رسالة روحيّة حول التوبة

وصلتني رسالة طويلة من إحدى السيّدات، تشكو فيها من ضعفها الروحي أمام الخطيّة، وتلوم الله الذي يسمح بسقوطها ولا يساندها، وتطلب الإرشاد.. وكان رَدّي عليها كالتالي:

سلام ونعمة يا.....

أولاً: ينبغي أن نرجع بالملامة على أنفسنا، وليس على الله، فلا نقول: لماذا لا يريد أن يقوّيني؟ لماذا لا يعطيني نعمة؟ لماذا يتركني أغرق؟ ففي الحقيقة أنّ السبب في السقوط هو نحن وليس الله.. هو دائما يسندنا ويستر علينا ويسامحنا ويزوّدنا بنعمته، ولا يهملنا أبدا.. هو أمين، ولكن عدم الأمانة يأتي دائما للأسف من جانبنا.

ثانيًا: انظري من أين تأتي إليك الخطيّة؟ واغلقي تلك المنافذ تماما ١٠٠% وليس ٩٩%.

ثالثًا: التوبة الحقيقية معناها المواظبة على الصلاة.. والصلاة الدائمة تعطينا حصانة دائمة؛ كما يقول القدّيس يوحنا الدرَجي.

رابعًا: روح الاتضاع تحفظ الإنسان من السقوط.. فكلّما اتضعتِ كلّما صرتِ في أمان.. والاتضاع هو أن يصير الله وتمجيده هو مركز اهتمامك بالكامل، وليس جمالك ولا مواهبك ولا شطارتك... وكلّما أنكرتِ نفسك كلّما زاد الله في حياتك، وبالتالي سيقدِّسك له.

خامسًا: الاعتراف يكون صعبًا عندما تغيب التوبة الحقيقية، ولن يكون له فائدة ملموسة بدون توبة من كلّ القلب.. لذلك يمكنك أن تأخذي تدريبًا لتقوية توبتك، وبعدها يصير الاعتراف سهلاً.. فمثلاً يمكنك أن تُصَلِّي بفهم عددًا معيّنًا من المزامير (من عَشَرة إلى سبعين مزمورا من سفر المزامير)، مع ميطانيات.. بواقع ميطانية بعد كلّ مزمور.. تسجدين إلى الأرض وتقولين في كلّ مرّة: ياربي يسوع المسيح ابن الله ارحمني أنا الخاطئة. سوف تجدين أنّ التوبة قد بدأت تتحرّك في داخلك، وبالتالي يكون من السهل عليك الذهاب لأب اعترافك..

سادسًا: الكسل هو عدو القديسين، فلا تعطيه مكانًا أبدًا، بل واظبي على الصلاة ودراسة الإنجيل وحضور القدّاسات باستمرار، لكي تكوني مُحَصَّنة.. أما التهاون في ذلك فإنّه يجعلنا مَطمَعًا للشيطان.

سابعًا: السقوط بالفعل لا يأتي هكذا فجأة، بل يسبقه تهاون من ناحية الفكر أو النظر أو حفظ الحواس.. فمن فضلك اطردي الخطيّة منذ بدايتها، ودقِّقي في الأمور الصغيرة حتى لا تقعي في ما هو أكبر.. وحافظي على مسافة أمان بينك وبين جميع الناس، وإذا اقترب أحدٌ منك بشكل غير مريح، سواء بالجسد أو بالكلام، ابتعدي بسرعة وضاعِفِي مسافة الأمان التي بينك وبينه. من فضلك، كوني حاسِمة في مثل هذه الأمور.

ثامنًا: اطلبي باستمرار شفاعة أمّ النور الحنونة، فهي مُعينة قويّة في حياة الطهارة، وهي قدّمت شعبًا كثيرًا لله مِن قِبَل طهارتها، كما نقول في التسبحة. ضَعِي أيقونتها أمامك، واطلبي معونتها.. فهي أم قادرة رحيمة..

المسيح يرفع عنكِ كلّ ضعفٍ، ويسندك بنعمته،،

القمص يوحنا نصيف