**مقدمة**

إنَّ الحياة الروحيّة عالم كبير، قد تجد فيه من يُعلّمك ويُساندك ويرفعك بفضائله إلى أعلى، ومن يُقاومك بل يُحاربك ويسعى جاهداً ليجتذبك بشروره إلى أسفل، وهؤلاء هم الَّذين نُطلق عليهم: **لصوص الحياة الروحيّة**! ويمكن حصرهم في أربعة: **الشيطان، الشهوات، الناس الأشرار، هموم الحياة.**

ويُعد **الشيطان** أبرز هؤلاء اللصوص الَّذين يتربَّصون بالإنسان، فهو عدو دائم ولص ماهر للروحيَّات، وإن ظهر بمظهر الصديق فهذا هو ثوب الرياء، وقد نجح بحيله الماكرة في إسقاط كثيرين منهم قدِّيسين بل سُوَّاح!

وهناك **الشهوات** لص ماكر، يُريد تجريد الإنسان من فضائل الروح لكي يحيا بالجسد وللجسد، وعندما تضغط الشهوات بعنف على الإنسان، تكون أشبه بوحش يُريد أن يستنزف دماءه ودموعه، ويُلقي به في هوّة الفجور، ولهذا أوصى الآباء بأن نُشعل قلوبنا دائماً بحُب الله، لكي تأخذ الروح الغلبة وننتصر على شهوات الجسد.

أمَّا **الناس** فكثيراً ما يكونوا مصدر عثرة لنا، عندما يقفوا حائلاً بيننا وبين الله، فعن طريق الناس نتعلّم الكثير في الحياة هذه حقيقة، ولكن عن طريق أُناس أشرار قد ضلَّ كثيرون، وأصبحوا أعضاء بارزين في مملكة الظُلمة، وخُدَّاماً مُطيعين لإبليس وجنوده.

ومن أكثر لصوص الحياة الروحيّة مكراً **هموم الحياة**، الَّتي كثيراً ما تسرق فضائلنا، ويكمن مكرها في قدرتها على إخفاء نفسها تحت أشياء إيجابيّة، فمن يتكالب على جمع المال يستند على رغبته في تأمين الحياة!

نسأل الله أن يُبارك هذا العمل المتواضع لمجد اسمه القدُّوس، ويُعوّض كل من انتفعت بمؤلَّفاتهم وأفكارهم، ولإلهنا المجد الدائم إلى الأبد آمين.

**كاراس المُحرقيّ**

#### : الشيطان

#### الفصل

**الأول**

­

شيطان هى ترجمة للكلمة العِبريّة " **שָּׂטָן** **شاطان "**، أي **" خصم، مُزعج، مُقَاوم، مُعيق "** فالشيطان عدو للإنسان، يُخيفه ويقاومه ويُعيقه عن خلاصه.. ومنذ أن سقط من رتبته لم تتوقّف حروبه، وقد نجح في إغواء حوَّاء، فسقطت وسقط معها آدم بغوايتها وبسقوطهما سقطت معهما البشريّة كلَّها، ولم ينجُ أحد من لوثة الخطيَّة، لا نبيّ أو رسول أو قدِّيس.. لأنَّ " **الْجَمِيعُ زَاغُوا وَفَسَدُوا مَعاً** " (رو12:3).

**صفاته وأساليب حروبه**

من سمات الشيطان **القوّة**، لأنَّه في بداية خلقته كان أحد الملائكة " **الْمُقْتَدِرِينَ قُوَّةً** " (مز20:103)، ولكنَّه سقط بسبب **الكبرياء** عندما قال في قلبه: " **أَصْعَدُ إِلَى السَّمَاوَاتِ، أَرْفَعُ كُرْسِيِّي فَوْقَ كَوَاكِبِ اللَّهِ.. أَصِيرُ مِثْلَ الْعَلِيِّ "** (إش13:14، 14) لكنَّ السقوط أفقده طهارته فقط أمَّا طبيعته وقدراته الفائقة فلم يفقدها! ولهذا يستغل **ضعف الناس** ومحدوديَّتهم وبساطتهم، ويُغريهم بشهوات العالم الممقوتة وهى: " **شَهْوَةَ الْجَسَدِ، وَشَهْوَةَ الْعُيُونِ، وَتَعَظُّمَ الْمَعِيشَةِ** " (1يو2: 15)، وهكذا يمد لهم كأس لذَّاته، لكي يغريهم فيضعفوا ويسقطوا في الخطيَّة، ثمَّ يعود ويسقيهم من كأس آلامه! وهذا ليس بغريب لأنَّ " **الخِداع** " هو الأُسلوب الَّذي تنطوي عليه كل الحيل الشيطانيَّة، فهو محتال في تزييف الحقائق، فيبذر الزوان وسط القمح ليفسده، ويضع الأشرار بين أبناء الملكوت ليضطهدوهم (مت13: 25).

وقد أوضح مُعلِّمنا بولس الرسول أنَّ الشيطان يستطيع أن يُغيّر شكله إلى " **شِبْهِ مَلاَكِ نُورٍ** " (2كو11: 14)، وهذا يؤكِّد لنا حقيقة خِداعه، وقد نجح عن طريق الخِداع أن يضل أبوانا- آدم وحواء- ويتسبَّب في سقوطهما وطردهما من الجنَّة (تك1:3-7).

ومن صفات الشيطان " **الحسد** *"*، فهو لا يحتمل أن يرى إنساناً ناجحاً أو محبوباً أو يسير في طريق الله، ولهذا أوحى إلى حواء بأن تأكل من ثمر الشجرة الَّتي نهاها الله عن أن تأكل منها (تك3:3)، ويزيد من شدَّة الإغراء عندما أوهمها بأنَّ الأكل منها يجعلها مثل الله (تك3: 5)، وتُخدع حواء، وبكامل حُرِّيَّتها تستجيب لإغراء الشيطان، وقد كان وحدثت المأساة ودخل الموت إلى العالم " **بِحَسَدْ إبْلِيسُ دَخَلَ الْمَوتُ إلىَ الْعَاَلمِ** " (حكمة24:2).

- 45 -

- 46 -

ورغم أنَّ الشيطان مطرود من وجه الله، وساقط من مملكة النور إلى عالم الظلمة، إلاَّ أنَّ هذا لا يمنعه من العمل في الأرض كرئيس هذا العالم، وقد أكّد هذا قول المسيح عن مجيء الشيطان ليأخذ روحه وهو على الصليب: " **رَئِيسَ هَذَا الْعَالَمِ يَأْتِي وَلَيْسَ لَهُ فِيَّ شَيْءٌ "** (يو30:12).

والشيطان لا يعمل وحده، فعُصبة الأرواح الساقطة الَّذين شاركوه في العصيان الأول على الله، يعملون معه ضد إرادة الله وسقوط الأبرار.

ويعد الشيطان **خبير** في حروب البشر، لأنَّه يعرف صفاتهم وطباعهم وميولهم.. ويستخدمها للإيقاع بهم في الخطيَّة، ومن يخضع له يصير عضواً بارزاً في مملكة الظُلمة، وقد أُطلقت كلمة شياطين على الأرواح الشريرة الَّتي تحت سلطانه: " **أَمَّا الْفَرِّيسِيُّونَ فَقَالُوا: بِرَئِيسِ الشَّيَاطِينِ يُخْرِجُ الشَّيَاطِينَ** " (مت34:9)، ويُلقَّبْ أتباعه بأبناء الشيطان: " **أَنْتُمْ مِنْ أَبٍ هُوَ إِبْلِيسُ وَشَهَوَاتِ أَبِيكُمْ تُرِيدُونَ أَنْ تَعْمَلُوا "** (يو44:8)، بل إنَّ السيِّد المسيح دعا يهوذا الإسخريوطيّ شيطاناً: " **أَلَيْسَ أَنِّي أَنَا اخْتَرْتُكُمْ الاِثْنَيْ عَشَرَ وَوَاحِدٌ مِنْكُمْ شَيْطَانٌ! قَالَ عَنْ يَهُوذَا سِمْعَانَ الإِسْخَرْيُوطِيِّ** " (يو70:6،71).

وقد جرّب الشيطان الجميع حتَّى المسيح! ورغم هزيمته إلاَّ أنَّه " **فَارَقَهُ إِلَى حِينٍ** " (لو13:4)، لأنَّه إذا فشل مرَّة في حربه، يُكرّر المحاولة عِدَّة مرَّات بطرق جديدة.

وهو يضغط بقوّة **فالإلحاح** أحد أساليبه، ولا يمل من الجولان في الأرض وبث سموم الشر بين البشر، ألم يُحارب راهباً (50) عاماً بخطيَّة واحدة؟ والقدِّيسة سارة اعترفت أنَّها ظلت سنوات تئن من حرب الزنا، ولم يُرفع عنها القتال إلاَّ بعد (13) سنة!

**السارق الأعظم**

ويُعَد الشيطان من أخطر **لصوص الحياة الروحيّة**، وقد نجح في سرقة **كنز الإيمان** من كثيرين، بل إنَّ سُوَّاحاً قد خدعهم وأسقطهم وسرق كنز إيمانهم وجعلهم يجحدون السيَّد المسيح مثل **أنبا موسى السائح**!! فبعد أن عاش أكثر من ثلاثين سنة سائحاً في البرِّيَّة، ظهر له الشيطان في صورة شيخ غني كذب عليه قائلاً: إنَّ الله كشف له قُرب ساعة موته، وبوفاته يصير قصره مِلكاً له، وطلب منه أن يتزوّج ابنته فوافقه أنبا موسى بكل بساطة!! وفجأة وجد نفسه وسط البرِّيَّة وحده خائفاً وجائعاً، واكتشف أنَّ القصر لا وجود له، فعلم أنَّه وقع في فخ الشيطان!!

ومرَّة نزل إلى الإسكندريّة فقابله الشيطان متخفيّاً، في صورة **فتاة جميلة أقنعته أن يبيت عندها**، ثم أوهمته أنَّها ابنة ملك وهى تُريد أن تتزوَّجه فوافقها!! وادَّعت أنَّها يهوديّة فلابد أن يترك المسيحيّة ويصير على إيمانها حتَّى يتزوَّجا فجحد السيِّد المسيح!! ثم أخذته إلى البرِّيَّة وهناك سخر منه الشيطان، فتمرّغ في التراب وأطال التضرُّع وأكثر البكاء إلى الله، فأرسل إليه أنبا **صموئيل المعترف** الَّذي أعلمه أنَّه سوف يتنيّح بعد ثلاثة أيام، ثم أخذه وناوله من الأسرار المُقدَّسة، بعد أن ندم وقدَّمَ توبة واعترف بخطاياه.

وتتهلّل مملكة الظُلمة عندما يسرق الشيطان **لؤلؤة الطهارة** خاصة من الرهبان، لأنَّه مملوء كل نجاسة، ففي يومٍ ما اجتمع رئيس الشياطين بأعوانه، وأخذ كل شيطان يسرد ما فعله أمامه، وكانت أعمالهم محصورة بين إحداث مشاجرات، إحراق بيوت، نشر خصام، تحريض على السرقة.. لكنَّ الشيطان لم ترق له هذه الأعمال كثيراً! فلمَّا سمع أنَّ شيطاناً أسقط راهباً في الزنا بعد حروب دامت سنوات، قام من على كرسيِّه وأجلس الشيطان مكانه!

ومن أبرز الَّذين أسقطهم الشيطان " **أنبا** **تيموثاؤس** " السائح، الَّذي احتال عليه الشيطان بشكل راهبة، كانت تأتي لتشتري منه عمل يديه، ومن كثرة تردُّدها عليه تكوّنت دالة بينهما فصارت تأكل معه، وبمرور الوقت **صار الاثنان تحت الضعف مُدَّة ستة شهور**.. حتَّى رجع إلى نفسه وأدرك خطأه وتهاونه، فترك كل شيء ودخل إلى عمق البرِّيَّة، حيث أرشده الرب إلى نخلة بجوار نبع ماء، فكان يأكل من البلح ويشرب من النبع طوال العام..

وكثيراً ما يخدع الشيطان الخدَّام عن طريق آيات من الكتاب المُقدَّس، فكل إنسان له أساليب معينة للخداع، والخادم غير الرجل البسيط، والمرأة لها حروب تختلف عن حروب الرجل! وتحت ستار الغيرة المُقدَّسة والعمل بالآية القائلة: " **غَيْرَةَ بَيْتِكَ أَكَلَتْنِي** " (مز9:69)، تصدَّى خدَّام كثيرون للمستهترين، وفي دفاعهم عن الحق سقطوا في شتائم وإدانات.. وفي النهاية سخر منهم الشيطان!

ومن قصَّة **" يهوذا الإسخريوطيّ** " نتعلّم أنَّ الشيطان يسعى أن يسرق **الرجاء**، فقد نجح أن يسحب يهوذا كما يسحب النسر فريسته، ولم يسترح حتَّى انتصر عليه، فقد ملأ قلبه باليأس وجعله يلقي بنفسه في أحضان الموت إذ **" مَضَى وَخَنَقَ نَفْسَهُ "** (مت27: 5)، وينقطع الحبل الَّذي به شنق التعس نفسه، والشجرة الَّتي اختارها لتكون مقصلة يختم عليها حياته تنفضه عنها في فزع، فيسقط على الأرض وينشق من الوسط وتنسكب أحشاؤه كلّها (أع8:1).

ويسعى الشيطان ليسرق **كنز المحبَّة** من قلوب الناس، لأنَّه يعرف أنَّ المحبّة هى أعظم الفضائل، وحيث الحُب هناك السلام والفرح والعطاء... بين الناس، وهذه أعمال لا يطيقها الشيطان، ولا يرغب أن تنتشر بين البشر، وبدلاً من أن يُحارب كل فضيلة على حدة يكفية أن ينزع المحبّة من قلوبهم فيقضي على الفضائل الأُخرى، ولهذا دائماً ما ينشر الخصام بين الناس، ويبث الكراهيّة في قلوبهم، ويملأ أفواههم بالكذب، ويُثيرهم بالحسد.. وهكذا تتحوّل الحياة ميداناً مشتعلاً للقتال وسوقاً للتنافس الآدميّ!!

**وسائل الانتصار**

لا نُنكر أنَّ الشيطان هو الفساد الأكبر، والضلال الأعظم، والشر المحض.. إلاَّ أنَّ هناك شواهد كثيرة تؤكِّد لنا أنَّ **الإنسان يرتكب جرائم كثيرة لا دخل للشيطان فيها**، وكثيراً ما نُبرر ضعفنا وسقوطنا بالحديث عن قوَّة الشيطان وسلطانه ووسائل إغرائه.. في حين أنَّ الشيطان لا يقدر أن يُجبرنا على عملٍ ما نحن لا نرغبه! إنَّها محاولات تبرير فاشلة، لأنَّ الشيطان قد يقرع باب قلبك سنينَ عِدَّة، ولكنَّه لا يقوى من تلقاء نفسه على فتح الباب، حقَّاً إنَّه يحمل كل الصفات المتدنِّية، ولكنَّه لا يستطيع أن يرتكب جريمة هتك حُرمة مسكنك، إلاَّ إذا فتحت بملء إرادتك وكامل حُرِّيَّتك وأذنت له بالدخول.

- 47 -

- 48 -

إذاً، فالاستسلام للشيطان هو استسلام الإنسان لشهواته ورغبته في التمتُّع بلذَّة الخطيَّة، ومن ثَمَّ لا عذر له ليُبرر سقوطه في الخطيَّة ويُلقي بالمسئوليّة على الشيطان! لأنَّ الإنسان هو سيِّد أعماله والمتحكّم فى كل أقواله وقراراته..

وهذه **عِدَّة وسائل** تساعدكم في حروبكم ضد الشيطان وأعوانه، ومن خلالها تستطيعون أن تعرفوا أساليبه المتنوعة وتتغلّبوا على حيله الماكرة:

**مهم أن تعرفوا قدراته**

لكي تنتصر على عدوَّك لابد أن **تعرفه أولاً**، فالشيطان قد خُلقَ في رتبة سامية، إلاَّ أنَّه **لا يُعادل الله**!! وإن كان قويَّاً ويملك قدرات هائلة تفوق قدرات البشر، إلاَّ أنَّه كائن **محدود** لأنَّه مخلوق، وهو يعمل داخل الحدود الَّتي وضعه فيها الله، وهذا يعني أنَّ جهوده وأعماله على الأرض مُقيّدة وإلاَّ أهلك البشر وأفنى الكون.

وقد **اعترف الشيطان بمحدوديَّته** في حديثه مع الله بخصوص أيوب البار " فَقَالَ الرَّبُّ لِلشَّيْطَانِ: هَلْ جَعَلْتَ قَلْبَكَ عَلَى عَبْدِي أَيُّوبَ؟ لأَنَّهُ لَيْسَ مِثْلُهُ فِي الأَرْضِ.. فَأَجَابَ الشَّيْطَانُ: هَلْ مَجَّاناً يَتَّقِي أَيُّوبُ اللهَ؟ أَلَيْسَ أَنَّكَ سَيَّجْتَ حَوْلَهُ.. وَلَكِنِ أبْسِطْ يَدَكَ الآنَ وَمَسَّ كُلَّ مَا لَهُ فَإِنَّهُ فِي وَجْهِكَ يُجَدِّفُ عَلَيْكَ، فَقَالَ الرَّبُّ لِلشَّيْطَانِ: **هُوَذَا كُلُّ مَا لَهُ فِي يَدِكَ وَإِنَّمَا إِلَيهِ لاَ تَمُدَّ يَدَكَ "** (أي1: 8- 12 ).

ولأنَّ الشيطان كائن محدود، فهو **لا يعلم كل شيء**، ولهذا لم ينجح في معرفة المسيح، فالنبوات تؤكّد حقيقة تجسُّد الله، ومجيئه من نسل داود، ومع ذلك وُلِدَ الملك في مذودٍ حقير من أُم فقيرة، وعندما أعلن المجوس مُلكه أمام هيرودُس الملك، أمر بقتل أطفال بيت لحمٍ، فهرب المسيح وجاء إلى أرض مصر! وهذه التصرُّفات أربكت الشيطان!

وقد ظهرت محدوديّة الشيطان بكل وضوح، عندما قال للسيِّد المسيح أثناء التجربة: " **إِنْ كُنْتَ ابْنَ اللَّهِ فَقُلْ أَنْ تَصِيرَ هَذِهِ الْحِجَارَةُ خُبْزاً "** (مت3:4).

والشيطان ليس له **مكان ثابت** يسكن فيه لأنَّه روح سهل التنقّل، ولكنّه يجعل تأثيره ملموساً بواسطة أعوانه الكثيرين، الَّذين يجمعون له الأخبار من كل مكان.

**اُنظروا إليه كعدو مهزوم**

لكي تنتصروا على الشيطان نُصرة كاملة، يجب أن تعرفوا أنَّه الآن عدو مهزوم، بعد عمل المسيح الكفاريّ، الَّذي قدّمه للبشريّة بدمه الطاهر المسفوك على الصليب، وما يؤكِّد هزيمة الشيطان هو السلطان الَّذي أعطاه الله للمؤمنين: " **هَا أَنَا أُعْطِيكُمْ سُلْطَاناً لِتَدُوسُوا الْحَيَّاتِ وَالْعَقَارِبَ وَكُلَّ قُوَّةِ الْعَدُّوِ وَلاَ يَضُرُّكُمْ شَيْءٌ** " (لو19:10)، " **وَهَذِهِ الآيَاتُ تَتْبَعُ الْمُؤْمِنِينَ: يُخْرِجُونَ الشَّيَاطِينَ بِاسْمِي"** (مر17:16)وكما قال معلمنا بولس الرسول " **وَإِلَهُ السَّلاَمِ سَيَسْحَقُ الشَّيْطَانَ تَحْتَ أَرْجُلِكُمْ سَرِيعاً** " (رو20:16) إذاً، أنت كابن لله لك سلطان على الشياطين، وتستطيع برشم علامة الصليب أن تهزمه.

ولكى لا تخافوه تذكَّروا أنَّ مصيره هو النار الأبديَّة: " **اذْهَبُوا عَنِّي يَا مَلاَعِينُ إِلَى النَّارِ الأَبَدِيَّةِ الْمُعَدَّةِ لإِبْلِيسَ وَمَلاَئِكَتِهِ** " (مت41:25).

وإن كان مسموحاً للشيطان أن يُجرّب ويُضايق أولاد الله " **وَقَالَ الرَّبُّ: سِمْعَانُ سِمْعَانُ هُوَذَا الشَّيْطَانُ طَلَبَكُمْ لِكَيْ يُغَرْبِلَكُمْ كَالْحِنْطَةِ "** (لو31:22)، إلاَّ أنَّه لا يمكن أن ينتصر عليهم إلاَّ إذا اختاروا لأنفسهم الهزيمة بخوفهم منه وخضوعهم له، ورغبتهم أن ينضمّوا إلى مملكة الظُلمة ليكون الشيطان رئيسهم وله سلطان عليهم!! فقد تنبأ المسيح عن مجيء الشيطان أثناء صلبه قائلاً: " **رَئِيسَ هَذَا الْعَالَمِ يَأْتِي وَلَيْسَ لَهُ فِيَّ شَيْءٌ** " (يو30:14).

**قاوموه بالإيمان فيهرب منكم**

من العبث أن نهرب من حروب الشيطان، فهو لا يمل ولكن بالصلاة وطلب معونة الله، ومقاومته بالإيمان يفر منَّا هارباً **" قاوموا إبليس** **فَيَهْرُبَ مِنْكُمْ** " (يع7:4).

ولهزيمة الشيطان يجب ألاَّ تجهلوا أفكاره (2كو11:2)، وهى ضد أفكار الله، أو نوال شهوة، أو كبرياء..

ولأنَّ الشيطان عدو ماكر، يجب على المؤمنين ألاَّ يُعطوه فرصة لكي يتسلّط عليهم، بسقوطهم في الخطيَّة، ومعاشرة الناس الأشرار (أف4 :25- 27)، بل يجب أن ينتبهوا لحيله ويقاوموه " **رَاسِخِينَ فِي الإِيمَانِ "** (1بط8:5)، فالإيمان بالله والعمل بوصاياه يُبطل قوَّته، وإن كان ولابد أن ندخل معه فى حربٍ، فيجب أن تكون لدينا ثقة كاملة أنَّ " **الْحَرْبَ لِلرَّبِّ** " (1صم47:17).

والنُصرة على هجمات الشيطان مُمكنة، لمن يحملون **سلاح الله** " فَإِنَّ مُصَارَعَتَنَا لَيْسَتْ مَعَ دَمٍ وَلَحْمٍ، بَلْ مَعَ الرُّؤَسَاءِ، مَعَ السَّلاَطِينِ، مَعَ وُلاَةِ الْعَالَمِ، عَلَى ظُلْمَةِ هَذَا الدَّهْرِ، مَعَ أَجْنَادِ الشَّرِّ الرُّوحِيَّةِ فِي السَّمَاوِيَّاتِ، مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ احْمِلُوا سِلاَحَ اللهِ الْكَامِلَ لِكَيْ تَقْدِرُوا أَنْ تُقَاوِمُوا فِي الْيَوْمِ الشِّرِّيرِ (أف12:6- 13).

**تواضعكم يحرقه**

فى حرب **أنبا أنطونيوس** مع الشياطين، ظهر أهمِّيَّة **الاتِّضاع**، فكلَّما اشتد قتالهم وتكاثروا عليه كان يتَّضع أمامهم قائلاً: **أيها الأقوياء ماذا تريدون منِّي أنا الضعيف؟!** وقد تتساءل: لماذا يحرق الاتِّضاع الشياطين ويجعلهم يهربون من أمام المؤمنين؟! فنجيب: إنَّ خطيَّة الشيطان الأولى هى الكبرياء (إش13:14، 14) وإلى الآن لا يزال متكبِّراً! ولهذا لا يحتمل أن يرى إنساناً متَّضعاً.

**يقول القدِّيس يوحنَّا الدرجيّ:**

" من لا يدخل من باب الاتِّضاع فلن يجد المرعى الإلهيّ.. بعدم الاتِّضاع صار بعض الملائكة شياطين، وبالاتِّضاع صار بعض المتشيطنين من الناس ملائكة ".

لقد انتصر أنبا أنطونيوس على الشيطان بتواضعه، بينما انتصر الشيطان على القدِّيس **يعقوب المجاهد،** عندما تحدَّى الشيطان متكبِّراً ومعتمداً على ذاته بمعزل عن الله!! فقد كان لملك ابنة صرعها روح نجس ولم يستطع أحد إخراجه.. فذهبوا بها إلي القدِّيس يعقوب، فلمَّا صلَّي عليها خرج الروح النجس، ولكن ما أن عادت إلي بلدها حتَّى عاد إليها مرّة أُخري.. فعادوا بها للقدِّيس فصلي لها فخرج الروح النجس، ولكنَّه عاد إليها مرّة أُخري، فسافروا مرَّة إليه ثالثة.. وأخيراً قرّر الملك أن تبقي ابنته بجوار القدِّيس، الَّذي وافق دون معارضة فبنوا لها حجرة! وكان الشيطان كلَّما يصرعها يُدخلونها إليه، وتطوّر الأمر إلي أن أبقوها معه ثم تركوها ومضوا!! ولكن بمرور الوقت تكوّنت دالة بين الفتاة والقدِّيس، وهذه الدالة تطوّرت إلي خطيَّة، إذ سقطا في الزني وحبلت الفتاة.. فلمَّا رأي أنَّ الخطيَّة ستنكشف وتضيع سمعته، وربّما يقتله الملك، وسوس له الشيطان أن يقتلها، وقد كان! فقتلها ودفنها في مكان بعيد! وحدث أن جاء رسل الملك يسألون عنها، فكذب عليهم وقال: إنَّ الشيطان قد صرعها مرَّة، فانطلقت بسرعة هاربة في الجبل، ولم أستطع اللحاق بها واختفت ولا أعرف مكانها، فصدقوه لأنَّه لم يكن موضع شك!! وبهذا سقط القدِّيس في **ثلاث خطايا** ألا وهى: **الزنا**، **القتل، الكذب!!**

**إخضعوا لمرشديكم ليصلوا من أجلكم**

**للاعتراف والمشورة** دور هام في الحياة الروحيّة وحربنا مع إبليس، فأب الاعتراف لا يقتصر دوره على الإرشاد فقط، بل هو يُصلي من أجل أولاده في كل وقت، وخاصة وقت التجربة لكي يكشف له حيل إبليس، فيستطيع أن يُرشدهم ويقف بجانبهم ويُساندهم، ولهذا يقول مُعلِّمنا بولس الرسول: " أَطِيعُوا مُرْشِدِيكُمْ وَاخْضَعُوا لأَنَّهُمْ يَسْهَرُونَ لأَجْلِ نُفُوسِكُمْ كَأَنَّهُمْ سَوْفَ يُعْطُونَ حِسَاباً " (عب13: 17).

هناك حقيقة هامة في الحياة الروحيّة يجب أن نعرفها ونعمل بها ألا وهى: إنَّ الإنسان يستطيع أن يخدم بجدّيّة، ويعظ بمهارة، ويُرشد الآخرين بحكمة، ولكن فيما يخص حياته الروحيّة فهو في حاجة ماسة إلى إرشاد الآخرين وطلب مشوراتهم وحكمتهم، لأنَّ هناك تجارب كثيرة قد لا نفطن إليها.

كما أنَّ خبرتنا الروحيّة تكون محدودة في بعض المواقف، وكثيراً ما يتملَّكنا الفتور الروحيّ بسبب إهمالنا، هذا بالإضافة إلى أنَّ العاطفة كثيراً ما تتلاعب بنا، والفكر يُضلّلنا، وهموم الحياة تُضعفنا، ولهذا نحن في حاجة دائمة لمساندة الآخرين لنا، خاصة الَّذين اختبروا الحياة بكل ما فيها من فرح وحزن، نجاح وفشل، عزاء وضجر.. ولا ننسى أنَّ الَّذين بلا مرشدين كأوراق الشجر يسقطون.

**امتلئوا بالروح فتسحقونه**

أمَّا كيف تمتلئوا بالروح؟ فهذا يتم عن طريق **الوسائط الروحية،** فالصلاة، التأمُّل، القراءة في الكتاب المُقدَّس، التناول، الصوم، الاعتراف.. وسائط من خلالها نشرب حليب النعمة الإلهيّة فنتغذى روحيَّاً ونتقوى، ونثبت في الإيمان والرجاء والمحبّة، وهكذا نستطيع أن نُحارب إبليس وجنوده، ليس بقوَّتنا الذاتيّة بل بنعمة المسيح الحالة فينا.

ومن خلال التناول نثبت في المسيح وهو يثبت فينا: " **مَنْ يَأْكُلْ جَسَدِي وَيَشْرَبْ دَمِي يَثْبُتْ فِيَّ وَأَنَا فِيهِ "** (يو56:6)، ويمنحنا عربون الحياة الأبديّة: " **مَنْ يَأْكُلُ جَسَدِي وَيَشْرَبُ دَمِي فَلَهُ حَيَاةٌ أَبَدِيَّةٌ وَأَنَا أُقِيمُهُ فِي الْيَوْمِ الأَخِيرِ** " (يو54:6) (يو58:6).

وعن طريق **الكتاب المُقدَّس** نجد تعاليم وإرشادات تقودنا في حياتنا الروحيّة، وتقوّينا في حروبنا ضد إبليس، فنقرأ أنَّ المسيح قد جاء لينقض أعمال إبليس (يو3: 8).

وعندما جاء الشيطان ليجربه وطلب منه أن يسجد له! قاومه بكلمة الله إذ قال له المجد: " **اذْهَبْ يَا شَيْطَانُ! لأَنَّهُ مَكْتُوبٌ لِلرَّبِّ إِلَهِكَ تَسْجُدُ وَإِيَّاهُ وَحْدَهُ تَعْبُدُ** " (مت10:4)، ولهذا ينصحنا القدِّيس العظيم **أنبا أنطونيوس** قائلاً: " حيثما تذهب ليكن الله أمام عينيك، وفي ما تفعل أو تقول ليكن لك شاهد من الكتب المُقدَّسة ".

#### : الشهوات

#### الفصل

**الثاني**

سقط آدم.. وبسقوطه دخلت الشهوة طبيعتنا وأصبح لها سلطان على البشر، فأضعفتهم جسديَّاً وحاربتهم روحيَّاً، وملأتهم دنساً، وجعلت ضمائرهم في انحطاط، وقلوبهم في قلق واضطراب، وها نحن نتساءل: لماذا أغرق الله العالم القديم بماء الطوفان؟ ولماذا أحرق مدينتي سدوم وعمورة بالنار والكبريت؟ أليس بسبب الشهوة الَّتي تملَّكت على البشر فصاروا أسرى لها! ولو فتّشنا بعمق عن كل ألم يُقلقنا لوجدنا أنَّه من الشـهوة يتولّد!

والحق إنَّ كل من يسعَ وراء الشهوة يسعَ وراء الألم، وهيهات للإنسان أن يُعانق الشهوة ما لم يحترق بنيران الألم! وشهوة واحدة لو تركها الإنسان تنمو في قلبه، لتحوّلت إلى خطيَّة فعليّة أهلكته وقضت على أبديَّته..

ومن المعروف أنَّ **الشهوة لا تشفق ولا ترحم**، وهي **تتحايل** على الإنسان لتُسقطه، فما أن تستحوذ على قلبه وتسلب إرادته فسرعان ما تذلّه وتستعبده، وبسبب الشهوة نجحت دليلة المرأة الزانيّة، أن تخدع شمشون المنذر لله من بطن أُمِّه، ومجرَّد إشارة بطرف إصبعها تجعله يُسرع إليها! بعدما صار أسيراً لها، مُقيّداً بحبالها! لأنَّ الشعلة الَّتي تتقد في صدره كانت تلتهم قواه، ولَعَلَّ هذا هو السبب في أنَّ الحُب الشهوانيّ يقترن دائماً بمعاني: النار، الاكتواء، العذاب، الموت.. ولكم أن تتخيَّلوا منظر شمشون أقوى رجل عرفته البشريّة، وهو ينام كطفلٍ على ركبتي دليلة وهى تحلق له شعر رأسه!

**أنواع من الشهوات**

وتُعد أخطر شهوتين تؤثِّران على الإنسان هما: الطعام والجنس، وتكمن خطورتهما أنَّهما مرتبطان بالحياة، فمنذ أن وُجِدَ الإنسان على الأرض، وهو يدرك أنَّ الحياة لن تنمو وتستمر بدون الطعام والجنس، ولكنَّ " تَصَوُّرَ قَلْبِ الإِنْسَانِ شِرِّيرٌ مُنْذُ حَدَاثَتِهِ " (تك21:8)، ولهذا كثيراً ما ينحرف بهاتين الغريزتين! فأصبح الطعام مصدر حياة وموت! والجنس مصدر فرح وألم!

والحق إنَّ شهوة الطعام عندما تتملك إنساناً، تكشف عن حالة **الفراغ الروحيّ** الَّذي يعيش فيه! فالنَهَم هو أشبه بترمومتر يُشير إلى مرض أصاب النفس فأفقدها فرحها وسلامها، فمن المعروف أنَّ الإنسان عندما يكون في حالة هبوط روحيّ، فإنَّه يفسح المجال للجسد لَعَلّه بكثرة الأكل وتنوع الطعام بغير ضابط، يمكن أن يجد سعادته!

أمَّا **الجنس** فهو وسيلة لحفظ النوع، وتوطيد العلاقة بين الرجل والمرأة، وكما قال مُعلِّمنا بولس الرسول: " **التَّزَوُّجَ أَصْلَحُ مِنَ التَّحَرُّقِ** " (1كو7: 9)، لكنَّ الشهوة كثيراً ما تجمح ويجمح معها الفكر، فيسقط الإنسان في تجارب وفخاخ، وينحرف بالجنس عن مساره الطبيعيّ، حتَّى أصبحنا نسمع عن خيانات وانحرافات لا حصر لها، وأصبح الجنس مصدر عذاب وصاحب سيادة على الإنسان وله مدمنون كالمخدَّارات بل أكثر!!

**الصياد الماكر**

إنَّ الشهوة أشبه **بصيَّاد** ماكر، يُحارب البشر بلذاته ليقتنصهم في شباكه! فهو بيد يضع العسل على الفـم أولاً، وباليد الأُخرى يمسك كأسه المسموم، فإذا تذوّقوها وسكروا من نشوتها، يسقيهم من أوجاعه وسمومه بغير شبع! فما أرهبها تلك الشهوة عندما تخدع الإنسان، فتجعل حياته ليلاً أسود، لا يحمل سوى كلام أسود، وذكريات باهتة سوداء.

نعترف بأنَّ ليل الشهوة لا يعرف معنى الحُب أو مفهوم الحنان، وإن ظهر في الليل شعاع كأنَّه مغسول بماء السماء، والندى كأنَّه مُبلّل بالشهد، فهذا هو ثوب الخِداع! **فالشعاع مُبلّل بالدموع والشهد ممزوج بالسموم!** وها نحن نتساءل: ماذا تنتفع لو قضيت ليلة كلَّها خمر ورقص وجنس.. ثمَّ في الصباح تجد الفراغ والألم والمرض.. بجانبك على الفراش؟!

**كيف تسرق الشهوات روحياتنا؟**

ويتساءل البعض **كيف تسرق الشهوات روحياتنا**؟! فنُجيب بأنَّ الشهوات ماكرة كالحيّة الَّتي خدعت حواء، ودليلة الَّتي أسقطت شمشون، وهى تُغلّف نفسها بأغلفة برَّاقة حتَّى تستهوي العملاء، فإذا ضعُفت إرادة الإنسان فسرعان ما يسقط، ولهذا يقول **مار فيلوكسينوس:** " احترس من الشهوة لئلا تخدعك، فإنَّ إرادتك هي الَّتي تُحرِّكها وإرادتك هي الَّتي تخمدها ".

وإليكم بعض الأمثلة:

## نعلم جميعاً مدى تأثير الطعام على الصلاة والحياة الروحيّة.. فكما أنَّ السحابة تحجب عنَّا ضوء الشمس، فإنَّ التخمة الناتجة عن كثرة الأطعمة تحجب عنَّا التأمّل بسبب التشتت وثقل البطن، وهذا ما نشعر به عندما تتحايل علينا شهوة البطن لنأكل قبل الصلاة، فتّتخم البطن بالأطعمة الدسمة والتلذُّذ بها، فتبطُل الصلاة وتجف الحياة الروحيّة ونكون كمن أضفنا حطباً إلى النار لتزداد اشتعالاً!

وكثيراً ما تُغلّف الشهوة نفسها بغلاف **الحُب البريء**، وتبدو هذه الحيلة واضحة في سن المراهقة، فتنجذب الفتاة إلى الفتى تحت وهم الحُب، ثمَّ يتطوّر الأمر إلى خطيَّة قد تدفع ثمنها مدى العمر!

وما أكثر الفتيات اللواتي هربن من أجل الحُب، وبعد شهور عُدنَ منكَّسات الرأس، عاريات من الفضيلة، خاليات من الحكمة، واعترفن أنَّهن عِشنَ في وهم كاذب أو سراب خادع! وهذا ليس بغريب لأنَّ الشهوة لا تُشبع، والماء المالح لا يروي إنَّما يُضاعف الشعور بالعطش!

تُرى هل تستطيع هذه النوعيّة القلقة أن تُصلّي صلاة نقيّة؟ أو تصوم من أجل قمع شهوات الجسد، وهى تفرُّ هاربة من أعين الناس الَّتي تُلاحقها؟

إن أردنا أن نعرف الفرق بين الشهوة والحُب، علينا أن نرجع إلى قصَّة **يوسف الصدِّيق وزوجة فوطيفار**، فقد وصل يوسف إلى **قمة الحُب** البشريّ، ليس عندما رفض أن يُدنِّس المرأة فقط، بل عندما **رفض أن ينتقم لنفسه منها أو يُشهِّر بها بعدما خرج من السجن أيضاً!** أمَّا المرأة فكانت تبحث عن شهوة عابرة بكافة الوسائل حتَّى وإن كانت خاطئة!!

وكثيراً ما ترفع الشهوة الناس في **سماء الأوهام وتُحلّق بهم في أجواء الخيال،** وتبدو هذه الخدعة واضحة عندما يكون الإنسان مضطرباً عاطفيّاً، أو تقدّم به السن ولم يتزوّج، أو يُعاني من مشاكل في العمل أو داخل الأُسرة، ففي مثل هذه الحالات مجرّد نظرة بريئة أو كلمة مدح بسيطة.. تكون كافية أن تهز القلب وتُحرّك المشاعر! وهنا تبدو اللذَّة ساحرة إلاَّ أنَّ سحرها ليس إلاَّ سراباً زائلاً، أو ضباباً خفيفاً عابراً فوق سطح البحر، أو فقاعة هوائيّة كبيرة، أو بقعة لامعة فوق قوس قُزح!! فما من لذّة تحققت إلاَّ وأصابت الإنسان بالتقزُّز، النفور، القلق، عذاب الضمير.. وسرعان ما تنتهي به الشهوة إلى مواجهة الألم، كنتيجة طبيعيّة لتلك الحياة المبتذلة.

يقول سليمان الحكيم: " **الْمِيَاهُ الْمَسْرُوقَةُ حُلْوَةٌ** **وَخُبْزُ الْخُفْيَةِ لَذِيذٌ** " (أم17:9)، ولكن المياه المسروقة لا تروي نفساً عطشى! ، فقد ظن أبشالوم أنَّه يمكن أن يجد في الخطيَّة سعادته، واستطاع بحيلة ماكرة أن يسقط مع أُخته البريئة ثامار، فما أن أذلَّها وألقى بعفَّتها في الوحل! فسرعان ما اكتشف أنَّ الشهوة خدعته ببريقها (2صم13)!

**تشبيه الشجرة**

لو أردنا أن نُعطي تشبيهاً للشهوة لقلنا: إنَّ الشهوة مثل **الشجر** على الطريق، يبدو في **ضوء القمر** **وهو مُغلّف بالثلوج كأنَّه** **شمعدان من الفضَّة،** تُضيء فروعه ويشع نوراً من غير نار، لا شك أنَّه منظر جميل ومُثير للعين، إلاَّ أنَّ جماله لا يدوم فما أن يأتي الصباح وتُشرق الشمس، فالثلج سرعان ما يذوب، والقمر هو الآخر يغيب، وتبقى الأشجار عارية لا يتبقى منها سوى أفرع بلا ثمار! أليس هذا دليلاً على خِداع الشهوة؟! ألم يقل سليمان الحكيم: " **سِحْرُ الضَلَالُ يَعْمِي البَصِيرَةَ عَنْ الخَيِرِ، والشَهْوَةُ تُدوِّخُ العَقْلُ السَليِمْ "** (حكمة12:4).

لا تتعجَّبوا من خداع الشهوة فهى أشبه **بصحفي خدَّاع**، يكذب ويُلّفق الأنباء، ويُموّه الحقائق، ويختلق الشائعات، ويمزج الحق بالباطل! ولـو أمسَكَت الشهوة قلماً وكتبت قصَّة حياة صاحبها لخدعته وخدعت معه الآخرين، لأنَّها سوف تخلط بين الحقيقة والخيال، وهى دائماً تُرجّح كفّة الخيال! فما من ثعبان أو وحش قبيح الخلقة، إلاَّ وجعلت منه الشهوة صورة جميلة ترتاح لمرآها العيون! لأنَّ الإنسان عندما يبحث عن الخطيَّة، ينظر من وراء نِقاب الشهوة فلا يرى سوى المحاسن، أمَّا العيوب فلا يفطن لها! ولعلَّ هذا هو السبب في أنَّ الإنسان عندما يستفيق من نشوته، يتساءل في حزن شديد: أين كان عقلي؟! كيف لوَّثت نفسي وبدَّدت ثروتي وشوَّهت سمعتي وسمعة أُسرتي؟! ألم تنظر عينيَّ هذا القُبح؟! ألم تسمع أُذنيَّ كلام الوقاحة؟!

**وسائل قمع الشهوة**

ليس قمع الشهوة هو بالأمر المستحيل، وإلاَّ صرنا عبيداً لها مدى الحياة، فالشهوة وإن كانت كالوحش يُريد أن يفترسنا، إلاَّ أنَّنا نستطيع أن نروِّضه، **وهذه بعض وسائل تساعدك أن تقمع الشهوة:**

**إرادة بشرية**

- 29 -

- 30 -

هناك حقيقة هامة يجب أن تعرفها ألا وهى: إنَّ الشهوة لا تغلبك إلاَّ إذا تكاسلت، وفتُرت حياتك الروحيّة، وابتعدت عن الله، واستحوذ العالم على قلبك، ولكي تنتصر وتقمع شهواتك لا تستطيع بقوتك فقط، لماذا؟ لأنِّ مهما كانت قوتك وتقواك فأنت في النهاية إنسان ضغيف، ولكن عندما تبحث عن خلاصك وتضع إرادتك البشريّة بجانب النعمة الإلهيّة تقول مع القدِّيس بولس الرسول: " **أَستَطِيعُ كُلَّ شَيْءٍ فِي الْمَسِيحِ الَّذي يُقَوِّينِي "** (في13:4)، وقد تقول: إنَّ كان الله يُريد خلاصنا فلماذا لا يُريحنا من هذا العناء، بدون إرادتنا الَّتي تتذبذب وكثيراً ما يُصيبها الضعف؟! فنجيب: بأنَّ الله حُر وقد خلق الإنسان على صورته ومثاله، فكان ولابد أن يكون كائناً حُرَّاً ولهذا عندما أخطأ عاقبه، وبالتالي عندما يُريد أن يُخلّصه، لابد أن يكون الخلاص بملء إرادة الإنسان وكامل حُرِّيَّته.

**يقول** **أنبا أنطونيوس**:

" إن أردت تستطع أن تكون عبداً للشهوات، وإن أردت تقدر أن تتحرّر منها ولا تخضع لنيرها، لأنَّ الله أعطاك هذا السلطان ".

**يقظة دائمة**

في أحيانٍ كثيرة تبدو الشهوة بمظهر الصديق المُعزّي والمريح، إلاَّ أنَّها في الحقيقة عدو خائن يرتدي ثوب الرياء! فهو من الخارج يبدو حسناً، وأمَّا الداخل فيحمل خُبثاً وانتقاماً.. يسعى لإذلالك ويُخطط لهلاكك! وكثيراً ما يبدو الشيطان كأنَّه رجل مُهذّب تطيب لنا معاشرته! والمرأة الجاهلة تظهر بمظهر الشخصيّة الحكيمة الفريدة ذات النظرات العميقة! والجمال الرخيص جذَّاب يؤثّر في كثيرين! وهذه كلَّها من حيل الشهوة الَّتي يجب أن نفطن إليها وتكون لدينا يقظة لمواجهتها!

والحق إنَّ ما تحمله الشهوة من تفاهة وحزن وقلق وعذاب ضمير.. كفيل بأن **ينهي** عليها من أول لحظة، فلو سألت سكّيراً عن شهوة الإدمان لأجاب: تافهة ومدّمرة !! **ولكن خِداع الشهوة، وبريق ولمعان اللذة، وسحر وآمال المستقبل،** كثيراً ما يجعل الإنسان يشرب من هذا البئر المالح لَعَلَّه يرتوي! ولكن هيهات للماء المالح أن يروي وهو الَّذي يضاعف الشعور بالعطش! وهكذا تظل حياة الإنسان أحلاماً وأوهاماً إلى أن يفاجئه الموت وينتهي الَّذي لم يكن سوى فراغ محض! ولهذا يجب أن يكون لدى الإنسان وعي حتَّى يعرف حقيقة الشهوة ليتغلّب عليها.

**حياة روحية**

*- 57 -*

*- 58 -*

لا نُنكر أنَّنا نولد وفى داخلنا نحمل جُرثومة الشهوة، تلك البذرة الَّتي قد تأصّلت في أعماق التربة البشريّة ولا يمكن أن تُنزع منها إلاَّ بالموت، ولكنَّ **المرء لا يُصبح شهوانيَّاً إلاَّ حينما تتعطّل قواه الروحيَّة،** فمع الله أستطيع أن أضبط شهوتي وأتحكّم في غرائزي وأسمو بها، وبعيداً عن الله لا حياة ولا أمل في حياة نقيّة!

والحق إنَّ حياتنا الروحيّة والجسديّة هما أشبه بكفَّتي ميزان، كل واحدة تؤثِّر في الأُخرى بما تحمله من أوزان! ولهذا تشتعل الشهوة في أجسادنا عندما تفتر روحياتنا! أمَّا عندما **تشتعل الروح في صلاة أو تأمُّل.. فإنَّ شهوة الجسد تخمد ولا تشتعل في الأعضاء**!

ولهذا أوصى الآباء بأن نجتهد ونُشعل حرارة الروح فينا، مادام في جسدنا قوّة وشهوة الطبيعة تعمل فينا، وقد ثبت أنَّ الَّذين يحاولون إخضاع شهواتهم بممارسات نسكيّة بلا توبة وممارسات روحيَّة.. يُتعبون أنفسهم ويعيشون في كبت مرير، فلابد من الله.

**نظرة إيجابية للأشياء**

إنَّ النظرة الإيجابيّة للأشياء تُساعد كثيراً على ضبط الشهوة، لأنَّها تجعلنا نضع كل شيء في مكانه الصحيح، فالأطبَّاء مثلاً ينظرون إلى أجساد البشر بهدف فحصها وعلاجها، والشهوانيون هم أيضاً ينظرون، ولكن من أجل تفريغ شحنات شهوانيّة تقودهم إلى السقوط في بئر الخطيَّة، لأنَّه كما قال أحد الحكماء: من النظرة تتولّد الرغبة، بل إنَّ النظرة الشهوانيّة هى في ذاتها خطيَّة: " كُلَّ مَنْ يَنْظُرُ إِلَى امْرَأَةٍ لِيَشْتَهِيَهَا فَقَدْ زَنَى بِهَا فِي قَلْبِهِ " (مت5:28).

#### : الناس الأشرار

#### الفصل

**الثالث**

إنَّ الإنسان كائن اجتماعيّ، خُلِقَ لكي يحيا بالآخرين وللآخرين، ولهذا فإنَّ العزلة كثيراً ما تكون مصدر قلق له، وهى لا تصلُح إلاَّ لوحشِ يخشاه الناس، أو مريض نفسيّ يعجز الآخرون أن يتعاملوا معه!

**خطورة الأشرار على حياتنا**

لا نُنكر تأثير الناس علي حياتنا الروحيّة، فإن عاشرت أبراراً تكتسب فضائلهم، وإن صادقت الخطاة قد تضعف وتسير معهم في طريق الرذيلة، فشاول الملك عندما اجتمع مع الأنبياء تنبَّأ مثلهم (1صم11:10)، ولكنَّه لمَّا أحاط نفسه بالجهُّال صار جاهلاً، وحارب داود بضراوة تنُم عن غباء شديد، لأنَّه كان يعلم أنَّه مسيح الرب، وهو الَّذي زوَّجه ابنته ميكال بعدما قتل جُليات الجبَّار ورفع العار عن بني إسرائيل، وفي النهاية مات شاول أول ملوك بني إسرائيل مقتولاً! وانطبق عليه قول سليمان الحكيم: " الشِّرِّيرُ تَأْخُذُهُ آثَامُهُ وَبِحِبَالِ خَطِيَّتِهِ يُمْسَكُ " (أم22:5).

وبطرس الرسول حينما كان في وسط التلاميذ، أقرَّ واعترف بأنَّ المسيح هو ابن الله (مت17:16)، ولكن عندما كان بين الأشرار المتآمرين في دار رئيس الكهنة قيافا أنكره ثلاث مرَّات (يو27:18)، فالمعاشرة تؤثِّر في الإيمان وتُغيِّر الأخلاق وتُبدِّل الطباع.. فتجعل الإنسان كعشيره، ولو أنَّ محبَّة بطرس الرسول للمسيح اكتملت، ما كان قد أنكر إيمانه أو خاف من اليهود لأنَّه " لاَ خَوْفَ فِي الْمَحَبَّةِ، بَلِ الْمَحَبَّةُ الْكَامِلَةُ تَطْرَحُ الْخَوْفَ إِلَى خَارِجٍ.. وَأَمَّا مَنْ خَافَ فَلَمْ يَتَكَمَّلْ فِي الْمَحَبَّةِ " (1يو4: 18).

يقول مار إسحق السريانيّ:

" معاشرة المجاهدين تغنينا وتغنيهم بأسرار الله، أمَّا معاشر المتهاونين والكسالى فإنَّه يتَّخم بطنه ولا يشبع من التسلية مع الآخرين ".

هل تعرفون أنَّ انقسام مملكة بني إسرائيل كان بسبب عدم حكمة رحبعام الملك؟ لقد رفض أن يعمل بنصيحة سليمان الحكيم القائلة: " الْحِكَمَةُ خَيْرُ مِنْ الْقُوَّةِ وَالْحَكِيِمُ أفْضَلْ مِنْ الْجبَّاَر " (حكمة1:6)، وعمل بنصيحة الشباب المتهوِّر، فقد نصحوه بأن يُعادي الناس ويتحدَّاهم ويقول لهم: " إنَّ خِنْصَرِي أَغْلَظُ مِنْ وَسْطِ أَبِي وَالآنَ أَبِي حَمَّلَكُمْ نِيراً ثَقِيلاً وَأَنَا أَزِيدُ عَلَى نِيرِكُمْ أَبِي أَدَّبَكُمْ بِالسِّيَاطِ وَأَنَا أُؤَدِّبُكمْ بِالْعَقَارِبِ " (1مل12: 11،10) وهكذا بدأت العداوة بين الملك والشعب إلى أن قاموا عليه وانقسمت المملكة!!

**كيف يسرق الأشرار روحياتنا ؟**

إنَّ الأشرار لا يعرفون سوى الشر، وكما قال سليمان الحكيم: " لاَ يَنَامُونَ إِنْ لَمْ يَفْعَلُوا سُوءاً، وَيُنْزَعُ نَوْمُهُمْ إِنْ لَمْ يُسْقِطُوا أَحَداً " (أم16:4)، ولهذا لا يمكن أن يكونوا مصدر خير أبداً، وإن ظهروا بمظهر الأبرار المُحبِّين فهذا رياءً أو خِدعة لمصلحة ما يُريدونها، في حين أنَّ الأبرار كثيراً ما يكونوا مصدر بركة لمن يتعاملون معهم، فقد بارك الرب لابان لنزول يعقوب عنده (تك34:24)، وبارك بيت فرعون بل ومصر كلّها لأجل يوسف الصدِّيق (تك5:39).

وهذه بعض أمثلة توضِّح أساليب الأشرار، في عثرة وسرقة الفضائل الروحيّة من المؤمنين:

**الكذب**

كان الشيطان يعلم أنَّ حواء تقضي أوقاتاً كثيرة بصُحبة الحيّة، فقد جاء في سفر التكوين: " وَكَانَتِ الْحَيَّةُ أَحْيَلَ جَمِيعِ حَيَوَانَاتِ الْبَرِّيَّةِ الَّتي عَمِلَهَا الرَّبُّ " (تك1:3)، وكلمة أحيل  ترجمة غير دقيقة، لأنَّها جاءت في النص العبريّ (حكمة חכמה) ويمكن ترجمتها (حكيمة أو ذكيّة).

وقد نجح الشيطان أن يتسلّل إليها عن طريق محبوبتها الجميلة، واختار وقتاً لم يكن آدم معها، ومكاناً كانت فيه حواء بجانب الشجرة! فكذب عليها وأوهمها أنَّ الأكل من الشجرة سوف يجعلها مثل الله! وقد كان! فصدَّقت كلامه ولم تصمد أمام إغرائه، فأكلت وأعطت آدم فأكل أيضاً..!

**النميمة والإدانة**

قد تذهب إلى الكنيسة لتُصلِّي، وتخرج منها وأنت في قمّة العزاء، وبعد الانتهاء من الصلاة وبينما أنت في طريق عودتك إلى البيت، يُقابلك صديق عزيز عليك ويبدأ في سرد قصص ومواقف وأخبار.. تنتهى بإدانات وألفاظ جارحة وتشويه سمعة أبرياء، وبدلاً من أن تعود فَرِحَاً تحمل كنوزاً روحيّة في قلبك، تعود حزيناً لأنَّ كنوزك قد سُرقت! وارتكبت خطايا لم تكن تتوقَّعها! والسبب إنسان له مظهر التقوى ولكنَّه من الداخل شرير، لا يبث سوى السموم ولا يعرف سوى الهدم!

فلو كنت يقظاً ورافقت في الطريق إنساناً باراً، لكان قد عزَّاك واجتذبك معه إلي الفضيلة والتقوى، ولهذا قال أحد الشيوخ: " إذا مشيت مع رفيق صالح من قلَّايتك إلي الكنيسة فإنَّه يُقدِّمك ستَّة أشهر، وإذا مشيت مع رفيق رديء من قلَّايتك إلي الكنيسة فهو يؤخِّرك سنة ".

ونفس السبب دفع مار إسحق السريانيّ أن يقول: " الَّذي لا يشابهك تجنَّبه ولا تُعاشره، لأنَّ الماء الَّذي من أعلي ينزل بسهولة إلي أسفل، وأمَّا الَّذي من أسفل يصعد بعد جهد، لأنَّك عندما ترفعه إلي فوق ينحدر إلي أسفل ".

تذكَّروا المثل الشعبيّ: " اختار الرفيق قبل الطريق ".

**قصَّة البلبل المحبوب**

قرأت قصَّة رمزيّة وطريفة توضِّح مدى الألم، الَّذي يجنيه كل من يُخالط الأشرار، فقد لاحظت طفلة أنَّ والدها أصبح قليل الكلام، وقد ارتسمت علامات الحزن على وجه، فدار بينهما هذا الحوار:

- أبي، لماذا أنت حزين وكلامك صار قليلاً؟

- لقد بذرت القمح وكلَّفني الكثير.

- كثيرون يُبذرون ويحصدون، فما الغريب في هذا؟

- الغريب أنَّ العصافير جاءت والتقطت ال[حبوب.](http://st-takla.org/Full-Free-Coptic-Books/FreeCopticBooks-002-Holy-Arabic-Bible-Dictionary/21_KAF/KAF_115.html)

[-](http://st-takla.org/Full-Free-Coptic-Books/FreeCopticBooks-002-Holy-Arabic-Bible-Dictionary/21_KAF/KAF_115.html) ماذا ستفعل؟

- سأحمل بندقيَّتي وأضرب [العصافير](http://st-takla.org/Full-Free-Coptic-Books/FreeCopticBooks-002-Holy-Arabic-Bible-Dictionary/18_EN/EN_155.html) بالرصاص!

وقد كان وخرج الأب إلى [الحقل](http://st-takla.org/Full-Free-Coptic-Books/FreeCopticBooks-002-Holy-Arabic-Bible-Dictionary/06_H/H_152.html)، وصوَّب بندقيَّته وأطلق الرصاص، فطارت [العصافير](http://st-takla.org/Full-Free-Coptic-Books/FreeCopticBooks-002-Holy-Arabic-Bible-Dictionary/18_EN/EN_155.html)، لكنَّه لاحظ أنَّ طائراً مجروحاً يحاول الحركة فأسرع نحوه، وكم كانت دهشته عندما اكتشف أنَّه بلبله الجميل الَّذي يُحبّه، لقد هرب من قفصه ورافق [العصافير](http://st-takla.org/Full-Free-Coptic-Books/FreeCopticBooks-002-Holy-Arabic-Bible-Dictionary/18_EN/EN_155.html) الَّتي تجمَّعت لتلتقط [القمح](http://st-takla.org/Full-Free-Coptic-Books/FreeCopticBooks-002-Holy-Arabic-Bible-Dictionary/21_KAF/KAF_115.html)، فحزن الرجل على البلبل، وأمسك به في حنان وغطَّاه بمعطفه، وعاد به إلى البيت ليُعالجه.

لقد هربت [العصافير](http://st-takla.org/Full-Free-Coptic-Books/FreeCopticBooks-002-Holy-Arabic-Bible-Dictionary/18_EN/EN_155.html) المُفسدة للحقل ونجت من الموت، بينما أُصيب البلبل المسكين، لأنَّه رافقهم مع أنَّه لم يكن محتاجاً إلى الطعام!

**العثرات**

من قصَّة لوط نعرف أنَّه كان مرافقاً لأبينا إبراهيم عدَّة سنوات، جمع خلالها ثروة طائلة، ولكن حدث خلاف بينهما بسبب الرعاة فانفصلا، واختار لوط لنفسه أن يسكن في أرض سدوم بين الأُمم الأشرار، لأنَّها كانت خصبة " كَجَنَّةِ الرَّبِّ كَأَرْضِ مِصْرَ " (تك10:13).

ولكنَّ شعب سدوم كانوا يشربون الإثم كالماء، وتعرّوا من الفضيلة، ولم يكن خوف الله في قلوبهم.. فكان " الْبَارُّ بِالنَّظَرِ وَالسَّمْعِ وَهُوَ سَاكِنٌ بَيْنَهُمْ يُعَذِّبُ يَوْماً فَيَوْماً نَفْسَهُ الْبَارَّةَ بِالأَفْعَالِ الأَثِيمَةِ " (2بط8:2)، فماذا انتفع لوط من غِناه؟ وماذا جنى من سكناه بين الأشرار؟ لم يجنِ سوى العثرات، وتعرّض للسبي ولم يُنقذه سوى إبراهيم، وعندما خرج من المدينة ماتت زوجته، عندما نظرت بأسف على سدوم وهى تحترق، وابنتاه سقطتا معه في الخطيَّة!

**عدوى الفتور الروحى**

قد تخضع فتاة لتأثير الأُسرة وتتزوّج من شاب غني، ولكنَّه بعيد عن الكنيسة ولا يُمارس الوسائط الروحيّة، فتتحول الحياة الزوجيّة إلى اجترار مجموعة من اللذَّات فقط، ويُضعف الزوج من روحيّات زوجته, وعندما تضعف الحياة الروحيّة ليس هناك أسهل من الخطيَّة..

وهكذا تفعل الزوجة عندما تفتر حياتها الروحيّة مع زوجها، أو عندما يتملَّكها الشر وتُصبح أداة طيّعة في يد الشيطان، فلولا عشرة آخاب الملك مع إيزابل الشريرة، ما كان قد تقسّي قلبه ليقتل نابوت اليزرعيلي ويأخذ حقله، فهي الَّتي قدَّمت له الفكرة الشريرة، وساعدته بمكرها علي تنفيذها (1مل21).

وسليمان الحكيم فترت روحياته وانحرف وسقط، بسبب نسائه الغريبات عن بني إسرائيل، اللاتي أملن قلبه وراء آلهة أخري فأقام المرتفعات " لِجَمِيعِ نِسَائِهِ الْغَرِيبَاتِ اللَّوَاتِي كُنَّ يُوقِدْنَ وَيَذْبَحْنَ لآلِهَتِهِنَّ " (1مل11 : 1-8).

**المشورة الخاطئة**

كثيراً ما يتسبّب الناس في سرقة روحياتنا، وذلك من خلال إرشاداتهم الخاطئة، وكل من قرأ قصَّة القدِّيسة لوسي، يرى أنَّها كانت فتاة طاهرة، ولكنَّ أُمَّها أرادت أن تزوّجها من شاب وثنيّ، على أمل أنَّ ابنتها المؤمنة سوف تجذبه بروحيَّاتها المرتفعة إلى الديانة المسيحيّة، فلمَّا رفضت لوسي اغتاظ الشاب الوثنيّ جداً، ووشى بها إلى الوالي، وتسبّب في عذابها وموتها، والسبب أُمَّها ومشورتها الخاطئة!

ولهذا يُخطيء كل من يُصادق الخُطاة علي أمل إصلاحهم، خاصة إن كانت روحياته ضعيفة، لأنَّ من لمس القار لصق به، ومن عاشر الأردياء اكتسب صفاتهم، فالخطيّة مرض معدي، وسهل الانتقال من أصحاب الأخلاق الرديّة إلى أصحاب الأخلاق الجيّدة، والأفضل أن تهرب من كل شرير خبيث، وتعتبره أشر من اللصوص، لأنَّ السارق إنَّما يسرق مالك، وأمَّا هذا يسلبك شرفك وأخلاقك، إنَّه يسرق غني النفس وكنز الفضائل الثمينة.

**العادات السيئة**

قد تنشأ فتاة داخل أُسرة تتعلّم منها كل ما هو سيء، فما أكثر الأُمَّهات اللواتي يُعلَّمن بناتهن اللبس الخليع والنكت القبيحة والكلام الهزْليّ.. فتكبر الفتاة وتتحوّل الحياة في نظرها إلى اجترار مجموعة من اللذَّات، وتحقيق قائمة طويلة من الشهوات.

يُحكى أنَّ طفلاً صغيراً دخل أبوه المنزل فوجده يُدخِّن سيجارة! لقد كان المنظر مُثيراً جعل الأب يصمت لحظات كأنَّها دهر، فلمَّا سأله من علَّمك هذا: أجاب الطفل ببراءة: أنا بعمل زي ماما!! فهل طفل مثل هذا يمكن أن يُصلّي أمام أُمَّه؟! أو يدخل الكنيسة ليتعلّم ويتناول ويحضر مدارس الأحد؟!

ولو سألت كثيرين ممّن يدخِّنون: من علَّمكم التدخين؟! لأجابوا: إنَّهم زملاؤنا!

**موقفنا تجاه الأشرار**

ويتساءل البعض عن موقفنا تِجاه الأشرار.. هل نبتعد عنهم أم نظل نتعامل معهم؟ فنجيب بأنَّ هناك عدَّة وسائل للتعامل معهم حرصاً على أبديَّتنا، أهمُّها الآتي:

**أحبّهم ولا تتشبّه بهم**

أمَّا الشرير فيجب أن نُحبه لأنَّ " **غَايَةُ الْوَصِيَّةِ فَهِيَ الْمَحَبَّةُ مِنْ قَلْبٍ طَاهِرٍ وَضَمِيرٍ صَالِحٍ وَإِيمَانٍ بِلاَ رِيَاءٍ** " (1تى5:1)، ولكن الحُب لا يعني أن أُحِبَّ شرّه، أو أكون **أحمقاً أو ساذجاً**، وهذا ليس له علاقة بالمسامحة والغفران، فأنا سوف أغفر لكل من يُسيء إليَّ، لأنِّي مسيحي من أهم وصايا إنجيلي الغفران " **إغْفِرُوا يُغْفَرْ لَكُمْ** " (لو37:6)، ولكن يجب عليَّ أن أخلق **شيئاً**من التوازن، بين حُبِّي لإنسان ماكر قد خدعني من أجل مصالحه، وبين حُبِّي لنفسي الَّتي هي أثمن شيء أملكه، وأسعى جاهداً لأُحافظ عليها من التمزّق أو الجروح البشريّة أو **الهلاك الأبديّ**..

لِذا يجب أن أسأل عن أفضل طريق أستطيع أن أسير فيه لأصل في النهاية إلى الحياة الأبديّة! فإن تخلّيت عن إنسان يتلوّن كالحيّة الرقطاء في أشعة الشمس، وأخفى عنِّي حقائق هامة في شخصيّته المُمزَّقة، والمُغلَّفة بالكذب والمكر، لا أكون خائناً له، فربَّما اكتشفت إدمانه الَّذي أخفاه عنِّي سنينَ عِدَّة، فهل تلومني لو ابتعدت عنه ليس لإدمانه فقط، بل ولكذبه الَّذي هو أخطر من الإدمان وسوف أجني نتائجه؟! وهذا المفهوم يدفعنا إلى نقطة في هامة ألا وهى:

**إجعل الكتاب المقدس دستورك**

لقد وضع لنا القدِّيس بولس الرسول مبدأ روحيّاً هاماً، في تعاملنا مع الناس قال فيه: " لاَ تَضِلُّوا! فَإِنَّ الْمُعَاشَرَاتِ الرَّدِيَّةَ تُفْسِدُ الأَخْلاَقَ الْجَيِّدَةَ " (1كو33:15)، كما قال: " لاَ تُخَالِطُوا الزُّنَاةَ " (1كو9:5)، " اعْزِلُوا الْخَبِيثَ مِنْ بَيْنِكُمْ " (1كو13:5)، وقد وردت نفس النصيحة لمُعلِّمنا داود النبيّ في المزمور الأول: " طُوبَى لِلرَّجُلِ الَّذي لَمْ يَسْلُكْ فِي مَشُورَةِ الأَشْرَارِ وَفِي طَرِيقِ الْخُطَاةِ لَمْ يَقِفْ وَفِي مَجْلِسِ الْمُسْتَهْزِئِينَ لَمْ يَجْلِسْ " (مز1:1).

تذكّر دائماً أنَّ استنشاق الهواء النقيّ، والسُكني في الأماكن الحسنة تفيد الجسد، وهكذا صُحبة الأتقياء نافعة ومفيدة للأخلاق والروحيّات.. أمَّا مجالس الخُطاة فهى ملوَّثة، ولن تجني منها سوى القلق النفسيّ والفتور الروحيّ، ولهذا يجب أن تكون حذراً فالوقاية خير من العلاج!

**تأمّل سمات الأشرار**

- 51 -

- 52 -

تُعد **الكراهيّة** هى أبرز سمات الأشرار، وهى تهدف إلى إشباع الميول العدوانيّة داخل الإنسان، إنَّها علاقة مع الآخر ولكنَّها تهدف إلى تدميره، وغالباً ما تكون الكراهيّة مصحوبة بالقسوة، ولهذا يُعامل الشرير بقسوة متناهية من يقعون تحت سلطانه، ويتحيّن الفرصة لإهانتهم والتقليل من شأنهم..! وهكذا يصير الشرير أكثر الناس بؤساً، وباستمراره في الحياة يصير أشهر الناس حسداً وغدراً وفجوراً وظُلماً..! ويبقى السؤال: إنسان ممزّق روحيّاً ومُحطّم نفسيّاً ومنحرف أخلاقيَّاً.. ما الَّذي يعود عليك من صُحبته؟!

كما أنَّ هناك أُناساً تحوّل الشر فيهم إلى مرض نفسيّ، وهم في حاجة إلى طبيب، ولهذا يجب عليك أن تكون واقعيّاً، وتعرف حدودك جيِّداً، وتتذكّر دائماً أنَّك إنسان تحت الضعف، وارتباطك بمثل هذه النوعيّة من البشر قد يؤثِّر عليك كما أثّر من قبل على كثيرين غيرك، فسقطوا في خطايا، وتورَّطوا في مشاكل شوَّهت سمعتهم.

**مهم أن تنظر لأسرتك**

أنت لست مسئولاً عن نفسك فقط، لأنَّك تحيا في أُسرة داخل مجتمع، إذاً، لابد أن **تحفظ سمعتك** ليس من أجلك فقط بل ومن أجل أُسرتك أيضاً، فليس أقسى على الإنسان من الموت الأدبيّ، عندما يفقد كرامته وتتشوّه سمعته بين الناس، ولهذا يجب عليك وأنت تتعامل مع الناس أن تُفكَّر في الطريقة المُثلى الَّتي من خلالها تستطيع أن تحفظ سمعتك أنت وأُسرتك، وأيضاً مساعدة الناس المُعذّبين حسب قدراتك وظروفك، وإن أردت نُصحاً أقول: قد تتعامل مع شخص مدمن وسارق.. فهل من الحكمة أن تسمح له بالتردُّد على بيتك كثيراً وأنت متزوِّج ولديك ابنة؟! ولهذا يجب أن تنظر إليه لا بالعاطفة بل بالعقل، على أنَّه إنسان قد يشوّه سمعتكم، ويؤذيكم لأنَّه لا يملك إرادته، وضميره ميت ولهذا يقولون: الهيروين يُذيب الضمير!

**تمسّك بالفضيلة**

عندما نحيا بين أُناس أشرار، فنحن في حاجة إلى الفضيلة أكثر من احتياجنا للمال، فهي **غنى** من لا غنى له، وثروة لمَن أراد الغنى الحقيقيّ، هي ملجأ للهارب من الشر، ورجاء للمريض في فراشه، ومعزٍ للحزين، وهي أيضاً قوّة وسلاح للضعيف..

الفضيلة **تُقوّي النفس،** وتساعد الإنسان على اجتياز المتاعب، وتحمُّل الضيقات والمشاكل الَّتي تواجهه، فالإنسان في ساحة حرب يُحاربه أُلوف الأعداء، وتتنازعه مئات الشهوات، وتُصادفه تجارب كثيرة يجب أن يتغلّب عليها، حتَّى لا تسود عليه وتسحقه تحت عجلاتها القاسية، ولا سبيل للتغلُّب على هذه المعوّقات إلاَّ بالفضيلة.

ولعل أعظم ما في الفضيلة أنَّها **تحفظ سمعة الإنسان** طاهرة، وهذه تجعل الإنسان يحيا سعيداً بين الناس، ويفرح عندما يرى الثقة في أفعالهم، والحُب في كلامهم.

أمَّا الفضيلة فيجب أن تكون بعيدة عن محبّة المديح أو نوال المكافأة، بل من أجل الله " **مَنْ سَقَاكُمْ كَأْسَ مَاءٍ بِاسْمِي لأَنَّكُمْ لِلْمَسِيحِ فَالْحَقَّ أَقُولُ لَكُمْ إِنَّهُ لاَ يُضِيعُ أَجْرَهُ**" (مر9: 41)، وهي بذلك تكون ثمرة من ثمار المحبّة.

**استخدم سلاح الصلاة**

كثيراً ما نسعى لحل مشاكل الناس عن طريق العقل فقط، مع أنَّ الصلاة كثيراً ما تكون أكثر فاعليّة من العقل؟ فالعقل محدود ويُخطيء، وكما قال سليمان الحكيم: " **الْعقَلُ الْبَشَريُ قَاَصِرُ وَوَسَائِلَهُ عَاَجِزَة كُلِ الَعَجْز"** (حك14:9) أمَّا الصلاة فتفتح لنا أبواب السماء، وتستدرج النعمة الإلهيّة.

والحق إنَّ الصلاة هى أعظم سلاح نُحارب به في هذه الحياة، ولكنَّ الصلاة بلا إيمان لا قيمة لها، ولهذا يجب أن يكون لنا إيمان حقيقيّ بأنَّ الله هو أب لنا، وراعٍ صالح يقودنا إلى المراعي الخضراء ولا يجعلنا نهيم فوق الصحراء الجرداء، وإن صمت مدَّة فلا تيأس، بل تذكّر قول صفنيا النبيّ: "  **يَسْكُتُ فِي مَحَبَّتِهِ** " (صفنيا17:3).

#### : هموم الحياة

#### الفصل

**الرابع**

الهموم هى كل **ما** **يشغل الإنسان ويؤرِّق فكره**، وهى مشتقّة من **الاهتمام** الزائد بشيء ما، والعجيب أنَّ الناس كثيراً ما تشغلهم هموم الحياة، وقد كان الأفضل لهم أن يُعاملوا الحياة كطفل صغير، يجب أن يُلاطفوه حتَّى ينام ويرتاحوا من صراخه!

**خطورة الهموم على حياتنا**

إنَّ الحياة سواء الروحيّة أو النفسيّة أو الجسديّة، تحتاج إلى مقوّمات أساسيّة لتنمو، ولهذا تُعد الهموم أشواكاً خانقة للحياة، وهذه **أخطر نتائج الهموم**:

**الفتور الروحي**

في ظل **المشاكل الاقتصاديّة** المُعقّدة، نرى ملايين البشر يذبحهم الجوع ذبحاً، وغيرهم يموتون من التعذيب والاضطهاد **بسبب أعداء الحُرِّيَّة!** ولهذا يصرخ كثيرون قائلين: نُريد أن نحيا حياة مسيحيّة، ونواظب على الكنيسة ونصلّى ونخدم.. ولكن كيف يتحقّق هذا ونحن قلقون فكريّاً وغير مستقرين جسديّاً؟! فمنذ أن تخرَّجوا وهم يبحثون عن عمل! وتفكيرهم المستمر في مشاكل العصر سلب صلواتهم وتأمُّلاتهم، وقضى على خَدَماتهم.. وهكذا تزداد هموم الحياة وتضعف الروحيّات بل تتلاشى!

- 7 -

- 8 -

**الأمراض**

حيث الهموم هناك الضغوط، الَّتي تُشير إلى كل ما يُسبِّب ضيقاً أو ألماً للإنسان، ومن المعروف أنَّ الضغوط تؤدي إلى الإصابة بالأمراض النفسيّة والجسديّة نتيجة الكبت، بسبب عجز الإنسان عن حل مشاكله والتنفيس عمَّا يُتعبه، فتبدأ الرغبة المكبوتة حياة جديدة داخل الإنسان في ما يُعرف باللاشعور أو العقل الباطن، وتبقى هناك محتفظة بطاقتها وتظل تبحث عن مخرج لإطلاق طاقتها المحبوسة.

ومن المعروف أنَّ لكل إنسان طاقة مُعينة للتكيُّف مع الضغوط احتمال المشاكل، إلاَّ أنَّ التعرّض الدائم للضغوط يؤدّي تدريجيّاً إلى ضعق بل انهيار هذه الطاقة، ومن ثَمَّ تضعُف قدرة الجسم على المقاومة، والعقل يتشتت وتفقد تركيزه.. فتُصيبه الأمراض ويتبعها الموت..!

**الانحراف**

مع كثرة الهموم يبحث الإنسان عن لذَّة، كتعويض عن الضيق الناتج من الهموم وما يُصاحبه من ضغوط، فهناك من يلجأ إلى الإدمان كمحاولة فاشلة ومدمِّرة، لنسيان واقعه الأليم الَّذي يهرب منه! وهناك من يلجأ إلى الجنس الَّذي قد يتحوّل إلى إدمان! وقد ثبت أنَّ هذه المحاولات لا تحل المشاكل بل تزيد الضغوط أكثر، لأنَّ الإنسان قد يعاني من مشكلة تنتهي بعد فترة، ويمكن أن يتخلّص من نتائجها بسهولة، في حين أنَّ خطيَّة الجنس أو الإدمان قد تصيبه بتشوّهات نفسيّة لا يقدر أن يتخلّص منها!

كما أنَّ كثيرين لجأوا للسرقة لسد احتياجات أولادهم، والسرقة كثيراً ما تقود إلى الفضيحة أو السجن أو القتل، وبدلاً من المعاناة من مشكلة واحدة كالفقر، أصبحوا يُعانون من مشاكل كثيرة، وهذا ليس بغريب لأنَّ المشاكل والخطايا سلسلة متشابكة، كل واحدة مرتبطة بالأُخرى! مثلما يسقط إنسان على سُلُم كل درجة تُسلّمه إلى الأُخرى!

**الشعور بالنقص**

فى حالات كثيرة يشعر الإنسان بالمذلّة بسبب هموم الحياة، ومُعاناة الأُسرة الخانقة من ضيقة ماليّة، فيلجأ إلى الآخرين لسد احتياجاته، فيتولّد عن ذلك شعور بأنَّه أقل منهم، وفي حالات كثيرة يدفعه هذا الشعور إلى حسد الأغنياء والحقد عليهم ومحاولة سرقتهم والانتقام منهم!

وما أكثر حالات الحِرمان الَّتي أضرَّت بكثيرين فتحوَّلوا إلى شخصيَّات سيكوباتيّة (ضد المجتمع)، فسرقوا أموالاً وقتلوا أبرياءً واغتصبوا نساءً..! وهناك من ذاقوا مرارة الفقر فلمَّا كبروا عاشوا في تبذير مفرط، وغيرهم عاشوا في بُخلٍ شديد قد يصعُب وصفه!

**الهموم لص يسرق روحياتنا**

ويتساءل البعض: كيف تسرق الهموم روحياتنا؟ فنُجيب بأنَّ اللص كثيراً ما يسرق متخفِّيّاً حتَّى يخدع الناس، وإن ظهر علانيّة يستخدم أساليب ملتوية، وهذه بعض أمثلة:

**العمل**

قد يتعب الإنسان بحثاً عن عمل، وهو في هذا لم يُخطيء، فلو كان يكفي أن نتمنَّى هذا الشيء أو ذاك، حتَّى نراه موجوداً أمامنا دون القيام بأدنى عمل أو جهد يُذكر، لَمَا كان هناك أيّ معنى لحياتنا على الإطلاق، وأصبحنا مجرَّد كائنات ضعيفة إلى أبعد الحدود، فما معنى حياة تدور في عجلة الخلاء، وبلا هدف يمكن أن يتحقّق من خلال العمل؟! ولَعَل أهم ما في العمل أنَّه مُبيد للكسل ويقضي على الفراغ، كما أنَّ في العمل إشباعاً للنفس وتحقيقاً للذات الَّتي لا تكُف عن التجديد.

ولكن تحت مُسمَّى **المركز المرموق** يسعى الإنسان، فما أن يتحقّق هدفه، فسرعان ما **تتملَّكه العظمة ويُصيبه الكبرياء في مقتل**! ويتحوّل العمل بالنسبة له إلى وسيلة للسلطة والسلب والتحكُّم في الناس..!

وكثيراً ما يسعى الإنسان للوصول إلى مركز مرموق، عن طريق الرشوة أو القتل.. فيتحوّل العمل الَّذي هدفه الرزق، إلى **وسيلة للضياع بل الموت**! ومن الأمثلة الواضحة على ذلك **أبشالوم** بن داود، الَّذي اشتهى المُلك فانشق على أبيه داود، وحاربه بعنف ليجلس على كرسيِّه، ففقد كل شيء ومات في الحرب!!

**المال**

وهو من أكثر الأشياء الَّتي تخدع الإنسان وتسلب روحيّاته، أمَّا خداعه فيستند على عبارة **تأمين الحياة**، ونحن لا نُنكر أنَّه لواجب على الإنسان أن يكون لديه بيت هاديء مستقر، ويكون قادراً على الوفاء بالتزاماته نحو الأُسرة والمجتمع.. فهذا واجب مسيحيّ، ولكن أن يُقيّم كل الأشياء بالمال، وتُصبح محبَّته للمال هى القوَّة الدافعة للحياة فهذا شر، وكل الَّذين عاشوا بهذا الفكر فشلوا وعجزوا عن تحقيق السعادة فى حياتهم، فالمال وإن كانت تراه العين وتلمسه اليد، إلاَّ أنَّه عاجز أن يهب الإنسان سعادته، لأنَّه لا يستطيع أن يلمس القلب من الداخل حيث مركز السلام الحقيقيّ!

فحياتنا إذاً، ليست فى امتلاء خزائنا بالأموال، بل بامتلاء قلوبنا بالسلام، سلام الله الَّذى يفوق كل عقل، وهذا السلام الروحانىّ لا يُشترى بالمال!!

**الحب**

يُعد الزواح هو حُلم كل فتاة، وقد تجد الفتاة شخصاً مناسباً وبالفعل تتم الخطوبة، فتنطلق في حياتها العاطفيّة مندفعة، **ولا تُفرّق بين حب بريء وشهوة تافهة وزائلة**، فتجد نفسها متورّطة في مشاكل لا حصر لها.

وكثيراً ما **تتحايل العاطفة** على الإنسان بمفاهيم خاطئة كثيرة، **فيمتزج الحُب بالجسد**، وبعد قليل يُسيطر الجسد وتتملك الشهوة ويضيع الحُب ولا يعود له مكان في القلب!

**وسائل للتكيف مع هموم الحياة**

إنَّ الهموم هى سمة من سمات الحياة، وقد تكون همومك محصورة في الماديَّات فقط فتحسد الأغنياء على غناهم، وأنت لا تُدرك أنَّ هناك هموماً نفسيّة وروحيّة يُعانون منها وهى تفوق همومك، وهذه بعض الوسائل قد تُساعدك على التكيّف مع هموم الحياة:

**تطلع إلى المثل الأعلى**

إنَّ هموم الفقر كثيراً ما تؤرِّقنا، وقد نعجز أن نرفع من مستوانا لنتخلّص من همومنا، ولكن هل فكرنا في أعظم فقير عاش على الأرض وهو المالك الكل؟! إنَّه **السيَّد المسيح** الَّذي قال مرّة: " **لِلثَّعَالِبِ أَوْجِرَةٌ وَلِطُيُورِ السَّمَاءِ أَوْكَارٌ وَأَمَّا ابْنُ الإِنْسَانِ فَلَيْسَ لَهُ أَيْنَ يُسْنِدُ رَأْسَهُ "** (مت27:5).

لقد وُلِدَ فى مذودٍ حقير من أُمٍ فقيرة! ولو أراد لوُلِدَ فى أعظم القصور، ولكنَّه أراد أن يُعلن لنا أنَّ **العظمة الحقيقيّة قد تكون في أكواخ المعدومين** وليست في قصور الملوك! وعندما ارتفع على الصليب وبلغ أقصى درجات الازدراء، ظهرت عظمته الحقيقيّة كإله السماء والأرض الَّذي فزعت الطبيعة من منظره، وخجلت أن تنظر خالقها وهو على الصليب عُرياناً، فأخفت الشمس شعاعها، والقمر هو الآخر لم يُعطِ ضوءه، والصخور تشقَّقت، والقبور تفتَّحت.. كما لو كانت تحتج على صلب البشر لخالقهم!

**إنموا بالروح**

إلى أن نموت سيظل الخير والشر يتصارعان والنور والظلمة يتعاقبان، والشر لا يموت والظُلمة لا تفنى، ولكنَّنا نستطيع أن ننموا بالروح ونُكثر من عمل الخير ونُزيد من أنوار الفضيلة، فينحصر الشر ويختفي الظلام! وهموم الحياة الَّتي تؤرِّقنا لا يكون لها سلطان علينا.

لقد عاش سليمان الحكيم يلهث وراء لذَّات الجسد، وقد قال مرَّة: " **وَمَهْمَا اشْتَهَتْهُ عَيْنَايَ لَمْ أُمْسِكْهُ عَنْهُمَا، لَمْ أَمْنَعْ قَلْبِي مِنْ كُلِّ فَرَحٍ** " (جا10:2)، ولكنَّه بعدما اكتشف أنَّ اللذَّة حقيرة والشهوة خسيسة عاد فقال: " **فَلْنَسْمَعْ خِتَامَ الأَمْرِ كُلِّهِ: اتَّقِ اللَّهَ وَاحْفَظْ وَصَايَاهُ لأَنَّ هَذَا هُوَ الإِنْسَانُ كُلُّهُ "** (جا13:12)، ولهذا إن أحسست يوماً بأنَّك مُرهق من ركض السنين، وابتسامتك تختفي خلف تجاعيد الأيام، والحياة أصبحت لا تُطاق، والعالم صار سجناً، والساعات لا تعني إلاَّ مزيداً من الألم، وأنَّ كل شيء أصبح موجعاً، فليس أمامك إلاَّ أن ترفع عينيك إلى السماء، وثق أنَّ الله سيسمع صراخك وينظر إلى دموعك.

**صحح مفاهيمك الخاطئة**

قد تحيا مهموماً لأنَّك لا تملك ثروة أو عربة.. ولهذا يجب أن تُصحِّح مفهومك عن الغنى بسؤال بسيط: إن كان الغنى الحقيقىّ فى المال، فلماذا تجرَّد القدِّيسون من أموالهم ليتفرَّغوا لله؟! أليس الله جوهرة ثمينة يتمنَّى كل من يُحِبه أن يبيع كل ما يملك ليشتريها! لقد صار الفقراء أثرياءً! عندما أحبّوا الله وكرَّسوا قلوبهم له، ولهذا يقول مُعلِّمنا بولس الرسول: **" كَفُقَرَاءَ وَنَحْنُ نُغْنِي كَثِيرِينَ، كَأَنْ لاَ شَيْءَ لَنَا وَنَحْنُ نَمْلِكُ كُلَّ شَيْءٍ** " (2كو10:6)، ولهذا يجب ألاَّ تكره الناس لغناهم، فما أكثر الأثرياء الَّذين تعبوا حتَّى كوَّنوا ثروتهم الطائلة، بل تعلّم أن تستفيد منهم، وتفرح لأفراحهم، وتشاركهم آلامهم فهم أيضاً يتألّمون وربَّما أكثر منك!

**لا تهتم فيما للغد**

يقول رب المجد يسوع: " **لاَ تَهْتَمُّوا لِلْغَدِ لأَنَّ الْغَدَ يَهْتَمُّ بِمَا لِنَفْسِهِ يَكْفِي الْيَوْمَ شَرُّهُ "** (34:6)**،** وقد وبّخ الله الغني الغبي قائلاً: " **يَا غَبِيُّ هَذِهِ اللَّيْلَةَ تُطْلَبُ نَفْسُكَ مِنْكَ فَهَذِهِ الَّتي أَعْدَدْتَهَا لِمَنْ تَكُونُ؟ "** (لو20:12)، ولهذا مهم أن نحيا في حدود يومنا، فلا نقلق على المستقبل لأننا لا نعرف ساعة موتنا وظروف الحياة متغيّرة، أو نندم على الماضي لأنَّه لن يعود، وإن فعلت غير هذا فسوف تدفع الثمن من صحتك وروحياتك، فتخسر حياتك على الأرض وتضيع حياتك الأبديّة!

تذكَّروا دوماً قول أيوب الصدِّيق: " **عُرْيَاناً خَرَجْتُ مِنْ بَطْنِ أُمِّي وَعُرْيَاناً أَعُودُ إِلَى هُنَاكَ "** (أي21:1).

**لا تشغل نفسك بأشياء بسيطة**

ولا تجعل صغائر المشاكل تهدم سعادتك، ولا تسمح لنفسك بالثورة من أجل أشياء تافهة، ولهذا قديماً كان البحَّارة الصينيّون عندما يُسافرون يأخذون معهم قارباً صغيراً، حتَّى إذا صادفهم حوت يلقون له القارب، فينشغل به ويهربوا هم من افتراسه، ونحن أيضاً كثيراً ما يلقي لنا الشيطان قوارب صغيرة، مثل مشكلة تافهة، صراع بسبب الغيرة أو قلق من المستقبل، فننشغل بها ونسقط في خطايا وتهرب منَّا لحظات السعادة، ويبتعد عنَّا الناس الأبرار.

وربَّما نفقد السيطرة على أعصابنا لأتفه الأسباب ونُحرم لذَّة النوم، وتمر الأيام وتنقشع الهموم ويزول القلق، وننعم بالهدوء، ثم تأتي مشكلة جديدة ونمر بتجربة أُخرى، فهذه هي طبيعة الحياة، فلا تعطِ الأُمور أكثر ممَّا تستحق، بل قدّر قيمة الشيء وأعطِ كل شيء حقَّه من الاهتمام.

**إفهم طبيعة الحياة**

هل يمكن أن تسير الحياة بلا مشاكل أو تجارب؟ كيف يكون هذا والإنسان يحمل في داخله بذور الخير والشر؟ كما أنَّنا نحيا مع أُناس لهم أفكار متنوعة وثقافات مختلفة.. وهذه كلّها عوامل تؤدي إلى الخلافات بين البشر؟!

وقد يلجأ الإنسان إلى الوحدة بسبب هموم الحياة ومشاكلها، ولكنَّه سرعان ما يعود لأنَّه أراد أو لم يُرد، **فإن دائرته الخاصة الَّتي يحيا فيها سوف تدخل ضمن دوائر أُخرى كثيرة..** فهناك أهداف كثيرة لابد أن يعمل من أجلها، ومسئوليّات كثيرة تفرض عليه، ولهذا يجب أن يحتمل.

- 37 -

- 38 -

ضع أمامك أنَّ الحياة انتصارات وهزائم.. مكاسب وخسائر.. والعاقل هو من لا يسمح لهزائمه أن تُزلزل حياته، والحياة أيضاً مد وجزر، والإنسان الناضج يتفهّم فلسفة الحياة فلا يتكبّر عند المد، ولا ينهار عند الجزر، بل تكون حياته واقعيّة، ملتزمة، إيجابيّة على الدوام.

قصَّة

**إشغل فراغك**

إنَّ معظم مشاكل الحياة هى بسبب الفراغ، سواء كان الفراغ بسبب عدم العمل أو كان روحيَّاً أو نفسيّاً، ولهذا قال أحد الآباء: " ما من خطيَّة إلاَّ وسببها الفراغ "، ولهذا مهم أن تنشغل وتبقى منشغلاً حتَّى لا تختنق بهموم الحياة. ويُعد العمل سيلة لشغل الفراغ، ولا بديل عنه من أجل الحياة، وفي العمل تحقيق للذات والرغبات فيتسلّل إليك إحساس بالسلام النفسيّ، وتنسى مؤقّتاً أحزانك، وبجانب شغل فراغك بالعمل والهوايات النافعة، يفيدك أيضاً شيء هام ألا وهو: التعبير عن أحاسيسك ومشاعرك الداخليّة مع صديق حميم تثق فيه أو مع أحد المرشدين، والأفضل أن يكون أب اعترافك، خاصة إن كنت تُحبّه وترتاح إليه.

**كن قنوعاً وتقيّاً**

يقول مُعلِّمنا بولس الرسول: " **أَمَّا التَّقْوَى مَعَ الْقَنَاعَةِ فَهِيَ تِجَارَةٌ عَظِيمَةٌ** " (1تي6: 6)، أمَّا القناعة فهي اكتفاء الإنسان بما عنده، لأنَّه كما قال أحد الفلاسفة: **من لا يكتفى بالقليل لا شيء يكفيه.**

ولو تأمَّلنا العظماء على مرْ التاريخ لوجدنا أنَّ معظمهم تربوا في أوساط فقيرة، وعندما كبروا لم يسعوا نحو الثراء، لأنَّهم عرفوا السعادة ليست في الثروات أو الممتلكات.. بل في أشياء أُخرى! وها **مارى كورى** مكتشفة الراديوم، الَّتي ذاقت آلام الفقر منذ صِغَرها تقول: **" في إمكان كل إنسان أن يشعر بالسعادة، حتَّى لو لم يكن معه ما يحتاجه من نقود أو ما يكفيه من طعام "،** وداود النبيّ يقول: "  **وَمَعَكَ لاَ أُرِيدُ شَيْئاً فِي الأَرْضِ "** (مز25:73).

**لا تكن أنانيّاً**

إنَّ الغالبية تعيش في ظل قانون دائم ألا وهو: **الاهتمام ثمَّ الاهتمام بأنفسهم،** بصورة تزيد من عزلتهم وتُعمِّق شعور الغربة في نفوسهم، ولهذا يجب عليهم أن يسألوا أنفسهم: هذه الحياة ما معناها؟ هذا الوجود ما هدفه؟ رحلة الحياة أين تمضي؟ لماذا خُلقنا؟ والحق إنَّ الأناتيّة تجعل الإنسان يتغذَّى على نفسه قبل أن يتغذَّى على الآخرين، ويحيا في دائرة الذات، ويسعى إلى تحقيق رغباته بكافة الطرق الخاطئة! وهذه خطايا وهموم تجعل الإنسان لا يحيا سعيداً!

**عالج سلبياتك وطور ذاتك**

كل إنسان فيه سلبيَّات كما فيه أيضاً إيجابيَّات، فحاول أن تتخلّص من الأشياء السلبيّة الَّتي تعوق نموك الروحيّ والنفسيّ وتُنمي الإيجابيّة، وفي هذا يضرب لنا **ديل كارنجي** مثلاً فيقول: " إذا وجدت بين يديك ليمونة مالحة، فحاول أن تصنع منها شراباً سائغاً حلواً ".

لكنَّ تنميّة الذات لابد أن يسبقها معرفة الذات، يلي ذلك معرفة أُخرى أرقى ألا وهى: تطبيق هذه المعرفة في الحياة الواقعيّة! ولكنَّنا نعترف بأنَّ معرفة الذات تتطلّب جهداً، كما أنَّها تُهدّد سلام الإنسان لأنَّها تُعد بمثابة تعرية للذات، ومن المعروف أنَّ الإنسان ضعيف أمام ذاته، ولا يحتمل أن تطفو ضعفاته على السطح!

- 23 -

- 24 -

**تكيف مع المجتمع**

إنَّ كان المجتمع يُمثَّل السلطة الَّتي تحمي الإنسان وتنظّم العلاقات بين أفراده.. **إلاَّ أنَّه ليس هو القوّة الإلهيّة** **المقدَّسة**، وليس كل ما يُريده المجتمع من الفرد لابد أن يكون حسناً على الدوام، فما أكثر القوانين العقيمة والظالمة! كالَّتي تُبيح شرب الخمور وتعاطي المُخدَّارات وممارسة الشذوذ؟! فهل مثل هذه القوانين تقود إلى التقدُّم؟! بالطبع لا، ولكن مهما حدث في المجتمع، فلا تهرب من نفسك في الظلام وعد إلى النور، وتعلّم فضيلة التسامح، ولا تجعل قلبك مستودعاً للكراهيّة.. وانظر إلى من هم حولك بابتسامة تجتاز المسافات وتخترق حواجز الصراع ..واجعل من ذاتك لوحة جميلة، يتعلّم منها الناس فضائل الروح وقوّة الإيمان وعظمة التضحيّة..

**نصائح عامة**

. استرح قبل أن يُدركك التعب.

. عندما تعترضك مشكلة إحسمها في الحال.

. أضف إلى عملك ما يزيد استمتاعك به.

. تعوّد على النظام والترتيب.

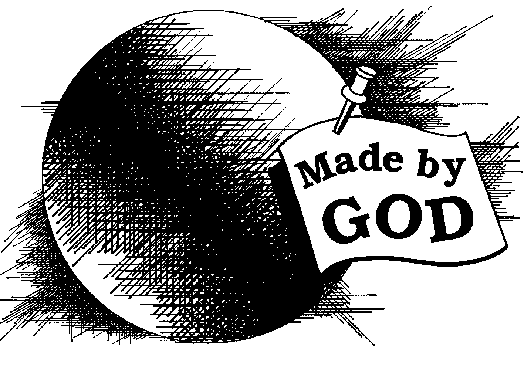
. إفعل الأهم ثمَّ المهم.

. لا تؤجِّل عمل اليوم إلى الغد.

. لا تحمِّل نفسك ما يفوق قدراتك.

. كن حكيماً في إنفاقك ولا تبخل على أُسرتك.

. لا تستسلم لعقدة الإحساس بالنقص.

******

**الفهرس**

|  |  |
| --- | --- |
| مقدمة........................................... | 5 55 |
| الفصل الاول.......................................  **الشيطان** | 7 99  9 |
| **الفصل الثاني**..................................... | 10 11 |
| **الشهوات** | 11 |
| **الفصل الثالث**..................................... | 15 16 |
| **الناس الأشرار** | 19 |
| **الفصل الرابع**..................................... | 19 21 |
| **D:\صور كتب ابونا كاراس\2y.jpgهموم الحياة** |  |

كتب صدرت وأُخرى تحت الطبع

1- شوكة الخطيَّة (الطبعة الخامسة)

2- الشهوة (الطبعة الثانيّة)

الشهوة 7 أجزاء (نفس الكتاب السابق)

جذور الشهوة + سلطان وسحر الشهوة + مظاهر الشهوة في

حياتنا + الشهوة والحُب + ماضي الشهوة وأثره في الإنسان +

موت الجسد وموت الشهوة + يمكنك أن تقمع الشهوة

3- اللذَّة الوهميّة (الطبعة الثالثة)

4- اللذَّة الحقيقيّة (الطبعة الثانية)

5- أزمة حب (الطبعة الثانية)

6- العاطفة (الطبعة الثالثة)

7- رسالة تعزية (الطبعة الثالثة)

8- الإنسان المجروح (الطبعة الثانية)

9- أغصان الشر (الطبعة الأولى) وقد تم طبعه 4 أجزاء

+ إليكم يا من تشعرون بالرفض +إليكم يا من تشعرون بالذنب

+إليكم يا من تشعرون بالخوف+ إليكم يا من تشعرون بالنقص

10- الثعالب الصغيرة (الطبعة الثالثة)

11- عصر القلق (الطبعة الثالثة)

12- الأنبا كاراس السائح (الطبعة الثانيّة)

13- متألمون ولكن.. (­صدر من قبل باسم ذخائر الظلام)

14- الذات (الطبعة الأولى)

15- مشكلة الشر (الطبعة الثانية)

16- رحلة الآلام (الطبعة الثالثة)

17- أرشدني عصفور (الطبعة الثانية)

18- علمتني سمكة (الطبعة الأولى)

19- انطلق (صدر من قبل باسم حُرِّيَّتي)

20- السكون في تعاليم مار إسحق السريانيّ (الطبعة الأولى)

21- أفكاري (الطبعة الأولى)

22- اللقاء (الطبعة الأولى)

23- المدخل إلى الحياة الروحيّة (الطبعة الثانيّة)

24- قـِف وانظر واسأل: أين هو الطريق؟ (الطبعة الثانيّة)

25- الحُب الإلهيّ (صدر من قبل باسم هكذا أحبنا)

26– الآخر في حياتي (الطبعة الثانيّة)

27- حوار عن الله (الطبعة الثانيّة)

28- الطبقيّة ضد التعاليم المسيحيّة (صدر من قبل باسم أسياد وعبيد)

29- عيد الميلاد (الطبعة الأولى)

30- عيد الغطاس (الطبعة الأولى)

31- عيد القيامة (الطبعة الثانيّة)

32- أحد الشعانين

33- عادات شعبية: أكل البيض والسمك والبصل في شم النسيم

34- التردد

35- مريض عقليّ يحصل على جائزة نوبل ماذا نتعلم؟

36- إليك يامن تخـدم الراهبة إيمانويل عاشت في عِشّة لتخدم الزبَّالين

37- سيرة القدَّيسة تائيس

38- سيرة القدِّيس يوحنَّا الراهب صاحب الإنجيل الذهبيّ

39- سيرة الراهب برلام ويواصف

40- سيرة القديسة لوسي شفيعة المكفوفين وضعاف البصر

41- القمص بيشوي كامل- قدوة وأُبوة ورعاية (الطبعة الثانيّة)

42- شعاع أمل- هيلين كيلر معجزة الإرادة البشريّة

43- لمحات من حياة الأم إيريني

44- المعجزة بين الحقيقة والخداع

45- ديانتي (تحت الطبع)

46- أكلات شعبية ورموز مسيحية

47- إليكم يامن تشعرون بالوحدة48-إليكم يامن تشعرون بالغضب

49- إليكم يامن تشعرون بالخجل50- إليكم يامن تشعرون بالغيرة

51- إليكم يامن تشعرون باليأس

52- لصوص الحياة الروحيّة

53- وداعاً أيها الفشل

54- الهدف 55- كلمة سلبيّة وآية إيجابيّة

56- احتفالات الكريسماس: شجرة الميلاد، المغارة، المذود

+ ( cD باسم أعمال الراهب القمص كاراس المحرقي جزئين)

لصـوص

الحياة الروحية الأربعة

الشيطان، الشهوات، أصدقاء السوء، هموم الحياة

#### الراهب

#### كاراس المُحرَّقيّ

اسم الكتاب: لصوص الحياة الروحيّة الأربعة

تأليف: **الراهب كاراس المُحرَّقيّ**

تصميم الغلاف: كاراس المُحرَّقيّ

الجمع والإخراج الفني: كاراس المُحرَّقيّ

المطبعة: شركة الطباعة المصريّة 01223673217

رقم الإيداع:

يُطلب من المكتبات المسيحية

أشرف نظمي01225067881

موقع كتبنا على الفيس بوك (الراهب كاراس المحرقي)

<http://www.facebook.com/group.php?gid=27738981785>

كتبنا على مدونة الراهب كارس المحرقيّ

http://karasal-muharraqy.blogspot.com



