

دليل الاعتراف إعداد أحد آباء الكنيسة الأرثوذكسية

هذا الدليل هو مجرد مذكرة وُضعت من أجل تهيئة أفضل لسر التوبة والاعتراف. أن يعرف الإنسان نفسه وأن يعمل لخلاصها هو علم كبير، لكن النفس لا ينقذها إلا المخلص الإله الإنسان يسوع المسيح الذي أسس التوبة والاعتراف كسبيل خلاصي فريد في كنيسته. لذلك لا بد لك أن تقفز فوق كل عائق يمنعك من التوجه إلى كرسي الاعتراف حيث ينتظرك، بحنان، ممثل المسيح، "الكاهن أو الأب الروحي"، الذي يعرف كيف يفهم ويعطف على الخاطئين، إخوته .

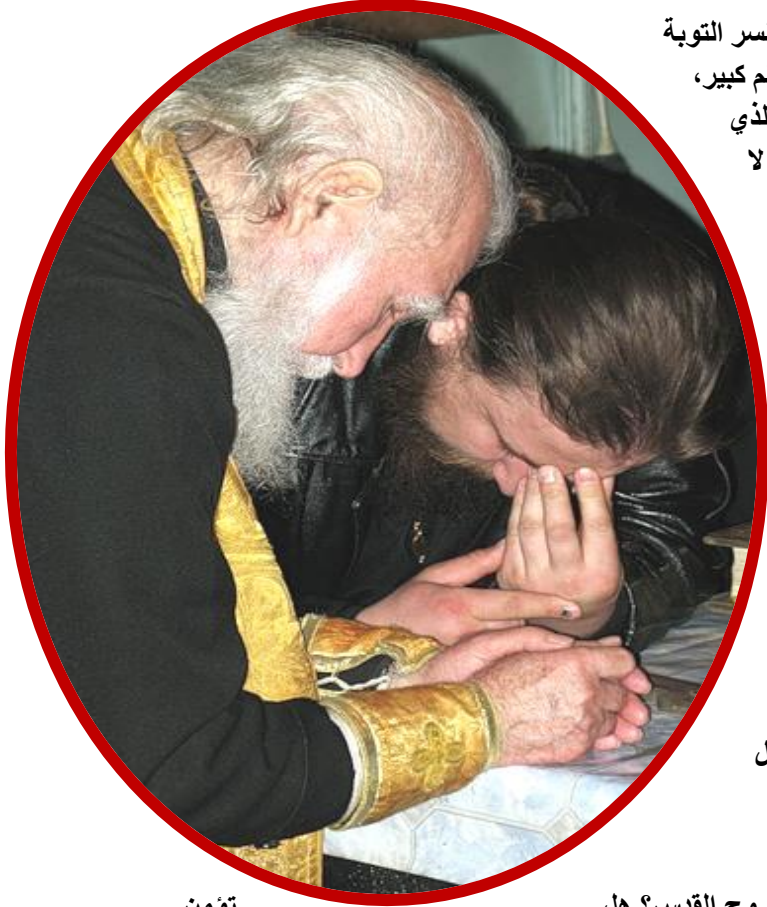
لذلك أبعُد عنك كل خوف وخجل. فلماذا تخاف أو تخجل عندما تتألم نفسك من جراء الخطايا المتنوعة؟ ولماذا لا تخجل ولا تخاف عندما تنتابك أمراض متنوعة؟ بل تبادر مسرعاً إلى الطبيب أو حتى إلى المستشفى لإجراء الاستطباب الفوري .

لا تتشبه بالذين يطلبون من الكاهن أن يقرأ عليهم "أفشين" الحل والمغفرة دون اعتراف سابق. عندما تتصرف على هذا المنوال عن قصد فاتك تخطئ وتستهزئ بالله .

تقدّم من الاعتراف بإيمان وصدق وكنّ على يقين أن محبة المصلوب سوف تقبلتك وتحركك من الثقل الذي عندك، لأنه يقول

"تعالوا إلي يا جميع المتعبين والثقيلي الأحمال وأنا أريحكم ."
-أنت والله :

- ✠ هل تؤمن بالله؟ بالثالوث الأقدس؟ بألوهية المسيح والروح القدس؟ هل تؤمن بالكنيسة وبأسرارها؟ بوجود الفردوس والهلاك؟
- ✠ هل لديك ثقة بنفسك دائماً؟ هل تؤمن بعناية الله خاصة في المراحل الصعبة من حياتك؟ أو أنك تياأس وتبرهن عن ضعف في الإيمان؟
- ✠ هل حصل وتذمرت أمام الله في الشدائد، في الأمراض أو في التجارب، فأضعت من جراء ذلك إيمانك وشجاعتك؟
- ✠ هل تؤمن بالتبصير والمندل، بالتنجيم والسحرة، بالمكتوب وتبصير القهوة؟ هل دفعت آخرين ليلتجنوا إلى مثل هذه الطرق؟
- ✠ هل تؤمن بالأفكار المسيقة والشعوذات وتعتبر من العلامات السيئة ارتجاج الأخشاب، رنين الأذنين، عويل الكلاب، الالتقاء بكاهن؟... الخ .
- ✠ هل تعتمد على الحظ والنصيب؟
- ✠ هل تصلي صباحاً ومساءً وعلى المائدة؟ هل تخجل من رسم إشارة الصليب أمام الآخرين، مثلاً في مطعم أو أثناء مرورك بكنيسة؟
- ✠ هل تقرأ الكتاب المقدس أو كتباً روحية أخرى؟
- ✠ هل تذهب كل أحد إلى الكنيسة وفي الأعياد؟
- ✠ هل تتابع القداس الإلهي من البداية حتى النهاية، أو أنك تدخل متأخراً وتخرج قبل النهاية؟
- ✠ هل تحتشم في لباسك، خاصة عند ذهابك إلى الكنيسة؟ هل تنتبه إلى عدم الضحك وعدم مناقشة الآخرين في الكنيسة حتى ولو أثناء إتمام سر المعمودية أو الزواج؟
- ✠ هل حدثت ومنعت أنت وزوجتك أو أولادك أو معارفك من المجيء إلى الكنيسة؟
- ✠ هل تتناول بانتظام أو أنك تتناول مرة كل سنة وبدون اعتراف؟
- ✠ هل تحلف بدون سبب أو تكذب على قسم أعطيتة؟
- ✠ هل جدفت على اسم المسيح، العذراء أو القديسين؟
- ✠ هل تصوم، في حالة عدم وجود عائق صحي، الأربعاء والجمعة وفي الأصوام المقدسة؟
- ✠ هل حدثت ورميت خارجاً كتباً مقدسة في أماكن قذرة؟



-مع نفسك:

- ✚ هل أنت متعلق بالمادة وبالخيرات الأرضية؟
- ✚ هل أنت محب للمال؟ هل عندك طمع؟
- ✚ هل أنت مبذر؟ هل تؤمن بأن كل ما يفيض عنك يخص الفقراء؟
- ✚ هل عندك حب العظمة؟
- ✚ هل تتفخر بعطائك من لباس، مال، نجاح، ومن علامات ابنك؟
- ✚ هل تفتش عن مديح الناس ومجدهم؟
- ✚ هل تتقبل المديح بسرور وتتنظر من الغير أن يتملكك ويقول أن أفضل منك لا يوجد؟
- ✚ هل تضطرب عندما يكتشفون أخطاءك وهل تتذمر عندما يوبخك رؤساؤك؟
- ✚ هل أنت عنيد، مدعي، أناني، متكبر ومتفرد؟ (انتبه إلى خطاياك لأن معالجتها صعبة)
- ✚ هل تلعب بالورق، حتى بدون مال، مع عائلتك أو أصحابك لكي تقتل الوقت كما يقول البعض؟
- ✚ هل دئست جسديك بخطايا جسدية وكذلك نفسك؟
- ✚ هل تتابع مشاهد رذيلة على التلفزيون أو في السينما أو في الفيديو؟
- ✚ هل تطالع كتباً أو مجلات لا أخلاقية؟
- ✚ هل فكرت مرة بالانتحار؟
- ✚ هل أنت عبد لبطنك؟
- ✚ هل أنت كسول، متهامل، بليغ؟
- ✚ هل تتفوه بكلمات غير لائقة، عدائية، شتائم إما للسخرية أو للشتم أو للاستخفاف بالآخرين؟
- ✚ هل عندك روح التضحية؟
- ✚ هل تطرد من فكرك الأفكار السيئة التي تأتي لتدنس قلبك؟
- ✚ هل تنتبه لنظراتك حتى لا تنجذب وراء الصور أو الوجوه المغرية؟
- ✚ هل تنتبه لأذنك ولسمعك؟
- ✚ هل تحتشم في لباسك؟ إن كنت امرأة هل ترتدين ألبسة رجالية أو لباساً مغرباً يسبب الشك خاصة في أماكن مقدسة؟
- ✚ وإن كنت رجلاً هل تسعى وراء حب الظهور؟
- ✚ هل ترقص في أماكن رذيلة؟ أو تغني أو تسمع أغاني طائشة؟
- ✚ هل تسكر؟
- ✚ هل تدخن (ياسراف)؟ إن التدخين يفسد صحتك ويعتبر رذيلة! !

-للمتزوجين:

- ✚ هل تحافظون على الإيمان الزوجي؟ إنه لرهيب على أحد الزوجين أن يتطلع إلى علاقات تنافي الزواج المقدس !
- ✚ هل أحزن أحد الزوجين الآخر أمام الآخرين أو على انفراد؟
- ✚ ربما لا يحتمل الواحد ضعفات الآخر، هل تظهرون قساوة؟
- ✚ هل تسمح لقرينتك أن تتبع الموضة أو أي مظهر منافي لشريعة الله؟ وهل يدفع أحد الزوجين الآخر لحياة اللهو والسلوى واتباع عادات العالم المؤذية؟
- ✚ هل تفكر بالجهاد الواجب أن يقوم به كل من الزوجين إن كان خارج البيت أو داخله من أجل أن يريح الواحد الآخر نفسياً وجسدياً؟
- ✚ هل تتطرف في علاقاتك الزوجية؟ هل تحترم الإمساك في أيام الأحاد والأعياد والأصوام؟
- ✚ هل يمنع الواحد الآخر من الذهاب إلى الكنيسة أو إلى الاجتماعات الدينية؟
- ✚ هل تربون أولادكم على ناموس الرب ووصاياه؟ هل تهتمون فقط بثقافتهم دون أن تكثرثوا إلى نوعية شخصيتهم؟
- ✚ هل تقودون الأولاد إلى الكنيسة، إلى الاعتراف، إلى المناولة، إلى التعليم الديني؟ هل تربونهم بكلام الفضيلة ويعملها؟ بالصلاة صباحاً ومساءً وعلى المائدة بانتباه وتقوى؟
- ✚ هل تنتهبون إلى مطالعاتهم؟ هل تهدونهم إلى الكتب الروحية؟
- ✚ هل تنتهبون إلى نوعية أصدقائهم؟
- ✚ هل تدفعونهم إلى رؤية مشاهد خلاعة، أو تسمحون لهم برؤية التلفزيون بصورة غير محدودة؟
- ✚ هل تعلموهم التواضع واللباس المحتشم؟
- ✚ هل تلغونهم عندما يعذبونكم؟ أو ترسلونهم إلى الشيطان؟

- هل تقدمون على الإجهاض وتتحاشون إنجاب الأولاد؟ †
- هل ظلمتم الأولاد عند توزيع الميراث؟ †
- هل أنتم مقصرون في تغذية أولادكم، في تعليمهم، في تربيتهم عامة وحضوركم معهم؟ †
- هل توبخونهم وتزودونهم بكلمات غير لائقة؟ †
- هل يحترم كل واحد أهل الجانب الآخر؟ هل يتدخل الأهل في حياتكم الزوجية ويخلقون لكم متاعب؟ †
- هل تتدخلون في عائلة ولدكم؟ †
- هل يجدف الواحد؟ عندها ليجتهد كل واحد أن يضبط نفسه ويقطع عنه كل كلام تجديف †