

كنيسة مارمرقس  
القبطية  
الأرثوذكسية  
بمصر الجديدة

## الصلاة لذة الحياة

القس يوحنا باقى



صاحب الغبطة والقداسة  
البابا شنودة الثالث  
بابا الإسكندرية وبطريك الكرازة المرقسية الـ 117

**الكتاب : الصلاة لذة الحياة**

**المؤلف : القس يوحنا باقى**

**الناشر : كنيسة مارمرقس مصر الجديدة**

**الطبعة : الأولى أبريل 2007**

**المطبعة : دير مارمينا بمريوط**

**الجمع التصويرى: الناسخ السريع**

بطاقة فهرسة

فهرسة أثناء النشر إعداد الهيئة العامة لدار الكتب والوثائق القومية  
إدارة الشؤون الفنية

بأقى، يوحنا

كيف أرى الله / يوحنا بأقى

0 - ط 01 - القاهرة : كنيسة مارمرقس، 2006-04-01-56

ص ؛ 16 سم

1- التأمّلات (المسيحية) أ- العنوان 274.2

## مقدمة

وسط زحام الحياة يشعر الإنسان بالإرهاق. ومع ضغوط الحياة المادية تتجمد العلاقات مع الآخرين وتصير جافة إلى حد كبير وفعلية فى كثير من الأحيان. ويحتاج الإنسان إلى من يشعر به ويحبه لشخصه ويتعاطف معه وهنا يظهر الله؛ ليحنو على الإنسان ويسانده، بل ويحتضنه.

فيلتجئ الإنسان إلى الصلاة؛ ليتحدث مع الله دون قيود وهو مطمئن أنه سيسمعه ولا يمل منه، فيخشع قلبه ويحكي له كل مشاعره الداخلية. وعلى قدر ما تتعقد الحياة يزداد الاحتياج إلى الصلاة، فهى المنفذ للراحة وسط كل المتاعب. والمسيح بنفسه يعلم احتياجنا، إذ قال "تعالوا إلى يا جميع المتعبين والثقيلي الأحمال وأنا أريحكم" (مت 11: 28).

وفى الصلاة يتلاقى الإنسان مع الله وهو أعظم لقاء يحدث فى حياة أى إنسان؛ لذا أجمع الآباء القديسون على أن أهم عمل فى الحياة هو الصلاة، بل إن الصلاة - عندما يتعوذها الإنسان - تمتد لتغضى حياته كلها، فلا يستطيع أن يتركها وتتخلل كل أعماله وأفكاره وتمتزج بها، حتى أنه يشعر أن الصلاة هى عمله الوحيد؛ لأنها

تحتضن حياته وتضع بصماتها فى كل ما يعمله، فيصير نقياً، بل ورقيقاً فينعم بحياته على الأرض.

والصلاة هى العمل الوحيد فى السماء، حيث تبطل الماديات وكل ما يتعلق بها من اضطرابات ومشاكل، ولا يبقى إلا شخص المسيح، الذى تتعلق به كل القلوب بصلاة تدوم إلى الأبد.

نظراً لأهمية الصلاة - التى قد يلهينا الشيطان عنها بانشغالات العالم الكثيرة؛ ليفقدنا الشوق إليها - نقدم هذه التأملات المبسطة فى فاعلية الصلاة فى حياتنا، لعلها تحرك مشاعرنا، فنقدم نحو الصلاة بخطوات أكثر جدية؛ لنتمتع بالصلاة، أو بالأحرى نتمتع بحياتنا التى تغطيها الصلاة.

وإذا اقتنعت أيها القارئ بأهمية الصلاة واشتقت إليها، إبدأ سريعاً بتخصيص وقتاً كافياً للصلاة واستخدم كل الوسائل الممكنة للوصول إلى صلاة عميقة، سواء صلاة الأجيبة بمزاميرها الجميلة والتسبحة الكنسية، أو الصلوات الارتجالية والميطانيات وكل أمر يشجعك على الصلاة. إبدأ بصلاة ولو قصيرة وإن عاندك الجسد بالكسل، أو حاولت الظروف أن تشغلك فلا تتهاون، أو تتراجع، بل إغصب نفسك على الصلاة، عالماً أن هذه الصلاة التى تغصب

نفسك عليها مقبولة ومحبوبة، بل وغالية عند الله؛ لأنك تتعب فيها من أجل الوصول إليه.

ثم تيقن أن هذا التغصب سيزول ويحل محله التعود، فلا تستطيع أن تستغنى عن الصلاة، إذ تشعر أنها جزء من حياتك. وبعد ذلك تنتقل إلى المرحلة الثالثة والأخيرة وهي التلذذ بالصلاة، فتختبر أموراً لا يعبر عنها، فتقضى وقتاً مفرحاً مع الله، لا يعد من أوقات الزمان الحاضر، بل هي لحظات من الأبدية، تذوقها كعربون للملكوت.

أشكر كل من شارك في خروج هذا الكتاب ووصوله إليك أيها القارئ العزيز وأرجو أن يكون حافظاً لك نحو الصلاة العميقة، بشفاعات أمنا الطاهرة العذراء مريم وصلوات القديس العظيم مارمرقس الرسول كاروز ديارنا المصرية ومعها صلوات قداسة البابا المعظم الأنبا شنودة الثالث.

القس بوحنا باقى

عيد القيامة المجيد

8 أبريل 2007

## الباب الأول

### ما هي الصلاة ؟

لأن الصلاة هي أسمى شئ في الحياة وطريق كل من يبتغون ملكوت السموات، لذا اختبرها جميع أولاد الله وكتبوا وتكلموا عنها كثيراً، فهي تعنى أموراً روحية كثيرة وتغطي كل جوانب الحياة. نذكر هنا بعض تعريفات الصلاة، التي تختلف من شخص إلى آخر، بحسب اختباره للصلاة وإحساسه بالله، فالصلاة هي :-

#### (1) حديث مع الله :

كم هو عظيم أن يسمح الله لنا أن نكلمه، في حين أن رؤساء العالم لا يسمحون بهذا لكل إنسان ولكن الله بمحبته يفتح أبوابه لنا ويفرح بصلاتنا، ليس في أوقات معينة، بل في كل وقت. والأكثر من هذا أنه يدعونا للصلاة دائماً فيقول "صلوا بلا انقطاع" (1تس5: 17) ويقول أيضاً "ينبغي أن يصلى كل حين ولا يمل" (لو18: 1). فهو ينصت باهتمام لكل كلماتنا في الصلاة، مهما كانت ضعيفة أو متلعثمة، ويرد أيضاً علينا بطرق متنوعة، سواء في الكتاب المقدس، أو بتذكر آيات، أو معانى معينة، أو يسمعنا صوته على لسان

المحيطين بنا. فهو يجيبنا إما أثناء الصلاة، أو بعدها وهو يود أن يقيم حواراً معنا، إن كنا متمسكين به، محبين للحوار معه.  
(2) علاقة الإبن مع أبيه :

الصلاة هي ذهاب الإبن إلى أبيه؛ ليحدثه بكل احتياجاته. والأب يفرح أن يسد احتياجات إبنه ويحل كل مشاكله، فيتقدم الإبن بخشوع أمام أبيه العظيم. ولكن في نفس الوقت يتقدم بدالة وثقة في محبة أبيه ويطلب كل ما يريد منه، خاصة وأن الله يستحسنا لنسرع إليه في كل احتياجاتنا فيقول "اسألوا تعطوا، اطلبوا تجدوا، اقرعوا يفتح لكم" (مت 7: 7)، بل عندما نتهاون في الصلاة ينبهنا؛ لنطلب كل ما نريد منه، فيقول "إلى الآن لم تطلبوا شيئاً بإسمى، اطلبوا تأخذوا ليكون فرحكم كاملاً" (يو 16: 24). فالصلاة هي استجابة لطلبات الأبناء، وهي حديث الحب الخاص بين الإبن وأبيه، ليكفيه ويشبعه.  
(3) توبة التائبين :

هي باب التوبة المفتوح لكل الخطاة، مهما كانت خطاياهم عظيمة، أو متكررة وهو يقبل أولاده؛ ليمسح عنهم كل خطاياهم. والعجيب أنه بعد الصلاة الساجدة والدامعة - التي يسكب فيها

الإنسان نفسه، معترفاً بخطاياها المؤلمة - يشعر بارتياح شديد؛  
فيتخلص من كل اضطراب، بل وينال فرحاً بجانب السلام.

#### (4) محبة العروس :

هي علاقة حب خاصة على أعلى مستوى بين النفس البشرية  
- كعروس للمسيح - وبين عريسها السماوى. فهي تقترح أن تلقى  
بنفسها بين أحضانها وهو يعانقها بحبه ويقبلها، فيشبعها وتتذوق دسم  
حبه، الذى يعلو فوق كل عقل أو مشاعر بشرية.

#### (5) عمل الروحانيين :

الإنسان جسد وروح وكما يحتاج الجسد إلى متطلباته المادية -  
من غذاء وراحة - هكذا أيضاً الروح تحتاج إلى شبعها، الذى يتم من  
خلال الصلاة، لذا فهي دليل على روحانية الإنسان، بل تقاس  
روحانيته بمقدار محبته للصلاة.

#### (6) ينبوع الفضائل :

الصلاة كما قال الآباء هي العين التى تسقى جميع الغروس  
فى فردوس النفس، فهي مصدر الفضائل وهي التى تنميها وتنبئها.  
فعلى قدر محبة النفس للصلاة يهبها الله فضائل كثيرة، تنمو وتزدهر  
بازدياد علاقة الإنسان بالله من خلال الصلاة. فالمصلى يتمتع

بفضائل كثيرة دون أن يشعر، ينظرها من حوله ويفرحون برؤيتها فيه، بل يصير بركة لكل من يقابله.

فكل ممارسة روحية تساعد الإنسان على الإرتباط بالله وتنمى علاقته به هي طريق للصلاة، وفي النهاية تقودنا قراءة الكتاب المقدس والكتب الروحية وحضور الاجتماعات الروحية وكل خدمة وعمل رحمة إلى صلاة قوية، إذ أن هذه الممارسات تصبح بلا قيمة بدون صلاة.

#### (7) السماء على الأرض :

الصلاة هي تقديس الزمن الحاضر؛ ليسمو ويتقدس، فيصير من اللحظات الأبدية. فهي استعداد للسماء، بل شركة مع السمائيين وتمتع بالملكوت، الذي لا يعبر عنه وتعلو لذته فوق كل لذة أرضية. وبالتالي فالصلاة هي صداقة مع الله والقديسين، فهي عشرة السماء.

## الباب الثاني

### فاعلية الصلاة

إن أثار الصلاة فى النفس متعددة جداً وبركاتها يصعب إحصائها وهى تعمل فى الإنسان؛ لكى ما تجعله ابناً حقيقياً لله ومستحقاً لملكوت السموات. ونقدم لك فى الفصول التالية بعضاً من هذه البركات، التى يتمتع بها المصلى.

## الفصل الأول :

### حماية من الخطية

للخطية بريق خطف الأبصار ولذة تعمى القلوب، تدفع الإنسان للسعى نحوها والتعلق بها. ولكنه فى كل مرة يخطئ الإنسان يشعر بندم شديد وفقدان لسلامه وسرعان ما يكتشف أن لذة الخطية وقتية، تخلف وراءها من الألم والندم ما يفقدها زهوتها ولكن اعتياد الخطية وبعد الإنسان عن ينبوع خلاصه وسر شعبه الحقيقى - وهو الله - يجعله يسقط مرات ومرات ويتوالى سقوطه يزداد ابتعاده عن خالقه، هنا يحاربه الشيطان بأخطر خطية وهى اليأس، حتى يبتعد نهائياً عن الله ويظل تحت وطأة الخطية، يعانى من آثارها. والحل الوحيد الذى ينقذه من الخطية ويحميه منها هو الرجوع إلى الله والحديث معه فى الصلاة. فكيف تكون الصلاة حماية من الخطية ؟

#### 1- تكشف قبحها :

الصلاة ترفع الإنسان للحديث مع الله، فتنتقى مشاعره وبالتالي يبدأ باكتشاف خطأ الخطية، وتتحرك مشاعر الندم داخله، فيقدم توبة فى الصلاة ويطلب غفران الله.

## 2- لذة تبطل لذتها :

وباستمرار الصلاة يتدرج ارتفاع النفس عن كل شر، وإذ تتذوق حلاوة الله تشعر بلذة جديدة، تختلف تماماً عن لذة الخطية، بل تشعر بدناءة لذة الخطية، إن قيست باللذة الروحية فى عشرة الله؛ فيزداد ضيق الإنسان من خطيته ويتباعد عن مصادرها ويحاول أن يقاومها؛ ليحتفظ بمكانه الطاهر فى الصلاة.

## 3- سلطان عليها :

وباستمرار الصلاة تتقوى النفس بعلاقتها بالله وتشعر بسلطانها على الخطية وعلى إبليس مصدرها وأنها قادرة بالله أن تدوس الحيات والعقارب وكل قوة العدو، فينمو إيمانها بالله وتتقدم أمامه فى دموع الصلاة ومطانيات كثيرة، طالبة من الله أن يرفع عنها سيطرة الخطية، مهما كانت مستمرة لزمان طويل ومهما كانت صعبة ومخزية، ثم تقوم من الصلاة بمشاعر هادئة مطمئنة، واثقة من سلطانها على رفض الخطية والبدء الجديد.

#### 4- تطفئ بريقها :

وهكذا ترفع الصلاة الإنسان عن شهواته الشريرة ويكره الخطية، إذ يشعر بشناعتها؛ لأنها فصلته عن الله مدة طويلة وأفقدته تعزيات السماء. وعلى قدر تمسكه بالصلاة يزداد تنافره مع الخطية، فيتباعد عنها تدريجياً، حتى لا تعود تنثره وينطفئ بريقها الذي كان يلهب قلبه قديماً؛ لأن القلب قد استقر في الله بالصلاة وبدأ يتعود حلاوة عشرته.

#### 5- وقاية وحصانة :

وفي النهاية يجد المصلي أن الصلاة أصبحت حاجزاً واقياً له من الخطية، إذ أبعدت قلبه عن محبتها وربطته بمحبة الله وأصبحت طموحاته هي في معرفة الله، مما يزيد حرصه كل يوم، فيدقق ليرفض كل ما يؤدي به إلى الخطية، وتصير الصلاة حماية دائمة له من الخطية.

#### 6- بشارة ورجاء :

ثم يبدأ المصلي الذي تذوق حلاوة الصلاة - التي أنقذته من الخطية وتحميه كل يوم على قدر تمسكه بها - أن يبشر الآخرين بحلاوة الصلاة. وينقل الرجاء لكل البائسين الساقطين تحت الخطية،

فيشجعهم ليجاهدوا معه فى الصلاة، فيذوقوا هم أيضاً النجاة من الخطية المسيطرة ويتمتعوا بعشرة الله المخلص الفادى.  
7- تدقيق وتوبة :

لكن تذوق المصلى لحياة الطهارة والنقاوة وتباعده التدريجى عن الخطية، لا يجعله يتهاون مع الخطية، بل يزداد تمسكاً بالصلاة وحرصاً أكثر من ذى قبل من أن يسقط فيها. وإن سقط نتيجة ضعفه لا ينزعج؛ لأنه عرف الطريق إلى الصلاة، فيسرع مقدماً توبة بدموع أكثر مما كان فى حياته السابقة، واثقاً من رحمة الله، مما يدفعه للتقدم فى حياة البر وأعمال الخير والرحمة.  
8- أشواق المخدع :

وفى صراع الصلاة التائبة، يردد المصلى مزاميره وكل صلوات الأجيبة ويتعلق بالتسبحة ويسكب نفسه فى صلوات ارتجالية كثيرة. وإذ يعبر عن توبته بأشكال مختلفة، تزداد مراحم الله عليه؛ فيرفعه من كل سقطة، بل تتحول السقطة إلى ارتفاع جديد فى سلم الحياة الروحية؛ ليختبر أموراً لا يعبر عنها فى محبة الله.

## 9- القداس والاتحاد بالمسيح :

وفى طريق النمو الروحى يتمسك المصلى ليس فقط بصلوات  
المخدع - حيث يبكى بحرية أمام الله - بل أيضاً يتعلق بالمذبح فى  
القداس الإلهى؛ ليتناول جسد الرب ودمه، فيتقوى ويجاهد، بل وتصيح  
القداسات أسمى لحظات حياته.

## 10- مساندة القديسين :

وبازدياد ازدياد صداقته مع القديسين، فهم يشجعونه بصلواتهم  
وأحياناً ينبهونه إن تهاون، بطرق متنوعة لا يشعر بها سواه، فيتشجع  
أنه قد دخل فى جيش الخلاص، يعضده الذين سبقوه من القديسين،  
فيسرع بخطى قوية فى حياة التوبة.

## الفصل الثاني

### شبع وفرح

إن الشبع المادى لا يلبث أن يزول ويخلف وراءه احساساً بالجوع والحرمان، كما قال رب المجد للسامرية "كل من يشرب من هذا الماء يعطش أيضاً ولكن من يشرب من الماء الذى أعطيه أنا فلن يعطش إلى الأبد" (يو: 4: 13، 14). أما الشبع الروحى فيعطى استقراراً للنفس ويكفيها عن كل ما فى العالم. ولكن فى نفس الوقت يولد داخلها أشواقاً متزايدة نحو الله، دون اضطراب أو إحساس بالحرمان، بل نمواً هادئاً مفرحاً للنفس. هذا هو ما تدخلنا إليه الصلاة. فما هو تأثيرها على النفس؟

#### (1) تمنحها السلام :

بعد أن تتخلص النفس من خطاياها بالتوبة وتبدأ فى الشعور بالاستقرار، تتقدم أيضاً فى صلاة؛ لتلقى كل متاعها ومشاكلها أمام الله الحنون، واثقة من قدرته على حلها، فيزداد هدوءها، وتتمتع بسلام لا يعبر عنه، يدفعها دائماً إلى اللجوء للصلاة مرات كثيرة، كلما سقطت فى الخطية، أو تعرضت لمشاكل، أو استمرت الضيقات

حولها، فتستعيد راحتها. وهكذا تصير الصلاة المصدر الرئيسى للحصول على السلام الداخلى والقاعدة التى يرتكز عليها كل نمو روحى وكل شبع داخلى.

### (2) تعيدها إلى طبيعتها :

إذ تتحرر النفس - بالصلاة - من أثقالها، سواء الخطايا، أو المشاكل، تستطيع أن تستعيد طبيعتها فى علاقتها مع الله، فتنتقل للحديث معه؛ لتشعر بمشاعر نقية، أسمى من المشاعر الأرضية، فنفرح النفس بقاء حبيبها، الذى يقبلها رغم ضعفها ويمسح عنها خطاياها ويسندنا فى أوجاعها، فتطمئن، بل وتتلذذ بمساندته وتبدأ أولى درجات الشبع الروحى، من خلال عودة الحديث مع الله.

### (3) تجردها وتضبطها :

عندما تذوق النفس الماديات - كعطية من الله - وترى جمال العالم من خلاله، لا تعود تتجذب بشهوات العالم الشريرة، أو ببريق مباحه، فتشعر أن كل الماديات زائلة، بل لا تحبها؛ لأنها تعطلها عن الله، حتى تصل إلى إدراك كلمات الكتاب المقدس "محبة العالم عداوة لله" (بع:4:4). وهذا يدفع النفس إلى التنازل التدريجى عن

الماديات بالصوم وكل تدايب التجرد، فتستخدم كل شئ بمقدار وتفرح بهذا؛ لأنه يفسح الطريق لها، لتتمتع بالصلاة. وكلما ازدادت الصلوات ترتفع عن الماديات، فتقبل كل شئ بشكر ولا تتزعج من نقص أى شئ منها. وعندما تفعل هذا يزداد انطلاقها فى الصلاة، أى أن التجرد ينمى الصلاة وهى بدورها تحفر فى النفس روح التجرد.

(4) تقبل الماديات بروحانية :

بعدها تتضبط النفس فى استخدامها للماديات، ترتفع إلى درجة أعلى بالصلاة، فترى أن كل ما تستخدمه من الماديات هو عطية إلهية وتصبح للماديات - مهما كانت زهيدة - قيمة كبيرة جداً؛ لأنها نعمة من الله، فتأكل وتشكر الله وتستخدم كل شئ مادي بفرح، لأنه من يد الله. حينئذ تعتاد النفس أن تحكى لله كل ما يمر بها فى يومها؛ لتشركه فى حياتها وتطلب تدخله وتتمنى أن يتخلل كل أعمالها وكلامها وأفكارها، فيتضح هدفها من حياتها، أى يصبح الله هدف كل شئ وبواسطته تنال القوة على أداء كل شئ، بل أكثر من هذا تعمل كل شئ فيه، فيصير الله هو كل حياتها، ومن خلاله تعيش كما قال بولس الرسول "لى الحياة هى المسيح" (فى 1: 21). وهكذا

بالصلاة يصبح كل ما فى النفس روحانياً وكل ما ينتج عنها فى تعاملاتها مع الآخرين محوطاً بعمل الروح القدس، فلا يرى الناس إلا صورة الله منطبعة على هذا الإنسان المصلى، أى يصبح الإنسان كله روحانياً.

#### (5) تطلب خلاصها :

تتشغل النفس بحبيبها المسيح وتتلذذ بالحديث معه، أحلى من كل أحاديثها العالمية ويتكرر الصلاة تتطبع صورة المسيح فيها؛ فيزداد اشتياقها إليه وتسعى - رغم محدوديتها - إلى حبيبها غير المحدود، فتتقدم فى طريق معرفته وتدخل إلى أعماقه، منقادة بروحه القدس الساكن فيها؛ فتشبع وتختبر أموراً لا يعبر عنها "الروح يفحص كل شئ حتى أعماق الله" (1كو2: 10). وفيما هى تنمو وتشبع، يتساقط عنها ما بقى من اهتمامات أرضية؛ ليزداد امتلاؤها بالله، فتتعلق بالصلاة؛ لأنها حياتها وخلاصها وهكذا تسرع نحو الأبدية بخطى واسعة.

## (6) تسبيح وتمجد :

بتعمق النفس فى معرفة الله ينكشف أمامها جماله؛ فيسببها ويرفعها إلى تسبيح اسمه القدوس، منبهرة بحبه؛ فتتعلق به وتردد اسمه بفرح، وفى نفس الوقت تشعر بعظمته ومهابته؛ فتخشع أمامه باتضاع. ويمتزج شعور دالة البنوة مع الخشوع أمام عظمته ويخرج الشعوران فى تسبيح وتمجيد، يرتفع إلى السماء ويخترق الصفوف؛ ليجد مكان بين الملائكة، فتفرح النفس بلقيا الله، وهذا هو قمة الشبع، الذى إذ تذوقه النفس لا تريد أن تنزل إلى الأرض، بعدما اختبرت حلاوة السماء. وإذا نزلت إلى أعمال الأرض بسبب وجودها فى الجسد، لا تستطيع أن تتوقف عن تسبيح الله ولو بكلمات قليلة أثناء يومها؛ لأن التسبيح أصبح غذاؤها وتشتاق إلى الليل؛ لتنفرد بحبيبها الرب يسوع؛ فتعطيه كل أشواقها ومحبتها. وهكذا تتحول أرضها إلى سماء وتتغذى فى الليل والنهار بتسبيح اسمه القدوس.

### الفصل الثالث

## طهارة الحواس

للإنسان خمس حواس، هى النظر والسمع والشم واللمس والتذوق. وبهذه الحواس يدرك المجتمع المحيط به ويستوعب ما فيه، فهو الصلة بين الإنسان والعالم الذى يعيش فيه.

ولكن توجد حواس داخلية، بها يتصل الإنسان بالله والسمايين من ملائكة وقديسين، أى كما أن للجسد حواس، كذلك الروح أيضاً لها حواسها. ونجاح الإنسان الروحى، أن تقود حواسه الروحية الحواس المادية وعلى العكس فحواس الإنسان الجسدانى المادية تسيطر على حواسه الروحية، فيكون أقرب إلى الحيوان منه إلى الإنسان السامى، الذى خلقه الله ليحيا معه. فكيف تساعد الصلاة على طهارة الحواس المادية والسمو بها؛ وكيف توحدنا مع الحواس الروحية التى فى داخل الإنسان؟

### 1- إنشغال بالله :

إن الروح بطبيعتها تميل إلى الله خالقها، إذ أن الإنسان قد خلق على صورة الله ومثاله، وبالتالي كلما نمت الحواس الروحية،

استطاعت أن تدرك الله. فبالصلاة ترى الله وتدرك وجودها أمامه، فتفرح بلقياه، مما يعزبها ويشجعها على الاستمرار فى الصلاة. وتسمعه أيضاً، حينما يلقى بأفكار فى داخلها، مثل تذكيرها بآيات معينة، أو أفكار روحية تعلمتها من قبل، فتشكره على كلماته وتستمر فى حوارها معه. وتستطيع الروح أيضاً أن تشتم رائحة الله وهى تسبحة وتتذوق حلاوته، بل تشعر كأنها تلمسه وتمسك به ولا تريد أن تتركه. هذه هى الصلاة العميقة، التى إذا دخل إليها الإنسان تفرح قلبه جداً ويتمسك بها ولا يريد أن ينهى الصلاة من فرط سعادته.

## 2- إبتعاد عن الشر :

إذا ذاقت الحواس الروحية حلاوة الله، ولو جزئياً - أى للحظات قليلة سواء فى صلاة المخدع، أو الصلاة الجماعية - فإنها تؤثر على الحواس المادية، فتعطيها أولى درجات التطهير، إذ تبدأ الحواس المادية بإدراك خطأ الخطية وينكشف أمامها خداعها من لذات وبريق؛ فتتضايق منها وتحاول الابتعاد عنها، أى تريد الحواس رؤية وسماع كل ما هو نقى من الخطية. وتكون البداية هى رفض الشرور الواضحة، ثم مع النمو فى طهارة الحواس نكتشف أيضاً، بل وتتبع عن الشر، الذى يتخلل الماديات الطاهرة، مثل أن ترفض أولاً

رؤية الأفلام النجسة الشريرة، ثم عندما تزداد فى الطهارة، ترفض أيضاً الأفلام التى بها بعض مناظر سيئة، لأنها بتعودها الصلاة وارتباطها بالله تنمو فى داخلها كراهية للخطية - حتى ولو كانت صغيرة - فتتباع عنها، وهكذا تنتقى الحواس الخارجية تدريجياً، حتى لو خسرت تسليات ومتع مادية كثيرة، مما ينشغل بها كل المحيطين، بل وتشعر بفرح؛ لأنها تنتقى من هذه الشرور ولا تشعر بالخسارة؛ لأنها بهذا تستطيع أن تواصل صلواتها وتمتعها بحبيبتها الرب يسوع.

### 3- حياة الشكر :

وبتعود الإنسان الصلاة، يدرك الله بحواسه الداخلية ويفرح بلقياها. وعندما يترك وقفة الصلاة ويتعامل مع المجتمع المحيط به، لا يستطيع أن يخرج عن روح الصلاة، فيرى أن كل الماديات التى يحصل عليها هى عطية من الله؛ فيشكره عليها، ويرى الله فيها؛ فتزداد قيمتها فى نظره؛ لأنها من الله، فيزداد تمتعه بها، ليس فقط التمتع الحسى، بل تمتعه كإنسان - بكل كيانه روحاً وجسداً - بالله العاطى. ويدفعه هذا للوقوف أمام الله فى الصلاة؛ ليشكره على عطاياه، بل طوال اليوم يسبح الله، ويمجده من أجل عنايته به. وهكذا تزداد طهارة الحواس برويتها الله فى عطاياه الجيدة، التى تشبعها.

وحتى عندما تدرك النفس أن هناك أموراً معاكسة لرغباتها لا تعود تنزعج، لأنها تدرك بحواسها الداخلية أن إلهها - ضابط الكل - يدبر لها الخير من الضيقات التي تمر بها؛ فتقبل وتشكر الله أيضاً على ما يعاكس رغباتها، وتلتجئ إلى الله طالبة المعونة؛ لاحتمال الضيقات ويمتدح طلب المعونة بالشكر، لثقة النفس في محبة الله.

ومع نمو حياة الشكر، لا تقبل النفس الضيقات فقط، أو تشكر عليها، بل تصل في النهاية إلى الفرح بالضيقات، كما يقول معلمنا يعقوب الرسول "احسبوه كل فرح يا إخوتي حينما تقعون في تجارب متنوعة" (يع 1: 2). وهذا يجعل الصلاة تتطلق نحو الله في تسبيح مستمر في كل الأحوال ويعجز إبليس عن تعطيل النفس عن الصلاة؛ لأن الحواس أصبحت طاهرة تماماً.

#### 4- رؤية فضائل الآخرين :

النفس التي ترى الله في عطاياه، تريد أن تراه في كل الوجوه المحيطة بها؛ لأنها أحبه وتريده دائماً معها؛ لتستمر متمتعة بحديثها في صلوات لا تنقطع، فتبحث عنه في فضائل الآخرين؛ لأن كل فضيلة هي من ثمار الروح القدس، التي يهبها لكل البشر الذين يطلبونه سواء من المسيحيين أو غيرهم ولكن يمنحها بشكل أعمق

لأولاده. فالنفس المصلية تفرح بلقاء الله فى كل فضيلة وبالتالي تحب أصحابها. ولأن كل إنسان لا يخلو من فضيلة، فتحب الجميع وترى الله فى الكل وخاصة القديسين، الذين يعيشون بيننا وتقتدى وتتعلم من الكل، فتقترب من الله، ليس فقط بالصلاة ولكن أيضاً بتغير سلوكها، فتحاول اقتناء هذه الفضائل ويزداد عمل الروح القدس فيها، فيلهب قلبها نحو الله بأشواق متزايدة تعمق صلواتها. وبهذا تقود الصلاة الحواس الطاهرة؛ لتفرح برؤية الله، أينما وجدت مع جميع البشر.

وعندما ترى النفس المصلية الأشرار تصلى لأجلهم؛ حتى يبذل الله شرورهم بفضائل؛ فتزداد فضائلهم. وتظل الحواس الطاهرة ترى الله فى الأبرار والأشرار وتطلب نعمته للكل، فتزداد هى فى حبه الله وانطلاقها فى الصلاة.

##### 5- إدراك الله فى العالم :

النفس المصلية لا تكتفى برؤية الله فى البشر ولكن لاتصالها المستمر بالله، تريد أن تراه فى كل العالم المحيط بها، فى النباتات والحيوانات والطبيعة، التى تحدث بمجد الله وتخبر بعمل يديه. فترى يده التى تعطى حياة لكل كائن حى وتكتشف أسرار الله المخفية فى خلقته، فترى الحبة التى لا بد أن تموت، لتعطى حياة فى النبات

الخارج منها، والنخلة المرتفعة تمتد أغصانها نحو السماء، كذراعى المصلى. وترى أبوة الله فى رعاية الحيوان لصغاره، وترى الطاعة الكاملة فى تحرك الأجرام السماوية. فتفرح مع بولس الرسول، الذى يعلن وجود الله فى الطبيعة، حينما يقول "لأن أموره غير المنظورة ترى منذ خلق العالم مدركة بالمصنوعات قدرته السرمدية ولاهوته" (رو1: 20). وبهذا لا تتطهر الحواس فقط، بل تتقدس، فلا ترى إلا الله فى كل شئ حولها، فيحدثه ويحدثها من خلال هذه المخلوقات ويزداد ارتباطها به.

#### 6- قداسة الحواس :

فى نهاية طريق تطهير الحواس، عندما تتطابق الحواس الداخلية المنشغلة بالصلاة مع الحواس الخارجية، تصبح الأخيرة أدوات طيبة فى يد الله، فنتشغل بالله وتبحث عنه فى كل ما حولها ولا تريد أن ترى غيره، أو ترى كل شئ من خلاله وتصبح الحواس مطيعة لله، يحركها حسب مشيئته، مما يملأها فرحاً، لعمله السخى فى داخلها، فتشكره وتمجده. وتصبح النفس نوراً للعالم وملحاً للأرض،

أى الصورة الحقيقية للإنسان كما أراد الله، يرى الله فى كل شئ  
ويجمع الكل ويقودهم فى تسبيح الله.

## الفصل الرابع

### اتكال وتسليم

إن تقلبات العالم لا تنتهي، فهو متغير بطبيعته وقوى العالم المادى تحركه، فى شكل رؤساء العالم وأصحاب المصالح، الذين ينتشرون حولى فى كل مكان. فكيف أواجه كل هذه القوى وأشق طريقاً بينها ويكون لى مكان وسط هذا الزحام الشديد ؟ إلا بالاتكال على الله؛ فيسندنى بقوته، بل عندما أتحير أمام أفكار العالم الكثيرة، أجد راحتى فى تسليم حياتى له، ليقودها بهدوء، مهما كانت الزوابع المحيطة. وطريقى إلى الإتكال والتسليم هو الصلاة وكلما تحدثت معه يزداد اتكالى عليه. فكيف توصلنى الصلاة إلى الاتكال والتسليم !؟

#### 1- قدرته وحبه :

الصلاة تثبت إيمانى بالله خالق الكل وضابط الكل. فعندما أشكره على عطاياه وتدبيراته لحياتى، أشعر بحنانه فى رعايته واهتمامه بى، مما يشجعنى أن أطلب منه كل احتياجاتى وأضع أمامه مشاكلى؛ فأرى يده القوية الحانية تتدخل، لترفع عنى أثقالى وتحل

مشاكلى، مهما كانت صعبة. وعندما يتأخر حل المشاكل تزداد صلواتى وأتشبث به بلجاجة، حتى يتدخل. وفى النهاية أرى عمله العظيم، فيثبت إيمانى بقدرته وحبه ولا أعود أضطرب، مهما تحركت الدنيا حولى، أو حتى واجهتنى مخاوف وتهديدات، فهى بلا قيمة لأن الله معى.

ومن ناحية أخرى تدفعنى الصلاة للتأمل المستمر فى أعمال الله واهتمامه بالبشر وعلى وجه الخصوص فى رعايته لى، مما يعلق قلبى به، فأحب الوجود معه؛ لأنه أعلى من كل البشر فى نظرى ولا أتضايق، إذا انشغل الناس عنى، بل أفرح بابتعادهم؛ لأنه يقربنى إليه ويجعله يكشف لى - فى الصلاة - أسراراً جديدة من أعماله الإلهية، فأتمتع وأفرح به.

2- تسليم له :

بأفكارى البشرية أحاول قيادة حياتى ولكنى أواجه عقبات كثيرة تعترضنى وأعجز عن حلها فى أوقات كثيرة وأحياناً أخرى أتحير فى اختيار الطريق الذى يناسبنى؛ لعجزى عن معرفة المستقبل، فتحوط بقلبى المخاوف. وفى النهاية أنتبه، فإذا بى قد عزلت نفسى عن

مصدر قوتى وراحتى وهو الله، فأعود إليه وأرفع صلواتى، لينقذنى ويسندنى. وإذ أتذكر أعماله السابقة معى ومحبتة التى لا توصف، أطلب منه أن يستلم حياتى ويقودها بنفسه، لأنى عاجز عن قيادتها. وفى نفس الوقت أثق فى أبوته ورعايته. وهكذا أستعيد راحتى، بل أتفرغ للتمتع بحبه، فتزداد صلواتى وحينئذ تفيض على مراحم الله وأختبر بركاته، مما يزيدنى تسليماً وشكراً على عنايته بى.

### 3- إستناد عليه :

عندما أرى الناس حولى يبحثون عن علاقات مع الرؤساء وذوى المراكز من ناحية وأرى دور المال فى قيادة العالم كله من ناحية أخرى، وكيف يجذب نفوس البشر، ليتعبدوا له دون أن يشعروا، أنساق ولو قليلاً معهم، فأستند على المال والمركز والصحة وكل الإمكانات البشرية؛ لأستطيع مواجهة الحياة.

لكن للأسف يظهر عجز كل ما أستند عليه فى المواقف الصعبة، مما يجعل الشيطان يثير فى داخلى أفكار اليأس والإحباط. وتزداد صعوبة الأمر، عندما أجد الناس كلهم يجرون فى هذا الاتجاه المادى ويتفاخرون بما يعتمدون عليه، رافعين شعار "اللى معاه قرش

يسوى قرش"، ولكن يظهر حنان الله، الذى ينير ظلمة حياتى ويدعونى للاتكال عليه، فأختبر نوعاً جديداً من المساندة، تتميز بأمرين واضحين عن كل قوى العالم وهما :

1- يصاحبها سلام داخلى لا يشويه أى انزعاج.

2- تؤدى إلى البنيان لا الهدم، سواء لنفسى أو للآخرين.

وهنا التجئ إلى الصلاة وأتمسك بها وأستند على الله، ليس فقط فى المواقف الصعبة ولكن فى كل أمور حياتى؛ فأطلبه قبل كل عمل وأثناءه؛ ليتدخل ويعمل فىّ وبى، ثم أشكره بعد ذلك، مما يزيد استنادى عليه. وهكذا تجعلنى الصلاة أستند على الله، ثم مساندة الله تدفعنى للصلاة، حتى يصبح الله سندی فى كل شئ فأحيا مطمئناً.

4- قبول مشيئته :

بعدهما أختبر مساندة الله لى ويزداد ثباتى فى الإيمان به، أواجه مشكلة، وهى أن بعض طلباتى لا تستجاب، فأتضايق لعدم تحقيق رغباتى، حتى بالرغم من الصلوات الكثيرة واللجاجة بإيمان؛ لحل مشاكلى وتحقيق طلباتى، ويبدأ التذمر فى التسلل إلى نفسى. ولكن لتعودى الصلاة، أطلب معونة الله فى هذا المأزق النفسى، فأجد حنانه

العجيب يعطينى راحة، لقبول مشيئته المعاكسة، التي كنت أكاد أتدمر عليها، أو سقطت فعلاً فى التدمر، فتهداً نفسى.

ويتكرر ضيقى من عدم تحقيق مشيئتى، ثم الصلاة، فيعطينى الله هدوءاً وقبولاً لمشيئته، أجد نفسى تلقائياً ازداد إيماناً بتدبير الله لحياتى، فأصلى إليه طالباً معونته وحينئذ يحررنى تدريجياً من مشيئتى الخاصة، فأتنازل عن رغباتى وعندما أصلى وأطلب أى شئ منه، ألحقه سريعاً بصلاة "لتكن مشيئتك" (مت6: 10)، لأنى أعلم أن مشيئته أفضل من مشيئتى. وهكذا تتطابق المشيئتان؛ مشيئتى مشيئة الله، فتصبح مشيئته هى مشيئتى، فأقبل كل ما يديره لحياتى وأنفرغ أنا للتمتع بحبه، فى صلوات كثيرة وتصبح حياتى مستقرة هادئة، منشغلة فقط بالنمو الروحى وخدمة الآخرين.

#### 5- فرح بمعاينته :

بالصلاة أحيا حياة مطمئنة وسط ضجيج العالم وأعبر فوق عقباته بلا انزعاج، فيهدأ ذهنى من ثورة الأفكار الشريرة وينشغل بمحبة الله، مما يكشف عن عينى، فأعابن أعماله الكثيرة معى، فأفرح

وأشكر الله وعندما أشكره تزداد عطاياه؛ فيزداد فرحى وصلواتى. وبالتدريج أكتشف محبة الله التى لا توصف، فانشغل بشخصه عن عطاياه، أو أراه فى عطاياه أكثر من انشغالى بالعطية نفسها. وحينئذ يكشف لى أسراره ويدخلنى إلى الأعماق، لأعابن مجده وأجد لذتى فى معيته وعشرفته، مما يرفعنى فوق كل ألم وأحيا فى فرح لا يعبر عنه، هو تشجيع إلهى؛ لأنشغل بالأبدية السعيدة وأستعد لها، فأحب الصلاة؛ لأنى أختلى فيها به، حتى أنعتق من قيود الجسد وأنطلق لأكون معه فى السماء.

## الفصل الخامس

### تواضع وانسحاق

إن كانت الكبرياء هي الخطية الأولى التي سقط فيها أبونا آدم وحواء، فإن التواضع هو الفضيلة التي يرتكز عليها جميع الفضائل، فهو الأرض التي تنبت فيها جميع الغروس الحسنة، كما قال الآباء. إذن فالالتضاع هو ضرورة حتمية لخلاص نفسى، ينادينى إلهى مع كل المؤمنين للاقتداء به، حينما يقول "تعلموا منى لأنى وديع ومتواضع القلب فتجدوا راحة لنفوسكم" (مت 11: 29) فكيف تدخلنا الصلاة إلى التواضع؟

#### 1- مجده العظيم :

فى الصلاة يقف الإنسان أمام الله المهوب، الذى تحيط به ملائكته ويغطون وجوههم من بهاء مجده، فلا يستطيع أحد أن ينظر إليه من فرط عظمته. والأربعة وعشرون قسيساً - هذه الطغمة الملائكية العالية - يخلعون أكاليهم الذهبية من على رؤوسهم ويسجدون أمامه فى خشوع، صارخين قدوس قدوس قدوس. فكيف تدخل نفسى الضعيفة هذا المحفل العظيم، لترفع صلواتها أمام الله؟!!

إنه حنان الله الذى يشجعنى على الوقوف أمامه والسجود بين يديه. وكلما تأملت عظمة الله - الذى يثبت فى داخلى بكثرة الصلوات - أشعر بضعفى، فأتضع أمام مجده، عالماً أنى لا شئ أمام مجده العظيم، كما اتضع أمام الله كل من رأى مجده، مثل أشعياء وحزقيال وكل الأنبياء ورجال الله الذين عاينوا فى الصلاة شيئاً من مجده، مما يجعلنى أقترب فى خشوع أمامه كل يوم وأحنى رأسى طالباً بركته. ولكن فى نفس الوقت إذا أتمتع بهذا اللقاء الإلهى العظيم لا أريد أن أتركه؛ لأنه أعظم من أى لقاء فى العالم، فأقبل على الصلاة، التى من خلالها يزداد اتضاعى يوماً فيوم.

## 2- حبه اللانهائى :

يشجعنى على الوقوف فى الصلاة أمام الله محبته وترحيبه بى، رغم ضعفى وحقارتى، بل دعوته لى مع كل أولاده؛ للتمتع بالوقوف أمامه، فأنا لست مقتحماً لمجلس الله العلى، بل مدعواً من عظمته للتمتع بحضرتة، فأتشجع وأقف أمامه وأرفع صلواتى مع الكنيسة كلها، بمزامير وتسابيح كل يوم، فى ساعات النهار والليل، كما تعلمنا صلاة الأجيبة، بل أكثر من هذا، يشجعنى حبه أن أحكى

له كل تفاصيل حياتى وأطلب تدخله فيها وهو بحنانه يسمعنى باهتمام ويشجعنى أن أطلب منه كل احتياجاتى. ولكن ينازعنى شعوران، الشعور الأول هو انجذابى إلى حبه وأبوته، فأريد أن أحكى له كل ما فى داخلى. والشعور الثانى هو إحساسى بعظمته وتفاهة كل ما أنطق به، مما يولد داخلى انسحاق شديداً. ولكن يختلط الشعوران معاً، فأتقدم أمامه بدالة البنين واتضاع العارفين بمجده.

ولكن العجب يظهر فى حبه الذى يرحب بى، رغم تلوثى بخطايا كثيرة، فيدعونى للتوبة، بل يعلن فرحه بى وبتوبتى أكثر من صلوات كثيرة مرفوعة أمامه، عندما يقول "هكذا يكون فرح فى السماء بخاطئ واحد يتوب أكثر من تسعة وتسعين باراً لا يحتاجون إلى توبة" (لو 15: 7). ثم يمد يده، ليمحو كل خطاياى، بل ويمسح أيضاً دموعى وأحزانى، التى سببتها الخطية، فيزداد انسحاقى أمامه، لكثرة مراحمه وحبه اللانهائى، الذى يبتلع ويمحو كل آثامى، فأسبحه وأمجده.

### 3- تواضعه يخجلنى :

كلما وقفت فى الصلاة أمامه أفرح بلقياه ولكنى أتعجب لاتضاعه، ليس فقط فى تجسده واحتماله الآلام على الصليب من أجلي ولكن فى قبوله أن يسمعى كل يوم وفى كل وقت. فإن كان هو العظيم بهذا المقدار يتضع هكذا، فكم بالأحرى يلزمنى أن أتضع أمامه؟! ولأنه غير محدود، فاتضاعه لا يمكن أن تعبر عنه الكلمات، فكلما وقفت أمامه فى الصلاة أنسحق تلقائياً؛ لأنى أخجل من اتضاعه، خاصة وأنى أشعر بحنانه يقترب منى. وعندما أسير فى طريق حياتى، أجدّه يرافقتنى؛ فأفرح وأتضع وأقول فى نفسى، من أنا حتى يسير الله معى. وهكذا يسمر باتضاعه الانسحاق فى داخلى كلما وقفت أصلى أمامه وعندما أرفع قلبى إليه وفى كل خطواتى.

### 4- تواضعى أمام أولاده :

بتعودى الصلاة أعود الاتضاع، فيصبح أحد طباعى، لأنى أطلب الله كثيراً أثناء يومى، أختبر الاتضاع المستمر ولا أستطيع أن أخرج عن هذا الاتضاع، عندما أتعامل مع إخوتى البشر؛ لأن الاتضاع أصبح جزءاً منى، فأقبل أن يتقدم الناس عنى فى الكرامة

وأميل إلى الخفاء فى عبادتى وأعمالى الصالحة، التى ينعم علىّ الله بها، بل وأكثر من هذا، أشعر أن الجميع أفضل منى، فأتعلم من الكل وأتلمذ على أيديهم، فيكشف لى الله عن محبته، فأتضع أكثر وأكثر.

ولأنى قد تعودت الوجود فى حضرة الله، فعندما أتعامل مع الآخرين أشعر أنهم أولاده، لأنى أرى كل شئ من خلاله وحينئذ أتضع أمامهم لأنهم منه، فأطيعهم وأساعدهم وأخدمهم، مقدماً خدمتى له من خلالهم.

ويتعاضم عمل الله المتضع معى عندما أتضع أمام الآخرين وأكون عند أقدامهم، فأشعر به بجوارى، يغسل أقدام الكل، أى يكشف نفسه لى عندما أتضع، فمن ناحية أتعجب من اتضاعه ومن ناحية أخرى أختبر محبته أكثر من أى وقت آخر؛ لأنه يعلن نفسه بشكل خاص للمتضعين، كما أعلنت العذراء فى تسبحتها (لو 1: 46: 46-55).

## 5- إحتمالى لآلامه :

إذ أختبر محبته وعشرته فى الاتضاع، ينجذب قلبى إليه ويسينى حبه، فأستهين بكل الأتعاب من أجله وأحتمل الإهانات من الآخرين وأتنازل عن رأى بسهولة وأقبل إهمال الناس لى، لأنى مشغول بأعظم شئ فى الوجود وهو التمتع بعشرة الله. وبهذا يحفر الله فى قلبى اتضاعاً لا يمحي، لأنى أراه فى كل الأتعاب وأفرح ببنوتى له، من خلال حمل صليبه وأصلى طالباً معونته؛ لاحتمال الآلام وفى نفس الوقت أشكره؛ لأنه جعلنى مستحقاً أن أشاركه آلامه، فيكون لى مجد معه فى السماء.

## الفصل السادس

### محبة للآخرين

الصلاة ترفع الإنسان من أنانيته، ليحب الله الغير محدود ويشبع من حبه. وإذ ينسى الإنسان نفسه، تفيض مراحم الله عليه ويحتضنه، فيتقدس في الله ويمتلئ بمحبته، فينفتح بسهولة على الآخرين ليحبهم، أو بمعنى أدق يقدم لهم محبة الله؛ ليثبوعوا ويتقدسوا هم أيضاً في الله، حتى يصير الله في الكل ويفرح بأولاده الملتصقين به معاً، كأعضاء في الجسد الواحد، الذي هو كنيسته، فكيف تفتح الصلاة قلب المصلي على إخوته فيحبهم من كل قلبه؟

#### 1- إحساس :

بانشغال النفس بمحبة الله تتضايق من خطاياها وترتفع فوق الماديات، بل تشعر أنها زائلة وتافهة كما قال معلمنا بولس الرسول "وأنا أحسبها نفاية لكي أريح المسيح" (في 3: 8). وبهذا ينشغل القلب بمحبة الله وينعتق من محبته لنفسه ولا يرى نفسه إلا كعطية من الله، فيفرح بها.

وحيثُ تستنير عينيه ليرى الآخرين الذين حوله أيضاً عطية من الله، موهوبة له؛ ويرى الله فيهم ويكون نوراً لهم، كما وهب الله حياة لركاب السفينة بصلوات بولس الرسول (أع27: 24). وبالتالي يصبح من السهل على النفس أن تشعر بمن حولها، بل تجدها منساقاً نحوهم لتشعر باحتياجاتهم، ليس فقط للماديات، بل بالأحرى للمسيح يسوع واهب الحياة، فتصلى من أجلهم، حتى يرتفع البرقع من أمام عيونهم ويروا الله - برقع التفكير المادى وغطاء الشهوات الجسدانية - بل تطلب من الله أن يتعطف عليهم ويكشف نفسه لهم؛ لعجزهم عن إدراكه، فهي تشتاق أن تنضم هذه النفوس البعيدة، لتصلى معها وتتمتع برؤية الله وتجد خلاصها. وتقدم أيضاً الدموع والمطانيات من أجلهم، حتى يحرك الله مشاعرهم ويحررهم من سجنهم المادى، واثقة أن الله قادر أن يغير النفوس البعيدة، بل يحولها إلى أولاد مقربين إليه وخداماً له، مثلما حول شاول الطرسوسى إلى بولس الرسول. وتتوالى صلواتها طالبة خلاصهم وتطلب لهم كل احتياج صغيراً كان أم كبيراً وتقدم أمام الله كل معاناة يعانونها، ليسندهم فيها، سواء أظهروا هذا الاحتياج أم لم يظهروه لخجلهم، أو بأسهم، فتمتلى الصلاة بالطلبات من أجل الآخرين وتكرر الطلبات من أجلهم مشفوعة بالأصوام.

## 2- عطاء :

عندئذ تشعر النفس بالآخرين وخاصة الذين أوتمنت عليهم وصارت مسئولة عنهم، سواء داخل الأسرة والأقارب، أو فى الكنيسة أو كل من تختلط بهم وترفع صلواتها من أجلهم. ويتكرر الصلاة لأجل الآخرين تتحرك النفس؛ لتساند من حولها بالكلمات المشجعة والمساعدة المادية والتعاطف بكل شكل. وعلى قدر الصلوات يزداد العطاء، فإذا استمرت الصلوات بمشاعر الحب نحو الآخرين يستمر العطاء بلا حدود.

## 3- احتضان :

يزداد شعور النفس بالمسئولية عن الآخرين ويرتبط قلبها بخلاصهم، فتسعى لمساعدتهم، كأنها وحدها المسئولة عنهم، فلا تتزعج من تقصير الآخرين، حتى لو كانوا أقرب منها إلى هذه النفس المحتاجة، فلا تلوم أحداً، بل تعمل فى صمت وتحتضن الكل - كأم لأطفالها - دون استبعاد، حتى بسبب مضايقة أحد المحبين لهذه النفس، بل تكمل كل احتياج وتعطى بسخاء.

ويستمر عطاؤها في احتضان ومسئولية كاملة، أياً كان رد فعل النفس المحتاجة، التي قد تتذمر على الإنسان المصلى وتلومه وتغضب عليه وتهينه، بل قد يصل إنكار الجميل إلى حد أن ترفض محبة الإنسان المصلى، ولكن لا يؤثر كل هذا في محبة الإنسان المصلى؛ لأنه يحب الله الساكن في هذه النفس المحتاجة. وكلام المسيح واضح حين قال "بما أنكم فعلتموه بأحد أخوتي هؤلاء الأصاغر فبى فعلتم" (متى 25: 40).

ويعبر بولس الرسول عن هذه المعادلة الصعبة من النفوس المحتاجة التي يخدمها حينما يقول "كلما أحبكم أكثر أحب أقل" (2كو 12: 15).

وتستمر الصلوات - التي تحتضن الآخرين وتطلب عنهم - مهما طال الزمن، حتى تعود النفس المصلية بالنفوس المعاندة إلى الله، كما عادت القديسة مونيكا ليس فقط بابنها أغسطينوس المعاند، بل زوجها وحماتها المعاندين أيضاً، فالصلاة لا تعود فارغة.

#### 4- فداء :

فيما تتقدم النفس المصلية بالحب والعطاء والاحتضان للنفوس المحتاجة، تكون مستعدة لبذل كل شيء لخلاصها، بل تتقدم بدموع أمام الله طالبة عن هذه النفوس ليرحمها الله، لأن النفس المصلية قد تأثرت بالمسيح الفادي، الذي اجتاز المعصرة وحده عنها وعن كل المؤمنين به وصلب على الصليب حتى أكمل الفداء، فتسكب النفس دموعها أمام الله وهي تحتضن نفوس من حولها وتطلب خلاصهم من حبيبها، الذي تستند على ذراعه، وتلج عليه، ليتأرف على الكل ولا تهدأ حتى ينهمر الحب الإلهي، كأمطار غزيرة على كل من تطلب من أجلهم، فتستريح النفس وتفرح بخلاص باقى أعضاء الجسد وذلك عندما ترى اهتمام المسيح - رأس الجسد - وحنانه على الكل، لذا فالنفس المصلية تصلب أهوائها وراحتها من أجل خلاص النفوس المحتاجة وتقدم جهاداً كثيراً من صلوات ومطانيات وأصوام وتسابيح ودموع كثيرة، بدلاً من النفوس المحتاجة، التي صارت فى عجز شديد وتحتاج لمن يجاهد عنها، حتى تقوم من رقاد الخطية، كما احتاج المفلوج لشفاعة الأربعة الذين يحملونه ويدلونهم من السقف أمام المسيح لينال خلاصه (مر2: 3-5).

وبهذا تستمر الصلوات والشفاعات عن المحتاجين مصحوبة  
بالعطاء والمساندة، مهما كان البذل، حتى لو وصل إلى الموت، كما  
أعلن موسى ويولس استعدادهما أن يموتا ليحيا شعبيهما، فيفرح الله  
بهذه الصلوات التي تحمل روح الفداء، فيخلص النفس المصلية ومعها  
أيضاً النفوس التي تصلى من أجلها، فيفرح الكل في أحضان المسيح.

## الفهرس

1	مقدمة
4	الباب الأول : ما هي الصلاة ؟
4	1- حديث مع الله
5	2- علاقة الإبن مع أبيه
5	3- توبة التائبين
6	4- محبة العروس
6	5- عمل الروحانيين
6	6- ينبوع الفضائل
7	7- السماء على الأرض
8	الباب الثاني : فاعلية الصلاة

9	الفصل الأول : حماية من الخطية
9	1- تكشف قبحها
10	2- لذة تبطل لذتها
10	3- سلطان عليها
11	4- تطفئ بريقها
11	5- وقاية وحصانة
11	6- بشارة ورجاء
12	7- تدقيق وتوبة
12	8- اشواق المخدع
13	9- القداس والاتحاد بالمسيح
13	10- مساندة القديسين

14	<b>الفصل الثاني : شبع وفرح</b>
14	1- تمنحها السلام
15	2- تعيدها إلى طبيعتها
15	3- تجردها وتضيقها
16	4- تقبل الماديات بروحانية
17	5- تطلب خلاصها
18	6- تسبح وتمجد
19	<b>الفصل الثالث : طهارة الحواس</b>
19	1- انشغال بالله
20	2- ابتعاد عن الشر
21	3- حياة الشكر

23	4- رؤية فضائل الآخرين
24	5- إدراك الله فى العالم
25	6- قداسة الحواس
26	<b>الفصل الرابع : اتكال وتسليم</b>
26	1- قدرته وحبه
27	2- تسليم له
28	3- استناد عليه
29	4- قبول مشيئته
31	5- فرح بمعانيته
32	<b>الفصل الخامس : تواضع وانسحاق</b>

32	1- مجده العظيم
33	2- حبه اللانهائي
35	3- تواضعه يخجلني
35	4- تواضعي أمام أولاده
37	5- احتمالي لآلامه
38	<b>الفصل السادس : محبة الآخرين</b>
38	1- احساس
40	2- عطاء
40	3- احتضان
42	4- فداء