

## القديس يوحنا السلمى مؤلف كتاب سلم الفضائل

### وتذكار أبينا البار يعقوب الأسقف المعترف

طروبارية القيامة على اللحن الثامن: - انحدرت من العلو ايها المتحن ، وقبيل الدفن ذا الثلاثة الأيام لكي تعفتنا من الآلام فيا حياتنا وقيامتنا يا رب المجد لك .

طروبارية لبار يوحنا السلمى على اللحن الثامن : إن البرية الجدياء بهطل دموعك اخصبت. واتعابك الشاقة بصعيد زفراتك اثمرت الى مئة ضعف . فاصبحت كوكبا للمسكونة يتلأل بالمعجاب يا ابانا البار يوحنا . فشجع الى المسيح الاله في خلاص نفوسنا .

#### طروبارية شفيع /ة الكنيسة

فنداق الأكاثيستوس: اني انا مدينتك يا والدة الاله اكتب لك رايات الغلبة يا جنديية محامية وأقدم لك الشكر يا منقذة من الشدائد لكن بما أن لك العزة التي لا تحارب أعقبيني من أصناف الشدائد حتى أصرخ اليك: افرحي يا عروسا لا عروس لها.

كتاب «السلم» للقديس يوحنا السينائي (523-603) الذي اشتهر بو إلى حدٍ تليقيه و «السلمى» (كليماكوس). وضعه إبان رئاسته لدير جبل سيناء، وكان شيخاً متقدماً في السن، نزولاً عند طلب الأب يوحنا رئيس دير رايتو، الذي كتب إليه رسالة، إليكم بعضاً مما جاء فيها:

«... نطلب منك كاستاذٍ عظيمٍ بالحقيقة أن تشرح لنا الأمور اللازمة للحياة الرهبانية شرخاً واضحاً لخلاص الذين احتاروا هذه السيرة الملائكية... ونثق بأننا سنحظى بأمينتنا سريعاً بنعمة الرب، ونرجو مصافحة كتاباتك الكريمة المحفورة على ألواح، التي ستكون مرشداً حقيقياً لمن يتبعونها باستقامة، وسلماً ميمناً إلى أبواب السماء، تنقل بأمي وسلامٍ من يؤثرون النجاة من الأرواح الشريرة المدعوتين من الله، الذين تنتلمذ وإياهم على يدك...».



ثلاثون مقالة في الفضائل وهو السلم الى الله - كتبها القديس يوحنا السلمى

إنسان عظيم ومهم فإنه سوف يعمل بخوف وانتباه حتى لا يتعثر في أي شيء حتى لو كان مصرحاً له به .

+ إنه من الصعب ومن المستحيل أيضاً أن تنجح في الصلاة إذا لم تجاهد بنفس الوقت في الفضائل الأخرى.

+ كم أن كل جزئ (جزء) من الأجزاء الداخلية للساعة يجب أن يكون سليماً في ذاته وفي علاقته بالترس الأخرى هكذا في النفس أيضاً في أعمالنا وأهدافنا

«يجب ان تكون سليمة» ولا تحرف نحو اليمين أو اليسار بل تتجه نحو الله وعندئذ تصير أجزاء النفس مقدسة وكل عمل يصير سليماً وصحيحاً.

+ كيف تصلي وأنت بدون ضبط النفس إذا أصيبت بالغضب أو الضيق أو عدم السلام مع أي أحد أو تشفتت فكرك بسبب الغموم والإشغالات .

+ إذا اعتبرنا الصلاة مثل رائحة العطر فإن الروح مثل القارورة . ومن الواضح بل والمستحيل أن تضع العطر في قارورة مملوءة بالثقوب؛ هكذا يستحيل ان تقني الصلاة إذا أعوزتك الفضائل الكثيرة .

+ إذا قارنا الصلاة بالفضائل الأخرى تظهر كأنها الملكة حيث تخدمها كل الوصيفات وتدعوها لكي تتبعها.

+ الجهاد الروحاني والجسداني مثل الأوراق للشجرة والحب هو الأغصان والأيمان هو الساق، والفضائل بمثابة الجذور للشجرة.

+ الصلاة مثل الوردة التي تفتحت التي تملأ هيكل النفس بالرائحة الذكية طوال اليوم.

+ التدريبات الثلاثة لتزويد الصلوات :

أولاً: يجب ألا تبدأ في الصلاة إلا بعد أن تهيب نفسك للصلاة .

ثانياً: يجب ألا تتلو صلواتك بلا مبالاة بل تفعل ذلك بانتباه وإحساس .

ثالثاً: يجب ألا ترجع إلى المشغوليات العادية للتو بعد الانتهاء من الصلاة .

اليوم وهذا هو السبب الذي يجعلهم بلا رغبة في الصلاة وقت المساء لأنهم فقدوا ضبط النفس خلال اليوم وأصبحوا غير قادرين على الاعتقاد ولو لفترة قصيرة للشركة مع الله ولهذا فإن الصلاة لم تعد سهله بالنسبة لهم.

+ وهذا هو الخطأ الشائع الذي يجب أن نصلح من شأنه ويجب على الإنسان أن يرجع إلى الله ليس فقط وقت الصلاة ولكن طوال اليوم على قدر الإمكان وبذلك يستطيع الإنسان أن يقدم ذبيحة دائمة غير متوقفة.

+ إن تذكر الله طوال اليوم سوف يحفظنا من الخطأ وسوف يقودنا (تذكر الله الدائم) بأن نختم الأخطىء في أي ظرف من ظروف حياتنا ضدّ الله .

+ بعد أن تنتهي من صلواتك (الصباحية) اجلس وعقلك مازال مستبيراً بالصلاة وابدأ بالتأمل في أعمال الله وصفاته. في كل يوم خذ صفة معينة ، وفي اليوم التالي صفة أخرى وهكذا وعندئذ سوف تدخل في اكتشاف خطة الله وأعماله الخالقة وبذلك سوف تتحرك قلوبنا ونفوسنا لمصدر الصلاة.

+ إن ثقل الأفكار العالمية والشهوات تحاول أن تجذب النفس وتجرها لأسفل ولكن هذه التدريبات الثلاثة: (الصلاة القصيرة . وتمجيد الله . والتأمل في أعمال الله وصفاته) سوف تحاول أن تفصل النفس تدريجياً عن الأرضيات وشيئاً فشيئاً سوف تفصلها تماماً.

+ إذا جاهدت بشدة وبدون توقف عن الصلاة وخماس دائم وبكل رجاء لكي تصل إلى أرض الموعد التي هي حرارة الروح فأنت بالتأكيد سوف تنال ما تطلبه.

+ إن التأمل في الإلهيات يولد خوف الله . وخوف الله هو إتمام فهم الكمال غير المحدود لأعمال الله وممكن أن ندرك ذلك خلال الفكر والشعور .

+ إن الصلاة ليست مظهرًا تمارسه بعض الوقت فقط ولكنها حاله لا تنقطع لعمل الروح مثل التنفس ودقات القلب التي هي عمل لا ينقطع من أعمال الجسد.

+ من يصلي الصلاة الدائمة كمن يعمل في حضرة

# الرسالة

الرب يُعطي قُوَّةً لشعبه

قَدِّمُوا لِلرَّبِّ يَا ابْنَاءَ اللَّهِ

فصل من رسالة القديس بولس الرسول إلى العبرانيين (عب ٦: ١٣-٢٠)

يا إخوة، إنَّ الله لَمَّا وعد إبراهيم، اذ لم يمكن أن يُقسَم بما هو أعظم منه، أقسم بنفسه \* قائلاً: لأبَارِكْكَ بركةً وكَثْرَتِكَ تكثيراً \* وذلك إذ تَأْتَى نال الموعد \* وإِنَّمَا النَّاسُ يُقْسِمُونَ بما هو أعظم منهم، وتقتضي كلُّ مشاجرةٍ بينهم بالقسَم للتَّشْيِيت \* فلذلك لَمَّا شاءَ اللهُ أن يزيد وِزَّةَ الموعد بيانا، لعدم تحوُّل عزمه، توسَّطَ بالقسَم \* حتى نحصلُ بِأَمْرَيْنِ لا يتحوَّلَان ولا يمكن أن يُخْلِفَ اللهُ فيهما، على تعزِيةٍ قويَّةٍ نحن الذين التجأنا إلى التمسُّك بالرجاء الموضوع أمامنا \* الذي هو لنا كمرساةٍ للنفسِ أمنيَّةٍ راسخةٍ تدخل إلى داخل الحجاب \* حيث دخل يسوع كسابقٍ لنا، وقد صار على رتبة ملكيصادق رئيس كهنةٍ إلى الأبد.

## الإنجيل

فصل شريف من بشارة القديس مرقس الإنجيلي البشير، التلميذ الطاهر (مر ٩: ١٧-٣١)

في ذلك الزمان دنا إلى يسوع إنسانٌ وسجد له قائلاً: يا معلم، قد أتيتك بابني به روح أبكم \* وحيشما أخذهُ يصرعه فزيد وبصرِف بأسنانه وَيَبْسِس. وقد سألتُ تلاميذك أن يُخرجوه فلم يقدرُوا \* فأجابهُ قائلاً: أيُّها الجيلُ الغيرُ المؤمن، إلى متى أكون عندكم؟ حتى متى أحتملكُم؟ هلُمَّ به إليّ. فاتَّوهُ به. فلمَّا رآهُ للوقت صرعه فسقط على الأرض يصرخُ ويُريد \* فسألُ أباه: منذ كم من الزمان أصابه هذا؟ فقال: منذ صباه \* وكثيراً ما ألقاهُ في النار وفي المياه ليهلكه. ولكن إن استطعت شيئاً فتحننْ علينا وأغننا \* فقال له يسوع: إن استطعت أن تؤمن فكأنَّ شيءٍ مستطاعٌ للمؤمن \* فصاح أبو الصبي من ساعته بدموع وقال: أيُّ أومن يا سيِّد، فأغنث عدم إيماني \* فلمَّا رأى يسوع أنَّ الجمع يتبادرون اليه، انتهر الروح النجس قائلاً له: أيُّها الروح الأَبْصمُ أنا أُمرك أن أخرج منه ولا تعدُّ تدخل فيه \* فصرخ وخبطهُ كثيراً وخرج منه، فصار كالصبيِّ حتى قال كثيرون أنَّه قد مات \* فأخذ يسوع بيده وأنهضهُ فقام \* ولمَّا دخل بيتاً سأله تلاميذهُ على انفرادٍ: لماذا لم نستطع نحن أن نُخرجه؟ \* فقال لهم: إنَّ هذا الجنس لا يمكن أن يخرج بشيءٍ إلا بالصلاة والصوم \* ولمَّا خرجوا من هناك اجتازوا في الجليل ولم يُرَد أن يدري أحدٌ \* فإنه كان يُعلِّمُ تلاميذه ويقول لهم: إنَّ ابنَ البشرِ يُسلم إلى أيدي الناس فيقتلونه، وبعد أن يُقتل يقوم في اليوم الثالث.

## أقوال عن الصلاة - للقديس يوحنا السلمي

+ كل من يتوكأ على عكاز الصلاة لا تزل قدماه.... وترتيبها في حضنها يُبطل الغضب وتوثج عليه. تمنع ميول وحتى إذا زلَّت فهو لن يقع تماماً لأن الصلاة سنَدٌ للسائر الكبيرياء والحسد، تستدعي الروح ليحل في النفس، وتسمو بالنفس لترتفع إلى السماء.

+ العين الباكية هي حزن دائم للمعمودية التوبة والتجديد.

+ اسم يسوع سلاح، لا يوجد سلاح أقوى منه في السماء وعلى الأرض.

+ الصلاة غذاءُ النفس واستنارة العقل وفأس يقطع اليأس وعلامة الرجاء وتلاشي الغم.

+ إجتهد لترتفع فكرك إلى فوق وبالخري لتجسه في كلمات الصلاة وإن ضَعُفَ بسبب حدائته وترك الصلاة فأعده إليها من جديد....

+ إن خادم الله هو الذي أثناء الصلاة يقرع بعقله السماوات، فيما جسده بين الناس....

+ اجعل صلاتك بسيطةً بالتَّمام... لأن العشار والابن الضَّالَّ قد تصالحا مع الله بجملة واحدة.

+ إذا أحسست بجلاوة أو تخشع في لفظ من ألفاظ صلاتك فانتبه فيه، فإن ملائكتنا الحارس يصلي معنا حينذاك.

+ فاتحة الصلاة أن نطرد الهواجس الخاطرة لنا باستغاثة واحدة حال ظهورها. ومتصفها أن نحصر فكرنا في ألفاظ الصلاة ومعانيها أما كمالها فهو احتطاف عقلا في الرب.

+ الصلاة جسراً لاجتياز التجارب وسوراً في وجه الأحرار.

+ لا تقل بعد مداومتك طويلاً على الصلاة «أني لم انتفع شيئاً» لأنك قد انتفعت، إذ أي خير يُضاهي الألتصاق بالله.

+ مَنْ يواصل عملاً يقوم به عندما يحزن وقت الصلاة تخدعه الشياطين، لأن غاية أولئك اللصوص هي أن يسرقوا منا ساعة بعد أخرى.

+ نستدل على منفعة الصلاة من اتفاق الشياطين على إثارة العوائق لنا في أوقات الصلاة النظامية.

+ هذا الشيطان يرصد الأوقات أكثر من غيره لا سيما إذا لم نستطع أن نصلي طالبين المعونة ضده فيوافق الذين لم يقتنوا بعد صلاة قلب صادقة فحينئذ تنهض الشياطين لمحاربتنا، فأجر سريعاً واستر في جهة وارتفع عيني قلبك إن أمكنك، وإن لم يمكنك ذلك فارتفع عينيك الظاهرتين واصلب يديك حلماً من تحريك لتخزي بهذا الرسم

(الصليب) عماليق وتقهوه واهتف إلى القادر أن يسلمك ليس بألفاظ حكمه ولكن بألفاظ ذليلة منسحقة مبتدأً قبل كل الوسائل قائلاً: «رحمني يا رب فأني ضعيف» وحينئذ تختبر قدرة العلي.

+ الصلاة في جوهرها هي عشرة الإنسان مع الله والاتحاد به وأما في فعلها فهي دعم الكون ومصالحة الله.

+ الصلاة شغل الملائكة. وقوت جميع الجسدانيين. والفرح المنتظر.

+ الصلاة الدائمة هي رجوع العقل والقلب لله باستمرار.

+ الصلاة الدائمة تكون مصحوبة بالحرارة الداخلية (التي يسكبها الروح فيها).

+ الصلاة الدائمة هي قمة الصلاة التي يجب أن تصل إليها والهدف الذي يصبو نحوه كل عمل من أعمال الروح. وهذا ما يجب ألا يغيب عن بالنا قط. وبدون ذلك فإننا نتعب بلا فائدة في عمل الصلاة.

+ الذي ينال (الصلاة الدائمة) هو الذي يصير حقيقة رجل صلاة.

+ يجب أن نصنع هنا على الأرض ما تصنعه الملائكة والقديسين في السماء ويجب أن نعتاد على الصلاة الملائكية حيث يكون القلب في حضرة الله.

+ إن عمل الصلاة مرضي عند الله حين تتعمق في كل كلمة من كلمات الصلاة وأن تُدْخِلَ معنى كل كلمة إلى قلبك وهذا هو فهم ما تقوله وعندئذ تختبر ما تفهمه.

+ إن كثيرين يستخدمون كتاب الصلوات لسنين عديدة ولكنهم لم يدركوا صلاة القلب والسبب في ذلك هو أن الوقت الوحيد الذي يرفعون فيه قلوبهم لله هو وقت ممارسه قانون الصلاة في الصباح فقط. ويظنون أن علاقتهم بالله قد أكمِلت وأتمم قد أتموا واجباتهم ثم يقضون باقي وقتهم في الأعمال الأخرى دون أن يرجعوا لله. وحين يأتي المساء يظنون انه جاء الوقت لكي يرجعوا إلى الله.

+ وحتى لو كان لهم تدبير حسن مع الله في الصباح فإنه سوف يتبدد مع الأعمال المتعددة التي يمارسوها خلال