

# ١٩ - التواضع هو الفضيلة الأولى

أريد في هذا المقال أن أكلّمكم عن فضيلة جميلة وأساسية وهي الاتضاع.

الاتضاع هو الفضيلة الأولى في الحياة الروحية.

الاتضاع هو السور الذي يحمى الفضائل ويحمى المواهب، وكل فضيلة خالية من الاتضاع، عرضة أن يختطفها شيطان المجد الباطل، ويبددها الزهو والفخر والإعجاب بالنفس.

لذلك إذا أعطاك الله موهبة من مواهبه، ابتهل إليه أن يعطيك معها اتضاعاً، أو أن يأخذها منك، لئلا تقع بسببها في الكبرياء وتهلك.

الاتضاع إذن هو الأساس الذي تبنى عليه جميع الفضائل.

ليس هو فضيلة قائمة بذاتها، إنما هو متداخل في جميع الفضائل، مثله كالخيوط الذي يدخل في كل حبات المسبحة.

والله يعطي مواهبه للمتواضعين، لأنه يعرف أنها لا تؤذيهم. ويقول الكتاب المقدس إن الله يكشف أسرارهم للمتضعين.. هؤلاء الذين كلما زادهم الله مجداً، زادوا هم انسحاقاً قدامه.

من أجل كل هذا دعانا الله جميعاً أن نكون متضعين. وقد كان الاتضاع والوداعة، إحدى سمات السيد المسيح البارزة التي حبيته إلى الكل.. وقد وصفه الإنجيل المقدس بأنه كان: "وديعاً ومتواضع القلب".

وقد أتقن القديسون الاتضاع بصورة عجيبة..

ولم يتواضعوا فقط أمام الله والناس، بل حتى أمام الشياطين، وهزموهم بهذا الاتضاع.

القديس العظيم الأنبا انطونيوس أبو الرهبنة كلها، عندما كان الشياطين يحاربونه في عنف، كان يرد عليهم باتضاع قائلاً: (أيها الأقوياء، ماذا تريدون مني أنا الضعيف، وأنا عاجز عن مقاتله أصغركم)!! وكان يصلّى إلى الله قائلاً: (انقذني يا رب من هؤلاء الذين يظنون أنني شيء، وأنا تراب ورماد).. فعندما كان الشياطين يسمعون هذه الصلاة الممتلئة اتضاعاً، كانوا يقشعرون كالدخان.

وفي إحدى المرات ظهر الشيطان للمتوحد الناسك القديس مقاريوس الكبير وقال له: "ويلاه منك يا مقاره، أي شيء أنت تعمله ونحن لا نعمله؟! أنت تصوم، ونحن لا نأكل. وأنت تسهر، ونحن لا ننام، وأنت تسكن البراري والقفار، ونحن كذلك، ولكن بشيء واحد تغلبن " فسأله عن هذا الشيء. فقال له " بتواضعك تغلبنا" ..

في مرة أخرى أبصر الأنبا انطونيوس فخاخ الشياطين منصوبة، فألقى نفسه على الأرض أمام الله، وصرخ قائلاً: (يا رب، من يستطيع أن يخلص منها؟! ) فأتاه صوت يقول: (المتواضعون يخلصون منها).

**إن كان التواضع بهذه القوة التي تهزم الشياطين، فما هو التواضع إذن؟**

التواضع هو أن تعرف ضعفك، وأن تعرف سقطاتك وخطاياك، وأن تعامل نفسك على هذا الأساس.

ليس التواضع أن تشعر بأنك كبير أو عظيم، وتحاول أن تتصاغر أو أن تخفي عظمتك (اقرأ مقالاً آخر عن هذا الموضوع هنا في موقع الأنبا تكلا في قسم الأسئلة والمقالات).. فشعورك بأنك كبير فيه نوع من الكبرياء. وشعورك بأنك تخفي عظمتك فيه إحساس بالعظمة تخفيها عن الناس، ولكنها واضحة أمام نفسك.

**أما التواضع الحقيقي فهو تواضع أمام نفسك أولاً. شعور حقيقي غير زائف، في داخل نفسك، إنك ضعيف وخاطئ حتى في عمق قوتك تشعر أن القوة ليست منك، إنما هي منحة سماوية من الله لك، أما أنت فبطبيعتك غير ذلك.**

اعرف يا أخي من أنت، فهذه المعرفة تقودك إلى الاتضاع. إنك تراب من الأرض. بل التراب أقدم منك، وجد قبل أن تكون. خلقه الله أولاً، ثم خلقك من تراب.

أذكر أنني (البابا شنودة ٣) ناجيت هذا التراب ذات مرة في بضعة آيات قلت فيها:

يا تراب الأرض يا جدي وجد الناس طرا

أنت أصلي، أنت يا أقدم من آدم عمر

ومصيري أنت في القبر، إذا وسدت قبر

بل أنك يا أخي، إذا فكرت في الأمر باتضاع، تجد أن هذا التراب لم يغضب الله كما أغضبتك أنت بخطاياك.

لذلك أقول لك حقيقة هامة وهي:

**إن المتواضع الوحيد هو الله.**

الله هو الكبير الذي يتنازل ويكلمنا نحن الصغار، وهو القدوس الذي يتنازل ويعاملنا نحن الخطاة.

أما نحن فالتواضع بالنسبة إلينا. ليس تنازلاً، وإنما هو مجرد معرفة للذات.

**إن عرفت هذا، فعامل نفسك إذن بما تستوجبه هذه المعرفة، ولا تطلب من الناس كرامة ولا مجداً.** وإن حوربت بهذا الأمر، رد على نفسك وقل: (أنا لا أستحق شيئاً بسبب خطاياي.. وإن كان الله من فرط رحمته قد ستر خطاياي عن الناس، ولكنني أعرفها جيداً ولا أنساها لئلا أتكبر باطلاً)..

احذر من أن تنسي خطاياك، لئلا تنتفخ، وتظن في نفسك الظنون، وتذكر قول ذلك القديس الذي قال: **(إن نسينا خطايانا، يذكرها لنا الله. وإن ذكرنا خطايانا، ينساها لنا الله).**

اعترف بخطاياك أمام نفسك، وأمام الله، وإن استطعت فأمام الناس أيضاً.

وإن لم تسطع، فعلي الأقل لا تمدح ذاتك أمامهم، ولا تقبل مديحهم لك وإن سمعته أذنك، فليرفضه قلبك ولا تسع وراء الكرامة. وتذكر قول مار اسحق:

**(من سعي وراء الكرامة، هربت منه، ومن هرب منها بمعرفة، سعت وراءه).**

ولا يكن تواضعك مظهرياً، أو باللسان فقط، إنما ليكن تواضعاً حقيقياً من عمق القلب، وبيقين داخلي، ليكن تواضعاً بالروح.

**وإن عشت بالتواضع، ستحيا باستمرار في حياة الشكر..** ستشكر الله على كل شيء وفي كل حل، شاعراً على الدوام أن الله يعطيك فوق ما تستحق.

أما غير المتواضع، فإنه يكون في كثير من الأحيان متذمراً ومتضجراً، شاعراً أنه لم ينل بعد ما يستحقه، وأنه يستحق الكثير، وأنه مظلوم، من الناس ومن الله!!

**والشخص المتواضع يعيش في سلام مع الكل، لا يغضب من أحد، ولا يغضب أحداً.** لا يغضب من أحد، لأنه باستمرار يلوم نفسه، ولا يلوم الناس. ولا يغضب أحداً، لأنه يطلب بركة كل أحد وصلواته. فلنكن جميعاً متضعين لكي نكون أهلاً لعمل الله فينا، الله الذي لا يحد الذي تنازل واهتم بنا، له المجد الدائم إلى الأبد