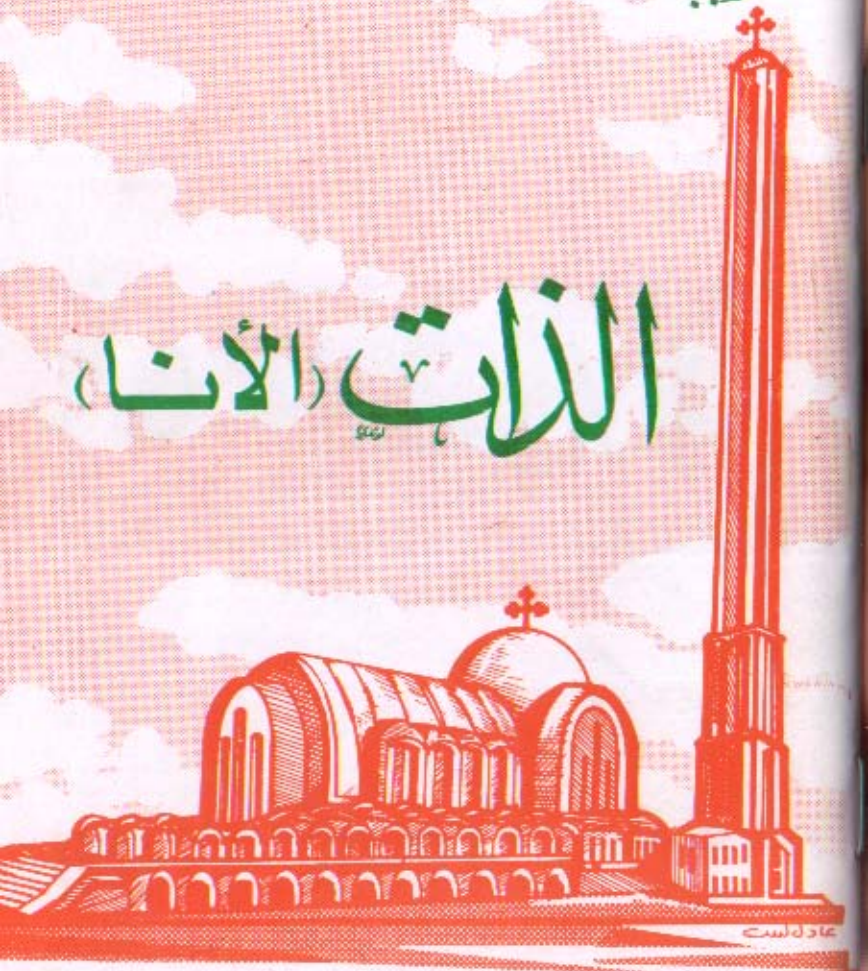
البابا شنوده الثالث

الذات (الأنا)



البابا شنوده الثالث

الذات (الأنا)

The Ego

By H.H. Pope Shenouda III

الطبعة الثانية

يناير ٢٠٠٦

القاهرة

2nd Print

Jan. 2006

Cairo

مقدمة الكتاب

من الحروب الروحية الإساسية: الذات.

بل لعلها تكون أهم ما يعوق الحياة الروحية ويسقطها.

كانت الذات هى سبب إسقاط ملاك عظيم من رتبة الكاروبيم، فصار شيطاناً ورئيساً للشياطين، حينما قال فى قلبه: أصعد إلى السموات، أرفع كرسيّ فوق كواكب الله.. أصير مثل العلىّ (إش١٤: ١٣، ١٤).

ومحبة الذات هى من الخطايا الأمهات، تلد العديد من الخطايا.

فمنها تتولد الكبرياء، وأيضاً الغيرة والحسد، وكثير من الصراعات بين الناس، حتى بين الأشقاء.

والمحب لذاته يقع فى خطية الأنانية، وتفضيل نفسه على الكل، كما أنه باستمرار يحب الأخذ وليس العطاء، ويحب مديح الناس، بل يسعى إليه.

والأنا قد تؤدى أيضاً إلى الافتخار والتعالى.

وربما الوقوع فى كثير من الشهوات، سببه الرغبة فى إشباع الذات، ولكن بطريقة خاطئة.

هذا الكتاب الذى بين يديك يحدثك عن كل هذا.. وعن خطايا أخرى عديدة تسببها الأنا.

كما يحدثك عن أسباب الشعور بالذات.

وعن أسلوب الله أحياناً فى معالجة أبنائه من الذات، أو فى وقايتهم منها..

وفى الكتاب أيضاً باب عن [كيف تتخلص من الأنا؟].

وذلك بوضع وسائل روحية لذلك، وتداريب يخرج بها الإنسان الروحى إلى إنكار الذات، وإلى إدانة الذات أحياناً، وإلى عبارة "لا أنا، بل ....).

وما أجمل قول السيد المسيح له المجد "من يحب نفسه يهلكها" (يو١٢: ٢٥).

أغسطس ٢٠٠٥ **البابا شنوده الثالث**

الباب الأول

الذات (الأنا)

Ego

الأنا هي أول خطية عرفها العالم

وقع فيها الشيطان ، قبل الإنسان. الشيطان "الكاروب الممثل" "الملآن حكمة والكامل الجمال" (حز٢٨: ١٤، ١٢). الذى سقط حينما قال فى قلبه "أصعد إلى السموات، أرفع كرسيّ فوق كواكب الله. أصعد فوق مرتفعات السحاب. أصير مثل العلىّ" (أش١٤: ١٣، ١٤).

ومحبة الذات هذه أهبطته إلى أعماق الجحيم. فانحدرت بدلاً من أن ترتفع!

وكما سقط الشيطان عن طريق الذات، هكذا سقط الإنسان.

حينما خلقه الله، كان يعرف أن ذاته مستمدة من الله. فالله هو الذى أوجدها، وهو الذى منحها كل العطايا والمواهب. وهى لا تستطيع أن تحيا بدونه. وعن طريق الله وحده، كان يأخذ كل ما يلزمه من المعرفة.

ثم سقط الإنسان حينما بعدت ذاته عن الله!!

فتأخذ النصيحة من مصدر غير الله. بل تخضع لإغراء الحية

التى "تنفتح أعينكما، وتصيران مثل الله عارفين الخير والشر" (تك٣: ٥). وهكذا بعدت الذات عن الله: بالمعصية من جهة، وباشتهائها أن تكون مثل الله. بنفس أسلوب الشيطان الذى قال "أصير مثل العلىّ.."!!

أصعب ما يقع فيه الإنسان أن يحب ذاته محبة خاطئة .

فيريد أن يكبر فى عينى نفسه أو يصير باراً فى عينى نفسه!

لا يوجد إنسان يكره نفسه. حتى أن الله حينما أمر بمحبة القريب، قال "تحب قريبك كنفسك" (مت٢٢: ٣٩). والمحبة الحقيقية للنفس هى أن تلصقها بالله. كما قال المرنم "أما أنا فخير لى الالتصاق بالرب.." (مز٧٣: ٢٨).. وفى محبتها لله تحب القريب أيضاً. وتصل هذه المحبة إلى حد بذل النفس لأجل الله، ولأجل القريب أيضاً.

أما المحبة الخاطئة فهى لون من الأنانية، فيها تقود (الأنا) Ego إلى الأنانية Egoism.

فيتمركز الإنسان حول ذاته، وكل ما يتعلق بها: كرامته، ومركزه، وماله، وتفوقه على الآخرين، بل وسيطرته عليهم.

تريد ذاته أن ترتفع، ولو على جماجم غيره. يريد أن يستريح ولو على تعب الآخرين. يبنى ذاته ولو على ضياع غيره!!

محبة الذات هى التى يريد فيها الإنسان أن يأخذ ولا يعطى.

وإن أعطى، فلكى يأخذ.. يأخذ مديحاً وكرامة، أو يأخذ عوضاً يشتهيه.. هى حالة إنسان مشغول دائماً بذاته، يعطيها ما يشبعها نفسياً ومادياً. وهو يفضلها باستمرار على الكل. ولا مانع لديه من أن يصطدم بكل من يراه منافساً لهذه الذات أو معترضاً لطريقها.

وقع كثيرون فى محبة الذات واشباعها. فضيعتهم أو كادت تضيعهم...

مثال ذلك سليمان الذى استجاب لشهوات الذات ...

نعم، سليمان الحكيم، الذى كان أحكم أهل الأرض فى زمانه: انشغل بذاته وملذاته. فقال "عظّمت عملى. بنيت لنفسى بيوتاً. غرست لنفسى كروماً. عملت لنفسى جنات وفراديس.. عملت لنفسى برك مياه لتسقى بها الغروس المنبتة الشجر.. جمعت لنفسى أيضاً فضة وذهباً وخصوصيات الملوك والبلدان. اتخذت لنفسى مغنين ومغنيات، وتنعمات بنى البشر سيدة وسيدات. فعظمت وازددت أكثر من جميع الذين كانوا قبلى فى أورشليم.. ومهما اشتهته عيناى، لم أمسكه عنهما" (جا٢: ٤-١٠). فماذا كانت النتيجة؟

شهوات هذه الذات، كادت تضيع سليمان .

وهكذا كانت النتيجة، هى قول الكتاب عنه "وكان فى زمان شيخوخة سليمان، أن نساءه أملن قلبه وراء آلهة أخرى. ولم يكن

قلبه كاملاً مع الرب إلهه كقلب داود أبيه. فذهب سليمان وراء عشتوروث آلهة الصيدونيين، وملكوم رجس العمونيين. وعمل سليمان الشر فى عينى الرب.." (١مل١١: ٤-٦). واستحق أن يعاقبه الرب (١مل١١: ٩-١١).

ومثل سليمان الذى شغلته ذاته، كان أيضاً يونان.

أرسله الرب للمناداة على نينوى. فخاف أن تسمع التهديد من فمه فتتوب، وحينئذ تسقط كلمة يونان، حينما يرجع الرب عن حمو غضبه على نينوى! وهكذا حفاظاً على كرامته وهيبة كلمته، هرب أولاً من الله راكباً سفينة إلى ترشيش. ولما أعاده الله بمعجزة، ونادى على نينوى فتابت ورحمها الله، اغتاظ يونان وقال "موتى خير من حياتى" (يون٣: ٩، ١٠)

وهكذا فى محبته لذاته ولكرامة كلمته، فضل أن تهلك ١٢٠ ألف نسمة عن أن تسقط كلمته!! مغتاظاً من مراحم الله الذى رجع عن حمو غضبه وقبل توبة نينوى (يون٤: ٩، ١٠).

ومن أمثلة الأنا التى أهلكت البعض، شهوة آخاب الملك لإمتلاك كرم نابوت اليزرعيلى (١مل٢١).

لم يكفه كل ما كان يملكه كملك، إنما اشتهى كرم نابوت. وساعدته زوجته الملكة إيزابل على تحقيق شهوة الذات. فدبرت شهود زور ليشهدوا على نابوت اليزرعيلى بأنه قد جدف على الله

وعلى الملك. وانتهى الأمر بأن رجموه فمات. وحقق آخاب شهوة ذاته، وامتلك كرم نابوت...

فهل حقاً أرضى آخاب ذاته بما فعله وبما امتلك؟! كلا، بل وصلت إليه عقوبة الله على فم إيليا النبى قائلاً له "فى المكان الذى لحست فيه الكلاب دم نابوت، تلحس الكلاب دمك أيضاً" (١مل٢١: ١٩).

حرب (الأنا) ينبغى أن نعالج نتائجها منذ الطفولة .

حينما يقول الطفل (أنا). ويود أن يملك كل شئ يمكن أن تمتد إليه يده. ويغار من أخيه أو أخته، ويود أن يخطف منهما ما يُعطى لهما. بل أيضاً يغار من كل كلمة مديح توجّه إليهما، ومن كل حب يناله أحد منهما، ظاناً أن المديح والحب كليهما من حقه وحده...

لذلك ينبغى أن ندرب الطفل من بداية سنه على الحب وعلى العطاء، ونعطيه ما يعطيه للغير، ونشجعه على العطاء...

نفس تلاميذ المسيح ورسله القديسين حاربتهم (الأنا).

حينما كانوا يتساءلون فيما بينهم من هو الأول فيهم. فوبخهم الرب قائلاً: لا يكن فيكم هذا الفكر. إن رؤساء الأمم يسودونهم ويتسلطون عليهم.. أما أنتم: فمن أراد فيكم أن يكون سيداً، فليكن عبداً. ومن أراد أن يكون أولاً، فليكن آخر الكل..

عجيب أن أعظم من ولدته النساء، أعنى يوحنا المعمدان

(مت١١) كان أكثر إنسان تخلص من الذات فى علاقته مع المسيح.

فلما تقدم إليه الرب للعماد قال له "أنا المحتاج أن أعتمد منك" (مت٣). ولما رأى الجموع يتبعون السيد، قال "ينبغى أن ذاك يزيد، وأنى أنا أنقص.. من له العروس، فهو العريس. أما صديق العريس، فيرى من بعيد ويفرح.. الذى من فوق، هو فوق الجميع" (يو٣).

حقاً، إن إنكار الذات هو أكبر علاج للأنا .

إن ذاتك هى التى تحاربك، أكثر مما يحاربك الشيطان .

بل إن الشيطان حينما يحاربك، يحاربك أولاً بهذه الذات .

وأنت إن انتصرت على ذاتك، سوف تنتصر بلاشك على باقى الخطايا. لأنك أكبر عدو لنفسك. لا يستطيع أحد من البشر أن يعثرك، إذا كنت منتصراً على ذاتك داخل نفسك. وكما قال القديس يوحنا ذهبى الفم "لا يستطيع أحد أن يضرّ إنساناً، ما لم يضر هذا الإنسان نفسه.

حاول إذن أن تكسب القوة الإلهية بعدم اعتمادك على ذاتك. وكما قال الكتاب: لا تكن حكيماً فى عينى نفسك. وعلى فهمك لا تعتمد" (أم٣: ٥). وحاول أن تكسب الاتضاع، بإنكار الذات، وبأنك

لا تكون باراً فى عينى نفسك.

ماذا كانت مشكلة أيوب الصديق، إلا هذه.

كان رجلاً باراً، ويعرف عن نفسه أنه بار. فكان باراً فى عينى نفسه.

وبسبب هذا لم يستطع أن يحتمل أحاديث أصدقائه الثلاثة وقال لهم "كامل أنا، لا أبالى" (أى٩: ٢١). وقال للرب "أخاف من كل أوجاعى عالماً أنك لا تبرئنى، أنا مستذنب فلماذا أتعب عبثاً. ولو اغتسلت فى الثلج ونظفت يدى بالإشنان، فإنك فى النقع تغمسنى حتى تكرهنى ثيابى" (أى٩: ٢٨-٣١). وأنتهت مناقشاته مع أصحابه بقول الكتاب: "فكف هؤلاء الرجال الثلاثة عن مجاوبة أيوب، لكونه باراً فى عينى نفسه" (أى٣٢: ١)

ولم تنته تجربة أيوب، إلا بعد أن رفض هذه الذات وبرها وقال للرب "قد تكلمت بما لم أفهم. بعجائب فوقى لم أعرفها.. والآن: أرفض واندم فى التراب والرماد" (أى٤٢: ١-٣)

ولما وصلت ذات أيوب إلى التراب والرماد، حينئذ انتهت تجربته "ورد الرب سبى أيوب".

بقى أن أقول لك إن الذات أم ولود، تلد كثرة من الخطايا .

الباب الثانى

الذات (الأنا)

Ego

محبة الذات : مِن الخطايا الأمهات

نقول إنها من الخطايا الأمهات، لأن محبة الذات، أو المحبة الخاطئة للذات، هى أم ولود، تلد كثرة من الخطايا.

من أولى الخطايا التى تلدها (الأنا): الكبرياء .

المهتم بالأنا، يريد باستمرار أن يكبّر ذاته. فتكون ذاته كبيرة فى عينيه، وأيضاً كبيرة فى أعين الآخرين. وفى ذلك يكون معجباً بذاته. وقد يقع فيما يسمونه (عشق الذات). نفسه جميلة جداً فى عينيها. كمن يحب باستمرار أن ينظر فى مرآة، ويتأمل محاسنه..!

ومن هنا الذى يقع فى محبة (الأنا)، قد يقع أيضاً فى الغرور.

ويظن فى ذاته أكثر من حقيقة ذاته.. إنه إنسان يحسّ بقيمة ذاته. يحسّ أنه شئ، وأن له أهمية خاصة، أو له مواهب خاصة، أو أنه يمتاز على غيره: يفهم أكثر، أو له مركز أكبر. وهذا الشعور يعطيه ثقة زائدة بالنفس، يريد أن يفرضها على الآخرين.

وبهذا الشعور ينقاد إلى العظمة، وإلى محبة المتكآت الأولى ...

ربما هذا الشعور بالذات يأتى إلى الإنسان فى سن المراهقة .

عندما يشعر بانتقاله إلى مرحلة أعلى تمنحه أهمية معينة. وما أكثر ما يستمر هذا الشعور المراهق معه كلما طال به العمر، ولكنه يأخذ مظاهر أخرى غير مظاهر سن المراهقة.

وقد يحدث هذا الشعور للطفل من كثرة المديح أو التشجيع، أو بسبب التفوق، أو بسبب ملكات خاصة. غير أن هذا الشعور قد لا تكون له خطورة عند الطفل. ولكنه غالباً ما ينحرف عند الكبار.

فى كل هذا يكون المهتم بذاته بعيداً كل البعد عن التواضع .

ذلك لأن محبته للكرامة قد تقف حائلاً أمامه فى الوصول إلى حياة الاتضاع. فهو يرى فى التواضع إقلالاً من شأنه، وإبعاداً له عن العظمة التى يريدها لنفسه. إنه يحب لذاته أن تُحترم من الجميع. بل يلذ له أن يكون المحترم الوحيد. ويريد أن يكون هو الوحيد الذى هو موضع اهتمام الناس وتقديرهم...

من أجل هذا قد يقع أيضاً فى خطايا الغيرة والحسد .

وفى هذه الغيرة، يريد أن كل شئ يصل إليه هو: المديح والمال والإعجاب والنجاح والتفوق والاهتمام.

إنه ليس فقط يحب لذاته أن تُمدح، بل أن يكون المدح كله له وحده. إن مدحوا غيره، تتعب نفسه ويتضايق. كما لو كان ذلك الغير الذى مدحوه، قد اغتصب منه حقاً موقفاً عليه.

وهكذا كانت الذات أو الأنا سبباً لصراعات سجلها الكتاب:

بسبب (الأنا) قام قايين على أخيه هابيل وقتله. لأن هابيل كان أبرّ منه، وقد استجاب الله لهابيل وقبل منه محرقته (تك٤).

وبسبب (الأنا) قام الخلاف بين ابراهيم ولوط. وقال عنهما الكتاب "ولم تسعهما الأرض أن يسكنا معاً" (تك١٣: ٦). "فحدثت مخاصمة بين رعاة مواشي ابرام، ورعاة مواشي لوط".. لمن تكون الأرض المعشبة. حتى أن أبانا ابرام القديس قال للوط ابن أخيه "لا تكن مخاصمة بيني وبينك، وبين رعاتي ورعاتك، لأننا نحن أخوان. أليست الأرض كلها أمامك. اعتزل عني. إن ذهبت شمالاً، فأنا يميناً. وإن يميناً، فأنا شمالاً" (تك١٣: ٧-٩). وهكذا افترقا.

وبسبب (الذات) أيضاً قامت عداوة بين يعقوب وعيسو، وهما شقيقان.

يعقوب قال في قلبه: أنا الذى آخذ البكورية بدلاً من أخى، وانتهز فرصة جوع أخيه وإعيائه، واشترى منه البكورية بأكلة عدس (تك٢٥: ٢٩-٣٤). وعاد بنفس الأنا وتحايل بمساعدة أمه أن يأخذ لنفسه البركة بدلاً من أخيه. ولا مانع فى سبيل ذلك من أن يخدع أباه الكفيف البصر. ويكذب ويقول لأبيه "أنا بكرك عيسو" (تك٢٧: ١٩).

وعيسو أيضاً من أجل انتقامه لذاته يقول فى قلبه "قربت أيام مناحة أبى. فأقتل يعقوب أخى" (تك٢٧: ٤١).

كذلك فإن (الأنا) أوجدت صراعاً بين شقيقتين هما ليئة وراحيل.

كل منهما تريد أن تكسب الرجل، وأن تنافس أختها فى كثرة البنين. حتى أن راحيل فى هذا الصراع على محبة زوجها المشترك، وفى التنافس فى الإنجاب، قالت "مصارعات الله قد صارعت أختى" (تك٣٠: ٨). وفى هذا الصراع منحت كل منهما جاريتها ليعقوب لكى يلجب منها نسلاً يُحسب لها

بسبب (الأنا) أيضاً كانت فننة تغيظ حنّة .

لأن فننة كان لها أولاد، وضرتها حنة كانت عاقراً... فظلت فننة تغيظها حتى أبكتها. ولم تستطع أن تأكل من شدة الغيظ والحزن (١صم١: ٢-٧).

وكأن فننة تقول: أنا التى لها أولاد. وهى ليس لها...

وبنفس (الأنا) اشتكت مرثا من أختها مريم التى تجلس عند قدمى المسيح.. وشعورها: لماذا أتعب أنا، ومريم مستريحة تستمع للرب. وهكذا قالت له "يارب، أما تبالى بأن أختى قد تركتنى أخدم وحدى فقل لها أن تعيننى" (لو١٠: ٤٠).

وبنفس (الأنا) شاول الملك حاقد داود وطلب أن يقتله.

تضايق منه، وغار منه، وحسده. لأن النساء مدحنه أكثر منه (حينما قتل جليات)، وأنشدن قائلات "ضرب شاول ألوفه، وداود ربواته". "فاحتمى شاول جداً، وساء هذا الكلام فى عينيه. وقال أعطين داود ربوات، وأما أنا فأعطينني الألوف... وبعد فقط تبقى له المملكة" (١صم١٨: ٦-٨). ومنذ ذلك الحين بذل كل جهده ليقتل داود الذى أنقذه وانقذ الجيش كله من جليات الجبار.. ولكنها الذات!

وبسبب الذات إستاء الابن الأكبر، من إكرام أبيه لأخيه التائب!

فلما سمع صوت الفرح برجوع أخيه، غضب ولم يرد أن يدخل إلى البيت، ولا أن يشترك فى الفرح بعودة أخيه. ولما خرج إليه أبوه ليدعوه إلى الدخول، عاتب أباه بشدة، مركزاً على ذاته، بقوله لأبيه: "ها أنا أخدمك سنين هذا عددها، وقط لم أتجاوز وصيتك. وجدياً لم تعطنى قط، لأفرح مع أصدقائى! ولكن لما جاء ابنك هذا الذى أكل معيشتك مع الزوانى، ذبحت له العجل المسمن!!" (لو١٥: ٢٥-٣٠).

حقاً، إن التركيز على الذات، قد يضيع المحبة بين الأخوة والأشقاء .

بل يوجد العداوة بينهم، عداوة تتطور إلى القتل. أو على الأقل

يصل الأمر إلى التنافس والصراع، أو إلى الشكوى والانتقاد...

وبنفس السبب يفترق الأقارب كما حدث بين ابرام ولوط ...

كذلك نلاحظ أن المهتم بالأنا، يركز على تحقيق ذاته .

إنه لا يفكر فى ملكوت الله، وإنما فى ملكوته هو. ملكوت الله لا يشغله، إنما تشغله ذاته، وكيف يحقق لها وجودها وطموحاتها.. حتى فى صلاته، يرى أن عمل الله الأول هو أن يكوّن له ذاته، ويكبّر له ذاته، على الأرض وفى السماء. ولا تشمل صلاته إلا عبارات أريد.. وأريد!

الذى يركز على ذاته، يريد أن الكل يحقق له ذاته.

المجتمع الذى يحيط به، عليه أن يحقق له ذاته. والكنيسة واجبها أن تحقق له ذاته. وكذلك هذا هو عمل أب الإعتراف. وإن دخل فى الخدمة، يهدف إلى الخدمة أيضاً تحقق له ذاته!

وإذا لم يحدث هذا، يثور على الكل! يثور على الكنيسة، إذا وجد أنها لا تحقق له ذاته. ويثور على أب الاعتراف، إن رأى أنه لا يحقق له ذاته. ويبتعد عن الوسط الدينى كله، ساخطاً عليه، لأنه لا يجد ذاته فيه!! بل أن كل شخص لا يحقق له ذاته، يبتعد عنه – حتى الله نفسه!!

لعل هذا يذكرنا بالوجوديين الملحدين .

الذين كل منهم يبحث عن وجوده هو، وكيف يتمتع بهذا الوجود.. ولسان حاله يقول: من الخير أن الله لا يوجد، لكى أوجد أنا!!

ومعنى الوجود عنده، هو أن يتمتع باللذة. واللذة فى نظره، تتعلق بالمادة والحواس. فإن كانت وصية الله تقف ضد متعته الجسدية والمادية، فلا كان الله، ولا كانت وصيته!! إلى هذا الحد، تقود الأنا والذات..!

محبو الذات: كل فرحهم فى الأخذ، لا فى العطاء.

يظنون أنهم بالأخذ يبنون الذات ويكبرونها، ويضيفون إليها جديداً! يذكروننا بالغنى الغبى الذى قال "أهدم مخازنى وأبنى أعظم منها. وأجمع هناك جميع غلاتى وخيراتى . وأقول لك يا نفسى خيرات كثيرة موضوعة لسنين عديدة. استريحى وكلى واشربى وافرحى.." (لو١٢: ١٦- ١٩).

أما العطاء ، فيقوم به الإنسان الذى يخرج من الاهتمام بذاته إلى الاهتمام بغيره، ويؤمن بأنه "مغبوط هو العطاء أكثر من الأخذ" (أع٢٠: ٣٥).

الباب الثالث

مَا أسبابُ الشعور بالذات؟
وَمَا جَمْهرة الخطايا التى تتبعهَا؟

هناك أسباب عديدة فى محاربة الإنسان بالذات:

منها المواهب، كالفن مثلاً بكافة أنواعه .

وبخاصة من وصلوا إلى درجة عالية فى هذا الشأن. ومن أمثلة ذلك أن أحد الفنانين العباقرة فى إيطاليا، أرسل إليه أحد المعجبين خطاباً. ولم يكتب اسم الفنان على الظرف، واكتفى بعبارة (إلى أعظم فنانى إيطاليا). فأوصلوا الخطاب إلى هذا الفنان، ولكنه لم يستلمه قائلاً: إنه ليس لى. لو كان مرسله يقصدنى، لكتب (إلى أعظم فنان فى العالم)..!!

إنها المواهب التى يستخدمها البعض ليس فقط فى الشعور بالذات وعظمتها، إنما قد تصل به إلى الغرور أيضاً..

غير أننا نقول إنه ليس كل أصحاب المواهب محاربين بالشعور بالذات. فما أجمل أن يجمع البعض بين المواهب والاتضاع.

مثال ذلك بولس الرسول الذى كانت له مواهب عديدة جداً، ولكنه مع ذلك كان يقول "أنا.. من أنا؟! ولكنها نعمة الله العاملة

معى" (١كو١٥: ١٠) كذلك نذكر القديسين الذين كانت لهم مواهب فائقة للطبيعة مثل إقامة الموتى أو صنع باقى المعجزات، ولم يفقدوا تواضعهم، ولم يقل واحد منهم كلمة (أنا).

يضاف إلى المواهب فى المحاربة بالذات باقى المقدرات.

كأن تكون لأحد الأشخاص مقدرة فى أمر من الأمور لا تتوافر لغيره. أو يصل إلى درجة البطولة فى رياضة ما، أو إلى درجة النبوغ فى علم من العلوم. ويصل فى كل ذلك إلى مستوى مذهل. وهذا التفوق، وهذه المقدرة، قد تكون سبباً فى الشعور بالذات..

وقد يتسبب الشعور بالذات من جهة الأصل أو الغنى أو المركز:

كالشخص الذى من أصل رفيع، من أسرة نبيلة لها أمجاد فى التاريخ. فيتباهى بهذا الأصل، ويشعر أنه يتميز به على غيره..

وبنفس الأسلوب قد يشعر الإنسان بذاته عن طريق الغنى، إن وصل فيه إلى درجة يستطيع بها أن يظهر فى المجتمع، وأن يفعل بالمال ما يريد، وأن يكسب به أصحاباً واتباعاً ومريدين..

وأيضاً قد يشعر الشخص بذاته عن طريق مركزه، إن علا هذا المركز، وجلب له سلطة واحتراماً ونفوذاً. فشعوره بعلو مركزه، يسبب له شعوراً بالذات، التى يمكنها أن تأمر، وغيرها يطيع..

وقد يشعر الإنسان بذاته، بسبب الذكاء، وبسبب النجاح.

يشعر الإنسان بذاته، إن كان يفهم ما لا يفهمه الغير، ويستطيع أن يستنتج ما لا يقدرون على استنتاجه. ويمكنه أن يجد حلولاً لمشكلات يعجزون أمامها. ويكون لماحاً وسريع البديهة، بينما يقف غيره حيرى لا يدركون.. فيشعر فى كل هذا أنه فى مستوى أعلى بكثير من غيره.

كذلك النجاح يعطى شعوراً بالذات، وبخاصة إن كان نجاحاً مستمراً "كل ما يصنعه ينجح فيه" (مز١)... وطبعاً ليس جميع الناس هكذا. فيوسف الصديق كان ناجحاً فى كل شئ (تك٣٩) ولم يحارب الذات، بل كان الله هو الذى ينجحه فى كل ما يفعله.

كذلك قد يكون سبب للشعور بالذات، هو القوة عند الرجل، والجمال عند المرأة.

داود كان يشعر بقوته، حينما هدد نابال الكرملى أنه لن يبقى له إلى الصباح بائلاً بحائط (١صم٢٥). وهكذا نرى أن الشعور بالذات بسبب القوة، قد يقود أحياناً إلى الإنتقام.

أيضاً شمشون الجبار، ألم يكن يشعر بذاته بسبب قوته..؟

وكذلك دليلة، ألم تكن تشعر بذاتها بسبب جمالها، الذى جعلها تسيطر على هذا الجبار وتغريه أن يبوح لها بسر قوته..!

يمكن أيضاً أن يشعر الإنسان بذاته، بسبب مديح الناس له .

وقع فى هذا الفخ هيرودس الملك، حينما قال له الشعب المتملق "ليس هذا صوت إنسان، بل هذا صوت إله" (أع١٢). فضربه ملاك الرب فأكله الدود ومات، لأنه لم يعط مجداً لله.. (أع١٢: ٢٣).

وربما بمديح الناس المستمر، قد يشعر الإنسان أن ذاته معصومة وأنه فوق مستوى الوقوع فى الخطأ. ويكون باستمرار "باراً فى عينى نفسه" وحكيماً فى عينى نفسه. وهذا مرض من أمراض الشعور بالذات.

تفادياً لهذا الشعور بالذات، كان الله يسمح لبعض القديسين بضعفات:

وهكذا نرى أن القديس العظيم بولس الرسول الذى استحق أن يختطف إلى السماء الثالثة إلى الفردوس ويسمع كلمات لا يُنطق بها ولا يسوغ لإنسان أن يتكلم بها (٢كو١٢: ٤).. نراه يقول "ولئلا ارتفع بفرط الإعلانات، أعطيت شوكة فى الجسد، ملاك الشيطان ليلطمنى لئلا ارتفع" (٢كو١٢: ٧). وبقيت معه هذه الشوكة، على الرغم من أنه تضرع ثلاث مرات لتفارقه!!

ولأنه لاقى تمجيداً كثيراً من الناس، نراه يقول.. للموازنة مع الذات – "بمجد وهوان، بصيت حسن وصيت ردئ" (٢كو٦: ٨).

وهكذا دخل هذا القديس العظيم فى تجربة الهوان والصيت الردئ، حتى لا يشعر بذاته فى خدمته، هو وأصحابه فى الخدمة..

مثال آخر غير القديس بولس الرسول، هو يعقوب أبو الآباء:

لقد نال البركة والبكورية. وقيل له "كن سيداً لأخوتك، وليسجد لك بنو أمك" (تك٢٧). نال البركة من أبيه اسحق. والبركة والمواعيد من الله نفسه (تك٢٨). وجاهد مع الله والناس وغلب (تك٣٢). وأخذ من الله اسماً جديداً...

ومع ذلك كان لابد من توازن، حتى لا يقع فى الشعور بالذات. فسمح الله أن يظل يعقوب خائفاً ومرعوباً من أخيه عيسو. وسمح أن يخدعه خاله لابان أكثر من مرة، بل أن يخدعه بنوه أيضاً فى أن يوسف قد قتله وحش ردئ. وأن يسبب له بنوه مشكلة مع شعوب الأرض فى قتلهم شكيم وأهله. وسمح له بضيقات كثيرة حتى قال لفرعون "أيام غربتى على الأرض قليلة وردية".

ولما باركه الرب وجاهد مع الله والناس وغلب، ضربه الله على حق فخذه، فصار يخمع عليه كل أيامه، حتى يشعر بضعفه، فلا يرتفع..

أبونا ابراهيم أبو الآباء والأنبياء عامله الله بنفس التوازن.

فعلى الرغم من أنه كان من أعظم رجال الإيمان. وبالإيمان

ذهب ليقدم ابنه محرقه لله (تك٢٢). وفى طاعته لله أيضاً ترك أهله وعشيرته وبيت أبيه، ومضى وهو لا يعلم إلى أين يذهب (تك١٢). ومع أنه نال من الله مواعيد عظيمة. وقال له "أباركك وأبارك مباركيك، وتكون بركة.. وبنسلك تتبارك جميع قبائل الأرض" (تك١٢)..

إلا أن الله استبقى عند ابراهيم ضعفاً وهو الخوف.

فخاف عندما نزل إلى مصر، وقال عن سارة إنها أخته حتى لا يقتلوه بسببها. وخاف نفس الخوف حينما نزل إلى جرار، وقال عن سارة أيضاً إنها أخته، فأخذها أبيمالك الملك. وأنقذها الله منه. وهذا الخوف كان نافعاً لأبينا إبراهيم، حتى لا يشعر بذاته، هذا الذى انتصر فى حرب الملوك، وأنقذ لوط وسبى سادوم (تك١٤).

نفس الوضع أيضاً مع القديس بطرس الرسول .

هذا الذى طوبه الرب حينما قال "أنت هو المسيح ابن الله الحى" (مت١٦: ١٦-١٩). بطرس الذى وصل به الشعور بالذات إلى الحد الذى شعر فيه بأنه أقوى من جميع التلاميذ فى محبة الرب والإخلاص له قائلاً له: "إن شك فيك الجميع، فأنا لا أشك أبداً" (مت٢٦: ٣٣) (مر١٤: ٢٩) "يارب إنى مستعد حتى إلى السجن وإلى الموت" (لو٢٢: ٣٣).

بطرس هذا سمح له الله بالتجربة التي أنكره فيها ثلاث مرات. وهكذا "خرج خارجاً وبكى بكاءً مراً" (مت٢٦: ٧٥).. وبعد القيامة أخرجه الرب أيضاً من دائرة الشعور بالذات. وناداه باسمه العلماني ثلاث مرات قائلاً له "يا سمعان بن يونا، أتحبني أكثر من هؤلاء؟!" (يو٢١: ١٥-١٧) "فحزن بطرس لأنه قال له ثالثة أتحبني؟" (يو٢١: ١٧). أما عبارة "أكثر من هؤلاء" فلكي يذكره بقوله "إن شك فيك الجميع، فأنا لا أشك". وقد ظل إنكار بطرس منخاساً في قلبه، كلما حاربه العدو بالأنا والشعور بالذات. حتى ساعة صلبه، طلب أن يُصلب منكساً...

هذا التوازن بين الشعور بالذات وواجبات الاتضاع، أقامه الله أيضاً في حياة سليمان الحكيم.

سليمان الذي اختاره الله نفسه ليبني هيكله، والذي ظهر له مرتين أحداهما في جبعون، والأخرى في أورشليم. والذي منحه حكمة من عنده، حتى لم يكن مثله في حكمته في الأرض كلها، وحتى أتت ملكة سبأ من أقاصي الأرض لتسمع حكمة سليمان. وهو أيضاً الذي منحه الرب جلالاً ملوكياً لم يكن لأحد مثله (١مل٣-٨).

سليمان هذا الذي نال من الغنى ومتعة العالم ما لم ينله ملك من قبل، والذي قال "فعظمت أكثر من جميع الذين كانوا قبلي في

أورشليم" والذي غرس لنفسه فراديس وجنات، والذي "اتخذ لنفسه مغنين ومغنيات، وكل تنعمات البشر سيدة وسيدات". وقال في ذلك كله "ومهما اشتهته عيناي، لم أمسكه عنهما" (جا٢).

سليمان العظيم هذا، سمح له الله بنقطة ضعف، وهي محبته للنساء وخضوعه لتأثيرهن، فأفقدته حكمته وكماله.

هذا السماح كان يتخلى النعمة عنه قليلاً بسبب انغماسه في متعة الجسد. وهكذا قيل عنه "وكان في أيام شيخوخة سليمان أن نساءه أملن قلبه وراء آلهة أخرى، ولم يعد قلبه كاملاً أمام الله مثل داود أبيه.." (١مل١١). واستحق سليمان عقوبة من الله. غير أنه استفاد من تأديب الله له وتاب..

فليخف كل إنسان من الشعور بالذات. وليتذكر قول الرب "من أراد أن يتبعني، فلينكر ذاته..".

جمهرة الخطايا التي تلدها الذات

★مشكلة الإنسان الأولى والكبرى، إن لم تكن مشكلته الوحيدة، هي الذات. فإذا استعرضنا الخطايا التي تأتي من الذات، نجد أنها كل الخطايا تقريباً...

لذلك فالإنسان المنتصر داخلياً على ذاته، هو إنسان منتصر على طول الخط. والإنسان المهزوم من نفسه، يمكن أن ينهزم أمام أي شئ. لذلك ما أجمل قول القديس يوحنا ذهبي الفم "لا يستطيع أحد أن يؤذى إنساناً، ما لم يؤذِ هذا الإنسان نفسه". أي أن الإنسان إن لم يضر نفسه، فلا يستطيع أحد أن يضره. فالضرر الروحي لا يأتيه من الخارج، بقدر ما يأتيه من الداخل، من ذاته...

وصدق مار اسحق حينما قال "إن الذى يصطلح مع نفسه، تصطلح معه السماء والأرض. وعبارة "يصطلح مع نفسه" تعني أنه لا يكون خصماً لها، يبعدها عن الله وعن الخير...

★من الخطايا المشهورة ، محاولة تكبير الذات.

وتكبير الذات يكون على نوعين: إما تكبيرها في شخصها. وإما تكبير بصفة مقارنة، من حيث مقارنتها بالغير، فتكون أكبر من

غيرها وأفضل أو أقوى وأعظم، أو أجمل أو أذكى...

وقد وقع الشيطان في الأمرين معاً. فمن جهة تكبير ذاته من جهة شخصها، قال "أصعد إلى السموات.. أصعد إلى فوق مرتفعات السحاب" ومن الناحية المقارنة قال "أرفع كرسي فوق كواكب الله.. أصير مثل العلي" (أش١٤: ١٣، ١٤).

وبنفس الأسلوب، حارب الشيطان الإنسان الأول، بتكبير الذات بقوله لآدم وحواء "تصيران مثل الله عارفين الخير والشر" (تك٣: ٥). وسقط الإنسان أيضاً باللذة التي أراد أن يوفرها للذات، إذ رأى "أن الشجرة جيدة للأكل، وأنها بهجة للعيون، وأن الشجرة شهية للنظر" (تك٣: ٦)...

★إذن من الخطايا التي تُحارب بها الذات ، اللذة .

واللذة تحارب الجسد والحواس بالشهوة. وفي ذلك قال القديس يوحنا الرسول "شهوة الجسد، وشهوة العين، وتعظم المعيشة.. والعالم يمضي وشهوته معه" (١يو٢: ١٦، ١٧). وهنا أضاف إلى شهوات الجسد، التي تلتذ بها الذات، شهوة للنفس هي تعظم المعيشة.

الإنسان المحب لذاته، يسعى إلى منحها اللذة بكل صورها: في الحس، في اللمس، في النظر، في الأكل والشرب، في ملاذ الجسد..

★إنه يكون باستمرار متمركزاً حول ذاته .

ذاته هى كل شئ فى نظره. رغباته أولاً، ومصالحه أولاً، ورأيه. ويبلغ من اهتمامه بذاته، أنه لا يهتم بأحد. وفى وصوله إلى ما يريد، قد يصطدم بغيره، أو يسئ إلى غيره. لا مانع من أن يقف ضد الكل، ليحقق ما تريده ذاته. تركيزه فى ذاته يعميه عن كل شئ!

★وفى محبته لذاته ، قد يمدح ذاته كثيراً ويمجدها .

إنه يتحدث عن نفسه. ولا يكون حديثه كاملاً ولا عادلاً. فهو لا يتحدث إلا عن محاسنها وأمجادها وانتصاراتها. ويخفى ما فيها من عيوب. وإن أظهر فيه أحد بعض هذه العيوب، يحاول أن يبررها ويدافع عنها...

هذا الإنسان الذى يمدح ذاته، كثيراً ما يكون حساساً جداً.

فهو حساس مثلاً من جهة كرامته ومن جهة حقوقه. أقل شئ يتعبه أو يجرحه. أقل نصيحة أو عتاب أو لوم، يخدش شعوره.. ولا يحتمله وما أكثر ما يشعر أنه مظلوم أو مغبون الحق، وأن الناس لا تعطيه الاهتمام الكافى أو الاحترام اللائق به.

لهذا فهو يشكو فى أحيان عديدة، ويتذمر.. لأن (الأنا) لم تأخذ المجال الذى يريده لها. ولهذا يكون سهل الاصطدام والاحتكاك.

أو قد يلجأ إلى الانطواء على ذاته، يتأمل محاسنها فيما بينه وبين نفسه دون أن ينجرح من الآخرين، هارباً من هذا المجتمع الذى لا يوفيه حقه، ولا يحقق له ذاته. أو على العكس قد يتداخل فى كل شئ، ظاناً أنه بذلك يعطى ذاته فرصة للظهور..!

★إنه يحب نفسه محبة غير حكيمة وغير سليمة .

ينطبق عليه قول السيد الرب "من وجد نفسه يضيعها.."

ففيما هو يريد أن يبنى نفسه، نراه يهدمها. وفيما يريد أن يعظمها، يحطمها!! وهو فى كل ذلك يريد أن يبنى نفسه من الخارج بمظهرية خاطئة، بينما يقول المزمور "كل مجد ابنة الملك من داخل.." .

وهو فى شعوره بذاته، وثقته الزائدة بها، يعتمد دائماً على نفسه.

فى كل ما يصادفه من مشاكل أو صعاب، يعتمد فقط على ذراعه البشرى، على جهاده وذكائه ومقدراته الخاصة وحسن تصرفه. بينما الإنسان الروحى يعتمد على النعمة التى تأتيه من فوق، على عمل الروح فيه. وفى كل شئ يلجأ إلى الصلاة، ليشرك الله معه.

يقول الكتاب "الرب يقاتل عنكم، وأنتم تصمتون" (خر١٤: ١٤).

وما معنى عبارة (تصمتون). سوى أنكم لا تعتمدون على ذواتكم..

الإنسان المعتمد على ذاته، يكثر العمل. أما المعتمد على الله، فهو يكثر الصلاة. المعتمد على ذاته إذا نجح، فإنه يفتخر. أما المعتمد على الله: فإنه إذا نجح، يشكر الله ويمجده.

المعتمد على ذاته ينسى الله، ويستخدم مقدراته وإمكانياته وحيله وسياساته وأساليبه وقوته..! أما المعتمد على الله، فيجعل الله الكل فى الكل. ويرى أن مقدراته هو: إن لم يعمل الله فيها، فليست شيئاً... لأنه "إن لم يبنِ الرب البيت، فباطلاً هو تعب البناءون.." (مز١٢٧: ١). وقد قال السيد الرب "بدونى لا تقدرون أن تعملوا شيئاً" (يو١٥: ٥).

★الإنسان المعتد بذاته، هو بعيد كل البعد عن الطاعة والمشورة. ذلك لأنه لا يطيع إلا فكره، ولا يثق إلا برأيه.

وهو فى كل ذلك لا يعتمد إلا على نفسه. فهو حكيم فى عينى ذاته. يرى أنه يعرف كل شئ. فلماذا يلجأ إلى الآباء الروحيين؟! ولماذا يستشير؟! أى شئ جديد سيأخذه منهم؟! وإن جلس إلى أب له فى الاعتراف، فإنما لكى يأخذ منه مجرد الموافقة على ما قد قرره فى ذهنه! وإن أشار عليه الأب بشئ، فإنه يجادله كثيراً، ولا يقبل منه رأياً بسهولة. وكذلك فى علاقته مع أبيه بالجسد وسائر الكبار!

★لذلك فالإنسان المعتد بذاته، يكون صلب الرأى عنيداً ...

وما أسهل ما يختلف مع الآخرين. ويعتبر أن كل من يخالفه فى الرأى، لابد أن يكون على خطأ. وهو إن دخل مع أحد فى نقاش، ليس من السهل عليه أن يقتنع. وهكذا كان الهراطقة والمبتدعون فى تاريخ الكنيسة: كم قدّم لهم الآباء من شروحات واقناعات، ولكنهم أصروا على رأيهم. لأن الذات عندهم ما كان يمكنها أن تتراجع!!

★بل إن المعتد بذاته، يكون عنيداً حتى فى علاقته مع الله نفسه. وهكذا لا يستطيع أن يحيا حياة التسليم.

إنه يريد من الله أن ينفذ له كل ما يطلبه وكل ما يعتقد أنه الخير لنفسه. ومن الصعب عليه أن يقول للرب "لتكن مشيئتك!! ولهذا فهو كما يتذمر على الناس، يتذمر أيضاً على الله!! وكما يشكو من معاملة الناس له، كذلك يشكو أيضاً من معاملة الله له، سواء من جهة استجابة صلواته، أو من جهة نوعية الحياة التى يختارها الرب له. ذلك لأنه باستمرار يسلك حسب هواه..

★الإنسان المعتد بذاته، لا يمكن أن يكون متواضعاً.

ذلك لأنه أول مبدأ فى التواضع هو إنكار الذات. أما الذى تحاربه الذات (الأنا)، فإنه يبحث باستمرار عن كرامته وشخصيته وما يريده لذاته من حقوق ومن سلطة وعلو. إن كان له مجد، يكون

دائم الافتخار بمجده. وإن لم يكن له، يسعى دائماً إلى كل ألوان المجد.

المعتد بذاته، يكون باستمرار بارأ فى عينى نفسه .

إنه لا يدين نفسه أبداً. ولا يعترف بأنه قد أخطأ، سواء كان اعترافاً أمام الله أو أمام الناس، أو حتى فيما بينه وبين نفسه.. وإن كان الخطأ الذى وقع فيه واضحاً، يحاول أن يحوّل المسئولية فى ذلك إلى غيره، كما فعل كل من آدم وحواء (تك٣) أو يبرر ذاته من جهة الظروف المحيطة، الضاغطة!

إن رسب فى امتحان، يعلل ذلك بصعوبة الامتحان، أو بصعوبة التصحيح. أو أنه يلوم الله الذى لم يساعده، بل قد تخلى عنه! أما إن نجح، فإنه ينسب ذلك إلى ذاته، إلى مجهوده وذكائه...

المحارب بالأنا يميل أن يأخذ أكثر مما يعطى. ويحسب لأنه يبنى ذاته بتوالى الأخذ، بسياسة الجمع والتكويم.

مثال ذلك الرجل الغنى الغبى، الذى أخصبت كورته وازداد غناه. فقال: أهدم مخازنى وابنى أعظم منها. وأجمع هناك جميع غلاتى وخيراتى. وأقول لنفسى: يا نفسى لك خيرات كثيرة موضوعة لسنين عديدة. استريحى وكلى واشربى وافرحى (لو١٢: ١٦-١٩).

إنه لم يفكر فى أبديته، بل فى تمتع ذاته على الأرض. وكانت النتيجة أنه خسر الأبدية والأرض أيضاً. ونلقب بالغنى الغبى...

★وهكذا ممكن أن الاهتمام بالذات يؤدى إلى البخل .

الذى يحب أن تزيد أمواله لكى تتمتع بها الذات، يصبح صعباً عليه أن يعطى. وقد ضرب لنا الرب مثال الشاب الغنى الذى مضى حزيناً، لأنه كان ذا أموال كثيرة (مت١٩: ٢٢). وأيضاً قصة ذلك الغنى الذى لم يعط لعازر المسكين من الفتات الساقط من مائدته (لو١٦: ٢١).

هؤلاء الأغنياء يرون أن العطاء ينقص مالهم الذى تتمتع به الذات.

★لذلك بسبب (الذات) لا يدفعون العشور ولا البكور .

فالمحارب بالذات لا يقول فقط (أنا)، إنما يقول أيضاً: مالى وممتلكاتى ومشروعاتى. ويفتخر بأن ماله يزيد يوماً بعد يوم. بينما إن دفع العشور ينقصه! وكذلك دفع البكور.. وفى هذا يقول الوحى الإلهى "سلبتمونى، يقول الرب" (ملا٤). وقد قال السيد الرب "مغبوط هو العطاء أكثر من الأخذ" (أع٢٠: ٣٥). لأن فى العطاء محبة الغير وليس محبة الذات. كما حدث مع الأرملة التى دفعت من أعوازها.. (لو٢١: ٢١).

ومن جهة العطاء، نذكر العطاء بصفة عامة، وليس العطاء فقط من المال.. يمكن العطاء من جهة الوقت والجهد والمشاعر.

فالمحارب (بالأنا)، يبخل فى إعطاء جزء من وقته وجهده لغيره. ففى اهتمامه بذاته، يريد أن يكون كل الوقت من أجل هذه الذات. بعكس السامرى الصالح الذى مرّ على رجل جريح فى الطريق: فاهتم به، وأعطاه من وقته وجهده وماله لكى يشفى (لو ١٠: ٣٣-٣٥).

الباب الرابع

خطايا أخرى كثيرة سببها الأنا

★الإنسان المنشغل باستمرار بذاته، ليس لديه وقت للاهتمام بغيره .

ولا حتى لديه رغبة في الاهتمام بملكوت الله ولا بخدمة الناس. كل ما يشغله هو ماذا أكون؟ وكيف أكون؟ ومتى أكون؟ وليس فقط أنه لا ينشغل بغيره، بل هو يريد أن الدنيا كلها تنشغل به!

مثل هذا الإنسان يكون بعيداً جداً عن الخدمة وروحها .

وإن دخل إلى الخدمة، لا يخدمها بهدف روحي من أجل بناء الملكوت ومنفعة الآخرين.. بل يتخذ الخدمة وسيلة لبناء ذاته، ومجالاً لظهوره وممارسة ما يهواه من سلطة وقيادة..!

إذا دخلت الذات في الخدمة، تضيع نفسها وتضيع الخدمة .

وقد تكون مجالاً للسلطة والسيطرة.. فيقول : لا يتم شئ إلا بإذني، إلا بمشورتي وفكري. القرار هو قراري، والتدبير هو تدبيري، حتى لو وافق الكل لا غير ذلك. لذلك هو لا يشرك معه في الخدمة إلا من يتبعه ويخضع له. ولا مانع من أن يتخلص من الباقين، لكي ينفرد بالعمل تخطيطاً وتنفيذاً...

هذا من جهة الإدارة في الخدمة. على أن الذات قد تأخذ مجالاً آخر، هو الفكر الخاص في التعليم. بحيث لا يتبع التعليم العام للكنيسة، إنما منهجه الخاص، وتفسيره الخاص للكتاب، ونشر ما يعتقده هو مهما كان فكراً جديداً يخالف فيه التسليم العام!!

من مثل هذا المنهج الذاتي تكونت البدع في تاريخ الكنيسة. من أفكار ابتدعها البعض، وتمسكوا بها ونشروها.. وأحياناً أمثال هؤلاء الأشخاص يشكلون تكتلات معينة داخل الكنيسة، لها فكرها واتجاهها وأسلوبها وانفرادها عن المجموع! إنها الأنا.

من سيطرة الأنا وعنادها ، تتولد الانقسامات.

نعم، من أين تأتي الحروب والخصومات، إلا من الذات؟!.. من (الأنا) تسبب الخلافات العائلية، التي قد تصل إلى المحاكم والقضايا، وما يسبق ذلك من شقاق وشجار وانفصال.. حيث لا يفكر الشخص في سعادة غيره ولا في إرضائه، بل في راحته هو، وكرامته هو، وحقوقه. سواء كان داخل الأسرة أو الكنيسة...

وبسبب (الأنا) يبني راحته على تعب غيره .

بسبب الذات يركز الإنسان على نفسه ، ولا ينفتح على الآخرين، ويتشبث بفكره ويهاجم الفكر الآخر. المهم أن ينتصر هو، ولو على حساب فشل غيره وخسارته.

وبهذا يفقد محبته للآخرين، ومحبة الآخرين له.

لأنه يعيش فى دائرة ضيقة هى دائرة الذات. يرى فيها أنه على حق، وكل ما يخالفه على باطل. هو الصواب، وغيره الخطأ... وطبعاً لا يمكنه بهذا أن يكون إنساناً إجتماعياً. فهو إما أن ينطوى على ذاته، أو أن يصطدم بغيره. ويبرر نفسه عن طريق أن ينسب الخطأ إلى غيره.. وهكذا يجعل الآخرين وقوداً لنفسه لتدفئته. ولابد أن يروا الأمور كما يراها، ولو برؤية خاطئة!

★وقد يقلل من شأن غيره، لكى يكون باستمرار هو الأفضل.

وهكذا يقع فى خطية الإدانة. بل يزداد الأمر إلى حد الوقوع فى التشهير بالآخرين، وبخاصة من يحسد نجاحهم وتفوقهم.. ذلك لأنه لا يحتمل أن يوجد من هو أفضل منه، أو من يمدحونه أكثر منه. إنه بهذا يتعب مع الناس، ويتعب الناس منه..

★الإنسان المتمركز حول ذاته، يكون دائماً صعب التعامل .

لأن المتعامل معه لابد أن يكون العنصر الخاسر فى كل نقاش، وفى كل صفقة يشترك معه فيها. كما أن المتعامل معه لا يمكن أن يصل إلى نتيجة مع إنسان كهذا عنيد ومتشبث برأيه. فمن الأفضل إذن الابتعاد عنه، إراحة لأعصاب من يتعامل معه...

حتى فى التعامل مع الله، لا يكون سهلاً .

أولاً لأنه لا يبحث عن ملكوت الله، وإنما عن ملكوته هو.. ولا

يريد مشيئة الله، بل مشيئته هو، حتى فى صلاته، لا يطلب إرشاد الله له. إنما يفرض على الله طلباته. وكأنه يقول: انظر يارب. هذا الموضوع الذى أعرضه عليك، أنا قد درسته جيداً. وبقى عليك أن تنفذه لى، وأن تفعل فيه كذا وكذا! وليس فقط يطلب من الله أن ينفذ له مشيئته، بل ينبغى أن يكون ذلك بسرعة وبغير إبطاء...

الإنسان الواثق بذاته، يقيم نفسه رقيباً على أعمال الله معه.

ويجادل الله فى كبرياء: لماذا فعلت بى كذا؟ وكان يجب أن تفعل كذا.. وإذا لم ينفذ له الله ما يريد، فإنه يغضب من الله، ويهدد بقطع العلاقات معه ومع كنيسته، وأن يمتنع عن الصلاة والصوم والتناول.

وإن كانت معاملته هكذا مع الله، فتعامله مع أب الاعتراف أصعب.

ما أسهل أن يختلف معه. وكإنسان حكيم فى عينى نفسه، فهو قد يعرض على أب الإعتراف أموراً لأجل الموافقة، وليس لأجل الإرشاد. فهو يعرف الصالح ربما أكثر من أب الاعتراف! وسهل عليه أن يناقش أب الاعتراف ويخطئه. وما أسهل عليه أن يرفت أب الاعتراف، ويبحث عن أب غيره، إذ لم يكن إرشاده حسبما يهوى هو!!

★الإنسان المتمركز حول ذاته: إن عاتب يكون عتابه قاسياً .

لا يهتم فيه بمشاعر من يعاتبه، إنما يريد أن يتنفس عن الإحساس بالضيق الموجود فى داخله. وربما لا تقبل كرامته أى

عذر أو تبرير يقدم إليه. كرامته – فى نظره – أكبر من أن تمحو الأعذار ما تشعر به من إهانة..!

لذلك فإن غضبه قد يكون شديداً، وربما يتحول إلى حقد.

وقد تطول مدته. لأنه لا يغفر بسهولة. فذاته تظل متأثرة، وفى عمق، لمدى زمنى ممتد حتى يشعر أن ذاته قد أخذت حقها من الإرضاء، وكرامته قد نالت ما تريد من تقدير. ولهذا فهو فى غضبه قد يثور وقد يحتد، دفاعاً عن ذاته وكرامتها وحقوقها.

★وقد لا يكتفى بالغضب ، وإنما يلجأ إلى الانتقام .

ولاشك أن كل جرائم الأخذ بالثار سببها الذات التى تتسع دائرتها فتشمل كل أفراد العائلة أو القرية أو فريق الرياضة، وما إلى ذلك. إنه ينتقم ليأخذ حقه أو حق قريبه، ومن أجل شرف العائلة. ولا يعنى الانتقام مجرد القتل، وإنما قد يحاول أن يضيع غيره فى أية المجالات. وقد يشمل أيضاً الشماتة به إن جاءته الخسارة من مصدر آخر...

والمحارب بالأنا من الصعب أن يتعاون مع غيره .

لأنه يريد أن يكون الكل له، أو النصيب الأكبر له، سواء من جهة الربح أو الإدارة، أو مديح الناس. وتنطبق عليه مع زميله العبارة التى قيلت فى سفر التكوين "ولم تسعهما الأرض أن يسكنا معاً" (تك١٣: ٦).

وربما يكون هناك خادمان يعملان معاً فى كنيسة واحدة، ولا يقدران أن يعيشا معاً، على الرغم من أنهما من كبار الخدم! وذلك أيضاً بسبب الذات! حيث يختفى من بينهما الاهتمام بالخدمة، وتبقى الذات! من الأهم؟ ولمن تكون الاختصاصات؟!

فى أحد الأيام دخل أحد الخدام فى حوار عميق حول مسألة كنسية مع خادم كبير. فاحتد ذلك الكبير عليه، وقال له:

"لابد أن تعرف من أنت؟ ومن أنا؟

وأتى ذلك الخادم (الأصغر) إلىّ ليشكو مما قيل له. فقلت له: كانت أصح إجابة هى أن تقول له: نحن الاثنين مجرد تراب ورماد، كما قال أبونا إبراهيم عن نفسه (تك١٨).

★وأحياناً لا يكون الشخص كبيراً، ولكنه يأحلام اليقظة يتخيل لنفسه صوراً من الكبر والعظمة.

وهذه الأحلام نوع من تكبير الذات عن طريق الخيال.. هى صورة للنفس التى لا يشبعها الواقع الذى تعيش، فتلجأ إلى اشباع ذاتها بأحلام اليقظة. فتتخيل أنها صارت كذا وكذا، وفعلت كذا وكذا، ونالت من الناس ألواناً من التمجيد والتوقير! وتدخل أحلام اليقظة فى حروب المجد الباطل King Glory.. ويعيش بها الإنسان فى وهم يسعد به! وينسى ويتناسى أنه ليست له القدرة على الوصول إلى أحلامه وأوهامه...

المحارب بالذات ، ما أسهل أن يصبح عدوانياً..

فيقف موقفاً عدوانياً ضد كل من يقف فى طريق هذه الذات أو يعارضها أو ينافسها، أو من يظنه كذلك. ويشن حرباً شعواء عليه. حرباً لا تعرف سلاماً ولا ضميراً.. وإن كان يعرف شيئاً قديماً عن هذا الشخص، يعلنه ويشهّر به، ويكيل له التهم، كل ذلك لكى تبقى ذاته بلا منافسة ولا مقاومة.

★وفى سبيل الدفاع عن الذات، لا مانع من الكذب والرياء ...

الذات هى سبب الكذب. فحينما تخطئ الذات، ويريد الإنسان أن يغطى أخطائها، لكى تبدو أمام الناس بلا عيب، حينئذ يكذب ليخفى عيوبها، أو ليخفى نقائصها. أو قد يكذب من أجل غرض معين يريد أن يحققه لذاته، أو فى سبيل رغبة آنية تريدها الذات لنفسه، أو لصديق أو لعدو.

كذلك فى سبيل الذات يلجأ الإنسان إلى الحيلة والدهاء. وبسبب الذات يلجأ إلى الرياء لتبدو ذاته فاضلة أمام الآخرين ولكى تنال مديحاً منهم. وبه تستوفى أجرها على الأرض (مت٦).

★وكثيراً ما تقف (الأنا) فى سبيل التكريس .

مثال ذلك الأم التى تقف فى طريق رهبنة أبنها أو ابنتها، بالرفض والضغط والبكاء والمرض، لكى تنفذ رأيها ورغبتها فى أن يكون ابنها إلى جوارها ولا يترهبن، أو تضغط عليه لكى يتزوج

فتاة تنتقيها له.. وفى كل ذلك لا يهمها مشاعر قلبه ورغبته فى تكريس نفسه لله. وإنما هى الذات التى تدفع الأم إلى تنفيذ فكرها، ولو ضحت بابنها وسعادته الروحية....

★مثال آخر هو تدخل الأم فى الحياة الزوجية لإبنها .

ولا مانع عندها من أن تفرق بينه وبين زوجته أو بمعاملة الزوجة بقسوة أو جفاء لكى يرضى أمه. وإن لم يفعل ذلك تتهمه الأم بأنه ابن عاق نسى تعبها فى تربيته، أو بأنه زوج ضعيف تؤثر عليه زوجته وتخضعه لشخصيتها!! وفى كل ذلك لا يعنيها فشله فى حياته الزوجية بقدر ما يعنيها طاعته لها. إنها (الأنا).

★وأيضاً الإنسان المحب لذاته، قد يصبح لحوحاً يتعب غيره .

إنه يريد أن ينفذ فكره أو رغبته بكافة الطرق وبكل سرعة. لذلك يلجأ إلى الإلحاح الشديد الذى يتعب أعصاب غيره... وذلك بتكرار الطلب، والضغط على تنفيذه الآن وكما هو، مهما كانت هناك عوائق تمنع من ذلك، ومهما كان الموقف غير مناسب.. ولكن (الأنا) تريد، ولا يهمها إحراج من تطلب منه...

ويكون التعامل صعباً مع هذا اللحوح الذى لا يهمه سوى ذاته .

والذات أو (الأنا) تشمل الأنانية بكل تفاصيلها.

من حيث أن إنساناً يتمركز حول ذاته، لا يفكر إلا فيها، وأن يكون لها كل ما تريد، وفى سبيل ذلك يفضلها على الكل. فإذا

اصطدمت ذاته بمحبة إنسان، يفضل ذاته علي هذا الإنسان. وإن تعارضت مع بعض المبادئ أو القيم، فإنه يضحي بكل المبادئ والقيم من أجل ذاته. بل إن أصطدمت ذاته بمحبة الله، فإنه يفضلها على الله ومحبته...

نعم، أليست كل مخالفة لله، سببها الذات؟!

أليست الذات هي السبب في ضياع كل فضيلة.

الذات التي ترفض التواضع وتسعى إلى المتكآت الأولى... الذات التي تصاب بالغرور، وترتئي فوق ما ينبغي (رو١٢: ٣). والتي تشتهي عمل المعجزات والتكلم بألسنة، لكي ترتفع في نظر الآخرين..! الذات التي تحب البر الذاتي، وتدفع الإنسان إلى أن يكون باراً في عيني نفسه، وحكيماً في عيني نفسه، وعظيماً في عيني نفسه وفي أعين الآخرين.. الذات التي تفضل نفسها على الكل، وتبني راحتها على تعب غيرها.. الذات التي تجد لذتها في أن تقع في كل الشهوات الجسدية والمادية، وبهذا تنجس جسدها الذي هو هيكل الروح القدس.. الذات التي تفضل نفسها على الله بالخطية، وتحب أن تستقل عنه في فكرها وتدبيرها، وهكذا تهلك نفسه.

كيف العلاج إذن؟ ...

الباب الخامس

مَنْ يُحِبّ نفسه يُهلكها

(يو١٢: ٢٥)

هكذا قال الرب فى إنجيل يوحنا "من يحب نفسه، يهلكها . ومن يبغض نفسه فى هذا العالم، يحفظها إلى حياة أبدية" (يو١٢: ٢٥) .

*** ويقصد بذلك : من يحب نفسه محبة خاطئة ، يهلكها .**

أما عبارة "من يبغض نفسه" ، فالمقصود بها : من لا يعطى نفسه كل ما تريد . بل تكون عنده فضيلة "ضبط النفس" ، فلا يجعلها تسلك حسب هواها، بل يمنعها عن شهواتها إن كانت تلك الشهوات ضد وصية الله . وبهذا المنع "يحفظها إلى حياة أبدية" ...

وقد تكررت عبارة "يبغض نفسه" فى (لو١٤: ٢٦) حيث يقول الرب "من يأتى إلىّ، ولا يبغض حتى نفسه، فلا يقدر أن يكون لى تلميذاً".. إذن هذا شرط للتلمذة على الرب. ولكن هل يقدر الإنسان على هذا ؟

كل إنسان يحب نفسه . وليس فى هذا خطأ . إذ تقول الوصية الإلهية "تحب قريبك كنفسك" (مت٢٢: ٣٩) (مت١٩: ١٩) .

إذا ، ما هى المحبة الحقيقية للنفس ؟

المحبة الحقيقية للنفس هى أن نحفظ لها طهارتها ونقاوتها، ولا نسمح لها أبداً أن تنفصل عن الله بالخطية، بل تحب الله من كل القلب ومن كل الفكر (مت٢٢: ٣٧). والمحبة الحقيقية للنفس هى تدريباً على النمو الروحى، حتى تصل إلى حياة القداسة وإلى الكمال حسب وصية الرب "كونوا كاملين" (مت٥: ٤٨) .

غير أن البعض فى بنائهم لأنفسهم يلجأون إلى طرق خاطئة تضيعهم !

***وأول طريقة خاطئة فى محبة النفس هى إعطاؤها لذتها ومتعتها .**

ولو كانت متعتها روحية، لأصبح هذا خيراً. لكن الخطأ هو فى إعطائها لذة عن طريق الحواس .. لذة جسدانية مادية لا تفيدها بل إن هذه اللذة الجسدانية تقودها إلى الشهوة وإلى الخطية .. شهوة الجسد ، وشهوة العين (١يو٢: ١٦) .

وهذه المحبة الجسدانية يمكن أن تقود إلى الملاذ التى وقع فيها سليمان حينما قال "ومهما اشتهته عيناى، لم أمسكه عنهما" (جا٢: ١٠).. شهوة القنية والمال والرفاهية والنساء .. إلى أن عرف

أخيراً أن كل هذا باطل وقبض الريح ...

والمحبة الجسدانية للنفس، قد تمنع الإنسان عن الصوم، وقد تمنعه أيضاً عن السهر.. كما تمنعه أيضاً عن طهارة الجسد...

*** والذى يمتع ذاته بلذة الجسد والحواس ، إنما هو يهلكها...**

وينسى أن "العالم يبيد وشهوته معه" (١يو٢: ١٧) . وينسى أيضاً قصة الغنى الغبى الذى ظن فى محبته لنفسه أنه يسعدها بخيرات كثيرة لسنين عديدة، قائلاً لها "استريحى، وكلى واشربى وافرحى" (لو١٢: ١٩). ومثله أيضاً غنى لعازر الذى استوفى خيراته على الأرض (لو١٦: ٢٥). وبذلك فقد العزاء الأبدى. هو أيضاً أحب نفسه فأهلكها ...

نعم ، يهلك نفسه كل من يريد – فى محبته الخاطئة لها – أن يمنحها لذة العالم، ورفاهية الحياة، ومتع الدنيا، وتنعم الحواس ...

***وهناك من لا يلذذ نفسه بالحواس ، وإنما بالفكر .**

وما لا يدركه بالفعل، يناله بالفكر . وكل ما يريد أن يتمتع به، يكفيه أن يغمض عينيه، ويؤلف حكايات وقصصاً وخيالاً وأحلام يقظة، ويلتذ بكل هذا. ويقول فى نفسه: سوف أصير وأكون، وأعمل وأتمتع.. ويمكن أن يغرق فى هذا الفكر بالساعات.

والمحرومون فى الحياة العملية، يعوضون أنفسهم بالفكر والخيال.

يدخلون فى لذة أحلام اليقظة، وكما يقول المثل العامى "الجوعانة تحلم بسوق العيش". وهكذا يسرح الإنسان فى الخيال... كتلميذ لم يذاكر. فتراه يترك كتابه، ويسبح فى أفكار كثيرة: أنه نجح وتفوق، والتحق بكلية عالية المستوى، وتخرج وصار .. وصار .. ثم يستيقظ من أحلام اليقظة ليرى أنه أضاع فيها وقتاً كان يحتاج إليه فى مذاكرته ...

إن الخيال لون من المتعة ، أوسع بكثير من متعة الحواس .

ذلك لأن مجال الفكر والخيال غير محدود، وأوسع بكثير من مجال النظر والسمع وباقى الحواس. وفى هذا الخيال يتصور تصورات لا يمكن أن تتحقق فى الواقع. فمن يحب نفسه بأن يمتعها عن طريق الخيال، إنما يخدرها. وحينما تفيق ، تجد أنها فى فراغ.

***ولعل من هذا النوع المرضى بالباراتويا أى جنون العظمة .**

تحضرنى فى هذا المجال قصة حدثت من حوالى نصف قرن. حيث ذهب بعض طلبة من كلية الطب فى زيارة إلى مستشفى الأمراض العقلية، لكى يشاهدوا المرضى على الطبيعة. فرأوا

واحداً منهم يدعى أنه رسول من الله! وكان واقفاً يدعو الناس إلى الإيمان برسالته. فلما انتهوا من سماعه، رأوا إلى جواره مريضاً آخر جالساً فى اتزان وهدوء.. فسألوا لماذا لم تستمع إلى خطاب (رسول الله)؟ فقال لهم: لا تصدقوا ادعاءه أنه رسول الله. فأنا لم أرسله أبداً!!

فهناك أشخاص يظنون فى محبة الذات، أنهم يمتعوها بالعظمة.

يظن الواحد منهم أنه يحقق ذاته بالعظمة. وأول مثال لذلك: الشيطان الذى قال "أصعد فوق مرتفعات السحاب. أصير مثل العلىّ" (أش١٤: ١٤). وبنفس العظمة حارب أبوينا الأولين قائلاً لهما "تنفتح أعينكما وتصيران مثل الله.." (تك٣: ٥) . ومثال ذلك أيضاً أولئك الذين أرادوا بناء برج بابل قائلين "هلم نبنِ لأنفسنا مدينة وبرجاً رأسه فى السماء، ونصنع لأنفسنا إسماً" (تك١١: ٤) .

وكل هؤلاء الذين أحبوا أنفسهم محبة خاطئة ، بالعظمة .. أضاعوا أنفسهم: سواء الشيطان، أو آدم وحواء، أو بناة برج بابل.

فالذين أحبوا أنفسهم بالعظمة فأهلكوها ، إنما كان قصدهم هو العظمة العالمية، وليس العظمة الروحية ...

فالعظمة الروحية يصل إليها الإنسان بالإتضاع .

كما قال الرب "كل من يرفع نفسه يتضع. ومن يضع نفسه يرتفع" (لو١٨: ١٤). فالذى يحب نفسه محبة حقيقية ، عليه أن يهرب من الرفعة. لأن "الرب انجنود يوماً على كل متعظم وعالٍ، وكل مرتفع فيوضع.. فيخفض تشامخ الإنسان، وتوضع رفعة الناس، ويسمو الرب وحده فى ذلك اليوم" (اش٢: ١٢، ١٧). ولنا مثال على ذلك هيرودس الملك الذى بسبب العظمة ضربه ملاك الرب فمات وأكله الدود (أع١٢: ٢٢، ٢٣). هو أيضاً أحب نفسه بالعظمة فأهلكها..

الذى يحب نفسه بالعظمة، قد يدخل فى حروب ومنافسات تضيعه..

مثال ذلك: أبشالوم بن داود، الذى أراد أن يرفع نفسه بأن يأخذ عرش أبيه فى حياته. فقادته هذه الشهوة إلى أن يدخل فى حرب ضد أبيه، وينجس سراريه. وكانت النتيجة أنه مات خاطئاً وهالكاً (٢صم١٦: ١٥- ٢٠). هو أيضاً أحب نفسه – محبة خاطئة – فأهلكها..

عكس ذلك يوحنا المعمدان الذى اتضع فارتفع.

كان باستمرار يقول: يأتي بعدي من هو أقوى مني، الذي لست أنا أهلاً أن أحمل حذاءه (مت٣: ١١) (لو٣: ١٦) "أنا أعمدكم بماء.. هو سيعمدكم بالروح القدس" وقال أيضاً "هو الذي يأتي بعدي، الذي صار قدامي. الذي لست بمستحق أن أحلّ سيور حذائه" (يو١: ٢٧) "ينبغي أن ذاك يزيد، وأني أنا أنقص. الذي يأتي من فوق، هو فوق الجميع" (يو٣: ٣٠، ٣١).

يوحنا هذا الذي كان فوق مستوى (الأنا)، هو الذي وصفه ربنا يسوع المسيح بأنه "أعظم من ولدته النساء" (مت١١: ١١).

ما أجمل ما قيل عن الله – في هذا المجال – إنه "الساكن في الأعالي، والناظر إلى المتواضعات". والكائنات المتواضعة هي البعيدة عن (الأنا)..

❖ هناك أشخاص آخرون يحاولون أن يبنوا ذواتهم بمظهر من الزعامة في نظرهم أو (ببطولة) تستخدم أسلوب الصراع والعراك.

تجدهم كشعلة من نار، في حماس مستمر، للنقد والهدم والتحطيم!! دون أن يقوموا بأي عمل إيجابي بناء. إنما لا تسمع من أفواههم سوى عبارة هذا خطأ، وهذا مخطئ. ولذتهم هي في انتقاد الكبار. ومثلهم الأعلى هو (طرزان) الذي يقفز على الجبال،

ويضرب هذا وذاك. شأنهم شأن الفتيان الذين يحبون **الأفلام** السينمائية التي فيها ضرب نار، وقلب عربات، وتخريب وقتل. ويسمونها أفلام البطولات.

الواحد من هؤلاء يرى ذاته بطلاً، حينما يقول: فلان هذا سأوقعه، وفلان هذا سأضيعه! وفلان هذا لن يفلت من يدي! سأريه من هو!!

إنه الطبع الذي يسمونه (الطبع الناري).. دائم الهجوم، دائم العدوان، دائم الغضب والاقتحام. يبني ارتفاعه على جماجم الآخر. ويرى لذاته في تحطيم غيره. نفسه التي يحبها بهذا الأسلوب، هو يهلكها. وفيما يظن أنه يحطم الآخرين، إنما يحطم نفسه. ولا يكسب الدنيا ولا الآخرة..

إنه مثل التلميذ المشاكس في الفصل. يظن أنه يكون ظاهراً بأعمال (الشقاوة). وأخيراً يضيع نفسه. ويكون النجاح لزميله الهادئ المتزن.. يرى ذاته حينما يتعب المدرسين، ولا يأبه باحترامهم. ويظن عمله جرأة وقوة وشجاعة. ولكنه بكل هذا يقضي على نفسه بالضياع. وينطبق عليه "من يحب نفسه يهلكها"..

هذا النوع تجده في كل مكان: في مجال الخدمة (للأسف)، وفي المجال الاجتماعي، وفي مجال العمل. ويقول الواحد من هؤلاء: أنا

إنسان مقاتل Fighter!. يعرف كيف يحارب، دون أن يدرى إلى أين تقوده حروبه..

❖ **العجيب أن الهدم أسهل من البناء وأسرع!!**

وكما يقول المثل العامى "البئر الذى يحفره العاقل فى سنة، يردمه الغبى فى يوم"! سهل أن عمارة من عشرين طابقاً، يهدمها أحد الأشرار فى ساعة أو لحظات، بقنبلة ناسفة..

ويبقى البناء هو العمل المجيد. أما الهادمون فلا يهدمون سوى أنفسهم..

❖ **هناك نوع آخر، يحبون أنفسهم بمنحها الحرية فى كل شئ.**

الواحد منهم يعمل ما يشاء، متى يشاء، كيفما يشاء!! كما يحدث فى بعض بلاد الغرب. متى وصل الطفل إلى سن البلوغ، لا يكون لأحد سلطة عليه. لا سلطة للوالدين، ولا أساتذته، ولا يعترف بقادة أو مرشدين! يظن أن النصيحة قيد عليه، والتقاليد قيد! لا أوامر ولا توجيهات يجوز لها أن تحد حريته.. وبالحرية يهلك نفسه!!

يقول: أنا حر افعل ما أشاء..! وتهلكه كلمة (أنا).

❖ **الحرية الحقيقية هى حرية من الداخل، وليست فى**

التصرفات الخارجية.

الحرية الحقيقية هى تحرر الإنسان من العادات التى تستعبده. وهى تحرره من نزواته ورغباته وشهواته وأخطائه.. أما الحرية المنحرفة، فكثيراً ما قادت الشباب إلى التدخين والمخدرات والقمار والفساد الخلقى. بل إنها تقوده إلى الضياع من كل جهة، وفى ذلك "من أحب نفسه يهلكها"..

❖ **الوجوديون ظنوا أنهم يجدون أنفسهم بالتحرر من الله ووصاياه!**

وأصبح شعارهم هو "من الخير أن الله لا يوجد، لكى أوجد أنا"! حقاً إن هذه (الأنا) هى التى ضيعتهم. ومن أحب نفسه يهلكها..

كذلك قصة الابن الضال (لو١٥) الذى رأى أن متعة الأنا وحرية الأنا، هى فى تركه لبيت أبيه وسيره حسب هواه. وانتهى الأمر بقوله "كم من أجير عند أبى يفضل عنه الخبز، وأنا هنا أهلك جوعاً".

❖ **هناك فرق واسع جداً بين الحرية والتسيب.**

فيظن أنه يخرج من الحصون التى تحميه، إلى الفضاء الواسع الذى يكون فيه هلاكه! كما يظن المعترف أنه يخرج من قيود

الارشاد عند أب اعترافه، فيصل إلى التسيب فى التصرف، ويهلكه التسيب. فلا يستشير أب الاعتراف إلا فى الأمور التى يتأكد فيها من موافقته. وفى غيرها يسلك حسب هواه..! أو أنه يغير أب اعترافه، لكى تسلك الأنا حسبما تشاء..!

❖ إن الذين ظنوا أن يحققوا ذواتهم بالحرية، أهلكوها بالاستخدام السئ للحرية.

إن الحرية الحقيقية غير المنحرفة، لا تضر. ولكن يضر الإنسان أن تتحول الحرية إلى لون من التسيب يكون فيه هلاكه..

❖ ومن أخطر أنواع الحرية: الحرية فى الفكر الدينى.

كثيرون قادتهم هذه الحرية إلى الإلحاد، أو إلى إنشاء مذاهب دينية خاصة داخل الكنيسة! أو أن حريتهم فى تفسير الكتاب المقدس أوصلتهم إلى الهرطقة أو إلى البدعة. وبخاصة حينما تتدخل (الأنا)، ويعتز هذا المنحرف بفكره الخاطئ ويتمسك به. ويرى أنه ضد كرامته أن يتنازل عن تفسيره الخاطئ وعن بدعته..

كل الطوائف الكثيرة التى سببت انقساما فى الكنيسة، سببها (الأنا). وقد تجادل بعضاً من هؤلاء، وتكون آيات الكتاب المقدس واضحة. ولكنهم يرفضونها.

❖ إنهم لا يخضعون للكتاب، إنما يريدون إخضاع الكتاب لفكرهم!

كل واحد يفسر الكتاب حسب مزاجه، والأمزجة تختلف. وبذلك تختلف التفسيرات، وتنشأ الطوائف المختلفة..!

ويجد البعض ذاته فى أن يقدم تفسيرا جديداً غريباً لم يسبقه إليه أحد. وهذا التفسير يوجد له شهرة، يظن بها أنه يقدم ذاته فى لون من الذكاء والتفكير والتجديد. وتنشغل الكنيسة بالرد على هؤلاء، ويجدون لذة فى أن الكنيسة انشغلت بهم. إنها (الأنا) التى تجعلهم يشذون فيظهرون ويشتهرون فى مجال المعرفة، التى قال الكتاب عنها إنها تنفخ (١كو٨: ١).

❖ كلُ من هؤلاء يشبع ذاته بأنه قائد فكرى وصاحب فكر جديد.

ليس له الفكر العادى كباقى الناس، إنما الفكر المبتكر الجديد، حتى لو كان بدعة! وما معنى البدعة سوى أن صاحبها قد ابتدع فكراً جديداً يكون غير المألوف! وهذا المبتدع – فى محبته لنفسه – يسره أن يُقال عنه إنه صاحب الفكر الفلانى، ومؤسس تعليم جديد ينقاد إليه البعض! وإن سألته: ولماذا لا تسير فوق التعليم المألوف فى الكنيسة، يجيب بأنه مفكر. وهو يقدم فكره لينتفع به غيره..!

وهكذا إذ يحب نفسه يهلكها. إذ يقاوم الكنيسة، والكنيسة أيضاً تقاومه. وقد تعزله من عضويتها بسبب الابتداع..

❖ إنسان آخر يحب نفسه، فيقع في الإعجاب بالنفس.

يكون حكيماً في عيني نفسه، وباراً في عيني نفسه. وإن لم يجد من يمدحه من الناس، يمدح نفسه، ويتحدث عما قام به من أعمال عجيبة وفاضلة! حتى إن كانت له أخطاء يحاول أن يبررها، ليبدو أمام الكل بلا عيب. ولا مانع لديه من أن يكون الكل مخطئين، وهو صاحب الرأي السليم.

وهكذا يُصاب بالغرور، ويهلكه غروره..

وإن عوقب على خطأ، يتهم من عاقبه بالظلم، لأنه بار، والبار لا يعاقب! لا ينظر إلى الذنب الذي ارتكبه، إنما يشكو قسوة من عاقبه.. له مرآة خاصة يرى فيها نفسه بغير ما يراه الناس. ويرى أنه جدير بالمدح من الكل. وإن مدحوا أحداً غيره، يتأذى في داخله، كما لو كانوا قد تجاهلوه!

إن قايين تأذى من قبول الله لذبيحة هابيل (تك٤)، فقتله مع أن هابيل لم يؤذه في شئ.

هؤلاء الذين يقعون في حب الذات، وفي مديحها، وفي الغرور

بالنفس، إنما يهلكون أنفسهم بالكبرياء.

أشخاص آخرون يحبون أن يبنوا أنفسهم بمجد خارجي: بالمركز والغنى والشهرة وتعظيم المعيشة..

وكل هذا لا يوصل إلى مجد حقيقي. فالمجد الحقيقي للذات، هو في نقاوتها، وشركتها مع الروح القدس. قيل عن يوحنا المعمدان إنه كان "عظيماً أمام الله" (لو١: ١٥). ليس عظيماً أمام الناس فحسب. ولعل عظمته هذه إنه كان "من بطن أمه يمتلئ من الروح القدس" (لو١: ١٥).

أما العظمة الخارجية، فإنها لا تبني الإنسان، بل قد تهلكه.. فهي كلها تتعلق بنظرة الناس إليه، وليس بعلاقته بالله. وهؤلاء الذين يفرحون بالمركز والشهرة والغنى والعظمة، ما أسهل أن يُقال لهم إنهم "استوفوا خيراتهم على الأرض" (لو١٦: ٢٥). أو "استوفوا أجرهم" (مت٦: ١٦).

إن المظاهر الخارجية لا تبني النفس، بل تبنيها ثمار الروح.

ثمار الروح هي حجارة حية تبني بها ذاتك. وهي التي قال عنها الرسول: "وأما ثمر الروح فهو محبة فرح سلام، طول أناة لطف، صلاح إيمان، وداعة تعفف" (غل٥: ٢٢، ٢٣).. فهل في حياتك

هذه الثمار؟ أما المراكز والمناصب العالمية فليست هى التى تدخلك الملكوت.

لا تطلب مجداً من الناس.

فقد قال السيد المسيح "مجداً من الناس لست أقبل (يو٥: ٤١). فما هو المجد الذى طلبه؟ قال "مجدنى أنت أيها الآب عند ذاتك" (يو١٧: ٥). يأتى بإنكار الذات بالنسبة إلى الناس.. وبدأه الرب فى قصة الفداء بأنه "أخلى ذاته" (فى٢: ٧).

كيف إذن نتخلى عن الذات؟ هذا ما سنتحدث عنه فى المقال المقبل.

الباب السادس

كيف نتخلّص من الذات (من الأنا)

يمكننا أن نتخلص من سيطرة الذات بالأمور الآتية :

① قهر الذات :

الصوم والعفة يدخلان فى قهر الذات، من جهة ضبط طلبات الجسد وشهواته. وهناك قهر آخر للذات من جهة شهوات النفس.

فقد تشتهى النفس حب الظهور، وأن تعلن عن ذاتها وتسعى وراء العظمة. وفى هذا كله ينبغى أن نقاومها. وسعيد هو الإنسان الذى يراقب نفسه ويمنعها كلما تشرد وراء التنعمات العالمية. ويقنعها بأن التنعم بالله أفضل.

إن سألت نفسك أو مال جسدك إلى متع هذا العالم، أمنعهما بشدة: لا قسوة عليهما، إنما ضماناً لأبديتك. لأن الذى يدلل نفسه هنا يهلكها.

* * *

والذى يتراخى فى ضبط ذاته، تقوى ذاته عليه، وتتمرد على سلوكه الروحى. بعكس الذى يدرب ذاته ويروضها فى دروب الرب.

إن الوسيلة التى تبنى بها ذاتك، هى أن تقهر ذاتك وتغلبها. لأنك

بقهر الذات وتغلبك عليها، تصل إلى المجد الحقيقى للذات، الذى هو غير المظاهر الخارجية من العظمة واللذة والشهرة.. كل هذه الأمور البرانية. بينما ينشد المرنل قائلاً فى المزمور "كل مجد ابنة الملك من داخل" (مز٤٥).

* * *

ثق أن فى قهر الذات لذة روحية، لا تعادلها كل ملاذ الجسد.

لذلك إن أردت أن تبنى ذاتك، إقهرها من جهة تطلعاتها الخارجية، لكى تبنيها من الداخل. وحينئذ تجدها فى الله، وتجد الله فيها. وتبصرها صاعدة نحو الأبدية.

* * *

ومن هنا كان الزهد من وسائل علاج الأنا .

وفى الزهد تبنى ذاتك - لا فى هذا العالم الحاضر - إنما فى العالم الآتى. وكما كان يوسف الصديق يخزن قمحاً للسنوات المقبلة، كذلك أنت إخزن ما ينفعك يوم تقف أمام الديان العادل. وكما خزنت العذارى الحكيمات زيتاً لحين مجئ العريس (مت٢٥). كذلك أخزن أنت زيتاً من عمل الروح القدس فيك...

اقهر ذاتك فى أمور العالم، لأن العالم يبيد وشهوته معه (١يو٢: ١٧).

* * *

إن أرادت نفسك أن تنتصر على الغير، اقهرها. فالانتصار

الحقيقى هو الانتصار على الذات.

أما الغير: فبدلاً من أن تنتصر عليهم، إكسبهم. لأن الكتاب يقول "رابح النفوس حكيم" (أم١١: ٣٠)... إن الانتصار على الناس سهل. ولكن كسب الناس هو الذى يحتاج إلى مجهود، إن كنت فيه تقهر ذاتك...

★نقطة أخرى فى علاج الأنا . وهى محبة الاخرين وخدمتهم .

* * *

② محبّة الآخرين وخدمتهم :

اخرج من حبس ذاتك داخل نفسك، إلى نطاق الآخرين .

يقول المزمور "إخرج من الحبس نفسى" (مز١٤٢: ٧). وأىّ حبس هو أقوى من أن تحبس نفسك داخل هذه الأنا؟! اخرج منها إذن، واندمج فى العالم الخارجى، مع الآخرين تحبهم وتخدمهم وتتعاون معهم.

قطعاً ، الشخص الذى يحب ذاته ، لا تهمه محبة الآخرين .

حاول إذن أن تخرج من التركيز على الاهتمام بنفسك، إلى الاهتمام بالآخرين. وثق أنك ستجد فى هذا لذة. وسوف يبادلونك حباً بحب، وتجد فى محبتهم ما يشبع نفسك.

* * *

أنتقل من مجال الأخذ إلى مجال العطاء .

تدرب على أن تعطى الغير، تعطيهم خدمة، تعطيهم وقتاً، تعطيهم حباً وجهداً ومساعدة.. وإذا نما الإنسان فى تدريب العطاء، فإنه يعطى حتى نفسه. وهذا أسمى ما يصل إليه فى الإنطلاق خارج الذات.

وإن كان من أخطاء (الأنا) : البخل. فالعلاج هو العطاء .

حيث يتدرب الإنسان على اليد المفتوحة باستمرار، الممدودة بالعطاء إلى الغير، فى سعة، وفى رفق وحنان .. شكرهم سوف يشبعه. ومساعدتهم ستغير قلبه وتملؤه بمشاعر نبيلة، فيعطى أكثر، ويزداد فى خدمة الآخرين وفى إسعادهم.

* * *

ويتعود أن يتعب لأجل الآخرين .

لا يهتم براحة نفسه، إنما براحة غيره. على عكس الأنانى الذى يجعل راحته على تعب الآخرين. وكلما ينمو الإنسان الروحى فى الاهتمام براحة الآخرين، قد يصل إلى حياة التكريس. لأن المكرس هو الذى يجعل حياته كلها لأجل الآخرين.

* * *

★نقطة أخرى فى معالجة (الأنا)، هى التواضع .

③ التواضع :

الإنسان الذى يعيش فى محبة (الأنا)، يهمه أن تكبر ذاته

باستمرار، وفى المقارنة يريدها أن تكون أعلى من غيره. وعلاج ذلك أن يضع أمامه قول الرسول:

"مقدمين بعضكم بعضاً فى الكرامة" (رو١٢: ١٠).

وعن ذلك يقول الشيخ الروحانى "فى كل موضع تحلّ فيه، كن صغير أخوتك وخديمهم". بل إن السيد الرب يقول "إن أراد أحد أن يكون أولاً، فليكن آخر الكل وخادماً للكل" (مر٩: ٣٥). وهكذا يمارس فضيلة (المتكأ الأخير) .

* * *

والمقصود بالمتكأ الأخير، أن يكون الأخير لا من حيث المكان، بل من حيث المكانة.

فلا تحسب نفسك أهم الموجودين فى المكان الذى تحلّ فيه. ولا أن رأيك هو أهم الآراء، وقرارك هو أهم القرارات، ومركزك هو الأهم!! ولا تفكر فى أنه ينبغى أن تكون أنت المطاع والمحترم بين الكل!

* * *

لا تعط لنفسك كرامة وتفرضها على الآخرين .

إنما اترك الناس يكرمونك من أجل ما يرونه من تواضعك ووداعتك.. لا ترغم الناس على احترامك. فالاحترام شعور ينبع من داخل القلب. لا يُفرض بالإرغام، إنما بالتقدير الشخصى..

قد ترغم إنساناً على طاعتك، ولكن لا تستطيع أن ترغمه على احترامك.

* * *

وفى معاملاتك مع الناس، كن نسيماً لا عاصفة .

كثيرون يحبون صفة العاصفة، لأنها تحمل معنى القوة. أما النسيم فيمثل الوداعة واللطف، اللذين ينبغى أن يتصف بهما من ينكر ذاته.

وفى تواضعك لا تفضل نفسك على غيرك. على أن يكون ذلك بعمق الحب وعمق الاتضاع، وبغير رياء..

* * *

فى اتضاعك ، قل أنا . من أنا؟ أنا مجرد تراب ورماد .

بل قبل أن أكون تراباً، كنت عدماً. خلق الله التراب قبلاً منى، ثم صنعنى من هذا التراب... وهنا ينتفى منك الاعتداد بالذات.

وفى اتضاعك أيضاً ، تصل إلى فضيلة (إدانة الذات) .

* * *

④ إدانة الذات :

الإنسان المصاب بالأنا، يكون باستمرار باراً فى عينى نفسه .

إذا اخطأ لا يعتذر، لأنه يظن أنه على حق ولم يخطئ! وإذا حدث سوء تفاهم بينه وبين أحد من الناس، لا يذهب إليه ليصالحه.

لأنه يأمل أن طلب الصلح لابد أن يأتى من الطرف الآخر، باعتبار أن الخطأ قد صدر من ذلك وليس منه!

بل حتى مع الله ، قد لا يعترف بأخطائه، لأن ذاته تقنعه أنه لم يخطئ!

* * *

العلاج إذن أن يحاسب الإنسان نفسه بغير تحيز، ويدينها .

يدين ذاته فى داخل نفسه. ويدينها أمام الله وأمام أب اعتراف. ويدينها أمام الغير حينما يلزم ذلك.

يدينها فى اتضاع. ولا يجلب اللوم على غيرها، كما فعل أبونا آدم وأمنا حواء (تك٣). ولا يبرر ذاته من جهة أسباب الخطأ وظروفه. فكل دواعى التبرير سببها الذات وتمسكها ببرها الذاتى...

إن الإنسان الذى لا يعكف على تمجيد ذاته وتكبيرها، بل يهدف باستمرار إلى تنقية ذاته مما يشوبها من أخطاء ونقائص.. تراه يلوم نفسه ويدينها، لأنه بهذا يمكنه تقويمها وتصحيح مسارها.

* * *

فى إحدى المرات زار البابا ثاوفيلس منطقة القلالى، وسأل الأب المرشد فى ذلك الجبل عن الفضائل التى أتقنوها، فأجابه:

"صدقنى يا أبى، لا يوجد أفضل من أن يأتى الإنسان بالملامة على نفسه فى كل شئ".

هذا هو الأسلوب الروحى الذى يسعى به الإنسان إلى تقويم ذاته: يأتى بالملامة على نفسه، وليس على غيره، وليس على الظروف المحيطة. وليس على الله!! ظاناً أن الله لم يقدم له المعونة اللازمة!

* * *

ليتنا ندين أنفسنا ههنا، حتى ننجو من الدينونة فى اليوم الأخير.

لأننا بإدانتنا لأنفسنا، نقترب إلى التوبة. وبالتوبة يغفر لنا الرب خطايانا. أما الذى لا يدين ذاته، بسبب اعتزازه بهذه الذات، فإنه يستمر فى خطاياه، ولا يتغير إلى أفضل. ويكون تحت الدينونة. وصدق القديس الأنبا أنطونيوس حينما قال:

"إن دنا أنفسنا ، رضى الديان عنا"

"إن ذكرنا خطايانا ، ينساها لنا الله" .

"وإن نسينا خطايانا، يذكرها لنا الله"

* * *

كذلك فإن إدانتنا لأنفسنا، تساعدنا على المصالحة بيننا وبين الناس، يكفى أن يعتذر الشخص ويقول لأخيه "لك حق. أنا قد أخطأت فى هذا الأمر"، لكى يضع بهذا حداً لغضب المُساء إليه، ويتم الصلح معه. أما إذا استمر المخطئ فى تبرير موقفه، فإن

الخصم يشتد بالأكثر فى إدانته. وما أجمل قول القديس مكاريوس الكبير:

"احكم يا أخى على نفسك، قبل أن يحكموا عليك".

* * *

*نقطة أخرى تساعدك على علاج الذات وهى :

⑤ ضع أمامك مثال المسيح :

إن كان الإنسان الأول قد انهزم فى حرب الذات، واشتهى أن يصير مثل الله (تك٣: ٥)، فإن السيد المسيح الذى بارك طبيعتنا فيه، صحح هذه النقطة. وكيف ذلك؟ يقول الرسول عنه إنه :

"أخلى ذاته، وأخذ شكل العبد، صائراً فى شبه الناس" (فى٢: ٧).

* * *

وعاش على الأرض فقيراً، ليس له أين يسند رأسه (لو٩: ٥٨) بلا وظيفة رسمية فى المجتمع. وتنازل عن كرامته "ظُلم. أما هو فتذلل ولم يفتح فاه" "وأحصى مع أثمة" (أش٥٣: ٧، ١٢). ولم يدافع عن نفسه.

أنكر ذاته من أجلنا. ووضع ذاته لكى يرفعنا نحن. ووقف كمذنب لكى نتبرر نحن. ذاته لم يضعها أمامه، بل وضعنا نحن..

أليس هذا درساً لنا من هذا الذى عظمته لا تحد.. درساً لنا نحن

المحاربين بالأنا، بينما نحن لا شئ.

السيد المسيح أخلى ذاته من المجد الحقيقى .

أما أنت ، فتخلى ذاتك من كل مجد باطل .

إن إخلاء المسيح لذاته موضوع واسع، ليس الآن مجاله.. يمكنك أن تقرأ عنه مقالاً طويلاً فى كتابنا (تأملات فى الميلاد) من ص ٧ إلى ص ٢٨ .

* * *

*نقطة أخرى فى علاج (الأنا) وهى :

⑥ تدريب الميل الثانى :

قال السيد الرب "من سخرك ميلاً، فاذهب معه إثنين. من أراد أن يخاصمك ويأخذ ثوبك، فاترك له الرداء أيضاً" (مت٥: ٤٠، ٤١).

وبنفس الوضع تحدث الرب عن الخد الآخر، فقال "من لطمك على خدك الأيمن، فحول له الآخر أيضاً" (مت٥: ٣٩).

وكأنه أراد أن يقول : كن مظلوماً لا ظالماً. وكن مصلوباً لا صالباً. لا تنتقم لنفسك. إن الذات تريد أن تأخذ حقها، وتأخذه بنفسها، وهنا على الأرض، وبسرعة على قدر الإمكان. أما تعليم الرب لنا فى إنكار الذات فهو: "لا تقاوموا الشر" (مت٥: ٣٩).

* * *

لا تجعل ذاتك تتدخل ، لتنال حقوقك أو تنتقم .

واذكر قول الكتاب "لى النقمة. أنا أجازى، يقول الرب" (رو١٢: ١٩). ومع أن النقمة للرب، لكن لا تطلبها أنت منه لنفسك. بل الكتاب يقول:

"المحبة لا تطلب ما لنفسها" (١كو١٣: ٥).

ولماذا لا تطلب ما لنفسها ؟

لأنها بعيدة عن الذات، بعيدة عن الأنا التى تطلب..

تدريب آخر فى التخلص من الذات، وهو قول الرسول :

"لأحيا لا أنا.. " (غل٢: ٢٠).

* * *

⑦ إستخدام القدّيسين :

أما الآباء الأنبياء والرسل والقديسون، فقد أستخدموا كلمة (أنا) فى مجال الاتضاع واتسحاق النفس...

ابراهيم أبو الآباء ، الذى باركه الله، وجعله بركة، وقال له: "وفيك تتبارك جميع قبائل الأرض" (تك١٢: ٢، ٣)، نراه فى مجال كلمة (أنا) يقول "أنا تراب ورماد" (تك١٨: ٢٧).

وداود النبى، الذى كانت له دالة كبيرة عند الله، وقد صنع الله به نصراً عظيماً على جليات (١صم١٧)، نراه بعد ذلك لما عرضوا عليه مصاهرة الملك شاول، يقول لهم "هل هو مستخف فى أعينكم

مصاهرة الملك، وأنا رجل مسكين وحقير" (١صم١٨: ٢٣).. وما أكثر اعترافه فى مزاميره بضعفه. كأن يقول "ارحمنى ياربى فإنى ضعيف" (مز٦: ٢).

ويوحنا المعمدان، مع أنه كان أعظم من ولدته النساء (مت١١: ١١)، يقول للرب "أنا المحتاج أن أعتمد منك" (مت٣: ١٤). ويقول للناس "يأتى بعدى من هو أقوى منى، الذى لست أنا مستحقاً أن أحل سيور حذائه" (مت٣: ١١) (لو٣: ١٦).

ويولس الرسول العظيم، الذى اختطف إلى السماء الثالثة (٢كو١٢: ٢)، قال عن ظهور السيد المسيح للرسل بعد القيامة "وآخر الكل، كأنه للسقط ظهر لى أنا، لأنى أصغر الرسل، أنا الذى لست أهلاً أن أدعى رسولاً، لأنى اضطهدت كنيسة الله"(١كو١٥: ٨، ٩).

* * *

هذا هو الاستخدام السليم لكلمة (أنا) بروح الاتسحاق .

وبنفس الروح، يرسل القديس العظيم بولس الرسول إلى تلميذه تيموثاوس فيقول:

"أنا الذى كنت قبلاً مجدفاً ومضطهداً ومفترياً. ولكنى رُحمت لأنى فعلت بجهل فى عدم إيمان" (١تى١: ١٣). يقول ذلك عن نفسه فى رسالة إلى تلميذه، بينما العادة أن يفتخر المعلمون أمام

تلاميذهم! ولكنه يستخدم كلمة (أنا) بالطريقة السليمة.

ونلاحظ أنه عندما تحدث عن اختطافه إلى السماء الثالثة، لم يقل أنا، إنما قال "أعرف إنساناً فى المسيح يسوع" (٢كو١٢: ٢).

فلم يستخدم كلمة (أنا) فى مجال التمجيد بينما استخدمها فى الاعتراف بأخطائه.

فى تمجيد الذات، اهتم الآباء بتمجيدها فى السماء لا على الأرض .

فى مجد (الأنا) على الأرض، فى هذه الحياة الحاضرة القصيرة، كان يخيفهم قول الرب عن هؤلاء الذين ينالون مديحاً هنا من الناس: "الحق أقول لكم إنهم قد استوفوا أجرهم" (مت٦: ٢).

وتكررت نفس العبارة فى (مت٦: ٥: ١٦).

وبنفس المعنى قال أبونا إبراهيم لغنى لعازر: "يا ابنى، اذكر أنك استوفيت خيراتك فى حياتك" (لو١٦: ٢٥).

أما الذين "أجرهم عظيم فى السماء"، فهم أولئك الذين أخفوا كلمة (أنا)، وعملوا الفضيلة فى الخفاء، أمام أبيهم السماوى الذى يرى فى الخفاء، وسيجازيهم علانية (مت٦).

وأيضاً أولئك الذين استخدموا عبارة (لا أنا) وما يشابهها .

* * *

⑧ لا أنـــا :

مثال ذلك القديس بولس الرسول الذى قال عن خدمته الناجحة: "ولكن بنعمة الله، أنا ما أنا. ونعمته المعطاة لى لم تكن باطلة. بل أنا تعبت أكثر من جميعهم. ولكن لا أنا بل نعمة الله التى معى" (١كو١٥: ١٠). وهنا نركز على عبارة:

"لا أنا، بل نعمة الله التى معى" .

ويكرر بولس الرسول نفس المعنى، فيقول "مع المسيح صلبت. فأحيا لا أنا، بل المسيح يحيا فىّ" (غل٢: ٢٠). لا أنا الذى يعمل، بل المسيح الذى فىّ يعمل كل شئ. أما أنا فقد صلبت معه. لقد صلبت كلمة (أنا) فما عادت تظهر .

* * *

وهكذا كل الخدام، لا تريد أن (الأنا) تنال مجداً، بل يقولون:

"ليس لنا يارب ليس لنا. لكن لاسمك القدوس أعطِ مجداً" (مز١١٥: ١).

نعم، فى مجال التمجيد يقول كل منا: لا أنا، ليس لنا .

وهذا هو التدبير الذى سار عليه القديس يوحنا المعمدان. فكان يرفض كل تمجيد موجه إليه، إلى "الأنا" ويحوله إلى السيد المسيح قائلاً عبارته الخالدة :

"ينبغي أن ذاك يزيد، وأني أنا أنقص" (يو٣: ٣٠).

ما أكثر ترديد المعمدان لعبارة لا أنا، أو لست أنا...

أما أنا فمجرد "صديق للعريس، يقف ويسمعه فيفرح فرحاً من أجل صوت العريس. إذن فرحي هذا قد كمل" (يو٣: ٢٩).

✠ ✠ ✠

وعبارة (لا أنا) نقولها ليس فقط من جهة علاقتنا بالله، بل أيضاً من جهة علاقتنا ببعضنا البعض...

فمن جهة الكرامة، يقول كل منا: لا أنا، عملاً بوصية الرسول: "مقدمين بعضكم بعضاً في الكرامة" (رو١٢: ١٠).

ومن جهة الرئاسة يقول أيضاً كل منا لا أنا، عملاً بوصية الرب الذي قال: "من أراد أن يكون فيكم عظيماً، فليكن لكم خادماً. ومن أراد أن يكون فيكم أولاً، فليكن لكم عبداً" (مت٢٠: ٢٦، ٢٧).

✠ ✠ ✠

وفي عبارة (لا أنا) تتبع وصية الرب في المتكأ الأخير .

نترك المتكآت الأولى للكتبة والفريسيين الذين يشتهونها (مت٢٣: ٦). وإن عرضت علينا يقول كل منا: لا أنا. بل أخي أفضل مني وأولى. وهكذا نحيا حياة الاتضاع ...

الباب السابع

الذات (الأنَا)

الـ Ego

لاَ أنَـا (غل٢: ٢٠)

إنكار الذات :

هكذا قال القديس بولس الرسول "مع المسيح صلبت. لكى أحيا – لا أنا – بل المسيح يحيا فىّ" (غل٢: ٢٠).. ذاتى لا تحيا مطلقاً. قد دفقت فيها مسامير. صلبتها. تخلصت من سلطة الأنا. لم أعد أفكر فيها. بذلتها لأجل الرب، ولخدمة أخوتى. بل ما أعجب قوله "كنت أود لو أكون أنا نفسى محروماً من المسيح، لأجل أخوتى، أنسبائى حسب الجسد.." (رو٩: ٣).

إنه إنكار الذات الذى دعانا إليه الرب، كشرط لإتباعه.

إذ قال "إن أراد أحد أن يأتى ورائى، فلينكر نفسه ويحمل صليبه ويتبعنى" (مت١٦: ٢٤) (مر٨: ٣٤). والذى فعله القديس بولس من أجل أخوته وأنسبائه حسب الجسد، هو نفس ما قاله موسى النبى للرب متشفعاً فى الشعب "والآن، إن غفرت خطيتهم، وإلا فامحنى من كتابك الذى كتبت" (خر٣٢: ٣٢).

بل السيد المسيح له المجد، بدأ تجسده بنفس المبدأ.

إذ قيل عنه إنه "أخلى نفسه، آخذاً صورة عبد، صائراً فى شبه الناس. وإذ وُجد فى الهيئة كإنسان، وضع نفسه وأطاع حتى الموت موت الصليب.." (فى٢: ٧، ٨).

هذا هو السيد الرب الذى قال للآب "فلتكن مشيئتك" (مت٢٦: ٤٢) "ليس كما أريد أنا، بل كما تريد أنت" (مت٢٦: ٣٩) وقال أيضاً "لأنى لا أطلب مشيئتى، بل مشيئة الآب الذى أرسلنى" (يو٥: ٣٠). وكرر ذلك فى (يو٦: ٣٨). إنه يعطينا بكل ذلك درساً..

عجيب هذا: إنه حتى السيد المسيح يقول "لا أنا".. لا مشيئتى. لا ما أريد أنا.. يقول هذا على الرغم من وحدته فى المشيئة مع الآب!

ويقول السيد "من أراد أن يتبعنى، فلينكر ذاته، إنما قد جعل إنكار الذات هو بداية الطريق.. إذن ماذا تكون نهايته..؟!

بعض أمثلة :

بمبدأ "لا أنا" بدأ دعوته أبونا إبراهيم أبو الآباء والأنبياء.

بدأ بطاعته لقول الرب "اذهب من أرضك ومن عشيرتك ومن بيت أبيك إلى الأرض التى أريك" (تك١٢: ١). نعم يارب. لا أنا أختار مكان سكناى، ولا أنا أتمسك بأرضى ولا عشيرتى ولا بيتى. وهكذا ذهب وراء الرب "وهو لا يعلم أين يمضى" (عب١١: ٨). لا أنا الذى يطلب أن يعلم أين يمضى. يكفى أن تقود أنت خطواتى.

هذه الخبرة وصل إليها ارميا النبى حينما قال:

"عرفت يارب أنه للإنسان طريقه. ليس لإنسان يمشى أن يهدى خطواته" (أر ١٠: ٢٣).

وأبونا ابراهيم مارس أيضاً عبارة (لا أنا) حينما أخذ ابنه وحيده ليقدمه محرقة للرب (تك٢٢). لا أنا أتمسك بمشاعرى كأب. ولا أنا أناقشك فى حكمتك وفى أمرك. كل ما أفعل هو أن أطيع. ولتكن يارب مشيئتك. أتريد أن تأخذ منى هذا الابن الذى انتظرته سنوات طويلة حسب وعدك. ليكن ما تريده أنت، لا ما أريده أنا.

وعبارة (لا أنا) اختبرها موسى النبى أيضاً.

هذا الذى كان يعيش كأمير فى قصر فرعون. ولكنه قال فى نفسه: لا أنا الذى يحيا فى هذه العظمة والرفاهية، وشعبى مستعبداً بل أنه "أبى أن يُدعى ابن ابنة فرعون. مفضلاً بالأحرى أن يُذلّ مع شعب الله، على أن يكون له تمتع وقتى بالخطية. حاسباً عار المسيح غنى أعظم من خزائن مصر" (عب١١: ٢٤- ٢٦).

عبارة (لا أنا) اختبرها تلاميذ الرب ورسله.

تركوا السفن والشباك، والأهل والأسرة، وتبعوا الرب (مت٤: ٢٠). ومتى ترك مكان الجباية وتبعه (مر٢: ١٤). وشاول الطرسوسى ترك السلطة وفريسيته وتبعه. وعبر عن هذا كله

القديس بطرس الرسول، حينما قال للرب "ها نحن قد تركنا كل شئ وتبعناك" (مت١٩: ٢٧). وكأن كلاً منهم يقول (لا أنا، بل المسيح). لا أهلى، ولا بيتى، ولا سفينتى، ولا وظيفتى، بل المسيح. هو الذى من أجله أترك كل شئ.

وفى هذا المعنى قال القديس بولس الرسول:

"لكن ما كان لى ربحاً، فهذا قد حسبته من أجل المسيح خسارة. بل إنى أحسب كل شئ أيضاً خسارة من أجل فضل معرفة المسيح يسوع ربى. هذا الذى من أجله خسرت كل الأشياء وأنا أحسبها نفاية، لكى أربح المسيح وأوجد فيه.." (فى٣: ٧- ٩).

عبارة (لا أنا)، نجدها أيضاً فى الخدمة.

فى الخدمة :

لابد أن يمارس الإنسان عبارة (لا أنا) فى الخدمة، ويجعل الله هو هدفه ووسيلته فى الخدمة. ولا يسعى إلى مجد شخصى، بل ينشد مع المرنم فى المزمور تلك العبارة الجميلة:

"ليس لنا يارب ليس لنا. لكن لاسمك أعط مجداً" (مز١١٥: ١).

هذا هو المبدأ الذى عاش به القديسون فى الخدمة. مثال ذلك القديس يوحنا المعمدان، الذى كان يختفى ليظهر الرب، والذى

استطاع أن ينفذ عبارة "لا أنا" في خدمته. وكان يقول:

"ينبغي أن ذاك يزيد، وأني أنا أنقص" (يو٣: ٣٠).

"لست أنا المسيح، بل أني مرسل أمامه. من له العروس فهو العريس. وأما صديق العريس الذي يقف ويسمعه، فيفرح فرحاً من أجل صوت العريس. إذن فرحي قد كمل.. الذي يأتي من فوق، هو فوق الجميع" (يو٣: ٢٨- ٣١). كانت (الأنا) معدومة تماماً عند يوحنا المعمدان..

هذا الذي حينما كانوا يمدحونه، أو يظنون أنه المسيح، كان يجيبهم (لا أنا).. "لست أنا المسيح.. في وسطكم قام الذي لستم تعرفونه. هو الذي يأتي بعدي، الذي صار قدامي. الذي لست بمستحق أن أحلّ سيور حذائه" (يو١: ٢٠، ٢٦، ٢٧). أما المنهزمون أمام (الأنا)، فهم عكس ذلك.

لأنه ما أسهل أن الخادم يربط المخدومين بشخصه وليس بالله.

أو يكوّن له منهم مجموعة تتبعه وتدافع عنه مهما أخطأ، وتمدحه وتمجده، وتعادي الذين يعادونه. وتسير وراءه حتى إن هرطق، كما سار أتباع آريوس وراءه في هرطقته. وهكذا صار الأريوسيون خطراً على الكنيسة طال مداه أكثر من آريوس نفسه. وهنا نرى الذات واضحة..

أما المنتصرون على (الأنا) فليسوا كذلك. الخدمة بالنسبة إليهم، هي محاولة مخلصة للدخول إلى أعماق النفس، لأجل تطهيرها وتقريبها إلى الله بترك خطاياها وبمحبة الله والخير. أيضاً كانت اللغة أو الأسلوب. هدف الخدمة هو هدف روحي. إنها خدمة المصالحة مع الله (٢كو٥: ١٨، ٢٠).

شتان بين عظة يخرج منها السامعون قائلين (هذا واعظ علامة)، وبين عظة يخرج منها السامعون قائلين: نريد أن نتوب، وأن نصطلح مع الله.

ليس الهدف من العظة تمجيد الواعظ، بل هدفها خلاص النفس. والواعظ الناجح هو الذي يكسب نفوساً للرب. ولا تكون ذاته هي الهدف، يبحث لها عن تقدير شخصي من سامعيه..

الهدف من العظة، هو أن تكشف للموعوظ ذاته وما فيها من عيوب، وكيف ينتصر عليها ويقترب إلى الله. وكيف يصطلح مع الله ويثبت فيه. وليس هدف العظة أن تقدم للموعوظ معلومات، لا يُدان في اليوم الأخير على جهله إياها..!

لو أن كل واعظ نقّى ذاته من الذات، ونقّى عظته من الاهتمام بذاته، وركزها على خلاص الآخرين، إذن لكسبنا للملكوت نفوساً كثيرة. ليست كل الخدام يكونون كيوحنا المعمدان يمهدون الطريق

قدام المسيح، ويهيئون له شعباً مستعداً (لو ١: ١٧).

هنا أمران تنجح بهما الخدمة البعيدة عن الذات، وهما:

١ – يكون الله هو الهدف، وهو الوسيلة.

٢ – ولا تكون الذات هدفاً ولا وسيلة.

نقول هذا لأن كثيرين يكون هدف خدمتهم هو ظهور الذات وتمجيدها. وتكون وسيلتهم فى الخدمة هى الاعتماد على الذات وذكائها وقدرتها.

وهكذا لا يدخل الله فى الخدمة، بينما المفروض أنها خدمة الله!! وهكذا أيضاً تقل الصلاة فى الخدمة. فتضعف لأن الله لم يباركها، ولم يعمل فيها!! أو لم يشترك مع الخدام فى خدمتهم.

وإذ تدخل الذات فى الخدمة، قد يحدث فيها انقسام بين الخدام، ويصير هذا لبولس، وذلك لأبلوس (١كو٣: ٣، ٤).

بكلمة (أنا) قد تدخل محبة الرئاسة أو محبة الأولوية فى محيط الخدمة، لذلك منعهم الرب عن ذلك قائلاً لهم "لا يكون هكذا فيكم. بل من أراد أن يكون فيكم عظيماً، فليكن لكم خادماً.. كما أن ابن الإنسان لم يأت ليُخدم، بل ليخدم، ويبذل نفسه فدية عن كثيرين" (مت٢٠: ٢٦– ٢٨).

نحاول الآن أن نوضح عبارة (لا أنا) فى الصلاة:

فى الصَّلاة :

بمبدأ (لا أنا) علمنا الرب أن نطلب أولاً ملكوت الله وبِرّه" قائلاً لنا عن الطلبات المادية "هذه كلها تطلبها الأمم. إن أباكم السماوى يعلم أنكم تحتاجون إلى هذه كلها. لكن اطلبوا أولاً ملكوت الله وبره، وهذه كلها تزدادونها" (مت٦: ٣٢، ٣٣).

ولما علّمنا الصلاة الربية، جعل طلبات الأولى خاصة بالله. وكأن المصلى يقول (لا أنا) بل يا أبانا الذى فى السموات "يتقدس اسمك، ليأتِ ملكوتك، لتكن مشيئتك كما فى السماء كذلك على الأرض.." (مت٦: ٩، ١٠). ثم بعد ذلك يذكر طلبات أخرى خاصة بملكوت الله وبره فيه.. مثل الخبز الروحى الخاص بملكوت الله. وطلب مغفرة الخطايا ليصطلح مع الله. وأن ينجينا الله من الشرير، لكى نصل بها إلى نقاوة الله حتى نصير أهلاً لسكنى الله فينا..

هناك صلوات أخرى لا طلب شخصى فيها على الإطلاق.

بل هى تأمل فى صفات الله الجميلة. مثل الثلاثة تقديسات: قدوس الله، قدوس القوى، قدوس الحى الذى لا يموت" قدوس قدوس قدوس رب الصباؤوت. السماء والأرض مملوءتان من مجدك الأقدس". ومثل صلوات أخرى كثيرة فى القداس الغريغورى يقول فيها المصلى "..أنت الذى تسجد لك الملائكة ورؤساء

الملائكة، أنت الذى تنطق السلاطين بمجدك. أنت الذى ترسل لك الكراسى الكرامة. ألوف ألوف وقوف قدامك، وربوات ربوات يقدمون لك الخدمة. أنت الذى يسبحك غير المرئيين، وأنت الذى يسجد لك الظاهرون..". كلها صلوات تنطبق عليها عبارة "لا أنا"...

تلى صلوات التسبيح، صلوات الانسحاق.

التى نطلب فيها حقوق الله مذا، وتعتذر الذات عن أخطائها إليه. وتبدو مخطئة ومهانة وليست كبيرة وفخورة. وقد تقرن صلواتها هذه بالمطانيات، تحنى بها ذاتها إلى الأرض معترفة بخطاياها نادمة عليها. لا ترتفع. وإنما تبكت نفسها قدامه.

إن أعلى درجة فى الصلاة هى صلوات التسبيح التى يبعد فيها الإنسان عن ذاته، ولا يذكر سوى الله فقط متأملاً عظمته ومجده.. ثم بعدها صلوات الإنسحاق وصلوات الشكر، وفيها تمجد الله أيضاً.

إنسَ نفسَكَ :

فى مبدأ (لا أنا) إنسَ نفسك، وتذكر الله وحده. فى كل حياتك العملية قل "لا أنا، بل نعمة الله التى معى" (١كو١٥: ١٠). لا علمى، ولا قوتى، ولا ذكائى. ولا فكرى كما قال الرسول "أما نحن، فلنا فكر المسيح" (١كو٢: ١٦). وقل معه أيضاً "أحيا لا أنا، بل المسيح يحيا فىّ" (غل٢: ٢٠). قل للرب "أنا لا أدبر نفسى، بل

أنت الذى تدبرنى. أنا لا أعتمد على فكرى. فوصيتك تقول "وعلى فكرك لا تعتمد" (أم٣: ٥)... وأيضاً لا أنا الذى يقدر بجهاده أن يتوب، بل "توبنى فأتوب" (أر٣١: ١٨).

نفسى أنا قد نسيتها منذ زمان، حينما عشت فى حياة التسليم لك.

بل حياتى كلها هى لك. أنشد فيها مع الرسول "لى الحياة هى المسيح، والموت هو ربح.. لى اشتهاء أن أنطلق وأكون مع المسيح. ذاك أفضل جداً" (فى١: ٢١، ٢٣). وفى سبيل ذلك قل أيضاً "ولا نفسى ثمينة عندى"..

وثق يا أخى أنك بعبارة (لا أنا) يمكنك أن تدخل إلى الملكوت.

فأنت حينما تنكر ذاتك، وتجحد ذاتك، وتبغض حتى نفسك لأجل الرب، سوف تلتصق بالله أكثر. ويصير الله ليس فقط هو الأول فى حياتك، بل بالأكثر هو الوحيد.. وحينما تقول (لا أنا) ستبعد عن تمجيد الذات وتكبيرها. وتنجو من مدح الذات ومن الفخر ومن الكبرياء والمجد الباطل، هذه الأمور التى سقط بها كثيرون. وتصل إلى حياة الاتضاع التى تستطيع بها أن تقترب إلى الله. فالكتاب يقول "أما المتواضعون فيعطيهم نعمة" (يع٤: ٦).

وعندما تقول (لا أنا)، سوف تقدم غيرك على نفسك فى الكرامة

حسب الوصية" (رو١٢: ١٠). وتأخذ المتكأ الأخير الذى يرفعك منه الله. بل أيضاً تصير محبوباً من الناس، لأنك لا تنافسهم فى الرفعة، ولا تزاحمهم فى طريق الحياة وإنما تعطيهم فرصتهم ليتقدموا..

إنك عندما تقول (لا أنا) سوف لا تجامل نفسك، ولا تبررها، ولا تلتمس لها الأعذار. بل على العكس تبكتها وتؤدبها، وتقبل أيضاً تأديب الرب ولا تتذمر "لأن الذى يحبه الرب يؤدبه" (عب١٢: ٦).

ما أكثر الفضائل التى نقتنيها من عبارة لا أنا. ولكننى أود أن أكتفى بهذا الآن لأنى أشعر أننى أطلت عليك فى هذا الموضوع.

فهرس الكتاب

صفحة

المقدمة ٥

الباب الأول : الذات (الأنا) Ego ٧

الأنا هى أول خطية عرفها العالم ٨

الباب الثانى : محبة الذات من الخطايا الأمهات ١٥

الباب الثالث : ما أسباب الشعور بالذات ؟.....٢٣

وما جمهرة الخطايا التى تتبعها ٣٢

الباب الرابع : خطايا أخرى كثيرة سببها الذات ٤١

الباب الخامس : من يحب نفسه يهلكها (يو١٢: ٢٥) ٥١

الباب السادس : كيف نتخلص من الذات ٦٧

١ – قهر الذات ٦٨

٢ – محبة الآخرين وخدمتهم ٧٠

٣ – التواضع ٧٣

٤ – إدانة الذات ٧٦

٥ – ضع أمامك مثال المسيح ٧٦
٦ – تدريب الميل الثاني ٧٧
٧ – استخدام القديسين ٧٨
٨ – لا أنا ٨١
الباب السابع : لا أنا ... (غل٢: ٢٠). ٨٣
إنكار الذات ٨٤
بعض أمثلة ٨٥
في الخدمة ٨٧
في الصلاة ٩١
أنسَ نفسك ٩٢

فى هذا الكتاب

بسم الآب والابن والروح القدس
الإله الواحد آمين

يحدثنا هذا الكتاب عن حرب الذات (الأنا) وخطورتها

ومن الذات تتولد خطايا عديدة جداً.. منها الكبرياء والتعالي، والغيرة والحسد، والحروب والمنافسات والصراعات والأنانية.

ومحبة الأخذ وليس العطاء وكثير من الشهوات.

فما هى أسباب الوقوع فى (الأنا)؟ وما هى أساليب وتداريب التخلص منها؟

وكيف تصل إلى قهر الذات وإلى إنكار الذات، وعبارة "لا أنا..".

البابا شنوده الثالث

الثمن ١٠٠ قرشاً