَدْ لَقَّبُوا رَبَّ الْبَيْتِ بَعْلَزَبُولَ "(مت 10: 25)،" إِنَّ مَعَهُ بَعْلَزَبُولَ وَإِنَّهُ بِرَئِيسِ الشَّيَاطِينِ يُخْرِجُ الشَّيَاطِينَ "(مر 3: 22).

ولكى يعلمنا السيد المسيح الاتضاع الحقيقى وكيف نتعامل مع من ينعتونا بأبشع الصفات نجده (له كل المجد) لا يجاوبهم حسب شتيمتهم ولم يعاتبهم عليها ويقول لهم "هذه شتيمة... ولا يحق لكم أن تشتموا... "فَإِنْ كَانَ الشَّيْطَانُ أَيْضاً يَنْقَسِمُ عَلَى ذَاتِهِ فَكَيْفَ تَثْبُتُ مَمْلَكَتُهُ؟ لأَنَّكُمْ تَقُولُونَ: إِنِّي بِبَعْلَزَبُولَ أُخْرِجُ الشَّيَاطِينَ. فَإِنْ كُنْتُ أَنَا بِبَعْلَزَبُولَ أُخْرِجُ الشَّيَاطِينَ فَأَبْنَاؤُكُمْ بِمَنْ يُخْرِجُونَ؟ لِذَلِكَ هُمْ يَكُونُونَ قُضَاتَكُمْ "(لو 11: 18 ــ 19).

على العكس تماماً فقد تنازل السيد المسيح عن حقه لدى شاتميه عندما صرح بفمه المبارك: "وَمَنْ قَالَ كَلِمَةً عَلَى ابْنِ الإِنْسَانِ يُغْفَرُ لَهُ "(مت 12: 32) ولكن لم يتسامح فى حق الروح القدس والإيمان "وَأَمَّا مَنْ قَالَ عَلَى الرُّوحِ الْقُدُسِ فَلَنْ يُغْفَرَ لَهُ لاَ فِي هَذَا الْعَالَمِ وَلاَ فِي الآتِي "(مت 12: 32). هكذا يجب على الإنسان المتضع أن يتعلم من سيده أن يكون يكون متضعاً ومتنازلاً فيما يخصه ولكن فيما يخص الإيمان والعقيدة وذات الله فلا يكون هناك تنازل بل ثبات على الحق... هكذا قيل عن السيد المسيح "الَّذِي إِذْ شُتِمَ لَمْ يَكُنْ يَشْتِمُ عِوَضاً وَإِذْ تَأَلَّمَ لَمْ يَكُنْ يُهَدِّدُ بَلْ كَانَ يُسَلِّمُ لِمَنْ يَقْضِي بِعَدْلٍ "(1بط 2: 23).

هكذا يجب على الإنسان المتضع أن يحتمل الشتيمة والألم من الآخرين دون أن يرد أو يتذمر أو يحقد أو يغضب ولكن على قدر طاقته يحاول بالكلام الطيب معالجة من يشتمونه وإن لم يستطع فليس أقل من أن يصلى من أجلهم ويبارك عليهم.

من مظاهر تواضع السيد المسيح مع رافضيه تعامله مع من كانوا يسألوه لكى يجربوه ومع علمه بريائهم نجده لا يوبخهم على ذلك تواضعاً منه لكى يعلمنا أن لا نكون جارحين لغيرنا بالكلام حتى ولو كانوا مستأهلين للتجريح.

يتضح ذلك فى قصة :" أيجوز أن نعطى جزية لقيصر" فرغم قول الكتاب:"فَعَلِمَ رِيَاءَهُمْ وَقَالَ لَهُمْ: «لِمَاذَا تُجَرِّبُونَنِي؟ ايتُونِي بِدِينَارٍ لأَنْظُرَهُ"(مر 12: 15) ومع ذلك لم يوبخهم على هذا الرياء... .فعلينا نحن أيضاً أن نتعلم من السيد المسيح وهو الديان العادل الذى سيدين الأحياء والأموات و إذا دان فدينونته حق... ولكنه لم يشأ أن يدين لكى يعلمنا أن لا ندين أحداً ولو كان مستحقاً.

من أمثلة الاتضاع فى تعامل السيد المسيح ليس مع رافضيه فقط بل مع من يريدون أن يلقوا به من على حافة الجبل حيث يكتب الإنجيلى لوقا البشير فيقول :" فَقَامُوا وَأَخْرَجُوهُ خَارِجَ الْمَدِينَةِ وَجَاءُوا بِهِ إِلَى حَافَّةَ الْجَبَلِ الَّذِي كَانَتْ مَدِينَتُهُمْ مَبْنِيَّةً عَلَيْهِ حَتَّى يَطْرَحُوهُ إِلَى أَسْفَلُ"(لو 4: 29). فماذا فعل السيد المسيح هل أتى بهم ليذبحهم أمامه أم أمر باهلاكهم جميعاً... كان فى استطاعته ولكنه لم يفعل لأنه كان فى زمن الاتضاع والرحمة،فكل ما نقرأه فى رد فعله "أَمَّا هُوَ فَجَازَ فِي وَسْطِهِمْ وَمَضَى"(لو 4 :30).

هناك مثل آخر ينم عن التواضع فى تعامل السيد المسيح مع رافضيه وهو عندما أرسل بعضاً من تلاميذه إلى مدينة من السامريين ليعدوا له فلم يقبلوا فتلميذاه يعقوب ويوحنا قالا للرب يسوع "يَا رَبُّ أَتُرِيدُ أَنْ نَقُولَ أَنْ تَنْزِلَ نَارٌ مِنَ السَّمَاءِ فَتُفْنِيَهُمْ كَمَا فَعَلَ إِيلِيَّا أَيْضاً؟"(لو 9: 54). تُرى بماذا أجابهم الرب يسوع ؟! نرى أن الرب يسوع ينتهرهم ويقول لهم تلك المقولة العظيمة

المملوءة رحمة واتضاعاً "أَنَّ ابْنَ الإِنْسَانِ لَمْ يَأْتِ لِيُهْلِكَ أَنْفُسَ النَّاسِ بَلْ لِيُخَلِّصَ». فَمَضَوْا إِلَى قَرْيَةٍ أُخْرَى"(لو 9: 56)... هكذا كل إنسان متضع يريد أن يقتدى بالمعلم الصالح يكون العنف بعيداً عن كل تصرفاته وكلامه وتعاملاته... فلا يتمشى العنف مع الاتضاع بأى حال من الأحوال... فالإنسان المتواضع يجب أن يكون وديع ومتواضع ومتسامح مع الكل، رافضيه قبل مريديه أعدائه قبل محبيه.

١٠. التعامل مع الخطاة

من أسمى علامات الاتضاع فى حياة السيد المسيح على الأرض هو تعامله مع الخطاة فلم يكتفِ فقط بأن لا يعاقبهم سريعاً ويعطيهم فرصة للتوبة، بل يدخل بيوتهم ويجلس إلى مائدتهم ويأكل معهم هكذا تكلم الفريسيون على السيد المسيح "لِمَاذَا يَأْكُلُ مُعَلِّمُكُمْ مَعَ الْعَشَّارِينَ وَالْخُطَاةِ؟"(مت 9: 11)، بل ونجده يعلن أنه قد جاء خصيصاً لهم "لَمْ آتِ لأَدْعُوَ أَبْرَاراً بَلْ خُطَاةً إِلَى التَّوْبَةِ"(مت 9: 13) بل أن السيد المسيح لم يكتفِ بدخول بيوتهم والجلوس على مائدتهم بل سمح أيضاً وهو قدوس القديسين بأن يلمسوه بأجسادهم الخاطئة هكذا فعلت المرأة الخاطئة فى بيت سمعان كما نصلى دائماً فى إنجيل الخدمة الثانية من صلاة نصف الليل المكتوب عنها أنها "وَابْتَدَأَتْ تَبُلُّ قَدَمَيْهِ بِالدُّمُوعِ وَكَانَتْ تَمْسَحُهُمَا بِشَعْرِ رَأْسِهَا وَتُقَبِّلُ

قَدَمَيْهِ وَتَدْهَنُهُمَا بِالطِّيبِ"(لو 7: 38). بل نجد السيد المسيح لا يكتفى أيضاً بأن يتلامس معهم بل ويدافع عنهم ضد من يتكبر عليهم فكما دافع عن المرأة الخاطئة فى بيت سمعان هكذا دافع عن المرأة التى أُمسكت فى ذات الفعل لأنه زمن الرحمة.

السيد المسيح يريد بتعامله مع الخطاة هذا أن يعلمنا درب من دروب الاتضاع بأن لا نتكبر على الخطاة والضعفاء وألا ندينهم، فمع أنه هو الديان العادل الفاحص القلوب والكُلى والقدوس الذى لا يطيق الخطية ورغم استحقاق الخطاة للعقوبة إن لم يتوبوا نجده يترأف ويتحنن عليهم ويدافع عنهم لكى يجتذبهم إلى التوبة، فكم بالأولى نحن الضعفاء المساكين، أى مسلك من مسالك الاتضاع يجب أن نتبعه فى معاملتنا مع الخطاة والضعفاء.؟!

من الأمثلة الرائعة للاتضاع فى حياة السيد المسيح على الأرض وتعامله مع الخطاة. تعامله مع يهوذا الاسخريوطى وكيف اختاره وصبر عليه ولم يوبخه وأخيراً عندما أراد أن يحذره مما هو ق ادم عليه لم يجعل أحداً يفهم ما يريد.

إن من أسمى معانى التواضع فى حياة السيد المسيح هو عدم إدانته ليهوذا ولم يوبخه عندما خانه بثلاثين من الفضة وذهب مع العسكر ليقبضوا على السيد ورغم معرفة السيد المسيح لذلك نجده يقول له

"يَا صَاحِبُ لِمَاذَا جِئْتَ؟ "(مت 26: 50) لكى يعملنا قاعدة هامة من قواعد الاتضاع وهى عدم إدانة الآخرين حتى ولو كنا متأكدين من أخطائهم. هكذا قال أحد الآباء المتواضعين "المتواضع لا يدين أحداً ولو رآه للأصنام ساجداً ".

المرأة السامرية تلك المرأة التى بجانب أنها سامرية حتى السامريين أيضاً لا يتعاملون معها بل أنها تعيش مع رجل ليس هو زوجا لها... السيد المسيح وهو الديان العادل لم يدنها بل أخذ فى تشجيعها قائلاً: "حَسَناً قُلْتِ لَيْسَ لِي زَوْجٌ "(يو 4: 17)... كذلك المرأة التى أُمسكت فى ذات الفعل أى وهى تزنى وقد أحضروها للسيد المسيح ليجربوه فتلك التى نفر منها الجميع وأرادوا رجمها... نجد السيد المسيح حتى لا يدينها قال لها: "وَلاَ أَنَا أَدِينُكِ. اذْهَبِي وَلاَ تُخْطِئِي أَيْضاً"(يو 8: 11)... هذا هو التواضع الذى لا يدين أحداً لأى سبب. ما دمنا نعيش على الأرض فهو زمن التوبة والرحمة كما كان يفعل آباؤنا القديسون أمثال القديس يوحنا القصير الذى كان عندما يرى إنساناً خاطئاً "لكى لا يدينه يقول "هذا أخى قد أخطأ اليوم وربما يتوب غداً... وأنا ربما أخطأ غداً ولا تسنح لى فرصة للتوبة.

أعتقد أن لو كان احد قد اصطدم في حياته بامرأة مثل هذه المرأة الخاطئة، فلن يستنكف أن لايتكلم معها فقط، بل يرفض حتى الوقوف أوالتعامل معها.

١١. أمثال السيد المسيح

من أهميةالاتضاع لا يكاد يخلو مثل من أمثال السيد المسيح من تلك الفضيلة لأنها كانت أكثر الفضائل التى ركز عليها السيد المسيح فى كل تعاليمه وأمثاله ومعجزاته وحياته كلها على الأرض والأمثال هى كالتالى:

- **مثل الزارع:** يذكر أن من أسباب عدم الثمر والثبات فى الحياة الروحية شيئان "قلب هذا الشعب قد غلظ "، "غرور الغنى " وهما عكس فضيلة الاتضاع.
- **مثل زوان الحقل :** نجد أن صاحب الحقل رغم معرفته بالعدو وسلطانه عليه إلا أنه لم يحاربه ولم ينتقم منه خلال المثل فى وقتها بل اكتفى أن يعالج فقط ما فعله وأيضاً يعالج بتواضع وليس بكبرياء فلا مانع أن يظل الزوان حتى يأتى وقت حريقه المعلوم. هكذا نحن إن أردنا أن نسير فى أثر خطوات الرب فى تعاليمه عن الاتضاع يجب علينا أن لا ننتقم لأنفسنا ولا نتصرف فى شئ بتسرع وكبرياء بل علينا أن نعالج كل شئ بتواضع وحكمة تاركين المجازاة والحساب ليوم الحساب.

- **مثل حبة الخردل :** تلك التى كانت "وَهِيَ أَصْغَرُ جَمِيعِ الْبُزُورِ"(مت 13: 32) لذلك استحقت أن أن تكون "أَكْبَرُ الْبُقُولِ وَتَصِيرُ شَجَرَةً حَتَّى إِنَّ طُيُورَ السَّمَاءِ تَأْتِي وَتَتَآوَى فِي أَغْصَانِهَا"(مت 13: 32). إن الله لا يختار للخدمة سوى الذين يشعرون بضعفهم مثل حبة الخردل ويعمل من خلالهم لكى يصيروا أشجاراً كبيرة مثمرة يأتى المخدومون ويحتموا تحت ظل صلواتهم المتواضعة. هكذا علم السيد المسيح "فَمَنْ يَرْفَعْ نَفْسَهُ يَتَّضِعْ وَمَنْ يَضَعْ نَفْسَهُ يَرْتَفِعْ"(مت 23: 12)، (لو 14: 11)، (لو 18: 14). ويقول أيضاً:" لأَنَّ الأَصْغَرَ فِيكُمْ جَمِيعاً هُوَ يَكُونُ عَظِيماً "(لو 9: 48). وأيضاً يقول:" الْكَبِيرُ فِيكُمْ لِيَكُنْ كَالأَصْغَرِ وَالْمُتَقَدِّمُ كَالْخَادِمِ"(لو 22: 26). هذا ما قد صُنع مع بولس الرسول:" لِي أَنَا أَصْغَرَ جَمِيعِ الْقِدِّيسِينَ أُعْطِيَتْ هَذِهِ النِّعْمَةُ، أَنْ أُبَشِّرَ بَيْنَ الأُمَمِ بِغِنَى الْمَسِيحِ الَّذِي لاَ يُسْتَقْصَى"(أف 3: 8).

هكذا كل إنسان متضع كلما يزداد اتضاعاً يزداد عظمة ليس فى السموات فقط بل وعلى الأرض.

- **مثل الكنز المُخفى.**

من عنوان المثل يتضح أن معنى الإخفاء وهو من أهم معانى الاتضاع، حتى عندما وجد صاحب الحقل ذلك الكنز أخفاه. هكذا نحن أيضاً إذا ما وجدنا الكنز الروحى الذى هو السيد المسيح يجب أن نخفيه داخلنا ولا نعلنه لكى ينمو ويزداد ولا يكون معرض للسرقة أو النهب من المجد الباطل أو من اللصوص الخفية. فكما يقول الآباء "الفضيلة إذا ظهرت سرقت ونهبت من المجد الباطل ". هكذا كان يفعل آبلؤنا القديسون فنسمع عنهم أنه لم يكن أحد يتجرأ أن يطلب منهم أن يصلى لأجل مريض أو ميت أو مفلوج ولكن كانوا يضعونهم خارج القلاية أو خارج الكنيسة وعندما كانوا يعبرون كان تحدث بهم المعجزة دون أن يدرون. وتكون فضائلهم وكنوزهم مختفية حتى عن ذواتهم.

- **مثل اللؤلوة الكثيرة الثمن:** حتى فى مثل اللؤلوة الكثيرة الثمن نجد التاجر الذى وجدها ذهب وباع كل ما كان له لكى يحصل عليها. وهذا مبدأ هام من مبادئ التواضع ألا وهو مبدأ البيع. بيع كل ما نملك فالفقر الاختيارى مبدأ هام من مبادئ الرهبنة كما هو من مبادئ الاتضاع. فالإنسان المتضع حتى ولو كان يملك شيئاً فكأنه لا يملك ومستعد أن يبيع ما يملكه أو يتنازل عنه. ولا يحزن على فقدان ما يملك. هكذا كان يفعل آباؤنا القديسون عندما كانوا يتعرضون لسرقة كل محتويات قلاليهم نجدهم لا يحزنزن ولا يتذمرون بل كانوا مستعدين لأن يتنازلوا

عن ما تركه السارق فيذهبون جرياً وراءه ليعطوه ما تركه. وكانوا فى ذلك ينفذون كلام السيد المسيح "وَمَنْ أَرَادَ أَنْ يُخَاصِمَكَ وَيَأْخُذَ ثَوْبَكَ فَاتْرُكْ لَهُ الرِّدَاءَ أَيْضا"(مت 5: 40). هذا هو التواضع فى أسمى معانيه أن لا يشعر الإنسان المتضع أنه يملك أى شئ مادى أو روحي "لَيْسَ أَنَّنَا كُفَاةٌ مِنْ أَنْفُسِنَا أَنْ نَفْتَكِرَ شَيْئاً كَأَنَّهُ مِنْ أَنْفُسِنَا، بَلْ كِفَايَتُنَا مِنَ اللهِ "(2كو 3: 5).

والسيد المسيح له كل المجد قد مارس الفقر الاختيارى فى أسمى معانيه حتى أنه قال عن نفسه "وَأَمَّا ابْنُ الإِنْسَانِ فَلَيْسَ لَهُ أَيْنَ يُسْنِدُ رَأْسَهُ "(مت 8: 20)، (لو 9: 58)، حتى عندما أراد أن يصنع الفصح مع تلاميذه أرسل اثنان منهم ليطلبوا من أحد الأشخاص قائلاً: "عِنْدَكَ أَصْنَعُ الْفِصْحَ"(مت 26: 18).

١٢. كان الرب يرفض مديح الآخرين : رغم أن السيد المسيح لم يكن يهمه مديح الآخرين ولا كلامهم ولكن أراد برفض كلام المديح هذا أن يعلمنا أنه لم نستطع أن نرفضه كما رفضه فعلى الأقل لا نعيره انتباهاً. والأمثلة كثيرة من حياة السيد المسيح على الأرض منها :

- **الشاب الغني:** عندما تقدم إلى السيد المسيح قائلاً: "أَيُّهَا الْمُعَلِّمُ الصَّالِحُ "(مت 19: 16)، (مر 10: 17)، (لو 18: 18)، وجدنا أن

السيد المسيح يرفض هذا المديح معلماً إياه ونحن قائلاً: "لِمَاذَا تَدْعُونِي صَالِحاً؟ لَيْسَ أَحَدٌ صَالِحاً إِلاَّ وَاحِدٌ وَهُوَ اللَّهُ. وَلَكِنْ إِنْ أَرَدْتَ أَنْ تَدْخُلَ الْحَيَاةَ فَاحْفَظِ الْوَصَايَا "(مت 19: 17). **مع أن** السيد المسيح قال فى إنجيل يوحنا "أَنَا هُوَ الرَّاعِي الصَّالِحُ (يو 10: 11) يرفض نعته بالصلاح من ذلك الشاب الغنى لكى يعلمنا ركن آخر هام من أركان التواضع الا وهو رفض مديح الناس. وإن دققنا النظر فى قصة الشاب الغنى هذا نجد أن مشكلته فى كبريائه كان " ذا أموال كثيرة ". فأراد فاحص القلوب والكُلى أن يعالج مرضه ولكنه رفض ومضي. والسيد المسيح قد لخص الاتضاع فى عبارته الشاملة "؟ لَيْسَ أَحَدٌ صَالِحاً إِلاَّ وَاحِدٌ وَهُوَ اللَّهُ"(مت 19: 1)، (مر 10: 18)، (لو 18: 19). لأهمية هذا المثل وهذه الآية تكرر هذا المثل فى الأناجيل الثلاثة ما عدا الأنجيل بحسب القديس يوحنا الذى كان يركز على ألوهية السيد المسيح. وفى هذه الآية جمع السيد المسيح كل معانى الاتضاع فمهما فعلنا من صلاح ستبقى هذه العبارة؟ لَيْسَ أَحَدٌ صَالِحاً إِلاَّ وَاحِدٌ وَهُوَ اللَّهُ "فالله هو مصدر كل صلاح. وإن كان السيد المسيح وهو الصلاح نفسه رفض نعته بهذه الصفة[٢] وهو الله نفسه فكم يكون علينا نحن الضعفاء الخطاة. حقاً

---

[٢] كان الناس يخاطبون معلمى اليهود بكلمة(أيها المعلم الصا لح) وكان معلمو اليهود (الدبيون) يفرحون بهذه الألقاب الرنانه اما السيد المسيح فرفض هذا اللقب لأن الشاب كان يخاطبه بنفس اللغه التى يخاطب بها معلمى اليهود، فأراد السيد المسيح أن يلفت نظر الشاب أنه كان يقصد أن المسيح كأحد معلمى اليهود فليس أحد صا لح إلا الله أما إن كان الشاب

تكلم السيد المسيح بفمه الطاهر "مَتَى فَعَلْتُمْ كُلَّ مَا أُمِرْتُمْ بِهِ فَقُولُوا: إِنَّنَا عَبِيدٌ بَطَّالُونَ. لأَنَّنَا إِنَّمَا عَمِلْنَا مَا كَانَ يَجِبُ عَلَيْنَا "(لو 17: 10). ويتضح شمول هذه العبارة لأننا يمكننا أن نرد بها على أى أفكار كبرياء يمكن أن تحاربنا مهما عملنا من خير وصلاح.

- **مديح الشياطين:** فى أكثر من قصة رواها الإنجيليون خاصة بإخراج السيد المسيح للشياطين نجدهم يعترفون بالسيد المسيح فيقولون "أَنَا أَعْرِفُكَ مَنْ أَنْتَ قُدُّوسُ اللَّهِ"(مر 1: 24)، (لو 4: 34). جاء ذلك فى قصة شفاء مجنون كورة الجدريين. فماذا كان رد فعل السيد المسيح ؟! نجده ينتهر الشيطان رافضاً منه هذا المديح الباطل قائلاً "فَانْتَهَرَهُ يَسُوعُ قَائِلاً: اخْرَسْ وَاخْرُجْ مِنْهُ!(مر 1: 25).كذلك يقول القديس مارمرقس:" فَشَفَى كَثِيرِينَ كَانُوا مَرْضَى بِأَمْرَاضٍ مُخْتَلِفَةٍ وَأَخْرَجَ شَيَاطِينَ كَثِيرَةً وَلَمْ يَدَعِ الشَّيَاطِينَ يَتَكَلَّمُونَ لأَنَّهُمْ عَرَفُوهُ"(مر 1: 34).

هذا يعلمنا أن نرفض مديح الشياطين لأنهم يريدون أن يوقعوا بنا فى المجد الباطل. فالسيد المسيح رغم أنه قدوس القديسين إلا أنه رفض هذا النعت لكى يعلمنا نحن أيضاً أن نرفضه. نعم هكذا فعل آباؤنا القديسون العظام تجاه حيل الشيطان ومديحهم الباطل فأحدهم ظهر له الشيطان فى شكل رئيس الملائكة غبريال فنجده يرفض هذا

يؤمن أن المسيح هو الله الصالح الظاهر فى الجسد فإن الرب يسوع يقبل هذا اللقب بهذا المعنى.

الظهور مخبراً الشيطان أنه لا يستحق هذا الظهور قائلاً للشيطان فيما معناه:" ربما قد جئت لأحد غيرى. مؤكد أنك قد أخطات فى العنوان". حقاً لقد ترك السيد المسيح لنا مثالاً فى التواضع كما فى كل الفضائل ، وقد سلك آباؤنا القديسون حسب هذا المثال فوصلوا. ليتنا نحن أيضاً نتمثل بهم حتى نصل نحن أيضاً مثلهم.

قد حدث نفس الموقف فى إخراج الشياطين فى الإنجيل الذى نصلى به دائماً فى صلاة الغروب حيث أنه مكتوب "وَكَانَتْ شَيَاطِينُ أَيْضاً تَخْرُجُ مِنْ كَثِيرِينَ وَهِيَ تَصْرُخُ وَتَقُولُ: «أَنْتَ الْمَسِيحُ ابْنُ اللهِ!» فَانْتَهَرَهُمْ وَلَمْ يَدَعْهُمْ يَتَكَلَّمُونَ لأَنَّهُمْ عَرَفُوهُ أَنَّهُ الْمَسِيحُ"(لو 4: 41). فرغم أنهم لم يكذبوا فى اعترافهم هذا، إلا أن السيد المسيح أراد بانتهارهم أن يرسى قاعدة هامة فى الحياة الروحية وهى رفض المديح من الآخرين وخاصة من الشياطين.

• **الجميع يطلبونك:** السيد المسيح فى مرة من المرات الكثيرة بعدما صنع كثيراً من معجزات الشفاء وقد خرج إلى موضع خلاء ليصلى نجدتلاميذه يخبرونه "إِنَّ الْجَمِيعَ يَطْلُبُونَكَ"(مر 1: 37). ماذا كان رد فعل السيد المسيح ؟! لقد أجاب قائلاً: "فَقَالَ لَهُمْ: لِنَذْهَبْ إِلَى الْقُرَى الْمُجَاوِرَةِ لأَكْرِزَ هُنَاكَ أَيْضاً لأَنِّي لِهَذَا خَرَجْتُ"(مر 1: 38). لقد فعل السيد المسيح هذا لكى يعلمنا الهروب من المجد الباطل. هكذا فعل القديسون الذين حملوا لواء السيد المسيح فى الاتضاع، فالقديسون فى القرون الأولى للرهبنة كانوا يهربون من المجد الباطل فنسمع

عن قديس أراد الحاكم أن يراه فيصعد سور الدير ويجلس عليه كما يركب الإنسان الحمار آكلاً جبنة مفروكة. والقديس الأنبا موسى الذى جعله الرب أبيضاً يخرج خارج الدير ويقابل من يريد مقابلته ويذم فى نفسه أمامه هارباً من المجد الباطل. ليتنا نتعلم أن لم نستطع أن نهرب من المجد الباطل فعلى الأقل لا نجرى ورائه.

• **أوصاهم كثيراً أن لا يظهروه:** مرة أخرى السيد المسيح يشفى كثيراً من المرضى ويخرج كثيراً من الأرواح النجسة ونجد الكتاب المقدس يقول عن السيد المسيح بعد ذلك "وَأَوْصَاهُمْ أَنْ لاَ يُظْهِرُوهُ"(مت 12: 16)، (مر 3: 12). هل السيد المسيح كان خائفاً من الكبرياء أو شيطان المجد الباطل؟! بالطبع لا لأنه مهما عظمه الناس فلن يصلوا به إلى عظمته الحقيقية كابن الله الوحيد. ولكنه أراد بذلك أن يترك لنا مثالاً لكى نتبع خطواته بأن لا نكون محبين للمجد الباطل وأن نهرب منه كما كان يفعل مع أنه لم يكن محتاجاً.

• **أوصاهم أن لا يقولوا لأحد:** فى قصة شفاء الأصم الأعقد الذى شفاه السيد المسيح يذكر لنا القديس مار مرقس فى الانجيل الذى يحمل اسمه أن السيد المسيح أوصى الجموع أن لا يقولو ا لأحد وبعدها يتابع ويقول "وَلَكِنْ عَلَى قَدْرِ مَا أَوْصَاهُمْ كَانُوا يُنَادُونَ أَكْثَرَ كَثِيراً"(مر 7: 36). التواضع دائماً يرفع. هكذا قال آباؤنا القديسون "من سعى وراء الكرامة هربت منه، ومن هرب منها بتواضع

ومعرفة سعت إليه "... هناك قصة وردت فى بستان الرهبان تحكى عن أحد الشيوخ القديسن المتواضعين المبجلين من الجموع وقد اضطر أن يذهب للصلاة من أجل أحد الأشخاص فى البلدة المجاورة فقرر أن يذهب إلى البلدة ليلاً هرباً من المجد الباطل لأنه كان مبجلاً جداً من جميع أهل البلدة... فأرسل الله له ملاكين بمصباحين من نور ليضيئا له الطريق فخرجت كل البلدة لنوال البركة منه لرؤيتهم النور السماوي... حقاً قال السيد المسيح "فَمَنْ يَرْفَعْ نَفْسَهُ يَتَّضِعْ وَمَنْ يَضَعْ نَفْسَهُ يَرْتَفِعْ"(مت 23: 12)، (لو 14: 11)، "(لو 18: 14).

لقد كان هذا مبدأ عام فى معجزات السيد المسيح فعندما فتح عينى الأعمى فى بيت صيدا أوصاه مشدداً عليه "لاَ تَدْخُلِ الْقَرْيَةَ وَلاَ تَقُلْ لأَحَدٍ فِي الْقَرْيَةِ"(مر 8: 26).حتى قبل أن يصنع معه المعجزة يقول الكتاب "فَأَخَذَ بِيَدِ الأَعْمَى وَأَخْرَجَهُ إِلَى خَارِجِ الْقَرْيَةِ وَتَفَلَ فِي عَيْنَيْهِ وَوَضَعَ يَدَيْهِ عَلَيْهِ وَسَأَلَهُ هَلْ أَبْصَرَ شَيْئاً؟."(مر 8: 23). ليتنا نتعلم من السيد المسيح إن كان لدينا فضائل فلنخفها لكى يظهرها الرب إن أراد.هكذا كان آباؤنا القديسون يخفون فضائلهم مظهرين نقائصهم حتى ولو لم تكن موجودة. حتى التلاميذ عندما سألهم السيد المسيح "مَنْ يَقُولُ النَّاسُ إِنِّي أَنَا؟"(مر 8: 27)، وعندما جاوبه بطرس «أَنْتَ الْمَسِيحُ!»(مر 8: 29). وجدنا السيد المسح "فَانْتَهَرَهُمْ كَيْ لاَ يَقُولُوا لأَحَدٍ عَنْهُ"(مر8: 30).

• **بأى سلطان تفعل هذا:** عندما سُئل السيد المسيح من الكتبة والفريسيين "بِأَيِّ سُلْطَانٍ تَفْعَلُ هَذَا وَمَنْ أَعْطَاكَ هَذَا السُّلْطَانَ حَتَّى تَفْعَلَ هَذَا؟"(مر 11: 28). كان يمكن للسيد المسيح أن يعلمهم بأى سلطان ربما كانوا يؤمنون به... ولكن السيد المسيح فضل طريق الاتضاع ليعلمنا إياه أفضل من محاولة تعليم أولئك الفريسيين الذين عرف السيد المسيح أنه ليس هناك فائدة من تعليمهم. فأجابهم بسؤال آخر لكى يهرب من هذا السؤال لكى يعلمنا أن نهرب من أى كلام يمكن أن يحاربنا به شيطان المجد الباطل... وتحضر إلى ذهنى قصة ذلك القديس المتواضع الذى تكلم فى حضرة بعض الرهبان فقالوا "لو كان هذا الرجل فى موطنه لأقاموه أسُقفاً "فما كان منه إلا أن رد قائلاً "هى مرة تكلمت فيها ولن يكون هناك مرة أخرى ". هكذا كان آباؤنا القديسون يهربون حتى من الكلام الذى يمكن أن يحاربهم به شيطان السُبح الباطل.

• **ينبغى أن ابُشر المدن الأخرى:** السيد المسيح فى إنجيل لوقا مكتوب عنه "وَلَمَّا صَارَ النَّهَارُ خَرَجَ وَذَهَبَ إِلَى مَوْضِعٍ خَلاَءٍ وَكَانَ الْجُمُوعُ يُفَتِّشُونَ عَلَيْهِ. فَجَاءُوا إِلَيْهِ وَأَمْسَكُوهُ لِئَلاَّ يَذْهَبَ عَنْهُمْ"(لو 4: 42)... بمعنى أن السيد المسيح من كثرة المعجزات التى كان يصنعها كان مكرماً جداً عند الجموع فما كان منه إلا أن كان يهرب منهم ومن المجد الباطل لكى يكون لنا قدوة ومثال فيذهب إلى موضع خلاء... فكان الجموع لا تتركه بل كانت تركض وراءه فما

كان منه إلا أن فَقَالَ لَهُمْ: " إِنَّهُ يَنْبَغِي لِي أَنْ أُبَشِّرَ الْمُدُنَ الأُخَرَ أَيْضاً بِمَلَكُوتِ اللهِ لأَنِّي لِهَذَا قَدْ أُرْسِلْتُ"(لو 4: 43) فكان بهذا يهرب منهم ومن المجد الباطل فقد كان السيد المسيح دائماً يريد أن يعلمنا بالقدوة والمثال أن نهرب من خطية الكبرياء تلك الخطية التى لم تسقط الإنسان الضعيف فقط بل أسقطت طغمة ملائكية وأسلمتهم إلى عذاب النار إلي الأبدية.

- **طوبى للبطن:** فى إحدى المرات بعدما صنع الرب يسوع بعضاً من المعجزات وقفت امرأة تمدح السيد المسيح فى شخص أمه قائلة "طُوبَى لِلْبَطْنِ الَّذِي حَمَلَكَ وَالثَّدْيَيْنِ اللَّذَيْنِ رَضَعْتَهُما"(لو 11 :27)... فما كان من السيد المسيح إلا أن رفض هذا المديح محولاً هذا المديح لمن يسمعون كلام الله ويحفظونه قائلاً: "طُوبَى لِلَّذِينَ يَسْمَعُونَ كَلاَمَ اللهِ وَيَحْفَظُونَهُ"(لو 11: 28) ... فلماذ رفض السيد مديح أمه القديسة الطاهرة العذراء مريم تلك التى مدحتها القديسة أليصابات بعد أن امتلأت أليصابات بالروح قائلة: "مُبَارَكَةٌ أَنْتِ فِي النِّسَاءِ وَمُبَارَكَةٌ هِيَ ثَمَرَةُ بَطْنِكِ!"(لو 1: 42). فالسيد المسيح أراد أن يستغل كلام المديح هذا فى تعليم نافع لكل الأجيال بأن لا تكون مواهب الله وإنعاماته سبب فى المديح والعظمة بل يكون سبب المديح والعظمة هو اتضاع الشخص المملوء بالنعمة. ويكون سبب المديح والعظمة حفظ كلام الله والعمل به...

ثانياً السيد المسيح فى هذا الموقف يرفض مديحه هو ليعلمنا الاتضاع ولم يرفض مديح أمه[٣] لأن المرأة التى وقفت لم تكن تمدح السيدة العذراء بل كانت تمدح السيد المسيح.

١٣. غسل أرجل التلاميذ

ما أروع هذه الكلمات "يَسُوعُ وَهُوَ عَالِمٌ أَنَّ الآبَ قَدْ دَفَعَ كُلَّ شَيْءٍ إِلَى يَدَيْهِ وَأَنَّهُ مِنْ عِنْدِ اللَّهِ خَرَجَ وَإِلَى اللَّهِ يَمْضِي.قَامَ عَنِ الْعَشَاءِ وَخَلَعَ ثِيَابَهُ وَأَخَذَ مِنْشَفَةً وَاتَّزَرَ بِهَا.ثُمَّ صَبَّ مَاءً فِي مِغْسَلٍ وَابْتَدَأَ يَغْسِلُ أَرْجُلَ التَّلاَمِيذِ وَيَمْسَحُهَا بِالْمِنْشَفَةِ الَّتِي كَانَ مُتَّزِراً بِهَا"(يو 13: 3 ــ 5). هكذا كان يفعل العبيد فى موائد أربابهم. فكما عمل الله قديماً بواباً لنوح "وَأَغْلَقَ الرَّبُّ عَلَيْهِ"(تك 7: 16) عمل عبداً وخادماً للتلاميذ فانحنى وغسل أرجلهم جميعاً، ولسان حاله يقول "أَنَّ ابْنَ الإِنْسَانِ لَمْ يَأْتِ لِيُخْدَمَ بَلْ لِيَخْدِمَ وَلِيَبْذِلَ نَفْسَهُ فِدْيَةً عَنْ كَثِيرِينَ"(مت 20: 28)، (مر 10: 45). ليت هذا الفكر الذى فى المسيح يسوع يكون فينا، فنخدم الآخرين فى حب وإنكار ذات، نخدمهم خدمة العبد للسيد فى تواضع و انكسار، لا خدمة السيد للعبد فى أبهة وافتخار.

---

[٣] السيد المسيح له المجد فى هذا الموقف مدح أمة القديسة العذراء بطريقة غير مباشرة لأن العذراء القديسة مريم كانت تحفظ كلام الله فى قلبها

١٤. الآلام والصليب

لا توجد كلمات فى كل قواميس اللغة يمكنها أن تعبر عن الاتضاع الذى مارسه السيد المسيح أثناء فترة آلامه وصلبه فقد تنبأ كثيراً السيد المسيح عن هذه الآلام فنجده يخبر تلاميذه قائلاً: "هَا نَحْنُ صَاعِدُونَ إِلَى أُورُشَلِيمَ وَابْنُ الإِنْسَانِ يُسَلَّمُ إِلَى رُؤَسَاءِ الْكَهَنَةِ وَالْكَتَبَةِ فَيَحْكُمُونَ عَلَيْهِ بِالْمَوْتِ وَيُسَلِّمُونَهُ إِلَى الأُمَمِ لِكَيْ يَهْزَأُوا بِهِ وَيَجْلِدُوهُ وَيَصْلِبُوهُ وَفِي الْيَوْمِ الثَّالِثِ يَقُومُ"(مت 20: 18ـ19). ألم يستطع السيد المسيح العالم بكل شئ قبل أن يكون أن يضع خطة للخلاص تكون أقل اتضاعاً مما حدث أثناء فترة الآلام والصلب ؟! بالطبع الإجابة بنعم. ولكن السيد المسيح أراد أن يمارس أقصى ما يمكن ممارسته من صنوف الاتضاع حتى يستطيع بولس الرسول أن يقول "لأَنَّهُ فِي مَا هُوَ قَدْ تَأَلَّمَ مُجَرَّباً يَقْدِرُ أَنْ يُعِينَ الْمُجَرَّبِينَ(عب 2: 18). وحتى يكون مشاركاً عبيده فى آلامهم التى احتملوها فى عصور الاستشهاد وعلى مر كل زمان.

ويمكننا تتبع الاتضاع فى أسبوع الآلام حتى الصلب فى النقاط التالية:

- **دخول أورشليم والجحش:** من أروع مناظر الاتضاع فى حياة السيد المسيح، منظره وهو راكب على جحش ابن أتان وداخل

أورشليم كملك. لم نسمع ، ولم نقرأ فى الكتاب المقدس أو خارجه أن ملكاً ذهب ليُنصب راكباً على جحش أو حمار. وإمعاناً فى الاتضاع اختار يسوع جحش ابن أتان أى جحش صغير (رمز الاتضاع). فلا يستطيع أحد أن يحمل السيد المسيح داخله إلا بشرط الاتضاع.كما لم نسمع مطلقاً عن ملك أرادوا أن يفرشوا مركبته فلم يجدوا سوى ملابسهم وثيابهم لكى يفرشوها له. حتى مستقبلوه كانوا من عامة الشعب الفقراء والبسطاء وليس من رؤساء الكهنة الذين تذمروا حتى على هتاف الأطفال وليس من الملوك والرؤساء الذين كانوا يستعدون لمحاكمة السيد المسيح والاستهزاء به. حتى أدوات الاستقبال فلم نجد الطبول أو المزمار أو الدفوف [٤]. الشئ الوحيد الذى كان موجوداً فى استقبال السيد المسيح الملك هو أغصان النخيل الذى يملكه الناس الفقراء البسطاء المتواضعين.فعلى كل من يريد أن يستقبل السيد المسيح ملكاً على قلبه وفكره ما عليه أن يستقبله باتضاع ونقاوة قلب وبساطة وإيمان ووداعة الأطفال.

• **التعامل معه كمجرم :** لقد سمح الرب يسوع لليهود والرومان أن يقبضوا عليه ويجروه فى شوارع أورشليم كمجرم ويوقفوه أمام عدة محاكمات غير عادلة.ومع كل هذا سكت "ظُلِمَ أَمَّا هُوَ فَتَذَلَّلَ وَلَمْ يَفْتَحْ فَاهُ كَشَاةٍ تُسَاقُ إِلَى الذَّبْحِ وَكَنَعْجَةٍ صَامِتَةٍ أَمَامَ جَازِّيهَا فَلَمْ يَفْتَحْ

---

[٤] آله موسيقية من نوع الطبول وهو عبارة عن قطعية من الجلد الرقيق مشدود إلى إطار من الخشب انظر قاموس الكتاب المقدس ص 373 و ص374. لاحظ أن ما نستخدمه فى الكنيسة يسمى ناقوس أو صنوج وليس دُف

فَاهُ(اش 53: 7). مع أنه كان قادراً أن يدافع عن تعاليمه ويبرئ نفسه، أو كما قال بنفسه أن يطلب من أبيه فيقدم له أكثر من اثنى عشر جيشاً من الملائكة "أَتَظُنُّ أَنِّي لاَ أَسْتَطِيعُ الآنَ أَنْ أَطْلُبَ إِلَى أَبِي فَيُقَدِّمَ لِي أَكْثَرَ مِنِ اثْنَيْ عَشَرَ جَيْشاً مِنَ الْمَلاَئِكَةِ؟"(مت 26: 53) يدافعون عنه ويخلصونه من أيديهم.

والموقف المؤثر للغاية، أن رئيس الكهنة أثناء المحاكمة يسأل، ويسوع يجيب "وَلَمَّا قَالَ هَذَا لَطَمَ يَسُوعَ وَاحِدٌ مِنَ الْخُدَّامِ كَانَ وَاقِفاً قَائِلاً: «أَهَكَذَا تُجَاوِبُ رَئِيسَ الْكَهَنَةِ؟"(يو 18: 22). فماذا فعل يسوع ؟! بكل وداعة واتضاع أجاب ذلك العبد "إِنْ كُنْتُ قَدْ تَكَلَّمْتُ رَدِيّاً فَاشْهَدْ عَلَى الرَّدِيِّ وَإِنْ حَسَناً فَلِمَاذَا تَضْرِبُنِي؟"(يو 18: 23). هذا الجواب المتضع من الرب يسوع يشبه ما حدث يوماً حين تناول اليهود حجارة ليرجموه "فَقَالَ يَسُوعُ: أَعْمَالاً كَثِيرَةً حَسَنَةً أَرَيْتُكُمْ مِنْ عِنْدِ أَبِي – بِسَبَبِ أَيِّ عَمَلٍ مِنْهَا تَرْجُمُونَنِي؟"(يو 10: 32).

إن ما تعرض له الرب يسوع من إهانات وضرب وتعذيب نادراً ما يتعرض له إنسان.فيما أظن ليس هناك مهانة أكبر من اللطم والبصق والتعيير... فخجلاً منى أكتفى بعرض الآيات فقط دون التعليق "حِينَئِذٍ بَصَقُوا فِي وَجْهِهِ وَلَكَمُوهُ وَآخَرُونَ لَطَمُوهُ"(مت 26: 67) ، "فَابْتَدَأَ قَوْمٌ يَبْصُقُونَ عَلَيْهِ وَيُغَطُّونَ وَجْهَهُ وَيَلْكُمُونَهُ وَيَقُولُونَ

لَهُ:«تَنَبَّأْ». وَكَانَ الْخُدَّامُ يَلْطِمُونَهُ (مر 14: 65) ، "وَكَانُوا يَضْرِبُونَهُ عَلَى رَأْسِهِ بِقَصَبَةٍ وَيَبْصُقُونَ عَلَيْهِ ثُمَّ يَسْجُدُونَ لَهُ جَاثِينَ عَلَى رُكَبِهِمْ"(مر15: 19) ، "وَابْتَدَأُوا يُسَلِّمُونَ عَلَيْهِ قَائِلِينَ: «السَّلاَمُ يَا مَلِكَ الْيَهُودِ!.وَكَانُوا يَضْرِبُونَهُ عَلَى رَأْسِهِ بِقَصَبَةٍ وَيَبْصُقُونَ عَلَيْهِ ثُمَّ يَسْجُدُونَ لَهُ جَاثِينَ عَلَى رُكَبِهِمْ. وَبَعْدَمَا اسْتَهْزَأُوا بِهِ نَزَعُوا عَنْهُ الأُرْجُوانَ وَأَلْبَسُوهُ ثِيَابَهُ ثُمَّ خَرَجُوا بِهِ لِيَصْلِبُوهُ"(مر 15: 18-20).

• **الاستهزاء به:** من فرط الاتضاع الذى مارسه السيد المسيح من استهزاء وتعيير ولكم وضرب أنى أخجل أن أكتب فى هذا المجال من الاتضاع. فكيف يمكن لى أن أكتب عن ملك الملوك ورب الأرباب وهم قد " بَصَقُوا فِي وَجْهِهِ وَلَكَمُوهُ وَآخَرُونَ لَطَمُوهُ.قَائِلِينَ: تَنَبَّأْ لَنَا أَيُّهَا الْمَسِيحُ مَنْ ضَرَبَكَ؟"(مت 26: 67ــ 68)، "فَعَرَّوْهُ وَأَلْبَسُوهُ رِدَاءً قِرْمِزِيًّا.وَضَفَرُوا إِكْلِيلاً مِنْ شَوْكٍ وَوَضَعُوهُ عَلَى رَأْسِهِ وَقَصَبَةً فِي يَمِينِهِ. وَكَانُوا يَجْثُونَ قُدَّامَهُ وَيَسْتَهْزِئُونَ بِهِ قَائِلِينَ: «السَّلاَمُ يَا مَلِكَ الْيَهُودِ!"(مت 27: 28 ــ 29)، "وَكَذَلِكَ رُؤَسَاءُ الْكَهَنَةِ أَيْضاً وَهُمْ يَسْتَهْزِئُونَ مَعَ الْكَتَبَةِ وَالشُّيُوخِ قَالُوا"(مت 26: 41)، "وَبِذَلِكَ أَيْضاً كَانَ اللِّصَّانِ اللَّذَانِ صُلِبَا مَعَهُ يُعَيِّرَانِهِ"(مت 26: 44).

• لم يجب بشئ: السيد المسيح رغم شدة السخرية والتعيير والألم الذى تعرض له... ورغم رفعة مكانته مع وضاعة من يسخرون منه... .ورغم مقدرته على الرد والدفاع... لكن كان يلتزم الصمت

والسكوت فى كل مراحل آلامه "و بينما كان رؤساء الكهنة و الشيوخ يشتكون عليه لم يجب بشيء (مت 27: 12)، "فلم يجبه و لا عن كلمة واحدة حتى تعجب الوالى جدا (مت 27: 14)، "اما هو فكان ساكتا لم يجب بشيء فساله رئيس الكهنة ايضا و قال له اانت المسيح ابن المبارك (مر 14: 61)، "فلم يجب يسوع ايضا بشيء حتى تعجب بيلاطس (مر 15: 5)، "و ساله بكلام كثير فلم يجبه بشيء (لو 23: 9). صنع الرب يسوع هذا لكى يعلمنا كيف يتصرف الإنسان المتضع مع مضطهديه والساخرين والمستهزئين به.فالغضب مهما كانت الأسباب والظروف ليس من صفات المتواضعين. بولس الرسول العظيم يحتد على رئيس الكهنة حنانيا حينما أمر بضرب القديس على فمه قائلاً له "سيضربك الله أيها الحائط المبيض أفانت جالس تحكم على حسب الناموس و أنت تامر بضربى مخالفا للناموس (اع 23: 3)، والرب يسوع بكل اتضاع ووداعة يعامل عبده الذى لطمه بكل وقاحة. وقد توالت على الرب يسوع الإهانات من لطم وجلد وبصق وإكليل شوك والتعييرات المرة... أخيراً علقوه على الصليب كمجرم.

- **يا أبتاه اغفر لهم:** لقد ظهر اتضاع رب المجد يسوع على الصليب حينما صلى لأجل صالبيه :" يَا أَبَتَاهُ اغْفِرْ لَهُمْ لأَنَّهُمْ لاَ يَعْلَمُونَ مَاذَا يَفْعَلُونَ (لو 23: 34). نعم هذا هو الاتضاع الحقيقى لا

أن نحتمل فقط ونصمت بل أيضاً أن نغفر من كل قلوبنا لمن يسئ إلينا كما علمنا الرب فى الصلاة الربانية.

• **اقتسموا ثيابه مقترعين عليها:** ليس هناك اتضاع أعظم من هذا بأن يسمح أحد لأى شخص أن يعريه من ملابسه ولكن الرب يسوع كان متفرداً فى اتضاعه فقد سمح لهم بذلك دون أدنى اعتراض أو تذمر أو توبيخ. "وَلَمَّا صَلَبُوهُ اقْتَسَمُوا ثِيَابَهُ مُقْتَرِعِينَ عَلَيْهَا لِكَيْ يَتِمَّ مَا قِيلَ بِالنَّبِيِّ: قَتَسَمُوا ثِيَابِي بَيْنَهُمْ وَعَلَى لِبَاسِي أَلْقَوْا قُرْعَةً"(مت 27: 35)، (مر 15: 24).

• **سمعان القيروانى وتسخيره:** إن أقصى ما يمكن أن يتعرض له الإنسان من مهانة واتضاع هو أن لا يستطيع حمل شئ فيحضرون غيره ليحمله... هذا دليل على الضعف الشديد... والسيد المسيح لكى يرفع من معنويات أولئك الناس الضعفاء شاركهم فى ذلك الاحساس النفسى الشديد ورضى وهو حامل الكل بكلمة لاهوته أن يقع تحت ثقل الصليب فاضطروا لتسخير ذلك الفلاح البسيط لحمل الصليب مكانه "فَسَخَّرُوا رَجُلاً مُجْتَازاً كَانَ آتِياً مِنَ الْحَقْلِ وَهُوَ سِمْعَانُ الْقَيْرَوَانِيُّ أَبُو أَلَكْسَنْدَرُسَ وَرُوفُسَ لِيَحْمِلَ صَلِيبَهُ (مر 15: 21).

• **التجديف عليه:** السيد المسيح قد صرح قبل آلامه أن "من جدف على الروح القدس فليس له مغفرة الى الابد بل هو مستوجب دينونة ابدية (مر 3: 29). ومع ذلك سمح بالتجديف عليه ، ليس هذا فقط

بل طلب المغفرة لمن جدف عليه "وَكَانَ الْمُجْتَازُونَ يُجَدِّفُونَ عَلَيْهِ وَهُمْ يَهُزُّونَ رُؤُوسَهُمْ (مت 27: 39)، (مر 15: 29).

١٥. اتضاع وخضوع الابن للآب لأنه فى حالة أخلاء ذاته

فى كل أحاديث السيد المسيح رغم وحدانيته الابن مع الآب فى الجوهر ومساواته له فى الأزلية والكرامة، إلا أن السيد المسيح نراه دائماً فى أتضاع أمام الآب لأنه فى حالة أخلاء ذات. ومن أمثلة اتضاع السيد المسيح الكثيرة للآب قوله "لأَنَّ أَبِي أَعْظَمُ مِنِّي"(يو 14: 28).

كذلك نجد هذا الأمر فى قول الرب يسوع:" وَأَمَّا ذَلِكَ الْيَوْمُ وَتِلْكَ السَّاعَةُ فَلاَ يَعْلَمُ بِهِمَا أَحَدٌ وَلاَ الْمَلاَئِكَةُ الَّذِينَ فِي السَّمَاءِ وَلاَ الابْنُ إِلاَّ الآبُ(مر 13: 32). فللابن الكلمة المذخر فيه جميع كنوز الحكمة والعلم لا يعرف ذلك اليوم وتلك الساعة ، لا من لاهوته، فكما سبق القول، أنه فى حالة أخلاء ذات. هذا بجانب ان يعلمنا من إخفاء ذلك اليوم وتلك الساعة عن التلاميذ والمؤمنين ، هو الأستعداد والجهاد المستمر، والأعمال الصالحة التى سوف يكافأون عليها.

كما نجد هذا الأمر فى مناجاة السيد المسيح الأقنومية مع الآب قائلاً: "يَا أَبَتَاهُ إِنْ أَمْكَنَ فَلْتَعْبُرْ عَنِّي هَذِهِ الْكَأْسُ وَلَكِنْ لَيْسَ كَمَا أُرِيدُ أَنَا بَلْ كَمَا تُرِيدُ أَنْتَ"(مت 26: 39). وهنا نتساءل: هل السيد المسيح أراد بهذه العبارة فعلاً أن يتنازل عن عمله الخلاصى؟!

حاشا بالطبع. لكن السيد المسيح أراد أن يعطينا أعظم درس فى الاتضاع وهى أن لا نعتمد على ذواتنا أو شجاعتنا فى مواجهة أى إضطهاد أو عدوان أو حتى فى أى جهاد روحى ولكن أن نلجأ إلى الصلاة لطلب المعونة والارشاد ولا نفرض على الله شيئاً ولكن نقول دائماً:" لتكن لا مشيئتى بل مشيئتك". ليس كما فعل بطرس عندما اندفع بكبرياء قائلاً لمعلمه "وَلَوِ اضْطُرِرْتُ أَنْ أَمُوتَ مَعَكَ لاَ أُنْكِرُكَ!.(مت 26: 35)، (مر 14: 31). فما كان منه إلا أن أنكر ثلاث مرات وخرج خارجاً وبكى بكاءاً مراً. فأراد السيد المسيح أن يعطى درساً عملياً للقديس بطرس كما لسائر المؤمنين فى كل العصور بقوله "إن شئت أن تعبر عنى هذه الكأس "وهذا الدرس هو أن نحس دائماً بضعفنا إتجاه التجارب ونلجأ إلى الرب الذى علمنا أن نصلى كل حين قائلين "وَلاَ تُدْخِلْنَا فِي تَجْرِبَةٍ "(مت 6: 13)، (لو 11: 4) وهكذا نصلى فى كنيستنا القبطية دائماً.

إن السيد المسيح قد كرر هذه الصلاة أكثر من مرة فى البستان للتأكيد عليها وعلى وجوب الصلاة وطلب المعونة والارشاد من الرب مع الخضوع لمشيئته... هذا بالطبع إلى جانب الظروف الأخرى للعبارة وهى أن السيد قد تحمل بالناسوت المتحد باللاهوت آلاماً حقيقية نفسية وجسدية وذلك حباً فينا ورغبة فى خلاصنا وتعليمنا وأراد بكل هذا الألم أن يوضح لنا كم الحب الفائق منه تجاه خليقته. من مظاهر اتضاع الابن للآب لكى يعلمنا فضيلة الاتضاع

قوله دائماً وفى أكثر من خطاب فى الإنجيل بحسب القديس يوحنا "لأَنِّي لاَ أَطْلُبُ مَشِيئَتِي بَلْ مَشِيئَةَ الآبِ الَّذِي أَرْسَلَنِي"(يو 5: 30)، "وَلَيْسَتْ لَكُمْ كَلِمَتُهُ ثَابِتَةً فِيكُمْ لأَنَّ الَّذِي أَرْسَلَهُ هُوَ لَسْتُمْ أَنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِهِ"(يو 6: 38)، وَمِنْ نَفْسِي لَمْ آتِ بَلِ الَّذِي أَرْسَلَنِي هُوَ حَقٌّ (يو 7: 28) ، "الَّذِي يُؤْمِنُ بِي لَيْسَ يُؤْمِنُ بِي بَلْ بِالَّذِي أَرْسَلَنِي"(يو 12: 44) ، "لأَنِّي لَمْ أَتَكَلَّمْ مِنْ نَفْسِي لَكِنَّ الآبَ الَّذِي أَرْسَلَنِي هُوَ أَعْطَانِي وَصِيَّةً: مَاذَا أَقُولُ وَبِمَاذَا أَتَكَلَّمُ.(يو 12: 49)، "وَالْكَلاَمُ الَّذِي تَسْمَعُونَهُ لَيْسَ لِي بَلْ لِلآبِ الَّذِي أَرْسَلَنِي"(يو 14: 24). فرغم أن المشيئة واحدة، والفعل واحد فى الأقانيم الإلهية الثلاثة الآب والابن والروح القدس، إلا أن السيد المسيح كان يقول هذه الآيات المقدسة لكى يعلمنا كيف نتضع، وكيف أن الاتضاع كائن حتى بين الاقانيم الثلاثة فى الذات الإلهية... هكذا يجب علينا نحن أيضاً أن نقدم مشيئة إخوتنا على مشيئتنا ولا ننفرد بالرأى أو المشورة. هكذا يريد أن يعلمنا السيد المسيح. كما يريد أيضاً بالآيات السابقة أن لا نعلم بوصايا من عندنا بل بوصايا الكتاب المقدس وأقوال الآباء لأن هذا هو خطأ الهراطقة فى كل زمان وهو الكبرياء فهم لم يستطيعوا أن يقولوا مع السيد المسيح "لَكِنَّ الآبَ الَّذِي أَرْسَلَنِي هُوَ أَعْطَانِي وَصِيَّةً: مَاذَا أَقُولُ وَبِمَاذَا أَتَكَلَّمُ"(يو 12: 49).

كما أن اتضاع الابن للآب يظهر فى أكثر من مناسبة فقد كان السيد المسيح يقدم الآب عليه دائماً ففى الآية الأخيرة من الإنجيل بحسب

ما كتب القديس متى الإنجيلى يوصى تلاميذه قائلاً:" وَعَمِّدُوهُمْ بِاسْمِ الآبِ وَالابْنِ وَالرُّوحِ الْقُدُسِ"(مت 28: 19). ورغم أنه لا يوجد أى فوارق زمنية أقنومية بين الأقانيم الإلهية ، لأنهم واحد فى الجوهر واللاهوت، إلا إن السيد المسيح كان دائماً يقدم اسم الآب.

السيد المسيح لم يتضع لأبيه السماوى فحسب بل اتضع أيضاً ومكتوب عنه أنه خضع لأبويه الأرضيين تلك العذراء الفقيرة وذلك النجار البسيط "ثُمَّ نَزَلَ مَعَهُمَا وَجَاءَ إِلَى النَّاصِرَةِ وَكَانَ خَاضِعاً لَهُمَا. وَكَانَتْ أُمُّهُ تَحْفَظُ جَمِيعَ هَذِهِ الأُمُورِ فِي قَلْبِهَا"(لو 2: 51)... فعلى الرغم أنه أمر بواجب الطاعة لا الخضوع للوالدين إلا أنه كان يمارس الدرجات المثلى فى الاتضاع كما فى كل الفضائل ليعطينا نفسه قدوة... ليت أبناؤنا يتعلمون ذلك الاتضاع من المعلم الصالح الذى علم وعمل فيكونوا على الأقل طائعين لوالديهم حافظين الجميل بارين بهم طوال حياتهم لأن هذه هى أول وصية بوعد.

١٦. تواضع الرب يسوع فى قيامته

كما كان رب المجد يسوع متواضعاً فى ميلاده، إذ ولد فى حظيرة للبهائم واضطجع على قليل من قش فى مذود من طين، ولم يعلم بخبر ولادته إلا بعض الرعاة الفقراء، هكذا كان أيضاً متواضعاً فى

قيامته من الأموات. فإذا انتصر ملك على عدوه فى الحرب، وأراد أن يرجع إلى بلده ظافراً، تقام له الزينات وأقواس النصر، ويدخل فى أبهة وعظمة الملوك، أما يسوع وقد قام من الموت منتصراً عليه وهو آخر عدو وأقوى عدو للبشرية جمعاء، منتصراً على الشيطان ومخلصاً من قبضته جميع أسرى الرجاء، فعل كل ذلك فى تواضع عجيب، فقد قام فى هدوء تام فى فجر الأحد حتى والناس نيام فيما عدا حراس القبر شهود القيامة، خرج من القبر بطريقة معجزية... لم تحدث عند قيامته زلزلة ولا أنوار بل تم كل شئ فى هدوء. أما ما حدث من دحرجة الحجر وأنوار باهرة وزلزلة عظيمة فقد حدث عند نزول الملاك إلى القبر بعد قيامة السيد وخروجه منه "وَإِذَا زَلْزَلَةٌ عَظِيمَةٌ حَدَثَتْ لأَنَّ مَلاَكَ الرَّبِّ نَزَلَ مِنَ السَّمَاءِ وَجَاءَ وَدَحْرَجَ الْحَجَرَ عَنِ الْبَابِ وَجَلَسَ عَلَيْهِ. وَكَانَ مَنْظَرُهُ كَالْبَرْقِ وَلِبَاسُهُ أَبْيَضَ كَالثَّلْجِ.فَمِنْ خَوْفِهِ ارْتَعَدَ الْحُرَّاسُ وَصَارُوا كَأَمْوَاتٍ"(مت 28: 2 – 4)

١٧. تواضع الرب يسوع فى ظهوراته بعد القيامة

بعد قيامة الرب يسوع بالجسد الممجد النورانى ظل فى تواضعه أيضاً، فظهر لمريم المجدلية فى زى بستانى فقير "فَظَنَّتْ تِلْكَ أَنَّهُ الْبُسْتَانِيُّ فَقَالَتْ لَهُ: يَا سَيِّدُ إِنْ كُنْتَ أَنْتَ قَدْ حَمَلْتَهُ فَقُلْ لِي أَيْنَ وَضَعْتَهُ وَأَنَا آخُذُهُ"(يو 20: 15)، ولم تعرفه إلا عندما ناداها باسمها

"**يا مريم** ". كذلك ظهر لتلميذى عمواس فى شكل رجل غريب مسافر قطع معهما الطريق واستضافاه فى المكان الذى نزلا فيه، ولم يعرفاه إلا عند كسر الخبز (لو 24: 13- 35)، كما ظهر لبعض التلاميذ عند بحر طبرية فى زى رجل عادى حتى أنهم لم يعرفوه إلا أخيراً عند كسر الخبز.

فى التاريخ الرهبانى كثيراً ما يظهر الرب يسوع فى أشكال متواضعة. فمرة يظهر على هيئة رجل مسن ومرة فى شكل شحات فقير يطلب صدقة من رئيس الدير الذى لم يسأل فيه بسبب كثرة ضيوفه فترك له الرب رسالة يقول فيها "من أجل أتعابك السابقة سأجعل الناس يأتون إليك من المشارق والمغارب وأما خيرات ملكوتى فلن تذقها ".

١٨. تواضعه فى صعوده

على الرغم من عظمة حادثة صعود الرب إلى السماء وجلوسه عن يمين أبيه فى الأعالى فقد أغفلها اثنان من الإنجيليين، بينما رواها اثنان بكلمات قليلة ومختصرة... فقال القديس مرقس في إنجيله "ثُمَّ إِنَّ الرَّبَّ بَعْدَمَا كَلَّمَهُمُ ارْتَفَعَ إِلَى السَّمَاءِ وَجَلَسَ عَنْ يَمِينِ اللَّهِ"(مر16: 19).

وعلى الرغم أيضاً من أن صلب الرب يسوع كان على الملأ وفى مكان مرتفع وكان فى منتصف النهار حيث تجمع الناس وسيرهم فكان الذاهب والآيب، يعير رب المجد. فقد كان صعود رب المجد فى هدوء تام، وفى تواضع عظيم بين عدد قليل من تلاميذه بعيداً عن المدن والعمران، يقول الكتاب المقدس:" وَأَخْرَجَهُمْ خَارِجاً إِلَى بَيْتِ عَنْيَا وَرَفَعَ يَدَيْهِ وَبَارَكَهُمْ.وَفِيمَا هُوَ يُبَارِكُهُمُ انْفَرَدَ عَنْهُمْ وَأُصْعِدَ إِلَى السَّمَاءِ.(لو 24: 50ــ 51).

الفصل الثالث

الاتضاع فى حياة

الأنبياء والرسل

الاتضاع فى حياة الأنبياء والرسل

السيدة العذراء القديسة مريم.

هناك قاعدة فى الحياة الروحية ينادى بها الآباء وه ى:" إن احتمال الكرامة باتضاع أصعب بكثير من احتمال الألم والمهانة ". ولكن القديسة العذراء نجحت بتفوق فى اختبار احتمال الكرامة باتضاع عظيم. فليس هناك كرامة أعظم من حمل السيد المسيح كلمة الله المتجسد فى بطنها البتولي. وأن تُدعي "أم الله "حتى أن الكنيسة من عظم الكرامة التى نالتها تقول عنها "هى أرفع من الشاروبيم وأجل من السيرافيم ". وإن وجد سبب لاستحقاق العذراء القديسة مريم لكل هذه الكرامات فما هو سوى عظم اتضاعها... فإن لم ير الله فاحص القلوب والكُلى أن اتضاع هذه القديسة سوف يحتمل هذه الكرامات لما منحها كل هذه الكرامات... فالله لا يعطى كرامة إلا للمتواضعين. حقاً من يضع نفسه يرتفع فهذه العذراء المتواضعة البسيطة الفقيرة استحقت باتضاعها أن تطوبها جميع الأجيال كما نطق الروح القدس على فمها "لأَنَّهُ نَظَرَ إِلَى اتضاع أَمَتِهِ. فَهُوَذَا مُنْذُ الآنَ جَمِيعُ الأَجْيَالِ تُطَوِّبُنِي(لو 1: 48).

مع كل هذه الكرامات نجد أن كل كلمات وأفعال السيدة العذراء القديسة مريم مليئة بالاتضاع ويظهر ذلك من التالى:

أ - هوذا أنا أمة الرب.

من أعظم كلمات الاتضاع التى نطقت بها السيدة العذراء القديسة مريم فنجدها عندما ظهر لها الملاك وأعطاها السلام اضطربت لأنها من تواضعها لم تكن تشعر بأنها مستحقة لأن يظهر لها ملاك الرب. وعندما بشرها رئيس الملائكة غبريال بميلاد ابن الله القدوس منها نراها تزداد تواضعاً وتقول للملاك: "هُوَذَا أَنَا أَمَةُ الرَّبِّ. لِيَكُنْ لِى كَقَوْلِكَ "(لو 1: 38). نعم هى شعرت أنها لا تستحق أن يظهر لها الملاك والرب يزيدها رفعة بأن تكون أماً له فتزداد تواضعاً. ليتنا نقول دائماً للرب "ليكن لنا كقولك "فى كل شئ فهذه من سمات الشخص المتواضع يقبل كل شئ من يد الله سواء الخير أو ما يظن هو أنه شر

ب -تسبحة العذراء المملوءة اتضاعاً:

من أعظم تسابيح الاتضاع التى سبحت الله هى تسبحة العذراء القديسة الطاهرة مريم فنسمعها تصلى وتقول فى تسبحتها: "لأَنَّهُ نَظَرَ إِلَى اتضاع أَمَتِهِ. فَهُوَذَا مُنْذُ الآنَ جَمِيعُ الأَجْيَالِ تُطَوِّبُنِي ... صَنَعَ قُوَّةً بِذِرَاعِهِ. شَتَّتَ الْمُسْتَكْبِرِينَ بِفِكْرِ قُلُوبِهِمْ ... أَنْزَلَ الأَعِزَّاءَ عَنِ الْكَرَاسِى وَرَفَعَ الْمُتَّضِعِينَ ... أَشْبَعَ الْجِيَاعَ خَيْرَاتٍ وَصَرَفَ الأَغْنِيَاءَ فَارِغِينَ.(لو 1:48- 53). فللسيدة العذراء قد سبحت بهذه

التسبحة المليئة بكلمات الاتضاع والانسحاق بعد أن بشرها رئيس الملائكة الطاهر غبريال بميلاد ابن الله منها. وأيضاً بعد أن تكلمت أليصابات واعترفت أنها غير مستحقة أن تأتى إليها أم الله. وهذا أيضاً اتضاع من القديسة أليصابات... فزادت العذراء القديسة مريم اتضاعاً ومكثت عندها نحو ثلاثة أشهر تخدمها فى فترة حملها... نعم إن القديسين يقابلون اتضاع الناس باتضاع أعظم منه.

ت – **هوذا أبوك وأنا :**

العذراء القديسة مريم فى بحثها عن السيد المسيح عندما كان فى الهيكل يسمع الكهنة ويسألهم فعندما وجدته نراها تقول له بكل اتضاع "هُوَذَا أَبُوكَ وَأَنَا كُنَّا نَطْلُبُكَ مُعَذَّبَيْنِ! "(لو 2: 48). فالعذراء القديسة مريم كانت دائماً تقدم الآخرين عليها فقدمها الله على الجميع فلم يقدمها فقط على كل البشر فقط بل وعلى الملائكة الأطهار كما نصلى دائماً فى كل صلواتنا الطقسية. ونرى أيضاً فيما سبق أن العذراء القديسة مريم لم تغضب على الطفل يسوع رغم ما فعله بهم فقد ظلوا يبحثون عنه مدة ثلاثة أيام (لا نعلم كيف قضى السيد المسيح هذه الثلاثة الأيام وماذا كان يأكل وأين ينام) فلم تغضب السيدة العذراء ولم نرها غاضبة أبداً... فالغضب بعيد تماماً عن فضيلة الاتضاع... فمن هو دائم الغضب دل ذلك على كبريائه.

بالصواب قال أحد الآباء القديسين: "لو أقام الغضوب أمواتاً فما هو مقبول عند الله ولن يقبل إليه أحد من الناس ". ليت الأمهات يتعلمن من اتضاع السيدة العذراء فى كيفية مءامه أبنائهن بالرفق واللين والتأديب الخالى من الغضب كما يقول الكتاب المقدس: "لاَ تُغِيظُوا أَوْلاَدَكُمْ، بَلْ رَبُّوهُمْ بِتَأْدِيبِ الرَّبِّ وَإِنْذَارِهِ "(أف 6: 4)، وأيضاً "أَيُّهَا الآبَاءُ، لاَ تُغِيظُوا اوْلاَدَكُمْ لِئَلاَّ يَفْشَلُوا "(كو3: 21).

هناك مثل رائع جداً فى الاتضاع فى القصة السابقة وهو القديس العظيم يوسف النجار المتواضع فى حياته وبعد مماته... فرغم أنه خادم سر التجسد الإلهى وقد تعب كثيراً مع العائلة المقدسة وقد شهد الكتاب المقدس أنه بار إلا إننا لم نره متكلماً قط بل كان ممارساً فضيلة الصمت التى هى من أهم سمات الشخص المتضع. حتى فى القصة السابقة رغم أنه هو الرجل والمجتمع شرقى إلا إننا لم نره يتكلم بل تكلمت السيدة العذراء القديسة مريم... هذا يذكرنا باتضاع القديس العظيم الأنبا موسى الأسود عندما كان يمارس فضيلة الصمت عندما كان يهان على سبيل الاختبار من مدبريه عند ما أرادوا أن يرسموه قساً. نعم أن أغلبية القديسين المتواضعين تجدهم يمارسون هذه الفضيلة "فضيلة الصمت "لأنهم شاعرون فى داخل نفوسهم أنهم ليسوا أهلاً للتعليم أو التأديب. وهؤلاء هم الذين يختارهم الله فى الخدمة "الذين لا تسمع لهم صوت خرجت أقوالهم إلى أقطار المسكونة "، كما اختار الله هذا القديس الصامت "يوسف

البار "لكى يكون خادماً لأعظم الأسرار. وسمح لتواضعه أن يُطلق عليه الجميع أنه أبوه "أبوك وأنا... أليس هذا ابن النجار... .ألسنا عارفين بأبيه".

القديس يوحنا المعمدان.

القديس يوحنا المعمدان هو الذى شهد عنه السيد المسيح قائلاً: "إِنَّهُ بَيْنَ الْمَوْلُودِينَ مِنَ النِّسَاءِ لَيْسَ نَبِيٌّ أَعْظَمَ مِنْ يُوحَنَّا الْمَعْمَدَانِ وَلَكِنَّ الأَصْغَرَ فِي مَلَكُوتِ اللهِ أَعْظَمُ مِنْهُ "(لو 7: 28) ، "اَلْحَقَّ أَقُولُ لَكُمْ: لَمْ يَقُمْ بَيْنَ الْمَوْلُودِينَ مِنَ النِّسَاءِ أَعْظَمُ مِنْ يُوحَنَّا الْمَعْمَدَانِ وَلَكِنَّ الأَصْغَرَ فِي مَلَكُوتِ السَّمَاوَاتِ أَعْظَمُ مِنْهُ (مت 11:11). وقد بدأها السيد المسيح بعبارته التأكيدية:" الحق أقول لكم ". لقد كان سر عظمة يوحنا المعمدان فى تواضعه وانكاره لذاته. فقلما نجد أحداً يمارس ما مارسه القديس يوحنا المعمدان فى مظاهر الاتضاع المختلفة وهى كالتالى:

أ.من هو أقوى منى:

هذا هو القديس العظيم يوحنا المعمدان الذى وبخ هيرودس الملك وانتهر العشارين، ونصح الجند، الذى هو رمز الشجاعة فى الكتاب المقدس، نجده بكل اتضاع يقول:" لَكِنِ الذى يَأْتِى بَعْدِى هُوَ أَقْوَى مِنِّى الذى لَسْتُ أَهْلاً أَنْ أَحْمِلَ حِذَاءَهُ. هُوَ سَيُعَمِّدُكُمْ بِالرُّوحِ الْقُدُسِ

وَنَارٍ" (مت 3: 11). يا لهذا التواضع العظيم أنه على قدر عظمته فهو كما شهد الكتاب أنه الملاك والمرسل من الله الذى كان الروح القدس يكشف له الحقائق بنفسه يقول أنه لا يستحق أن يحمل حذاء المسيح. بل نجده فى موضع آخر يمارس اتضاع أعظم قائلاً: "الَّذِى لَسْتُ أَهْلاً أَنْ أَحْمِلَ حِذَاءَهُ "(مر 1: 7) ، (يو 1: 27). لم يكتف فقط باتضاع حمل الحذاء بل قال أنه ليس أهلاً أن ينحنى ويحل سيور الحذاء. ما الذى كان أهلاً له هذا القديس العظيم وأى من مظاهر الاتضاع أقل من حمل الحذاء وحل السيور يمكن أن يكون هذا القديس شاعراً أنه أهلاً لها ؟! وما يمكن أن نكون نحن أهلاً له مادام هذا القديس العظيم يشعر فى نفسه بذلك. أى اتضاع يجب أن نكون عليه نحن ؟!

ب. اتضاع المأكل والملبس

القديس يوحنا المعمدان مارس أسمى مظاهر الاتضاع فى المأكل والملبس فنحن نقرأ عنه فى الكتاب المقدس "وَيُوحَنَّا هَذَا كَانَ لِبَاسُهُ مِنْ وَبَرِ الإِبِلِ وَعلى حَقْوَيْهِ مِنْطَقَةٌ مِنْ جِلْدٍ. وَكَانَ طَعَامُهُ جَرَاداً وَعَسَلاً بَرِّيّاً "(مت 3: 4)، (مر : 6). إن الاتضاع الداخلى من الطبيعى أن تظهر علاماته فى الخارج على تصرفات الإنسان سواء فى المأكل أو الملابس أو التعاملات الخارجية. ولا أظن أن

أحداً قد مارس فضيلة الفقر الاختيارى الخاصة بالاتضاع مثل هذا القديس الذى لم يكن يملك شيئاً ولا يقتنى شيئاً.

ت. عبارة:" أنا محتاج".

الشخص المتضع دائماً يشعر بالاحتياج للرب. محتاج لمعونته، محتاج لقوته، محتاج لحفظه، محتاج لصلوات القديسين الذين فى السماء والذين على الأرض أيضاً، لسانه حاله يقول فى حين لكل أحد "أنا محتاج، أذكرنى فى صلواتك "هكذا تعلمنا من آبائنا الرهبان. بل لسان حاله يقول دائماً "أخطأت، اغفر لي "فالإنسان المتضع يشعر دائماً بأنه ضعيف وخاطئ . هكذا تعلمنا المقولة الرهبانية الشهيرة :" قل أخطأت. أخطأت ، حتى ولو لم تخطئ". هكذا قال يوحنا المعمدان للسيد المسيح "أَنَا مُحْتَاجٌ أَنْ أَعْتَمِدَ مِنْكَ وَأَنْتَ تَأْتِى إِلَيَّ! "(مت 3: 14).

ث. عبارة " الاصغر فى ملكوت السموات".

هذه العبارة التى قالها السيد المسيح بفمه الطاهر إلى جانب تفسيرها الحرفى، أنا السيد المسيح وهو أصغر من يوحنا المعمدان سناً، فهو أعظم من ناحية أنه هو الإله المتجسد. وبجانب هذا المعنى أيضاً أن أى شخص دخل الفردوس وأستحق أن يدخل ملكوت السموات ، حتى لو كان أصغر من يوحنا المعمدان فى القامة الروحية ، فهو

بالتأكيد أعظم من أعظم قديس على الأرض لم يصل بعد. إلى جانب هذا التفسير الحرفى هناك تفسير روحى يخص فضيلة الاتضاع فكلمة: " الأصغر" تشير إلى معنى من معانى الاتضاع ، وهى مرتبطة بملكوت السموات والعظمة الحقيقية.

ج. لم يكن هو النور بل ليشهد للنور.

هذه هى عظمة يوحنا المعمدان الحقيقية وهى اقتناعه أنه ليس هو النور الحقيقى، بل جاء ليشهد النور وأعماله الصالحة التى يفعلها سوى شهادة للنور الحقيقي. لذلك علينا أن نقتنع إننا جميعاً مثل الأجسام المعتمة التى لا تملك من النور والأعمال الصالحة أى شئ، سوى عندما يشرق الرب يسوع علينا بنوره ، بهدف الشهادة له. فإن فقدنا هدف الشهادة للنور الحقيقى فقدنا النور والأعمال الصالحة. فيوحنا المعمدان عندما سألوه إن كان هو المسيح "فَاعْتَرَفَ وَلَمْ يُنْكِرْ وَأَقَرَّ أَنِّى لَسْتُ أَنَا الْمَسِيحَ "(يو1: 20).

ليتنا نعترف داخل قلوبنا ، قبل أن نعترف قدام الناس إننا لسنا المسيح. لسنا أصحاب الأعمال التى بسببها يمدحنا الناس. إن اعترفنا وأقررنا إننا لسنا نحن، فلا يمكن أن ننسب شيئاً كأنه لنا ولكن ننسبه لصاحبه وفاعله الحقيقى وهو رب المجد يسوع.

انبياء العهد القديم والاتضاع.

عندما نتعمق فى أسفار العهد القديم سوف نرى فيها عظمة الاتضاع ورفعته سوف نجد الكبرياء سبباً لسقوط طغمة ملائكية وسبب سقوط أبوينا الأولين وسبب رفعة أناس وهبوط آخرين سوف نجد آيات كثيرة تحث على الاتضاع وأخرى توضح مدى العواقب الوخيمة الناتجة عن الكبرياء... دعونا نلتجئ بالصلاة للروح القدس الذى كتب به الأنبياء أسفارهم المقدسة كى يساعد ضعفنا كى نكون كالنحلة التى تقطف رحيقها من كل شجرة لكى تخرج لنا بأشهى المأكولات وهو العسل... فهيا بنا نأخذ بعض الأمثلة عن عظمة التواضع وشرور الكبرياء فى أسفار العهد القديم:

أ. الكبرياء وسقوط الشيطان

أجمع الآباء أن الخطية التى أسقطت الشيطان من رتبته العالية جداً فى السماء هى الكبرياء وحدها... وقد أجمعوا أيضاً أن النبى إشعياء تكلم عن ذلك بصورة رمزية عنما تحدث بالنبوة عن ملك بابل مشبهاً سقوطه و انحداره بسقوط الشيطان وانحداره قائلاً: "وَأَنْتَ قُلْتَ فِي قَلْبِكَ: أَصْعَدُ إِلَى السَّمَاوَاتِ. أَرْفَعُ كُرْسِيِّي فَوْقَ كَوَاكِبِ اللَّهِ وَأَجْلِسُ على جَبَلِ الاجْتِمَاعِ فِي أَقَاصِي الشِّمَالِ.أَصْعَدُ

فَوْقَ مُرْتَفَعَاتِ السَّحَابِ. أَصِيرُ مِثْلَ الْعَلِي.لَكِنَّكَ انْحَدَرْتَ إِلَى الْهَاوِيَةِ إِلَى أَسَافِلِ الْجُبِّ "(إش 14: 13ــ 15).

هكذا تكلم أيوب البار عن لوياثان ذلك الكائن البحرى مشبهاً إياه بالشيطان فى نهايه الأصحاح الحادى والأربعين قائلاً: "يُشْرِفُ على كُلِّ مُتَعَالٍ. هُوَ مَلِكٌ على كُلِّ بَنِي الْكِبْرِيَاءِ "(أى 41: 34).

فإن كان الكبرياء قد نجح فى إسقاط أعلى مراتب رؤساء الملائكة ومعه كل جنوده فكم يكون حذرنا نحن الضعفاء الخطاة من تلك الخطية وكم يكون مدى تمسكنا بفضيلة الاتضاع العظيمة. هكذا تكلم الحكيم سليمان فى سفر الأمثال قائلاً: "لأَنَّهَا طَرَحَتْ كَثِيرِينَ جَرْحَى وَكُلُّ قَتْلاَهَا أَقْوِيَاءُ "(ام 7: 26). فمن أعظم الأقوياء التى أسقطتهم الخطية، الشيطان أو (سطانائيل) أو كوكب الصبح.

يكاد يربط الكتاب المقدس بين الخطية والكبرياء كأنهما كلمة واحدة لأننا لو بحثنا فى أسباب أى خطية سوف نجد الكبرياء فى قمة هذه الأسباب هكذا أيضاً تكلم الحكيم سليمان قائلاً: "قَبْلَ الْكَسْرِ الْكِبْرِيَاءُ وَقَبْلَ السُّقُوطِ تَشَامُخُ الرُّوحِ "(أم 16: 18)، "قَبْلَ الْكَسْرِ يَتَكَبَّرُ قَلْبُ الإِنْسَانِ وَقَبْلَ الْكَرَامَةِ التَّوَاضُعُ "(أم 18: 12).

هكذا السيد المسيح لكى يرينا عظمة الاتضاع جعل سر غلبته على الشيطان دائماً اتضاعه... لقد هزمه فى نقطة ضعفه التى سقط

بسببها فهو أراد أن يصير مثل العلى والسيد المسيح أخلى ذاته متخذاً صورة إنسان... هو أراد أن يصعد ويرفع كرسيه فوق كراسى الله بينما اختار السيد المسيح أن يصعد على الصليب ويموت أشر ميته لأنه هكذا مكتوب "مَلْعُونٌ كُلُّ مَنْ عُلِّقَ على خَشَبَةٍ "(غل3: 13). هكذا أراد السيد المسيح أن يعلمنا أنه إن أردنا أن نهزم الشيطان فالاتضاع من أهم وأعظم الأسلحة التى بها يمكننا أن ننتصر عليه لأنها نقطة ضعفه الوحيدة فهو لا يستطيع أن يتضع لذا فهو غير قابل للتوبة والرجوع لأنه لا يوجد توبة بدون اتضاع.

ب. الله يشرك أبوينا الأولين فى اختصاصاته.

لقد كان مجرد خلق الله لأبينا آدم مظهر عظيم من مظاهر الاتضاع فالشخص المتكبر دائماً يحب أن يكون منفرداً وحده... على العكس تماماً لم يكتف الله بخلق أبينا آدام بل أعطاه السلطان وَقَالَ اللهُ: "نَعْمَلُ الإِنْسَانَ على صُورَتِنَا كَشَبَهِنَا فَيَتَسَلَّطُونَ على سَمَكِ الْبَحْرِ وَعلى طَيْرِ السَّمَاءِ وَعلى الْبَهَائِمِ وَعلى كُلِّ الأَرْضِ.. "(تك 1: 26). نرى أنه ليس فقط يعطيه السلطان بل أيضاً يخلقه على صورته وشبهه (فى الخلود والعقل والسلطان مع الفارق غير المحدود طبعاً).

بل أن مجرد أن يجهز الله للإنسان كل احتياجاته قبل أن يخلقه لهو مظهر من مظاهر الاتضاع فالذى يجهز ويعد هو الأقل وليس الأعظم... نفس الشئ قاله السيد المسيح فى العهد الجدي فالله لا يتغير فى اتضاعه "وَإِنْ مَضَيْتُ وَأَعْدَدْتُ لَكُمْ مَكَاناً آتِى أَيْضاً وَآخُذُكُمْ إِلَى حَتَّى حَيْثُ أَكُونُ أَنَا تَكُونُونَ أَنْتُمْ أَيْضاً "(يو 14: 3). كذلك أن يعطى الرب الإله لآدم تسمية الحيوانات لهو لون آخر من ألوان الاتضاع "وَجَبَلَ الرَّبُّ الإِلَهُ مِنَ الأَرْضِ كُلَّ حَيَوَانَاتِ الْبَرِّيَّةِ وَكُلَّ طُيُورِ السَّمَاءِ فَأَحْضَرَهَا إِلَى آدم لِيَرَى مَاذَا يَدْعُوهَا وَكُلُّ مَا دَعَا بِهِ آدم ذَاتَ نَفْسٍ حَيَّةٍ فَهُوَ اسْمُهَا "(تك 2: 19) ... يا لعظمة اتضاع الرب الإله إنه يُحضر لعبده آدم الحيوانات كل منها على حده (هكذا قال الوحى المقدس) لكى يعطيها أسماءَها... إن الله لاتضاعه العظيم دائماً يعامل الإنسان التراب والرماد ، ليس كعبده بل كصاحبه أو خليله.

ت. الكبرياء وسقوط الإنسان.

إن خطية الكبرياء كانت من أهم الأسلحة التى استخدمها الشيطان فى إسقاط أبوينا الأولين وما زالت هى فى مقدمة تلك الاسلحة التى يستخدمها ضد الجنس البشري. فقد جاء الشيطان وقال لأمنا حواء مغرياً إياها للأكل من تلك الشجرة التى نهاهم ا الله عن الأكل منها "بَلِ اللهُ عَالِمٌ أَنَّهُ يَوْمَ تَأْكُلاَنِ مِنْهُ تَنْفَتِحُ أَعْيُنُكُمَا وَتَكُونَانِ كَاللهِ عَارِفَيْنِ

الْخَيْرَ وَالشَّرَّ "(تك 3: 5)... وبمجرد دخول فكر الكبرياء فى قلب أمنا حواء يخبرنا الوحى المقدس مباشرة "فَرَأَتِ الْمَرْأَةُ أَنَّ الشَّجَرَةَ جَيِّدَةٌ لِلأَكْلِ وَأَنَّهَا بَهِجَةٌ لِلْعُيُونِ وَأَنَّ الشَّجَرَةَ شَهِيَّةٌ لِلنَّظَرِ. فَأَخَذَتْ مِنْ ثَمَرِهَا وَأَكَلَتْ وَأَعْطَتْ رَجُلَهَا أَيْضاً مَعَهَا فَأَكَلَ "(تك 3: 6)... هكذا فى كل حروبنا الروحية بمجرد أن نسمح بدخول فكر الكبرياء نجده يجر معه سلسلة من الخطايا التى لا يمكننا مواجهتها لأننا تخلينا عن أهم أسلحتنا ألا وهو الاتضاع الذى كان بمثابة سور وحصن حماية لنا من تلك الخطايا. حتى عندما جاء الرب الإله لمعاتبة أبوينا الأولين على كسرهما للوصية نجد أنهم ا لم يتضعاً ويعترفا بخطأهما ولكن كل منهما طرح الذنب على غيره...

ث. قايين وسقوطه.

هناك مظهر عظيم من مظاهر الاتضاع التى تخص الرب الإله منذ بدء الخليقة فى معاملة الخطاة فرغم عدله وإتخاذ العقاب المناسب للخطية... نجد بجانب ذلك يتعامل معهم ببعض الرفق فى تنفيذ العقاب فأبوانا الأولان عندما سقطا وأراد الرب الإله معاقبتها وطردهما من الجنة التى وضعهما بها نجده أولا أنه "صَنَعَ الرَّبُّ الإِلَهُ لآدم وَامْرَأَتِهِ أَقْمِصَةً مِنْ جِلْدٍ وَأَلْبَسَهُمَا "(تك 3: 21)... فالله رضى أن يعمل صانع جلود من أجل من كسرا وصيته... ليس ذلك فقط بل أنه مع معاقبتهما أعطاهما وعد الخلاص "وَأَضَعُ عَدَاوَةً

بَيْنَكِ وَبَيْنَ الْمَرْأَةِ وَبَيْنَ نَسْلِكِ وَنَسْلِهَا. هُوَ يَسْحَقُ رَأْسَكِ وَأَنْتِ تَسْحَقِينَ عَقِبَهُ "(تك 3: 15). هكذا أيضاً صنع الرب الإله مع قايين فرغم خطيئته الشنيعة وقتله لأخيه نجد الوحى المقدس يقول بعد معاقبة قايين بالتيه والهرب "فَقَالَ لَهُ الرَّبُّ: "لِذَلِكَ كُلُّ مَنْ قَتَلَ قَايِينَ فَسَبْعَةَ أَضْعَافٍ يُنْتَقَمُ مِنْهُ وَجَعَلَ الرَّبُّ لِقَايِينَ عَلاَمَةً لِكَى لاَ يَقْتُلَهُ كُلُّ مَنْ وَجَدَهُ "(تك 4: 15).

على نفس النهج سار الرب الإله فى عهديه العتيق والجديد فالله لا يتغير لذا نجد السيد المسيح كما درسنا من قبل كيف كان يعامل الخطاة بكل اتضاع... فالإنسان المتواضع لا يكتفى فقط بعدم إدانة الخاطئ بل يتعامل معه بكل رفق وحنان... هكذا علمنا الآباء القديسون... فهوذا هذا الشيخ فى البستان (بستان الرهبان) يُسأل من ثلاثة أشخاص أن يصنع لهما شبكة على سبيل البركة وكان بينهما شخصٌ سمعته ليست جيدة فنراه يلبى طلب هذا الشخص دون الاثنين الآخرين... هكذا نسمع عن القديس إيسي وذوروس أنه إن وجد إنساناً خاطئاً كان يطيل أناته عليه ويعامله بكل حب وحنان حتى يرده إلى طريق صوابه.

ليتنا نتعلم الاتضاع فى تعاملنا مع الخطاة على الأقل لو لم نستطع أن نتعامل معهم بكل حب فليس أقل من أن لا ندينهم.

ج. الكبرياء وبلبلة الألسنة.

عندما شرع الإنسان في بناء برج رأسه بالسماء متحدين الرب الإله بكل كبرياء لم ينتقم الرب الإله منهم بما يستحقون على فعلتهم بل اكتفى فقط ببلبلة الألسنة حتى يستطيعوا أن يعرفوا خطأهم ويرجعوا إلى صوابهم... حتى أن يقول التقليد اليهودى يقول إن الرب الإله فى بلبلة الألسنة جعل كل عشيرة لها نفس اللغة لكى يعرفوا كيف يتعاملون... فالله لفرط اتضاعه رءوف حتى فى عقابه.

ح. أبونا إبراهيم وفضيلة الاتضاع.

فى حياة أبينا إبراهيم نرى وجهين فى الاتضاع اتضاع من جهة الرب الإله ونرى ذلك فى قصة أبينا إبراهيم وحرق سدوم وعمورة نجد الكتاب يقول عندما قرر الرب الإله حرقهما :" فَقَالَ الرَّبُّ: "هَلْ أُخْفِي عَنْ إِبْرَاهِيمَ مَا أَنَا فَاعِلُهُ " (تك 18: 17). من هو إبراهيم هذا الذى لا يمكن أن يخفى الرب الإله عنه ما هو فاعله؟! إنه الاتضاع العظيم الذى يريد الرب الإله أن يعلمنا إياه فى كل مناسبة. ليس ذلك فقط بل نراه فى نفس القصة يكثر الحديث مع إبراهيم ويحتمل منه كلامه "حَاشَا لَكَ! أَدَيَّانُ كُلِّ الأَرْضِ لاَ يَصْنَعُ عَدْلاً؟ "(تك 18: 25). وأنه لم يغضب فقط من كلام عبده إبراهيم بل نراه بكل اتضاع يسايره ويخفض العدد مبتدئاً من الخمسين حتى

وصل إلى عشرة "لاَ يَسْخَطِ الْمَوْلَى فَأَتَكَلَّمَ هَذِهِ الْمَرَّةَ فَقَطْ. عَسَى أَنْ يُوجَدَ هُنَاكَ عَشَرَةٌ "فَقَالَ: "لاَ أُهْلِكُ مِنْ أَجْلِ الْعَشَرَةِ "(تك 18: 32)... وكأن السيد الرب الإله من اتضاعه أراد أن يطيل الحديث مع أبينا إبراهيم... فكان بإمكانه أن يقرر ولا يناقش أبانا إبراهيم كما نفعل نحن عندما نأخذ قراراً فلا مجال للمناقشة أو المشاورة... هذا بعيد جداً عن الاتضاع الذ ى أراد أن بعلمنا إياه الرب الإله فى قصة إبراهيم.

الوجه الآخر فى الاتضاع هو اتضاع أبينا إبراهيم نفسه فأبونا إبراهيم نفسه مثال عظيم للاتضاع فالاتضاع كان السبب الرئيسى فى اختياره ومباركته وكل نسله والادلة واضحة فى سفر التكوين فنراه عندما يظهر له الرب يسقط بوجهه على الأرض وعندما استضاف الثلاثة رجال خارج خيمته وقت حر النهار ودون أن يعرفهم نراه بتواضعه يسجد أمامهم عندما يطلب استضافتهم ويقول لهم "يا سيد ان كنت قد وجدت نعمة فى عينيك فلا تتجاوز عبدك... لأَنَّكُمْ قَدْ مَرَرْتُمْ على عَبْدِكُمْ "(تك 18: 5). ونجد فى الشواهد السابقة فضيلة الاتضاع فى حديث أبينا إبراهيم فهو لا يستكبر بأن يدعو أناس لا يعرفهم بأسياده داعياً نفسه بعبد بل ويستقبلهم بميطانية حتى الأرض. ولقد أخذ ابن أخيه لوط الاتضاع ذاته عنه ونجد ذلك فى استقباله واستضافته وحديثه للملاكين المهلكان لسدوم وعمورة وكان اتضاع لوط سبباً فى خلاصه مع ابنتيه.

وقد ورث أبونا يعقوب الاتضاع عن جده إبراهيم فنراه عن مقابلته لأخيه عيسو لا يسجد مثل جده إبراهيم مرة واحدة بل سبع مرات ويكرر عبارة "سيدي "على أخيه عيسو ويكرر كثيراً كلمة "عبد".

ربما يعترض البعض بقوله أنه كان فى موقف الضعيف الخائف من أخيه. نقول إن الإنسان المتواضع متواضع فى كل الأحوال ليس فى حال قوته فقط بل وفى حال ضعفه. إن الاتضاع بالنسبة للشخص المتضع منهج حياة لا يرتبط بالظروف الخارجية أو الداخلية.أبونا يعقوب كان حقاً رجلاً متضعاً نرى ذلك من خلال صمته فى المواقف الصعبة التى تعرض لها. فنراه صامتاً عندماً اضجع رأوبين ابنه مع بلهة سريته التى قد أنجب منها أبونا يعقوب فلم يتخذ موقف مندفع حيال ذلك. كذلك عندما أذل حمور ابن شكيم دينه ابنته وزنا معها نرى أبلنا يعقوب يصمت وينتظر مجئ إخوتها ولم يتخذ موقف متهور مثل ما اتخذ ابنيه فى الانتقام ليس من حمور وبيته فقط بل من كل أهل شكيم بل أن أبلنا يعقوب المتضع قد عاتب ولديه على تصرفهما المتهور. هكذا كل إنسان متضع عندما يتعرض لموقف من المواقف الصعبة التى لا تُحتمل يجب أن يصبر ويتروى ويعطى القصاص لله العادل ولا يتهور ويفعل شئ يندم عليه متأكداً من أن عقاب الله سوف يحل على الظالمين عاجلاً كان أم آجلاً. والأفضل من ذلك أن يطلب الإنسان المتضع من أجل توبة من ظلموه لكى يرحمهم الله ويرفع غضبه عنهم.

ربما يكون اتضاع أبينا يعقوب هو سبب موافقته على كلام رفقه أمه فنراه كان معترضاً على مشورة أمه لكى لا يكون مستهتراً فى عينى أبيه إسحق ولكن من أجل اتضاعه وخجله أطاع أمه. لذلك نرى أن الرب بارك مباركة يعقوب وطم أنه خلال هروبه إلى خاله لابان وحفظه فى الطريق وأغناه بغنى جزيل ودافع عنه ضد خاله لابان... كل ذلك من أجل اتضاعه.

أبونا يعقوب لم ينسَ اتضاعه أبداً حتى كبر وتقدم فى الأيام فنجده عندما يقارن بين سنيّ حياته وحياة آبائه نجده يقول لفرعون "أَيَّامُ سِنِي غُرْبَتِي مِئَةٌ وَثَلاَثُونَ سَنَةً. قَلِيلَةً وَرَدِيَّةً كَانَتْ أَيَّامُ سِنِي حَيَاتِي وَلَمْ تَبْلُغْ إِلَى أَيَّامِ سِنِي حَيَاةِ آبَائِي فِي أَيَّامِ غُرْبَتِهِمْ "(تك 47: 9). كما أنه لم ينس سجوده لله اتضاعاً وشكراً فنجده يسجد على رأس السرير. ويوسف الصديق تعلم السجود عن أبيه عنما أخرج ابنيه من بين ركبتيه وسجد للأرض أمام أبيه. البعض يعترض على ضرب الميطانيات للآباء الأساقفة. فليعترضوا أيضاً على أبينا يعقوب ويوسف المتواضعين الذين رفعهما وأغناهما الله لتواضعهما.

خ. ظهورالرب الإله فى هيئة ملاك مرات كثيرة.

لم يكتف الله بهذا القدر من التواضع وإخلاء الذات بأن يظهر فى شكل ملاك وذلك فى العهد القديم بل تعداه وظهر أحياناً فى شكل أُناس عاديين جداً. وظهوره فى شكل إنسان كان تمهيداً لأخذه جسداً كاملاً من العذراء القديسة مريم...

ومن الحوادث التى ظهر فيها الرب فى شكل إنسان ظهوره لأبينا إبراهيم وهو جالس أمام الخيمة وأكله مما قدمه لهم "(تك 18) ومصارعته ليعقوب حتى طلوع الفجر (تك 32) حيث باركه وغير اسمه حتى أنه من اتضاع الرب يظهر قدرة يعقوب فيقول على لسان الوحى المقدس "لأَنَّكَ جَاهَدْتَ مَعَ اللهِ وَالنَّاسِ وَقَدِرْتَ "(تك 32: 28) وقد كُتب أثناء الصراع "وَلَمَّا رَأَى أَنَّهُ(الله) لاَ يَقْدِرُ عليهِ ضَرَبَ حُقَّ فَخْذِهِ "(تك 32: 5). يا للعجب من اتضاع الله وإخلائه لذاته إذ يصفه الكتاب أنه غُلب أمام يعقوب الخائف المرتجف الأوصال من مجرد ملاقاة أخيه عيسو.

د. يوسف الصديق وأحلامه.

إننا نسأل أنفسنا هل الله قاسٍ فيما امتحن به يوسف الصديق فقد تركه لخيانة إخوته وبيعه للإسماعيليين وعمله كعبد لفوطيفار وسجنه بطريق الظلم ؟! لنجيب على هذا السؤال سوف نقول إلى جانب أن الرب الإله من خلال تدابيره جعل يوسف الصديق من

أكبر الرموز التى ترمز للسيد المسيح من خلال كل ما مر به فى حياته... إلى جانب ذلك يمكننا أن نقول أن الرب أراد أن يجهز يوسف للسلطة والعظمة ولكى يحفظه من الكبرياء والمجد الباطل أوقعه فى كل التجارب الصعبة لكى يتذكرها وهو فى الحكم فيتضع. إن يوسف الصديق الفتى ذو السبع عشرة سنة ذو الأحلام الذى كان يخبر أباه بنميمة إخوته... لا يمكن أن يصلح للسلطة وكان يجب أن يتعلم الاتضاع من خلال التجارب... فإننا لم نسمع بعد هذه التجارب يوسف الصديق يخبر أحد بأحلام أو اختبارات.ولم يجئ بنميمة عن أحد حتى إخوته الذين باعوه سامحهم بل ورعاهم هم وأولادهم كل أيام المجاعة. وفوطيفار الذ ى أدخله السجن و امرأته لم نر أنه انتقم منهم بعد حصوله على السلطة. هذه هى صفات الإنسان المتضع: التسامح والعفو عند المقدرة وعند عدم المقدرة أيضاً ونقصد بذلك التسامح من القلب لا بالوجه فقط. يوسف الصديق البار بعد أن وضعه الرب وضع هو ذاته فنراه فى بيت السجن وقد أوكله رئيس السجن على كل شئ نقرأ عنه فى سفر التكوين أنه قام بخدمة رئيس الخبازين ورئيس السقاة. وعندما فسر الأحلام لهما ولفرعون نسب التفاسير للرب الإله قائلاً: "أليس ت لله التعابير ". هكذا كل إنسان متضع عليه أن يعترف أن "كُلُّ عَطِيَّةٍ صَالِحَةٍ وَكُلُّ مَوْهِبَةٍ تَامَّةٍ هِيَ مِنْ فَوْقُ، نَازِلَةٌ مِنْ عِنْدِ أَبِي الأَنْوَارِ "(يع 1: 17).

ذ. الله يستشير قديسيه فى تدابيره ويأخذ بمشورتهم.

جانب آخر من جوانب تواضع الله هو أنه يشرك بعض عبيده ومحبيه فى بعض تدابيره الإلهية ويستشيرهم ولا يُخيب شفاعتهم فرأيناه يستشير أبلفا إبراهيم خليله فى موضوع إحر اق سدوم وعموره... نفس الشئ حدث مع العظيم موسى النبى عندما أراد الرب الإله فى حمو غضبه أن يبيد بنى إسرائيل المتمردين لما صنعوا العجل الذهبى وعبدوه فنراه يقول لموسى عبده "فَالآنَ اتْرُكْنِي لِيَحْمَى غَضَبِي عليهِمْ وَأُفْنِيَهُمْ فَأُصَيِّرَكَ شَعْباً عَظِيماً "(خر 32: 10). الرب الإله يستأذن موسى عبده لكى يتركه... .إن هذا الموقف يذكرنى بما قاله السيد المسيح لعبده يوحنا "اسمح الآن "... ومن العجيب أيضاً جواب موسى النبي "لِمَاذَا يَتَكَلَّمُ الْمِصْرِيُّونَ قَائِلِينَ: أَخْرَجَهُمْ بِخُبْثٍ لِيَقْتُلَهُمْ فِي الْجِبَالِ وَيُفْنِيَهُمْ عَنْ وَجْهِ الأَرْضِ؟ ارْجِعْ عَنْ حُمُوِّ غَضَبِكَ وَانْدَمْ على الشَّرِّ بِشَعْبِكَ "(خر 32: 12)... الله يستسمح موسى والعكس تماماً نرى موسى يستخدم أسلوب الأمر ولو هدفه الرجاء... إن الله كان يعطى مساحة شاسعة لعبيده نادراً ما نجد قائد من القواد يعطيها لجنوده أو سيد لعبيده.والأغرب من ذلك نرى الرب الإله يسمع ويستجيب لطلبة وشفاعة عبده موسي "فَنَدِمَ الرَّبُّ على الشَّرِّ الذى قَالَ إِنَّهُ يَفْعَلُهُ بِشَعْبِهِ "(خر 32: 14).

أليست قصة شفاعة موسى النبى هذه كفيلة لكل المشككين فى عقيدة الشفاعة بكنيستنا المتواضعة فتلجأ إلى القديسين أولئك السحابة من الشهود لكى يتشفعوا لأنهم قائمين أمام منبر الابن الوحيد يتشفعون فى ضعف مذلتنا... إن من يرفض الشفاعة دل ذلك على مرضه بداء الكبرياء لأنه ظن نفسه غير محتاج لأحد ولا لقديسى الله الذى قال الرب عنهم: "وَإِنْ وَقَفَ مُوسَى وَصَمُوئِيلُ أَمَامِي لاَ تَكُونُ نَفْسِي نَحْوَ هَذَا الشَّعْبِ. اطْرَحْهُمْ مِنْ أَمَامِي فَيَخْرُجُوا "(أر 15: 1)... والآية السابقة تدل على مدى قوة شفاعة موسى وصموئيل فرغم موتهما وانتقالهما مازالا واقفين يتشفعان فينا.

ر. التواضع وقبول توبة آخاب الملك

آخاب ذلك الملك الذى يُضرب به المثل فى الشر ذلك الذى وبخه إيليا النبى بأنه مكدر إسرائيل... ذلك الملك الذى بجانب زواجه من إيزابل الشريرة نهب حقل نابوت اليزرعيلى ودبر مع زوجته مؤامرة لقتله فجاء إليه إيليا النبى وعدد له عقوبات الرب الناتجة عن كل أفعاله... نرى بعد ذلك شئ يفوق الوصف بأنه تاب واتضع فقبل الرب توبته وبعث بإيليا النبى إليه قائلاً: "مِنْ أَجْلِ أَنَّهُ قَدْ رَقَّ قَلْبُكَ وَتَوَاضَعْتَ أَمَامَ الرَّبِّ حِينَ سَمِعْتَ مَا تَكَلَّمْتُ بِهِ على هَذَا الْمَوْضِعِ وَعلى سُكَّانِهِ أَنَّهُمْ يَصِيرُونَ دَهَشاً وَلَعْنَةً، وَمَزَّقْتَ ثِيَابَكَ وَبَكَيْتَ أَمَامِي. قَدْ سَمِعْتُ أَنَا أَيْضاً يَقُولُ الرَّبُّ "(2مل 22: 19).

ز. أيوب وإحساسه ببره.

أيوب الصديق كان باراً بالفعل وليس فى هذا خطأ ولكن الخطأ فى أنه كان يعرف أنه بار... .من أجل ذلك سمح الرب بأن يجربه كل هذه التجارب الصعبة التى لا يمكن لإنسان أن يحتملها حتى ينقيه من ضعفه هذا (إحساسه ببره)... لذا نجد أيهو بن برخئيل البوزى ذلك الشاب الصغير الذى تكلم بالروح القدس يعلل ما حدث لأيوب بقوله: "لِيُحَوِّلَ الإِنْسَانَ عَنْ عَمَلِهِ وَيَكْتُمَ الْكِبْرِيَاءَ عَنِ الرَّجُلِ "(أى 33: 17). ولذلك نرى أيوب فى نهاية التجربة يقول: "لِذَلِكَ أَرْفُضُ وَأَنْدَمُ فِي التُّرَابِ وَالرَّمَادِ "(أى 42: 6). لقد اتضع أيوب أخيراً لذلك نرى الرب يرد له كل شئ وزاد عليه ضعفاً "وَرَدَّ الرَّبُّ سَبْيَ أَيُّوبَ لَمَّا صَلَّى لأَجْلِ أَصْحَابِهِ وَزَادَ الرَّبُّ على كُلِّ مَا كَانَ لأَيُّوبَ ضِعْفاً "(أى 42: 10). لقد فهم أيوب هدف الله من السماح بتجربته وهى أن يتضع ويعرف أن بره وكل غناه مصدره الرب الإله. هكذا نحن أيضاً عندما نصادف تجارب فى حياتنا يجب علينا أن ندرك مغزى الله من التجربة فعندما تنتهى التجربة لابد أن يرد الله لنا أضعافاً على كل ما فقدناه فى التجربة.

ناحية أخرى من نواحى الاتضاع فى قصة أيوب البار وهى احتمال الله لأيوب رغم كل الجهالات التى كان ينطق بها التى لم يحتملها أصحابه الثلاثة ووبخوه عليها... ولكن الرب الإله لكى يعلمنا

فضيلة الاتضاع نراه يحتمل أيوب ولا يوبخه على جهالاته بل وزيادة على هذا مدح أيوب أمام أصحابه "لأَنَّكُمْ لَمْ تَقُولُوا فِي الصَّوَابَ كَعَبْدِي أَيُّوبَ "(أى 42: 7)... وزيادة على ذلك يأمر أصحابه أن يذهبوا إلى أيوب فيصلى عنهم... يا لتواضع الله العظيم أن ينعت أيوب بأنه قال الصواب... أى صواب هذا؟! إنه تواضع الرب الإله الذى أراد أن يعلمنا إياه بأن نلتمس العذر لمن يلومونا من المحتمل أن أيوب من شدة ألمه نطق بهذه الجهالات. مجرد أن يبعث الله بأصحاب أيوب إليه ليصلى عنهم هذا لون من ألوان تواضع الرب الإله... .هذا يذكرنى بما حدث مع أبيمالك الذى أخذ سارة امرأة أبينا إبراهيم بعد أن كذب إبراهيم وقال إنها أخته... نجد الرب الإله يظهر فى حلم لأبيمالك هذا ويأمره برد سارة لزوجها وأن يذهب إليه فيصلى عليه ليشفيه ويرزقه بأولاد... إن الشفاعة ذاتها التى شرعها الرب الإله فى الكتاب المقدس لهى أكبر دليل على تواضع الرب الإله... يا للعجب إبراهيم الذى كذب يرسل الله إليه أبيمالك لكى يصلى عليه ويشفيه. الذين لا يؤمنون بالشفاعة هم غير متواضعين ونتيجة لذلك لا يؤمنون بتواضع الله الذى يريد رفعة أولاده والمؤمنين به على الأرض كما فى السموات.

س. حزقيا الملك وتواضعه

هذا ما حدث أيضاً مع حزقيا الملك البار فقد حدث لسبب ما أن ارتفع قلب حزقيا الملك فلكل منا ضعفاته فيخبرنا الكتاب "وَلَكِنْ لَمْ يَرُدَّ حَزَقِيَّا حَسْبَمَا أُنْعِمَ عليهِ لأَنَّ قَلْبَهُ ارْتَفَعَ فَكَانَ غَضَبٌ عليهِ وَعلى يَهُوذَا وَأُورُشَلِيمَ "(2 أخ 32: 25). وتتبعها الآية القائلة "ثُمَّ تَوَاضَعَ حَزَقِيَّا بِسَبَبِ ارْتِفَاعِ قَلْبِهِ هُوَ وَسُكَّانُ أُورُشَلِيمَ فَلَمْ يَأْتِ عليهِمْ غَضَبُ الرَّبِّ فِي أَيَّامِ حَزَقِيَّا "(2اخبار 32: 26).

يا لعظمة التواضع الذى يحنن قلب الرب على أعتى الخطاة فيصرف غضبه عنهم... ونحن أيضاُ مهما كانت خطايانا بشعة وشنيعة ولكن إن أردنا أن يرحمنا الرب ويصرف غضبه عنا، ويقبل توبتنا فعلينا بالاتضاع والتذلل أمامه وأمام وكلائه الكهنة كما حدث مع النبى العظيم داود الملك الذى سقط فيما لا يمكن أن يسقط فيه أبشع الخطاة وهو الزنا والقتل بطريقة رخيصة لأفضل قواده فى الحرب للتغطية على خطيته فجاء ناثان النبى يعرض عليه عقوبات الرب فيعرف داود خطأه ويتضع أمام الرب فى حضرة ناثان النبى وكيل الرب فيقول: "قَدْ أَخْطَأْتُ إِلَى الرَّبِّ». فَقَالَ نَاثَانُ لِدَاوُدَ: «الرَّبُّ أَيْضاً قَدْ نَقَلَ عَنْكَ خَطِيَّتَكَ. لاَ تَمُوتُ "(2صم 12: 13).

فى مرة أخرى عندما أخطأ وأحصى الشعب نتيجة كبريائه واعتزازه بقوته نجد ناثان النبى يأتى ويهدده نتيجة كبريائه قائلاً:

من فم الرب "ثلاثة أنا عارض عليك "فيتضع داود قائلاً عبارته المشهورة "قَدْ ضَاقَ بِي الأَمْرُ جِدّاً. فَلْنَسْقُطْ فِي يَدِ الرَّبِّ لأَنَّ مَرَاحِمَهُ كَثِيرَةٌ وَلاَ أَسْقُطْ فِي يَدِ إِنْسَانٍ "(2صم 24: 14). فما الذى حدث نتيجة اعترافه واتضاعه إن الرب أوقف عقابه ولم يكمله... أنه لمن مميزات شخصية ذلك النبى العظيم داود ميزة الاتضاع فعلى الرغم من أخطائه الكثيرة ولكن قد كان اتضاعه بمثابه شفيعه الدائم أمام الرب وكأن الاتضاع هذا كأحد القديسين العظام المقبولة شفاعتهم أمام الرب فلا يمكن أن يرجع خائباً.

ش. الاتضاع بين داود وشاول

إن الفرق بين داود وشاول هو أن داود ظل محتفظاً باتضاعه طوال حياته رغم وجود بعض الضعفات عكس شاول الذى لم نسمع كثيراً بشرور صنعها ولكنه لم يستطع أن يحتفظ باتضاعه العظيم الذى بدأ به حياته وعلى أساسه اختاره الرب من فم صموئيل ملكاً على شعب إسرائيل عندما اتضع قائلاً لصموئيل: "أَمَا أَنَا بِنْيَامِينِي مِنْ أَصْغَرِ أَسْبَاطِ إِسْرَائِيلَ، وَعَشِيرَتِي أَصْغَرُ كُلِّ عَشَائِرِ أَسْبَاطِ بِنْيَامِينَ؟ فَلِمَاذَا تُكَلِّمُنِي بِمِثْلِ هَذَا الْكَلاَمِ؟ "(1صم 9: 21)... يا ليت شاول كان قد احتفظ بهذا الاتضاع الذى بدأ به فقد كان يمكن أن يحتفظ بالملك ويزداد رفعة ولكننا نرى أنه لم يحتفظ بتواضعه بعد المُلك فقد بدأ يعتز بنفسه ولا ينتظر صموئيل ليستشيره ويقوم بعمل

صموئيل بتقديم الذبيحة ثم يزداد كبرياء فيحقد على داود خوفاً على الملك ويطارده مريداً قتله... فماذا كان نتيجة كبريا ؟... موته أشر ميته على أيدى الفلسطينيين وزوال المُلك عنه وعن كل بيته.

يؤسفنى إن أقول أن الكبرياء من نتائجها الوخيمة أنها لا تلحق الضرر بالشخص المتكبر فقط بل تلحق الضرر بمن حوله فالشيطان عندما سقط بالكبرياء أسقط معه طغمة كاملة من الملائكة...أبوانا الأولان عندما سقطا جرا معهما كل أولادهما من الجنس البشري... وشاول أيضاً عندما تكبر قلبه نجد الشر قد لحق به وبشعبه الذى هُزم أمام الفلسطينيين بل وعلى ابنه يوناثان صاحب داود البار وليس ذلك فقط بل وعلى عالى الكاهن الذى لما سمع بخبر الهزيمة وقع من فوق الكرسى ومات (لو كان متضعاً وجالساً على الأرض حتى ولو كان قد وقع فلن تنكسر رقبته لأنه على الأرض).

اتضاع داود النبى تكلم عنه القديس الأنبا انطونيوس فى الإجابة عن سؤال ما قائلاً: "إن داود كان وديعاً ومتواضعاً وكان الله معه".

إن الاتضاع فى حياة داودالنبى له مظاهر كثيرة منها عدم الانتقام من عدوه شاول الذى حاول أكثر من مرة قتله، ومنها سماعه لكلام أبيجايل ورجوعه عن غضبه وانتقامه من زوجها نابال الكرملي، منها أيضاً اتضاعه ورقصه أمام تابوت عهد الرب بعد أخذ المُلك

حتى أن بنت شاول احتقرته فقال لها قوله المتضع "وَإِنِّى أَتَصَاغَرُ دُونَ ذَلِكَ وَأَكُونُ وَضِيعاً فِى عَيْنَى نَفْسِي. وَأَمَّا عِنْدَ الإِمَاءِ الَّتِى ذَكَرْتِ فَأَتَمَجَّدُ "(2 صم 6: 22).

نماذج من تواضع آبائنا الرسل

أ. القديس بطرس الرسول.

بطرس الرسول ذلك الكارز العظيم قبل الصلب والقيامة والصعود وقبل حلو ل الروح القديس كان به بعض الضعف من ناحية اعتزازه بنفسه والثقة بذاته الزائدة عن الحد المعقول لذا نجده دائم الاندفاع والتسرع فى الكلام مثال لذلك عندما تحدث السيد المسيح عن آلامه وصلبه نجد قول الكتاب "فَأَخَذَهُ بُطْرُسُ إِلَيْهِ وَابْتَدَأَ يَنْتَهِرُهُ قَائِلاً: "حَاشَاكَ يَا رَبُّ! لاَ يَكُونُ لَكَ هَذَا! "(مت 16: 22)، لذلك نجد السيد المسيح يوبخه فى هذا الموقف قائلاً: "اذْهَبْ عَنِّى يَا شَيْطَانُ. أَنْتَ مَعْثَرَةٌ لِى "(مت 16: 23). مرة أخرى القديس بطرس يعتز بنفسه ويقول للسيد المسيح: "فَقَالَ بُطْرُسُ لَهُ: «وَإِنْ شَكَّ فِيكَ الْجَمِيعُ فَأَنَا لاَ أَشُكُّ أَبَداً "(مت 26: 33).

لذلك نجد السيد المسيح قد سمح السيدالمسيح بتجربة الإنكار الشديدة لبطرس الرسول حتى يشعر بضعفه حتى أنه يقول لذلك المقعد عند

باب الهيكل الجميل "لَيْسَ لِى فِضَّةٌ وَلاَ ذَهَبٌ وَلَكِنِ الذى لِى فَإِيَّاهُ أُعْطِيكَ: بِاسْمِ يَسُوعَ الْمَسِيحِ النَّاصِرِى قُمْ وَامْشِ "(أع 3: 6).

ب. القديس بولس الرسول.

القديس بولس الرسول فيلسوف المسيحية الأول الذى له الفضل فى نشر المسيحية فى أكثر من نصف العالم. نجده يتكلم عن التواضع بشكل عام وناقش كثيراً الأسباب التى تقف حائلاً بين الإنسان والتواضع فناقش مشكلة الأعمال والإيمان، الحكمة الإنسانية وحكمة الله، قوة الإنسان وقوة الله. لذا دعونا نناقش فكر بولس الرسول فى هذه الأفكار لكى نعلم أنْ ليس هناك داعٍ للافتخار سواء بسبب الأعمال أو القوة أو الحكمة والفلسفة الإنسانية.

الإيمان والأعمال.

من المعروف إيمانياً أن الأعمال التى تكلم عنها بولس هى أعمال الطقوس اليهودية من ختان وغسلات وأشياء طقسية أخر ى. ولكن يمكننا أن نأخذ الموضوع من الناحية الروحية فنقول بولس الرسول: أراد بأن لا يفتخر أحد بالأعمال سواء الطقسية أو الروحية. ولكى لا يتشكك أحد فى ضرورة الأعمال إن عُملت باتضاع نجد يبدأ رسائله جميعاً بقوله الشهير :" الذى سَيُجَازِى كُلَّ وَاحِدٍ حَسَبَ أَعْمَالِهِ "(رو 2: 6). ومن الملاحظ أن رسالة روميه

هى أول رسائل القديس بولس الرسول وأكثر الرسائل التى ناقش فيها مشكلة الإيمان والأعمال. ولكى يضع شرط الاتضاع مع الأعمال ولا يفتخر أحد بأعماله أوضح أن الأعمال لا تبرر "لأَنَّهُ بِأَعْمَالِ النَّامُوسِ كُلُّ ذِى جَسَدٍ لاَ يَتَبَرَّرُ أَمَامَهُ. لأَنَّ بِالنَّامُوسِ مَعْرِفَةَ الْخَطِيَّةِ "(رو 3: 20). لأن لو كانت الأعمال تبرر فما كان حاجة لمجئ المسيح وفدائه الذى تم على عود الصليب. لذا نرى القديس بولس يضع الإيمان فوق الأعمال لأنه هو أساس الأعمال فبدون إيمان تصبح كل الأعمال باطلة. "فَأَيْنَ الافْتِخَارُ؟ قَدِ انْتَفَى! بِأَى نَامُوسٍ؟ أَبِنَامُوسِ الأَعْمَالِ؟ كَلاَّ! بَلْ بِنَامُوسِ الإِيمَانِ "(رو 3: 27). حتى إنه تجرأ وقال "إِذاً نَحْسِبُ أَنَّ الإِنْسَانَ يَتَبَرَّرُ بِالإِيمَانِ بِدُونِ أَعْمَالِ النَّامُوسِ "(رو 3: 28). كما أراد أن يقول أن الأعمال لها فخر ولكن ليس لدى الله فهى ليست بفائدة لدى الله وإن مفيدة فللإنسان الذى يصنعها فقط "لأَنَّهُ إِنْ كَانَ إِبْرَاهِيمُ قَدْ تَبَرَّرَ بِالأَعْمَالِ فَلَهُ فَخْرٌ وَلَكِنْ لَيْسَ لَدَى اللهِ "(رو 4: 2). ونراه أيضاً يعطى كل الأولوية للنعمة التى بها تُعمل الأعمال "فَإِنْ كَانَ بِالنِّعْمَةِ فَلَيْسَ بَعْدُ بِالأَعْمَالِ وَإِلاَّ فَلَيْسَتِ النِّعْمَةُ بَعْدُ نِعْمَةً. وَإِنْ كَانَ بِالأَعْمَالِ فَلَيْسَ بَعْدُ نِعْمَةً وَإِلاَّ فَالْعَمَلُ لاَ يَكُونُ بَعْدُ عَمَلاً "(رو 11: 6). "إِذْ نَعْلَمُ أَنَّ الإِنْسَانَ لاَ يَتَبَرَّرُ بِأَعْمَالِ النَّامُوسِ، بَلْ بِإِيمَانِ يَسُوعَ الْمَسِيحِ، آمَنَّا نَحْنُ أَيْضاً بِيَسُوعَ الْمَسِيحِ، لِنَتَبَرَّرَ بِإِيمَانِ يَسُوعَ لاَ بِأَعْمَالِ النَّامُوسِ. لأَنَّهُ بِأَعْمَالِ النَّامُوسِ لاَ يَتَبَرَّرُ جَسَدٌ مَا "(غل 2:

16). "لَيْسَ مِنْ أَعْمَالٍ كَيْلاَ يَفْتَخِرَ أَحَدٌ.(اف 2: 9). "الذى خَلَّصَنَا وَدَعَانَا دَعْوَةً مُقَدَّسَةً، لاَ بِمُقْتَضَى اعْمَالِنَا، بَلْ بِمُقْتَضَى الْقَصْدِ وَ النِّعْمَةِ الَّتِى اعْطِيَتْ لَنَا فِى الْمَسِيحِ يَسُوعَ قَبْلَ الأَزْمِنَةِ الأَزَلِيَّةِ "(2تى 1: 9). كما يقول أيضاً: " لاَ بِأَعْمَالٍ فِى بِرٍّ عَمِلْنَاهَا نَحْنُ، بَلْ بِمُقْتَضَى رَحْمَتِهِ خَلَّصَنَا بِغَسْلِ الْمِيلاَدِ الثَّانِى وَتَجْدِيدِ الرُّوحِ الْقُدُسِ "(تى 3: 5). فللقديس بولس الرسول لم يكن يحارب الأعمال بل الكبرياء والافتخار الذى تُعمل بها فهو كما قلنا من قبل بدأ حديثه جميعه بأن الله سوف يجازى كل إنسان حسب أعماله وكل واحد سوف يأخذ أجرته بحسب تعبه.

الحكمة الإنسانية وبطلانها.

القديس بولس تكلم كثيراً عن بطلان الحكمة الإنسانية وعدم نفعها لكى لا يفتخر أحد بحكمته. وعلى الرغم من الحكمة العظيمة التى أنعم بها الرب الإله على القديس بولس والتى قد أثقلها من خلال دراساته والتى نراها من خلال كتاباته إلا إنه دائماً كان لا يعتمد على هذه الحكمة فى خدمته أو كرازته فنجده يقول "لأَنَّ الْمَسِيحَ لَمْ يُرْسِلْنِى لأُعَمِّدَ بَلْ لأُبَشِّرَ – لاَ بِحِكْمَةِ كَلاَمٍ لِئَلاَّ يَتَعَطَّلَ صَلِيبُ الْمَسِيحِ "(1كو 1: 17). ويستند على قول الكتاب "لأَنَّهُ مَكْتُوبٌ: «سَأُبِيدُ حِكْمَةَ الْحُكَمَاءِ وَأَرْفُضُ فَهْمَ الْفُهَمَاءِ "(1كو 1: 19)، "أَيْنَ الْحَكِيمُ؟ أَيْنَ الْكَاتِبُ؟ أَيْنَ مُبَاحِثُ هَذَا الدَّهْرِ؟ أَلَمْ يُجَهِّلِ اللهُ حِكْمَةَ هَذَا

الْعَالَمِ؟ "(1كو 1: 20)، "لأَنَّهُ إِذْ كَانَ الْعَالَمُ فِي حِكْمَةِ اللهِ لَمْ يَعْرِفِ اللهَ بِالْحِكْمَةِ اسْتَحْسَنَ اللهُ أَنْ يُخَلِّصَ الْمُؤْمِنِينَ بِجَهَالَةِ الْكِرَازَةِ "(1كو 1: 21). وأوضع أن الحكمة كل الحكمة فى السيد المسيح وفى الإيمان لأنه هو قوة الله وحكمة الله "وَأَمَّا لِلْمَدْعُوِّينَ: يَهُوداً وَيُونَانِيِّينَ فَبِالْمَسِيحِ قُوَّةِ اللهِ وَحِكْمَةِ اللهِ "(1كو 1: 24)، "وَمِنْهُ أَنْتُمْ بِالْمَسِيحِ يَسُوعَ الذى صَارَ لَنَا حِكْمَةً مِنَ اللهِ وَبِرّاً وَقَدَاسَةً وَفِدَاءً "(1كو 1: 30).

ويؤكد القديس بولس الرسول أنه لم يأتِ بسمو الكلام أو بالحكمة الإنسانية قائلاً: "وَأَنَا لَمَّا أَتَيْتُ إِلَيْكُمْ أَيُّهَا الإِخْوَةُ أَتَيْتُ لَيْسَ بِسُمُوِّ الْكَلاَمِ أَوِ الْحِكْمَةِ مُنَادِياً لَكُمْ بِشَهَادَةِ اللهِ ... وَكَلاَمِي وَكِرَازَتِي لَمْ يَكُونَا بِكَلاَمِ الْحِكْمَةِ الإِنْسَانِيَّةِ الْمُقْنِعِ بَلْ بِبُرْهَانِ الرُّوحِ وَ الْقُوَّةِ "(1كو 2: 3، 4). كما أوضح الفرق بين الحكمة الإنسانية وحكمة الله قائلا: "لَكِنَّنَا نَتَكَلَّمُ بِحِكْمَةٍ بَيْنَ الْكَامِلِينَ وَلَكِنْ بِحِكْمَةٍ لَيْسَتْ مِنْ هَذَا الدَّهْرِ وَلاَ مِنْ عُظَمَاءِ هَذَا الدَّهْرِ الذين يُبْطَلُونَ ... بَلْ نَتَكَلَّمُ بِحِكْمَةِ اللهِ فِي سِرٍّ: الْحِكْمَةِ الْمَكْتُومَةِ الَّتِي سَبَقَ اللهُ فَعَيَّنَهَا قَبْلَ الدُّهُورِ لِمَجْدِنَا... الَّتِي نَتَكَلَّمُ بِهَا أَيْضاً لاَ بِأَقْوَالٍ تُعَلِّمُهَا حِكْمَةٌ إِنْسَانِيَّةٌ بَلْ بِمَا يُعَلِّمُهُ الرُّوحُ الْقُدُسُ قَارِنِينَ الرُّوحِيَّاتِ بِالرُّوحِيَّاتِ "(1كو 2: 6 ، 7 ،13). كما أوضح "لأَنَّ حِكْمَةَ هَذَا الْعَالَمِ هِيَ جَهَالَةٌ عِنْدَ اللهِ لأَنَّهُ مَكْتُوبٌ: «الآخِذُ الْحُكَمَاءَ بِمَكْرِهِمْ»(1كو 3: 19).

ولكى لا يفتخر أحد بالحكمة الموهوبة له من فوق أوضح مصدرها ومانحها وهو الروح القدس "فَإِنَّهُ لِوَاحِدٍ يُعْطَى بِالرُّوحِ كَلاَمُ حِكْمَةٍ. وَلآخَرَ كَلاَمُ عِلْمٍ بِحَسَبِ الرُّوحِ الْوَاحِدِ "(1كو 12: 8)، "كَى يُعْطِيَكُمْ إِلَهُ رَبِّنَا يَسُوعَ الْمَسِيحِ، أَبُو الْمَجْدِ، رُوحَ الْحِكْمَةِ وَالإِعْلاَنِ فِى مَعْرِفَتِهِ "(أف1: 17).

القديس بولس الرسول لا يحارب الحكمة ولكنه يفصل بين الحكمة الإنسانية التى تؤدى إلى كبرياء صاحبها وحكمة الله التى تؤدى إلى التواضع ومخافة الله الذى هو رأس الحكمة لذا نجده فى فى النهاية ينصح بالحكمة ولكن التى من الله قائلاً: "لِتَسْكُنْ فِيكُمْ كَلِمَةُ الْمَسِيحِ بِغِنىً، وَأَنْتُمْ بِكُلِّ حِكْمَةٍ مُعَلِّمُونَ وَمُنْذِرُونَ بَعْضُكُمْ بَعْضاً، بِمَزَامِيرَ وَتَسَابِيحَ وَأَغَانِى رُوحِيَّةٍ، بِنِعْمَةٍ، مُتَرَنِّمِينَ فِى قُلُوبِكُمْ لِلرَّبِّ "(كو 3: 16). ويقول أيضاً:" اُسْلُكُوا بِحِكْمَةٍ مِنْ جِهَةِ الذين هُمْ مِنْ خَارِجٍ، مُفْتَدِينَ الْوَقْتَ "(كو 4: 5).

الفصل الرابع

بركات الاتضاع

الاتضاع له بركات كثيرة فى حياة الإنسان، فباتضاع الرب يسوع، رد الإنسان إلى رتبته الأولى. وبه ننال محبة الله لنا، كما يجعل الصلاة مستجابة، ويعطى الإنسان غلبة على الشيطان ويساعد على قبول الله للتوبة. فبالاتضاع يرفع المتواضعين، ويحفظ نعمة الله الموهوبة فى الإنسان. به ينال الإنسان المواهب، وبه تنمو النعم، وتجنى ثمار متعددة، مثل الفرح والسلام القلبى، الصبر والاحتمال. كما أن الاتضاع يعين فى التجارب ويخلص من الضيقات. وبالاتضاع المحبةلا يسقط أبداً.

الله باتضاعه رد الإنسان إلى رتبته الأولى.

إن كان الكبرياء سبباً فى سقوط الإنسان، وفقده لمكانته وطهارته الأولى، فبالاتضاع كان سبباً فى استرداد تلك المكانة المفقودة. الإنسان الأول اشتهى أن يصير مثل الله بالكبرياء، فسقط وأسقط معه كل الجنس البشرى. جاء السيد المسيح، وصار فى شبه الن اس لكى يرد ذلك الإنسان إلى رتبته بالاتضاع. لذ لك نجد أن أ هم

الفضائل التى ركز عليها السيد المسيح و هى فضيلة الاتضاع كما درسنا الاتضاع فى حياة السيد المسيح.

فللإنسان المتضع لا يمنع الله عنه الطهارة ونقاوة القلب ، بل والسلطان على كافة المخلوقات، بما فيها الحيوانات، مثلما كان عليه فى الفردوس. كما نسمع عن كثير من القديسين المتواضعين كانت لهم دالة مع الحيوانات، فهوذا الشهداء نجد الحيوانات المفترسة تأتى مظهره خضوعها أمام سلطان الشهيد بالانحناء أمامه. ودانيال النبى نقول عنه فى إبصالية الصوم الكبير :" الأسود فى الجب. لحست قدمي دانيال ". وأولئك القديسون الرهبان كانت الحيوانات تخدمهم وهم يشفون أمراضها. ومن القديسين العلمانيين(غير الرهبان) مثل القديس الأنبا برسوم العريان الذى كان ساكناً مع ثعبان كبير.

الإنسان بسقوطه بالكبرياء فقد صورته التى جُبل عليها ، وهى صورة الله ومثاله. فللإنسان بعد نوال معمودية الخلاص، بالاتضاع ترجع إليه تلك الصورة الأولى، فيصبح على شبه صورة الله. فى هذا يقول القديس العظيم الأنبا أنطونيوس :" ما الذى جعل ربنا يسوع المسيح حتى يشد وسطه بمنديل و يشمر ساعديه، ويصب ماء فى مغسل، ويغسل أرجل تلاميذه ؟!. لكى يعلمنا الاتضاع بهذا المثال الذى صنعه. فكل الذين يريدون الرجوع إلى رتبتهم الأولى، لا يمكنهم ذلك إلا بالاتضاع".

بالاتضاع ينال الإنسان محبة الله واستجابة للصلاة.

إن الله يحب المتواضعين ويسمع تضرعهم ويخلصهم. فلا شئ يمكنه أن يغلب الله سوى تحننه على الإنسان المتضع والمنسحق هكذا قال أبونا داود النبى فى المزمور :" ذَبَائِحُ اللهِ هِيَ رُوحٌ مُنْكَسِرَةٌ. الْقَلْبُ الْمُنْكَسِرُ وَالْمُنْسَحِقُ يَا اللهُ لاَ تَحْتَقِرُهُ "(مز 51: 17). أبونا داود لم يتكلم عن الاتضاع كمسبب لاستجابة الصلاة فقط ، بل تكلم عن الاتضاع (الروح المنسحقة) وهى نفسها صلاة (ذبائح الله).

كثيراً ما يربط الكتاب المقدس بعهديه بين التواضع واستجابة الصلاة. فها هو داود النبى يقول بمزماره:" لاَ يَرْجِعَنَّ الْمُنْسَحِقُ خَازِياً. الْفَقِيرُ وَالْبَائِسُ لِيُسَبِّحَا اسْمَكَ "(مز 74: 21). ويقول أيضاً فى أحد مزامير الساعة الثانية عشر :" أَنَّ الرَّبَّ عَالٍ وَيَرَى الْمُتَوَاضِعَ. أَمَّا الْمُتَكَبِّرُ فَيَعْرِفُهُ مِنْ بَعِيدٍ "(مز 138: 6). والرب الإله يشترط التواضع لاستجابة الصلاة وسماعها، فيقول الرب: " فَإِذَا تَوَاضَعَ شَعْبِي الذين دُعِيَ اسْمِي عليهِمْ وَصَلُّوا وَطَلَبُوا وَجْهِي وَرَجَعُوا عَنْ طُرُقِهِمِ الرَّدِيئَةِ فَإِنِّي أَسْمَعُ مِنَ السَّمَاءِ وَأَغْفِرُ خَطِيَّتَهُمْ وَأُبْرِئُ أَرْضَهُمْ"(2اخبار 7: 14). وفى موضع آخر نسمعه يخاطب أحد ملوك بنى إسرائيل قائلاً :" مِنْ أَجْلِ أَنَّهُ قَدْ رَقَّ قَلْبُكَ وَتَوَاضَعْتَ أَمَامَ اللَّهِ حِينَ سَمِعْتَ كَلاَمَهُ على هَذَا الْمَوْضِعِ وَعلى سُكَّانِهِ وَتَوَاضَعْتَ أَمَامِي وَمَزَّقْتَ ثِيَابَكَ وَبَكَيْتَ أَمَامِي يَقُولُ الرَّبُّ قَدْ

سَمِعْتُ أَنَا أَيْضاً "(2اخبار 34: 27). وفى سفر إشعياء النبى نجد الرب الإله يقول:" وَكُلُّ هَذِهِ صَنَعَتْهَا يَدِى فَكَانَتْ كُلُّ هَذِهِ يَقُولُ الرَّبُّ. وَإِلَى هَذَا أَنْظُرُ: إِلَى الْمِسْكِينِ وَالْمُنْسَحِقِ الرُّوحِ وَالْمُرْتَعِدِ مِنْ كَلاَمِي"(اش 66: 2). فموذا يهوديت[٥] تقول: "لا ترضى من المتكبرين بل يسرك دائما تضرع المتواضعين الودعاء (يهوديت 9: 16). كذلك الحكيم يشوع بن سيراخ يقول ب روح النبوة: "صلاة المتواضع تنفذ الغيوم و لا تستقر حتى تصل و لا تنصرف حتى يفتقد العلى و يحكم بعدل و يجرى القضاء"(سيراخ 35: 21).

الاتضاع يعطى الإنسان غلبة على الشيطان

إن كان نقطة الضعف التى أسقطت الشيطان من رتبته السمائية هى عدم اتضاعه(الكبرياء)، وبه أيضاً استطاع أن يُسقط الجنس البشرى من جنة عدن، ومن ميزاته الإلهية الممنوحة له . فالاتضاع يساعد الإنسان فى الغلبة على الشيطان المتكبر. فلا غلبة على الشياطين بدون نعمة الله، ولا نعمة من الله بدون اتضاع.

إن كان السيد المسيح قد غلب الشيطان بالاتضاع الطبيعى فى شخصه المبارك. فبالأولى نحن المحتاجين يجب أن نقتنى الاتضاع

---

[٥] فى الأسفار القانونية الثانية

إن أردنا أن يغلب بنا الله أعداءَنا غير الظاهرين. أنظر القديس الأنبا أنطونيوس الكبير فيقول:" الشياطين مبسوطة على الأرض كلها فتنهد وقال:" يا رب من يفلت من كل هذه ؟!" فأتاه صوت من السماء قائلاً:" المتضعون يفلتون منها". والقديس العظيم الأنبا أنطونيوس لم يُعط الغلبة على الشياطين فى بداية توحده سوى باتضاعه العظيم، فقد حدث أنه لما دخل البرية الداخلية أن الشياطين نظرت إليه منزعجة. فاجتمعت عليه وقالت له:" يا صبى العمر والعقل. كيف تجاسرت ودخلت بلادنا لأننا ما رأينا بشراً آدمياً سواك "... فلبتدأوا يحاربونه كلهم، فكان يقول لهم باتضاع :" يا أقوياء ماذا تريدون منى أنا الضعيف المسكين ، وما هو مقدارى حتى تجمعتم على كلكم. ألا تعلمون أنى تراب ووسخ وكلا شئ . وضعيف عن قتال أحد أصاغركم كيف تجعلون لى مقداراً وتحتالون فى سقوطى . ابعدوا عنى وعن ضعفى أنا المسكين التراب والرماد ". وكان يلقى بذاته على الأرض ويصرخ ويقول: يا رب أعنى وقو ضعفى. ارحمنى يا رب فانى التجأت إليك. يا رب لا تتخل عنى ولا يقو علىَّ هؤلاء الذين يحسبون أنى شئ. يا رب أنت تعلم أنى ضعيف عن مقاومة أحد أصاغر هؤلاء. انقذنى يا رب بمعونتك ولا تبعد عن ضعفي. فكانت الشياطين إذا سمعت هذه الصلاة المملؤة حياءً واتضاعاً تهرب منه ولا تقدر على الدنو منه وكانت الشياطين تحترق لكثرة اتضاعه.

ومرة أخرى ظهر الشيطان للقديس الأنبا مقاريوس الكبير وقال له:" ويلاه منك يا مقاريوس. أنت تصوم ونحن لا نأكل، وأنت تسهر ونحن لا ننام... ولكن بشئ واحد تغلبنا ألا وهو الاتضاع".

كما قيل أيضاً عن إنسان متوحد كان يخرج الشياطين، فسألهم قائلاً: "بماذا تخرجون؟ أبالصوم؟! "فقالوا:" نحن ما نأكل قط " فقال "أبالسهر ؟! "فقالوا:" نحن لا ننام". فقال:" أبترك العالم ؟! "فقالوا:" إن مساكننا البرارى والخرائب". فقال لهم:" إذن فبماذا تخرجون؟!"... أجابوه:"لا يوجد شئ يسحقنا غير التواضع".

فمن يريد أن لا ينهزم من الشياطين، فعليه بالاتضاع تلك البوابة التى تسمح بدخول نعمة الله الغالبة. حقاً كما قال أحد الشيوخ:" إذ قال الراهب لصاحبه اغفر لى، تحترق الشياطين".

كما يذكر عن أنبا دانيال : حدث أن كان لرجل غنى ابنة بها روح نجس، ولم يحصل لها على شفاء، وكان له صديق راهب، هذا قال له: أنه لا يستطيع أحد أن يشفى ابنتك إلا الشيوخ الرهبان، ولكنك إن طلبت إليهم فلن يجيبوك إلى طلبك لتواضعهم. فأشير عليك بأن تصنع حسب ما أقوله لك، فإذا هم جاءوا إلى السوق ليبيعوا عمل أيديهم، تظاهر بإنك تريد الشراء منهم، وخذهم معك إلى منزلك لتعطهم الثمن، وحيئذٍ اسألهم أن يصنعوا صلاة، فلما خرج الرجل

إلى موضع البيع وجد راهباً واحداً من التلاميذ جالساً، فأخذه إلى بيته مع زنابيله بحجة أن يعطيه ثمنها، فلما وافى الراهب إلى المنزل، خرجت البنت المجنونة ولطمت خد الراهب، فحول لها الآخر باتضاع حسب الوصية فتعذب الشيطان من اتمام الوصية، وخرج منها متألماً صارخاً قائلاً:" الويل لنا من وصايا يسوع لأنها تزعجنا "فلما علم الشيوخ بما كانوا سبحوا الله قائلين :" لا شئ يذل عظمة الشيطان مثل اكمال وصية السيد المسيح ربنا باتضاع".

هناك قصة مماثلة للقديس الأنبا أنطونيوس حيث أحضروا مرة للقديس رجلاً به روح نجس متوسلين إليه أن يقيم صلاة من أجل الرجل المعذب. لكن القديس التمس من الإخوة أن يعفوه. وكان لما مكث الرجل الذى به الروح النجس مدة طويلة أنه لطم أنبا أنطونيوس على خده عند ذلك حول له الآخر ففى الحال هرب الروح الشرير.

ويذكر أيضاً عن راهبين قديسين كانا أخين سكنا البرية. وحرص الشيطان على أن يفرق بينهما. ففى بعض الأيام أوقد الصغير منهما سراجاً ووضعه على منارة، وبحيلة من الشيطان وقع السراج وانطفأ، فحينئذٍ حر ض الكبير فضربه. فصنع الصغير ميطانية وقال له:" لا تضجر يا أخي، طول روحك على وأنا أوقدها مرة أخر ى". فلما أبصر الرب صبر الأخ وتواضعه عذب ذلك الشيطان إلى

الصباح. ثم ذهب ذلك الشيطان فأخبر رئيسه بما كان. وكان كاهن الأوثان الذى يخدمهم موجوداً ، فلما سمع هذا الكلام ترك كل شئ وآمن وترهب. ومنذ بدء رهبانيته كان يستعمل الاتضاع الكامل. وكان يقول: "ان الاتضاع يقدر أن يقهر ويحل ويبطل كل قوة العدو "وقد سمعتهم يقولون بعضهم البعض: "أنه كلما ألقينا السجس بين الرهبان نجدهم يتلقونه بالاتضاع، ويعمل بعضهم لبعض ميطانيات، فكانوا بذلك يبطلون قوتنا ".

القديس بارصنوفيوس يقول:" اقتن الاتضاع فإنه يكسر جميع فخاخ العدو. إذا نحن اتضعنا فأن الرب يطرد عنا الشياطين. لذلك يجب علينا أن نلوم أنفسنا فى كل حين وكل أمر لأن هذه هى الغلبة ".

يقول القديس غريغوريوس رئيس متوحدى قبرص: "إن الاتضاع يقدر أن يقهر ويحل ويبطل كل قوة العدو وسريع على قبول الله للتوبة".

الاتضاع شرط أساسى لقبول توبة الإنسان، فلا توجد توبة حقيقية بدون اتضاع، فالإنسان المتكبر لايستطيع أن يعترف بخطاياه هذا إن كان أصلاً يعرف أنه خاطئ.

من أسباب عدم وجود رجاء للشيطان فى التوبة والرجوع أنه متكبر. وكبرياؤه هذا يعتبر مانعاً ضخماً يحيل بينه وبين الاعتراف

بأخطائهِ وخضوعه لله ولتأديبه. فللإنسان المتضع ولو أخطأ تجده من السهل أن يعترف ويقر بخطاياه أمام الله وأمام وكلاء الله من البشر ويقبل وينفذ ما يرونه مناسباً من التأديبات الكنسية. هكذا يقول الحكيم يشوع بن سيراخ:" الذهب يجرب بالنار والناس التائبون يجربون فى أتون الاتضاع".

وقد رأينا كثيراً سابقاً الفرق بين داود النبى وشاول الملك ، وهو الاتضاع. فعندما تواضع شاول فى البداية رفعه الله ليكون ملكاً على شعبه. وعندما فقد اتضاعه بعد ذلك، فقد أيضاً تلك الرفعة الإلهية. فلله غفر لداود رغم كثرة وقباحة خطاياه التى سقط فيها ، مثل القتل والزنى، لكن لم يستطع أن يغفر لشاول الملك رغم بساطة خطاياه ، والسبب واضح وهو أن شاول خطاياه البسيطة كانت مقترنة بالكبرياء، بينما خطايا داود الثقيلة كان يعقبها اتضاعاً عظيماً. حقاً قال أحد الآباء القديسين:" الاتضاع ولو انحدر إلى الجحيم فهو قادر أن يرفع صاحبه إلى فردوس النعيم". كما يقول القديس موسى الأسود: "إذا حسن لك الزنى اقتله بالتواضع والجأ بنفسك إلى الله فتستريح ".

نكاد لا نرى قصة فى الكتاب أو فى سير الآباء للتوبة تخلو من الاتضاع. وكل من لم يستطيعوا التوبة والرجوع كان من أهم أسباب ذلك هو كبرياؤهم.

الاتضاع يرفع المتواضعين.

هذا وعد إلهى من فم السيد المسيح القائل ثلاث مرات :" فَمَنْ يَرْفَعْ نَفْسَهُ يَتَّضِعْ وَمَنْ يَضَعْ نَفْسَهُ يَرْتَفِعْ"(مت 23: 12)، (لو 14: 11)، (لو 18: 14). وقال معلمنا يعقوب الرسول فى رسالته: "اِتَّضِعُوا قُدَّامَ الرَّبِّ فَيَرْفَعَكُمْ "(يع 4: 10)، والقديس بطرس الرسول يقول: "وَتَسَرْبَلُوا بِالتَّوَاضُعِ، لأَنَّ اللهَ يُقَاوِمُ الْمُسْتَكْبِرِينَ، وَأَمَّا الْمُتَوَاضِعُونَ فَيُعْطِيهِمْ نِعْمَةً "(1بط 5: 5). وقائد المئة الأممى الذى قال باتضاع:" يَا سَيِّدُ لَسْتُ مُسْتَحِقّاً أَنْ تَدْخُلَ تَحْتَ سَقْفِي "(مت 8: 8). مدحه السيد المسيح وفضله عن كل اليهود بقوله: "اَلْحَقَّ أَقُولُ لَكُمْ لَمْ أَجِدْ وَلاَ فِى إِسْرَائِيلَ إِيمَاناً بِمِقْدَارِ هَذَا"(مت 8: 10).

فى مثل العشار والفريسى نجد العشار المتواضع رغم خطاياه رفعه السيد الرب فخرج مبرراً دون ذلك الفريسى المتعجرف بفضائله. وقديماً قال يشوع بن سيراخ: "حكمة الوضيع ترفع راسه و تجلسه فى جماعة العظماء "(سيراخ 11: 1). كما أن داود النبى يتفق مع حنه النبية أم صموئيل النبى وقد أخذت عنهما السيدة العذراء مبدأ رفعة المتواضعين "يُقِيمُ الْمِسْكِينَ مِنَ التُّرَابِ. يَرْفَعُ الْفَقِيرَ مِنَ الْمَزْبَلَةِ لِلْجُلُوسِ مَعَ الشُّرَفَاءِ وَيُمَلِّكُهُمْ كُرْسِيَ الْمَجْدِ "(1صم 2: 8)، (مز 113: 7)، (لو 1: 52).

دائماً وأبداً عندما نرى إنساناً قد رفعه الله دل ذلك على تواضع هذا الشخص، فقد رأينا معظم أنبياء العهد القديم الذين رفعهم السيد الرب كانوا مشتركين فى فضيلة واحدة ألا وهى الاتضاع فها هوذا موسى النبى يقول عندما أراد الله أن يرفعه ليكون نبياً "لَسْتُ أَنَا صَاحِبَ كَلاَمٍ مُنْذُ أَمْسِ وَلاَ أَوَّلِ مِنْ أَمْسِ وَلاَ مِنْ حِينِ كَلَّمْتَ عَبْدَكَ بَلْ أَنَا ثَقِيلُ الْفَمِ وَاللِّسَانِ(خر 4: 10). ويعترف أيضا بعد ذلك باتضاعه قائلاً: "هَا أَنَا أَغْلَفُ الشَّفَتَيْنِ. فَكَيْفَ يَسْمَعُ لِى فِرْعَوْنُ؟ "(خر 6: 30). كما أن وإرميا النبى العظيم يقول نفس الكلام باتضاع "فَقُلْتُ: آهِ يَا سَيِّدُ الرَّبُّ إِنِّى لاَ أَعْرِفُ أَنْ أَتَكَلَّمَ لأَنِّى وَلَدٌ "(أر 1: 6).

فى هذا يقول القديس يوحنا السلم ى:" إذا كان الشيطان سقط من السماء بالعظمة وحدها، فالاتضاع وحده يرفع الإنسان من السماء".

كما أن أحد الشيوخ الروحانيين الذى كان قد حبس ذاته وكان مشهوراً فى بلدته، وكانت له كرامة عظيمة من الناس، فعلم إنساناً من القديسين ينحل من هذا العالم **فقال لذاته:**" هلم بنا نمضى نسلم عليه قبل أن يتنيح "ثم افتكر وقال: إن خرجت بالنهار فالناس أجمعون يصير لى أيضاً منهم كرامة عظيمة وليس لى فى ذلك نياح. لكن أمضى إليه فى الليل وأختفى عن الكل. فلما صنع ذلك أرسل الله له ملاكين بمصابيح يسيران بين يديه وجميع شعب

المدينة ينظرون إلى كرامته، وبقدر ما ظن أنه يهرب من سُبح الناس هكذا بالأكثر مجده الله ليكمل بذلك المكتو ب "من اتضع ارتفع".

بالاتضاع ينال الإنسان المواهب.

قال السيد المسيح من فمه المبارك مخاطباً أبيه السمائي "أَحْمَدُكَ أَيُّهَا الآبُ رَبُّ السَّمَاءِ وَالأَرْضِ لأَنَّكَ أَخْفَيْتَ هَذِهِ عَنِ الْحُكَمَاءِ وَالْفُهَمَاءِ وَأَعْلَنْتَهَا لِلأَطْفَالِ "(مت 11: 25). فالله دائماً وأبداً يعلن سره لخائفيه والمتواضعين من شعبه. فالأطفال الذى كان يقصدهم السيد المسيح فى الآية السابقة هو التلاميذ الذين هم فى بساطة واتضاع الأطفال. حقاً قال أحد القديسين :" قبل السقوط الكبرياء، وقبل المواهب الاتضاع".

لذلك يقول القديس الأنبا باخوميوس:" كن وديعاً ليحكمك الرب ويملأك معرفة وفهماً. لأنه مكتوب أنه يهدى الودعاء بالحكم ويعلم المتواضعين طرقه وحينئذٍ يثبتك أمامه ويهئ لك السلامة فى جميع سبلك".

كما يقول مار اسحق السريانى:" المواهب لا تُمنح من أجل الأعمال ذاتها، وإنما من أجل الاتضاع الذى عُملت به. فالاتضاع يتقدم النعمة".

الاتضاع يحفظ نعمة الله الموهوبة فى الإنسان.

فإذا اقتنى الإنسان فضيلة الاتضاع. فهو يكون بمثابة الحصن المنيع الذى يحفظ له نعم الله الموهوبة له. فالاتضاع هو المناخ الصالح الذى يحفظ النعمة حية وفعالة بداخلنا ولكن الإنسان الذى يُشهر فضيلته بقصد حب الظهور والتباهى بها يعدمها ويفقدها. الرماد يحفظ حرارة الفحم المتقد، ويخفيه عن الانظار، حتى يبدو للناظر إليه أنه مُطفأ. وعلى هذا النحو يحفظ الاتضاع حرارتنا الروحية ، ويخفى فضائلنا فتُحفظ. فى ذلك يقول القديس الأنبا باخوميوس:" كن متضعاً ليحرسك الرب ويقويك. فأنه يقول أنه ينظر إلى المتواضعين".

كما أن من ثمرة الأتضاع الفرح والسلام القلبى، فى ذلك يقول القديس الأنبا باخوميوس أب الشركة:" التصق بمخافة الله وكن متواضعاً لتكون فرحاً، لأن الفرح يتمشى مع الاتضاع". فالإنسان المتواضع لا يطمح فى مركز أو رئاسة، كذلك لا يهمه كثيراً سواء المدح أو الذم، فمثل هذا الإنسان يعيش فى سلام وفرح قلبى دائم فهو لا يقلق لشئ ولا يحزن على فقد شئ.

فى احدى المرات أراد رئيس الكهنة أن يمتحن القديس الانبا موسى الاسود اللون، النقى القلب. فقال للكهنة: إذا جاء أنبا موسى إلى

المذبح اطردوه لنسمع ما يقول، فلما دخل انتهروه وطردوه قائلين له: اخرج يا حبشى إلى خارج الكنيسة. فخرج أنبا موسى وهو يقول: حسناً فعلوا بك يا رمادى اللون ، يا أسود الجلد. وحيث أنك لست بانسان فلماذا تحضر مع الناس.

هناك مثال فى ذلك أيضاً القديس أنبا يحنس المتواضع القلب، عندما أهانه أحد الرهبان الحاسدين مشبهاً القديس بالزانية التى تزين نفسها لتتحسن أمام الناس نرى القديس المتضع المملوء من السلام والفرح القلبى. فما كان من القديس إلا أنه صنع له ميطانية قائلاً:" حقاً قلت يا ابتاه" وبعد ذلك سأله الأخوة إن كان قد اضطرب من داخل فقال :" ما اضطربت البتة، ولكن كما كان خارجى كذلك كان باطني".

كما نجده مرة أخرى(القديس يحنس القصير) بينما هو ذاهب إلى البيعة قابله أحد الشيوخ، وقال له:" ليس هذا وقت العبادة فارجع إلى مكانك يا قصير(تعييراً وتحقيراً) وطرده فعاد إلى قلايته دون أن ينطق بكلمة. فتبعه الشيخ ومن معه ليروا ماذا يفعل. وعلى أثر دخوله لقلايته خرجت منها رائحة بخور ، وسمعوا من يقول من الداخل:" احفظ نفسك يا يوحنا وداوم التواضع لتكون خليلاً لابن الله". هكذا علمنا آباؤنا القديسون المتواضعون إننا عندما يذلننا أحدهم من الخارج نذلل نحن أنفسنا من الداخل.

الاتضاع يهب الصبر والاحتمال.

الإنسان المتضع إنسان صبور ومحتمل لا يغضب بسهولة بل يكاد لا يعبر الغضب إلى حلقه. يقول القديس مار اسحق: "المتضع لا يُغضب أحداً ولا يغضب من أحد".

كما يقول القديس برصنوفيوس:" من كان متضعاً فإنه لا يغضب ولا يخاصم ولا يدين أحداً ولكنه يرى الناس كلهم أخير منه ". وفى ذلك أيضاً يقول القديس يوحنا الدرجي:" لا غضب مع الاتضاع ".

قال أب شيخ:" إن أردت أن تنجح فى إطفاء الغضب فاقتن الاتضاع. ولتكن لك طاعة ورجاء فى كل أحد... لأن الغضب يسوق الإنسان للهلاك ويبعده عن الله. أما الاتضاع فإنه يحرق الشياطين".

يذكر أنه كان هناك أب شيخ له تلميذ جيد ، ومن الملل كان الشيخ يخرجه خارج الباب ويزدرى به. فكان التلميذ يمكث جالساً خارجاً. ولما فتح الشيخ الباب فى اليوم الثالث وجده جالساً فأدى الشيخ له ميطانية قائلاً:" يا ولدى إن تواضعك وطول أناتك قد غلبا شرى وصغر نفسي. فهلم إلى الداخل ومنذ الآن كن أنت الشيخ وأنا التلميذ".

كما يذكر أنه كان لرجل شريف غريم يداينه بمبلغ من المال. فلبث يطالبه مدة عشرة سنوات فلم يجبه. وكان الدائن لطيبه يصبر.وكان له صديق فقال له:" إنى متعجب منك. كيف لم تحنق إنك؟!. فقال له عليه تعجب لأنى أطلت روحى عليه عشرة سنين. وها هو الله أكثر من خمسين سنة يطلب إلى أن أحفظ وصاياه وحتى الآن لم أجبه ولم أصنع هواه. وهويصبر علي. فإن كنت وأنا الإنسان لم أجب الله وهو لا يغضب علي، فليس بعجيب إن كان إنسان مثلى لا يجيبني، وأطيل روحى عليه ".

الاتضاع يعين فى التجارب والضيقات.

فى أغلب الأحيان يكون سبب حدوث الضيقات والتجارب كبرياء الإنسان، فيسمح السيد الرب بالتجارب لتنقية الشخص من ضعف الكبرياء، أوالاحساس بالذات ، مثلما حدث مع أيوب الصديق الرجل البار، الذى كانت كل مشكلته أنه كان يعرف عن نفسه أنه بار. فأراد الرب الإله أن ينقيه من ضعفه هذا ، ويذكى فضائله الأخرى من صبر واحتمال. وعندما أحس بضعفه من كثرة التجارب واتضع أمام الرب نجد الرب يرفع عنه كل الضيقات والتجارب.

الاتضاع يجعل المحبة لا يسقط أبداً.

لم يتجرأ أحد فى كل العصور أن يعطى الإنسان العصمة من الخطأ والسقوط. ولن يتجرأ أحد على أن يعطى سبباً يمكنه أن يمنع الإنسان من السقوط. لذلك نجد أحد الآباء القديسين حباً وتقديراً للاتضاع قد نسبوا إليه العلة الوحيدة لتفادى السقوط. فقد قال القديس برصنوفيوس:" المتضع كائن فى أسفل، والذى هو فى أسفل لن يقع".

على نفس الوزن يقول أحد الشيوخ الرهبان :" كما أن الأرض لا تسقط أبداً لكونها موضوعة هكذا إلى أسفل كذلك من وضع ذاته لا يسقط أصلا "وعلى نفس الوزن أيضاً قال الأنبا بيمن "كما أن الأرض لا تسقط لأنها أسفل، هكذا من يضع نفسه لا يسقط " . كما يقول أيضاً القديس الأنبا أغاثون :" انى أشير عليكم بأن تلزموا التواضع فلن تسقطوا أبداً". ومرة أخرى قال أخ لشيخ:" أنى أرى فكرى دائماً مع الله" فقال له" الأعجب من هذا أن ترى نفسك تحت جميع الخليقة، فلا سقوط مع الاتضاع. الإنسان المتضع يبعد عن كل مسببات الخطية فهو لايثق فى بره أو تقواه مهما وصل إلى درجات روحية عالية فهو يشعر دائماً بضعفه لذا نجده يلجأ إلى الله على الدوام القادر أن يثبته فى البر. قال الكتاب أنه قبل السقوط الكبرياء. إذن إن لم يكن كبرياء فلا وجود للسقوط. وإن كان الاتضاع قادر أن يغلب ويقهر الشيطان، فمن الطبيعى أنه قادر أن يغلب الخطية التى هى إحدى محاربات الشيطان.

الفصل الخامس

الاتضاع وحياة الفضيلة

من الأمور التى تظهر الإنسان المتواضع، عدم الرياء. كما أن ه يكون حكيماً لا فى عين نفسه، بل أمام الله الاتضاع يجعل الإنسان يعيش حياة العطاء، وحياة البساطة. بل الفضيلة تجعله ي حترم الآخرين، مع الطاعة لآباءه والمرشدين. فالإنسان المتضع يحاسب نفسه، ولا يدين أحد، بل يعيش حياة الشكر ، والخدمة ، ويكون الكتاب المقدس هو مركز حياته.

لذلك سوف نتعرف فى هذا الفصل على بعض من مظاهر الاتضاع ونتائجها، حتى نبتعد عنها، ونصلى لكى لا تقترب منا. وذلك على النحو التالى.

عدم الرياء.

الاتضاع هو العامل المشترك فى كل الفضائل ، وقد شبه قداسة البابا شنودة الثالث (أطال الله حياته) علاقة الاتضاع ببقية الفضائل بالعقد وحبات الخرز ، والاتضاع بالحبل الذى يربط ويمسك بين هذه الحبات فلا تنحل وتسقط.

من أجل هذا لا يمكن أن تخلو فضيلة واحدة من الاتضاع ولو خلت فضيلة واحدة من الاتضاع بطلت هذه الفضيلة. حتى فضيلة الاتضاع نفسها يجب أن تُمارس باتضاع وإلا تحولت إلى كبرياء. كذلك كما يعلمنا القديس يوحنا ذهبى الفم قائلاً:" لتعلم أنك لو أتقنت فى حياتك كل فضيلة وكل عمل صالح، مثل رحمة وصلاة وصوم وغيرها من الفضائل، ولم يكن فيك اتضاع فتعبك كله يكون باطلاً وسُدى. لأن الاتضاع لمثل هذه الفضائل هو كالأساس الوطيد. لأننا بدون التواضع لا نستطيع أن نكمل واحدة من الفضائل... وجميعها يكون غير نقى ومدنساً ومرذولاً أمام الله لأنه لم يُفعل بالاتضاع والمحبة ".

لذا نجد القديس موسى الأسود يقول:" تواضع القلب يتقدم سائر الفضائل. فلنلزم الاتضاع فى كل أمر وفى كل عمل ". كما يقول القديس مكسيموس:" من أحكم الاتضاع، فقد أحكم كل الفضائل" . ويقول الأم ثاؤدورة:" لا نسك ولا تعب ولا صوم، يقوم مقام التواضع الكامل".

الاتضاع وحياة الصلاة. الإنسان المتضع يلجأ إلى الصلاة لإحساسه بضعفه وحاجته لمعونة تسنده من الله يأخذها من خلال الصلاة.بل ويطلب الصلاة والطلبة والشفاعة من الآخرين سواء الأحياء أو القديسين المنتقلين. فللصلاة يجب أن تكون مقرونة

بالاتضاع، فيجب أن تكون فى الخفاء كما علمنا السيد المسيح فى عظته على الجبل فالدخول إلى المخدع ، ليس المقصود به المكان فقط بل الدخول إلى القلب فى الخفاء حيث الاتضاع. وفى هذا يقول القديس يوحنا ذهبى الفم "الله يرغب أن تُغلق أبواب الذهن أفضل من غلق الأبواب". كما يجب أيضاً على المصلى أن يشعر أنه غير مستحق للوقوف أمام الله، كما شعر العشار فخرج من صلاته مبرراً.

فمن مظاهر الاتضاع فى الصلاة أيضاً الوقوف بخشوع والصوت المنخفض وانحناء الرأس وعدم ثنى القدمين ...الخ. ولكن أهم من المظاهر الخارجية الاتضاع الداخلى فى القلب الشاعر بضعفه ومذلته وعدم استحقاقه للوقوف فى الحضرة الإلهية. وأكثر الصلوات المملوءة اتضاعاً تلك التى يصاحبها البكاء ولكن الآباء ينصحونا: إننا إذا بكينا فى الصلاة علينا أن نتذكر سبب البكاء لكى لا نتكبر بهذا البكاء.

من مظاهر الاتضاع فى الصلاة أيضاً حياة الشكر. شكر الله على حفظه وعنايته، فإن كنا نشعر بشئ من الصلاح فينا ، فنشكر الله الذى هو مصدر الصلاح. فماذا يكون القمر ذلك الجسم المعتم إن لم تسلط الشمس ضوءها عليه؟!. فللإنسان المتضع لا يطلب فى صلاته العظائم أو عمل المعجزات، بل يطلب قلباً منسحقاً.

كلما تعمق الإنسان فى الصلاة كلما زادت معرفته بالله وكلما زاد أيضاً معرفة بضعفه ونقصه أمام كمال الله المطلق. فالبقع الصغيرة السوداء على الثوب لا نراها بوضوح إلا عند تعرضها لأشعة الشمس أو وضعها تحت ضوء كبير. وفى هذا يقول القديس ماراسحق السرياني "بكثرة الصلاة يتضع القلب " ويقول القديس يوحنا الدرجي "ربح كثير يأتى بواسطة الصلاة المتضعة ".

الإنسان المتضع فى صلاته لا يصور الله بأى شكل من الأشكال فهو لا يرتئى فوق ما ينبغى أن يرتئى . **وفى ذلك ينصحنا القديس أوغريس:**" لا تشتاق أن تنظر ملائكة ولا قوات، أو المسيح حسياً، لئلا يضيع عقلك بالكلية، وتقبل كذئب بدلاً من خروف، وتسجد لأعدائك الشياطين، لأن بدء ضلالة العقل التيه والكبرياء. لأنه إذا ما بدأ العقل يتحرك فى العجرفة، فأنه يروم أن يحضر الإله فى صور وأشكال، لذلك يجب ألا نجهل هذا الغش".

من أمثلة الصلوات المتواضعة أمام الله صلاة حنة أم صموئيل النبى التى قالت فيها :" يقيم المسكين من التراب يرفع الفقير من المزبلة للجلوس مع الشرفاء و يملكهم كرسى المجد" . وكنيستنا القبطية الارثوذكسية لإيمانها بأهمية فضيلة الاتضاع جعلت الشفاعة من المبادئ الهامة فى الصلاة . فالإنسان مهما وصل فى الصلاة يحتاج إلى معونة تسنده فى الصلاة والوقوف أمام الله ، ومعونة أولئك

السحابة من الشهود الواقفين أمام عرش النعمة يتشفعون فى ضعف مذلتنا.

الاتضاع وحياة الصوم.

لقد وضع السيد المسيح بنفسه وصية الاتضاع فى الصوم عندما قال بفمه الطاهر فى الموعظة على الجبل "وَمَتَى صُمْتُمْ فَلاَ تَكُونُوا عَابِسِينَ كَالْمُرَائِينَ فَإِنَّهُمْ يُغَيِّرُونَ وُجُوهَهُمْ لِكَى يَظْهَرُوا لِلنَّاسِ صَائِمِينَ. اَلْحَقَّ أَقُولُ لَكُمْ: إِنَّهُمْ قَدِ اسْتَوْفَوْا أَجْرَهُمْ. وَأَمَّا أَنْتَ فَمَتَى صُمْتَ فَادْهُنْ رَأْسَكَ وَاغْسِلْ وَجْهَكَ.(مت 6: 16ــ 17). لذلك من أهم مبادئ الاتضاع فى الصوم عنصر الإخفاء ولكن الإخفاء عن الذات أهم بكثير من الاخفاء عن الناس.

يجب أن نعرف لماذا نصوم لكى نتضع ؟! نحن نصوم لأننا نحتاج إلى الصوم بسبب ضعف طبيعتنا البشرية، وبسبب تعدينا وسقوطنا تحت الخطية، وبسبب الإنسان العتيق الذى ورثناه عن أبينا آدم . أيضاً يجب أن نعترف بمعونة الله ونعمته التى تساعدنا على الصوم وتعين ضعف أجسامنا فنحن بدون نعمة الله لا نستطيع أن نجاهد أو أن نصوم، فإن أردنا الحفاظ على هذه النعمة العاضدة لنا علينا بالاتضاع.

من نتائج الصوم أيضاً أنه يؤدى إلى الاتضاع فالإنسان الصائم تجده متضعاً فى كلامه بهدوء، وفى ملبسه وأيضاً فى مأكله. وقد رسمت كنيستنا بالروح القدس المُعطى لها بأن يلازم الصوم عمل الميطانيات والسجود التى لا أدل منها على التواضع والانسحاق فمن شروط عمل الميطانيات أن يكون الإنسان صائماً. فالصوم كالميطانيات علامة للتذلل والانسحاق والاتضاع.

الاتضاع وحياة العطاء.

فضيلة العطاء مثل الصلاة والصوم اشترط الرب عنصر الإخفاء شرطاً لقبولها. فهى ليس لأجل الشهرة والافتخار ، ولا من أجل التباهى والمنظرة، لكن هى نتيجة لمشاعر رحيمة متضعة تحس بآلام الناس، فتعطى عن بذل واتضاع . وفى هذا يقول السيد المسيح له كل المجد :" فمتى صنعت صدقة فلا تصوت قدامك بالبوق كما يفعل المراؤون فى المجامع وفى الازقة لكى يمجدوا من الناس الحق اقول لكم انهم قد استوفوا اجرهم، و اما انت فمتى صنعت صدقة فلا تعرف شمالك ما تفعل يمينك (مت 6: 2، 3)

فى هذا يقول القديس أغسطينوس:" ماذا يعنى السيّد بقوله: أما أنت فمتى صنعت صدقة فلا تعرِّف شمالك ما تفعله يمينك سوى عدم السلوك مثل المرائين الذين يعرفون شمالهم ما تفعله يمينهم.

فشمالهم هو (رغبتهم فى المديح)، واليمين هو تنفيذ الوصايا، وعلى هذا فامتزاج الاثنين معًا يعنى تعرُّف الشمال ما تفعله اليمين".

كما أن القديس يوحنا ذهبى الفم يقول:" قد يوجد من يقدّم صدقته قدام الناس لكنّه يتحاشى التظاهر بها، ويوجد أيضًا من لا يقدّمها قدام الناس لكنّه يتباهى بها سرًا. فالله لا يجازى عن الصدقة بحسب صنعها إن كانت أمام الناس أم لا، بل بحسب نيّة فاعلها".

ما أجمل فى ذلك قول النبى داود عندما أعطوا لبيت الله فنجده يترنم ويقول:" لكن من أنا ومن هو شعبى حتى نستطيع ان ننتدب هكذا لأن منك الجميع و من يدك اعطيناك (1اخبار 29: 14). ليتنا نقتنى اتضاع داود النبى فنشعر إننا غير مستأهلين أو مستحقين لفضيلة العطاء. ليتنا نشعر أيضاً أننا لا نملك شيئاً فكل ما نعطيه هو ملكاً خاصاً لله ولأولاده و إخوته أولئك الأصاغر.فأننا عندما نعطى نرد الحق لصاحبه فإن كان ما نظن أننا نملكه هو هبة ومنحة من الله فيجب علينا ألا نبخس حق إخوته الفقراء المحتاجين وإلا لوصفنا بالجحود وعدم حفظ الجميل.

الاتضاع وحياة البساطة. يقول السيد المسيح:" إن لم ترجعوا وتصيروا كالأطفال، فلن تدخلوا ملكوت السموات "(مت 18: 3). فمن أهم شروط دخول ملكوت السموات ، هى حياة البساطة. فهى

من أهم سمات الإنسان المتواضع . بل أن البعض يربط بينهما وكأنهما كلمة واحدة لها معنى واحد ويقولون عن ذلك الشخص : "**إنسان بسيط متضع**". فالإنسان المتواضع دائماً يكون بسيطاً فى تعامله مع الآخرين فلا نجده يتكبر على أحد.

المتضع إنسان بسيط فى تعامله مع الله. فهو يسمع ويطيع ، بدون مجادلة أونقاش، خاصة عندما يكون الكلام مصدره الله فى كتابه المقدس، أو مصدره الله نفسه كما كان يفعل الأنبياء فى العهد القديم.

الإنسان المتضع بسيط فيما يلبس، وفيما يشرب، وفيما يأكل ، فلا يطلب شيئاً ودائماً لسان حاله يقول " الحاضر يسد".

الإنسان المتضع من المستحيل أن نجده يخرج ببدعة أو شيئاً غير مألوف عن الدين لأنه دائماً يكون متمسكاً ببساطة الإيمان المسلم مرة من القديسين. فهو لا يفسر آيات الكتاب من عندياته بل دائماً يرجع إلى تفاسير الآباء ليتعلم منهم. لذلك أعتقد أن الإنسان الذى يعطيه الله موهبة الرؤى والأحلام ، يكون الرب متأكداً من بساطة واتضاع ذلك الإنسان، الذى سوف يتقبل ببساطة تلك الرؤى والأحلام ولا يتكبر بواسطتها.

الاتضاع واحترام الآخرين. الإنسان المتواضع يحترم كل الناس الفقراء والاغنياء، البسطاء والحكماء، الكبار والصغار، الرجال والنساء. فلا يحترم الآخرين حسب ما هم عليه، بل يحترم الآخرين حسب تواضعه هو. والسيد المسيح هو مثلنا الأعلى فى الاتضاع واحترام الكل، فنراه يقول لسابقه المعمدان:" **اسمح الآن**". ويقول للمرأة السامرية الخاطئة:" **هذا قلت بالصدق**". بل والأعجب من ذلك نراه يقول لمسلمه يهوذا الذى خانه:" **يا صاحب لماذا جئت**".

هكذا يجب على الإنسان المتضع، أن يحترم الآخرين ليس حسب مستواهم وثقافتهم وسنهم، بل باتضاعه و مرفته أنه أقل الناس ، وأضعف الناس، كما كان يقول بولس الرسول :" الخطاة الذين أولهم أنا". الإنسان المتواضع يتكلم عن كل شخص باحترام، ويتصف باللطف فى حديثه مع كل أحد وبخاصة مع كبار السن حتى ولو كان فى رتبة أعلى منهم كنسياً أو عالمياً. لذا نجد القديس بولس ينصح تلميذه الأسقف تيموثاوس:" لا تنتهر شيخاً بل عظه كأب، والاحداث كإخوة، والعجائز كأمهات"(1 تي: 5: 1).

من القصص التى تبين الاتضاع فى حياة الآباء النساك، من حيث احترامهم للآخرين، نجد مثلاً القديس الأنبا بيجيمى السائح فى بدء رهبنته يقول:" قضيت سنوات مع آباء شيوخ أبرار، لم أرفع عينى

لأرى وجه واحد منهم" . كان الرهبان عندهم هذا اللون من الحياء الذى يدل على الاحترام فى التعامل مع الآخرين فما كان يملأ عينيه من وجه إنسان. كما أن هناك مبدأ رهبانى يخص الاتضاع واحترام الكبار يقول "إذا جلست وسط الشيوخ فكن صامتاً. وإن سألوك عن شئ فقل لا أعرف "لا أعرف تلك المعرفة التى يمكن أنطق بها فى وجود الشيوخ الكبار احتراماً وتوقيراً لهم.

إن كنيستنا القبطية الارثوذكسية م ا يميزها، الاحترام المتبادل بين الجميع، أساقفة وكهنة وشعب . وفى مقابلة أصحاب الرتب الكهنوتية معاً يقدمون الاحترام المتبادل. لقد كان قديماً الابن يقبل يد والديه ، وجده، ومن يكبرونه، دليل على احترامه وتوقيره لهم. فلم يبقَ هذا الاحترام موجوداً الآن سوى فى كنيستنا القبطية الأرثوذكسية ، فأولادها لا يستكبرون بأن يدعوا الكاهن "أبـونا " والأسقف "سيدنا ". فما أجمل كنيستنا فى الاحتفاظ بذلك الاحترام المتبادل بين الجميع.

الاتضاع وحياة الطاعة.

الاتضاع والطاعة وجهين لفضيلة فى عملة واحدة. فلا يستطيعا ن أن ينفصلا. فلا اتضاع بدون طاعة ، ولا طاعة بدون اتضاع . وكما يقول القديس يوحنا السلم ى:" من الطاعة الاتضاع، ومن الاتضاع الشفاء من الأوجاع".

كما أن الطاعة تؤدى إلى الاتضاع والعكس صحيح. فى ذلك يقول الأنبا إشعياء الاسقيطى:" إن قطعت هواك بمعرفة اقتنيت لك التواضع".

كما يقول الأب إغريس:" الطاعة فخر الراهب، فمن اقتناها يسمع الله صوته. ويقف أمام المصلوب رب المجد بدالة، لأن إلهنا من أجل طاعته لأبيه صُلب عنا".

وتفضل القديسة سفرنيكى الطاعة على النسك قائلة :" إن كنا فى الكنونيون(حياة الشركة)، فإننا نختار الطاعة على النسك، لأن ذلك يعلم التعاظم، تلك تعلم التواضع، فيجب علينا ألا نطلب ما يصلح شأننا ولا نتعبد لمشيئتنا الخاصة، بل علينا أن نطيع ما يأمرنا به ذاك الذى بالأمانة نستودعه سراً".

كما أن أحد الشيوخ الرهبان يفضلها على الوحدة والسكون قائلاً :" إن الذى يجلس فى طاعة أب روحانى لهو أكثر جر أة وأقل خطراً من ذاك الذى يجلس منفرداً فى الوحدة والسكون".

لقد أخبر أب أنه أبصر أربع مراتب مرتفعة فى السماء ، مريض شاكر، ومضيف للغرباء، ومنفرد فى البرية، وتلميذ ملازم لطاعة أبيه من أجل الله. فوجد مرتبة التلميذ أسمى من المراتب الثلاثة الأخرى لأنه قطع هواه لله وأطاع معلمه ، فللطاعة لأجل الله أفضل

الفضائل. يقول القديس برصنوفيوس رابطاً بين الطاعة والتواضع :" الذين يريدون أن يسلكوا طريقاً ما، إن لم يسيروا مع من يريهم الطريق من بدايتها إلى نهايتها، لن يستطيعوا الوصول إلى المدينة، فإن لم يترك التلميذ رغباته خلفه، ويخضع فى كل شئ ويتضع، لن يبلغ مدينة السلام. أما الذى لا يفعل رغباته ولا يحاجج بكلمة فأنه يستريح". وقال القديس أنطونيوس:" الطاعة والمسكنة يخضعان لنا الوحوش". الإنسان المتواضع لا يتجبر برأى نفسه ، بل يسمع ويطيع، فهو ليس حكيماً فى عينى نفسه. بل يؤمن إيماناً وثيقاً بحكمة سليمان التى تقول:" توجد طريق تظهر للانسان مستقيمة و عاقبتها طرق الموت (ام 14: 12)، (ام 16: 25)، لذا فهو لا يعتد برأى نفسه بل يأخذ المشورة ممن هم أكبر منه خبرة ويسمع ويطيع.

والآباء قد علمونا الطاعة اللابسة الاتضاع، بأن لا نبتعد عن الشر فقط طاعة لمرشدينا ومعلمينا ، بل أيضاً لانفعل الخير الذى لم يوصونا به. كما يقول القديس باسيليوس الكبير:" النسك وإن كان جميعه نافعاً، إلا أنه إذا عمله واحد بارادته وحده دون أن يطيع مقدمه الذى يعلمه، فإن خطيته تكون أعظم فأجر الطاعة أعظم من إقامة النسك". لذا نجد أن القديس الأنبا أنطونيوس ينصح تلاميذه بقوله:" ينبغى للراهب الشاب أن يستشير الشيوخ قبل كل خطوة يخطوها فى قلايته وقبل كل نقطة ماء يشربها... فلا تقم بعمل من

الأعمال إلا بعد استشارة أب الدير. الإنسان المتضع لا يحب الرئاسة ولا يسع نحوها بل يسعى نحو الطاعة كما يقول القديس يوحنا السلمي "المستكبر يحب الرئاسة، والمتضع يحب الطاعة "

الاتضاع ومحاسبة النفس.

الإنسان المتضع الذى يشعر أن تحت كل الخليقة دائماً يحاسب نفسه ويبكتها، حتى ولو لم تفعل شيئاً. فهو يلوم نفسه فى كل شئ. فللإنسان المتضع لا يحاسب نفسه سنوياً أو شهرياً أو حتى يومياً ولكنه يحاسب نفسه لحظياً فهو فى كل لحظة يضع خطاياه أمام عينيه لا تغيب عنه لحظه. كما أن الإنسان المتضع دائماً يأتى بالملامة على نفسه، فى تصرفه مع الآخرين، حتى لو كان هو على الصواب، من أجل أبدية اللآخر. دائماً عبارة :" أخطأت اغفر لي"،على لسانه، وفى قلبه لا تفارقه أبداً.

الإنسان المتضع ولو أخطأ – وليس إنسان لا يخطئ– نجده سريع العودة والرجوع لأنه يحاسب نفسه بسسرعة كما يقول القديس يوحنا ذهبى الفم:" أما ذلك المتضع فإنه وإن أذنب فى أمر ما يرجع حالاً تائباً ويبادر إلى حمى الله وعدله، وذلك من صحة عقله وتمييزه".

لقد سأل أخ شيخ:" ما رأيك فى أناس يقولون أنهم يبصرون ملائكة؟. فأجاب: "طوبى لمن يبصر خطاياه كل حين". كما يقول القديس باسيليوس:" لا تفرغ أفكارك فى استقصاء عيوب الناس وخطاياهم،ولكن تفرغ لتفتيش عيوبك وخطاياك "

والقديس أنبا نيلوس يقول:" إن دنا أنفسنا رضى الديان عنا " . أما القديس الأنبا أنطونيوس فيقول:" أن أفضل ما يقتنيه الإنسان هو أن يقر بخطاياه قدام الله ويلوم نفسه" . لذلك يقول مار اسحق السريانى فى ذلك:" كل يوم لا تجلس فيه ساعة بينك وبين نفسك متفكراً بأى الأشياء أخطأت وبأى أمر سقطت، لتقوم ذاتك فيه، لا تحسبه من عداد أيام حياتك".

الاتضاع وعدم الإدانة.

الإنسان المتضع يرى فى نفسه وداخل أعماق قلبه أنه خاطئ ، وكل الناس الذين حوله أبر منه. فللإنسان المتواضع دائماً يعطى تبريرات حتى ولو رأى الخطأ أم ام عينيه، فهو يسير بالحكمة القائلة " لا أصدق كل ما أسمعه، وما أراه أصدق النصف منه " . فهو إن رأى خاطئاً ولو فى ذات الفعل لا يدينه ولا يحكم عليه كلياً ، بل يصلى لأجله فهو لا يعرف الظروف والملابسات ربما أنها حرب من الشيطان، كما حدث مع ذلك الراهب الذى خيلت له الشياطين

تلاليس القمح كأناس تزني. أو يقول :" أخى هذا أخطأ اليوم والرب قادر أن يقيمه. فلو دنته لربما أسقط أنا غداً ولا أجد من يقيمني". إن الإنسان المتضع لا يدين أحداً ، ولو رآه للأصنام ساجداً كما قال أحد القديسين.

الإنسان المتضع فى نظره كل إنسان فى هذا الكون مهما كان ديانته أو جنسيته أو ثقافته فهو خير بطبعه الذى خلقه الله عليه، فهو لا يحاسب أحداً ولكنه يترك الحساب ليوم الحساب ولمن هم فى موضع المحاسبة. كما يرفض أن يشترك فى الحكم على أى خاطئ لأنه يعتبر نفسه أكثر منه خطية كما حدث مذ ذلك القديس المتضع عندما أرادوا أن يحاكموا أحد الإخوة فأخرجوه خارج الدير فخرج وراءه قائلاً:" أنا أيضاً خاطئ". ولنا فى ذلك مثل القديس الأنبا موسى العظيم فى اتضاعه الذى أوصوه بأن يحضر للمشاركة فى محاكمة أحد الإخوة فأراد تعليمهم درساً فى عدم الإدانة بأن حمل كيساً كبيراً مملوء فوق ظهره وقد قام بشقه فاستفسروا منه عن ذلك فأجابهم "هذه خطاياى الكثيرة التى فعلتها وراء ظهرى فهل يمكن لى أن أدين غيري".

الإنسان المتضع دائماً يرى ليس خشباً فقط فى عينيه بل دائماً يشعر فى داخل قلبه بحمل خطاياه الثقيل، الذى حمله السيد المسيح بدلاً

عنه. فهو ليس متفرغاً من هذا الحمل الثقيل لكى يرى ذلك القذى الذى فى عين أخيه.

الإنسان المتضع ولو كان فى موضع سلطة أو قيادة فهو يحاول على قدر استطاعته أن لا يدين أحداً وفى نفس الوقت لا يعثر منه أحداً. فنجد القديس العظيم الأنبا مقاريوس وهو الأب والمعلم ومن له سلطان الحكم نجده جالساً على أشهر ماجور وساتراً على ذلك الراهب الممسوك فى ذلك الفعل وفى نفس الوقت يقوم بنصحه قائلاً عبارته المشهورة الذى أخذها عن الكتاب المقدس:" أحكم يا أخى على نفسك قبل أن يحكموا عليك" . وبهذا الاسلوب جذب ذلك الراهب إلى التوبة والندم على ما اقترفه من خطايا.

الإنسان المتضع لا يكتفى بعد الإدانة وخاصة ولو كان فى موضع مسئولية ولكنه يسعى باجتهاد لانتشال الخاطئ ورده عن طريق ضلاله بالتشجيع تارة وبالمح بقتارة أخرى ، وبالنصح المتضع تارة ثالثة. ولو حكم على أحد لا مفر من الحكم عليه كالهراطقة ، مثلاً نجده يحكم بدون إدانة أو شماتة، ولكنه يحكم مصلياً لأجله بأن يجعل الرب ذلك الحكم سبباً فى رجوعه وتوبته.

الاتضاع وحياة الشكر .الإنسان المتضع يشكر الله فى كل حين وعلى شئ. فهو إنسان قنوع يرضى بالقليل لا يشكر على الكثير

فقط، أوعلى البركات والهبات فقط، بل نجده يشكر ع ل ى القليل ، وفى الضيقات. لذلك من الصعوبة أن تجد الإنسان المتضع متذمراً من أى شئ، أوفى أحلك الظروف. فهو إنسان هادئ ومتزن يقابل كل شئ بشكر، وبلتضاع يتعامل مع الظروف الخارجية من داخله المتضع الهادئ، وليس حسب الانفعالات الخارجية وليس كما تمليه الظروف الخارجية عليه.

الاتضاع وحياة الخدمة.

من أجمل العبارات المتضعة هى أن تطلق الكنيسة لقب :" خ ادم – خدام "على من يقوم بالرعاية فى الكنيسة وذلك من رأس الكنيسة إلى أصغر خادم بها. وقد تعلمنا ذلك من السيد المسيح الذى قال عن نفسه بفمه المبارك "كما ان ابن الإنسان لم يات ليُخدم بل ليخْدم و ليبذل نفسه فدية عن كثيرين (مت 20: 28)، (مر 10: 45). لذلك يجب أن يشعر الخادم فى نفسه، أنه ليس سوى خدام فى بيت الرب. ويكون دائم التكرار لقول السيد المسيح عن الاتضاع فى الخدمة:" مَتَى فَعَلْتُمْ كُلَّ مَا أُمِرْتُمْ بِهِ فَقُولُوا: إِنَّنَا عَبِيدٌ بَطَّالُونَ. لأَنَّنَا إِنَّمَا عَمِلْنَا مَا كَانَ يَجِبُ عَلَيْنَا (لو 17: 10). لذلك ما أحوج الخدام إلى تعاليم السيد المسيح عن الاتضاع فى الخدمة ، وخاصة عندما شد وسطه بمنديل، وصب ماءً فى مغسلة وغسل أرجل الذين هم دونه. فإن كنا لا نستطيع أن نفعل ذلك مع مخدومينا ، فعلينا أن لا

نتكبر مهما قدمنا من خدمات لأننا لم نستطع أن نقوم بتنفيذ ما كان علينا، وهى وصية السيد المسيح بأن نغسل أرجل بعضنا البعض.

كما أن الخادم المتواضع يعرف تماماً أنه لا يخدم بقوته هو ، بل بقوة يمنحها الله له. لذا فالخادم المتضع يتمسك جداً بالصلاة والوقوف الكثير فى الصلاة التى من خلالها يأخذ القوة التى بها يستطيع أن يخدم.

السيد المسيح (له كل المجد) قد علمنا الاتضاع فى الخدمة عندما أوصانا من فمه الإلهى:" بل من اراد ان يكون فيكم عظيما فليكن لكم خادماً"(مت20: 26)، (مر10: 43)، " ومن اراد ان يكون فيكم أولاً فليكن لكم عبداً" (مت 20: 27)، (مر10: 44). هذه هى الأولوية والعظمة فى الخدمة أن يكون الخادم عبداً للجميع وأخر الجميع.

الخادم المتضع الذى هو فى موضع سلطة ولو اضطر إلى أن ينتهر أو يقوم بتوقيع أى عقوبة أو قانون يجب أن يعرف كيف يفعل هذا بروح الاتضاع كما يعلمنا القديس باسيليوس الكبير قائلاً : " إذا دعت الحاجة أن تنتهر من يتوانى عن الوصايا، فينبغى أن نتحفظ بالمقدار الواجب، ونقرن الانتهار بالفكر الذى يرضى الله. فإن القتلة يستعملون السكاكين فى قطع أعضاء الناس، والأطباء هم أيضاً

يستعملونها فى ذلك. لكن القتلة يمسكونها بغضب وقلة رحمة ليعملوا بها أعمالاً مرذولة، وأما الأطباء فيمسكونها بخوف وشفقة، ويستعملونها بفكر صالح ليعملوا بها أعمالاً نافعة، وكذلك الذين يعرفون الانتهار بفكر حسن، ومقدار حقيقى يرضى الله، فأنهم ينفعون الذين ينتهرونهم، ويخلصونهم من توانيهم، وإنما المضبوطون بألم الغضب لا يفعلون من هذا شيئاً يرضى الله... .ينبغى للإنسان أن ينتهر كما ينتهر الأب ابنه، وكالطبيب الذى يقصد شفاء المريض. ويجب أن يُقبل الانتهار كما يقبل الولد تأديب والده، والمريض مداواة طبيبه".

الإنسان المتضع لا يشتهى الرتب الكنسية ، كالكهنوت. ولكنه يخدم اتضاعاً منه وطلباً فى خدمة إخوة المسيح . ودائماً ينكر نفسه وينسب أى نجاح فى الخدمة للآخرين . ودائماً يبحث عن الخدمات المتضعة وفى هذا يعلمنا القديس يوحنا التبايسى :" إن كنت تشتهى فضيلة الاتضاع فلا تطلب درجات الرعاية وإذا لم يكن فيك افتخار فلا تشتهى الكهنوت لأن الله يعتنى بشعبه أكثر منك. بل حب أن تكون من العامة، وخروفاً فى رعية المسيح لا راعياً يطلب دم رعيته من يديه. اذكر الموت وآخرة كل واحد. ولا تشتهى التسلط وانظر أنك مهما كنت اليوم مكرماً بالعظمة، فغداً ستكون مثل سائر الناس محبوساً فى قبر".

كما يحذرنا القديس باسيليوس الكبير من مرض السعى نحو الكهنوت موضحاً اضرار هذا المرض اللعين فى الكلمات التالية :" لا يليق بالناسك أن يشتهى الكهنوت أو الرئاسة، لأن محبة الرئاسة مرض شيطانى. فإن الشيطان إنما سقط هذا السقوط لأجل هذا المرض الردئ. فانظروا الآن إلى الذين سقطوا فى هذا المرض. كم من التعب يلحقهم؟! لأنهم يصيرون حسودين محاربين نمامين غير محتشمين، أعنى يغمزون ويخدعون ويفعلون الشرور، يستعملون التواضع بخلاف الواجب، وإن خضعوا كانوا بقلوبهم مستكبرين. فالذى وقع فى هذا الألم: يحسد الذين يستحقون أن يصيروا كهنة أو رؤساء، ويغمز عليهم، ويطلب لهم الموت ليصير فى رتبتهم إذ قد صارت له تزكية الرئاسة. ويصير بينه وبين المقدم قلق وشك وسجس كثير. فيبتعد الله منه، إذ لا يجد له فيه موضع راحة. فلنهرب من هذه الشهوة. وإذا سُر الرب أن يقيم رئيساً فهو وحده الحكيم العارف بمن يقيمه. فلا ندع هذا المرض يقترب من نفوسنا، فأنه نوع ردئ، قتال للنفس، مبعد عن الخير".

الخادم الذى فى موضع قيادة، أو قد أخذ سلطان من الرب كالآباء والأساقفة، إن كان من الواجب عليهم أن يظهروا بمظهر يليق بهم كسفراء المسيح، وواجهة الكنيسة، فعليهم بالأكثر أن يتضعوا أمام الله، وأمام أنفسهم، كما تعلمنا من تاريخ الكنيسة. فها هوذا الملك وزوجته نجدهم بعد أن يصرفوا رعيتهم بالملابس الملوكية حتى أن

القديس العظيم شك بهم نراهم عندما يدخلون مخدعم الداخلى يخلعون ملابسهم الملوكية فيجدهم القديسين لابسين مسوحاً تحت تلك الملابس. وقد أحضروا لهم طعام غاية فى الاتضاع مما يأكله المتوحدين فى البرارى.

إن الخادم المتضع لا يفرق بين المخدومين فى أى شئ ، بل يكون الجميع عنده واحداً. وفى هذا يقول القديس سمعان العمودى:" لتكن أسماء الإخوة حلوة فى فمك، ومناظرهم جميلة فى عينيك، وخدمتهم سهلة ميسورة بين يديك. اعمل برغبة واتضاع. وعلم بلا حسد وبلا بخل.

الفصل السادس

كيفية أقتناء الاتضلاع!

رأينا سابقاً خطورة الكبرياء، وكيف كانت السبب فى سقوط طغمة ملائكية من السماء بل وتسببت فى سقوط الجنس البشرى بأكمله وقد حذر السيد المسيح، من ذلك أعطى الويل للمرائين والمتكبرين كثيراً فنسمعه يقول :" وَيْلٌ لَكُمْ أَيُّهَا الْكَتَبَةُ وَالْفَرِّيسِيُّونَ الْمُرَاؤُونَ لأَنَّكُمْ تَأْكُلُونَ بُيُوتَ الأَرَامِلِ ولِعِلَّةٍ تُطِيلُونَ صَلَوَاتِكُمْ. لِذَلِكَ تَأْخُذُونَ دَيْنُونَةً أَعْظَمَ (مت 23: 14)، الويل هنا ليس بسبب إطالة الصلوات ولكن الويل سببه أن هناك علة خفه من أجلها يطيل الفرسيون صلواتهم ألا وهى الكبرياء وحب المديح إن الله الفاحص القلوب والكلى لا يحاكم أحداً حسب المظهر ولكن يحاكم حسد النوايا القلبية. كما قال السيد المسيح "وَيْلٌ لَكُمْ أَيُّهَا الْكَتَبَةُ وَالْفَرِّيسِيُّونَ الْمُرَاؤُونَ لأَنَّكُمْ تُنَقُّونَ خَارِجَ الْكَأْسِ وَالصَّحْفَةِ وَهُمَا مِنْ دَاخِلٍ مَمْلُوآنِ اخْتِطَافاً وَدَعَارَةً! (مت23: 25)

ويقول أيضاً للأغنياء: "وَلَكِنْ وَيْلٌ لَكُمْ أَيُّهَا الأَغْنِيَاءُ لأَنَّكُمْ قَدْ نِلْتُمْ عَزَاءَكُمْ" (لو 6: 24). فيجب أن ننتبه أنه ليس العيب فى الغنى ولكن فى الكبرياء الذى ينتج عن هذا الغنى. وليس المقصود بالغنى الغنى المادى من المال فقط، بل والغنى أيضاً فى نعم الله للإنسان ، مثل الذكاء والمعرفة والسلطة التى هى نعم من عند الله . فيجب علينا أن نستخدمها الاستخدام الأمثل، بأن نمجد الله من قبلها

ونشكره عليها، ونتضع بها عالمين أننا لسنا نملكها لا أن نتكبر بها فتكون سبب نقمة لا نعمة.

كما أعطى الويل للشباعي "وَيْلٌ لَكُمْ أَيُّهَا الشَّبَاعَى لأَنَّكُمْ سَتَجُوعُونَ "(لو6: 25). الشبع هنا علامة من علامات الكبرياء. فالشبع هنا يرمز للاكتفاء وعدم الحاجة فيشعر الإنسان بأنه غير محتاج إلى الله وهذه علامة من علامات الكبرياء التى تستوجب الويل.

كما قال بفمه المبارك:" وَيْلٌ لَكُمْ إِذَا قَالَ فِيكُمْ جَمِيعُ النَّاسِ حَسَناً. لأَنَّهُ هَكَذَا كَانَ آبَاؤُهُمْ يَفْعَلُونَ بِالأَنْبِيَاءِ الْكَذَبَةِ (لو 6: 26). السيد المسيح لم يقصد المعنى مطلقاً بأن كل إنسان يقول فيه أحد حسناً يكون مستوجب الويل فقد قيل من قبل "يرون أعمالكم الصالحة فيمجدوا أباكم الذى فى السموات "فالعيب ليس فى كلام الناس وتمجيدهم لنا بل فى طريقة قبولنا نحن لكلام الناس. هل نعطى المجد لله ؟! أم نعطى المجدلأنفسنا ؟! فها هوذا هيرودس الملك لم يعرف أن يتقبل كلام وتمجيد الناس باتضاع ولم يعط المجد لله فدود ومات.يجب أن يكون الهدف من كل أعمالنا هو تمجيد اسم الله لا تمجيد أنفسنا.

والكتاب المقدس ملئ بإعطاء الويل للمتكبرين والمترفعين والحكماء فى أعين أنفسهم فنسمع إشعياء النبى يقول "وَيْلٌ لِلْحُكَمَاءِ فِى أَعْيُنِ أَنْفُسِهِمْ وَالْفُهَمَاءِ عِنْدَ ذَوَاتِهِمْ (إش 5: 21)

لقد سُئل القديس برصنوفيوس: "اخبرنى يا أبى كيف يقتنى الإنسان الاتضاع الكامل ؟! "

أجاب "الرب قد علمنا "تَعَلَّمُوا مِنِّى لأَنِّى وَدِيعٌ وَمُتَوَاضِعُ الْقَلْبِ فَتَجِدُوا رَاحَةً لِنُفُوسِكُمْ "(مت 11: 29). إن كنت تريد أن تقتنى الاتضاع فافهم ماذا عمل وتأمل صبره، و اصبر مثله، واقطع هواك لكل أحد، لأنه قال: "انى ما نزلت من السماء لأعمل مشيئتى ، بل مشيئة من أرسلني "هذا هو الاتضاع الكامل، أن نحتمل الشتيمة والعار وكل شئ أصاب معلم الفضيلة ربنا يسوع المسيح ".

السيد المسيح هو مثلنا الأعلى فى كل الفضائل وخاصة فى فضيلة التواضع لأنه ألزمنا بذلك حسب وصيته "تَعَلَّمُوا مِنِّى لأَنِّى وَدِيعٌ وَمُتَوَاضِعُ الْقَلْبِ فَتَجِدُوا رَاحَةً لِنُفُوسِكُمْ (مت 11: 29).

لقد طبق السيد المسيح كل مظاهر الاتضاع فى أبهى صورها. لذا وجب علينا أن نتتلمذعلى يديه فى هذه الفضيلة بالذات فكما تكلمنا سابقاً عن الاتضاع فى حياة السيد المسيح وكيف أنه لم يخلو

أصحاح واحد من إشارة بالقول أو بالفعل لهذه الفضيلة العظمى التى كانت متجسدة فى رب المجد يسوع

الذى وحده يمكن أن نطلق عليه "متضع "فالإنسان مهما اتضع لا أظن أنه سوف ينزل عن كونه تراب ورماد أما السيد المسيح فقد اتضع ونزل من السماء مخلياً ذاته متخذاً صورة عبد. فلتضاع الرب يسوع مخلصنا الصالح، كان سراجاً مضيئاً أمام الآباء، هو النور الحقيقى الذى أنار أمامهم طريق الاتضاع لكى لا يميلوا يمنة أو يسرة عن هذا الطرق الذى رسمه الرب لنا باتضاعه الإلهى الفائق.

لكى نبرهن على وجوب تعلم الاتضاع من رب المجد يسوع نُحضر موقف واحد فقط مع عبد رئيس الكهنة الذى قام بلطمه قائلاً " أهكذا تجاوب رئيس الكهنة (يو 18: 22)، فما كان من رب المجد يسوع إلا أن أجابه بكل اتضاع " إِنْ كُنْتُ قَدْ تَكَلَّمْتُ رَدِيّاً فَاشْهَدْ عَلَى الرَّدِيِّ وَإِنْ حَسَناً فَلِمَاذَا تَضْرِبُنِي (يو 18: 23)، لقد كان أيوب الصديق رمز واضحاً للسيد المسيح فى تذلله وتواضعه لذلك العبد عندما قال بالنبوة "عَبْدِي دَعَوْتُ فَلَمْ يُجِبْ. بِفَمِي تَضَرَّعْتُ إِلَيْهِ (اى 19: 16).

فمهما صنع الإنسان من كل صنوف الاتضاع فلا يمكن أن يتكبر لأنه لن يصل إلى نقطة فى محيط من اتضاع السيد المسيح له كل المجد.

النظر إلى اتضاع السيد المسيح

إن النظر إلى اتضاع السيد المسيح سوف يهون علينا أى مظهر من مظاهر الاتضاع التى يمكن أن نمر بها مهما كانت ثقيلة. فى هذا يقول القديس مارافرام السريانى قيثارة الروح "ماذا نستطيع أن نقول لله، ماذا احتجنا أن يصنعه بنا ولم يفعله ؟ أما رأينا الله نفسه متواضعاً بصورة عبد، لنتواضع نحن ونصير متواضعين ؟ أما رأينا وجهه الأقدس الذى لا يصفه عقل، مبصوقاً عليه، لكى إذا شُتمنا وانتهرنا لا نتوحش ونتذمر، بل أما شاهدنا ظهره مبذولاً للسياط لكى نخضع لمدبرينا. أو ما عاينا وجهه وقد لُطم لكى إذا رُفضنا لا نتذمر... هل ما سمعنا عنه أنه لم يناصب، ولم يجاوب لكى لا نكون مستبدين برأينا ولا نجاوب ؟ وأما سمعاه يقول أنا لا أعمل من ذاتى شيئاً نحن لا نصير نحن متعظمين مالكين مشيئتنا بذاتنا، وحاوين السلطان على ذاتنا. أما سمعناه يقول: تعلموا منى لأنى وديع ومتواضع القلب. لنصير نحن ودعاء ومتواضعى القلب ". لقد سأل أخ شيخاً قائلاً:" يا أبى كيف يأتى الإنسان إلى الاتضاع؟! فأجابه الشيخ:" ذلك بأن تكون فيه مخافة الله ". فقال الأخ "وبأى شئ

تأتى مخافة الله "قال الشيخ" بأن يجمع الإنسان ذاته من كل الناس، ويبذل جسمه للتعب الجسدى بكل قوته، ويذكر خروجه من الجسد ودينونة الله له". فللإنسان الخائف الله المتذكر للدينونة الرهيبة العتيدة بأن يدين الله بها سرائر الله تجده متواضعاً فى صلاته ووقوفه أمام الله، متواضعاً فى تعامله مع الآخرين. لذلك تجد الناس عندما يجدون إنساناً متواضعاً يقولون عنه أنه:" فيه مخافة الله".

اعرف ذاتك.

اعرف ذاتك أنك تراب ، وإلى التراب تعود .اعرف أنك بدون المسيح لا تستطيع أن تفعل شيئاً. اعرف أن الجميع زاغوا وفسدوا وأعوزهم مجد الله ، بما فيهم أنت . اعرف أنه ليس مولود امرأة يستطيع أن يتذكى أمام الله. اعرف أن حياتك ما هى إلا بخار يظهر قليلا ثم يضمحل.

إن جمال الإنسان وعقله، وقوته، وبنيته، وحكمته، وجبروته، وسطوته، هذه كلها من الله. فالإنسان رغم كل التقدم الذى أحرزه فى شتى ميادين العلم والثقافة والرقى – تراباً من الأرض بل عدم مر وقت كان العالم فيه موجوداً ولم يكن هو موجوداً، خلق الله أولاً التراب، ثم خلق الإنسان بعد ذلك من التراب.

اذكر ضعفاتك وخطاياك وانس حساناتك

سئل مار اسحق: "كيف نقتنى الاتضاع ؟ ". فقال "بتذكر السقطات وانتظار قرب الموت، واتخاذ لباس حقير. واختيار موضع هادئ، واقتناء سكوت دائم ". كما تعود الأنبا أنطونيوس أن يقول "إن لم يضع الخباز غطاء على عينى الحيوان فان الحيوان يلتفت ويأكل أجرته. وبالمثل أخذنا غطاء من صنع الله حتى نعمل الأعمال الصالحة دون أن نراها وبذا لا ننسب السعادة لأنفسنا ونفسد أجرة أعمالنا. ولذلك نترك أحياناً لأفكارنا الخبيثة حتى نراها فندين أنفسنا. وحينئذٍ تصير هذه الأفكار غطاء للأعمال الصالحة القليلة التى نعملها. لأنه إذا لام الإنسان نفسه فأنه لا يفسد أجرته ".

ويقول القديس يوحنا كاسيان :" ليس لك شئ تفتخر به، بل فيك أشياء كثيرة من شأنها أن تحملك على تحقير نفسك. فأنك أضعف مما تستطيع أدراكه بكثير"

كما توجد كثير من سير القديسين قد وقعوا فى ضعفات بسيطة ، أو غير متعمدة، وأضرحت هذه الضعفات مثل السياج الذى يحميهم طوال حياتهم، من داء العظمة والكبرياء ومن أمثلة هذه ال سير العطرة:

كان شاب اسمه مقارة، اتفق وهو يلهو، ويلعب مع صديق له، فقتله بغير تعمد، ولم يعلم به أحد، فمضى لوقته إلى البرية . وترهب وبنى كنيسة داخل البرية وأقام بها خمس وعشرون سنة، واستحق نعمة من الله حتى أنه قوى على الشياطين. وفى حين تعرض له الشياطين بفكر تعظيم القلب قائلين له "قد صرت رجلاً عظيماً أكثر من الرهبان كلهم "كان يجيبهم مقارة قائلاً :" والقتل الذى فعلته، ما أشد عذابى فى الجحيم بسببه:" وحين كانوا يعيرونه بالقتل كان يتذكر موسى النبى وغفران الله له.

هكذا ينبغى أن نتعامل مع أفكار العظمة والكبرياء بأن نتذكر سقطاتنا وضعفاتنا فليس إنسان لا يخطئ كما يقول سفر أيوب وكما يقول فى أوشية الراقدين ليس إنسان بلا خطية ولو كامت حياته يوماً واحدا على الأرض. فلنتذكر خطاياناً وضعفاتنا القديمة لكى تكون لنا كالحصن الذى نتحصن فيه ضد هجمات الكبرياء الضارية.

اذكر درجات القديسين وما وصلوا إليه.

هكذا كان يفعل القديس العظيم الأنبا إيسوذوروس فقد قُيل عنه :إذا أوعزت إليه الأفكار بأنه إنسان عظيم كان يجيبها قائلاً:" لعلى مثل أنبا أنطونيوس أو أصبحت مثل أنبا بموا؟ . وإذ كان يقول ذلك

يستريح فكره. فنحن لو أتقنا قمة الصلاة، فلن نصل إلى ما وصل إليه الأنبا أرسانيوس الذى قيل عنه أنه كان يخرج خارج قلايته. ويقف تحت السماء ويجعل الشمس خلفه، ويبسط يديه للصلاة حتى تسطع الشمس فى وجهه ثم يجلس.

كذلك فضيلة العطاء لن يستطيع أحد أن يصل إلى ما فعل القديس بطرس العابد الذى باع نفسه عبداً ليتصدق بالمال الذى باع به نفسه. هكذا فى كل الفضائل يجب أن نضع أمام أعيننا نماذج من آبائنا القديسين حتى نشعر بضآلتنا بالنسبة لما وصلوا إليه مهما وصلنا نحن إليه.

هناك إيضاً نظرة أخرى للقديسين الذين سقطوا بعد أن وصلوا إلى درجات عالية من القداسة والوحدة والنسك . والسبب الوحيد فى سقوطهم هو احساسهم بذواتهم. فلا توجد قصة أكثر تعبيراً على ذلك سوى ذلك الراهب المتوحد الذى ظل أربعين عاماً منفرداً متوحداُ ناسكاً فى أقصى البرية الداخلية ولكن رؤيت روحه وهى ذاهبة ناحية الغرب إلى الجحيم بعد انتقاله وأعلنت السماء عن سبب ذلك وهو أنه أحس أنه لا يوجد شخصاً مثله على هذه الارض.

لقد تكلم الوحى الإلهى على لسان سليمان الحكيم عندما قال عن الخطية:" طَرَحَتْ كَثِيرِينَ جَرْحَى وَكُلُّ قَتْلاَهَا أَقْوِيَاءُ (ام 7: 26).

علينا أن لا نتكبر مهما وصلنا إلى رتب أو سلطان . فها هوذا يهوذا أحد الرسل المختارين قد سقط فى أبشع خطية ممكن أن يسقط فيها إنسان وهى خطية الخيانة وبيع السيد المسيح بثمن بخث.

إن الله يسمح بتجارب قاسية لأولئك الذين يشعرون بذواتهم حتى يشعرون بضعفهم فيتضعون. لذا علينا النظر سواء إلى القديسين وما وصلوا إليه من درجات عالية فنتضع بالقليل الذى وصلنا إليه أو بالنظر لأولئك الآخرين الذين سقطوا رغم ما وصلوا إليه من درجات عالية لكى نحذر من خطية الكبرياء اللعينة. وفى هذا يقول القديس يوحنا الدرجى:" ناقص جداً من يُقطع رجاؤه إذا سمع بفضائل القديسين التى تفوق الطباع، فأنه إنما ذُكرت لنا لننتفع بأحد أمرين: أما أن تصنع فينا غيرة فى أعمالنا أو بأن نعرف ضعفنا فنتضع". لذلك علينا أن نقرأ الكتاب المقدس، ونتأمل فى عظمة الأنبياء والرسل وفضائلهم واتضاعهم ، حتى نتضع أمام أنفسنا، كما علينا. كذلك أيضاً بمطالعة سير القديسين لكيما تأكلنا الغيرة على التمثل بهم فى الاتضاع ولكى نتضع عندما نقيس أنفسنا بهم.

الابتعاد عن مديح الناس.

مديح الناس يمكن أن نتعرض له، خاصة أن السيد المسيح يوصينا بالأعمال الحسنة لكى يروها الناس ، فيمجدوا أب انا الذى فى

السموات. ولكن ما الخطوات التى بها يمكننا أن نتفادى الأخطار التى تتولد من هذا المديح:

الخطوة الأولى: هى معرفة مدى الخطورة التى تنتج عن مديح الناس، لو أعطيناه أذاناً صاغية، ولم ننتبه لخطورته، كما يقول القديس الأنبا موسى الأسود :"على مثال الصدأ الذى يأكل الحديد كذلك مديح الناس الذى يفسد القلب إذا مال إليه. وكما يلتف اللبلاب على الكرم فيفسد ثمره، كذلك السبح الباطل يفسد نمو الإنسان إذا كثر حوله ".

الخطوة الثانية: هى أن ننسب كل المواهب والأعمال التى نفعلها إلى مصدرها الحقيقى، هو السيد المسيح الذى بدونه لا نستطيع أن نفعل شئ. فهو الذى به كل شئ كائن، وبغيره لم ولن يكون شئ مما هو كائن. فللإنسان المتواضع لا يرغب فى أن يعظم هو ولا يُنسب إليه أى شئ. بل يبتغى أن يُبارك الله فى جميع مواهبه لأنه هو الذى يمنح كل شئ لنا من خلال نعمته ومحبته. فى ذلك يقول القديس باسيليوس الكبير :" إذا مدحنا قوم لسعينا فى الطريق الفاضلة، فلا نلتفت إلى كرامتهم كأنها لها أمر عظيم، بل لننظر إلى معطى الكرامات الحقيقية ".

الخطوة الثالثة: هى أن نتذكر الهدف من هذه الأعمال ، وه ى تمجيد أبينا الذى فى السموات ، وليس تمجيد ذواتنا وأنفسنا . فكما كان يفعل آباؤنا الرسل الأطهار عندما يريد الناس أن يمجدوهم أو يمدحوهم بالذبح لهم. فكان رد فعل آبائنا الرسل فى أحد المرات انهم مزقوا "فَلَمَّا سَمِعَ الرَّسُولاَنِ بَرْنَابَا وَبُولُسُ مَزَّقَا ثِيَابَهُمَا وَانْدَفَعَا إِلَى الْجَمْعِ صَارِخَيْنِ "(اع 14: 14). لهذه الدرجة كان آبا ؤنا الرسل يبغضون مديح الناس ويهربون منهم. لنتعلم منهم ونسير على خطاهم لكيما يصنع الرب رحمة ويفتقدنا بخلاصه على الدوام. ومن العبارات التى كان بولس الرسول يردها فى رسائله الذى كان يقولها فى رسائله " لمدح مجد نعمته "(اف 1: 12)، (اف 1: 6). يا ليت لو كانت كل أعمالنا الصالحة يكون الهدف منها مدح مجد نعمة الله التى بها نعمل الأعمال.

الخطوة الرابعة: هى إخفاء الفضائل والأعمال على قدر المستطاع ، وإن أراد الله إظهارها لأجل مجد اسمه القدوس ، فلنكره مديح الناس ولا نرتاح إليه ، بل نبغضه ونبتعد عنه. **يقول القديس مار اسحق :**" محب المديح يتخيل أسباباً للمديح. والمتواضع هو الذى إذا امتدح لا يستريح قلبه للمديح ".

كما يقول القديس تيموثيئوس:" إذا أكرمك الناس فخف جداً، و اكره نفسك وحدك. ولا تستح أن تقر بذنوبك، واهرب من كرامة الكثيرين لئلا يغرقوا مركبك "

الخطوة الخامسة: فلنتذكر قول القديس بولس الرسول فى احدى رسائله:" لَيْسَ مَنْ مَدَحَ نَفْسَهُ هُوَ الْمُزَكَّى، بَلْ مَنْ يَمْدَحُهُ الرَّبُّ. (2كو10: 18). لنبحث إذن عن مدح الرب وليس عن مديح الناس. مدح الرب لنا بعيد كل البعد عن مدح الناس. فلنبتعد عن مديح الناس ولا نستريح له فنحصل تلقائياً على مديح الرب. ليتنا نتذكر أيضاً قول بولس الرسول "إِذاً لاَ تَحْكُمُوا فِي شَيْءٍ قَبْلَ الْوَقْتِ حَتَّى يَأْتِيَ الرَّبُّ الَّذِي سَيُنِيرُ خَفَايَا الظَّلاَمِ وَيُظْهِرُ آرَاءَ الْقُلُوبِ. وَحِينَئِذٍ يَكُونُ الْمَدْحُ لِكُلِّ وَاحِدٍ مِنَ اللهِ (1كو 4: 5). ليس المقصود من الآية السابقة الحكم على تصرفات الغير فقط، بل الحكم أيضاً على تصرفاتنا نحن. فلا يحق لنا أن نحكم على تصرفاتنا وهل نستحق بسببها المديح أم لا ؟!. لكن علينا أن نعلم إننا سائرون فى الطريق ولا نعلم ماذا يصادفنا فيه. فعلينا بالتمسك بالاتضاع والبعد عن مديح الناس وإن ننكر ذواتنا من الداخل دائماً أمام الله وأمام الناس وأمام أنفسنا لكيما إذا أظُهرت آراء القلوب نستحق حقاً المدح من الله ذلك إذا لم نحصل عليه من الناس على الأرض لأنه حينئذٍ سوف نكون قد استوفينا أجرنا.

الخطوة السادسة: هى الصلاة دائماً وأبداً أمام الله ، لكى يبعد عنا أفكار العظمة والمجد الباطل، ومديح الناس.

الخطوة السابعة: هى عدم إدانة الآخرين، وعدم احتقار أحد. وقد عدد القديس مار اسحق السريانى فضائل خمسة إذا حفظها الإنسان تخلص من كل مضرة وكان آخرها قوله "إكرام كل طبقات ومراتب الناس فوق ما يستحق ذلك الوجه. لأن الذى يكرم الناس هو أيضاً يُكرم منهم، كما يأخذ المجازاة من الله. لأن الكرامة توجب كرامة، والإزدراء يجلب إزدراء".

ويعلم القديس مار إشعياء الإسقيطى المبتدئين فى الرهبنة بقوله : " كما أن الميت لا يتكلم البتة، كذلك المتضع لا يزدرى بأحد حتى ولو رآه للأصنام ساجداً ". كما أن القديس يوحنا القصير يقول : " ليكن كل أحد كبيراً فى عينيك، ولا تهن الذين هم أقل منك معرفة، لكن اتضع لكل الناس، ولا تغضب من الذى يتعظم عليك لأنه قليل المعرفة، لأن من قلة المعرفة يتعظم الأخ على أخيه... فليكن كل الأخوة عندك جياداً، وعلم لسانك أن يكرم كل الناس".

قال أب شيخ:" عود نفسك يا بنى عند كلامك عن الرهبان أن تقول: إن هذا أخير مني، وهذا أحرص منى فى رهبانيته، وذاك أبر مني. على أن تقول ذلك بنية صادقة من كل قلبك. لأن ذلك يجعلك تنظر

ذاتك تحت الخليقة كلها، وحينئذٍ يسكن فيك روح الله. أما إن كنت تزدرى بإخوتك وتحتقرهم وتعد نفسك شيئاً وتستكبر، فإن نعمة الله تبعد عنك، وتسلم إلى دنس الجسد الذى يقسى قلبك مثل الحجر".

كما سُئل الأنبا بيمن :" كيف أستطيع ألا أقع فى الناس ؟ "أجاب قائلاً "إذا لام الإنسان نفسه حينئذٍ يكون عنده أخوه أكرم منه وأفضل، وإذا ظن فى نفسه أنه صالح، حينئذٍ يكون عنده أخوه حقيراً ومهاناً ويقع فيه ".

هناك قصص عديدة وردت فى كتاب بستان الرهبان تعلمنا أن لا نحتقر أحداً من الناس، حتى لو كان هبيلاً أو مجنوناً فها هوذا الهبيلة التى ذهب إليها القديس الأنبا دانيال الإسقيطى ليكشف أمرها للراهبات اللاتى كن يستهزئون ويزدرون بها فما هى سوى القديسة أناسيمون السائحة التى كانت عندما وقفت تصلى نظرها الأنبا دانيال، والنور بين يديها، والملائكة تسجد معها. تلك القديسة وصلت لكل هذا بتواضعها لأنه لما علمت بـاكتشاف خبرها هربت من الدير ومن المجد الباطل تاركة رسالة كلها حب واتضاع وتسامح. وذلك القديس الذى كان يتظاهر بالجنون والضحك فى وجه كل إنسان إلى إن جاء ثلاثة رهبان غرباء وكشفوا أمره وتدبيره العظيم وما كان يفعله لرئيس الدير.

الفصل السابع

تداريب الاتضاع

للتدرب على أقتناء فضيلة الاتضاع علينا

البعد عن المتكأ الأول: قد علمنا إياه السيد المسيح عندما قال "مَتَى دُعِيتَ مِنْ أَحَدٍ إِلَى عُرْسٍ فَلاَ تَتَّكِئْ فِي الْمُتَّكَإِ الأَوَّلِ لَعَلَّ أَكْرَمَ مِنْكَ يَكُونُ قَدْ دُعِيَ مِنْهُ " (لو 14: 8). ولقد أعطى السيد المسيح للويل للكتبة والفريسيين لأنهم يحبون المتكأ الأول "وَيُحِبُّونَ الْمُتَّكَأَ الأَوَّلَ فِي الْوَلاَئِمِ وَالْمَجَالِسَ الأُولَى فِي الْمَجَامِعِ "(مت 23: 6)، وَالْمَجَالِسَ الأُولَى فِي الْمَجَامِعِ وَالْمُتَّكَآتِ الأُولَى فِي الْوَلاَئِمِ "(مر 12: 39). ولقد حذرنا منهم "احْذَرُوا مِنَ الْكَتَبَةِ الذين يَرْغَبُونَ الْمَشْيَ بِالطَّيَالِسَةِ وَيُحِبُّونَ التَّحِيَّاتِ فِي الأَسْوَاقِ وَالْمَجَالِسَ الأُولَى فِي الْمَجَامِعِ وَالْمُتَّكَآتِ الأُولَى فِي الْوَلاَئِمِ " (لو20: 46).

كما علمنا آباؤنا القديسون أيضاً البعد عن المتكآت الأول بل واختيار المتكأ الأخير . فأول تدريب فى البعد عن المتكآت الأولى هو أن نجعل كلامنا آخر الكل . لقد قال القديس الأنبا باخوميوس : " اتضع فى كل شئ وإذا كنت تعرف جميع الحكمة فاجعل كلامك آخر الكل".

التدريب الثانى هو عدم الكلام فى وجود من هم أكبر منا ، فقد قال أب شيخ:" إن كل صغير يطرح كلمة وسط شيوخ أكبر منه يشبه إنساناً يطرح ناراً فى حجر أخيه".

قطع المشيئة.

علمنا إياها أيضاً ربنا يسوع المسيح عندما صرخ فى البستان "يَا أَبَتَاهُ إِنْ أَمْكَنَ فَلْتَعْبُرْ عَنِّى هَذِهِ الْكَأْسُ وَلَكِنْ لَيْسَ كَمَا أُرِيدُ أَنَا بَلْ كَمَا تُرِيدُ أَنْتَ "(مت 26: 39)، ولأهمية قطع المشيئة كرر السيد المسيح تلك الآية الذهبية فى نفس الأصحاح " فَمَضَى أَيْضاً ثَانِيَةً وَصَلَّى قَائِلاً: «يَا أَبَتَاهُ إِنْ لَمْ يُمْكِنْ أَنْ تَعْبُرَ عَنِّى هَذِهِ الْكَأْسُ إِلاَّ أَنْ أَشْرَبَهَا فَلْتَكُنْ مَشِيئَتُكَ "(مت 26: 42).

لا يوجد اتضاع يضاهى اتضاع قطع المشيئة بالنسبة للإنسان لأنه تشمل كل أنواع الاتضاع من طاعة واحتمال وصبر وانكار ذات. فللإنسان المتضع دائماً يضع أمام عينيه قول داود النبى فى المزامير عن الله.

أول تدريب لقطع المشيئة : من خلال الصلاة مع الله نتعلم قول السيد المسيح عن قطع المشيئة فى أى طلبةنطلبها. ويعلمنا ذلك القديس الأنبا باخوميوس فيقول:" ارفض ارادتك بالكلية وافلح لله

بكل قدرتك ". ويقول أيضاً مار اسحق:" لا تسأل أن تجرى الأمور حسب هواك لأن الله أسبق معرفة منك بالأصلح لك".

كما يقول مار إشعياء الاسقيطى:" إن أنت قطعت هواك بمعرفة اقتنيت لنفسك التواضع، أما الذى يريد أن يتمم هواه فذاك يعدم الصلاح كله، فلنقطع أهوية قلوبنا ولنلتمس مشيئة الله ونتممها".

التدريب الثانى: هو قطع المشيئة لأب الاعتراف ومرشدينا الروحيين الذين قد رضينا بهم. وأن نعتبر كلامهم وارشادهم كمن فم الله الروح القدس هو الشخص الثالث الحاضر مع المعترف وأب الاعتراف. وذلك بعد الصلاة التى يجب أن تسبق الاعتراف.
فالإنسان المتضع قبل أن يعترف يصلى طالباً من الله أن يرشد أب اعترافه لما فيه خيره ويعد الله إنه مهما يقوله الأب الكاهن سوف يقتنع به ويقوم بتنفيذه.

التدريب الثالث: إن لم نستطع أن نقطع مشيئتنا با لآخرين فعلى الأقل من أن نسمعهم ولا نجادلهم قبل أن نفكر وندرس ، ربما كانوا على صواب مع إظهار الوجه المضئ فى كلامهم ، ولا نصدهم مباشرة، ولو كانوا قد جانبهم الصواب. ولكن لنتعلم أن نرد دائماً فى حالة خطأ المتكلم:" نعم ولكن".

التدريب الرابع : فى قطع المشيئة وهو خاص بالآباء الرهبان الذين يجسدون الكمال النسبى فى الفضائل ، وهو قطع المشيئة ولو كنا على صواب، وذلك فى الأمور التى تبعد عن العقائد الدينية والطقوس الكنسية وما يبعدنا عن ملكوتنا السماوى. فنحن نسمع عن أولئك الرهبان الذين قطعوا مشيئتهم لمرشدهم فى الطريق فمشوا أميالاً كاملة قطعاً لمشيئتهم ولرغبتهم فى عدم احراج مرشدهم. ومثل ذلك القديس الأنبا بفنوتيوس ، الذى لم يكن يشرب النبيذ، ولكن قد مر أمام عصابة من اللصوص كانوا يشربون. وكان رئيس العصابة يعرف عنه نسكه وعدم شربه النبيذ. فملأ كأساً له وأخرج بيده سيفاً وهدده قائلاً:" إن لم تشرب فسأقتلك" فتناول القديس الكأس وشربه. ثم أن رئيس العصابة اعتذر له وقال له" اغفر لى يا أبتاه لأنى قد أحزنتك". وقد وعده أنه لن يحزن أحداً فيما بعد. ويشابه هذا ما فعله القديس الأنبا صرابامون الذى قطع مشيئته وأكل من الخروف الذى اشترطته عليه أحدى الباغيات فى أيام الصوم . وبقطع مشيئته استطاع أن يحيى ويرجع خروفاً إلى حظيرة الرب يسوع.

ليتنا نتعلم قطع المشيئة للآخرين ولله تبارك أسمه، فهذه الفضيلة سوف تحبب الجميع فينا ، بل أتجاسر وأقول أنها قادرة أن تُخضع الجميع لنا، لو صُنعت باتضاع ومحبة حقيقية.

عدم التذمر. الإنسان المتضع لا يتذمر ولو شُتم أو أهُين لأنه ينظر إلى مثله الأعلى فى الاتضاع الرب يسوع المسيح الذى لما شُتم لم يشتم عوضاً. هكذا يعلمنا القديس الأنبا باخوميوس بقوله : " إذا رذلك الناس وافتروا عليك فلا تحزن لأن ربك دُعى ضالاً وبعلزبول وبه شيطان ولم يتذمر – فاقتن لك وداعة القلب واذكر أن ربك وإلهك سيق كخروف للذبح ولم يفتح فاه".

قال أب شيخ:" إنى أعرف أخاً، هذا خرج ليتغرب، فدخل إلى الكنيسة، واتفق أن كان هناك أغابي، حيث كان كثيرون مجتمعين، فلما تهيأت المائدة جلس يأكل مع الإخوة، فنظر إليه إنسان وقال "من أدخل هذا الغريب معنا ؟ ثم قال له: اخرج خارجاً "فقام وخرج كما أمر بدون تذمر. فلما أبصر آخرون، حزنوا وخرجوا وأدخلوه. فدخل ". فقال له أخ: ماذا كان فى قلبك حين أخرجوك وحين أدخلوك ؟ "فقال: حسبت أنى كلب، إذا طُرد خرج وإذا دُعى دخل".

أول تدريب فى عدم التذمر هو أن لا نتذمر على الأشياء المادية ، كنوع الأكل أو الشرب أو اللبس سواء كانت كثيرة أو قليلة. ثم عدم التذمر على فقدان هذه الأشياء.

التدريب الثانى: هو إن استطعنا أن نحول الخد الآخر باتضاع فإن شتمنا أحد أو أهاننا لا نتذمر بل نعطيه الخد الآخر بأن نذلل أنفسنا

من الداخل بأن نرجع بالملامة على أنفسنا معتبرين هذا الأخ كطبيب أرسله الله ليداوى ما بنا من كبرياء ومجد باطل. فإن لم نستطع ذلك فعلينا أن ننفذ الوصية بأن نصلى لمن يسئ إلينا ونبارك على من يلعننا، وإن لم نستطع فعلينا أن نكتفى بإظهار المحبة ظاهرياً وباطنياً لذلك الأخ وإن لم نستطع فليس أقل من أن لا نكره ذلك الأخ ولا نتذمر عليه.

ويقول القديس باخوميوس فى ذلك "إذا توبخ أحدنا من أحد أخوانه ولم يقبل بل حقد عليه. فقد اغتالت الشياطين نفسه. ولست أقول ذلك فقط بل وإن لم تعتبره كطبيب معالج فقد ظلمت نفسك "

وقال شيخ ناسك:" سبيلنا أن نعلم أنه لا يوجد أصدق ممن يذمنا ويبكت أعمالنا. وينبغى لنا أن نراعى مذلتنا، لأن الذين يراعون مذلتهم ويتحققونها يطحنون إبليس المحتال".

كما يقول الآنبا إشعياء الاسقيطي "إذا وجه إليك إنسان كلمة قاسية، فلا تشمئز أو يستكبر قلبك. ولكن بادر واصنع ميطانية ولا تلمه فى قلبه، وإلا فالغضب يثور عليك " . **ويقول أيضاً**:" إذا افترى أحد عليك بشئ لم تصنعه فلا تجزع ولا تغضب، بل اتضع واصنع له ميطانية، وسواء كنت قد فعلت أو لم تفعل ففى كلتا الحالتين قل "اغفر لى فلن أعود لمثله مرة أخري "

التدريب الثالث: هو تقبل كل شئ بشكر من يد الله سواء مرض أو تجربة أو ضيقة ونضع أمام أعيننا دائماً قول الرسول بولس "كُلَّ الأَشْيَاءِ تَعْمَلُ مَعاً لِلْخَيْرِ لِلَّذِينَ يُحِبُّونَ اللهَ الذين هُمْ مَدْعُوُّونَ حَسَبَ قَصْدِهِ "(رو 8: 28).

التدريب الرابع: هو عدم التذمر لرؤيتنا أى شئ خارج عنا ، مثل مرض إنسان، أو إنسان به روح نجس، أو إنسان فى ضيقة مرة ليس لها حل. فالإنسان المتواضع لا يتذمر حيال تلك الظروف الخارجية، بل يعلم جيداً أنه أقل من أن يعاتب الله. فمرة سأل القديس الأنبا أنطونيوس من الرب أن يخبره عن السبب الذى من أجله يموت أطفال؟. ولماذا المستقيمون فقراء والأشرار أغنياء ؟. وبعض الناس عمى والبعض مبصرين ؟. ولماذا يُقاسى الصالحون آلام المرض والطالحون أصحاء ؟. فسمع صوتاً قائلاً له:" يا أنطونيوس اهتم بنفسك لأن هذه الأمور هي من أحكام الله "

الهروب من المجد الباطل.

السيد المسيح هو مثلنا الأعلى فى الهروب من المجد الباطل المكتوب عنه فى إنجيل الستار الخاص بالرهبان أنهم لما أرادوا أن يجيئوا ويجعلوه ملكاً انصرف إلى الجبل وحده. فللإنسان المتضع دائماً وأبداً يهرب من المجد الباطل. وما أكثر القصص فى بستان

الرهبان وكتب التاريخ التى تحكى لنا كيف كان آبا ؤنا يهربون من المجد الباطل فها هوذا ذلك القديس الأنبا بيمن المتوحد وقد سمع عنه أرخن مقدم، فأتى ليبصره، فلما سمع به الشيخ تناول سلبة ومضى إلى نخلة ليسقسها، فلما جاءوا اعتقدوا أن الـمتوحد غير موجود فانصرفوا. وحدث مرة أخرى أن أتى إليه إنسان رئيس لينظره. فسبق إليه قوم من أصحاب الكنيسة، واخبروه قائلين: " استعد فإن فلان الأرخن قد سمع بك وها هو حاضر لينظرك ويتبارك منك. فاجابهم الشيخ قائلاً: نعم، انى سأهيئ نفسى جيداً. فقام ولبس المرقعة التى له. وأخذ خبزاً وجبناً، وركب الحائط مفروق الرجلين كما يركب الحصان. وجعل يأكل ويهز رجليه. فلما قدم الأرخن مع حشمه، وأبصره هكذا، شتمه قائلاً: أهذا هو المتوحد الذى سمعنا عنه؟ ليس ههنا متوحد. وهذا هو نفس الكلام الذى توقع الشيخ أن يسمعه.

وذات مرة ذهب القديس الانبا بيمن للصلاة على ابن انسان علمانى كان يخدمه عمره كله ، وذلك بعد الالحاح عليه فعرفت القرية فخرجت كلها لاستقباله مقبلين نحوه بالشموع والقراءة، فنزع القديس لوقته ثيابه وألقاها فى النهر ووقف عرياناً يغسلها برجليه، وبهذا صرف خادمه العلمانى أهل القرية وبعدها عاتبه قائلاً: لماذا يا أبى فعلت هذا فأهل القرية قالوا إن ذلك الشيخ مجنون. فأجابه القديس الشيخ: وهذا ما أردت أن أسمعه.

والقديس الانبا موسى الأسود سمع به حاكم المنطقة وأراد أن يراه فاتخذ طريقه إلى شيهيت فعلم الأب القديس (وكان متقدماً فى السن) بهذه الزيارة، ولكى يهرب منة المجد الباطل اختبأ وسط البوص فى المستنقع، وفى طريقه تقابل مع الحاكم وحاشيته الكريمة، فقال له الحاكم: "أيها الرجل العجوز هل يمكن أن تعلمنى أين توجد قلاية الأب موسي "فرد عليه: "وماذا تريد اذن أن تسأله فهو رجل متقدم فى الأيام وغير مستقيم "فعندما ذهب حاكم المدينة أخبر الرهبان عن هذا الكلام وبعد أن وصف من تكلم معه علم أنه القديس بنفسه قال هكذا هرباً من المجد الباطل.

كما نجد القديس الأنبا أرسانيوس رفض أن يقابل إحدى بنات رؤساء البلاط التى جاءت من رومية لأخذ بركته وعندما أصرت على مقابله وعندما قابلته وطلبت الصلاة لأجلها أجابها من نهراً إياها قائلاً "لا بل أصلى إلى الله أن يمحو خيالك واسمك وذكرك وفكرك من قلبي "وهذا القديس أيضاً له مواقف كثيرة مع البابا ثيؤفيلوس تدل على اتضاعه وهروبه من المجد الباطل فمرة أتى البطريرك ومعه والى البلاد إلى أنبا أرسانيوس وسألوه كلمة فسكت قليلاً ثم قال لهم: "إن قلت لك شيئاً فهل تحفظونه ؟ "فلما ضمن له البابا أمر حفظه قال لهم " أينما سمعتم بأرساني، فلا تدنوا منه ".

حدث أيضاً مرة أن اشتهى البابا البطريرك أن يراه، فأرسل إليه يستأذنه إن كان يفتح له فأجاب: إن جئت فتحت لك. وان فتحت لك فلن استطيع أن أغلق فى وجه أحد. وان أنا فتحت لكل الناس فلن استطيع الإقامة ههنا". هكذا كان آباؤنا القديسون يهربون من المجد الباطل هروبهم من أفعى الكبرياء. فللإنسان المتضع مهما وصل من درجات روحية وسلطان كهنوتى أو وظيفة من وظائف الدولة الكبرى يشعر فى داخله بعدم الاستحقاق. يشعر بحقيقة قول السيد المسيح للشاب الغني "ليس أحد صالح إلا واحد وهو الله".

أول تدريب فى الهروب من المجد الباطل: هو أن لا يشتهى الإنسان أى نوع من أنواع المجد سواء كهنوت ، أو خدمة، أو سلطان. هكذا فعل أبوانا الرسولان القديسان بولس وبرنابا اللذان لما أرادا الناس اكرامهما، شقا ثيابهما وارتضيا بالضرب والإهانة، أفضل من أن يحتملا الكرامة والمجد الباطل.

التدريب الثانى: هو أن لا يسعى الإنسان نحو المجد أو كلمات المديح أو مصاحبة أصحاب المجد والسلطان.

التدريب الثالث: هو أن يرفض الإنسان المجد ويهرب منه ولو سعى إليه. وفى هذا يقول القديس الأنبا باخوميوس:" يا ابنى اهرب من مجد الناس. لقد طلبت حواء مجد الإلوهية ، فتعرت من المجد

الإنساني. كذلك من يلتمس مجد الناس يحرم من مجد الله" . ويقول الأنبا إشعياء الاسقيطى:" لنرفض شرف العالم وكراماته لنتخلص من المجد الباطل".

ويقول القديس ماراسحق:" الذى يحب الكرامة لا يستطيع أن ينجو من علل الهوان. كن حقيراً ومزدرى فى عينى نفسك ، فيكون رجاؤك عظيماً بالله. ولا تبغض من أجل أن تُكرم، ولا تحب الرئاسة. الذى قد أحس بالراحة التى من احتقار الذات ، أفضل من الذى وجد تكريماً من تاج المملكة، الذى قد أُصيب بحب المديح والكرامة من الناس ليس لجرحه شفاء، حتى ولو كان بأعمال سيرته يُقَوّم كثيرين".

كذلك يقول القديس باسيليوس:" إن أردت أن تكون معروفاً عند الله، فاحرص ألا تكون معروفاً عند الناس".

قال الانبا تيموثاؤس:" إذا أكرمك الناس فخف جداً، واكره نفسك وحدك، ولا تستح أن تقر بذنوبك، واهرب من كرامة الكثيرين، لئلا يغرقوا مركبك".

من مظاهر الهروب من المجد، الهروب من أى نية نحو الرئاسة ، أوالتباهى بشرف الجنس ، أو الاغتباط بكثرة الغنى ، أو بتزين اللباس، أو بقوة الجسم، أو بفصاحة المنطق. فكل الإشياء ليس فى

استعمالها مانع، ولكن إن استعملت باتضاع ، وعدم تباهى أو افتخار. فى احدى المرات سأل أنبا أبرآم أحد الشيوخ قائلاً:" يا أبتاه أيهما أحسن، أنقتنى لأنفسنا كرامة، أم هواناً؟ ." فقال الشيخ" أما أنا فأشتهى اقتناء الكرامة، لأنها أفضل من الهوان، لأنى إذا عملت عملاً صالحاً، واُكرمت إزاءه، أستطيع أن ألزم فكرى بعدم استحقاقى للكرامة، وأما الهوان فيصدر عن أفعال قبيحة تغضب الله، وتشكك الناس، والويل لمن تأتى من قبله الشكوك، وعلى ذلك فالأفضل عندى هو أن أعمل الخير وأمجد".

من مظاهر الهروب من المجد الباطل أيضاً ، الهروب من عمل المعجزات، أو التباهى بمواهب الروح القدس. لقد كان آبا ؤنا القديسون يخفون أنفسهم ، وفضائلهم، ومواهب الروح القدس التى منحها الروح لهم. وخير مثال على ذلك القديس سيرابيون ، فها هوذا أب يخاف أن يطلب من القديس اقامة ابنه من موته ، لئلا يرفض لاتضاعه، فوضعه قدامه على وجهه وضرب ميطانية ، وتراجع قليلاً، ولم يعرف الشيخ أن الصبى ميت. وظن أنه ساجد له وانتظره ليقوم فلم يقم. فقال له: قم يا ولدى الرب يبارك عليك فقام الصبى حياً. وفى مرة أخرى كان بمصر إنسان له ولد مقعد. فحمله إلى أنبا سيرابيون وتركه عند باب قلايته وابتعد عنه قليلاً مترقباً. فبكى الولد، فلما سمع الشيخ صوت بكائه خرج وقال له: من جاء بك إلى هنا؟ فقال له: أبى. فقال له: قم اجر والحقه، فقام وجرى

ولحقه، فأخذه أبوه إلى منزله وهو يمجد الله. حدث مرة أخرى أنهم أتوا بإنسان إلى الكنيسة وكان قد اعتراه جنون (به روح نجس) وصلوا عليه فلم يخرج لأنه كان صعباً. فقال الكهنة: ما الذى نفعله بهذا الجن لأنه لا يستطيع أحد منا يخرجه إلا أنبا سيرابيون. وإن نحن أعلمناه وسألناه امتنع عن المجئ إلى الكنيسة. فلنجعل هذا الرجل المعذب راقداً فى الموضع الذى يقف فيه ليصلى: فعند دخوله، نقول له يا أنبا سيرابيون. ايقظ هذا الرجل الراقد فى البيعة. ففعلوا كذلك. إذ انه لما دخل الشيخ ووقفوا للصلاة. قالوا له: أيها الشيخ: أيقظ هذا الرجل الراقد. فقال له: قم. وللوقت نهض معافٍ بكلمة الشيخ.

كان الأب نستاريون يتمشى فى البرية مع أحد الإخوة، فلما شاهد تنيناً هرب. فقال الأخ:" أأنت كذلك أيها الأب تفزع؟. أجاب الشيخ "لا، لست أفزع يا ولدي، لكن الهرب أوفق لى، ولولاه ما كنت قد خلصت من روح المجد الفارغ". فى حين أراد الرب أن يمجد ذلك الإنسان المتضع الهارب من المجد، فعليه أن يهرب من المجد داخلياً بأن يشعر على الدوام بعدم الاستحقاق لهذا المجد ويمارس مهامه بكل اتضاع ووداعة

تبكيت النفس.

الإنسان المتضع دائماً يحاسب نفسه ويبكتها ويرجع بالملامة على نفسه فى كل شئ. فمن تداريب تبكيت النفس أن يكون لنا وقتاً دورياً نحاسب فيه أنفسنا سنوياً فى رأس السنة وعند أول كل شهر وعند نهاية كل يوم. والإنسان المتضع فعلاً يحاسب نفسه ويبكتها لحظياً، ففى كل لحظة من لحظات حياته نجده يحاسب نفسه ويبكتها ويشعر بضعفه وتقصيره مهما وصل إلى درجات روحية عالية مثال ذلك القديس الشيخ الذى وهو على فراش الموت نجده يحاسب نفسه ويبكتها ويقدم توبة فسأله تلاميذه "أنت تحتاج إلى توبة يا أبانا " فأجابهم "اننى إنسان ولا أعلم هل أرضت طرقى الرب "وعندما قال هذا تنيح وفاحت رائحة ذكية اشتمها الجميع.

التدريب الثانى: فى تبكيت النفس الملازم للاتضاع هو أن نضع يوم الدينونة أمام أعيننا على الدوام ، ذلك الدود الذى لا ينام وتلك النار التى لا تُطفأ، حيث الظلمة الخارجية، وصرير الاسنان، حتى نبكت أنفسنا، ولوعلى الضعفات البسيطة وتقصيراتنا وهفواتنا.
هناك تدريب آخر يساعد على تبكيتنا لأنفسنا ، بأن نجمع خطايانا القديمة لكى نتذكرها على الدوام ونبكت أنفسنا عليها مهما وصلنا إلى درجات روحية عالية.

طلب أحد الإخوة من أنبا أمون الأسقف أن يقول له كلمة: فقال له الشيخ:" امض وتمثل فى فكرك دائماً حال فعلة الشر ، الذين فى السجون، فأنهم فى كل ساعة يسألون عن الوالى، أين هو ؟ ومتى يجئ؟، ومتى يجلس للحكم ؟. ومن شدة فزعهم يبكون. هكذا سبيل الراهب أن ينظر دائماً إلى نفسه ويبكتها قائلاً:" ويحى كيف أقف أمام منبر المسيح، وكيف أستطيع أن اجيبه، فإن كان يتلو ذلك دائماً فأنه يستطيع أن يخلص".

قال أحد القديسين:" الذى يلوم نفسه فى كل شئ فأنه يجد رحمة أمام الله إلهنا". وقال قديس آخر:" الطريق المخلصة هى أن يرجع الراهب باللائمة على نفسه" . ويقول القديس برصنوفيوس :" إن نحن اتضعنا فإن الرب يطرد عنا الشيطان ، لذلك يجب علينا أن نلوم أنفسنا فى كل حين ، وفى كل أمر ، لأن هذه هى الغلبة" . كما يقول أب آخر:" أشرف أعمال الرهبنة أن يحتقر الإنسان نفسه دائماً، ويرد اللوم عليها".

كذلك سأل أخ الأنبا بيمن :" كيف أستطيع ألا أقع فى الناس؟ . فقال:" إذا لام الإنسان نفسه ، فحينئذٍ يكون عنده أخوه أكرم منه وأفضل. وإذا ظن فى نفسه أنه صالح، حينئذٍ يكون عنده أخوه حقيراً ومهاناً ويقع فيه".

سأل أخ راهب شيخ، فى معنى تحقير الإنسان لنفسه، فقال له:" هو أن ترى كل الخليقة حتى البهائم أخير منك، وتعلم أنهم لا يدانون". وقال أنبا أوغريس:"رأس الحكمة هو ذلك الوقت الذى فيه تلوم نفسك وحدك".

ويذكر تاريخ الكنيسة أن البابا ثاؤفيلوس بطريرك الاسكندرية مضى إلى جبل نتريه، وجاء إلى أب الجبل، وقال له :" ما هو أفضل شئ وجدته فى طريقة جهادكم هذه يا أبتاه؟ !. فقال له الشيخ:" لا يوجد شئ أفضل من أن أرجع بالملامة على نفسى فى كل أمر". فقال له البابا:" بالحقيقة هذه هى الطريقة الفاضلة التى لا يوجد قط أفضل منها".

- عدم الإدانة.

من التداريب الهامة على فضيلة الاتضاع، عدم الإدانة . وهو أن ينظر الإنسان إلى خطاياه، كما قال السيد المسيح له كل المجد ، أن ينظر الإنسان الخشبة التى فى عينه. يقول أحد الشيوخ فى بستان الرهبان:" لو نظرنا إلى خطايانا لما نظرنا إلى خطايا غيرنا، لأنه من ذا الذى يدع ميته ويبكى على ميت غيره".

- **التدريب الثانى:** هو أن نضع أمام أعيننا قول الرسول يعقوب فى الرسالة التى تحمل اسمه :" لأَنَّ مَنْ حَفِظَ كُلَّ النَّامُوسِ، وَإِنَّمَا عَثَرَ

فِي وَاحِدَةٍ، فَقَدْ صَارَ مُجْرِماً فِي الْكُلِّ(يع 2: 10). وفيما أعتقد ليس هناك إنسان لا يخطئ ، كما يقول الكتاب. فعلى الإنسان الذى يريد أن لا يدين غيره، عليه أن يعرف أنه خاطئ يحتاج إلى توبة، واضعاً أمام عينيه قول الرسول بولس :" الْجَمِيعُ زَاغُوا وَفَسَدُوا مَعاً. لَيْسَ مَنْ يَعْمَلُ صَلاَحاً لَيْسَ وَلاَ وَاحِدٌ "(رو3: 12). أعتقد أن السيد المسيح ترك لنا بعض بقايا الإنسان العتيق – رغم موته فى المعمودية – حتى يشعر الإنسان بضعفه ويتضع.

- **التدريب الثالث:** هو معرفة خطورة الإدانة التى يمكن أن تؤدى بنا إلى نار جهنم. يقول القديس باسيليوس:" ماذا ينفعنى إذا أتممت الفضيلة كلها، ثم أقول لأخى{ يا أحمق} فأكون قد استوجبت نار جهنم. فلا تفرغ أفكارك فى استقصاء عيوب الناس وخطاياهم، ولكن تفرغ لتفتيش عيوبك وخطاياك". فآباؤنا القديسون قد وصلوا إلى درجات سامية فى العبادة والنسك ، وذلك لاتضاعهم ، وعدم ادانتهم نهائياً لأى شخص. فكلما تقدموا فى الروحيات ، نموا أيضاً فى فضيلة عدم الإدانة. فقد حدث فى عصر الانبا بيصاريون أن أخطأ أحد الإخوة فى الكنيسة فُطرد. فقام القديس بيصاريون: وخرج معه وهو يقول:" وأنا أيضاً خاطئ. إن كنتم قد حكمتم على هذا الأخ الذى فعل خطيئة واحدة ، أنه غير لائق لعبادة الله. فكم بالحري، أنا الخاطئ أن أفعل هذا. أنا غير المستحق الذى صنعت خطايا كثيرة".

✠ التعب والعمل بقدر الطاقة

العمل اليدوى والتعب بقدر الطاقة يجلب الاتضاع . لذا فالعمل اليدوى عند الرهبان كالصلاة والقراءة . فهو إلى جانب إنه يحل مشكلة الملل والضجر يساعد صاحبه على الاتضاع ، وخاصة إن كان العمل الذى يعمله من الأعمال المتضعة أو المتعبة ، لا سيما لو كان هذا العمل لأجل خدمة الآخرين ، لا لمصلحة شخصية. فالتعب يساعد على اتضاع الجسد ، وعدم جموحه وهدوئه وعدم ثورته. من أجل ذلك نسمع عن آباء كانوا يعملون بهدف العمل ، دون أن يستفيدوا من عملهم.

فى هذا الأمر يوصى الأنبا إشعياء الإسقيطى ، المبتدئين فى الرهبنة قائلاً:" اتعب نفسك واضطرها على العمل، وخوف الله يحل عليك. أعمل لكيما تعطى المساكين من عرق جبينك ، لأن البطالة موت وهلاك".

- فلأول تدريب على العمل الجالب للاتضاع ، علينا أن نقسم وقتنا فى أيام فراغنا من العمل سواء كنا رهبان أم علمانيين. فيكون وقت للصلاة، ووقت للقراءة، ووقت للعمل. وإن لم نجد عملاً ملائماً فعلينا بتنظيف المكان الذى نعيش فيه.

- **التدريب الثانى:** إذا كنت راهباً، فعليك بلختيار الأعمال المتضعة كلما أمكننا ذلك، مثل تنظيف المراحيض، أو العمل فى فرن الخبز، أو مجمع الأكل، أو النظافة.
- **التدريب الثالث:** هو أخذ المشورة فى العمل، سواء من رؤسائنا ، أوالمشاركين فى العمل، أو حتى من مرؤسينا. وفى ذلك يقول الأنبا إشعياء الإسقيطى:" كل عمل تؤديه لا تستح أبداً أن تسأل من يعلمك قائلاً:" اصنع محبة وأرنى... وخذ رأيه أيضاً فيما لو كان عملك جيداً أم لا".

الاتضاع هو أن يصنع الإنسان :" لاَ شَيْئاً بِتَحَزُّبٍ أَوْ بِعُجْبٍ، بَلْ بِتَوَاضُعٍ، حَاسِبِينَ بَعْضُكُمُ الْبَعْضَ أَفْضَلَ مِنْ أَنْفُسِهِمْ.(فى 2: 3). فللاتضاع هو الخضوع للشيوخ وبعضنا البعض ، فى ذلك يقول الكتاب المقدس:" أَيُّهَا الأَحْدَاثُ اخْضَعُوا لِلشُّيُوخِ، وَكُونُوا جَمِيعاً خَاضِعِينَ بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ، وَتَسَرْبَلُوا بِالتَّوَاضُعِ (1بط5:5). كما أن الاتضاع هو أن نكون مملوئين رأفة ولطفاً ووداعة وطول اناة "فَالْبَسُوا كَمُخْتَارِي اللهِ الْقِدِّيسِينَ الْمَحْبُوبِينَ احْشَاءَ رَأْفَاتٍ، وَلُطْفاً، وَتَوَاضُعاً، وَوَدَاعَةً، وَطُولَ اَنَاةٍ(كو 3: 12). كما أن الاتضاع هو الصبر على ما يأتى علينا فى كل الظروف :" مهما نابك فاقبله و كن صابرا على صروف اتضاعك (سيراخ 2: 4).

الإيمان والثقة فى الله.

قال القديس موسى الاسود :" اختبر نفسك كل يوم وتأمل فى أى المحاربات انتصرت؟! ولاتثق بنفسك بل قل:" الرحمة والعون هما من الله. ولا تظن فى نفسك انك أجدت شيئاً من الصلاح إلى آخر نسمة من حياتك".

ويقول أيضاً:" لا تستكبر وتقول طوباى، لأنك لا يمكنك أن تطمئن من جهة أعدائك. فلا تثق بنفسك ما دمت فى الجسد ، حتى تعبر عنك سلاطين الظلمة. فالذى يعتقد فى نفسه أنه بلا عيب فقد حوى فى ذاته سائر العيوب وإن لم يضع الإنسان نفسه فى مركز خاطئ، فلن تسمع صلاته أمام الرب".

ويقول مار اسحق:" لا تظن بنفسك أنك طاهر من الخطيئة، ولا تثق بنفسك ما دمت فى هذا الجسد، حتى تعبر سلاطين الظلمة".

ويقول أيضاً:" تذكر الذين هم أعلى منك فى الصلاح ، كيما تحسب نفسك ناقصاً بالنسبة لهم. واذكر أيضاً كيف سقط الأقوياء لكيما تتضع بصلاحك".

وقال أيضاً مار اسحق:"طوبى للإنسان الذى يعرف ضعفه، فان هذه المعرفة تكون له أساساً صالحاً ومصدراً لكل خير. لأنه إذا عرف

ضعفه، ضبط نفسه من الاسترخاء ، وطلب معونة الله وتوكل عليه. أما من لا يعرف ضعفه فهو قريب من سقطة الكبرياء".

لقد قال احد الآباء الشيوخ:" لا تظن أنك أكملت شيئاً من الخير، فتحفظ أجر برك". ويقول أخر "إذا صرنا فى السلام غير مقاتلين فسبيلنا أن نتضع كثيراً، لئلا نُدخل علينا فرحاً غريباً ، فنفتر وننسى ذلك إلى جهادنا ونتعظم فى أنفسنا فيتركنا من عنايته، ونسلم إلى القتال فنسقط، لأن الله لأجل ضعفنا، مراراً كثيرة يرفع عنا القتال".

كما قيل أيضاً:" إن جاءتك حسنة عظيمة وبدأت تفتخر، فانظر فى نفسك لعلك حفظت الوصايا، فتحب مبغضيك وتفرح بصلاح عدوك وتحزن أحزانه وتحسب نفسك عبداً بطالاً، وانك أخطأ كل الناس، ولا تفتخر إذا قومت كل صلاح، حيث أنه يجب أن تعلم أن هذه الحسنة تهلك وتبطل جميع الحسنات".

قال الانبا نستاريون:" إن اللص كان على الصليب وبكلمة واحدة تزكي، وموذا كان من جملة الرسل، وفى ليلة واحدة أضاع كل شئ، من أجل ذلك لا يفتخر أحد من صانعى الحسنات ، لأن كل الذين وثقوا بذواتهم سقطوا".

إن الاتضاع خلص كثيرين بلا تعب، أما تعب الإنسان بلا اتضاع يذهب باطلاً، لأن كثيرين تعبوا، فاستكبروا وهلكوا. لذلك قيل :" إذا نال إنسان طلبته، فلا يعجب بنفسه، بل يتضع بالأكثر، ويتعجب من رحمة الله". لقد قيل عن أب شيخ، أنه قد مدحته أفكاره لأجل أعمال قد صنعها من قبل، قائلة له بأنه قد أهل للرجاء وعدم الفساد مثلاً، فأجاب الشيخ أفكاره قائلاً :" إنى إلى الآن لا زلت سائراً فى الطريق، وباطلاً تمدحونني، لأنى لم أصل بعد إلى نهاية الطريق" . وتوجد قصة توضح خطورة أن يمدح أحد نفسه أمام الله ، حيث قيل عن شيخ، أنه أقام سنيناً كثيرة ناسكاً لا يأكل سوى خبزاً وملحاً مرة كل أسبوع حتى لصق جلده بعظامه، فقال له أحدهم :" يا أبى انك قتلت نفسك وحدك بكثرة التعب فكل شيئاً من الإدام[٦] لترجع إليك قوتك"، وبعد إلحاح أجابه الشيخ "لماذا تضطرنى إلى الكلام لأنى لو أكلت الرماد مع الطعام لا أستطيع أن أرضى الله لأنى عالم بما حصل لنفسى أنا شخصياً. إذ حدث مرة وأنا راقد، إذ أخذت إلى موضع الحكم، وكان كثيرون قياماً هنا ومن ههنا، وكنت واقفاً بخوف شديد. فقلت "اذكر يا رب تعبي "، وبقولى هذه الكلمة عوقبت على الفور، إذ قال للقيام "اخرجوا هذا "فدنا منى واحد وأدخل يده فى فمي، وقطع لساني، وجعله فى يدي، فاستيقظت وأنا مرتعد

---

[٦] غموس أو طبيخ مثلما قال السيد المسيح: يا غلمان هل عندكم إداماً

فوجدت يدى مطبوقة ففتحتها ظاناً انها ممسكة بلساني "فلما سمع الشيخ هذا الكلام أمسك عنه.

سأل الأنبا بموا الأنبا أنطونيوس عما يصنع لخلاصه ، فقال له :" لا تتكل على برك، ولا تصنع شيئاً تندم عليه. وامسك لسانك وبطنك وقلبك". وقديماً وفى سفر الخروج حذر الرب الإله شعب إسرائيل قائلاً " لا تَعْمَلُوا حَسَبَ كُلِّ مَا نَحْنُ عَامِلُونَ هُنَا الْيَوْمَ أَى كُلُّ إِنْسَانٍ مَهْمَا صَلَحَ فِى عَيْنَيْهِ. لأَنَّكُمْ لمْ تَدْخُلُوا حَتَّى الآنَ إِلى المَقَرِّ وَالنَّصِيبِ اللذَيْنِ يُعْطِيكُمُ الرَّبُّ إِلهُكُمْ"(تث12: 8 ــ 9). هكذا نحن لا يمكننا أن نثق فى برنا، قبل أن نصل إلى المقر والنصيب الدائم الذى لا يستطيع المجد الباطل أن ينزعه منا. وفى ذلك يقول القديس بولس الرسول فى رسالته لأهل رومية :" فَهُوَذَا لُطْفُ الله وَصَرَامَتُهُ: أَمَّا الصَّرَامَةُ فَعلى الذين سَقَطُوا وَأَمَّا اللُّطْفُ فَلَكَ إِنْ ثَبَتَّ فِى اللُّطْفِ وَإِلاَّ فَأَنْتَ أَيْضاً سَتُقْطَعُ. (رو 11: 22). فالتواضع هو أكثر الفضائل التى تدل على الثبات فى اللطف. فيجب علينا دائماً أن نتمسك به ولا نرخه مهما وصلنا أو أحسسنا ببرنا.

اخفاء التدابير وانكار الذات.

فى ذلك يقول مار اسحق السريانى:" ليكن معلوماً عندك أن كل خير لن يكون مقبولاً إلا إذا عُمل فى الخفاء". كما يقول القديس موسى

الأسود:" أشر الرذائل كلها أن يزكى الإنسان نفسه بنفسه.فمن ينكر ذاته يسلك فى سلام". كما قال أخر:" كما أن الكنز إذا ظهر نقص، كذلك الفضائل إذا اشتهرت وعُرفت تبيد وتهلك". لقد تحدثوا عن الرهبان المصريين أنهم كانوا يعتبرون أنه، إذا عرف الناس عملهم، فما كانوا يحسبونه فضيلة، بل خطية. يذكر التاريخ الرهبانى: أن امرأة كان لها وجع فى ثدييها سمعت بالأب أنبا لونجينوس فأتت إليه لتراه وتبرأ من مرضها. وكان يسكن فى دير بقرب الاسكندرية فلما صارت إلى الموضع جعلت تسأل عنه وتطلبه فصادفت القديس على شط البحر يجمع حطباً. فقالت له يا أبانا أين يسكن رجل الله أنبا لنجينا. فأجابها الشيخ وقال "ماذا تريدين من ذلك الكذاب المرائي" فقالت:" لى وجع وجئت إليه لكى أبرأ بصلاته. فقال لها :" لا تذهبى إلى ذلك الكذاب المرائي. ولكن أرينى ما يؤلمك ، فرشمها القديس بالصليب ومنذ ذلك الوقت برئت. فبعد رجوعها إلى الاسكندرية عرفت أنه هو القديس عينه.

عدم الجدال والرغبة فى الانتصار.

الإنسان المتضع لسان حاله يردد دائماً قول أحد الشيوخ المتواضعين:" أتمنى لو أكون دائماً مغلوباً باتضاع، لا غالباً بافتخار". وقال شيخ آخر:" لو كنا حكماء ونجعل أنفسنا جهالاً، فإننا نستريح ونتنيح. فقال له أخ: وكيف يجعل الإنسان نفسه جاهلاً وهو

حكيم؟. قال له الشيخ: إذا أنت قلت كلمة فى وسط الإخوة، وكانت تلك الكلمة حقاً وصواباً، ويتفق أن يقوم آخر ويقول كلمة كذب وغير صائبة، فأنك إن أبطلت كلمتك الصائبة، وأقمت كلمة أخيك الكاذبة، فتكون حكيماً، وقد جعلت نفسك جاهلاً من أجل الله".

عدم حب الزينة.

بالطبع الإنسان المتضع يكون متضعاً أيضاً فى مظهره الخارجى سواء فى ملبسه أو فى تزينة. ونحن لا ندعو إلى التهلهل فى اللِبَس، ولكن ندعو إلى الاعتدال ، وعدم الزيادة عن الحد. فالإنسان المتواضع يفعل الضرورى، ولا يزيد عليه، سواء فى الملبس أو الزينة. ومن المؤكد أن الاتضاع الخارجى يطفو على مظهرنا الخارجى. كذلك مظهرنا الخارجى يؤثر بالتأكيد سواء بالسلب أو الإيجاب على تواضعنا الداخلى ، كما يقول القديس مار اسحق السريانى:" المتضع بقلبه متضع بجسده أيضاً، والمتوقح بجسده متوقح أيضاً بقلبه". فالطريق الوسطى كما يقول البستان خلصت الكثيرين.

أمامنا فى هذا المجال القديس يوحنا المعمدان ، الذى شهد عنه السيد المسيح أنه أعظم مواليد النساء. كان قدوة لنا فى القناعة ، وفى اللباس، فكان ثوبه من وبر الإبل . كما نصح بأن لا يكون لنا ثوب

زائد عندما قال لسائليه قائلاً:" مَنْ لَهُ ثَوْبَانِ فَلْيُعْطِ مَنْ لَيْسَ لَهُ وَمَنْ لَهُ طَعَامٌ فَلْيَفْعَلْ هَكَذَا"(لو3: 11). والسيد المسيح نصح تلاميذه بنفس النصيحة أن: "لاَ يَكُونُ لِلْوَاحِدِ ثَوْبَانِ (لو 9: 3). والرب الإله عندما صنع ثياب لآدم وحواء، صنعهما من جلد فهو لم يهتم بمنظر الثياب بقدر ما اهتم بأهميته للحماية من العرى. إن لم نستطع تنفيذ وصية الثوب الواحد، فعلى الأقل أن نطيع وصية القديس بولس الرسول:" فإن كان لنا قوت و كسوة فلنكتف بهما (1تى 6: 8). أما من يكنز لنفسه فى اللباس والطعام ويبخل على الفقراء والمحتاجين، دل ذلك على عدم اتضاعه وحبه للافتخار والمجد الباطل.

لقد قُيل عن القديس الأنبا أرسانيوس، أنه لم يكن أحد فى البلاط الملكى الرومى يلبس أشرف منه، كذلك بعد خروجه إلى الرهبانية لم يكن أحد يلبس أحقر من لبسه. لذلك نجد العديد من أقوال الآباء فى وجوب عدم التزين، كشرط من شروط الاتضاع . وأن كانت معظم النصائح خاصة بالآباء الرهبان وقد لا ي ستطيع البعض تنفيذها. لذلك علينا فقط أن نعيش روح هذه النصائح والأرشادات من الداخل. فلا يكون الهدف من الملبس الاعتزاز بالذات ، أو الافتخار. ففى ذلك يقول القديس مار إسحق السريانى :" إن كنت تحب التواضع فلا تكن محباً للزينة، فمن يحب التزين لا يحتمل المحقرة والإزدراء ولا يسرع إلى ممارسة الأعمال الحقيرة، فخ ادم

الله لا يزين جسده. واعلم أن كل من يحب زينة جسده الخارجى فهو مريض من داخله حتى ولو كانت أعماله جليلة... فالرجل المتواضع لا يسر بمرأى الجموع المحتشدة ولا بالصخب والضوضاء ولا بالغنى والتزين والتنعم. بل فى كل حال تجد الفقر والعوز والقلة والحاجة محبوبة لديه".

كما يقول القديس باسيليوس الكبير:" ينبغى ألا يقصد الناسك ما حسن من اللباس أو الأحذية، لكى يختار التى هى دون. لأن الذى يريد أن يأخذ الأفضل ويدع لغيره الأنقص هو متكبر ، محب لزينة هذا العالم، بعيد عن التواضع وعن المحبة التامة... فينبغى للمجاهدين فى العبادة أن يتضعوا فى كل شئ، و ألا يهتموا للجسد إلا بكفافه، من أجل الأمور الضرورية. وه ذه الأشياء الحقيرة السهلة المنال، القليلة الثمن، بغير قلق ولاهم، ولباس الجسد من جملة ذلك... وإن كان يجب أن نجتهد فى أن نجلس فى المكان الأخير الحقير، فيجب أن نختار من اللباس أحقره".