

آداب حضور الكنيسة والاستعداد للتناول

الكنيسة هي بيت الله، وهي سفارة السماء على الأرض.. وعلى قدر الاحترام والوقار والانتباه الذي نقدّمه لله أثناء تواجدها في الكنيسة، على قدر ما نستفيد جدًا من الوقت الذي نقضيه فيها.. وأيضًا على قدر ما نستعدّ جيدًا للتناول، على قدر ما نستفيد من التناول.. ولنأخذ بعض الإرشادات التي تعيننا في هذا الخصوص:



أولاً: آداب حضور الكنيسة:

- ١- في الطريق إلى الكنيسة نصليّ المزمير التالية:
 - + يارب مَنْ يسكن في مسكنك.. (مز ١٤ صلاة باكر).
 - + فرحت بالقائلين لي.. (مز ١٢١ صلاة الغروب).
- ٢- عند دخول الكنيسة نصليّ المزمير التالية:
 - + مساكنك محبوبة يارب.. (مز ٨٣ صلاة الساعة السادسة)
 - + واحدة سالت من الرب.. (جزء من مزمور ٢٦ صلاة باكر).
 - + إليك رفعت عيني.. (مز ١٢٢ صلاة الغروب).
- ٣- **التبكير في الحضور**.. "أنا أحب الذين يجيئون والذين يكرّون إليّ يجدونني" (أم:٨:١٧).

- ٤- مراعاة **عدم الكلام أو الضحك** نهائيًا في الكنيسة لأن السيد حاضر.. وإذا كان هناك ضرورة للكلام فيكون قليلاً وبصوت منخفض، ولسبب روحي.. ولا ننسى أن صلوات القديس هي رحلة توبة يناسبها الهدوء والخشوع والتركيز..
- ٥- يجب مراعاة **الحشمة في الملابس**.. لعدم تشنيت الانتباه ومنع العثرة.. فالملابس الضيقة أو القصيرة أو الشفافة لا تليق ببيت الله؛ بل لا تليق ببنات المسيح على الإطلاق.. كما أنه من المهم تغطية الرأس بالنسبة للسيدات والبنات أثناء الصلاة في الكنيسة أو في المنزل، وهو لون من التواضع أمام الله مثل الملائكة الذين يغطون وجوههم أمام الله، وفيه إخفاء للمجد الأرضي (مجد المرأة شعرها) من أجل طلب مجد الله.. (١كو ١١: ١٣).
- ٦- لنحرص أن نكون **مشاركين في الصلاة**، وليس مجرد مستمعين أو مشاهدين.. كما نحرص على الوقوف بثبات، وعدم الحركة نهائيًا أثناء القديس.
- ٧- للتركيز في الصلاة يمكن **استخدام الخولاجي** والاشترك في مردّات الشعب، أما في أثناء صلوات الأب الكاهن فتكون المتابعة برفع العقل والقلب في صمت.

ثانياً: الاستعداد للتناول:

- ١- التوبة الصادقة بصلاة حارة.. بعد محاسبة دقيقة للنفس في ضوء وصايا الإنجيل.
- ٢- الاعتراف أمام الله في حضور الكاهن لنوال الحلّ والمغفرة.
- ٣- الاستعداد بالصوم عن الطعام من منتصف الليلة السابقة.. وتكون فترة الانقطاع تسع ساعات على الأقل.
- ٤- الاحتراس في اللقاء الزوجي من غروب اليوم السابق إلى غروب يوم التناول.
- ٥- الحضور للقديس مبكرًا منذ وقت تقديم الحمل، وبعدها أقصى قبل قراءة إنجيل القديس..
- ٦- لا يتناول من كان في خصومة مع أحد.. لأنه يستحيل أن ننال آية مغفرة إن كنا لم نغفر لمن أساء إلينا (مت ٦: ١٥).. أمّا إذا كان أحد يخاصمنا ويغلق باباً في وجه سعينا للصالح، فيكفي أن نغفر من جانبنا ونصليّ من أجله ليصفو قلبنا، ثم نتقدّم للتناول.
- ٧- الصلاة قبل وبعد التناول.. وعدم الانصراف من الكنيسة إلا بعد رشّ مياه التسريح.. وقول الكاهن: امضوا بسلام.. وأخيراً.. لننتدّر أن القديس مقاريوس الكبير كان يقول لأبنائه الرهبان بعد القديس: "فرّوا يا إخوة فرّوا".. فقال أحدهم: كيف نفرّ يا أبانا ونحن في البرية بعيدون عن الجميع؟! فوضع القديس يده على فمه وقال: "من هذا فرّوا!.." ففهموا أنه يقصد الحذر من خطايا اللسان؛ التي يمكن أن تُضيّع النعمة العظيمة التي ينالها الإنسان بالتناول من الأسرار المقدّسة..!

القمص يوحنا نصيف

fryohanna@hotmail.com

St. Mary Coptic Orthodox Church, Palatine, IL