

سينودوس ٢٠٢٣

التميز الروحي





ما هو التمييز الروحيّ؟

"كيف نعرف إذا شيء ما يأتي من الروح القدس
أم إن كان مصدره روح العالم أو روح الشيطان؟
الوسيلة الوحيدة هي التمييز."

(البابا فرنسيس، افرحوا وابتهجوا، رقم ١٦٦)



ما هو التمييز الروحيّ؟

التمييز هو الخروج من الخلط،

أي الفصل بين ما هو دعوة من الله وما هو إغواء أو تجربة

التمييز مسيرة شخصيّة بها يجيب الإنسان على السؤال التالي:

"كيف أتصرّف بحياتي لتكون جواب حبّ على حبّ الله؟"

ليس لهذا السؤال من إجابة مسبقة، ولا يستطيع واحد أن يجيب في مكان الآخر



الانتباه إلى القلب

كيف نميّز الأصوات المختلفة التي تتردد في داخلنا؟

من خلال تأثيرها!

نحن كائنات تتأثر بالكلمات

التمييز الروحيّ يساعدني على معرفة مصدر الكلمات التي أتلّقها، بحسب تأثيرها

لهذا يقوم التمييز الروحيّ على الانتباه إلى ما يحدث في الشعور من تغيير حين أوجّه تفكيري نحو المسألة التي أميّزها.

أحتاج خصوصًا إلى تمييز تأثير كلمة الله وتأثير كلمات المجرب.



التأثيرات الروحية

تأثير كلمات المجرب

- تُنسي الإنسان قيمته
- تثير الخوف والقلق
- تسبب الاضطراب وتقود إلى الانقسام
- تدعو إلى تفضيل الخير الخاص على العام

تأثير كلمة الله

- تُعطي الشعور بأني مقبول أما الله
- تعطي الشجاعة
- تمنح السلام وتدعو إلى المصالحة
- تحبّ الخير العام أكثر من الخير الخاص

أَمَّا تَمَرُّ الرُّوحِ فَهُوَ الْمَحَبَّةُ وَالْفَرَحُ وَالسَّلَامُ وَالصَّبْرُ وَاللُّطْفُ وَكَرَمُ الْأَخْلَاقِ
وَالْإِيمَانُ
(غلاطية ٥: ٢٢)

المحبةُ تصبر، المحبةُ تخدم، ولا تحسدُ ولا تنباهي ولا تنتفخُ من الكبرياء
(١ كورنثس ١٣: ٤)



التأثيرات الروحية

هذا لا يعني أنّ كلّ فكرة "تريحني" هي من الله
وأنّ كلّ فكرة تزعجني هي من المجرّب
بل تعني أنّي حين أطلب أن أعمل بمشيئة الله
وبالتالي بأن أتخلّى عن أفكاري المسبقة
روح الربّ يؤيّد مسيرتي وروح المجرّب يعرقلها

لهذا عليّ أن أعدّ نفسي للتمييز الروحيّ
لئلاّ أنسب إلى الله ما هو بالحقيقة شعوريّ أنا

إعداد النفس للتمييز الروحيّ

الله أوّلاً

من أراد أن يعمل بمشيئة الله يسمح لله أن يقوده إلى حيث لم يتوقع، وهذا يتطلب انفتاحاً على الجديد وحرية داخلية تجاه الأفضليّات الحاضرة.

حبّ الحقيقة

من أراد أن يعمل بمشيئة الله يعرف أنّ قلبه ليس حرّاً تماماً من تعلّقات خاصّة وأفكار خاصّة، ولكنّه لا يريد أن يساوم مع تعلّقاته على حساب ما يكشفه الله له على أنّه الأفضل.

الانتباه إلى القلب

من أراد أن يعمل بمشيئة الله لا يسمح لنفسه أن ينصرف فكريّاً أو عاطفيّاً بأراء وبأشخاص وبحركات جماعيّة، بل يقف أمام الله في الصلاة ويمتحن شعوره، هل يصل إلى سلام ثابت يقوده إلى حبّ المسيح وما هو للمسيح؟

الصلاة

ألفة الله في الصلاة هي التي تجعلنا نشعر في العمق ما الذي يوافق مشيئة الله وما الذي لا يتوافق معها.



التعزية والتجربة

التعزية الروحية

- أحياناً نجد الصلاة بسهولة، أي نشعر بالحبّ الإلهيّ يحيط بنا، وتنمو فينا الرغبة في تسبيح الله وخدمته
- في تلك الأوقات، نشعر بحرارة الحبّ الإلهيّ الذي يحرّرننا من مخاوفنا أو تعلّقاتنا ويدفعنا إلى سخاء كبير والتزام ثابت
- قد يأتي هذا الشعور بغزارة أو لا، وقد يستمرّ أيّاماً أو بضع لحظات، ولكنه يجعلنا قادرين أن نميّز صوت الله من إغواء العالم

التجربة الروحية

- أحياناً لا نعود نجد الصلاة بسهولة، ونشعر أنّ لا فائدة من صلاتنا ولا معنى من تمييزنا، ويميل قلبنا إلى ما هو رخيص ولا خصوبة له.
- في تلك الأوقات، نشعر بالفراغ وبالانفصال عن الله، ونتلقّى أفكاراً هدامة. علينا أن نقاومها.
- في وقت التجربة، مهمّ ألاّ نندفع في قرارات أو مواقف نهائية لأنّها لا تأتي من الله. بل علينا أن نثبت في مكاننا إلى أن نتخطّى المرحلة.
- أحياناً تعني التجربة أنّنا نتلقّى فكرة لا تأتي من الله، وأحياناً تعني أنّنا نقاوم فكرة تأتي من الله. في الحالتين نسعى إلى أن نستعيد السلام في الصلاة، لكي نميّز بشكل أفضل.





التعزية الثابتة والتعزية غير المستقرّة

التعزية غير المستقرّة

التعزية الثابتة

- أحيانًا نتحمّس لفكرة معيّنة أو لمشروع، لأنّه يعطي شعورًا بالتعزية ويبدو وكأنّه من الروح القدس. ولكنّ الفكرة سرعان ما تولّد قلقًا أو انقسامًا أو مساومة تدعونا إلى استخدام وسائل غير سليمة لتحقيق مشروعنا. في هذه الحالة، ليست التعزية مستقرّة ولا يمكن الركون إليها على أنّها من الروح القدس.
- تأتي التعزية غير المستقرّة من طموحات شخصيّة قد تكون خافية حتّى على صاحبها، أو من قلّة الصبر تجاه مسيرة التمييز التي نودّ أحيانًا أن نختمها قبل نضوجها.

- غالبًا ما يشعر الإنسان الذي يطلب الله بالحبّ الإلهيّ يحيط به خارجًا عن أوقات الصلاة أو التمييز. هذه هي التعزية الصافية التي لا يداخلها شيء من النفس.
- حين تأتي التعزية من فكرة أو من قرار، عليّ أن أمتحن ثباتها، لأنّه من الممكن أن يداخلها تعلق خفيّ أو وهم غير واقعيّ أو قلّة صبر.
- إن كانت التعزية ثابتة في الزمن وتشبه التعزية الصافية، يمكنني أن أركن إليها وأثق بمصدرها.
- التعزية الثابتة تقود إلى التواضع والفرح.

علامات التمييز السليم

التمييز السليم يقود إلى شعور بالعدوابة الداخليّة

التمييز السليم يدفع إلى سخاء واسع

التمييز السليم يقود إلى قرارات واقعيّة



التمييز الروحيّ الجماعيّ

- التمييز مسيرة شخصيّة، ولكنّه أيضًا مسيرة جماعيّة، فيه تسأل الجماعة: "كيف نتصرّف بأنفسنا لكي تكون جماعتنا على مستوى دعوتها، أي لكي تجسّد اليوم وفي الظروف الحاضرة الرسالة التي تلقّاها من الربّ؟"
- لكي يتمّ التمييز الجماعيّ بشكل سليم، يلتزم كلّ من يشارك فيه بأن يعطي الأولويّة لمشيئة الله كما تظهر في مسيرة التمييز، بدون أن يحاول إقناع الآخرين برأيه أو تجييش الآراء نحوه، كما يمتنع عن كلّ أنواع التلاعب بأفكار الناس ومشاعرهم، لأنّه يثق أنّ مشيئة الله أفضل من مشيئته المباشرة.
- لذلك فالتمييز المشترك يفترض قواعد التمييز الشخصيّ ويستند إليه، كما يستند إلى الانتباه لا إلى القلب فحسب بل أيضًا إلى ما يحدث في قلوب الآخرين وفي الجماعة ككلّ.



التميز الروحيّ الجماعيّ

لكي نجد مشيئة الله معًا، علينا أن نطلبها معًا في الصلاة

بعد أن نحدّد موضوع تمييزنا، ومدّته، وطريقتنا للوصول إلى قرار بشأنه،
يأخذ كلّ منّا وقتَ صلاةٍ شخصيٍّ يطرح فيه الموضوع أمام الله
ثمّ يلتقي بالباقيين ويتحدث معهم على طريقة المحادثة الروحيّة

راجع العرض السابق الذي يشرح طريقة المحادثة الروحيّة





التمييز الروحيّ الجماعيّ

- التمييز الروحيّ بحث عن مشيئة الله
- يفترض البحث عن مشيئة الله أنّي أريد أن أجدها
- هذا يفترض أنّي لا أعتبر رأيي هو مشيئة الله
- التمييز المشترك ليس تفاوضاً ولا مساومة
- الله يكشف مشيئته من خلال شعوري الباطنيّ ومن خلال كلمات الآخرين
- في نهاية التمييز، مهما كان القرار، كلنا "خسرنا" موقفنا السابق وتبيننا موقفاً مشتركاً



التعزية والتجربة في التمييز الجماعيّ

في التمييز المشترك نختبر التعزية والتجربة لا على الصعيد الفرديّ فحسب بل على الصعيد الجماعيّ أيضاً

التعزية الروحيّة

- التواصل سهل: الإصغاء أصيل، الكلام صادق
- اختلاف الآراء مُرحّب به ويُقابل بالاحترام
- جوّ الصلاة واضح وسلس، أوقات الصمت غير ثقيلة
- الرغبة في الإصغاء إلى الآخر باحترام وبدون حكم تشجّع على الكلام
- التزام بالتوجيهات التي تقود الجماعة (احترام الوقت، شعور بالمسؤوليّة المشتركة، إلخ.)
- خارجاً عن أوقات المشاركة، مُتعة الحضور معاً

التجربة الروحيّة

- التواصل صعب، الكلام مُشوّش والإصغاء سطحيّ
- عدم الالتزام بوقت الصلاة الشخصية والمشاركة من الفكر فحسب
- تحجّر في الآراء وشعور بالإهانة أمام اختلاف الآراء – ظهور ردود أفعال دفاعيّة
- محاولة السيطرة على مسار التمييز وقيادته باتجاه مسبق
- شعور بالضيق وبعدم التقدّم والقلق من أننا لن نصل إلى أيّ مكان
- نشأة شلل أو مجموعات ضغط

التعزية غير المستقرّة

بعض العلامات تساعد على تحديد التعزية غير المستقرّة في حياة الفريق

* قلّة الصبر مع مسار التمييز

تظهر في حماس غير واقعيّ يريد أن ينتقل مباشرة من اختبار التعزية العذب إلى تحديد النتائج

* قلّة التواضع

تظهر في القناعة أنّ ما توصّلنا إليه هو الأفضل وأن لا خير خارجًا عنه

* السلام الكاذب

يظهر بشكل توافق بين الجميع ولكن مصدره عدم الرغبة في خوض الاختلاف أو الشعور بأننا نوذّي ما طلب منا بدون شعور أصيل بالمسؤوليّة





أزمة التمييز الجماعي

للميز الجماعي ثلاثة أزمنة مختلفة

١. الحوار (أو الاستشارة)

هنا يجب الإصغاء إلى كل صوت وفتح المجال لكل كلمة يجب أن تُقال، مهما كان الاختلاف صارخًا، وتجنّب وسائل الإسكات الصريحة أو غير الصريحة.

٢. القرار

قبل الخوض في التمييز الجماعي علينا أن نعرف آليّة اتخاذ القرار، لأنّ من المهمّ عدم الخلط بين زمن الحوار وزمن القرار الذي يجب أن يتبع آليته الخاصّة. من المهمّ أن يُعلن بوضوح نهاية زمن الحوار والدخول في زمن القرار، تجنّبًا لسوء الفهم.

٣. التقييم

من المهمّ أن يعود المشاركون في التمييز إلى قراءة خبرتهم لنيل الخبرة وتحسين جودة التمييز في المستقبل.