

قطع رأس يوحنا المعمدان.

بقلم المعلم الانطاكي الشماس

اسبيرو جبور

يوحنا المعمدان هو شخصيةٌ إستثنائيةٌ في العهد القديم. الربُّ يسوع قالَ فيه إنه أعظم مواليد النساء ولكن يسوع طبعاً هو أعظمُ منه. ورجال العهد الجديد في رأيِ الذهبيِّ الفم هم أعظم من أبرار العهد القديم. فبولس هو أعظم من يوحنا وإبراهيم وإسحق ويعقوب ...

يوحنا رجلٌ عظيمٌ حقاً. منذ طفولته عاشَ في الصحراء يأكلُ العسلَ البرِّي والجراد ويلبسُ لباساً خشيناً. كيف كان يقضي وقته اذن؟ في الصلاة والمطالعة. كان يعرف طبعاً العهد القديم، فهو مُرسلٌ من قِبَل الله وهو نبيٌّ عظيم. شَهِدَ ليسوع قبل أن يراه، وبعد أن رآه إعتَرَفَ بأنه ابن الله فقال: " أنا لا استحقُّ أن أمسِكَ حذاءه ". تواضعه جَمٌّ، إنخاؤه أمام يسوع عظيمٌ جداً ووداعته عظيمة. هو واعظٌ مشهورٌ. وبَخَ الخطاة والأئمة وأعاد كثيرين منهم فعصى عليه الفريسيون الحسدون الغيرون أسياد الناموس وأكبر مخالفين للناموس.

ظهرَ يسوع في برية الأردن في منطقةٍ تقع شرقَ نهر الأردن مقابل أريحا. هذه القطعة هي تابعةٌ لهيرودوس رئيس الربع الشمالي. هيرودس وأبناؤه كانوا عملاء للسلطة الرومانية ولم يكونوا يهوداً، فهيرودس هو آدميٌّ. تزوجَ عدَّة نساءٍ وله أولادٌ عديدون منهم. سافر هيرودس الى روما وانتزع هيرودياً من زوجها فيليُّس أخيه فراققهُوا بنتها الى الجليل.

كان هيرودس يحترم يوحنا ويستشيرُه أحياناً، وأحياناً أخرى كان يحميه. إنما يوحنا المعمدان كان يوبّخ هيرودس ويقول له ان عمَلُه غيرَ جائزٍ بانتزاعِ زوجةِ اخيه بهذه الصورة الشائقة وأخاهُ على قيد الحياة . أقام هيرودس مأدبةً فاخرةً في عيد ميلاده حضرَها أركان ووجُهَاءُ منطقة الجليل. أثناء الإحتفال رقصت ابنةُ هيروديا رقصَةً أعجبتُ هيرودوس فأقسمَ هذا الأخير يميناً باطلةً بلعطائها ما تشاء ولو نصف مملكته. والفاجراتُ قويّاتٌ وخالياتٌ من خوف الله. كانت هيرودياً مسيطرةً على ابنتها. ذهبت ابنتها اليها تستشيرُها، فقللت لها هيروديا أن تطلب رأسَ يوحنا المعمدان على طبقٍ. حزنَ هيرودس ولكنهُ وقعَ في حيرةٍ لا يستطيع ان يتملّص من وعده ويمينه أمام الحضور، فأمرَ السيّافَ بقطع رأسِ يوحنا والإتيان به على طبقٍ. جاء الرأس على الطبق فدفعه الى الراقصة ابنة الفلتانة والداعرات يلدن الفاجرات.

القديس يوحنا فم الذهب طعنَ مراراً عديدةً وبقوّة في المآذب في الرقص وفي المسارح لأن هذه كلّها تحركُ الغرائز. الخمر تُفقدُ الإنسان الوعي ليعيش اللاوعي فيه. وماذا في اللاوعي؟ غرائزٌ شيطانيّة. الشيطان يستيقظ. الخمر ولدائد المآكل تُحركُ شيطانَ الإنسان، تُحركُ غرائزه وتُحركُ الجسد ليحاربَ الروح ولينحرَ الروح.

بولس الرسول علّمنا في غلاطية 17/5-22 أن هناك حرباً: " فإنّ الجسد يشتهي ما يُخالفُ الروحَ والروح تشتهي ما يُخالفُ الجسد: كلاهما يُقاومُ الآخر". بولس علّمنا السيطرة على الجسد.

يوحنا المعمدان علّمنا قمع الجسد. يوحنا هو من خيرة الناس الذين سيطروا على الجسد فاقتات العسل البرّي والجراد. وفي المنطقة نفسها غالباً نسكت مريم المصرية سبعاً وأربعين عاماً.

النسكُ فضيلةٌ مسيحيةٌ بامتياز لأنه يجعل الروحَ تسيطر على الجسد ويجعل إرادة الإنسان قويّةً وشخصيّةً الإنسان قويّةً. هل كان أنطونيوس الكبير وسمعان العامودي ودانيال العامودي وسواهم من النسك وهل كان سيرافيم ساروفسكي ونسك جبل آثوس وسواهم من مشاهير النسك وآباء البرية ضُعفاء

الشخصية؟ ألم يكونوا جبابرة التاريخ بسيطرتهم على أنفسهم وعلى أجسادهم وأفكارهم وأقوالهم وأفعالهم وعلى كل كياناتهم؟ هل خافوا من الملوك ومن الرؤساء والسلطات؟ أما كان سمعان العامودي قبلة أنظار العالم المسيحي من جهة، والفارسي من جهة أخرى؟ أما تقاطر الناس اليه من الغرب ومن الشرق؟ أما كانت سيطرته على الجماهير التي تؤم عاموده قوية جداً؟

النسك خير وسيلة ليصبح الإنسان ذا إرادة قوية وذا شخصية بارزة ومتينة. النسك يهيئ على الجسد وعلى أهواء الجسد فيطعم الجسد ما يشاء ويحرك الجسد كما يشاء. النسك وعلى الأخص منهم العاموديون جعلوا الجسد مطية الروح. سيطروا على حركات الجسد وشهواته وأهوائه فسيروه كما شاؤوا. لجموا الأهواء الجسدية وليس فقط لجموها بل في النهاية أنزلوها الى حد الغياب.

السيطرة على أهواء الجسد ورغباته وشهواته مهمة جداً من الناحية الروحية. لا يمكن للإنسان ان يكون روحياً حقيقياً وجسده حي، أي حي بشهواته. علمنا العهد الجديد أن المستسلمين لشهواتهم الجسدية لا يدخلون ملكوت السموات. فلا الزناة ولا السكيرون ولا عبدة البطن يدخلون ملكوت السموات. ولذلك، فلكنيسة الأرثوذكسية متمسكة جداً بالأصوام، وأصوام الارثوذكس كثيرة جداً لأن الصوم هو الوسيلة الممتازة للجم أهواء الجسد، لقمع أهواء الجسد، للسيطرة على أهواء الجسد ولتحويل أشواق الجسد الى شوق إلهي. فأهل المفاسد الجسدية لا يستطيعون ان يكونوا ذوي شوق إلهي.

يوحنا السلمي علمنا ان نطرد شوقاً بشوق. أي بالشوق الى الله نطرد الشوق الى الزنى والشراهة في الطعام والشراب. السكيرون يفسدون أجسادهم ويغيبون عن الوعي فتتبعش فيهم أهواء الجسد. والغيوبة عن الوعي هي غيوبة عن الوجود الحقيقي.

هؤلاء اذن، يعيشون خارج التاريخ بطالون ويتحولون الى شحادين. إن عرض عليهم المرء الطعام والخمر، فضلوا الخمر على الطعام. يُسممون روحهم وجسدهم بالخمر ويعيشون خارج المجتمع

الحقيقي. لا علاقات إجتماعية لهم، لا يعيشون مع البشر وليسوا بشراً، فَهْمٌ قد تحوّلوا نسبياً الى حيوانات. لا همومَ روحيةً لديهم ولا همومَ دينيةً. لا يهتمّون بما يهتمُّ به باقي الناس. يغيبون عن الوجود حقيقةً كأنهم غير موجودين على الأرض، لا بل إن وجودهم على الأرض هو عائلة كبيرة على الناس. هم أعداءٌ للمجتمع البشري الحقيقي لا بعدوانيتهم الظاهرة، بل بسلوكهم غير الطبيعي، غير المنطقي وغير العادي. غيبوئتهم عن الواقع تجعلهم كالجماد وتجعلهم أردأً من الجماد. الباطنون الذين يحشون بطونهم بالطعام لا يُشبهون الحيوانات بل ذهبوا أشواطاً بعيدةً عنها. الحمام متى شَبِعَ اقتنعَ والبطن لا يقتنع. هؤلاء المتقاعصون لا يمكنهم ان يكونوا حارّين في الصلاة ولا في العمل ولا في العمل الصالح. هم مُنطَوون على أنفسهم ومهتمّون بأنفسهم. بطنهم إلههم كما قال أشعيا وكرّر ذلك بولس الرسول. بطنهم إلههم! هذا أمرٌ خطيرٌ جداً. هم قومٌ تركوا عبادةَ الله وعبدوا بطونهم. ويسوع علّمنا أننا لا نستطيع ان نعبدَ ربَّين.

الشراهة ليست محدودةً بالطعام. فقد تكون شراهةً الى أمور هذه الدنيا المتنوعة من مال وفحشاء ومقتنيات وخمر وقمار وأيُّ شيءٍ آخر.... الإنسان عبدٌ لما يشتهي. إن اشتهى الطعام كان عبداً للطعام. إن اشتهى المال كان عبداً للمال. إن اشتهى المقتنيات كان عبداً للمقتنيات. وإن اشتهى الفحشاء كان عبداً للفحش. ولكن إن اشتهى الله صار عبداً لله.

الجمعُ بين الأمرين مستحيلٌ. نهايةُ الفاحشين والسكّيرين هي جهنّم. ولكن، هل يرتدع أهلُ الفحش والخمر ويتوبون؟ الأمرُ عسيرٌ. هو ممكنٌ، ولكنه عسيرٌ فهو لاء هم غائبون عن الوعي.

طعنُ يوحنا ذهبي الفم في الولائم والمآدب والمسرح مصيبٌ جداً لأن كلُّ هذا يغذّي الغرائز الجسدية ويغذّي الجسد على حساب الروح. كلُّ هذا يُميتُ الروح.

حتى الذهن أي النوس باليونانية ينحرف وراء الجسد. والنوس لدى باسيليوس الكبير هو عين النفس وعين النفس تُصابُ بالانتحار، والذهن فينا هو الذي يُعابن الله. هذا العنصر الروحاني المهم يُصابُ بالانتحار. فذلك من الناحية المسيحية، أهلُ الفحشاء والسكّيون ينتهون في جهنم.

في عيد ميلاد هيرودس تمّ قطع رأس يوحنا المعمدان. لا غرابة في ذلك لأنّ الخمر والطعام ينحران القوى العاقلة والروحية فيفقد الإنسان الوعي. الوعي يكبح جماح الأهواء والغرائز والإنفجارات اللاشعورية. الخمر تُعيّب الإنسان عن الوعي فينفجر ما هو مكبوت فيه: إن كان يلجم نفسه لئلا يرتكب القتل، الخمر تفجر الأمر فيرتكب القتل. وإذلك فللمسيحية ثلج على النّسك وعلى ضبط النفس وعلى السيطرة على النفس وعلى أهوائها.

في رومية 13 علمنا بولس الرسول أن لا نطيع الجسد لقضاء شهواته. طالبنا الرسول بأن نعصو على الجسد وأن نعصو على شهوات الجسد. يوحنا الإنجيلي في رسالته علمنا كذلك أن نعصو على الجسد وعلى العالم. وماذا في العالم؟ الشهوات.

كيف عاش النّسك في البراري بكمية قليلة جداً من الطعام؟ عاشوا بسبب قوة إرادتهم وسيطرة الروح على الجسد. فإذن، لا يحتاج الجسد إلى الكمية الكبيرة من الطعام التي يتناولها الناس.

بولس الرسول علمنا في أفسس "ولا تسكروا بالخمر الذي فيه الدعارة وإمتلؤا من الروح أي الروح القدس". علمنا أنّ الجسد للرب لا للزنى والدعارة. علمنا ان أعضاءنا هي أعضاء المسيح فعلينا اذن أن نحافظ على أعضاء المسيح شريفةً طاهرةً نقيّةً. وفي صلواتنا نقول: طهرنا من كلّ دنس بشرة وروح، هذا ما علمه بولس في كورنثوس الثانية. علينا ان نتطهر من أدناس الجسد والروح بمخافة الله، ومخافة الله سيف قطع الشهوات الجسدية ويلجم الجسد كما يجب.

طبعاً الطفل الصغير جداً هو جسدٌ أكثر مما هو روحٌ. الروحُ تظهرُ شيئاً فشيئاً. فإذا البداية تكون جسديّ ويبقى ان يُربّي الناس أولادهم تربيةً تلجُمُ الجسد. الهوسُ بالجسد موجود. فهناك مهووسون بالطعام وهناك مهووسون بالخمير وهناك مهووسون بالسحائر والنجيلة وهناك مهووسون بالقهوة والشاي والعصير وهناك مهووسون بالشوكولا والحلويات، وهناك مهووسون يأكلون في الليل وفي النهار. أليس هذا فقداناً تاماً للسيطرة على الذات؟ قصّةُ الإبن الشاطر في إنجيل لوقا معلومة، فالإبن الشاطر تمرّغ بالشهوات الجسديّة حتى آخر حدّ فغاب عن الوعي الحقيقي وعاش للغرائز والإغراء والشهوات.

ما الفرقُ بين هؤلاء المهووسون وبين الحيوان؟ الحيوان قنوع جداً بالنسبة إليهم. إن قابِلنا الحيوانات بالبشر الأشرار كان الفرقُ شاسعاً جداً فلخطر كلِّ الخطر يكمن في البشر الأشرار لا في الحيوانات. ينحدرُ الإنسان بالفحشاء والعبادة للطنن الى مستوى أدنى من مستوى الحيوانات، فيفقدُ شكله الانساني ليصير أدنى من الحيوان.

مصيرنا على الأرض مأساويّ. نستطيع ان نترل الى جحيم الخطايا وان نصعد الى سماء الفضائل. نستطيع ان نتنقل بين الضدّين المتباعدين بعد السماء عن الارض. نستطيع ان نتنقل من هذا التطرّف الى ذاك التطرّف، من أقصى اليمين الى أقصى الشمال. لا يستطيع الحيوان ذلك لأن الحيوان محدود. ندرس الحيوانات فنعرف طباع كلِّ من الحيوانات أما الإنسان كما كتب غريغوريوس اللاهوتي فهو يجمع كل طباع الحيوانات مضروبةً بالتطرّف. هل يستطيع أيُّ حيوانٍ أن يشرب "قنيرة عرق"؟ وهل تستطيع الحيوانات العرق؟ هناك من يأكل نصف حروف محشي فلين يضع هذا الطعام؟

لذلك فالحياةُ الروحية محفوفةٌ بالأخطار. ليس الجسدُ بحدّ ذاته شيئاً سلبياً، السليُّ هو في شهواته. إن سيطرنا على شهواته جعلناه أداة للخير. نرى أن جسد يسوع المسيح على جبل التجلي تبدّل وصار

وجهُهُ كالشمس واطحرق النور ثبابهُ. فإذن، الجسدُ هو قابلٌ لأن يتحلَّى وأن يمتلئ من أنوار الثالث القدوس.

لا يُتمُّ هذا إلا إذا إمتلأتُ الروح نفسُها من الروح القدس. الروح القدس الذي يشعُّ في أرواحنا يُشعُّ في أجسادنا. وفي القيامة العامة ستكون أجساد القديسين لامعة فتشترك في النور الإلهي. ولكن كيف يكون هذا؟ يكون هذا منذ الأرض. إن امتلأنا هنا روحاً وجسداً من الروح القدس، كنّا في الآخرة ممتلئين من أنوار الثالث القدوس. ولذلك فدعوة المسيح على الأرض هي أن يقتني الإنسان الروح القدس في روحه وجسده بدلاً من اقتناء التفاهات، وكلمة تفاهات تعني الكثير. ليس هناك من حلّ ثالث: إما أن تعيش في يسوع المسيح وإما أن تعيش في جهنم.

جسدنا هو قابلٌ لأن يكون مسكناً للروح القدس ومسكناً لجهنم. منذ الأرض نحنُ ومنذ الآن نحنُ بين قطبين متناقضين هما: جهنم والمجد الابدي. والإنسان يُراوحُ بين القطبين وحياتنا مكوكٌ بين القطبين. لا نستطيع أن نتخلص من الجسد إلا بالموت. وقبل لحظة الموت حياتنا تبقى مكوكاً. الجسدُ يجرفنا الى الأرض بشهوته أمّا الروح فتشتاقُ الى الله. الحربُ بينهما عوان والمنتصر هو الذي يفوزُ بملكوت السماوات. لا يمكن ان يعيش المرء لله ولجسده. عليه منذ الأرض أن يختار بين الله والعالم. الأمر واضحٌ في العهد الجديد: لا نستطيع ان نعبد الله والعالم. ويسوع طلبَ مِنّا أن نصلبَ أنفسنا وأن نكفرَ بالعالم وبذواتنا.

ليس من حدٍّ وسَطٍ في المسيحية: إما أن توافقَ المسيح وإما أن توافقَ الشيطان. أذن، على الإنسان المسيحي أن يكون جباراً، أن يكون بطلاً نادراً ليختار الله ويرفض العالم. المسيحية بطوليةٌ روحيةٌ طبعاً لا بطولة الزعران والسفّاكين. هي بطولة روحيةٌ يؤيِّدها الروح القدس لنتصر على خصمنا الكبير أي

شهواتِ الجسد. والبطولة تحتاج الى الحزم والعزم والإرادة الفولاذية، فمن أين نأتي بالإرادة الفولاذية ونحن نزحف على بطوننا كالحيات؟

متى نَقِفُ على أرجلنا ونرفع رؤوسنا الى السماء لننتقل بأرواحنا من الأرض الى السماء؟ كلُّ هذا يتطلَّب إرادةً فولاذية والذين يعتذرون هم ضعفاء الإرادة، والذين يترددون هم ضعفاء الإرادة، والذين يدافعون عن أنفسهم هم ضعفاء الإرادة. المريضُ بمرضٍ فتاكٍ يصيرُ قديساً، وأعرف عدداً من مرضى السرطان الذين ماتوا قديسين. أعرف امرأة ماتت وهي تقول: "يا يسوع يا عذراء" لم يخرج من فمها حرفٌ واحد من التذمُّر، كل كلامها كان "يا يسوع يا عذراء". المصابهن بِلأمراض المستعصية يصيرون قديسين والذين هم غيرُ مصابين ينتحلون لأنفسهم ملايين الأعذار ليتخلصوا من يسوع المسيح.

في وليمةٍ فخمةٍ ارتكبَ هيرودس جريمةً كبيرةً فقطعَ رأسَ يوحنا المعمدان. وفي هذه الأيام يحتفل الناس بأعياد ميلادهم وبأعياد ميلاد أطفالهم ويُنفقون الثروات على هذه الموائد وهذه الإحتفالات الباطلة بينما هناك أناسٌ جائعون وهناك مرضى يموتون لأنهم لا يملكون المال اللازم للتداوي. هناك دور للأيتام والعجزة والمعوقين وسوى ذلك، من يهتمُّ بهم؟

نحتفل بعيد الميلاد، وما هو عيد الميلاد؟ نولِّدُ للأرض. أمُّنا بنتُ آدم وحواء فإذاً آدم وحواء يلدانا. المعمودية هي الولادة الحقيقية نولِّدُ فيها للمسيح وفي المسيح. أما عيد الميلاد الجسدي فهو عيدٌ جسديٌّ. عيدنا الحقيقي وميلادنا الحقيقي هو يومنا في المعمودية وعيد القديس الذي نُسمِّي به في المعمودية. هذا العيدُ لا نحتفل به بالتخممة بالويسكي والعرق، إنما نحتفل به بالصلاة والتقوى وبتوزيع الحسنات على المؤسسات والجمعيات الخيرية وعلى المساكين.

من يلتفت الى الفقراء ومن يهتمُّ بهم؟ أين الجمعيات التي تُحصي العائلات المحتاجة الى المعونة والمحتاجة الى التداوي؟ الطعام والشراب والتلذذُ يَحْيِي قلب الإنسان وقساوة القلب هو مرضُ الأمراض. المتوحِّش في

الطعام والشراب والتلذذ لا يحسُّ بالآخرين، فإحساسه محصورٌ بذاته وهو أنانيٌّ كبيرٌ جداً. هو خلاصةُ الأنانية. والأناني ليس بإنسانيٍّ لأنَّه متمركزٌ على ذاته وهو عبدٌ لذاته ولشهواته. إن أردنا أن نُحللَ نفسيَّةَ هؤلاء إقتضى الأمرُ كتاباً فهؤلاء فقدوا كلَّ قدرةٍ على السيطرة على أنفسهم. هم أناسٌ عبيدٌ تجلدهم شهواتهم، تخنقهم شهواتهم.

العبدُ كان يُضربُ بالعصا والسوط. روحياً، سوط الشهوات أخطر من السوط العادي لأنَّ سوط الشهوات هو بيدِ الشيطان والسوط العادي هو بيدِ سيِّدٍ ظالم. الشيطان أظلم من الإنسان وهو معلِّمُ الظلم الحقيقيِّ. لذلك علينا ان نتعلَّم من اغتيال يوحنا المعمدان وبالإمتناع عن الإحتفال بعيد الميلاد لنُخصِّصَ الأموال المنفقَّة على تلك الأعياد للمؤسسات الخيرية وللفقراء.

على أرباب الإمكانات الماديَّة ان يُحوِّلوا قلوبهم القاسية الى قلوبٍ رقيقة، وفي العامية نقول: "الشبعان يفتُّ للجوعان"، هذا خطرٌ كبير.

القديس يوحنا الرحيم كان يدعو الفقراء أسياده. المطران بولس بندلي رحمةُ الله تبرِّع حتى بجذائه وهو من مشاهير أيماننا في السخاء ومحبَّة الفقراء. ما المعنى من أن يكون لدينا عشرات الألوف من أمثاله؟ إنه الشحُّ والبخل، إنه عبادة المال، عبادة المقتنيات، عبادة الذات، انه الكفر بالله. البخل والشح وعبادة الطعام والشراب والجسد... هو كفرٌ حقيقيٌّ بالله.

ليس الكُفر فقط عقلياً بل في طيطوس 16/1 هو أيضاً كفرٌ بالأعمال. من يقول "أنا أو من بالله" ولا يشفق على المعدمين فهذا لا يؤمن بالله. الإيمان بالله يتجلَّى في الشفقة على الآخرين وفي مشاركة الآخرين. بولس الرسول علَّمنا في رومية 12 ان نُشارك الآخرين أفراحهم وأتراحهم لنُطعم أعداءنا ونسقيهم. علَّمنا العهد الجديد بذل الذات من أجل الآخرين. أمَّا الذين لا يُنفقون من أموالهم على المحتاجين فهم قومٌ انطؤوا على أنفسهم وعبدوا ذاتهم بدلاً أن يعبدوا الله.

العِبادة الحقيقية لله هي في العطاء وفي السخاء. البخل والشح مرصان عضالان يُخرّبان إنسانية الإنسان. كلُّ الخطايا سوسة تنخرُ كياننا روحياً وجسدياً، والبخلُ والشحُّ هما من أخطر الخطايا. البخل الشحيح بلا قلب هو الإنسان الذي لا قلب له، لا دين له، ولا إله له. البذل، السخاء والعطاء هي خصالٌ إلهية. يسوع بذل ذاته من أجلنا وعلينا ان نبذل ذواتنا مثله من أجل الآخرين. كلُّ من لا يبسط يده إلى الآخرين فهو يرتكب خطيئةً كبيرة.

الآخر هو الهدف! فلن أردت ان تعبد الله فاعبده في الآخرين. آباء البرية كانوا يعتبرون أن المسيح قد زارهم في الضيوف وهذا لا يجوز ان يكون وفقاً على آباء البرية الرهبان بل يجب ان يصير طباعاً في كلِّ إنسان فيفتح صدره للآخرين.

اذن، علينا أن نعبد يسوع المسيح في الآخر وعلى الأخص في الفقراء والمحتاجين والمرضى. في الفصل 25 من إنجيل متى العظيم نرى يسوع يحاسب الناس على عنايتهم بالفقراء والمساكين والمرضى والعراة والمساكين وسواهم، فهو يحاسبنا على الرحمة. إن صنعت رحمةً فستجد لدى الله رحمةً أعظم، وإن لم تصنع في الأرض رحمةً فلن تجد في الآخرة الاله الرحيم.

الرحمة، الرحمة إذن بدلاً من هذه الأعياد الباطلة وبدلاً من هذه الإحتفالات الباطلة التي لا يحيا فيها إلا الجسد بينما تموت فيها الروح. وعلينا نحن أن نُميتَ الجسد وأعماله لتحيا فينا الروح ونمتلى من الروح القدس له المجد والإكرام والسجود مع الآب والرب يسوع إلى أبد الأبدين ودهر الدهرين آمين.

أيها الرب يسوع المسيح أعطنا القوة اللازمة لنكون في حياتنا مهتدين بيوحنا المعمدان لا بالعائشين في الجسد. ربّي يسوع المسيح أغرس يوحنا المعمدان في قلوبنا لنعيش مثله في القناعة وضبط النفس والسيطرة على الذات بشفاعة السيدة وجميع القديسين، آمين. أيها الرب يسوع المسيح إرحمنا وخلصنا آمين.