Summer Festival | 2023 / 2024

# لا تكن إلا فرحاً

**المسابقة الدراسية للكبار**
**( السن 30 سنة و فيما فوق)**

**لِأَنَّ ٱلرَّبَّ إِلَهَكَ يُبَارِكُكَ فِي كُلِّ مَحْصُولِكَ وَفِي كُلِّ عَمَلِ يَدَيْكَ، فَلَا تَكُونُ إِلَّا فَرِحًا. ( تثنية ١٦ : ١٥)**

COPTIC ORTHODOX
DIOCESE OF MELBOURNE

# His Holiness Pope Tawadros II

## 118th Pope of Alexandria and Patriarch of The See of Saint Mark

# Appreciation

The summer festival central committee of the Coptic Orthodox Diocese of Melbourne and its affiliated regions would like to give thanks and appreciation to the **Coptic Orthodox Diocese of the Southern United States** (www.smfsus.org) for their blessed and tireless work in the translation, revision and art-work of St. Mark's Festival (Mahragan Al Keraza) books from the original Arabic version under the guidance and prayers of **H.G Bishop Youssef**.

May The Lord bless all their fruitful services and for many years to come.

**In Christ,**

**SF Melbourne Central Committee.**

# جدول المحتويات


| | |
|---|---|
| لا تكن إلا فرحا | 5 |
| رسالة معلمنا يعقوب الرسول | 12 |
| افتخر بأرثوكسيتك | 21 |
| مفاتيح الجهاد الروحى | 28 |
| مؤشرات الصحة النفسية | 32 |
| محفوظات | 35 |

## الموضوع الدراسى الأساسى

# ١ لاَ تَكُنْ إِلاَّ فَرِحًا

هذا هو شعار **مهرجان الكرازة المرقسية هذا العام ٢٠٢٣**، الذى اختارته اللجنة المركزية للمهرجان.. وجدير بالذكر أنه العام الـ ٢٠ على بداية المهرجان الذى أسسه **قداسة البابا شنوده الثالث**، ومستمر برعاية وتشجيع **قداسة البابا تواضروس الثانى**.. وسوف تكون هناك فعاليات كثيرة مفرحة تناسب هذه المناسبة إن شاء الله..

يدعونا الكتاب المقدس إلى حياة الفرح الدائم بقوله: "... **فَلَا تَكُونُ إِلَّا فَرِحًا**" (تث ١٥:١٦) ولكن.. كيف نفرح ونحن كثيراً ما نفتقر إلى الشعور بالسعادة الحقيقية، فقد نفرح ونُسر يومًا، بينما نحزن ونكتئب أيامًا!!، وكثيراً ما نشعر بعدم الرضى حتى لو كنا نحقق الكثير من النجاحات! ولعلنا نسأل أنفسنا فى هذه الأيام بالذات: كيف نفرح والعالم ملئ بالضيقات والتجارب والأوجاع والأمراض والحروب والغلاء، ولا نعرف إلى أين تمضى بنا الأيام؟!

وهنا يقول لنا يشوع ابن سيراخ: "**أُنْظُرُوا إِلَى الأَجْيَالِ الْقَدِيمَةِ وَتَأَمَّلُوا. هَلْ تَوَكَّلَ أَحَدٌ عَلَى الرَّبِّ فَخَزِيَ؟**" (سى ١١:٢)، لذلك لا تكن إلا فرحًا، فالفرح ثمرة من ثمار الروح القدس الذى يعمل فينا.. **وهناك نوعان من الفرح:**

١- **فرح الحياة اليومية (أفراح العالم):** مزيفة، ومؤقتة، وجزئية.. فالإنسان العادى يفرح بأمور مؤقتة وزائلة، **إنه الفرح بحدث سعيد**.. يزول بزوال المؤثر، ولا يستمر معنا بعد ذلك. وهو **فرح جزئى** يؤثر فى الفكر والنفس والجسد، وقد لا يرقى للتأثير فى الروح..

٢- **الفرح المسيحى الحقيقى:** فهو ما يعطينا رب المجد يسوع إياه، إذ يصير "**هُوَ سَلاَمُنَا**" (أف ١٤:٢)، ومصدر أفراحنا "**اِفْرَحُوا فِي الرَّبِّ كُلَّ حِينٍ وَأَقُولُ أَيْضًا افْرَحُوا**" (فى ٤:٤).. فالرب يسوع هو ينبوع الفرح، وهو الذى قال: "**سَأَرَاكُمْ أَيْضًا فَتَفْرَحُ قُلُوبُكُمْ، وَلاَ يَنْزِعُ أَحَدٌ فَرَحَكُمْ مِنْكُمْ**" (يو ٢٢:١٦).

من هنا كان فرحنا: **خالدًا** بخلود السيد المسيح، **وثابتًا** بثباتنا فيه!!، **ودائمًا** بدوام عشرتنا معه.

- وهو الفرح **بانتشار كلمة الله، ورسالة الخلاص الأبدى**، ووصولها إلى الكثيرين فى كل العالم. فهو فرح حقيقى وعميق، يشمل **الكيان الإنسانى** كله: **الروح** تشبع، **والعقل** يستنير، **والنفس** تسعد، **والجسد** يصح، **والعلاقات** تنجح!!

- **وهو الفرح بشخص السيد المسيح**.. الذى من أجل خلاصنا، وتحقيقًا لوعده، تجسد وولد.. مات وفدانا.. قام وأحيانا.. وصعد إلى السموات كسابق لأجلنا.. ليعد لنا مكانًا يأخذنا إليه، فى مجيئه الثانى، لنحيا فى شركة معه، ومع القديسين، فى المجد العتيد إلى أبد الآبدين. فطوبى لمن اقتنى الرب فى داخله، واقتنى معه الفرح الحقيقى.

معروف من بداية المسيحية، أنها عندما أخرجت الناس من الوثنية، إلى عبادة الله الحىّ، كان المصريون فى حالة فرح حقيقى، وارتسمت الابتسامة على وجوههم، حتى أن الوثنى الذى كان يرى صديقه بشوشًا ومبتسمًا يقول له: "**ما الذى حدث؟ هل التقيت بمسيحى صباح اليوم؟!**"... حيث كان الإنسان المسيحى دائمًا باشًا وفرحًا، حتى قيل وقتئذ: أن "الفرح علامة المسيحيين".

## أولاً / مصادر الفرح المسيحى

### ١- فرحة التوبة والعشرة

وهل نجد من الخطيئة غير الألم والتعاسة؟! معروف علميًا ونفسيًا أنه بعد اقتراف الخطايا يشعر الإنسان بما يسمىّ: بالإحساس بالذنب "Sense Of Guilt"، وهو مصطلح علمى معُتمد، لأن الملاحظ دائمًا أن من يرتكب خطأ أو خطيئة، يفقد سلامه، ويحسّ بوخزات الضمير، وأنين الروح القدس داخله، الذى يهدف إلى قيادته للتوبة! **والتوبة هنا - فى المفهوم الأرثوذكسى - هى:**

أ- **الشعور بالندم:** أندم أنى أخطأت..  ب- **الإحساس بضرورة التوبة:** أقوم الآن..

ج- **أهمية الإعتراف:** أذهب إلى بيت أبى..

د- **الإقرار بالخطأ وطلب الإرشاد الروحى:** وهذا ما يقوم به "**أب الإعتراف**"، الذى منه نأخذ "حِلاً - وحَلاً" بحسب تعليم **قداسة البابا شنوده الثالث لنا:**

- **الحِلّ:** من الخطايا بالغفران - **والحَلّ:** بإرشاد الروح القدس، لأدرك من أين سقطت وأتوب.. من خلال: **تداريب روحية، ومنهج يومى** للشركة، **وحياة العشرة** المقدسة مع الله.. **من خلال وسائط روحية كثيرة.. حين نصلى:**

- **صلوات المزامير:** فى "صلوات سواعى الأجبية"..

- **الصلوات السهمية:** وفيها نردد: "**يارب يسوع المسيح ارحمنى، يارب يسوع المسيح أعنى، أنا أسبحك يارب يسوع المسيح**".

- **الصلوات الخاصة الحرة:** التى يعبر فيها الإنسان عن حالته لحظة بلحظة، فينادى طلبًا للرحمة والمعونة والمغفرة، كما تعلمنا الكنيسة المقدسة.

- **الصلوات المكتوبة:** وما أجمل هذه الصلوات التى صلى وعاش بها آباؤنا القديسون، ونجد نماذج منها فى كتاب "الأجبية"..

- **صلوات التسبحة وألحانها:** المميزة الجميلة فى كل مناسبات السنة.

### ٢- فرحة الشركة والخدمة والعطاء

من أهم معالم حياتنا الروحية حياة الشركة: فالإنسان إجتماعى بطبعه، ولا راحة له إلا فى الجماعة، أى فى العطاء والحب!! وكلمات الرب: "**مَغْبُوطٌ هُوَ الْعَطَاءُ أَكْثَرُ مِنَ الأَخْذِ**" (أع ٢٠:٣٥)، ليست للوعظ ولكن للإختبار! فهل اختبرنا سعادة العطاء، وعطاء السعادة!! إن عملنا الوحيد فى هذه الحياة هو أن نسعد بالرب، ونُسعد الآخرين به.. والرب هو الحب: الحب النقى، السخى، الباذل!!

فلتكن لك شركة حب وصلاة وخدمة.. داخل أسرتك!! ومع أصدقائك!!، وفى وسط جيرانك ومجتمعك.

- فإن "**النَّفْسُ السَّخِيَّةُ تُسَمَّنُ وَالْمُرْوِى هُوَ أَيْضًا يُرْوَى**" (أم ١١:٢٥).

- "**أَعْطُوا تُعْطَوْا كَيْلاً جَيِّدًا مُلَبَّدًا مَهْزُوزًا فَائِضًا يُعْطُونَ فِي أَحْضَانِكُمْ**" (لو ٦:٣٨).

وهـــذه معادلة إلهية عجيبة، أننا عندما نعطى يزداد ما لدينا ولا ينقص!! والزيادة لأن "**بَرَكَةُ الرَّبِّ هِيَ تُغْنِي، وَلاَ يَزِيدُ مَعَهَا تَعَبًا**" (أم ١٠:٢٢)..

- أى أن البركات تزداد، دون تعب، مع أن القاعدة تقول: "No Gain Without Pain" (لا مكسب بدون ألم).. فما أجمل أن نتعود العطاء، ونعوِّد أولادنا على ذلك!!

## ٣- فرحة الاحتمال

فالمؤمن لا يفرح فقط بالاحتمال، بل بالآلام!! كما قيل عن الآباء الرســـل: "**وَأَمَّا هُمْ فَذَهَبُوا فَرِحِينَ مِنْ أَمَامِ الْمَجْمَعِ لأَنَّهُمْ حُسِبُوا مُسْتَأْهِلِينَ أَنْ يُهَانُوا مِنْ أَجْلِ اسْمِهِ**" (أع ٥:٤١).

لاحظ :

- **ذهبوا فرحين**، ليس فقط محتملين فى صبر وشكر، بل "**فَرِحِينَ فِي الرَّجَاءِ**" (رو ١٢:١٢).

- **حُسبوا مســـتأهلين أن يهانوا**: كانت آلامهم نفسية أيضًا، وليست جسدية فقط، وألم النفس كثيراً ما يفوق ألم الجسد.. لكنهم فرحوا بذلك.

**لقد تأملوا فادينا الرب يسوع المصلوب عنا، وهو يتألم من أجل خلاصنا:**

- **آلامًا جسدية**: على الصليب: مسامير، وإكليل شوك، وطعن بالحربة، بعد جلدات مؤلمة!

- **آلامًا نفسية**: حينما بصقوا عليه وأهانوه، واستهزأوا به! بعد أن خانه تلميذه!

- **آلامًا روحية**: حينما حمل القدوس البار "**خَطَايَانَا فِي جَسَدِهِ عَلَى الْخَشَبَةِ**" (١بط ٢:٢٤).

لقد احتمل الرب كل ذلك، وكانت هذه الآلام حقيقية وليســـت وهمية، تنهال على جســـد الرب - ناسوته المتحد بلاهوته.. ولم يتدخل اللاهوت فى تخفيف هذه الآلام، لأن الرب شاء ذلك، وارتضاه بمحض إرادته، ليتألم عنا، وتتم الآية: "**لأَنَّهُ فِي مَا هُوَ قَدْ تَأَلَّمَ مُجَرَّبًا يَقْدِرُ أَنْ يُعِينَ الْمُجَرَّبِينَ**" (عب ٢:١٨)..

**نعم.. فالسيد المسيح هو ينبوع ومصدر الفرح الحقيقى..**

## ثانيًا بماذا نفرح ؟

### ١- أفرح بالرب يسوع مخلص وفادى

"**افْرَحُوا أَيُّهَا الصِّدِّيقُونَ بِالرَّبِّ**" (مز ٩٧:١٢). إلهنا العظيم.. حب عظيم!! وقد خلقنا علـــى صورته ومثاله لنتمتع بحبه اللانهائى، ونحيا معه فى الفردوس، ولكننا أخطأنا وعصينا وصاياه وســـقطنا بإرادتنا. لهذا تجســـد الرب يسوع.. وولد فى مذود.. من عذراء فقيرة.. وعاش فقيراً.. بل عاش متألمًا ومرفوضًا من كثيرين.. ثم تألم ومات على الصليب.. ودفن وقام كما قال فى اليوم الثالث ليقيمنا معه.. وصعد ليصعدنا معه.. وجلس ممجدًا فى الســـموات.. ليجلسنا معه فى عرشـــه!! فإن "**مَفْدِيُّو الرَّبِّ يَرْجِعُونَ وَيَأْتُونَ إِلَى صِهْيَوْنَ بِتَرَنُّمٍ، وَفَرَحٌ أَبَدِيٌّ عَلَى رُؤُوسِهِمِ. ابْتِهَاجٌ وَفَرَحٌ**" (إش ٣٥:١٠).

**نعم**.. هى فرحة الخلاص، والسعادة بالمخلص، الذى فتح لنا بصليبه طريق الخلود، وقدم لنا بدمه القانى مفاعيل الفداء..

**ذلك لأن دم المسيح:**

أ- **يغفر لنا خطايانا:** إذ "**فِيهِ لَنَا الْفِدَاءُ، بِدَمِهِ غُفْرَانُ الْخَطَايَا**" (أف ١:٧، كو ١:١٤)، لأنه "**بِدُونِ سَفْكِ دَمٍ لاَ تَحْصُلُ مَغْفِرَةٌ!**" (عب ٩:٢٢).. وهذا ما يخص الماضى (الخطية الجدية الأصلية).

ب- **يطهرنا من كل إثم:** لأن "**دَمُ يَسُوعَ الْمَسِيحِ ابْنِهِ يُطَهِّرُنَا مِنْ كُلِّ خَطِيَّةٍ**" (١يو ١:٧).. وهذا التطهير يخص الحاضر (الخطايا اليومية الفعلية).

ج- **يقدسنا للرب:** لأن "**يَسُوعُ.. لِكَيْ يُقَدِّسَ الشَّعْبَ بِدَمِ نَفْسِهِ، تَأَلَّمَ خَارِجَ الْبَابِ**" (عب ١٣:١٢).. وهذا التقديس يعنى التخصيص والتكريس للمستقبل (بالمعمودية والميرون).

د- **يثبتنا فى الرب:** لأن "**مَنْ يَأْكُلُ جَسَدِى وَيَشْرَبْ دَمِى يَثْبُتْ فِيَّ وَأَنَا فِيهِ**" (يو ٦:٥٦).

هـ- **يحيينا حياة أبدية:** لأن "**مَنْ يَأْكُلُ جَسَدِى وَيَشْرَبُ دَمِى فَلَهُ حَيَاةٌ أَبَدِيَّةٌ، وَأَنَا أُقِيمُهُ فِي الْيَوْمِ الأَخِيرِ**" (يو ٦:٥٤).

لذلك... فما أسعدنا بهذا الدم الزكى الطاهر.. الذى رفع عنا حكم الموت، وغسلنا من فساد الطبيعة، وأدخلنا إلى عالم الملكوت، والنور، والخلود.. لنحيا مع الرب يسوع إلى الأبد.

## ٢- أفرح بالكتاب المقدس دستور حياتى

"**كَلَّمْتُكُمْ بِهذَا لِكَيْ يَثْبُتَ فَرَحِى فِيكُمْ وَيُكْمَلَ فَرَحُكُمْ**" (يو ١٥:١١)..

إن الكتاب المقدس هو الرسالة الإلهية الموجهة إلىّ شخصيًا: فيها الحب، والإنذار، والوصايا، والمواعيد، والتعليم. ومعالم الطريق إلى الحياة الأبدية.. فهل يمكن أن نصل إلى الله بدون إرشاداته وكلماته المعطية الحياة!

ويجدر بالمسيحى أن يدرس كلمة الله بانتظام يوميًا، وذلك تتميمًا لوصية الرب: "**فتشوا الكُتُبَ لأَنَّكُمْ تظُنُّونَ أَنَّ لَكُمْ فيها حياةً أبديَّةً**" (يو ٥:٣٩). وقد وصف الرب كلامه بقوله: "**الكلامُ الذى أُكلمُكُمْ بهِ هو روحٌ وحياةٌ**" (يو ٦:٦٣). أما داود فقد امتدح من يلهج فى ناموس الرب نهارًا وليلاً، وقول إرميا النبى: "**وُجِدَ كلامُكَ فأكلتُهُ، فكانَ كلامُكَ لى للفَرَحِ ولبَهجَةِ قَلبى**" (إر ١٥:١٦).

الكتاب المقدس بحر واسع ومحيط شاسع، يكفى أنه كلمة الله، وأنفاسه المقدسة. معصومًا من الخطأ، لأنه موحى به من الله، ومصدر إيماننا وعقائدنا وطقوسنا، وتظل عقائدنا مضبوطة حسب الكتاب، بفكر الآباء، وقوانين المجامع، وما تسلمناه فى تقليدنا الكنسى الأرثوذكسى.. وما أجمل قول القديس أغسطينوس: "**أنا أقبل الكتاب المقدس مسلمًا من الكنيسة، مشروحًا بالآباء، معاشًا فى القديسين**".

كان آباء الكنيسة العظام يستلهمون الإنجيل فى كل أعمالهم، ومناهج حياتهم، ونسكهم، لذلك جاءت حياتهم إنجيلية مستنيرة. ولم يكن تفسيرهم للإنجيل علميًا أو عقلانيًا، بل دستورًا عمليًا يهدف إلى خلاصهم، وبناء نفوسهم وإرشادها. لهذا قال القديس أنطونيوس: "الكتب المقدسة كافية لتعليمنا".. وقال أيضًا: "**إذا أردت أن أقرأ ففى كتاب الله أقرأ**".. ويقال عن رسائل الأنبا باخوميوس أنها تبدو "**كملخص للكتاب المقدس**".

**نعم**.. لقد أحبوا الكتاب المقدس، وعاشوه، وقرأوه بإنتظام حتى حفظوه. وهكذا صارت حياتهم أناجيل مضيئة.. فى سماء الكنيسة.

## ٣- أفرح بالكنيسة بيت الفرح

كنيستى القبطية الأرثوذكسية، الفريدة، التى اقتناها الرب بدمه، وتسلمت الإيمان المستقيم من الآباء الرسل فهى كنيسة رسولية، مستقيمة الرأى والسيرة، ثابتة أمينة للرب رغم كل الظروف: (اضطهادات - هرطقات.. إلخ). **فهى بيت الفرح.. وتعطينا هذه الأفراح:**

### أ- فرحة العضوية فى جسد السيد المسيح

أتخذ هذه العضوية من خلال **الأسرار المقدسة**، وأحفظ عضويتى **بالجهاد الروحى. فأخدم داخل الكنيسة، ثم أشهد فى المجتمع**، لأن العضو فى جسد المسيح (الكنيسة) له رسالة فى المجتمع.. وهذا كله يعطى فرحة فى حياة الإنسان.. لأن من المهم أن يعرف الإنسان **من هو؟ وما هى رسالته:** أنا مسيحى، أرثوذكسى، قبطى، مصرى.

١- **أنال العضوية من خلال الأسرار المقدسة:** ففى **المعمودية** تجددت، **وبالميرون** تدشنت **وبالتناول** من جسد الرب ودمه نتحد بالرب ونثبت فيه، وهو فينا. وكلما أخطأت أجد سر **التوبة والاعتراف**، وكلما مرضت أجد الأب الكاهن يصلى لأجلى ويدهننى **بزيت مسحة المرضى** لشفاء الجسد، ولابد من التوبة والاعتراف قبل الرشم بالزيت. وفى **سر الزيجة المقدس** وفى طقس الإكليل الجليل يتحد (رجل واحد وامرأة واحدة) بطهر ونقاوة، ويصيران الإثنان جسدًا واحدًا، وروحًا واحدة، فى جسد المسيح (الكنيسة) "**إِذًا لَيْسَا بَعْدُ اثْنَيْنِ بَلْ جَسَدٌ وَاحِدٌ. فَالَّذِي جَمَعَهُ اللهُ لاَ يُفَرِّقْهُ إِنْسَانٌ**" (مر ١٠:٨-٩).

٢- **أحفظها بالجهاد:** لأن هذه العضوية نالها الإنسان فى البداية كعطية من الله، الذى أحبنا إلى المنتهى، وفدانا بدمه الطاهر.. ولكن حينما يكبر الإنسان ويخطئ، عليه أن يتوب ويجاهد ويشبع بربنا: فى الصلاة، والإنجيل، والأسرار، والقراءات الروحية، وبالإجتماعات الروحية... إلخ. حتى تتمتع بصلابة روحية من خلالها تنتصر فى جهادك ضد الخطية. فتفرح بالإنتصار بنعمته.

٣- **أعبر عنها بالخدمة فى الكنيسة:** والتى يسبقها الإلتحاق بفصول إعداد الخدام والخادمات، حتى تخدم داخل الكنيسة، حسب الموهبة المعطاة لنا. فالكل له دور.

٤- **وأعبر عنها بالشهادة فى المجتمع:** فنحن لا ننعزل عن المجتمع! وهذا حسب قول رب المجد يسوع: "**أَنْتُمْ مِلْحُ الأَرْضِ.. أَنْتُمْ نُورُ الْعَالَمِ**" (مت ٥:١٣-١٤)، "**خَمِيرَةٌ صَغِيرَةٌ تُخَمِّرُ الْعَجِينَ كُلَّهُ**" (غل ٥:٩)، "**نَسْعَى كَسُفَرَاءَ عَنِ الْمَسِيحِ**" (٢كو ٥:٢٠) نشهد للمسيح فى المجتمع، فى الدراسة، أو فى العمل.. إلخ.

### ب- فرحة الشبع الروحى

"**كَمَا مِنْ شَحْمٍ وَدَسَمٍ تَشْبَعُ نَفْسِي، وَبِشَفَتَيْ الابْتِهَاجِ يُسَبِّحُكَ فَمِي**" (مز ٦٣: ٥). المؤمن المسيحى الأرثوذكسى كعضو فى جسد السيد المسيح، له حياة فرح وشبع خاصة، ومتميزة، **من خلال:**

١- **صلاة المزامير يوميًا:** عصارة الآباء، طلبات جديدة، وعظ للنفس، اتحاد بمناسبات مسيحية هامة كل يوم، مشاعر متحركة ومتباينة.

٢- **الصلوات السهمية:** طلبًا للمعونة والرحمة، كما علمنا الآباء، إذ قال القديس أنطونيوس لتلميذه، أن يصلى دائمًا: "**يارب يسوع المسيح ارحمنى، يارب يسوع المسيح أعنى، أنا أسبحك يارب يسوع المسيح**".

٣- **القراءات اليومية:** فى القطمارس حسب اليوم.. تسعة إصحاحات على الأقل فى كل قداس.
٤- **السنكسار:** تذكار يومى للقديسين والمجامع والمعجزات لنتمثل بهم.
٥- **التسبحة اليومية:** هى لغة السمائيين بفصولها الكتابية، وعمقها اللاهوتى، وألحانها الخالدة، نحن نسبح ونرتل لمن أحبنا وفدانا، وسكن فينا بروحه القدوس. فكنيستنا هى بيت الملائكة، بيت التهليل، بيت الفرح، بيت التسبيح، والتسبيح ليس تهليلاً ذو انفعالات، بل تهليل هادئ، يملؤه الفرح بالخلاص، والفرح بالمخلص.
٦- **الأصوام المقدسة:** الأربعاء والجمعة، والأصوام المتعددة، اتحادًا بميلاد الرب، وصلبه، وقيامته، واقتداء بالسيدة العذراء، والآباء الرسل، وأهل نينوى.
٧- **المناسبات الكنسية:** فى البصخة المقدسة، وتسابيح كيهك.. إلخ.
٨- **الأعياد المقدسة:** السيدية الكبرى والصغرى، وغيرها لنحيا المناسبة، وننال فاعليتها فى حياتنا.
٩- **سر الإفخارستيا:** قمة الشبع الروحى من خلال القداسات اليومية.
١٠- **أقوال الآباء:** دراسة مستمرة لأقوالهم لننتفع بها فى حياتنا وخدمتنا.

وهكذا نكون نحن، وشبابنا، أرثوذكس العقيدة والحياة، نمجد الله، ونسلك فى تمسك دون تعصب، وفى محبة للجميع دون تنازل عن عقيدتنا أو مبادئنا.. ونسلم أجيالنا كما تسلمنا.

## ج- فرحة النسك

هناك فرق شاسع بين **النسك الإنجيلى القبطى المعتدل**، وبين النسك البطولى، الذى ينفخ الذات، ويسبب الإكتئاب، وليس الفرح!! بل النسك الذى نقبله هو نسك **الأنبا أنطونيوس**، ونسك **الأنبا بولا**. **فالأنبا أنطونيوس** دخل المغارة لمدة ٢٠ سنة، وخرج منها وهو وجهه باشًا، ولم يكن نحيلاً ولا بدينًا. هذا هو النسك الروحانى المعتدل. لأن الجسد وزنة لابد أن نحافظ عليها. وهو نسك ذبيحة، نسك اعتدال، نسك إنجيلى. كما يقول معلمنا بولس الرسول: "**وَإِنْ سَلَّمْتُ جَسَدِي حَتَّى أَحْتَرِقَ، وَلَكِنْ لَيْسَ لِي مَحَبَّةٌ، فَلاَ أَنْتَفِعُ شَيْئًا**" (١كو ١٣:٣). وهو وسيلة نعبر بها عن محبتنا لربنا، ويُمارَس باعتدال، وتحت تدبير روحى من أب الاعتراف. وهو **نسك إنجيلى** بمعنى أن أكون مسيحى الوسيلة والغاية.. بالمسيح أقدم هذه الذبيحة لمجد المسيح. وليس بقدرتى أو جهادات من أجل الذات!! لذلك نجد فى كنيستنا القبطية الأرثوذكسية فرحة النسك. وإن كنا صائمين، فنحن فرحون ومنيرون رغم نسكنا الجهادى.

## د- فرحة الاستشهاد

كنيستنا كنيسة شهداء على مر تاريخها العظيم، فشهداؤنا كانوا يضعون دائمًا أمامهم السماوات المفتوحة، والرب القائم، والخلود المنتظر بيقين.. لأن الاستشهاد عُرس.. وهو أعلى درجات القداسة.. "**إِذًا لَسْتَ بَعْدُ عَبْدًا بَلِ ابْنًا، وَإِنْ كُنْتَ ابْنًا فَوَارِثٌ للهِ بِالْمَسِيحِ**" (غل ٧:٤)، ولهذا قال القديس القوى الأنبا موسى الأسود: "اذكر ملكوت السماوات لكى تتحرك فيك شهوته".. فقد كان آباؤنا دائمًا عندهم نظرة أخروية، سمائية، متطلعين للسماء، فلا يهمهم مرض، أو موت، أو استشهاد. لأنهم يرون السيد المسيح أمام أعينهم، ويرون السماوات وميراثهم الأبدى الخالد، ولهم يقين شديد فى قلوبهم "**أَمَّا الصِّدِّيقُ فَوَاثِقٌ عِنْدَ مَوْتِهِ**" (أم ٣٢:١٤).

**نعم**.. هذا ما رأيناه فى كل شهدائنا، وحديثًا فى الشهداء الـ ٢١ بليبيا، الذين تحدّوا الموت، تحدّوا التعذيب، تحدّوا الطبيعة البشرية. من أجل الأكاليل المُعَدّة لهم فى السماوات.. وقد تابع العالم كله مشاهد التعذيب والترغيب حتى سفك الدماء، وكيف تحملوا كل هذا بصبر وصلابة، وصلاة وقوة، وفرح وسلام حتى الموت.. نعم فالاستشهاد مفرح..

## ٤- أفرح بأمجاد الحياة الأبدية

هناك خطر رهيب يتهدد حياتنا جميعًا، ألا وهو... الإنحصار فى الزمن، والانشغال بالأرضيات!! بينما الإنسان مخلوق إلهى، نسمة من القدير، استودعت فى التراب، المادة، الأرض، لفترة محددة من الزمن، ولكنها سرعان ما تعود إلى أصلها السمائى الإلهى الروحانى، حيث الأمجاد، وأفراح الحياة الأبدية، والخلود فى الملكوت.. **ونستطيع أن نميز الأمجاد التالية فى أبديتنا السعيدة مع الله:**

### أ- فرح مجد القداسة

فهناك رآهم يوحنا الحبيب مثل جيش عظيم متسربلين بثياب بيض، وفى أيديهم سعف النخل.. يسبحون ويرنمون "**هؤُلاَءِ هُمُ الَّذِينَ أَتَوْا مِنَ الضِّيقَةِ الْعَظِيمَةِ، وَقَدْ غَسَّلُوا ثِيَابَهُمْ وَبَيَّضُوهَا فِي دَمِ الْخَرُوفِ**" (رؤ ٧).

الثياب البيض، التى تطهرت فى دم الحمل، وسعف النخل.. علامة الانتصار والظفر.. فإن "**آخِرُ عَدُوٍّ يُبْطَلُ هُوَ الْمَوْتُ**" (١كو ١٥:٢٦). إن الجسد النورانى الذى سنعيش به فى السماء، غير قابل للسقوط أو الخطيئة، ولا للمرض أو الموت، ولا للتجارب أو الأحزان.

### ب- فرح مجد السعادة

"**أُدْخُلْ إِلَى فَرَحِ سَيِّدِكَ**" (مت ٢٥:٢١،٢٣).. هذا هو النداء الذى تسمعه النفس الأمينة والمؤمنة، حينما تصل إلى مشارف العالم الآخر. وتبدأ السعادة من الفردوس، حيث أن اسمه فردوس النعيم، حيث فرحة اللقاء بالرب، وبالملائكة، والقديسين، والأحباء الذين سبقونا!! وتكمل السعادة فى أورشليم السمائية، الموضع الذى هرب منه الحزن والكآبه والتنهد، فى نور القديسين!! هناك "**لِكَيْ يَسْتَرِيحُوا مِنْ أَتْعَابِهِمْ**" (رؤ ١٤:١٣)، "**لأَنَّ الإِنْسَانَ ذَاهِبٌ إِلَى بَيْتِهِ الأَبَدِيِّ**" (جا ١٢:٥).

### ج- فرح مجد الشركة

ففى السماء نحيا فى شركة مع الله، ومع "**أَهْلِ بَيْتِ اللهِ**" (أف ٢:٢٩).. مع الملائكة والقديسين.. **تعالوا نتصور اللقاء مع الرب:**

- كم هو مفرح... - وكم يطول.. - وستشبع منه وتقول كفى!!
- وماذا عن الحوار المستمر مع الملائكة، ومع العذراء القديسة مريم، ومع الآباء، والأنبياء، والرسل والشهداء، والقديسين؟!

لاشك أننا سندخل فى لا نهائية الفرح، فى حضرة الله غير المحدود، ونبقى هناك فى سعادة لا ينطق بها ومجيدة. نعم.. "**مَا لَمْ تَرَ عَيْنٌ، وَلَمْ تَسْمَعْ أُذُنٌ، وَلَمْ يَخْطُرْ عَلَى بَالِ إِنْسَانٍ: مَا أَعَدَّهُ اللهُ لِلَّذِينَ يُحِبُّونَهُ**" (١كو ٢:٩).

### د- فرح مجد الخلود

فلقد وعدنا الرب قائلاً: "**إِنِّي أَنَا حَيٌّ فَأَنْتُمْ سَتَحْيَوْنَ**" (يو ١٤:١٩).. فطالما أن الرب حى إلى الأبد. فكذلك المؤمنون به سيعيشون معه "كل حين".

نعم.. لأن "**هذهِ هِيَ الْحَيَاةُ الأَبَدِيَّةُ: أَنْ يَعْرِفُوكَ أَنْتَ الإِلهَ الْحَقِيقِيَّ وَحْدَكَ وَيَسُوعَ الْمَسِيحَ الَّذِي أَرْسَلْتَهُ**" (يو ١٧:٣). لهذا كان معلمنا بولس الرسول يئن قائلاً: "**لِيَ الْحَيَاةُ هِيَ الْمَسِيحُ وَالْمَوْتُ هُوَ رِبْحٌ... وَلكِنْ أَنْ أَبْقَى فِي الْجَسَدِ أَلْزَمُ مِنْ أَجْلِكُمْ**" (فى ١:٢١-٢٤). تعالوا نحيا طريق الفرح..

١- بالرب يسوع مخلصى وفادىّ الحبيب. ٢- بالكتاب المقدس دستور حياتنا ونور طريقنا.
٣- بالكنيسة بيت الفرح والتسبيح. ٤- بالحياة الأبدية والخلود المقيم.

# ٢ رسالة معلمنا يعقوب الرسول

## ا- كاتب الرسالة :

**نعرف فى العهد الجديد، كرفقاء للسيد أثناء تجسده على الأرض شخصيتين باسم يعقوب.. هما:**

١- **يعقـوب الكبيـر**: ابن زبدى، وهو أحد الاثنى عشر، والأخ الأكبر ليوحنا الحبيب (مت ٤:٢١). كان من الجليل، وكان والدهما غنيًا بدليل أنه كان يستأجر عمالاً للصيد (مر ١:٢٠)، وكان يوحنا شـقيقه معروفًا لدى رئيس الكهنة (يو ١٨:١٥). كانا يعملان بالصيد ولهما طبيعة واحدة حادة، حتى دعاهما الرب "ابنى الرعد" (مر ٣:١٧). وكان الرب يعطيهما اهتمامًا خاصًا بمشاهدة أحداث معينة، ومعهما القديس بطرس الرسول، مثل: إقامة ابنة يايرس، والتجلى، وجثسيمانى، وربما كان هذا التمييز لأن يعقوب سيشهد اضطهادًا مبكرًا ينتهى بقطع رأسه بيد هيرودس أغريباس سنة ٤٤م. أما يوحنا فلأنه سـيبقى شاهدًا ويسـجل إنجيله الهام. وأما بطرس فلأنه سيكون عليه أن يشهد بحرارة وغيرة أمام اليهود.

٢- **يعقوب الصغير**: ابن حلفى، ومريم زوجة كلوبا شـقيقة العذراء، ولهذا دعى: "**أخو الرب**"، حيـث كان أولاد الخالة يُدعَون إخـوة. وهو أحد الاثنى عشر أيضًا، وهـو أخو يوسى ويهوذا وسمعان. وكان أسقفًا لأورشليم، ومن فرط تمسكه بالعبادة والتقوى دعى: "البار"، حتى فى نظر اليهود. ومعـروف أنه كانت ركبتاه كركبتى الجمل من فرط سـجوده المتواتر، وهو الذى رأس مجمع أورشـليم، وكان واسـطة مصالحة بين المتنصرين من اليهود والأمم. وقد ظهر له الرب ظهورًا خاصًا عقب القيامة مباشرة (١كو ١٥:٧). وقد أظهر إيمانه بالسـيد المسـيح أمام اليهود، فطرحوه من على جناح الهيكل، ورجموه سنة ٦٢م.

وهو الذى كتب هذه الرسـالة، لأن يعقوب بن زبدى استشـهد مبكرًا سنة ٤٤م، قبل الزمن الذى كتبت فيه الرسالة.. **لذلك لاشك أن كاتب الرسالة هو القديس يعقوب أخو الرب. وهذه بعض الأدلة:**

### أ- الأدلة الداخلية :

١- ذكر اسمه فى أول الرسالة.

٢- فِكر كاتب الرسالة يحمل الطابع اليهودى، وأيضًا تعبيراته، واقتباساته من العهد القديم. وهكذا كان اتفـاق أفكارها مع حياة الرسـول: فهو يركـز على العبادة، والعمـل الصالح، وقد كان **القديس يعقـوب بن حلفى** كذلك فى حياتـه، حتى دعى: "البار"، وكانـت ركبتاه مثل ركبتى الجمل من كثرة السـجود، كما ذكرنـا (انظر يع ٥:١٤-١٨). كما كان يركـز على طاعة الناموس (انظر يع ٢:٨-١٢، ١:٢٥).

٣- وجود تشـــابه بين ما جاء فى الرســـالة، وخطـــاب القديس يعقوب فى ســـفر الأعمال (أع ١٥)، كاســـتخدامه كلمة "**إِخْوَتِي**" (يع ٢:٥، أع ١٥:٢٣)، وأيضًا "**الاِسْـــمِ الْحَسَنِ الَّذِى دُعِىَ بِهِ عَلَيْكُمْ**" (يع ٢:٧) مع (أع ١٥:١٧).. مع وجود مفردات كثيرة مشتركة.

٤- التشابه القوى بين ما جاء فى هذه الرسالة، وأقوال السيد المسيح له المجد.. مما يؤكد أن الكاتب سجل لنا من وحى ما سمعه بنفسه من السيد المسيح.

**ب- الأدلة الخارجية :**

١- **أقوال الآباء:** كما قال يوســـابيوس القيصرى: "**نحن نعلم أن هاتين الرســـالتين (يعقوب، ويهوذا) قرأتا علنًا مع سائر الأسفار فى كنائس كثيرة جدًا**".

٢- **اقتبس كثير من الآباء من آياتها:** مثل إكليمنضس، وإيريناؤس، والعلامة أوريجانوس.

٣- **وردت فى قوائم الآباء:** مثل: أثناسيوس، وكيرلس، وغريغوريوس النزينزى.

**٢- زمن كتابتها:** كتبت وقت اضطهاد اليهود للكنيســـة، وقبل خراب أورشليم الذى تم سنة ٦٨م، والأرجح أن ذلك كان ســـنة ٦٠، ٦١م عقب رســـالة بولس الرســـول إلى رومية، لأنها تعتبر امتدادًا أو توضيحًا لها كما يرى البعض.

**٣- مـكان كتابتها: أورشـــليم** قطعًا حيـــث كان يعقوب أســـقفها، كما أن التاريخ يذكر أنه لم يغادرها مطلقًا.

**٤- لمن كُتبت ؟** إلى الاثنى عشر سبطًا الذين فى الشتات، والمقصود بهم اليهود المنتشرون فى أنحاء الأرض قبل وبعد المسيحية.

**٥- لماذا كُتبت ؟**

١- تشجيعًا للمؤمنين المُضطَهَدين. ٢- توضيحًا لضرورة ارتباط الإيمان بالأعمال الصالحة.

٣- إظهار السلوك المسيحى فى المواقف ومع الفئات المختلفة.

**٦- سماتهـا :**

١- رسالة عملية تهتم بالسلوك اليومى. ٢- رسالة حِكَم تصلح كل آياتها كشعارات للحياة.

٣- رسالة حازمة تكشف الخطأ، وتوبخه مباشرة.

٤- رسالة تربط العهدين، ففيها روح الموعظة على الجبل، مع اقتباسات من الأنبياء وإيليا وأيوب.

**٧- تشابه الرسالة مع الأسفار الأخرى :**

**أ- تتشابه فى الكثير مع رسالة القديس بطرس الرسول:**

- قارن (يع ١:١) مع (١بط ١:١) "**الشتات**". - قارن (يع ١٠:١) مع (١بط ٢٤:١) "**زهر العشب**".
- قارن (يع ٧:٤) مع (١بط ٩:٥) "**مقاومة إبليس**".

**ب- تتشابه مع رسالة رومية:**

- قارن (يع ١:٢٢) مع (رو ٢:١٣) "**العمل بالناموس**". - قارن (يع ٤:١٢) مع (رو ١٤:٤) "**عدم الإدانة**".
- قارن (يع ١:٢-٤) مع (رو ٥:٣-٥) "**الفرح بالتجارب**".

**ج- كما تتشابه مع الموعظة على الجبل:**

- قارن (يع ٢:٥) مع (مت ٥:٣-١٢) "**المساكين بالروح**". - قارن (يع ١:١٠) مع (مت ٦:١٩) "**التجرد عن المادة**".
- قارن (يع ١:٢٢-٢٥) مع (مت ١٧:٢١) "**السمع والعمل**".

## ٨- هل تتناقض مع رسائل بولس ؟

إطلاقًا، ولكنها توضح الأمور.. لذلك نحن نرفض نقد البروتستانت لها، ونتمسك بأنها تزيد صورة التبرير وضوحًا.

فإن كان معلمنا بولس الرسول قد ركز على الإيمان، فهو لم يهمل الأعمال، وإن كان الرسول يعقوب قد ركز على الأعمال، فهو لا يهمل الإيمان. قارن (يع ٣) مع (١كو ١٣)، **فكلاهما يهاجم أعمال الناموس، وأعمال البر الذاتى، وكلاهما يؤكد ضرورة أعمال النعمة التى تأتى كثمر الإيمان، وكتجاوب مع عمل الله فينا، لنستطيع الإثمار فى ضعفنا.**

## الأفكار الرئيسية للرسالة

### الإصحاح الأول: المؤمن والتجارب

**ينقسم الإصحاح إلى الفقرات التالية :**

١- **الافتتاحية (١:١)**: وفيها يدعو يعقوب نفسه "عبد الله"، مع أنه "أخو الرب"، وهذا هو الإحساس السليم الأرثوذكسى الذى فيه تخشع النفس أمام الله حيث يكرمها ويحتضنها. فحين قال الملاك للعذراء مريم: "**أنها ستكون أم الله**"، قالت له: "**هُوَذَا أَنَا أَمَةُ الرَّبِّ**" (لو ١:٣٨).

٢- **موقفنا من التجارب (١:٢-١٢)**: يتلخص فيما يلى :

أ- المؤمن يفرح بالتجارب على أنواعها المختلفة: المرض، الموت، الخسارة المادية، الفشل الدنيوى... إلخ.

ب- وسبب فرحه هو إيمانه أن هذه التجربة امتحان للإيمان، فحين يجتازه الإنسان يكتسب صبراً، والصبر يجعله يسلك فى الكمال.

ج- وإذا شعر بضعفه أمام التجربة، فليطلب الحكمة من الله السخى، والله سوف يعطيه بسخاء مهما كان ضعيفًا، ولن يعيّره بسبب ضعفه هذا.

د- المهم أن يطلب هذه المعونة بإيمان، وبدون ذبذبة وتردد.

هـ- الغنى والفقر يمكن أن يكونا تجربة للإنسان. فعلى الفقير أن **يفتخر بالله كنزه الأسمى**، وعلى الغنى أن ينسحق متكلاً على الله لا على ما لديه.

و- واجتياز التجارب بنجاح يعطى للإنسان إكليل حياة، لأنها ستكون شركة مع صليب المسيح.

٣- **مصادر التجربة (١:١٣-١٨)**: التجارب أنواع: منها ما يسمح به الله لنمونا وتزكيتنا، ومنها ما يكون لوقايتنا من الكبرياء كشوكة بولس، ومنها ما يكون من الشيطان لنسقط فى الشر... **إذن:**

أ- الله لا يجربنا بالشرور، وهو منزه عن الشر، فهو مصدر الخير، وهو فوق الخير، لأننا يستحيل أن ندرك كمالات الله أو جوهر طبيعته طالما نحن فى الجسد.

ب- **التجربة الشريرة تحدث فى حالتين:**

- **الجذب:** أى الخضوع لنداء الشر فينا، وعدم مقاومته بقوة الجذب اللا نهائية التى هى قوة النعمة العاملة فينا.

- **الانخداع:** أى تصور أن الشر لذيذ! ولاشك أن الشيطان يقدم لنا السم فى العسل!

ج- **ويجب أن نلاحظ المراحل الثلاث للخطية:**

- شهوة تنادى. - خطية تولد. - موت ينتج عن هذا.

إذن، فحين تتحرك فينا الشهوة يجب أن نقاومها بقوة جذب الروح القدس الساكن فينا، وأن لا ننخدع ببريقها الخطر، وهكذا لا تحبل الشهوة فتلد خطية، ولا تكمل الخطية فتنتج الموت.

د- **المطلوب إذن.. أن تنال عطايا الله الصالحة، ومواهبه الكاملة، وذلك بالميلاد الجديد بالمعمودية، وتجديد المعمودية بالتوبة حسب كلمة الله.**

٤- **صور من التجارب وكيف نتعامل معها (١:١٩-٢٧)**: هنا عرض الرسول بعض صور من التجارب المختلفة (التى ليست من الله)، **التى تصادف المؤمن المضطَهَد فى العالم، مثل:**

أ- تجربة التسرع فى الكلام. ب- تجربة الغضب. ج- تجربة النجاسة والشر.

د- تجربة خداع النفس. هـ- تجربة نسيان الكلمة. و- تجربة انفلات اللسان.

**ويرى الرسول أن علاج ذلك كله هو:**

١- الشبع بالإنجيل بحيث يصير مغروسًا فى القلب. ٢- العمل بالإنجيل وتنفيذ وصاياه الحية.

٣- الافتقاد لليتامى والأرامل. ٤- التحفظ من الدنس الموجود فى العالم.

## الإصحاح الثانى: الإيمان والأعمال

**فى هذا الإصحاح يتحدث الرسول عن الإيمان والأعمال, ويرى أنهما صنوان لا يفترقان.. وينقسم الإصحاح إلى فقرتين، هما:**

١- **الإيمان والمحك العملى (٢:١-١٣): وفى هذه الفقرة يتحدث الرسول عن الإيمان وهو يدخل محك الحياة اليومية العملية، ويقدم بعض أمثلة:**

أ- التفرقة فى المعاملة بين الأغنياء والفقراء، حين نكرم أولئك ونحتقر هؤلاء! وهذا فكر شرير فيه ازدراء بإخوة الرب، وفيه تكريم للغنى لتضخيم ذاته! وكلاهما فكر مهلك.

ب- يعقد مقارنة بين الفقراء الأغنياء فى الإيمان وميراث الملكوت، وبين الأغنياء الفقراء روحيًا الذين يتسلطون على المؤمنين ويجدفون على اسم المسيح.

ج- إذن، يجب أن نحب الجميع ولا نحابى أحدًا، وأن نطيع ناموس الله ككل دون أن نقصر فى أى وصية.

**٣- الأعمال تكمل الإيمان (٢:١٤-١٦)** : يرجح الشراح أن الرسول كتب بعد أن انتشرت رسالة معلمنا بولس الرسولف إلى أهل رومية - عاصمة الإمبراطورية الرومانية آنذاك - ويبدو أن الرسول أحس بأن البعض قد فهم الرسول بولس خطأ، حين هاجم أعمال الناموس، وأعمال البر الذاتى، مع أن الرسول بولس كان واضحًا جدًا فى تأكيد أعمال الإيمان، **وهذه بعض الأدلة من رسالة معلمنا بولس الرسول إلى أهل رومية:**

أ- "**هَكَذَا نَسْلُكُ نَحْنُ أَيْضًا فِي جِدَّةِ الْحَيَاةِ**" (رو ٦:٤).

ب- "**قَدَّمُوا أَعْضَاءَكُمْ عَبِيدًا لِلْبِرِّ لِلْقَدَاسَةِ**" (رو ٦:١٩).

ج- "**لاَ شَيْءَ مِنَ الدَّيْنُونَةِ الآنَ عَلَى الَّذِينَ هُمْ فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ، السَّالِكِينَ لَيْسَ حَسَبَ الْجَسَدِ بَلْ حَسَبَ الرُّوحِ**" (رو ٨:١).

د- **الإصحاح الثانى عشر** بأكمله يقدم صورة لجسد المسيح الذى هو الكنيسة، والأعمال المقدسة الكائنة فيه، مثل: النبوة، والخدمة، والتعليم، والوعظ، والعطاء، والتدبير، والرحمة، والمحبة الأخوية، والمشاركة الوجدانية، والعبادة، والمواظبة على الصلاة، وعدم الانتقام، ومحبة الأعداء..

هـ- **الإصحاحات من ١٣ إلى ١٦:** كلها وصايا فى الحياة اليومية، مثل: علاقتنا بالحكام (ص ١٣)، وبإخوتنا الضعفاء (ص ١٤-١٥)، وببعضنا البعض فى الكنيسة (ص ١٦).

**إذًا.. ليس هناك أدنى تناقض بين الرسالتين, ولكن الوحىَ قصد أن يركز الأضواء فى رسالة رومية على الإيمان، وفى رسالة يعقوب على الأعمال، لتكتمل الصورة من كافة الزوايا. ولهذا يقول معلمنا يعقوب:**

١- لا فائدة من الكلام، المهم فى العمل، فلا نرضى الفقراء بحلو المنطق، بل بما يسد أعوازهم.

٢- إيمان بدون أعمال ميت فى ذاته، لم يبرهن على وجوده.

٣- الشياطين يؤمنون حسنًا، لكن دون أعمال مقدسة، أنه إيمان لا يخلص.

٤- إبراهيم آمن قلبيًا، ثم قدم إسحق عمليًا تأكيدًا لإيمانه القلبى، وهكذا بالأعمال أكمل الإيمان.

٥- وراحاب أيضًا مثل آخر، فقد آمنت قلبيًا بقدرة إله إسرائيل، ثم سلكت عمليًا بموجب هذا الإيمان. فخبأت الجاسوسين ثم عاهدوها على تخليصها وأهلها وقت فتح المدينة.

٦- ثم يعطى الرسول تشبيهًا جميلاً: **إيمان** + **أعمال** = **جسد** + **روح**... لا يمكن فصلهما إطلاقًا.

## الإصحاح الثالث: اللسان والحكمة

يستمر الرسول فى منهجه العملى السلوكى، فيحدثنا عن خطورة اللسان وأخطاء الكلام، وإذ يرانا نصرخ طالبين الحكمة، يحدثنا عن طريقة الحصول عليها والتعبير عنها، موضحًا الفرق بين الحكمة الإلهية والحكمة البشرية.

١- **اللسان وخطورته (٣:١-١٢)** : وفيه يتحدث الرسول عن بعض أخطاء اللسان، **مثل:**

أ- **حب التعليم:** فمع ضرورة تعليم المؤمنين حتى لا يهلك الشعب من عدم المعرفة، هناك خطر "حب" التعليم، فهذا يحمل فى طياته حبًا للذات وكبرياء خفية، مع سوء تقدير لواقع النفس كثيرة التعثر والخطأ.

ب- **انفلات اللســـان** فيتكلم بكل ما يجرى عليه، ويكون للإنسان "**كدارٍ ليس لها حارس**"! كما يقول البســـتان. واللســـان المنفلت يضر صاحبه، ويقوده إلى التهلكة، فهو كالدفة الصغيرة التى تقود السفينة، وهو كالشرارة البسيطة التى تشعل حريقًا ضخمًا.

ج- **تدنيـــس الجســـم**: كما يقول الحكيم: "**لاَ تَدَعْ فَمَكَ يَجْعَلُ جَسَـــدَكَ يُخْطِـــئُ**" (جا ٥:٦). وكما ينصحنا أنطونيوس العظيم: "**لا تدن أخاك لئلا تُســـلَّم إلى خطاياك القديمة**". لاشـــك أن اللسان يدنس الجسم بما يشترك به من أحاديث هدامة.

د- **لعن الناس**: اللسان الشرير لا يبارك، بل بالعكس يلعن الناس, الذين تكونوا على صورة الله.

هـ- **الينبوع الشرير**: اللســـان يتحدث من فضلة القلب، لذلك فالخطـــر الحقيقى كامن فى الينبوع الداخلى الذى إن طهرته النعمة صار مملحًا بملح, وإن لم تطهره صار الكلام فاسدًا ومفسدًا.

٢- **الحكمة والتعبير عنها (٣:١٣-١٨)** :

أ- **الحكمة البشرية**: وهى ليســـت من الله، بل هى **أرضية** من البشر، **نفســـانية** أى بدوافع الإنسان العتيق، **شيطانية** أى يتحكم فيها الشيطان ويوجهها.

ب- **الحكمة الإلهية**: وهذه **تتسم بالطهارة، والسلام، والرفق، والوداعة، والرحمة، والثمار الصالحة، والثقة الكاملة، وعدم الرياء، وتثمر بالبر والسلام فى قلوب مريديها.**

- **والطريق إلى هذه الحكمة**: هو الطلب من الله كما سبق أن أوضح فى (يع ١:٥-٦).

- **والتعبير عن الحكمة الإلهية**: يكون بالتصرف الحسن، الوديع.

أما التعبير عن الحكمة الشيطانية فينتج عنه الغيرة المرة، والانشقاق، والتحزب!

## الإصحاح الرابع: المؤمن والشهوات الأرضية

فى هذا الإصحاح يســـتعرض الرسول بعض الشهوات الأرضية، **ويقدم للمؤمن أسلوبًا عمليًا للتخلص من وطأتها، مثل:**

### ١- اللذات الأرضية (٤:١-٣) :

يوضـــح لنا هنا معلمنا يعقوب الرســـول أن أســـاس الحروب والمخاصمات التـــى تحدث بين بنى البشر، هـــى اللذات الكامنة فى الطبيعـــة البشرية، مثل: **حب الاقتناء** "**تَشْـــتَهُونَ وَلَسْـــتُمْ تَمْتَلِكُونَ**" (يع ٤:٢)، أو الحســـد "**تَقْتُلُونَ** (أدبيًا على الأقل) **وَتَحْسِـــدُونَ**"، فالحســـد يحوى ضمنًا شهوة الانتهاء من المحســـود، أو المقاتلة "**تُخَاصِمُونَ وَتُحَارِبُونَ**"، أو الطلبات الجســـدية "**تَطْلُبُـــونَ رَدِيًّا لِكَيْ تُنْفِقُوا فِي لَذَّاتِكُمْ**"(يع ٤:٣).

وهنا يتضح لنا سر عدم استجابة الصلاة، أنها ليست حسب مشيئة الله، وليست لبنيان حياتنا، إنها مجرد طلبات أرضية تضر ولا تبنى!

### ٢- الزنى (٤:٤-١٠) :

يربط الرسول بين الزنى ومحبة العالم، فلاشك أن سر الهزيمة أمام الجسد هو عدم تغليب الروح والروحيات. فحين يُفطَم الإنسان عن الأرض ويتجه بكل قلبه إلى السماء يُفطَم تلقائيًا عن الحسيات، وعن لذات الجسد. بل أن الرسول يستطرد فى إبراز خطورة محبة العالم، فيجعلها تعنى عداوة الله، فلاشك أن محبة العالم نوع من العبادة له والانشغال به. فهذا زنا روحى أى خيانة للعهد مع الله عريس النفس البشرية.

هناك صراع فى الطبيعة البشرية بين الروح (المشتاق للإلهيات)، والجسد (المشتهى الحسيات). وكلمة "الحسد" فى الآية ٥ صحتها فى الترجمة "الغيرة"، أى أن روح الله الحال فينا يشتاق إلى الغيرة المقدسة, وهو لذلك يعطى الراغبين نعمة أعظم.

ولاشك أن الكبرياء هى أساس آخر خطير للزنا، لأنه نوع من عبادة الذات دون عبادة الله. ونلاحظ هنا أن عبادة الأوثان فى العهد القديم كان الله يدعوها زنا. كذلك عبادة العالم، أو الجسد، أو الذات هى زنى روحى يقود إلى زنى جسدى.

**والعدو الباقى فى هذه الحرب هو الشيطان, وهو يحتاج إلى أمرين للانتصار عليه..**

أ- **جهاد سلبى:** أن نقاومه قدر الاستطاعة.

ب- **جهاد إيجابى:** أن نقترب إلى الله ونتحد به، فنتقوى.

**ولاشك أن هذه كلها مفاتيح حياة الطهارة:**

١- رفض عبادة العالم والذات والجسد.
٢- مقاومة إبليس.
٣- الاقتراب من الله والاتحاد به.
٤- محاسبة النفس بانتظام، والندم على الخطأ.
٥- الانسحاق أمام الله باستمرار طلبًا لمعونته.

### ٣- الإدانة (٤:١١-١٢) :

هنا ينصحنا الرسول بألا ندين أو نذم بعضنا بعضًا، تاركين الحكم لله. والرسول يعتبر هذا المسلك موجهًا ضد الله وضد الناموس، فالإنسان حين يدين غيره يأخذ منه موقف الله نفسه فهو الوحيد الذى سيدين الناس. وقد سلك الآباء بهذا الفكر النقى، واعتبروا الوصية: "**لاَ تَدِينُوا لِكَيْ لاَ تُدَانُوا**" (مت ٧:١) مدخلاً كاملاً للخلاص، فلاشك أن الإدانة تحمل فى طياتها الكبرياء والكراهية. أما عدم الإدانة فمعناه أننى أدين نفسى فى انسحاق، وأحب الجميع، وأعتبرهم أفضل منى.

### ٤- تعظم المعيشة (٤:١٣-١٧) :

هنا نرى شهوة الغنى وتعظم المعيشة دون تسليم لمشيئة الله.. فهذا تاجر سيذهب فى رحلة تجارية ليست حسب مشيئة الله، بل حسب فكره وشهواته: "**نَصْرِفُ سَنَةً وَاحِدَةً وَنَتَّجِرُ وَنَرْبَحُ**" (يع ٤:١٣). ليس الخطأ أن يجاهد الإنسان من أجل معيشته الأرضية، لكن الخطأ أن يعتمد الإنسان على قدراته وفكره لا على الله، وينسى **أن حياته كلها إنما هى فى يد الله.** والخطأ الثانى أن يشتهى الإنسان العظمة "**تَفْتَخِرُونَ فِي تَعَظُّمِكُمْ. كُلُّ افْتِخَارٍ مِثْلُ هَذَا** (أرضى) **رَدِيءٌ**" (يع ٤:١٦).

ونلاحظ هنا أن الرسول يقول: أن حياتنا "بخار"، ولم يقل "دخان" لأن البخار منتج له قوة دفع وفعل وحركة, وحياتنا على الأرض هى كذلك مهما كانت قصيرة، يجب أن تكون كالبخار الفعال الخادم، لا كالدخان عديم الفائدة المتعب والملوث للجو.

## الإصحاح الخامس: المال... ونصائح عامة

**فى هذا الإصحاح يقدم الرسول نصائح مختلفة لفئات مختلفة من البشر، مثل:**

### ١- الأغنياء (٥:١-٦) :

ينصحهم أن يتدبروا حياتهم الأبدية، فلا يركنوا إلى المال، ويكتفوا به عماداً, بل يبكوا على خطاياهم ليرثوا الملكوت الأبدى.

وينصحهم أيضًا بعدم التعسف مع الآخرين العاملين فى حقولهم، إذ يجب ألا يبخسوا أجرتهم بل يعاملوهم برفق وعدل، وإلا صرخوا واستجاب الله.

كما ينصحهم بعدم الإفراط فى التنعم والرفاهية والأكل، فهناك آلاف المحتاجين، "**وَأَمَّا الْمُتَنَعِّمَةُ فَقَدْ مَاتَتْ وَهِيَ حَيَّةٌ**" (١تى ٥:٦).

### ٢- الإخوة المضطهدين (٥:٧-١١) :

إنهم يهود الشتات، الذين كانوا يعانون الاضطهاد من ذويهم الرافضين للمسيحية، ومن الوثنيين، وغيرهم.

ينصحهم الرسول بالصبر انتظارًا لمجىء الرب أو تدخله فى الأمر. وهذا ما حدث فعلاً حيث سقطت الإمبراطورية الرومانية، وتحولت إلى المسيحية, حين خربت قبلها أورشليم وتشتت اليهود فى خزى. والرسول يطلب من الإخوة أن يتحدوا ويترابطوا بالمحبة، فلاشك أن الضيق الخارجى ينشئ داخليًا نوعًا من التذمر أو السخط الذى ينعكس على العلاقات، لكن **النفس الصبورة الثابتة فى المسيح تسلك فى هدوء ومحبة منتظرة عمل الله.**

ويعقوب البار، رجل الهيكل، ورجل التقوى، يربط العهدين، فيقدم لنا مثالاً: أيوب البار وكيف صبر على التجربة، فرأى الله وتمجد. كما يضع مبدأ "الكلمة الواحدة" بين الإخوة فى معاملاتهم: نعم نعم، لا لا، بدون داع للقسم، لأن الرب منعه تمامًا: "**لِيَكُنْ كَلاَمُكُمْ: نَعَمْ نَعَمْ، لاَ لاَ. وَمَا زَادَ عَلَى ذَلِكَ فَهُوَ مِنَ الشِّرِّيرِ**" (مت ٥:٣٧).

### ٣- من عليهم مشقات (٥:١٣) :

ينصحهم بالصلاة، فهى الوسيلة الوحيدة التى تقربنا إلى الله. فالصلاة تدخل إلى مقادس الله وتقتدر، وتملأ القلب سلامًا وعزاء، "**لأنه أى شئ أسمى من الوقوف أمام الله فى الحديث معه، والدخول فى شركته**". ومع أننا فى المشقات نتوه أحيانًا طالبين الحلول البشرية، لكن معلمنا يعقوب الرسول يوضح لنا فى حسم أن **الصلاة هى المفتاح**، كما يقول القديسون: "**انشغل بالمسيح، ينشغل المسيح بأمورك الخاصة**".

### ٤- الإنسان المسرور (١٣:٥) :

إن المؤمن عليه أن يرتل ويسبح الله كل حين، لأن سكنى الفرحين جميعهم فى الرب، ولقد فرح التلاميذ حين رأوا الرب.. وكنيستنا المباركة تحوى كمية مذهلة من التسابيح، مما يقطع أن حياة آبائنا كانت تتسم بالفرح الثابت الذى لا تهزه العواصف.

### ٥- المريض (١٤:٥) :

عليه أن يدعو قسوس الكنيسة (**شيخ** = **ابرسفيتيروس**، وهى تعنى **الكبار فى السن، والشفاعة** كقولنا: "**ابرسفيا**"). ولاشك أن المريض لن يدعو أى شخص كبير فى السن وحسب! بل سيدعو الشفيع، أى الكاهن الذى يمكن أن يمارس الأسرار، **والأب الكاهن هنا سيمارس للمريض سرين، هما:**

أ- **سر التوبة والاعتراف:** لأن الخطية أحيانًا تكون أساس المرض الجسدى أو التعب النفسى، والتوبة عنها والاعتراف بها شئ أساسى.

ب- **سر مسحة المرضى:** إذ يدهن الأب الكاهن المريض بزيت مصلى عليه، تمامًا كما أمر السيد المسيح تلاميذه (مر ٦:١٢). ولاشك أن الصلاة القلبية الصاعدة من قلب الكاهن أو المريض أو كليهما سوف تقتدر كثيراً فى فعلها. وهذا الفعل ليس بالضرورة لشفاء الجسد، بل الأهم والأخطر هو شفاء الروح. لذلك نجد فى صلوات مسحة المرضى أن الأب الكاهن يستودع المريض بين يدى الله طالبًا له الشفاء ومسلِّمًا المشيئة كاملة راجيًا، إذا كان الله سيأخذ نفس المريض أن يكون ذلك بيد ملائكة نورانيين. فكنيستنا يهمها خلاص الإنسان الأبدى أكثر من شفائه الزمنى.

ثم يقدم لنا الرسول مثالاً آخر فى العهد القديم هو إيليا رجل الصلاة الجبار، وكيف كان يطلب، فتوافق السماء على طلبه.

### ٦- الختام (١٩:٥-٢٠) :

هنا ينصحنا الرسول بأن نخدم الكل، وأن ندعو البعيدين السائرين فى طريق الضلال، لكى يقتربوا من طريق الكمال، ويعتبر الرسول أن استجابة البعيدين للخدمة خلاص من الموت "**لأَنَّ أُجْرَةَ الْخَطِيَّةِ هِيَ مَوْتٌ، وَأَمَّا هِبَةُ اللهِ فَهِيَ حَيَاةٌ أَبَدِيَّةٌ بِالْمَسِيحِ يَسُوعَ رَبِّنَا**" (رو ٦:٢٣). كذلك يستر الخادم خطايا كثيرة بخدمته للبعيد، إذ أن الإنسان الخاطئ الذى يعود بالتوبة الصادقة والاعتراف الأمين تُستر خطاياه السابقة، أى يتم التكفير عنها بدم المسيح، حيث "**كلمة كفارة = Cover أى يغطى**".. **فلنشبع - إذًا - كل يوم من كلمة الله الحية الفعالة.**

# ٣ افتخر بأرثوذكسيتك

إن كنيســـتنا القبطية الأرثوذكسية تميزت عن غيرها من الكنائس فى كثير من الأمور الإيمانية، وفى فكرها الواضح، وإيمانها المســـتقيم، وحفاظها على تراث الآباء القديسين، فهى تتميز بفهمها الســـليم للكتاب المقدس، فهى كنيسة كتابية وآبائية، تمزج ما بين الفكر الكتابى والتفسير الآبائى.. وهى أيضًا تمســـكت بالتسليم الرســـولى الذى ترك بصمات واضحة لآبائنا الرسل، فما لم يُذكر فى الكتاب المقدس شرحه لنا آباؤنا الرسل فى كتاباتهم، وفى التقليد المقدس..

فهى كنيسة: كتابية - تقليدية - رســـولية - كهنوتية - طقسية - آبائية. هى بالحقيقة مجمع قديسين، بعضه فى السماء (الكنيسة المنتصرة)، والبعض الآخر على الأرض (الكنيسة المجاهدة).

**وأهم ما تميزت به كنيستنا القبطية الأرثوذكسية التى نفتخر جميعًا بإنتمائنا إليها، هو:**

## ١ التسليم الرسولى

هذا التســـليم هو الـــذى أوضح لنا به الآباء ما قد لا نفهمه مـــن نصوص الإنجيل، وتفاصيل العقيدة الســـليمة والفكر اللاهوتى العميق، فهم الخدام الأمناء الذين سلَّمونا ما قد تسلَّموه من رب المجد يسوع بدون زيادة أو نقصان.

**فهـو تسـليم إلهى:** "**وَأُعَرِّفُكُمْ أَيُّهَـا الإِخْوَةُ الإِنْجِيلَ الَّذِى بَشَّرْتُ بِهِ، أَنَّهُ لَيْسَ بِحَسَـبِ إِنْسَانٍ**" (غل ١:١١).. وليس بحسب الفكر البشرى أو اختراع بشر، أو حسب ما يستحسن كل واحد فى تفسيره للآيات أو الإيمان المسيحى!.. وهذا ما أوضحه القديس بولس الرسول عندما قال: "**فَإِنِّى سَـلَّمْتُ إِلَيْكُمْ فِى الأَوَّلِ مَا قَبِلْتُهُ أَنَا أَيْضًا: أَنَّ الْمَسِـيحَ مَاتَ مِنْ أَجْلِ خَطَايَانَا حَسَـبَ الْكُتُبِ**" (١كو ١٥:٣)، "**لأَنِّى تَسَلَّمْتُ مِنَ الرَّبِّ مَا سَلَّمْتُكُمْ أَيْضًا: إِنَّ الرَّبَّ يَسُوعَ فِى اللَّيْلَةِ الَّتِى أُسْلِمَ فِيهَا أَخَذَ خُبْزًا**" (١كو ١١:٢٣). ومن هنا أوصانا الكتاب المقدس أن نحافظ على ما تســـلَّمناه، ونُسَلِّمه لمن بعدنا بدون زيادة أو نقصان: "**فَأَمْدَحُكُمْ أَيُّهَا الإِخْوَةُ عَلَى أَنَّكُمْ تَذْكُرُونَنِى فِى كُلِّ شَىْءٍ وَتَحْفَظُونَ التَّعَالِيمَ كَمَا سَـلَّمْتُهَا إِلَيْكُمْ**" (١كو ١١:٢)، "**فَاثْبُتُـوا إِذاً أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَتَمَسَّـكُوا بِالتَّعَالِيمِ الَّتِي تَعَلَّمْتُمُوهَا، سَوَاءٌ كَانَ بِالْكَلاَمِ أَمْ بِرِسَـالَتِنَا**" (٢تس ٢:١٥)، "**ثُمَّ نُوصِيكُمْ أَيُّهَا الإِخْوَةُ، بِاسْمِ رَبِّنَا يَسُوعَ الْمَسِيحِ، أَنْ تَتَجَنَّبُوا كُلَّ أَخٍ يَسْلُكُ بِلاَ تَرْتِيبٍ، وَلَيْسَ حَسَبَ التَّعْلِيمِ الَّذِى أَخَذُهُ مِنَّا**" (٢تس ٣:٦)، وبهذا أوصى الكتاب المقدس الكنيسة كلها أن تحفظ هذا التسليم، بل وتسلّمه بكل أمانة وحرص وكفاءة للأجيال المتعاقبة، كما قال أيضًا معلمنا بولس: "**وَمَا سَـمِعْتَهُ مِنِّى بِشُهُودٍ كَثِيرِينَ، أَوْدِعْهُ**

**أُنَاساً أُمَنَاءَ، يَكُونُونَ أَكْفَاءً أَنْ يُعَلِّمُوا آخَرِينَ أَيْضًا"** (٢تى ٢:٢)، **"مِنْ أَجْلِ هَذَا تَرَكْتُكَ فِي كِرِيتَ لِكَيْ تُكَمِّلَ تَرْتِيبَ الأُمُورِ النَّاقِصَةِ، وَتُقِيمَ فِي كُلِّ مَدِينَةٍ شُيُوخًا كَمَا أَوْصَيْتُكَ"** (تى ١:٥)، **"وَمَا تَعَلَّمْتُمُوهُ، وَتَسَلَّمْتُمُوهُ، وَسَمِعْتُمُوهُ، وَرَأَيْتُمُوهُ فِيَّ، فَهَذَا افْعَلُوا، وَإِلَهُ السَّلاَمِ يَكُونُ مَعَكُمْ"** (فى ٤:٩).

ولنتخـــذ لنا مثالاً هنا عن آحد آباء كنيســـتنا القبطية الأرثوذكســـية، **وهـــو القديس البابا أثناسيوس الرسولى..**

**من أين أتى القديس أثناسيوس بهذه العقيدة؟..**

أجاب **القديس البابا أثناسيوس الرســـولى** على هذا السؤال قائلاً: **(أما إيماننا نحن فمستقيم، ونابع من تعاليم الرسل وتقليد الآباء، ومشهود له من العهدين الجديد والقديم كليهما)**.. أما عن الهراطقة فيقول: (دعهم يخبروننا من أى معلم أو من أى تقليد جاءوا بهذه المفاهيم عن المخلص).

**فقد اســـتلم القديس أثناسيوس الإيمان من الآباء الذين استلموه من الرسل، والذين بدورهم أخذوه من السيد المسيح له المجد.**

إن كل إنســـان مســـيحى على وجه الأرض لابد أن يرجع إلى استقامة إيمان **البابا أثناسيوس**... لدرجة أن الكنيســـة المسيحية فى العالم صبغت على القديس أثناســـيوس صفة العالمية لأنه أبو الإيمان المسيحى فى العالم كله.. فنجد مثلاً فى كنيسة القديس بطرس الكبرى فى روما أربعة أعمدة بأسماء القديسين: بطرس، وبولس، والقديسين أثناسيوس، وكيرلس عمود الدين (المصريين).

وقـــد كانت المجامع المحلية (فى أى مدينة فى العالم) حينما تحاكم أحد بالهرطقة، كان يحدث شيئًا عجيبًا، وهو أنه إذا وقف المتهم بالهرطقة وقال: **"أنا على إيمان أثناسيوس الاسكندرى"**.. كان يُحكم له بالبراءة.. **ومن هو أثناسيوس؟**.. إنه **بابا الإسكندرية والبطريرك رقم عشرين من بطاركة الكرازة المرقسية.**

**أ- ترى ما هو السر...؟**

السر يكمن فى عبارة قالها **القديس أثناســـيوس** وهى: **"كنت أرى أقنوم الكلمة متجسدًا ماثلاً أمام عينى، كما فى مرآة. فكيف أنكره؟!"**.. فماذا تعنى هذه العبارة؟..

تعنى أن **القديس أثناســـيوس كان يحفـــظ العقيدة فى عقله، ويعيشـــها فى قلبه، ويراها فى وجدانه.** فقد رأى طبيعة الســـيد المسيح له المجد فى مرآة قلبه. فهل تستطيع قوه فى الوجود أن تقنعه بغير ذلك؟!

**ب- هل إلى هذا الحد العقيدة مهمة لبنائنا الروحى؟..**

يقول القديس أثناسيوس: **"ليس هناك بناء روحى سليم إلا على عقيدة سليمة"**.

**مثال: الذى يؤمن بأن الموضوع على المذبح هو جسد الرب ودمه... فهو ينال الآتى:**

أ- **حياة أبدية: "مَنْ يَأْكُلُ جَسَدِي وَيَشْرَبُ دَمِي فَلَهُ حَيَاةٌ أَبَدِيَّةٌ"** (يو ٦:٥٤).

ب- **الثبات فى الله:** "**مَنْ يَأْكُلْ جَسَدِى وَيَشْرَبْ دَمِى يَثْبُتْ فِىَّ وَأَنَا فِيهِ**" (يو ٦:٥٦).

ج- **يقوم فى اليوم الأخير:** "**وَأَنَا أُقِيمُهُ فِي الْيَوْمِ الأَخِيرِ**" (يو ٦:٥٤).

د- **يحيا فى المسيح:** "**مَنْ يَأْكُلْنِى فَهُوَ يَحْيَا بِي**" (يو ٦:٥٧).

ترى.. إذًا لو إنسان عقيدته فى جسد الرب ودمه أنه خبز وخمر فقط.. هل سينال كل ما سبق.. بالطبع لا..

### ج- العقيدة فى الكنيسة القبطية الأرثوذكسية..

ليست مجرد نظريات، ولكنها أساس بنيان الكنيسة، بل وسر تقواها، وبهجة تسبيحها وعظمة قديسيها.. لأننا نتفاعل مع العقيدة، فتتحول معنا إلى ممارسة.

### د- اطمئن.. إيمانك سليم ونقى..

فقد شهد له العالم كله فى القرن الرابع وحتى الآن. فهو ليس موضوع مناقشة أو جدل.. فقد حسمه أبوك البطريرك القبطى الأرثوذكسى، البابا أثناسيوس، وغيره الكثير من آباء كنيستنا الأرثوذكسية.

### هـ- هل بعد هذا تظن أنه..

يوجد بناء روحى بدون عقيدة؟!.. أو يصح أن نقول: "كله فى المسيح"؟!.. أو "كلمة ربنا فى كل مكان".. أو "يكفينا الروحانية والفضائل"؟!..

### و- كيف نستفيد من العقيدة فى بنائنا الروحى؟..

- بالتغلب على الوهم القائل بأن العقيدة صعبة، لأنها لن تكون أصعب من الكيمياء والفيزياء التى ندرسها.. إلخ.
- أن أبحث فى كل عقيدة أدرسها عن كيف تبنينى هذه العقيدة روحيًا.
- أن أبحث فى حياة الآباء.. كيف عاشوا العقيدة فى حياتهم.
- أبحث فى سلوكياتى.. هل هى تنبع من عقيدتى الأرثوذكسية أم لا؟

### ز- كيف أحافظ على العقيدة؟..

- أدرس العقيدة من الآباء أعمدة الكنيسة.
- أحفظ آيات كتابية عن العقيدة، من العهدين.
- أبحث عن أمثلة إيضاحية عن كل عقيدة فى كنيستنا المقدسة.
- أدرِّس العقيدة للآخرين كما تسلمناها من الآباء.

## ٢ الإيمان والأعمال

فى إيمان كنيستنا المقدسة وعقيدتها المستقرة، **ضرورة الأعمال مع الإيمان**، فليس الإيمان وحده يكفى، ولكن أن نحيا بالإيمان العامل بالمحبة، لأن "**الإِيمَانَ بِدُونِ أَعْمَالٍ مَيِّتٌ؟**" (يع ٢:٢٠).

فكنيستنا المجيدة المستقيمة الرأى تؤمن بضرورة الجهاد الروحى طوال حياة الإنسان على الأرض... فالأعمال والجهاد الروحى هو الذى يميز إنسان عن آخر فى المكافأة السمائية... فكما أن الإيمان يلزم كل إنسان لكى يخلص "**وَلَكِنْ بِدُونِ إِيمَانٍ لاَ يُمْكِنُ إِرْضَاؤُهُ، لأَنَّهُ يَجِبُ أَنَّ الَّذِي يَأْتِي إِلَى اللهِ يُؤْمِنُ بِأَنَّهُ مَوْجُودٌ، وَأَنَّهُ يُجَازِي الَّذِينَ يَطْلُبُونَهُ**" (عب ١١:٦)، هكذا أيضًا بدون جهاد وأعمال صالحة لا يمكن أن يخلص أحد، وهذا ما أوضحه معلمنا بولس الرسول فى رسائله: "**لِذَلِكَ نَحْنُ أَيْضًا إِذْ لَنَا سَحَابَةٌ مِنَ الشُّهُودِ مِقْدَارُ هَذِهِ مُحِيطَةٌ بِنَا، لِنَطْرَحْ كُلَّ ثِقْلٍ وَالْخَطِيَّةَ الْمُحِيطَةَ بِنَا بِسُهُولَةٍ، وَلْنُحَاضِرْ بِالصَّبْرِ فِي الْجِهَادِ الْمَوْضُوعِ أَمَامَنَا**" (عب ١٢:١)، "**لَمْ تُقَاوِمُوا بَعْدُ حَتَّى الدَّمِ مُجَاهِدِينَ ضِدَّ الْخَطِيَّةِ**" (عب ١٢:٤)، "**قَدْ جَاهَدْتُ الْجِهَادَ الْحَسَنَ، أَكْمَلْتُ السَّعْيَ، حَفِظْتُ الإِيمَانَ، وَأَخِيرًا قَدْ وُضِعَ لِي إِكْلِيلُ الْبِرِّ، الَّذِي يَهَبُهُ لِي فِي ذَلِكَ الْيَوْمِ الرَّبُّ الدَّيَّانُ الْعَادِلُ، وَلَيْسَ لِي فَقَطْ، بَلْ لِجَمِيعِ الَّذِينَ يُحِبُّونَ ظُهُورَهُ أَيْضًا**" (٢تى ٤:٧، ٨)، وهذا أيضًا ما أكد عليه السيد المسيح بنفسه عندما قال: "**وَتَكُونُونَ مُبْغَضِينَ مِنَ الْجَمِيعِ مِنْ أَجْلِ اسْمِي. وَلَكِنِ الَّذِي يَصْبِرُ إِلَى الْمُنْتَهَى فَهَذَا يَخْلُصُ**" (مت ١٠:٢٢).

**فعلينا جميعًا أن نجاهد باستمرار**، وهذا ما تحثنا عليه كنيستنا المجيدة المتميزة. فلكى نجاهد الجهاد الحسن القانونى الذى يضمن خلاصنا، علينا أن نتسلح ونتكل على كلمة الله الحية "**مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ احْمِلُوا سِلاَحَ اللهِ الْكَامِلَ لِكَيْ تَقْدِرُوا أَنْ تُقَاوِمُوا فِي الْيَوْمِ الشِّرِّيرِ، وَبَعْدَ أَنْ تُتَمِّمُوا كُلَّ شَيْءٍ أَنْ تَثْبُتُوا. فَاثْبُتُوا مُمَنْطِقِينَ أَحْقَاءَكُمْ بِالْحَقِّ، وَلاَبِسِينَ دِرْعَ الْبِرِّ، وَحَاذِينَ أَرْجُلَكُمْ بِاسْتِعْدَادِ إِنْجِيلِ السَّلاَمِ. حَامِلِينَ فَوْقَ الْكُلِّ تُرْسَ الإِيمَانِ، الَّذِي بِهِ تَقْدِرُونَ أَنْ تُطْفِئُوا جَمِيعَ سِهَامِ الشِّرِّيرِ الْمُلْتَهِبَةِ. وَخُذُوا خُوذَةَ الْخَلاَصِ، وَسَيْفَ الرُّوحِ الَّذِي هُوَ كَلِمَةُ اللهِ. مُصَلِّينَ بِكُلِّ صَلاَةٍ وَطِلْبَةٍ كُلَّ وَقْتٍ فِي الرُّوحِ، وَسَاهِرِينَ لِهَذَا بِعَيْنِهِ بِكُلِّ مُوَاظَبَةٍ وَطِلْبَةٍ، لأَجْلِ جَمِيعِ الْقِدِّيسِينَ**" (أف ٦:١٣-١٨)، ومع كل ذلك فيما نركز على ضرورة الأعمال وأهميتها لخلاصنا، فنحن لا ننكر أو نتجاهل نعمة الله العاملة فينا... ولنلاحظ أن هذه النعمة لا تلغى جهادنا ودورنا فى خلاصنا، كمثل الإيمان الذى لا يجعلنا نستغنى عن الأعمال "**هَكَذَا الإِيمَانُ أَيْضًا، إِنْ لَمْ يَكُنْ لَهُ أَعْمَالٌ، مَيِّتٌ فِي ذَاتِهِ**" (يع ٢:١٧).

## ٣ الطقس الكنسى

**تتميز كنيستنا القبطية الأرثوذكسية أنها كنيسة صاحبة طقس واضح الملامح، ومُنظم لكل صلواتها الليتورجية**، فهو ينظم طريقة الصلاة ونصوص الصلوات، والشكل العام للمبنى الكنسى، ومحتويات الكنيسة من الداخل، ودور كل إنسان أيًا كانت درجته أو خدمته... فكل منا يعرف بوضوح حدود اختصاصاته، ودوره المميز عن الآخر، من خلال طقس الكنيسة الرائع، بل والأكثر

مـــن ذلك أن هذا الطقس هـــو طقس حىّ معاش، نافـــع للجميع مـــن خلال معانيه الروحية العميقـــة... فهو ليـــس كما يدَّعى البعض أنه جاف ومُلزم للكل بما لا ينفعهم وأننا نتمســـك بما لا نفهم!.. لا.. **فهو ينقلنا من الممارســـة الجسدية إلى التمتع السمائى. فهو ينقل الأثر الروحى إلى النفس عن طريق اشتراك الجســـد مـــع الروح فى العبـــادة. ومن خلال الطقـــس نفهم إيماننا المستقيم... فالطقس هو خير شـــارح** لمن لا يدرك المعانى الروحية العميقة.. وهو طريقة تشرح لغير المتعمقين فى الإيمان ما لا يســـهل فهمه. **الطقس هو تجسيد حى للكتاب المقدس**، فالطقس هو تمثيل حركى للكتاب المقدس بكل تاريخه، ولاهوتياته، وعقيدته.. **وقد ترجمت الكنيسة الفكر والعقيدة واللاهوت إلى ممارسة عملية من خلال الطقس. فلا يوجد طقس بدون خلفية عقيدية، ولا توجد عقيدة بدون صياغة طقسية.** لقد حافظت الطقوس الكنسية على العقيدة عبر الأجيال بغير مســـاس. وهو أيضًا **وسيلة إيضاح** تحكى لنا المناســـبة التى نحياها فى الكنيسة... فمثلاً: نرى الكنيسة تصلى صلاة اللقان لتذكرنا بمعمودية السيد المسيح، وأيضًا فى غسله لأرجل تلاميذه.. وفى قيامته تضع لنا قصة القيامة بحوار بين الكاهن والشماس، لإعلان قيامة السيد المسيح من الموت، ودحرجة الحجر، فيما يسمى بتمثيلية القيامة (فى قداس عيد القيامة)، وأيضًا دورة القيامة والتى تصلى يوميًا فى قداسات مدة الخمسين المقدسة.

وفى **تذكـــر حلول الروح القدس** على الكنيســـة يوم الخمسين، تضع لنـــا **لحنًا عميقًا يؤثر فى النفوس، يســـمو بنا إلى السماء** لكى نكون مســـتعدين لحلول الروح القـــدس علينا، وهو لحن (بى إبنيڤما ⲡⲛⲉⲩⲙⲁ)، ونصلى فى القداس قطع الساعة الثالثة التى نطلب فيها: "**روحك القدوس يا رب الذى أرســـلته...**". وكذلك فى أسبوع آلام ربنا ومخلصنا يســـوع المسيح تتوشح الكنيسة بالأعلام الســـوداء، لكى تُشعِر الكل أننا فى حالة حزن على أنفســـنا، وعلى البشرية التى تسببت بخطاياها أن يموت مخلص العالم عنا كلنا... **وهكذا عاشت الكنيسة بنظام محدد لا يحد عنه كل من هو متمســـك بالكنيسة، لأنها كنيســـة منظمة ومرتبة**، وتريد الوحدانية فى الصلوات وفى كل شىء، متمسكة بما قيل فى كتابها المقدس: "**وَلْيَكُنْ كُلُّ شَيْءٍ بِلِيَاقَةٍ وَبِحَسَبِ تَرْتِيبٍ**" (١كو ١٤:٤٠) محذرة بذلك مَنْ هم بلا ترتيب أو نظام، يسلكون به فى حياتهم.

إن الشـــعب القبطى مرتبط بالطقـــس حتى النخاع، بـــكل معانيه: الروحيـــة والعقائدية والسلوكية، حتى صارت الكنيسة فى أعماقه.

**حقًا.. إن الطقوس الكنســـية تشرح لنا إيماننا وتثبتنا فيه، وتمتعنا بالسماء والحياة الأبدية من هنا على الأرض.**

## ٤ الأسرار المقدسة

**كنيســـتنا القبطية الأرثوذكسية هى كنيسة أسرار، تؤمن بالأسرار المقدسة، وضرورتها الحتمية للخلاص، وأيضًا تؤمن بفاعليتها فى حياتنا.**

**هذه الأسرار السبعة:** (المعمودية - الميرون - التوبة والاعتراف - الإفخارستيا - مسحة المرضى - الزيجة - الكهنوت).

- **فلا خلاص بدون معمودية "إِنْ كَانَ أَحَدٌ لاَ يُولَدُ مِنَ الْمَاءِ وَالرُّوحِ لاَ يَقْدِرُ أَنْ يَدْخُلَ مَلَكُوتَ اللّــهِ"** (يو ٣:٥) وأيضًا يوجد فعل داخلى سرائرى للمعمودية، فى نفس كل إنســان ينالها، وهو: **"لأَنَّ كُلَّكُمُ الَّذِينَ اعْتَمَدْتُمْ بِالْمَسِــيحِ قَدْ لَبِسْــتُمُ الْمَسِيحَ"** (غل ٣:٢٧)، وهى أيضًا دفن وموت وقيامة مع الســيد المســيح **"أَمْ تَجْهَلُونَ أَنَّنَا كُلَّ مَنِ اعْتَمَدَ لِيَسُوعَ الْمَسِيحِ اعْتَمَدْنَا لِمَوْتِهِ، فَدُفِنَّا مَعَهُ بِالْمَعْمُودِيَّةِ لِلْمَوْتِ، حَتَّى كَمَا أُقِيمَ الْمَسِيحُ مِنَ الأَمْوَاتِ، بِمَجْدِ الآبِ، هَكَذَا نَسْلُكُ نَحْنُ أَيْضًا فِي جِدَّةِ الْحَيَاةِ"** (رو ٦:٣-٤).
- وفى **سر الميرون** يحل علينا الروح القدس ويســكن فينا، عندما ندهن بالميرون بعد المعمودية المقدسة (٣٦ رشمًا تشمل كل حواس ومفاصل الجسم).. **"تُوبُوا وَلْيَعْتَمِدْ كُلُّ وَاحِدٍ مِنْكُمْ عَلَى اسْمِ يَسُوعَ الْمَسِيحِ لِغُفْرَانِ الْخَطَايَا، فَتَقْبَلُوا عَطِيَّةَ الرُّوحِ الْقُدُسِ"** (أع ٢:٣٨).
- ولنلاحظ أنه **لا يكون خلاص بدون توبة**... لأن التوبة لازمة لكل إنســان فى كل مراحل عمره **"إِنْ قُلْنَا إِنَّهُ لَيْسَ لَنَا خَطِيَّةٌ نُضِلُّ أَنْفُســنَا وَلَيْسَ الْحَقُّ فِينَا"** (١يو ١:٨)، **"إِنِ اعْتَرَفْنَا بِخَطَايَانَا فَهُــوَ أَمِينٌ وَعَــادِلٌ، حَتَّى يَغْفِرَ لَنَــا خَطَايَانَــا وَيُطَهِّرَنَا مِنْ كُلِّ إِثْمٍ"** (١يــو ١:٩)، والكتاب يعلمنا حقيقة فى غاية الأهمية وهى: **"مَنْ يَكْتُمُ خَطَايَاهُ لاَ يَنْجَحُ وَمَنْ يُقِرُّ بِهَا وَيَتْرُكُهَا يُرْحَمُ"** (أم ٢٨:١٣).
- وبسر **الإفخارســتيا** نثبت فى السيد المســيح ونحيا إلى الأبد... **"اَلْحَقَّ الْحَقَّ أَقُولُ لَكُمْ: إِنْ لَمْ تَأْكُلُوا جَسَدَ ابْنِ الإِنْسَانِ وَتَشْرَبُوا دَمَهُ فَلَيْسَ لَكُمْ حَيَاةٌ فِيكُمْ. مَنْ يَأْكُلُ جَسَدِي وَيَشْرَبُ دَمِي، فَلَهُ حَيَاةٌ أَبَدِيَّةٌ، وَأَنَا أُقِيمُهُ فِي الْيَوْمِ الأَخِيرِ. لأَنَّ جَسَدِي مَأْكَلٌ حَقٌّ وَدَمِي مَشْرَبٌ حَقٌّ، مَنْ يَأْكُلْ جَسَدِي وَيَشْرَبْ دَمِي يَثْبُتْ فِيَّ وَأَنَا فِيهِ"** (يو ٦:٥٣-٥٦).
- **وتتميــز كنيســتنا بأنها تصلى عن مرضى شــعبها**، وتطلب فى القداس الغريغورى: "شــفاءًا للمرضى... راحة للمعوزين"، ومنفذة ما قاله معلمنا يعقوب الرســول: **"أَمَرِيضٌ أَحَدٌ بَيْنَكُمْ؟ فَلْيَدْعُ شُيُوخَ الْكَنِيسَةِ، فَيُصَلُّوا عَلَيْهِ وَيَدْهَنُوهُ بِزَيْتٍ بِاسْمِ الرَّبِّ، وَصَلاَةُ الإِيمَانِ تَشْفِي الْمَرِيضَ وَالرَّبُّ يُقِيمُهُ، وَإِنْ كَانَ قَدْ فَعَلَ خَطِيَّةً تُغْفَرُ لَهُ"** (يع ٥:١٤-١٥).

✣ وفى **سر الزيجة** تصلى الكنيسة مؤمنة إيمانًا كاملاً أن الله هو الذى يجمع الزوجين ويحل فيهما "**إِذًا لَيْسَا بَعْدُ اثْنَيْنِ بَلْ جَسَدٌ وَاحِدٌ. فَالَّذِى جَمَعَهُ اللَّهُ لاَ يُفَرِّقُهُ إِنْسَانٌ**" (مت ١٩:٦). لذلك تتميز عن غيرها فى أنها لا تسمح بالطلاق إلا بحسب وصية السيد المسيح فى الإنجيل: "**وَأَقُولُ لَكُمْ: إِنَّ مَنْ طَلَّقَ امْرَأَتَهُ إِلاَّ بِسَبَبِ الزِّنَا وَتَزَوَّجَ بِأُخْرَى يَزْنِي وَالَّذِى يَتَزَوَّجُ بِمُطَلَّقَةٍ يَزْنِي**" (مت ١٩:٩).

✣ كل هذه الأسرار تتوج بسر عظيم، وهو سر الكهنوت الذى تتم من خلاله... فلا يُسَمح لأى شخص أن يتمم هذه الأسرار إلا الأب الكاهن، معتبرة أن الكاهن هو الذى ائتمنه السيد المسيح على الأسرار، ولذلك ترفض أيضًا كهنوت المرأة كما ينادى ويسمح به بعض الطوائف المسيحية!!

## ٥ منارة الرهبنة

**كذلك تتميز كنيستنا القبطية الأرثوذكسية، بأنها منارة الرهبنة فى كل العالم.** إن العالم كله مدين لآبائنا الأقباط فى نشأة الرهبنة، ونظمها وقوانينها، وروحانياتها، وسلوكياتها، وآدابها..

فمؤسس الرهبنة فى العالم هو القديس الأنبا أنطونيوس، وأول المتوحدين هو القديس الأنبا شنوده رئيس المتوحدين، وأول السواح هو القديس الأنبا بولا، وأب الشركة ومؤسس الرهبنة الديرية هو القديس الأنبا باخوميوس.

لذلك الرهبنة المسيحية فى العالم مدينة لآبائنا الأقباط. إن التراث الروحى والكنسى خرج من برية شيهيت حيث الآباء العظام: **الأنبا مكاريوس - القديس إيسيذوروس القس - الأنبا أرسانيوس معلم أولاد الملوك - الأنبا بيشوى - القديس يحنس القصير... إلخ.**

فقد كان المسيحيون الشرقيون والغربيون يأتون من بلادهم، ويتكبدون مصاريف باهظة وجهد خارق لكى يطلبوا **كلمة منفعة من هؤلاء الآباء...** حتى انتهى بهم الأمر أن يسكنوا وسط هؤلاء الآباء، يكتبون سيرهم، وأقوالهم، وتعاليمهم، وينشروها فى بلادهم، **فصار هذا التعليم الروحى منارة للعالم كله.. فطوباكم يا آباء برية شيهيت، يا من أنرتم المسكونة بتعاليمكم الروحية المسوقة بالروح القدس.**

ولا عجب أن نسمع من أسقف لبنانى قول لمطرانٍ قبطى: "**إن أمل المسيحية هو فى الكنيسة القبطية الأرثوذكسية فى مصر، وفى تعليم قداسة البابا شنودة الثالث**".

ويعوزنا الوقت الكثير إذا تكلمنا عن باقى الأمور التى تميزت بها كنيستنا القبطية الأرثوذكسية من أهمية **شفاعة القديسين** المحيطين بنا مثل السحابة، **وكتابنا المقدس وضرورة التمسك به، ومصداقية الوحى المقدس** فى كتابة الأسفار، **ومنهجية تفسيره الآبائى**، وغيره الكثير والكثير...

أيها الشاب العزيز إذا كنت تنتمى لهذه الكنيسة القبطية الأرثوذكسية العريقة الشامخة، المليئة بالكنوز والجواهر، فحق عليك أن **تفتخر بأرثوذكسيتك**، وتقف مرفوع الرأس بين الجميع، لأنك أحد أبناء وأعضاء **الكنيسة المستقيمة الرأى، النقية الإيمان، والمتمسكة بتعاليم الرسل والآباء والكتاب المقدس.**

# ٤ مفاتيح الجهاد الروحى

كثيرة هى النصوص المقدســة التى تشرح ضرورة الجهاد.. نذكر من بينها قول معلمنا بولس الرســول: "**لِذَلِكَ نَحْنُ أَيْضًا إِذْ لَنَا سَحَابَةٌ مِنَ الشُّــهُودِ مِقْدَارُ هَذِهِ مُحِيطَةٌ بِنَا، لِنَطْرَحْ كُلَّ ثِقْلٍ وَالْخَطِيَّةَ الْمُحِيطَةَ بِنَا بِسُــهُولَةٍ، وَلْنَحَــاضِرْ بِالصَّبْرِ فِي الْجِهَادِ الْمَوْضُــوعِ أَمَامَنَا**" (عب ١٢:١).. وجهادنــا يجب أن يكــون قانونيًا لأنه "**إِنْ كَانَ أَحَــدٌ يُجَاهِدُ، لاَ يُكَلَّلُ إِنْ لَــمْ يُجَاهِدْ قَانُونِيًّا**" **(٢تى ٢:٥)، أى حســب شريعة ربنا.. ولا يمكن للإنسان أن يخلص بالجهاد وحده. فالسيد المسيح يقول: "بِدُونِي لاَ تَقْدِرُونَ أَنْ تَفْعَلُوا شَيْئًا"** (يو ١٥:٥)، إذ يحتاج الإنسان إلى معونة من الله، يحتاج أن تســند نعمة الله جهاده.. خير لك أن تتعب ههنــا على الأرض، لتنال أكاليل الجهاد، من أن تستريح ههنا على الأرض، وتتعب هناك فى الأبدية! وأعلم أن تعبك هنا ليس منسيًا أمام الله، فهو مكنوز لك فى الأبدية.

## معنى الجهاد الروحى

**الجهاد الروحى معناه:** أن يضبط الإنسان نفسه فى كل شىء، كل الوقت.. وهو نوعان: **سلبى وإيجابى:**

☆ **الجهاد الســلبى:** أن يحاول الإنسان بكل قوته أن يمتنع عن شىء أو يقلل من شىء، وهنا لابد أن يهرب من العثرات. وفيه يحاول ألا يخطىء الإنسان، وهو مطلوب، ولكنه غير كافى.. ولو كان جهاد الإنسان من الناحية السلبية فقط سيشعر بالإحباط والفشل.

☆ لذلك يحتاج الإنسان إلى **الجهاد الإيجابى**، أى أن يجاهد الإنسان من أجل معرفة الله والنمو فى محبتــه. وهو جهاد يختلف تمامًا عن الجهاد الســلبى فى مقاومة الخطية والشــيطان. **إن أجمل شــئ فى الحياة الروحية هو هذا العمل الإيجــابى، الذى هو مذاقة الله ومذاقة الملكوت، وهو التمتع بعمق محبة الله..**

مــن هنا كانت أهمية العمل الإيجابى فى الحيــاة الروحية، لأنه بدونه تكون مقاومة الخطية عملية صعبة ومريرة!

## سمات الجهاد الروحى الإيجابى

**١- الجهاد الإيجابى مشجع:**

- فى **الجهاد السلبى** ننظر إلى ضعفنا وثقل الخطية علينا.
- فى **الجهاد الإيجابى** ننظر إلى الله الذى يسند ضعفنا. فنحن ضعفاء، ولكن الله القادر والكامل بجانبنا يشجعنا، ويقوينا.
- فى **الجهاد السلبى: عندما نقع نشعر بالخزى أمام الله.**

- فى **الجهاد الإيجابى:** عندما نقع نقول: "**لاَ تَشْمَتِى بِي يَا عَدُوَّتِي، إِذَا سَقَطْتُ أَقُومُ**" (مى ٧:٨)، وأقول: "**أَسْتَطِيعُ كُلَّ شَيْءٍ فِي الْمَسِيحِ الَّذِي يُقَوِّينِي**" (فى ٤:١٣).

- **الجهاد الإيجابى:** أساسه أن لا أنظر إلى ضعفى، ولا على قدراتى الشخصية والروحية. بل نتذكر الآية التى تقول: "**الرَّبُّ يُقَاتِلُ عَنْكُمْ وَأَنْتُمْ تَصْمُتُونَ**" (خر ١٤:١٤).

فنعتمد على قوة الله وقدرته وقداسته التى تسند ضعفى، وهنا نعمة الله تعمل فىّ وتكون لى معينًا وتسندنى.. الجهاد مع النعمة.

### ٢- الجهاد الإيجابى مفرح:

فعل الخطية يسبب الحزن للإنسان، مما يجعل عدو الخير يفرح شامتًا لأنه هزم ابن الله!.. أما فى جهادى فى كافة صوره: (صلاة، قراءة الكتاب المقدس، أو الخدمة، أو عمل الرحمة، اكتساب الفضيلة... إلخ).. فى كل هذا يفرح قلب الله. ويمتلئ قلب الإنسان المجاهد فرحًا وسلامًا وهدوءًا، وتمتلئ حياته ثمارًا صالحة.

### ٣- الجهاد الإيجابى مشبع جدًا:

بالجهاد الإيجابى الإنسان يشبع بالله، وبعمله معه وفيه.. وعندما أشبع أترفع عن كل الصغائر والهفوات.

عندما أشبع بالعشرة الحلوة مع شخص ربنا يسوع، أحب معه كل العالم محبة صحيحة متعقلة، ولكن أترفع عن كل العالم أيضًا، لهذا قال القديس الأنبا أرسانيوس: "**أحب الكل وأنت بعيد عن الكل**"، أى لا أتعلق بأحد سوى بمسيحى فقط.

الشبعان بالمسيح يتغرب عن الأشياء المادية، ويرتفع فوق العالم كله.

### ٤- الجهاد الإيجابى وسيلة للنمو:

**به ننمو فى المعرفة الروحية**.. فى معرفة شخص المسيح.. فى تذوق جمال الرب يسوع.. ننمو فى معرفة الكتاب المقدس، ونتعلم كيف نعيشه بالجهاد فى تنفيذ وصايا الرب.. لابد أن نبنى أنفسنا فى المسيح يسوع.

ومَنْ لا يجاهد للنمو سيتعرض إلى الهشاشة الروحية والضحالة فى الحياة الروحية، وفى القراءة، ومعرفة علوم الكنيسة، ثم يتقهقر إلى الوراء! لأن مَنْ لا ينمو يضعف وينهار.

## مفاتيح هامة

### ☆ اليأس مفتاحه الرجاء والأمل..

لا تفقد أبدًا الرجاء فى هذه الحياة مهما ضاقت بك. وتذكر دائمًا بأنها ما ضاقت إلا لتفرج، ولتعلم بأن الضيقة "**مصيرها أن تنتهى**" كما اعتاد أن يقول **قداسة البابا شنوده الثالث** فلا داعى لليأس "**لأَنَّ اللهَ لَمْ يُعْطِنَا رُوحَ الْفَشَلِ، بَلْ رُوحَ الْقُوَّةِ وَالْمَحَبَّةِ وَالنُّصْحِ**" (٢تى ١:٧). "**الرَّجَاءُ لاَ يُخْزِي**" (رو ٥:٥).

إذًا.. "**لِنَتَمَسَّكْ بِإِقْرَارِ الرَّجَاءِ رَاسِخًا، لأَنَّ الَّذِي وَعَدَ هُوَ أَمِينٌ**" (عب ١٠:٢٣)، "**قَدِّسُوا الرَّبَّ الإِلَهَ فِي قُلُوبِكُمْ، مُسْتَعِدِّينَ دَائِمًا لِمُجَاوَبَةِ كُلِّ مَنْ يَسْأَلُكُمْ عَنْ سَبَبِ الرَّجَاءِ الَّذِي فِيكُمْ**" (١بط ٣:١٥).

### ☆ الحزن مفتاحه الفرح..

حينما تشعر بالحزن يغمر كيانك بالضيق والكآبة.. تذكر الوصية: "**لاَ تَحْزَنُوا، لأَنَّ فَرَحَ الرَّبِّ هُوَ قُوَّتُكُمْ**" (نح ٨:١٠).. اخرج إلى النور واترك الجانب المظلم بعيدًا عنك، واعلم بأنه لا شيء في هذه الحياة يستحق أن تحزن من أجله.. وبأنه مهما طالت المدة أو قصرت سوف ينجلي الحزن "**افْرَحُوا فِي الرَّبِّ كُلَّ حِينٍ، وَأَقُولُ أَيْضًا: افْرَحُوا**" (في ٤:٤).

### ☆ الضعف مفتاحه القوة..

قد لا تكون قويًا جسديًا بما يكفي، قد تكون هناك بعض نواحي الضعف في داخلك، لكنك تملك نقاط قوة لا يملكها غيرك.. أنت قوي بسكنى روح الله فيك، وبعمل نعمته معك.. أنت قوي بما أنعم به عليك الرب من مواهب: بأسلوبك، بكلماتك، بأفكارك.. ابحث عن نقاط قوتك وعززها.. وابحث عن نقاط ضعف واغلبها ونعمة الله ستسندك.. فلا تدع أي شيء يضعفك مهما كان "**لاَ تَخَفْ أَيُّهَا الرَّجُلُ الْمَحْبُوبُ. سَلاَمٌ لَكَ. تَشَدَّدْ. تَقَوَّ**" (دا ١٠:١٩)، "**مُتَقَوِّينَ بِكُلِّ قُوَّةٍ بِحَسَبِ قُدْرَةِ مَجْدِهِ، لِكُلِّ صَبْرٍ وَطُولِ أَنَاةٍ بِفَرَحٍ**" (كو ١:١١).

### ☆ الفراغ مفتاحه الهواية..

قد تملك الكثير من وقت الفراغ فلا تعرف بماذا تستغله.. قد يقودك التفكير إلى أمور غير هادفة، لكن لا تدعها تسيطر عليك.. استخدم هواياتك ومواهبك التي أعطاها الله لك.. استغلها في عمل صالح.. ابحث في داخلك عن مواهبك المدفونة.. افتح لها نفقًا حتى تصعد إلى النور.. اسأل نفسك: "ما هو الشيء الذي أحبه أكثر من غيره والذي حين أفعله أشعر بارتياح".. **ضعها كلها في يد الله**، واطلب منه أن يستخدمك بما أنعم عليك به من مواهب وقدرات.. "**لاَ تُهْمِلِ الْمَوْهِبَةَ الَّتِي فِيكَ**" (١تي ٤:١٤)، "**لِتَسْلُكُوا كَمَا يَحِقُّ لِلرَّبِّ، فِي كُلِّ رِضىً، مُثْمِرِينَ فِي كُلِّ عَمَلٍ صَالِحٍ، وَنَامِينَ فِي مَعْرِفَةِ اللهِ**" (كو ١:١٠).

### ☆ الحقد مفتاحه التسامح..

إن هذه الحياة أقصر من أن نضيعها في أمور تافهة.. فيجب ألا نشغل عقولنا بالتفكير بمن أحزنونا.. فكر بأنه ليس هناك شخص في هذه الحياة يخلو من العيوب.. افتح قلبك.. وسع آفاق فكرك.. وتذكر الوصية: "**كُونُوا لُطَفَاءَ بَعْضُكُمْ نَحْوَ بَعْضٍ، شَفُوقِينَ، مُتَسَامِحِينَ كَمَا سَامَحَكُمُ اللهُ أَيْضًا فِي الْمَسِيحِ**" (أف ٤:٣٢)، "**مُحْتَمِلِينَ بَعْضُكُمْ بَعْضًا، وَمُسَامِحِينَ بَعْضُكُمْ بَعْضًا. إِنْ كَانَ لأَحَدٍ عَلَى أَحَدٍ شَكْوَى، كَمَا غَفَرَ لَكُمُ الْمَسِيحُ هَكَذَا أَنْتُمْ أَيْضًا**" (كو ٣:١٣).

### ☆ الخجل مفتاحه الثقة..

لا تقل: "لا أستطيع! هذا فوق مقدرتي!".. دع هذه الأفكار غير البناءة جانبًا.. وضع عوضًا عنها أفكارًا بناءة تنبع من ثقتنا بعمل الله معنا... "أنا أستطيع بنعمة الله.. أنا أقدر".. لا تدع الخجل يضعفك.. لا تتردد.. كن صاحب قرار.. استند على كلام الإنجيل: "**لَنَا ثِقَةٌ مِثْلُ هَذِهِ بِالْمَسِيحِ لَدَى اللهِ.**

**لَيْسَ أَنَّنَا كُفَاةٌ مِنْ أَنْفُسِنَا أَنْ نَفْتَكِرَ شَيْئًا كَأَنَّهُ مِنْ أَنْفُسِنَا، بَلْ كِفَايَتُنَا مِنَ اللهِ**" (٢كو ٣:٤-٥)، "**أَسْتَطِيعُ كُلَّ شَيْءٍ فِي الْمَسِيحِ الَّذِي يُقَوِّينِي**" (فى ٤:١٣). صل دائمًا طالبًا المعونة من الله، كما صلت أستير الملكة: "**هَبْنِي ثِقَةً أَيُّهَا الرَّبُّ مَلِكُ الآلِهَةِ وَمُلْكٍ كُلَّ قُدْرَةٍ.. وَأَعِنِّي أَنَا الَّتِي لا مَعُونَةَ لَهَا سِوَاكَ أَيُّهَا الرَّبُّ الْعَالِمِ بِكُلِّ شَيْءٍ**" (أس ١٤:١٢،١٤) .. اتخذ قرارك بكل حزم، فهذه حياتك..

### ☆ الخوف مفتاحه الشجاعة..

إنه شعور طبيعى يشعر به جميع البشر.. وتختلف المخاوف من شخص لآخر.. لكن المطلوب أن يتغلب الإنسان على مخاوفه. فلا تترك مشكلة تمر عليك وتجعلك تقف عند نقطة معينة.. لا تهرب، بل واجه مخاوفك وتصدى لها بكل شجاعة.. تمسك بوعود الرب لك: "**لاَ تَخَفْ لأَنِّي مَعَكَ. لاَ تَتَلَفَّتْ لأَنِّي إِلَهُكَ. قَدْ أَيَّدْتُكَ وَأَعَنْتُكَ وَعَضَدْتُكَ بِيَمِينِ بِرِّي**" (إش ٤١:١٠)، "**تَشَدَّدْ وَتَشَجَّعْ! لاَ تَرْهَبْ وَلاَ تَرْتَعِبْ لأَنَّ الرَّبَّ إِلَهَكَ مَعَكَ حَيْثُمَا تَذْهَبُ**" (يش ١:٩).. وكما قال **القديس أغسطينوس**: "**جلست على قمة العالم حينما أحسست فى نفسى أننى لا أشتهى شيئًا، ولا أخاف شيئًا**". فالإنسان الروحى يكون قويًا، شجاعًا، ثابتًا بالرب وفيه. وبعد انتهاء التجربة ومرور الزمن سوف تسأل نفسك: "لماذا كان هذا يثير خوفى؟!".. كيف أنسى أن الله معى "**هَا أَنَا مَعَكُمْ كُلَّ الأَيَّامِ إِلَى انْقِضَاءِ الدَّهْرِ**" (مت ٢٨:٢٠)، و"**إِنْ كَانَ اللهُ مَعَنَا، فَمَنْ عَلَيْنَا؟**" (رو ٨:٣١).. و"**الَّذِي وَعَدَ هُوَ أَمِينٌ**" (عب ١٠:٢٣).

القمص بيشوى كامل

**"ليس القديسون أناسًا لم يصنعوا خطية.. ولكنهم أناسًا مجاهدين ضد الخطية".**

# مؤشرات الصحة النفسية

"**أَيُّهَا الْحَبِيبُ، فِي كُلِّ شَيءٍ أَرْومُ أَنْ تَكُونَ نَاجِحًا وَصَحِيحًا، كَمَا أَنَّ نَفْسَكَ نَاجِحَةٌ**" (٣يو ٢:١). لاشك أن هناك أهمية للصحة النفسية، **وأن تكون ناجحًا وهذه بعض المؤشرات:**

## ١ الإحساس بالسعادة

هذا هو المؤشر الأول لسلامة النفس، أن تخلو هذه النفس من الإحساس بالكآبة أو الإحباط أو الصراع الحاد، الأمر الممكن - بصورة متميزة - فى حياتنا فى المسيح، ذلك لأن أغلب متاعب الإنسان تنبع من احباطات ذاتية، بسبب الفشل فى الانتصار على الخطايا والعادات والاتجاهات السلبية، أو احباطات نابعة من الفشل فى تحقيق الذات، والأهداف الشخصية، كالنجاح الروحى أو النفسى أو الدراسى أو العملى أو الاجتماعى.

ولاشك أن الحياة فى السيد المسيح، هى سبيلنا إلى النجاح الشخصى والعام، النفسى والاجتماعى.. ذلك لأننا بالمسيح "**أَسْتَطِيعُ كُلَّ شَيءٍ**" (فى ١٣:٤).. بمعنى أن رب المجد حينما يسكن فى حياتنا، قلوبنا وأذهاننا، إرادتنا وتطلعاتنا، يعطينا قدرة الانتصار.. "**يَعْظُمُ انْتِصَارُنَا بِالَّذِي أَحَبَّنَا**" (رو ٣٧:٨).

إن إضافة نور السيد المسيح الفائق، ومحبته اللانهائية، ونعمته السماوية وروحه القدوس، إلى ضعفنا البشرى الشديد، مفتاح جوهرى فى سبيل النجاح الشامل، فى كل زوايا الحياة "**إِنَّ إِلَهَ السَّمَاءِ يُعْطِينَا النَّجَاحَ وَنَحْنُ عَبِيدهُ نَقُومُ وَنَبْنِى**" (نح ٢:٢٠)..

وبهذا يستطيع الإنسان أن يغلب صنوف المعاكسات اليومية، الذاتية والخارجية، ويحقق لنفسه توافقًا وتوازنًا وسعادة "**اِفْرَحُوا فِي الرَّبِّ كُلَّ حِينٍ وَأَقُولُ أَيْضاً افْرَحُوا**" (فى ٤:٤).. فالرب هو كنزنا الزمنى والأبدى، الذى يعطينا إحساس الغنى والرضا والسعادة.. حينما نكون "**أَغْنِيَاءَ فِي أَعْمَالٍ صَالِحَةٍ**" (١تى ٦:١٨).

## ٢ الإتـــزان

"الطريق الوسطى خلصت كثيرين" هكذا تعلمنا من الآباء "لا تكن بارًا بزيادة...". هكذا قال الحكيم الاتزان عنصر أساسى فى الصحة النفسية، حيث تخلو النفس من الشطحات والمبالغات والتطرف والتعصب من جهة، كما تخلو من السلبية واللامبالاة من جهة أخرى، فالإنسان الصحيح نفسيًا إنسان متزن، والاتزان هو نقطة وسط بين نقطتين متطرفتين، لذلك فهو لا يتطرف نحو الثقة فى النفس (بدون المسيح)، ولا نحو الإحساس باليأس والفشل.. أنه واثق من نفسه فى المسيح، وبسبب المسيح العامل فيه.

كذلك فهو إنسان متزن بين الطموحات والتطلعات الزائدة، وبين القنوط والكسل.. إذ يأخذ من يد الرب قدرة الاتجار فى الوزنات، تحت إشراف روحى جيد، الإنسان الصحيح نفسيًا يوازن بين كافة احتياجات وعناصر شخصيته الإنسانية، فيهتم بأن تشبع روحه بالصلاة، وعقله بالثقافة، ونفسه بالترويح والضبط، وجسده بالغذاء والرياضة والراحة، وعلاقاته بالنجاح الاجتماعى.

## ٣ قبول الذات

والمقصـــود بذلك، ليس الافتخـــار، ولا الرضا بالخطيئة، ولكن الرضا بمـــا أعطاه لنا الرب من وزنات وملامح ومواهب، بل حتى بما سمح به من سلبيات وضعفات، وربما عاهات جسدية أو نفسية، أو مستوى ذكاء معين. إن هدف الإنســـان المســـيحى ليس هو تمجيد الذات بل تكريسها للمسيح.. لذلك فهو - فى قناعة - يقبل ذاته كما هى، ويقدمها للسيد المسيح ليقدسها، ويستثمرها، ويطوّرها، وينميها. إنه لا ينقسم على نفسه، أو يحتقر ذاته، أو يرفض ما سمح به الرب من ضعفات، بل يحول ذلك كله إلى إتضاع وصلاة وعشرة، ليتمجد الرب فى ضعفنا "**حِينَمَا أَنَا ضَعِيفٌ فَحِينَئِذٍ أَنَا قَوِي**" (٢كو ١٢:١٠)، "**لِيَقُلِ الضَّعِيفُ: بَطَلٌ أَنَا!**" (يو ٣:١٠). "**وَلْيَفْتَخِرِ الأَخُ الْمُتَّضِعُ بِارْتِفَاعِهِ**" (يو ١:٩). "**أَنَا مَا أَنَا وَنِعْمَتُهُ الْمُعْطَاةُ لِي**" (١كو ١٥:١٠).

## ٤ قبول الآخر

"**كُلُّ شَيءٍ طَاهِرٌ لِلطَّاهِرِينَ**" (تى ١:١٥).. هذا مبدأ إنجيلى هام، حينما يعمد الرب يســـوع بصيرتنا الإنســـانية، فنرى كل ما هو جميل وطاهر فيمن حولنا، وفيما حولنا.. إنه الإنســـان السليم نفسيًا.. أما السقيم نفسيًا فهو لا يرى فى الناس إلا الوجه السلبى، والضعفات والدنايا، ولا يرى ما فيهم من ميزات وعطايا.. إنها حيلة دفاعية معروفة اسمها "الإسقاط"، حينما لا يكف الإنسان عن إدانة الآخرين، ليبعد الأنظار عن ضعفاته وأخطائه الشخصية والسرية.. أما الإنسان المسيحى، فهو مدعو إلى قبول الآخر بكل حـــب، والتأمل فيما يتميز به من سمات إيجابية، ويتعامل معه من منطلق أنه مخلوق على صورة الله ومثاله، ولا ينتظر حتى يصير الآخر مناســـبًا، أو جيدًا، أو متعاونًا، بل يحبه كما هو، كما أحبنا الســـيد المسيح!! ويتعامل معه كما هو، لا كما يريده أن يكون!! الإنسان المسيحى قلبه مفتوح للجميع، وعقله مفتوح للجميع، دون تنازل عن جوهر الدين، أو المبادئ الإيجابية السليمة.

## ٥ الكفاءة الاجتماعية

من سمات النفس الناجحة: الكفاءة الاجتماعية، بمعنى القدرة على إنشـــاء علاقات جيدة بكل من حوله، فى محيط الأسرة، والشارع، والعمل، والكنيســـة، والمجتمع.. ذلك لأنه قادر- بنعمة المسيح على التواصل الإنسانى الجيد مع جميع الناس.. هو نور ينتشر فى سلاسة، وملح يذوب فى حب، ورائحة ذكية تنعش من حوله فى تلقائية مبدعة، ورسالة مكتوبة فى القلب، معروفة ومقرؤة من جميع الناس، وليس من المسيحيين فقط.

إن المســـيحية ضد الانغلاق والتقوقع، وهى قادرة على أن تخلق من أبنائها أشـــخاصًا منفتحين على المجتمع، محبين ومحبوبين، فى مرونة قوية، نتمسك دون أن نتعصب، ونحب دون أن نتنازل!.

## ٦ الأهداف الواقعية

الإنســـان الصحيح نفسيًا لا يتشـــبث بأهداف غير واقعية، وغير ممكنة التحقيق.. فهو إنسان يحيا الواقع، ولا يغرق نفسه فى أحلام اليقظة أو الطموحات غير الممكنة.

ولاشك أن المسيحية تساعدنا فى ذلك حينما تدعونا إلى القناعة "**كُونُوا مُكْتَفِينَ بِمَا عِنْدَكُمْ.. فَإِنِّي أَقُولُ بِالنِّعْمَةِ الْمُعْطَاةِ لِي لِكُلِّ مَنْ هُوَ بَيْنَكُمْ: أَنْ لاَ يَرْتَئِي فَوْقَ مَا يَنْبَغِي أَنْ يَرْتَئِيَ بَلْ يَرْتَئِي إِلَى التَّعَقُّلِ كَمَا قَسَمَ اللهُ لِكُلِّ وَاحِدٍ مِقْدَارًا مِنَ الإِيمَانِ**" (رو ١٢:٣)..

"**وَأَمَّا التَّقْوَى مَعَ الْقَنَاعَةِ فَهِيَ تِجَارَةٌ عَظِيمَةٌ**" (١تى ٦:٦).. ولكن القناعة ليست ضد السعى إلى النمو، وتطوير الإمكانيات البشرية، الذهنية والعملية والعلمية والمادية.. طالما أن الكل لمجد الله، وأن، الهدف ليس هو تضخيم الذات، أو عبادة التراب والمادة.

فالإنسان المسيحى يجاهد فى تطوير حياته "**وَالَّذِينَ يَسْتَعْمِلُونَ هَذَا الْعَالَمَ كَأَنَّهُمْ لاَ يَسْتَعْمِلُونَهُ**" (١كو ٧:٣١). وينمى إمكانياته سعيًا إلى الأفضل، لا من منطلق الطموح الذاتى، ولكن من منطلق استثمار الوزنات لمجد السيد المسيح، وصولاً إلى حياة سعيدة فى الرب.

## ٧ الاستقلال الوجدانى

بمعنى أن لا يكون الإنسان تابعًا - عاطفيًا ووجدانيًا - لآخر يسبى قلبه، ويستولى على عواطفه، ويلغى إمكانية تعامله مع الآخرين. فالعاطفة البشرية الطبيعية، غير الخاضعة للروح والعقل، تحول بعد قليل إلى قيد على الإنسان، وسبى شديد، وذاتية بغيضة، وربما حسيات وخطايا، أما العاطفة التى يضبطها العقل، وتقدسها الروح، **فهى عاطفة تتسم بما يلى:**

- الانتشار والاتساع لتشمل الكل.
- عدم العبودية لإنسان أو شئ.
- النقاء والطهر، بسبب عمل روح الله فيها.
- عدم التقلب والثبات.
- الاستنارة بحيث لا تجنح بالإنسان إلى المهالك.

## ٨ الاستقلال المعرفى

بمعنى أن لا يستعبد الإنسان نفسه لإنسان آخر، أو لمدرسة فكرية معينة، بل يكون عقله منفتحًا لكافة البشر والمدارس، **مع إفراز روحى وذهنى بسبب أمرين:**

- روح الله الساكن فيه، الذى يرشده إلى جميع الحق.
- وكلمة الله المغروسة فيه، كسراج يهديه سواء السبيل.

لذلك فالإنسان الصحيح نفسيًا لا يغلق عقله عن إنسان، ولا يرفض فكرًا آخر بدون مناقشة ودراسة، أو رأيًا آخر دون أن يعطيه فرصة العرض والتمحيص.. إن التشدد الفكرى دليل عدم النضج.. ولكن هذا لا يعنى أن يكون عقل الإنسان كطريق مسطح أو حديقة بلا أسوار فالسلبية الذهنية وبال على الإنسان أيضًا.. وكل ما نقصده هو أن الإنسان المستنير بالروح والكلمة، قادر على التمييز بين الغث والسمين، ولذلك فهو لا يغلق ذهنه، ولا يفتحه بطريقة سلبية، بل يتحاور ويتفاعل ليصل بروح الله الساكن فينا إلى الحق كل الحق.

# محفوظات

## من صلاة نصف الليل

قوموا يا بني النور لنسبح رب القوات، لكي ينعم علينا بخلاص نفوسنا، عندما نقف أمامك جسديا انزع من عقولنا نوم الغفلة. أعطنا يا رب يقظة لكي نفهمَ كيف نقف أمامك وقت الصلاة، ونرسلَ لك إلي فوقُ التمجيدَ اللائق، ونفوزَ بغفران خطايانا الكثيرة.

(المجد لك يا محب البشر)

## من صلاة نصف الليل – الخدمة الأولى

## المزمور 70 (69)

اللهم التفت إلى معونتي، يا رب أسرع وأعنى. ليَخزَ ويخجل طالبو نفسي، وليرتد إلى خلف ويخجل الذين يبتغون لي الشر. وليرجع بالخزي سريعا القائلون لي: نِعِمَّا نِعِمَّا. وليبتهج ويفرح بك جميع الذين يلتمسونك، وليقل في كل حين محبو خلاصك: فليتعظم الرب. وأما أنا فمسكين وفقير، اللهم أعنى. أنت معيني ومخلصي يا رب فلا تبطئ. **هلليلويا**

R

E

J

O

I

C

E

# Anthem 2023/2024

(By the grace of God we grow
And give fruits a hundredfold
And His Spirit dwells within us
Gives us joy as the Bible told) **x 2**

(Rejoice in your faith and church
Handed down to us by God
Be firm in prayers and doctrine
And build your life on His word) **x 2**

(Our Lord wants us faithful
Glorified and joyful) **x2**
Always joyful

For He has redeemed us on the cross
And gave us eternal life
When you're a temple for His dwelling
Sadness will not be a choice

Praise and thank God every day and you...
And you will surely rejoice!

**Contact us on:**

**Website:** www.sfmelb.org.au

**Email:** info@sfmelb.org.au

**Facebook:** SummerFestivalMelbourne