عندما أجلس إلى ذاتى

عن كتاب انطلاق الروح

للبابا شنوده الثالث

انها يا رب ساعة مباركة ، تلك التى أجلس فيها الى ذاتى . ذلك لأنى عندما أجلس الى ذاتى ، انما أجلس معك . اذ أنت فى داخلى ، و ان كنت لا أراك كما كنت فى العالم ، و العالم لم يعرفك .

لذلك يا رب كانت احدى خطاياى الكبرى فى العالم ، هى الهروب من ذاتى .

لم يكن لى وقت لأجلس فيه مع ذاتى . و كل وقت كنت تفرغنى فيه من المشغوليات و الاهتمامات ، و تعطينى فرصة أجلس فيها الى ذاتى ، و أجلس فيها معك ، كنت أنا ـ لفرط جهلى ـ أبحث عن مشغولية جديدة أو اهتمام جديد ، لأشغل بها الوقت ! كأن الجلوس الى ذاتى نوعا من الكسل ! كنت و أنا فى العالم أعرف نظريا أهمية الجلوس الى النفس ، و لكننى من الناحية العملية لم أعر هذا الأمر اهتماما . أو أن الشيطان لم يسمح لى أن أهتم بذلك . فكنت مشغولا على الدوام ، مشغولية مستمرة لا تنقطع .

من أجل ذلك يا رب ، لم أر الكنز الموجود داخل نفسى ، الذى هو أنت ...

و عندما كنت أجلس بعض الوقت الى ذاتى ، و أرى و لو شعاعا ضئيلا من ذلك الكنز ، كنت أخفيه الى أن أجد وقتا أطول أتفرغ فيه له ، كنت أخفيه حتى أذهب أولا ، و أدفن أبى . و أرى حقلى و اختبر بقرى !

و أخيرا يا رب ، عندما سمحت لى فى يوم ما لا أستطيع تحديده تماما ، أن أجلس الى نفسى تلك الجلسة الطويلة الهادئة . و اكتشف ذلك الكنز المخبأ فيها ، عند ذلك بعت كل شئ و اشتريته ذلك الكنز الذى هو أنت ، فصرت لى ...

و هأنذا يا رب أعترف لك :
اننى عندما أجلس الى نفسى ، أشعر فى كل مرة أن نفسى أثمن من العالم كله " لأنه ماذا يستفيد الانسان لو ربح العالم كله و خسر نفسه ؟! " .

و عندما أشعر أن نفسى أثمن من العالم ، يصغر العالم فى عينى جدا ، و آخذ منك نعمة الزهد فى كل شئ . و عندما أزهد كل شئ ، أنظر فأجدك أمامى تشجعنى و تقول لى " لا تخف ... أنا معك " .

و عندما أجلس يارب الى ذاتى ، و اكتشف ما بداخلها ، و أرى أيضا ما فعله الغرباء الذين تطاولوا على مقادسك فيها ... عندما أرى ذلك ، و أعرضه عليك ، لكى تحفظ من الغرباء نفسى ، عندئذ تطول بى الجلسة ، و أجد أشياء كثيرة لأقولها لك و لها . عند ذلك تضؤل أمامى التعزيات البشرية ، و لا أبحث عن الاستئناس بالناس ، بل بالأكثر أحب الوحدة و الخلوة و السكون ، حتى لا أحرم من تلك الجلسة اللازمة لى جدا ، التى تجلب لى الانسحاق و النقاوة . و أحيانا يا رب ، عندما أجلس الى ذاتى و أتعمق فى بحثى داخلها ، أجد فى بعض أركانها حيات و عقارب كامنة نائمة ، أو هى تحاول أن تأكل حبات قلبى فى صمت أو فى خفية ، و تنفث سمومها فى دمى و فى فكرى و فى مشاعرى ، دون أن أدرى ...

و هذه عندما كنت أنظر اليها ، كانت تستيقظ و تلدغ ضميرى و تتعبنى . و لكنى كثيرا ما كنت أتركها نائمة حتى لا تتعب نفسى ! و لكن ما الفائدة يا رب فى أن أتركها هكذا ، و أتعامى عنها باحثا عن نياح نفسانى ؟! خداع هو فى الحقيقة ، و هروب من النفس ...

أ ليس من الأفضل أن أكشف هذه الحيات و أقاتلها ؟ ارحمنى يا رب فانى ضعيف ، و شاعر بضعفى و عجزى عن مقاتلة أصغرها . الأصلح أن أكشفها لك يا رب ، و أنت تقاتل عنى " على رجز الأعداء تمد يدك و تخلصنى يمينك " .

و عندما أجلس يا رب الى نفسى ، أعرف حقيقتى ، و أدرك اننى تراب و رماد قدامك ، فتتضع نفسى فى داخلى ، و تشعر بأن مجد العالم انما هو طلاء خارجى زائف لا يغير من حقيقة النفس شيئا ...

و عندما أجلس الى ذاتى و أشعر بضعفى ، ألتصق بك بالأكثر . متأكدا أننى بدونك لا أستطيع شيئا . و كلما ألتصق بك ، تكشف لى ذاتك ، فأرى أنك أبرع جمالا من بنى البشر ، فأحبك ، و أحب الجلوس معك أكثر من جلوسى مع سائر الناس ... و فى كل مرة أعرف عنك شيئا جديدا ، فتزداد نفسى تعلقا بك ...

اعطنى يا رب أن أترك الناس ، و انشغل بنفسى ، لأربطها بك . ثم أعطنى يا رب أن أنسى نفسى ، و أنشغل بك ...