

١ تدريب الحفظ للتربية الكنسية، ولكل المؤمنين

ماذا تحفظ؟

تدريب الحفظ نافع جداً، سواء في محيط التربية الكنسية للخدمات والطلاب والأطفال، كما أنه نافع بالمثل لجميع المؤمنين. ونقصد به حفظ المزامير، وحفظ الصلوات، وحفظ التراتيل والألحان، وحفظ آيات أو قطع من الكتاب المقدس. ويمكن أن يضم إلى برنامج الحفظ أيضاً: حفظ بعض أقوال مشهورة للأباء، وحفظ بعض كلمات باللغة القبطية ومعناها.

١- فمن جهة الآيات:

- * يمكن حفظ آيات حسب الحروف الأبجدية، واستخدامها في مسابقات. وقد وضعنا لكم كتاباً يساعدكم على ذلك.
- * ويمكن حفظ آيات تخص كل أسرار الكنيسة وعقائدها، وكل المعلومات اللاهوتية الازمة. ومنها الآيات التي تصلح في الحوار اللاهوتي، وفي الرد على الشكوك وعلى البدع والهرتفات.
- * ومنها أيضاً حفظ آيات تخص الفضائل والحياة الروحية، ومن الناحية السلبية الآيات التي ترد على خطايا معينة.
- * يمكن حفظ آيات عن الحياة اليومية، وما نستعمله فيها. ثم آيات خاصة بالكنيسة وما فيها.
- * بالنسبة للأطفال وللصغار عموماً، يمكن حفظ آيات قليلة الألفاظ: مثل "الله محبة"، "أنا هو نور العالم"، "أنا هو الراعي الصالح"، "من آمن واعتمد خلص"... وتدرج الآيات في الطول، حسب نمو الطفل في العمر.
- * كذلك يمكن أن يحفظ الطفل صلوات من الكتاب: مثل أبانا الذي، وأيضاً: "اذكرني يا رب متى جئت في ملكوتك، وارحمني يا الله كعظيم رحمتك، وعلمني يا رب طررك... إلخ"
- * أما الكبار فبالإضافة إلى الآيات الفردية، يمكن حفظ فصول معينة، مثل التطبيقات "مت 5". المحبة في "1 كو 13"، فضائل معينة كما في: "رو 12"، "تس 1: 12 - 28"، "في 3: 7 - 14"، وأناجيل ساعات الأجيال...
- * وما يحفظه الكبار، يمكن أن يكون مجالاً للتأمل.

٢- حفظ المزامير والصلوات:

- * يمكن البدء بالمزمير القصيرة مثل:
في صلاة باكر: مزمور "طوبى للرجل"، "يا رب لماذا كثُر الذين يحزنونني"، ومزمور "إلى متى يا رب تننساني" .. وفي صلاة الساعة الثالثة: "الرب يرعاني فلا يعوزني شيء" وفي صلاة الساعة السادسة: "ليتراءف الله علينا"، "اللهم التفت إلى معاونتي". "الرب قد ملك"، وفي صلاة الساعة التاسعة: "قال الرب لرببي"، "سبحوا الرب أيها الفتى". وفي صلاة الغروب: "رفعت عيني إلى الجبال"، "لولا أن الرب كان معنا"، "مراً كثيراً حاربوني منذ صبائي". وفي صلاة النوم: "من الأعمق صرخت إليك يا رب"، "هؤذا ما أحسن وما أحلى"، "ها باركوا الرب يا عبد الرب".
وبالتدرج يمكن حفظ مزامير أكثر وأطول من هذه..
- * يدخل في تدريب الحفظ أيضاً: حفظ أناجيل الأجيال وتحاليلها.
- * وأيضاً حفظ كل صلاة من الصلوات السبع.
- * كذلك حفظ الصلوات المشتركة، في كل الساعات: مثل صلاة الشكر، والمزمور الخمسين، وقدوس الله قدوس القوي، وقدوس قدوس قدوس، وارحمنا يا الله ثم ارحمنا "في آخر كل صلاة"، وقانون الإيمان ومقدمة.
- * ويمكن أن يحفظ الصغار من صلوات الأجيال ومن المزامير على قدر مستواهم..

يمكن تحفيظ الأطفال بعض تراتيل ملحنة، مثل:

"دقي يا أجراس، وادعي كل الناس، لحضور القدس، دقي يا أجراس دقي"، ومثل "كنت مريض وهزيل، وعملنا قنديل"، وهي ترتيلة شاملة طقساً. ومثل: "أيا مؤمنين، ألا تصحبونا، بناي وعوّد إلى بيت لحم" .. مع بعض الألحان البسيطة القصيرة، أو أجزاء منها. وكثير من الكنائس تُكون فرقة شمامسة من الأطفال الصغار، الذين يستطيعون أن يحفظوا بعض مردات العشية والقدس. والطفل عنده قدرة كبيرة لحفظ التراتيل والألحان..

أما عن الكبار، فيتدرج تحفيظهم من الألحان العادية، إلى الألحان الكبيرة، وألحان المناسبات والأعياد. مع حفظ بعض التراتيل، وبعض التسبيح أيضاً، وقطع من الإبصل모دية..

فوائد الحفظ:

1- لا شك أن للحفظ فوائد كثيرة، مجرد عملية الحفظ يقضي بها الإنسان وقتاً روحياً، ويكون في حالة تأمل وفهم الكلام الذي يحفظه. ويشعر به في جو رحوي..

2- وبالحفظ يستطيع أن يكمل صلواته، في أي وقت، وفي أي وضع، وفي أي مكان. وفي وسط الناس دون احتياج إلى كتاب يفتحه فتنكشف صلواته للآخرين.

3- بالحفظ يستطيع أن يصل إلى الطلاق، أو وهو في المواصلات. أو وهو موجود وسط جماعة من الناس يتحدثون في أمور لا تعنيه. فيجلس صامتاً، يحسبونه منصتاً لهم، بينما هو في الواقع يصل إلى قلبه دون أن يشعر به أحد.

4- بالحفظ يستطيع أن يصل إلى الظلام. ويستطيع أن يحفظ فكره مقدساً بالصلاحة، أثناء رحلة أو سفر، أو في سير طويل. ويفيده الحفظ في صلواته، إن كان يبيت مع أحد آخر، وإن كان يجد انتقاداً.

5- وكثيراً ما قلنا وردنا هذه العبارة لعظم فائدتها:

احفظوا المزامير تحفظكم المزامير. واحفظوا الإنجيل يحفظكم الإنجيل.

6- بالحفظ تغرس في عقلك الباطن وفي ذاكرتك أفكاراً روحية تنفعك فيما بعد حينما تستعيدها ذاكرتها.

7- بالحفظ وتزدید ما تحفظه، تشغل نفسك عن العثرات التي تصادفها في المجتمع، وتحفظ ذهنك باستمرار في نقاوة وفي عمل روحي. وتحصل على فائدتين: من الناحية الإيجابية ومن الناحية السلبية.

8- وبحفظك آيات الكتاب، تستطيع أن ترد على كل فكر يحاربك، احفظ له الآيات التي ترد بها عليه.

9- وبالحفظ تناول استئناف قلب في الأمور الإلهية، وفي الدراسات الدينية أيضاً، ويصبح كلام الله في داخلك، وفي قلبك وفكرك.

10- بالحفظ يمكنك أيضاً أن ترد على الشكوك العقائدية، وفي الحوار اللاهوتي. ذلك إن حفظت الآيات المتعلقة بذلك..

11- بالحفظ تستغل وقت فراغك في ما ينفعك. وتتقى نفسك من الملل الذي يصيب من لا يحسن استخدام الوقت في صالحه. ويصبح وقتك سبب متعة روحية لك.

12- يفيد الحفظ برنامج روحى في العطلة الصيفية، وفي أثناء الرحلات، وفي نادي الكنيسة.

ملاحظة هامة:

1- يجب أن يكون الحفظ جزءاً أساسياً في برنامج مدارس الأحد. بحيث أن الدرس المعطى لتلميذ مدارس الأحد يشمل حكاية، ويشمل آية. وتكرر له الآية ليحفظها، ويراجعها الخادم عليه.

2- لا تُضيّعوا على الأطفال سن الحفظ، أعني سن الطفولة المبكرة، التي تكون لهم فيها ذاكرة لم تمتلك بعد، مستعدة لتلقي كل ما تسمعه وتحفظه. واعلموا أن ذاكرتهم إن لم تشنحوها بما يفيد، سيتولى المجتمع شحنها بما عنده!!

3- ليس الحفظ هو تدريب للأطفال فقط، وإنما للخدم أيضًا. فهم ليسوا مجرد مصدر روحيات!! فالكتاب يقول: "لاحظ نفسك والتعليم". وخدام التربية الكنسية، بالإضافة إلى ما يُحافظ عليه للأطفال وما يُحافظ عليه معهم، له برنامج آخر في الحفظ أعلى مستوى منهم.

4- كذلك برنامج الحفظ تدريب للأباء الكهنة في افتقادهم للعائلات، حيث يحفظونهم أيضاً آيات، وأقوالاً مشهورة للأباء. ولا يمكنهم ذلك إلا إذا كانوا هم أيضاً حافظين.

- 5- وواجب تحفيظ الأطفال هو أيضًا من مسؤولية الوالدين. فقد قال رب: "ولتكن هذه الكلمات التي أنا أوصيك بها اليوم على قلبك، وقصّها على أولادك. وتكلم بها حين تجلس في بيتك" (تث٦:٦،٧).
- 6- وتحفيظ الأطفال يأتي بالتكرار والتشجيع والمدح، وبتوزيع الجوائز على من يحفظون..
- ويمكن إقامة مسابقات للحفظ في الكنائس.
- 7- والحفظ ينفع أيضًا غير المتعلمين، وينفع الأميين الذين لا يعرفون القراءة والكتابة. كما ينفع أيضًا الضرير الذي لا يرى.
- 8- وحفظ الآيات يرتبط باستخدامها أيضًا، والتدريب عليها.

1. مقال لقداسة البابا شنوده الثالث نشر في جريدة وطني بتاريخ 4-3-2007م