Monasticism and Solitude: A Study of the Monks' Lifestyle and its Impact on the Psyche

Zyn Musa Alqran[(1)*]

(1) Assistant Professor, Department of Archaeology and Tourism, Mutah University, alkarak, Jordan.

Received: 25/03/2025
Accepted: 30/04/2025
Published: 30/06/2025

* ***Corresponding Author:***
zynalqran41@gmail.com

DOI:https://doi.org/10.59759/art.v4i2.1047

Abstract

The study aims to reveal the nature of monastic life by examining the reality and essence of monastic existence in terms of concept and doctrine, where it discusses the concept of monasticism, models of monasticism in the Old Testament, levels of monastic life, earlier ascetic movements, Buddhism, the rules of Saint Pachomius that guide monasteries around the world today, and the clothing of monks.

The study concluded with a set of key findings, the most significant of which is that monastic life represents one of the most prominent spiritual aspects in religious tradition, as it combines devotion to religious rituals with renunciation of worldly pleasures. Monastic life represents a unique pattern of spiritual orientation through which individuals seek to draw closer to God and gain a deeper understanding of His intentions. The system was first established by Saint Pachomius around 318 AD, which is why he is referred to as the Father of Community Life. Saint Pachomius was taught by Saint Palamon after leaving the Roman army, and monastic practices have been profoundly influenced by ascetic movements, highlighting a change in daily lifestyle and the acceptance of solitude and isolation, the establishment of new rituals, and the formation of a culture of knowledge.

Keywords: Monks, Monasticism, Ascetic, Pachomius.

الرهبنة والعزلة:
دراسة لنمط حياة الرهبان وتأثيره على النفس

زين موسى القرعان[1]

(١) أستاذ مساعد، قسم الآثار والسياحة، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن.

ملخص

تهدف الدراسة إلى الكشف عن طبيعة الحياة الرهبانية من خلال دراسة واقع وطبيعة الحياة الرهبانية من حيث المفهوم والعقيدة، حيث تناولت الدراسة مفهوم الرهبنة، ونماذج الرهبنة في العهد القديم، ودرجات الرهبنة، والحركات النسكية السابقة على الرهبنة، والديانة البوذية، وقوانين الأنبا باخوميوس التي تسير عليها الأديرة الآن في كل أرجاء العالم، وملابس الرهبان.

وقد خلصت الدراسة إلى مجموعة من النتائج الأساسية، لعلّ أهمها أن الحياة الرهبانية تمثّل أحد أبرز الجوانب الروحية في التقليد الديني، حيث تجمع بين التفاني في الطقوس الدينية والتخلي عن ملذات الدنيا، وأن الحياة الرهبانية تمثّل نمطًا فريدًا من التوجّه الروحي الذي يسعى من خلاله الأفراد إلى الاقتراب من الله وكسب الفهم الأعمق لمقاصده، وأن أول من أسّس هذا النظام هو الأنبا باخوميوس حوالي ٣١٨م، ولهذا سُمّي بأبي الشركة. وقد تتلمذ الأنبا باخوميوس على يد الأنبا بلامون بعد أن ترك العمل في الجيش الروماني، وأن ممارسات الرهبنة تأثّرت بشكل عميق بحركات النسكية، وأبرزت تغيير نمط الحياة اليومية وتقبّل ثقافة الوحدة والعزلة، وإقامة مراسيم جديدة، وتكوين ثقافة المعرفة.

الكلمات المفتاحية: الرهبان، الرهبنة، التنسك، باخوميوس.

المقدمة.

تُعتبر الرهبنة والعزلة من المفاهيم العميقة التي تعكس رغبة الأفراد في الابتعاد عن ضغوط الحياة المادية والسعي نحو الأمان الروحي والسعادة الداخلية. يعود تاريخ الرهبنة إلى العصور المسيحية المبكرة، حيث اختار العديد من الأشخاص التخلي عن حياة المجتمع والانتقال إلى حياة رهبانية تتسم بالانعزال والعبادة والتأمل. وتتميز حياة الرهبان بالتزامهم بمجموعة من القواعد والتقاليد التي تنظم سلوكهم اليومي، مما يُسهم في خلق بيئة تعزز الهدوء النفسي والتركيز على الأمور الروحية. يعيش الرهبان في دير أو مجتمع مغلق يسعى لتحقيق قيم مثل (البساطة، والتواضع، والخدمة) (إسحق، ٢٠١٣).

وقد ظهرت العقيدة المسيحية في فلسطين، وخلال القرون الثلاثة الأولى التي انتشرت المسيحية فيها في جميع أنحاء الإمبراطورية الرومانية، وبقيت مدة طويلة سرية، لكنها سرعان ما بدأت تنتشر في المجتمع، وقد قابل الرومان المسيحية في بادئ الأمر بالاضطهاد، يُعذّبون كل من اعتنق الدين الجديد، يُعذّبونهم أحياء ويُطلقون عليهم الحيوانات المفترسة، ويُقيّدونهم ويَسْكُبون عليهم الزيوت ويُوقدون النار فيهم. فقد كانت المسيحية موضع اضطهاد، خاصة في فترات حكم الأباطرة الرومان، وتُعد فترات مريرة على المسيحيين. وبحلول عام ٣٠٥م في الغرب و ٣١١م في الشرق، أُضحي بمثابة بداية التحرر المسيحي من الاضطهاد والملاحقة. وخلال هذا الزمن الطويل، كان المسيحيون يمارسون عبادتهم في الكهوف وفي سراديب طويلة حفروها تحت الأرض، أُطلق عليها اسم كتاكومب، نسبة إلى أحد القديسين "سباستيان" المُلقب بكتاموموبوس. وكانت الكتاكومب مؤلفة من دهليز طويل ينتهي بردهة داخلية يأتيها النور والهواء من فتحات في السقف، وفي هذه الردهة كانوا يقيمون الصلاة، ويدفنون موتاهم عن طريق حفر جدارية وجعلها كالصندوق. وقد غُطيت جدران هذه الدهاليز أو السراديب بطبقة من الملاط، ورسموا عليها بالحجر رسوماً بسيطة ذات موضوعات دينية وصوراً تمثل حياة السيد المسيح والقديسين وأزهاراً وطيوراً وأشجار العنب، وقد لُوّنت تلك الصور بالألوان البسيطة كالأحمر والأخضر والأصفر. ولما أصبحت المسيحية ديناً رسمياً في عصر الإمبراطور قسطنطين في القرن الثالث الميلادي، بدأ قسطنطين ببناء كنيسة آيا صوفيا التي انتهت عام ٣٦٠م، نموذجاً لبداية عصر وفن جديد مُشتق من المسيحية (كامل، ١٩٦٤).

وقبل الاعتراف بالديانة الرسمية، مع ظهور العقيدة، تم الإدراك بأن طريق الخلاص واحد؛ استشهاد بسبب العقيدة يقابله موت عن العالم الخارجي والانفراد للعبادة بظهور المنهجية الدينية (الرهبنة). ورغم أهمية الكتابات غير العربية في رسم صورة واضحة ودقيقة وربما مغايرة لتاريخ الديانة المسيحية ونشأتها وظهورها (حاج ياسين، ٢٠٢٢).

وتُعد الدراسات التاريخية للعقيدة الدينية من أهم الدراسات التي يُعتمد عليها في دراسة التاريخ المتعلق بالجوانب الدينية، وخاصة المسيحية، لفهم الإرث التاريخي (الربيعي، ٢٠٠٧). وتدل الرهبنة في مجال التاريخ الديني والاجتماعي على شكل اجتماعي له مجموعة من الخصائص، ومنها مجموعة من الرجال – أو النساء – يعيشون معًا في تجمعات صغيرة، داخل مجموعات أكبر، ويتصرفون فيما يملكون على أساس أنه ملكية شائعة طبقًا للتعاليم التقشفية التي التزموا بها،

معتمدين في جميع تصرفاتهم على ما رسمه لهم الحبر الأكبر، في معزل عن إخوانهم في العقيدة (Venarde, 2018).

والحياة الرهبانية جزء لا يتجزأ من حياة الكنيسة، والتي قدّمت لها مناهج وخبرات روحية ولاهوتية، حتى أنهم كانوا يُلقبون قديمًا بالمجاهدين، ولبّاس الصليب، وأيضًا لبّاس الروح، واعتُبروا من شرائح صنوف الملائكة، ومن أقوى جنود المسيح، وضربوا بالأمثال التي تليق بمعلمهم يسوع المسيح في الجهاد والنسك والقداسة. واتسموا بمظاهر العفة، والتقشف، والصوم، والعزلة، والصلاة (Agamben, 2013).

وقد دخلت عبارة "الرهبنة الجديدة" في المفردات اللاهوتية خلال الخمسين عامًا الماضية، وهي تغطي مجموعة واسعة من المجتمعات والممارسات والكتابات والحركات التي تعترف جميعها بأنها تنتمي بطريقة ما إلى تقليد الرهبنة. وظهرت أشكال جديدة من الحياة المجتمعية في جميع أجزاء الكنيسة، وهذه المجتمعات الجديدة لا تتحدى وتنتقد الثقافة العلمانية الحديثة فحسب، بل تعيش أيضًا رؤية متجددة للإنجيل المسيحي. كما أنها تعمل على إجراء تقييم جديد للرهبنة، ورؤيتها متجذّرة في دعوة الإنجيل وتُمارس بطرق وأماكن مختلفة (Christie & Flanagan, 2020).

أما الناسك فيعرف بأنه من يعيش وحده في خلوه خاصة تقشفاً وزهداً وهو نوعان نسك مؤقت وهو من الأمور الشائعة التي تمهد لبعض المراسم الدينية والتنسك الدائم وهو كان منتشراً في الديانة المسيحية، وكان **كنفوشيوس وجوتما بوذا** هم أول من فكّر في العيشة الانعزالية، وإذلال الجسد، وقد تمكّن من السيطرة على الجسد، والعاطفة، والرغبات، وأهواءه، وطموحاته بطرق في منتهي القسوة، والخشونة. فقد اندثرت منهم جماعات كثيرة عاش رهبانها في كهوف، والبعض في مناسك المعابد والهياكل، وعلى ضفاف الأنهار المقدسة. وعاشوا تحت سلوك ثقيل يهبهم سياط الفرائض المرّة ويلازمهم الصوم الطويل ومعرفتهم بالخلاص والسعادة بعد الموت قاهرة على الإماتة الذاتية (Conze, 2003).

منهجية الدراسة

اتبعت الدراسة المنهج التحليلي التاريخي، الذي يستخدمه الباحثون في دراستهم بقصد دراسة وتحليل بعض المشكلات التي ترجع بجذورها إلى التجربة الإنسانية في أطوار مختلفة". ولذلك يقول الباحثون: إنه يصعب علينا فهم الحاضر دون الرجوع إلى الماضي؛ فالحياة الحاضرة هي امتداد طبيعي للحياة الماضية والطريق الى الحياة القادمة.

تعريف الرهبنة:

تعرف الرهبنة بأنها نظام ديني ارتبط مفهومه ومعناه ارتباطا بالمسيحية وهو ليس فرضا على أي فرد مسيحي، بل هو لتلك الصفوة المختارة. والرهبنة هي التعبد، ورهب بالكسر يرهب رهبه، ورهبا بالضم ورهب أي خاف، ورهب الشيء رهبا خافه (يعني الخوف من المجهول)، والاسم الرهب، والرهبى والرهبوت، والرهبوتى. قال أيضاً الرهباء من الرهب، تقول الرهباء من الله والرغباء إليه، وترهب الرجل إذا صار راهبا يخشى الله، والجمع رهباني، والراهب هو المنقطع الذي حبس نفسه في الخلوة للعبادة (Hotlie, 2007).

ومصطلح الرهبنة (Monasticism) معناه لغويا يعيش وحيداً، وقد استعمل للدلالة على الأشخاص المنعزلين عن العالم ويتبعون نظام ديني تحت تعاليم وإرشاد أستاذ لهم (ابن منظور، ١٣٠٠).

وكلمة الرهبنة في اللغة القبطية **مونا خوروم** (Mona Chorom) وهي من الكلمات اليونانية المستعارة في اللغة القبطية ومنها اشتقت كلمة راهب، وبالرغم من اختلاف معاني كلمة الرهبنة إلا أنها توحى بالتعبد وارتبطت كذلك بالنسك والتوحد. ولقد ظهر لنا جماعات عديدة في كل أنحاء المسكونة منهم (**الأكيميتين Akoimetai**) الرهبان عديمو النوم وقد كانت تستخدم تلك التسمية لوصف النساك الشرقيين المعروفين بشدة نسكهم وتقشفهم وتأسست تلك الجماعات عام ٤٠٥م في القسطنطينية بواسطة أحد النساك ويدعى **ألكسندر** بعد ان قدم من سوريا (Bohlig, 1953).

نماذج العهد القديم:

وُلد باسيليوس عام ٣٣٠، وعندما كان شابًا درس تحت إشراف فلاسفة في القسطنطينية وأثينا. كما ذهب إلى مصر وسوريا وبلاد ما بين النهرين لزيارة الرهبان، وقد تركت هذه الحياة انطباعًا عميقًا فيه. وعندما عاد إلى منزله في بونتوس في آسيا الصغرى، استقر في ملكية عائلته حيث عاش حياة فلسفية منعزلة. في وقت لاحق، عندما أصبح أسقفًا لقيصرية عام ٣٧٠، اعتمد على هذه التأثيرات المختلطة وأسس مجموعة من المباني التي كانت تُعرف باسم "باسيليادوس"، على أطراف المدينة. كان هذا مكانًا يمكن أن تُعاش فيه حياة التقشف، وأيضًا حيث يمكن رعاية المرضى والمحتاجين. وهكذا قام بتكييف الحياة النسكية التي رآها في مصر وسوريا بحيث أصبحت جزءًا من خدمة الكنيسة في أبرشية مدينته (Binns, 2020).

يمكن إنشاء مجتمعات الزهد في المدن وكذلك في الصحراء. تُظهر مسيرة باسيليوس، الذي أصبح فيما بعد أسقفًا لقيسارية، والذي غالبًا ما يُعرف ببساطة باسم "باسيليوس الكبير"، كيف يمكن للزهد أن يتكيف مع الحياة الحضرية.

بالإضافة إلى العديد من نماذج الرهبنة في العهد القديم، وعلى النحو الآتي:

السيدة العذراء مريم: المثال الثاني للبتولية هي السيدة العذراء، فقد ظلّت بتولًا حتى الممات؛ إذ وُهِبَت للهيكل منذ ميلادها، وكان الله يرزقها وهي عابدة هادئة بداخل الهيكل إلى أن بُشّرت بميلاد السيد المسيح وهي بتول. فقد ذُكر في الكتاب المقدس أن السيدة العذراء كانت واقفة تقوم بحركات الدعاء، حينئذٍ أتى إليها الملاك وبادرها التحية قائلًا: *"السلام لك أيتها الممتلئة نعمة، الرب معك، مباركة أنت في النساء"* (المسكين، ١٩٧١).

السيد المسيح: يعتبر المثل الأعلى في البتولية الذي عاش بتولاً وولد من بتول عذراء احتفظت ببتوليتها إلى موتها – تكلم السيد المسيح كلمات صريحة عن البتولية مظهرا سموها وقدسيتها، بل بشكل اختياري. من أستطاع أن يقبل فلقبل (Lester, monks, Saints & Outcasts, 2000).

القديس يوحنا الحبيب: وهو أحد تلاميذ السيد المسيح وكان بتولاً نشأ يوحنا في بيت صيدا إحدى مدن الجليل في فلسطين وأبوه **زبدي** وأمه **سالومى** وكان يعمل مع والده في صيد الأسماك. ويعتبر من الشخصيات المقربة إلى المسيح، وقام بكتابة أحد الأناجيل الأربعة وهو الإنجيل المعروف باسم إنجيل **يوحنا**. وكتب أيضاً الرسائل الثلاث المعروفة باسمه وجزءاً من سفر الرؤيا منها رؤيا **يوحنا** اللاهوتي عن امتياز البتوليين ومقدارهم في السماء (Lester, monks, Saints & Outcasts, 2000).

إيليا النبي: عاش إيليا بتولًا، فلم يذكر الكتاب المقدس أنه تزوج، وقد عاش حياة التجرد، وكان يختبئ عند نهر كريت، وكان الرب يعوله بواسطة الغربان، وكان يشرب من ماء النهر. وبعد أن جف النهر، أُمر أن يذهب إلى صيدا. وقد كان إيليا يحب سُكنى الجبال حيث الهدوء والشركة مع الله، وكان لا ينزل إلى المدينة إلا بناءً على أمر إلهي. وفي الأردن، فقد تم الكشف عن موقع دير مار إلياس، وهو المكان الذي صعد منه النبي إيليا إلى السماء، وكُرّس الدير للرهبان، وتم الكشف عن أكثر من كنيسة في الموقع ذاته، وقامت الفاتيكان بإقرار الموقع (المغطس) أحد مواقع الحج المسيحي في الأردن (النصرات والطويسي، ٢٠١٣).

اليشع النبي: وقد اقتدى اليشع بسيرة معلّمه إيليا النبي، فقد ظل بتولًا، لم يتزوج طوال حياته، واتخذ جبل الكرمل مقرًا دائمًا له. عاش اليشع حياة التجرد والزهد مثل معلمه، فلم يكن يقتني في مسكنه شيئًا.

كان اليشع رجل صلاة وعبادة.

إرميا النبي: عاش إرميا بتولًا طوال حياته، وقد صدر له الأمر الإلهي بذلك صريحًا واضحًا، قائلاً: *"لا تتخذ لنفسك امرأة ولا يكن لك بنون ولا بنات"*.

ومن أقدم الأديرة التي كانت تُمارَس فيها الرهبنة في مصر، دير **سانت كاترين**، الذي يقع في جنوب سيناء، أسفل جبل كاترين، أعلى جبال مصر، بالقرب من جبل موسى. ويُقال عنه إنه أقدم دير في العالم، ويُعد مزارًا سياحيًا كبيرًا. بُني الدير بناءً على أمر الإمبراطورة هيلانة، أم الإمبراطور قسطنطين، ولكن الإمبراطور جستنيان هو مَن قام فعليًا بالبناء نحو سنة ٥٤٥م، ليَحوي رفات القديسة كاترين، التي كانت تعيش في الإسكندرية.

درجات الرهبنة:

١- **نظام التوحد أو الرهبنة الانفرادية**

يعد من أعظم مراتب الرهبنة التي يصل إليها الشخص ففيه يكتمل معنى النسك والتجرد والانقطاع للعبادة، ويعيش المتوحدون كلا في مغارة أو كهف منفرداً وهو النظام الذي سار عليه النساك الأوائل كالأنبا **بولا الطيبي والأنبا أنطونيوس** (يوحنا، ١٩٢٣).

٢- **نظام الرهبنة الجماعية: ويمكن تقسيم هذا النظام إلى نوعين:**

يعرف هذا النظام بنظام المستعمرات أو التجمعات الرهبانية اللورا (Loura) وأيضاً بنظام الانطوائي نسبة إلى مؤسسه الأنبأ **أنطونيوس** وهو نظام يجمع بين حياة التوحد ونظام الشركة. وكذلك يعرف بنظام الرهبنة المتوسطة أو رهبنة نصف الوحدة أو **(الكينوبيون)** Conobion. وكلمة كينوبيون تعنى حياة مشتركة وهى من مقطعين = مشترك و = حياة، وتنطق "كينوبيوس" أو "ينوبيون" وتعنى: "مؤسسة أو مكان به قلالى كثيرة أصحابها متحدون في نظام الحياة " وترادف في المعنى الوصفي تماماً كلمة موناستيرن وهى أصلاً من كلمة أي "يعيش بمفرده أو يحيا وحيداً" فكلمة موناستيرون تعني: "مكان يحيا فيه الناس حياة منفردة" وهذه الكلمة، طبعاً، أنحرف معناها، وتطورت لتشمل معنى الدير بوصفة الحالي، وهو جماعة يعيشون معاً حياة غير توحدية على الأطلاق.

أ. **نظام القلاية:** حيث تكاثر المسيحيين حول الأنبا **أنطونيوس** مؤسس هذا النظام. كما نزلوا في مناطق عديدة مثل نيتريا وطيبة وأخميم. وأقام كلاً منهم متوحدا بنفسه في كهف أو مغارة

أقامها بصورة بدائية وهو ما يعرف في تاريخ الرهبنة بالقلاية. ولكن هذا التوحد ليس كتوحد الأنبا **بولا الطيبي** أو **الأنبا أنطونيوس**، ولكنه نموذج جديد من التوحد الجماعي بمعنى أن يعيش كل راهب في قلايته منفرداً وإن كان يجمعه بغيره المكان أو البقعة التي ينزلون فيها ومع تكاثر هذه القلالي كان لابد أن يرعاها روحيا رائدا ولابد أن يكون ناسك مشهور (Vlachos, 2018).

ب. **نظام الديرية (الشركة)** هو النظام الذي أسسه الأنبا باخوميوس حوالي عام ٣١٨ ميلادي، ولذلك يُعرف بأبي الشركة. وقد تلقى الأنبا باخوميوس تعليمه على يد الأنبا بلامون بعد أن ترك الخدمة في الجيش الروماني. استغل باخوميوس خبرته العسكرية لوضع تنظيم دقيق داخل الدير، حيث قام بتوزيع المهام بين الرهبان وفقًا لقدرات كل منهم. ومع تزايد أتباعه، انتشرت الأديرة التي تتبع هذا النظام، حتى قيل إن عددها بلغ ٣٤٦ ديراً عند وفاته، وكان من أبرزها دير طبانيس. يُذكر أن الأنبا باخوميوس قسم جماعته إلى أربعة وعشرين مجموعة، ميز كل منها بحرف من الأبجدية اليونانية. توفي الأنبا باخوميوس، المعروف بأنه مؤسس الرهبنة الجماعية في مصر، تاركًا وراءه إرثًا عظيمًا يتضمن عدة أديرة، منها تسعة في منطقة طنابيس. وقد أسس نظامًا للرهبنة يركز على الحياة المشتركة والتنظيم الجماعي للعبادة والعمل، مما ساهم في جذب العديد من القديسين حوله (Kieschnick, 2009).

الحركات النسكية السابقة على الرهبنة:

تُعرّف الحركات النسكية على نطاق واسع بأنها جملة من الممارسات والتقاليد الروحية العميقة الجذور التي تسعى إلى تعزيز وترسيخ حياة الزهد والتقشف الشديد. هذه الحركات لا تقتصر على مجرد الابتعاد عن المتع الدنيوية، وتتنوع أشكال النسكية وتتعدد مظاهرها، حيث تشمل طيفًا واسعًا من الممارسات، بدءًا من العزلة الاختيارية والابتعاد عن صخب الحياة الاجتماعية وضوضائها، مرورًا بالصوم المنتظم والامتناع عن الطعام والشراب لفترات محددة، وصولًا إلى الصلاة المستمرة والدعاء المتواصل والتضرع إلى الله في كل وقت وحين، بالإضافة إلى دراسة الكتاب المقدس وتدبر معانيه واستخلاص العبر والدروس منه.

تعود جذور الحركات النسكية وتاريخها إلى العصور المسيحية الأولى، وتحديدًا إلى الفترة التي كانت هناك حاجة ملحة ومتزايدة للبحث عن أسلوب حياة مخصص وموجه بالكامل للخدمة الإلهية

الخالصة. بدأت هذه الحركات في الظهور والانتشار في القرن الثالث الميلادي في مدن رئيسية ومراكز ثقافية مثل الإسكندرية وأنطاكيا، حيث اختارت مجموعة من الأفراد المؤمنين العزلة عن العالم والتوجه نحو العبادة والتأمل في الصحراء. ومن بين هؤلاء البطاركة والقديسين الأوائل، يُعتبر القديس أنطونيوس الكبير من أبرز وأهم الشخصيات التي أسست ورسخت نمط الحياة النسكي من خلال اعتماده على العزلة التامة والتقشف الشديد في المأكل والمشرب والملبس، مما جعله قدوة ومثالًا يُحتذى به للعديد من الأجيال اللاحقة من النساك والمتعبدين(Peters, 2018) ، حيث إن الحركات النسكية السابقة عملت على الرهبنة، والميل السائد فيها نحو العزلة والانفراد والارتقاء بعلاقة المعبود، لوجود ديانات لتلك الحضارات الشرقية القديمة مثل الصين والهند وإيران، ولم يقتصر مبدأ العزلة أو التنسك على الديانات القديمة فقط (غلاب، ١٩٧٠).

تأثرت ممارسات الرهبنة بشكل عميق بحركات النسكية، مما أدى إلى تغيير نمط الحياة اليومية للرهبان. بدأوا في اتباع أنظمة صارمة تشمل صلوات وطقوسًا محددة تعكس الزهد، مع تفضيل العزلة لفترات طويلة للتركيز على العبادة والتأمل. ساعد هذا النهج العديد من الرهبان على تحقيق حالة من السكون الداخلي، وأدى إلى إقامة مراسيم جديدة كان لها تأثير كبير في تطوير أنواع جديدة من الطقوس والممارسات الروحية داخل الأديرة. هذا التغيير وسّع آفاق العبادة وأسهم في تكوين ثقافة المعرفة، حيث تحولت الأديرة إلى مراكز تعليمية تُدرّس فيها النصوص المقدسة، ويُعزَّز الفهم الروحي من خلال النقاشات بين الرهبان (Goehring, 1999).

والحركات النسكية قبل ظهور الرهبنة الرسمية في المسيحية كانت تتمحور حول البحث عن حياة روحية أعمق، والابتعاد عن الملهيات الدنيوية، والتقرّب إلى الله من خلال التأمل والصلاة.

ومن أبرز الحركات النسكية المبكرة، قبل التنظيم الرهباني، حياة النُسّاك المسيحيين وعلى رأسهم القديس أنطونيوس، أحد مؤسسي النسك. كانت الصحراء ملاذًا للعزلة الروحية بعيدًا عن مغريات العالم، فقد ساهم القديس باخوميوس والقديس مقاريوس في تطوير الحياة الرهبانية من خلال ممارسات العزلة والصلاة والتأمل (Wingerter, 2014).

ومع مرور الوقت وتتابع الأيام، بدأت تظهر وتتشكل تدريجيًا ما يُعرف بـ **الجماعات النسكية**، وهي ظاهرة اجتماعية ودينية بدأت تأخذ شكلها المميز.

هذه الجماعات كانت عبارة عن تجمعات من الأفراد، رجالًا ونساءً، اختاروا أن يعيشوا معًا في

مجتمع متماسك ومترابط. ما يميز هذه المجتمعات النسكية هو التزامها الصارم بمجموعة محددة من القوانين والضوابط الداخلية. لم تكن هذه القوانين اعتباطية، بل كانت مصممة بعناية، وهدفها الأساسي هو تعزيز وتنمية الحياة الروحية لأفراد الجماعة. كان التركيز منصبًا على التخلص من الماديات والانغماس في التأمل والصلاة والعبادة.(Peters, 2015)

ويُعتبر فهم تأثير الحركات النسكية على الرهبنة أمرًا أساسيًا لتحقيق إدراك أعمق للتقاليد الروحية. فقد أدت هذه الحركات إلى تغيير الرؤى الروحية، مما دفع العديد من الرهبان إلى إعادة تقييم قيمهم وأولوياتهم. ساعد ذلك في ابتعادهم عن الشواغل الدنيوية وتعزيز الحياة الجماعية.

إذ أسهمت العديد من الحركات النسكية في تطوير مجتمعات رهبانية تعمل بشكل جماعي، مما عزز التعاون والتفاعل بين الأفراد. كما وسّعت هذه الحركات من نطاق الممارسات الروحية، حيث أضافت أغراضًا جديدة للعبادات، مثل التأمل العميق والصلاة المستمرة، مما كان له تأثير إيجابي على الحياة الروحية للرهبان (Park, 2013).

نموذج التنسك في الديانة البوذية:

تعتبر البوذية، التي نشأت في الهند، من أبرز الديانات في شرق آسيا، وقد أسسها جواتامابوذا. يختلف الباحثون حول الفترة الزمنية التي عاش فيها بوذا، وكذلك حول تاريخ ميلاده ووفاته، لكن أحدث الدراسات تشير إلى أنه وُلد في عام ٥٦٠ قبل الميلاد وتوفي في عام ٤٨٠ قبل الميلاد. لقد تأمل بوذا طويلاً وخلص إلى ضرورة وجود شيء أنقى وأبقى في هذه الحياة الفانية. وعندما بلغ الحادية والعشرين من عمره، قرر ترك الحياة المادية والتفرغ تمامًا للتأمل في سبيل الوصول إلى الحقيقة، ليصبح إنسانًا بوذيًا مستنيرًا. وتعاليم بوذا هي(هيكل، ٢٠٠٨):

١. الحياه في عمقها تعيسة، نتيجة الأنانية.
٢. أنانية الإنساني وشهواته، ويمكن التخلص منها بوصول الأنسان الى حالة الزفانا (أي انعدام كل شيء في أعماقه).

بعد وفاة بوذا، انتشرت الديانة البوذية وزاد عدد أتباعها، مما أدى إلى تأسيس أول مستعمرة ديرية. اتخذ النساك البوذيون الكهوف والأديرة مأوى لهم، ولم يمنع النسك الهندي النساء من ممارسة التنسك. انتشرت البوذية في الدول المجاورة، حيث وصلت إلى سيلان في الجنوب، وبورما وإندونيسيا في الشرق، وأفغانستان في الشمال. كما دخلت الصين، حيث اكتسبت عددًا كبيرًا من الأتباع، ومن هناك انتقلت إلى كوريا واليابان (سعفان، ١٩٩٩).

وكذلك عرفت طائفة دينية أخرى بالهند وهى طائفة البراهما.

لها مدلولات خاصة في اللغة الأرية الأول على العبادة والصلاة في بداية الأمر. ثم على كهنوت معين. ثم على سيد الألهة ثم على الطائفة المفضلة لدى الهندوس (حبيب، ١٩٧٣).

وقد ظن بعض الباحثين الهندوس والمسلمين أنها نفس كلمة **إبراهيم** أبى الأنبياء وذلك بمجرد وجود تشابه في الكلمتين. ولكن هذا الرأي بعيد عن الصواب لأن سيدنا إبراهيم قد سمى في اللغات السامية الأولى وبالأخص العبرية القديمة.

فالميول النسكية وجدت كذلك في الديانة المصرية القديمة وظهرت بوضوح في متون الأهرام التي تعد بحق أهم مصدر يضع أمامنا صورة عن الحالة الدينية والعقائدية والاجتماعية في تلك الفترات الماضية (ارمان، ٢٠١٩).

حيث وجدوا جدران أروقة مملوءه بالنقوش الهيروغليفية ويطلق عليها الآن (متون الأهرام) وترى هذه النقوش على حالة عصر لا يقل عن ألف سنة وقد كان الغرض الأساسي من هذه المتون هو السعادة في حياة ثانية. وهي تعتبر بحق ادله ترجع إلى الدولة القديمة (حسن، ١٩٤٥).

وفى العصر البطلمي ٣٣٢ ق.م في عهد بطليموس الأول ظهرت عبادة سيرابيس وعرف المنقطعين لعبادته باسم نساك **سيرابيس** وخلاصة حياة هؤلاء النساك هي تكريس حياتهم لخدمة **سيرابيس**. فعاشوا في داخل المعبد وبين الناس الذين جاءوا اليه لتفسير الأحلام وطلب الشفاء بواسطة نوافذ ضيقة لمكان القائمين به (بل، ١٩٣٧).

وكان بعضهم يلجأ إلى المقابر إمعاناً في الزهد والبعد عن ملذات الحياة، وكانوا يستعملون فيما بينهم مصطلح الأب والأخ بنفس المدلول الروحي الذى يستخدمه الرهبان المسيحيون (علي، ١٩٩٢).

ومن الجماعات النسكية جماعة عرفت باسم **جماعة نحلة (أورنيوس)** الشاعر اليوناني الذى تصوره الأساطير اليونانية وكان له أتباع من الرومان يدينون بالزهد والتقشف ويحرمون اللحم ولا يذوقون الخمر إلا في مراسم القربان ويلبسون ملابس بيضاء.

وكذلك جماعة الفلسفة اليونانية الأفلاطونية فهي تدعو إلى التحرر من عبودية الجسد بالنسك والتقشف ورغبة التحرر من الملذات المادية بواسطة الانعزال والنسك فهي لم تكن مجرد فلسفة، وإنما كانت نظاماً دينياً ويذكر أنها حولت الهلينية إلى لاهوت، و**من أهم ما تدعو إليه** الدعوة إلى التحرر من عبودية الجسد بالحياة النسكية التقشفية، ومراعاة الجانب التأملي في الحياة (العبادي، ١٩٩٩).

وعرف النسك أيضاً بين **اليهود** فقد ظهرت في فلسطين إحدى الجماعات النسكية حوالي ١٥٠ ق.م واستمرت حتى ٧٤م. هذه الجماعة عرفت باسم الآسين أو الآسنين (جماعة من الناس كانوا يعيشون في فترة زمنية محددة، وغالبًا ما يُعتقد أنهم كانوا يمتلكون نمط حياة خاص أو معتقدات دينية معينة.(وقد كانت منتشرة بين أورشليم وعين جادى على الشاطئ القريب من البحر الميت، وأفرادها يتجنبون المدن الكبيرة والمتوحدون منهم يعيشون بين أشجار النخيل. وقد بلغ عدد أفراد هذه الجماعة أوائل القرن الأول قبل الميلاد أربعة ألاف، ولم يكن يدخل بها إلا الرجال الذين عاشوا بدون مال وبدون نساء. وفى حالة الزواج يعفى الناسك من قيود النسك. وتنتظم هذه الجماعة على ثلاث درجات، درجة التلميذ، ودرجة المقسمين وهم الذين يقسمون اليمين ويقضون سنة في الرياضة والاطلاع على الأسرار، ثم درجة الواصلين ويقضى المريد فيها سنتين ثم يلبس زي الجماعة وهو ثوب أزرق وزنار ويحمل فأسا دلالة على العمل الشاق وأتباعه يتطهرون ويعملون ويحرمون العمل يوم السبت (علي، ١٩٩٢).

ومن الحركات النسكية اليهودية أيضا جماعة المتبطسين أو الأطباء (جماعة الأطباء) وهذه الجماعة ظهرت في القرن الميلادي الأول، وكان أتباعها من الرجال واشترك معهم عذارى. وكانوا يعيشون حياة التقشف والصوم ويتقابلون مرة كل أسبوع غالبا السبت وكانوا يحتفلون بيوم الفصح بالجلوس على الأرض الخشنة إمعاناً في التنسك (Peters, 2018)

وبعد استعراض العقائد المختلفة والحركات النسكية السابقة على الرهبنة المسيحية نستطيع أن نذكر أن اختلاف آراء العلماء حول الأصول الأولى للرهبنة ذكر أن الرهبنة مستقلة بينما يرى فريق أخر أنها تطورت عن بعض الحركات السابقة، ويرى فريق ثالث أنها لم تتطور، بل مجرد تأثر فقط.

حيث ساد في القرن الثالث عشر الهجري / التاسع عشر الميلادي أن نظام الرهبنة مستقل النشأة إلا أن إفلين وايت، يذكر أن **فينجارتن (Veingarten)** عارض هذا الرأي وزعم أن الرهبنة المسيحية قد تأثرت بجماعة المعتزلين في السرابيوم في ممفيس سابقة الذكر في العصر البطلمي (٣٣٢ ق.م – ٣٠ ق.م) ويدلل على ذلك بالاستعانة بمظهر ثانوي وهو عيشتهم فيما يشبه القلالي واستخدامهم مصطلح الأب والأخ بنفس المدلول الذي يستخدمه الرهبان المسيحيون (حبيب، ١٩٧٣).

ويذكر كواجيبور (Jo Quaegbeur) أن ظاهرة معتزلة سيرابيس من بين الأسباب التي أدت إلى ظهور المجتمعات الرهبانية، ويعتقد بعض المؤرخين أن جماعة المتبطسين (الأطباء) التي ذكرها الفيلسوف فيلو هي التي أثرت على الرهبنة النسكية اليونانية خاصة في مظهر ارتداء الملابس البيضاء راهبات الطائفة الكاثوليكية والبعض يعتقد أن الرهبنة قد تأثرت بجماعة الفلسفة الأفلاطونية

إلا أن هذا الرأي يؤخذ بشيء من الحذر حيث يبعد عن التأثر بها باعتبار أن الرهبنة نشأت من طبقة الفلاحين الذين كانوا يجهلون اللغة الإغريقية، وإن الظروف السياسية تجعل من المتعذر عليهم التنقل إلى المدن قبل أن يصبحوا رهبانا كما أن من اعتنق هذه الفلسفة طائفية قليلة ومعظم أفرادها يمتازوا بسعة العيش، والبعض يظن أن الرهبنة المسيحية قد تأثرت بالنسك الهندي الذى انتقل عن طريق فئة من التجار الهنود الذين وفدوا إلي مصر، وكانوا يدينون بالديانة البوذية، ولكن هذا الرأي لم يستند إلى أدلة ملموسة تؤيد لنا هذا، وعلى خلاف هذا الفريق من العلماء والدارسين الذين يعتقدون بتأثر الرهبنة المسيحية بالحركات النسكية السابقة. هناك فريق مؤمن باستقلالية نشأة الرهبنة المصرية عن أي حركات سابقة عليها. فالرهبنة لم تكن مبنية على الأمور العقلية لأن ظهورها كان بين البسطاء والفلاحين وغير المتعلمين (Judaeus, & Colson, 1941).

وقد أشارت العديد من المراجع بأنه في القرن الرابع الميلادي كان يوجد مكرسين يدعون بأبناء العهد، ولكن بعض التراجم عرفتهم بالرهبنة البدائية التي اختلفت مع الرهبنة المصرية في سوريا وبلاد ما بين النهرين (White, 1932).

قوانين الأنبا باخوميوس التي تسير عليها الأديرة الآن في كل أرجاء العالم (Pachomius, 2015; Rousseau 1995):

١- **<u>رئيس الدير:</u>** ويعرف للرجال (أرشمندريت) وللنساء (تماف). ويجب أن يكون رئيس الدير مستقيم ولا يرائي في شيء ولا يأخذ بوجه إنسان، بل يقطع بكلمة الحق باستقامة، ويكونون جميع الأخوة عنده في المحبة الروحانية سواء. ولا لأحد سلطان من جميع الرهبان المقيمين بالدير أن يحكم عليه. ولا يلزمه بما يخالف الواجب. لكن السلطان له وحده أن يقبل من يشاء قبوله ممن عرف بالسيرة الصالحة.

فقد انتشرت نظمه وقوانينه شرقاً وغرباً وليس أدل على ذلك أكثر من نقل كاسيان تراث الرهبنة الشرقية إلى الغرب والتمثل بها كما نقل كاسيان بعد عودته من إقامة فترة بمصر وخاصة بأديرة الأنبا باخوم أنشأ ديرين أحدهما دير للرجال باسم فيكتور وآخر للراهبات. وقد قال عنه كاسيان أن الأنبا باخوم أوهبه الله موهبة خاصة به وهي (توجيه النفوس).

٢- **<u>الكنيسة:</u>** من أهم المهام الاهتمام بأمور البيعة وملازمة السبع صلوات بحضور جميع الأخوة. ويكون الرئيس المتقدم على الأخوة في الحضور، حين يدق جرس الكنيسة في أوقات الصلوات الليلية

والنهارية والقداسات ولا يتأخر عن الحضور إلا من كان ضعيفاً (مريضاً) لا يمكنه الحركة. ويقف كل منهم في الموضع الذى حدده له الرئيس ليعرف به بثباته فيه. وإن كان التأخير نتيجة تهاون فيعامل بقانون الدير المعروف وهو ألا يشارك الأخوة في المائدة العمومية، بل يأكل خبزاً وملحاً.

٣- **<u>البوابة (الفاتولى):</u>** يجب على الأخ المؤتمن للكلام المنتخب لملاقاة الناس الذين يحضرون إلى الدير ألا يخرج على النظام المتبع في ضيافتهم، ويجب على جماعة الأخوة (الرهبان) أن لا يقابلوا أحد من الضيوف ولا يتكلموا مع أحد إلا بحضوره (البوابة) ولا يأخذ أحد ولا يعطيه شيئاً إلا بإذن البواب. والواجب على الأخ المنتخب للكلام أن يقوم بهذه الخدمة أتم قيام، ويجب على الأخوة مساعدته وقت اضطراره إليهم. متى دق الناقوس (جرس العمل الجماعي). والخدمة تكون للساعة الثالثة إذا لم تكن ضرورية وإن كانت ضرورية تكون إلى حد قدرة الأخوة. ليس لأحد سلطان إلا لرئيس الدير ولا لأحد من شيوخ الدير (الرهبان الكبار).

بجانب ما ذكر يوجد قواعد أخرى هامه لابد الالتزام بها تعرف بالحرام على الراهب ألا يشتهى معاشرة إمراه وان يمس النار من أن يمس إمراه، وحرم عليه أن يكون مغرور كما يذكر الرب يضع المتكبرين ويرفع المتواضعين.

حرم عليه أن يعاتب أحد فمن أنت يا من تدين غيرك، وألا يحارب الناس أحبوا أعدائكم وصلوا لأجل الذين يطردونكم. وألا يتذمر لأنه مكتوب الشكوى تنتج الضرر، وألا يفكر في الحصول على المال لأنه ذكر (لا تكنزوا لكم كنوزا على الأرض).

حرم على الراهب أن يسكر استنادا الى مبدأ لا تسكروا خمراً فالمسكر عجاج. حرم على الراهب أن يؤمن بالأحلام لأنه مكتوب الحلم والسحر يقودان إلى الخطأ حرم عليه ألا يكثر من الكلام لأن كثرة الكلام لا يخلو من معصيه، حرم الحديث بالباطل كل كلمة بطالة، يعطون عنها حساب يوم الدين.

قانون إنجيلى "من لا يعمل لا يأكل" لا يتأخر أحد عن شغل الدير لا كبير ولا صغير لكن لكل واحد منهم عمله بحسب قوته وضعفه على قدر ما يقرر الرئيس بالدير. ولا ينبغي أن يتكبر أحد على شغل الدير، ويوفر نفسه وينبغي أيضا على كل من هو في خدمة أن يقوم بها بخوف الله ويعلم أن الله مطلع عليه في جميع حركاته وأفعاله وأفكاره. ويجازيه عن ذلك إن كان خيرا فخيرا وإن كان شراً فشراً (لارك، ٢٠٢٣).

في أمر يوم الأحد لا يعمل أحدا شغل من سائر الأشغال ما خلا المطبخ. ويكون النهار مصون عن الأمور الجسمانية والاعتماد فيه على الأمور الروحانية المختصة بالله تعالى. ولا يفتح

باب الدير لكل من باقي إليه إلا بعد التحفظ الشديد والمشورة في ذلك. سواء كان القادمون رهبان أو علمانيين حتى لا يدخل من لا يصلح. وإن دخل أحد إلى الدير لضرورة ما فليس لأحد من الرهبان أن يدنو منهم (يقترب منهم) أو يدخل به إلى قلايته.

كل أخ يغضب ويشتم أحدا من الأخوة يكون قانونه خمسة أيام يأكل خبزاً وملحاً ومن يعود لسانه للشتم واللعن قانونه سبعة أيام خبز وملح، وكل أخ يرفع يده على أحد من الأخوة ليضربه فقانونه أي عقوبته أن يظل لمدة سبعة أيام يأكل خبزا وملحا فقط (شنوده، ٢٠٠٩).

ملابس الرهبان

لكل جزء من أجزاء زي الراهب معنى، وكل قطعة من ملابسة لها دلالة روحية معينة، ومن خلال تحديد المعالم الخارجية نستطيع أن نفهم حياته الداخلية (المسكين، ١٩٧١).

أولاً: الثوب (الجلابية): وتدعى كولوبيوم (Colobium) وهى مشتقة من كلمة (كولوبوس) القبطية ومعناها قصير وتحولت كولوبوس إلى كولوبيا وإلى جلابية. وتعرف أيضا بالقصارية، وهي شائعة في مصر (عاشور، ٢٠١٥).

وكانت ملابس الرهبان في السابق بيضاء، وخاصة الثوب الذي يرتدونه. لكن في عصر الحاكم بأمر الله، أبي علي منصور بن العزيز بالله، في عام ٩٩٦م، فرض على النصارى ارتداء ثياب الغبار وربط الزنار حول وسطهم. كما أوجب عليهم ركوب البغال بدلاً من الخيول، واستخدام السروج واللجم غير المزينة بالذهب. وأمر بأن تكون ثيابهم وعمائمهم سوداء، ومنذ ذلك الحين أصبح اللون الأسود هو السائد في ملابس الكهنة والرهبان، حيث كان الراهب يرتدي هذا اللون طوال اليوم. يُعرف هذا الثوب أيضًا بالمرقعة، وقد وصفه الآباء الشيوخ بأنه ثوب قديم يُستخدم لأداء الأعمال الشاقة. ومن أقوال القديس ثيوذورس الفرمى، أنه كان يمتلك عباءة ممزقة (White, 1932).

تُعتبر الملوطة، أو ما يُعرف أيضًا باسم Melotes، من أهم الأشياء التي يحتفظ بها الراهب ليدفن فيها، وهي مشتقة من كلمة "ميلون" التي تعني غنم. في الوقت الحاضر، تم استبدالها بالكتان وأنواع القماش الرخيصة. كانت الملوطة تُعتبر لباسًا موحدًا لجميع الرهبان، حيث أوصى الأنبا أنطونيوس بتوريث ملوطته لتلميذه سرابيون، كما حرص الأنبا باخوميوس على وجودها حتى اليوم، ففي البداية، كانت الملوطة قصيرة، لكنها تطورت لتصبح طويلة وواسعة. غالبًا ما كانت تُصنع من

الشعر أو الوبر، لتكون لباسًا يُعبر عن التقشف وقهر الجسد. وقد ورد في أقوال الآباء الشيوخ أن القديس أرساثيوس كان يمتلك جلبابًا من الجلد، وقميصًا أبيض مصنوعًا من شعر الماعز، وصندلًا من قش النخيل. يُرمز القميص المصنوع من شعر الماعز إلى إماتة الشهوات، كما أنه يتميز بمتانته وطول عمره. (اسحق، ٢٠١٣).

والقصارية عبارة عن جلابية قصيرة تصل إلى الكوعين والركبة، وترك بقية الأذرع والأرجل عارية، لذلك سميت بالقصارية، وهي لبس العمل واللبس الدائم، ويوجد في كل قلاية (فرو من جلد الماعز يسمونه ميلوت)، وقد منع الأنبا باخوميوس لبس هذا الرداء للراهبات (امين، ١٩٦٤).

ثانياً: القلنصوة (غطاء الرأس) هي غطاء يُرتدى على الرأس كقطعة مستقلة تمامًا، حيث لا تتصل بأي ملابس أخرى، وتُربط تحت الذقن أو حول الرقبة. عندما يرتدي الرهبان هذه القلنصوة، فإنهم يتشبهون بالأطفال الصغار، إذ ترمز إلى البراءة والبساطة والنقاء، حيث لا يوجد فيها مكر أو حقد أو نجاسة، كما هو الحال مع الملائكة. ويُعتبر الأنبا أنطونيوس، أبو الرهبان، هو أول من ارتدى القلنصوة، حيث تظهر في صورته الموجودة في الهيكل البحري بكنيسة دير الأنبا مقاريوس في وادي النطرون (إسحق، ٢٠١٣).

تُصنع القلنصوة من شريط قماش طويل ورقيق، يتراوح طوله بين ٧ و٨ سم، وعرضه بين ٥ و٧ سم. يحتوي الجزء العلوي من القلنصوة على اثني عشر صليبًا، ستة منها على كل جانب، ترمز إلى تلاميذ المسيح. وفي المنتصف، يوجد زر بخيط، وأسفله صليب كبير يمثل المسيح. كما يرمز الاثنا عشر صليبًا إلى الفضائل الاثني عشر التي ينبغي أن يتحلى بها الراهب، وهي: (الإيمان – الرجاء – المحبة – الطهارة – البتولية – السلام – الحكمة – البر – الوداعة – الصبر – طول الأناة – النسك).

وتنتهي القلنصوة بطرحة، تتدلى على كتف الراهب لتغطي رقبته. وهي ترمز إلى أن الراهب قد طرح العالم وراء ظهره، واتجه بكيانه وجزئياته إلى المسيح وإلى الحياة الأبدية. وقد قال المسيح: (ليس أحد يضع يده على المحراث وينظر إلى الوراء يصلح لملكوت الله) (إسحق، ٢٠١٣).

وقال الملاكان للوط وأسرته: (أهرب لحياتك لا تنظر إلى ورائك، أهرب إلى الجبل لئلا تهلك).

ولما نظرت امرأة لوط إلى ورائها صارت عمود ملح. وارتداء الراهب للقلنصوة استنادا إلى الكتاب المقدس أيضا مثل ما فعل موسى عند تكريس هارون حيث أمره بوضع العمامة على راسة.

ثالثاً: الأسكيم: يرتديه جميع الرهبان ويعرف كذلك باسم الأباليون وهى كلمة قبطية بمعنى شكل ويرمز إلى الشجاعة، والأمانة. وهو عبارة عن شريطين من الجلد عليها رسم الصليب. يتمنطق به الراهب، تتقابل خلف العنق وتتقاطع أمام الصدر ووظيفتها التقليل من اتساع الجلباب تحتها عندما يقوم الراهب بالأعمال اليدوية، وعرف في العصر الإسلامي باسم الزنارة، وغالباً كان يصنع من الصوف المنسوج مزدوجاً أو من الجلد المضفور وبه عدة صلبان في الظهر والصدر. وفى تطور لاحق أصبح يلتحم بالمنطقة ليستر الجسم كله (White, 1932).

رابعاً: المنطقة الجلد: هي شريط من الجلد عليه رسم ثلاثة صلبان وهى كالحزام تماماً لكنها أعرض، وتصل في عرضها إلى ٥ سم، وتناسب من حيث طولها وحسب جسم الراهب، ويعرف هذا في أثناء رسامته. والمنطقة عادة يلبسها الراهب ليشد جسده في ممارسة الأعمال الروحية (كالصلاة والميطانيات والسجود). فهو لا يقوم بمثل تلك الأعمال إلا وهو متمنطق.

خامساً: الشال أو الشملة: يعرف باسم "مافوريون" (Mapoplou)، ويغطى الرقبة والكتفين. ولم يكن له استعمال واسع كباقي قطع الملابس الأخرى، ويمكن للشال أن يكون كالكوفية ليس بعريضة ومن نفس نوع الصوف. لهذا قد يحل محل العباءات والمعاطف الثقيلة. ويمكن الاستغناء عنه بلبس (الأسكابلور) وهو ما يلبس على المنكبين والصدر والظهر – فهو ذو قطعتين متقابلتين تتدلى إحداهما على الصدر والأخرى على الظهر (المسكين، ١٩٧١).

سادساً: الصندل "النعل": كان يصنع إما من سعف النخيل أو أليافه ويرتديه رهبان مصر لحمايتهم من برودة الأرض وحرارتها. وكان الأنبا باخوميوس يعرف لكل راهب ضمن المهمات التي يسلمها له، ومن عادة الرهبان خلعة عند التناول (صموئيل، ١٩٩٩).

سابعاً: العصاة أو العكاز: وهي عبارة عن جريدة من النخيل كان يحملها الراهب أثناء سفرة. وكانت بالنسبة للآباء الشيوخ ترمز إلى قوة عصاة موسى. وكان للقديس أنطونيوس عصاة من الجريد على شكل حرف T وأغلب صور أنبا أنطونيوس رسم فيها مستندا إلى تلك العصاة. وعادة إلى الآن كثير من الرهبان لديهم للاستناد عليها خاصة في صلواتهم الليلة. ولها كذلك مدلولها، فالعصا في استقامتها وصلابتها تشير إلى الراهب صلابته وعدله (عاشور، ٢٠١٤).

الخاتمة:

خلصت الدراسة إلى مجموعة من النتائج الأساسية لعل أهمها:

١- الحياة الرهبانية تمثل أحد أبرز الجوانب الروحية في التقليد الديني، حيث تجمع بين التفاني في الطقوس الدينية والتخلي عن ملذات الدنيا.

٢- الحياة الرهبانية تمثل نمطًا فريدًا من التوجه الروحي الذي يسعى من خلاله الأفراد إلى الاقتراب من الله وكسب الفهم الأعمق لمقاصده.

٣- تُعَدُّ الحياة الرهبانية واحدة من أقدم التقاليد الروحية التي مورست، حيث برزت كخيار للتحصيل الروحي والابتعاد عن مشاغل الحياة اليومية.

٤- تعتبر الرهبنة من الممارسات الروحية العميقة في الثقافة الدينية والروحية.

٥- أول من أسس هذا النظام هو الأنبا باخوميوس حوالي ٣١٨م ولهذا سمى بأبي الشركة. وقد تتلمذ الأنبا **باخوميوس** على يد الأنبا **بلامون** بعد أن ترك العمل في الجيش الروماني.

٦- تأثرت ممارسات الرهبنة بشكل عميق بحركات النسكية، وأبرزت تغيير نمط الحياة اليومية وتقبل ثقافة الوحدة والعزلة، وإقامة مراسيم جديدة، وتكوين ثقافة المعرفة، حيث كانت أسلوب حياة مخصصة لخدمة الإلهية.

المراجع:

قائمة المراجع العربية

- أبى منظور (١٣٠٠هـ) لسان العرب، ط١، مطبعة بولاق.
- أرمان، أدولف (٢٠١٩) ديانة مصر القديمة، القاهرة: وكالة الصحافة العربية للنشر والتوزيع.
- اسحق، حسان (٢٠١٣) اسرار الديانات القديمة، دمشق، دار علاء الدين للنشر والطباعة والتوزيع.
- امين، حكيم (١٩٦٤) دراسات في تاريخ الرهبانية والديرية المصرية: مع دراسة مقارنة لرهبنة وادي النطرون حتى الفتح العربي، منشورات جامعة ميتشيغان عام ٢٠٠٦م.
- حاج ياسين، رياض (٢٠٢٢) "صورة الدولة العباسية وأخبارها في المصادر السريانية منذ التأسيس حتى نهاية عهد الخليفة المعتصم بالله"، مجلة اتحاد الجامعات العربية للآداب، المجلد العشرون، العدد الثاني.
- حبيب، رؤوف (١٩٧٣) تاريخ الرهبنة والديرية في مصر واثارهما الإنسانية على العالم، مصر:

مكتبة المحبة.

- حسن، سليم (١٩٤٥) آداب الفراعنة، مطبعة لجنة التأليف والترجمة.
- الربيعي، إسماعيل (٢٠٠٧) "من التاريخ إلى فلسفة التاريخ: التأليف والتركيب"، مجلة اتحاد الجامعات العربية للآداب، المجلد الرابع، العدد الثاني.
- سعفان، كامل (١٩٩٩) معتقدات اسيوية، القاهرة: دار الندى للنشر والتوزيع.
- صموئيل، الانبأ (١٩٩٩)، تاريخ أبو المكارم عن الكنائس والاديرة في القرن (١٢) بالوجه القبلي، كنائس وأديرة البساتين والفسطاط ومصر، الجزء الثاني، القاهرة: النعام للطباعة والنشر.
- عاشور، شروق (٢٠١٤) محاضرات في التاريخ والأثار البيزنطية، القاهرة، مطبعة مدبولي للنشر والتوزيع.
- عاشور، شروق (٢٠١٥) المنسوج الكهنوتي، مجلة كلية الآثار بجامعة قنا، ١٠(١)، ١٠٤-١٢٤.
- العبادي، مصطفى (١٩٩٩) مصر من الإسكندر إلى الفتح العربي، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية للنشر والتوزيع.
- علي، عصام الدين محمد (١٩٩٢) ديانات ومذاهب أهل العالم، الإسكندرية، منشأة المعارف للنشر والتوزيع.
- غلاب، محمد (١٩٧٠) الإسلامي: منشؤه وتطوره ومذاهبه ورجاله. القاهرة: المجلس الأعلى للشئون الإسلامية.
- كامل، مراد (١٩٦٤) من دقلديانوس إلى دخول العرب، القاهرة: مكتبة الشرق.
- لارك، هارالد (٢٠٢٣) الكتاب الثاني من الرسائل، مراجع الكتاب المقدس، دار تيندبل للنشر والتوزيع.
- المسكين، متى (١٩٧١) الرهبنة القبطية، مصر: مكتبة المحبة.
- النصرات، محمد والطويسي، سعد (٢٠١٣) انتشار المسيحية في جنوب الأردن خلال الفترة البيزنطية "٣٢٤-٦٣٦م) الأدلة التاريخية والأثرية، المجلة العربية للعلوم الإنسانية، ٣(١٢٢)، ٨٧-١٣١.
- هيكل، محمد حسين (٢٠٠٨) حياه محمد، الإسكندرية، منشأة المعارف للنشر والتوزيع.
- يوحنا، منسي (١٩٢٣) تاريخ الكنيسة القبطية – مشروع كنوز قبطية، مصر: مكتبة المحبة.

قائمة المراجع الإنجليزية

- Agamben, G. (2013). *The highest poverty: Monastic rules and form-of-life*. Stanford University Press.
- Binns, John. (2020). *The T & T Clark History of Monasticism. The Eastern Tradition*. London: T & T Clark.
- Bohlig, Alexander (1953) Studien Zur Erforschung des christlichem Agypten Hefte 1-3 Munchen.
- Christie, Douglas, and Bernadette Flanagan. (2020). *The Oxford Handbook of Christian Monasticism*. Edited by Kaczynski Bernice. Oxford: Oxford University Press, pp. 634–44.
- Conze, E. (2003). *Buddhism: Its essence and development*. Courier Corporation.
- Goehring, J. E. (1999). *Ascetics, society, and the desert: Studies in early Egyptian monasticism*. A&C Black.
- Judaeus, P., & Colson, F. H. (1941). *Philo, Volume IX: Every Good Man is Free. On the Contemplative Life. On the Eternity of the World. Against Flaccus. Apology for the Jews. On Providence*. Harvard University Press.
- Kieschnick, J. (2009). Buddhist monasticism. In *Early Chinese Religion, Part Two: The Period of Division (220-589 AD)(2 vols.)* (pp. 545-574). Brill.
- Lester K. Little & monks & Nuns & Saints & Outcasts(2000) religion in medieval society: Essays in Honor of lester K. Little. Cormell university press.
- Pachomius, S. (2015). *The Rules of Pachomius*. Aeterna Press.
- Park, J. C. A. (2013). *Spiritual Growth and Healing Through Monastic Experience: A South Korean Benedictine Exploration of the Monastery Stay Experience* (Doctoral dissertation, Regis College).
- Peters, G. (2015). *The Story of Monasticism: Retrieving an Ancient Tradition for Contemporary Spirituality*. Baker Academic.
- Peters, Greg. (2018). *The Monkhood of All Believers, the Monastic Foundation of Christian Spirituality*. Ada: Baker Academic.
- Venarde, B. L. (2018). *Women's monasticism and medieval society: nunneries in France and England, 890–1215*. Cornell University Press.
- Vlachos, G. (2018). Monasticism, its birth, evolution and characteristics. *Pharos Journal of Theology*, *99*, 1-20.
- White Evelyn (1932) The monasteries of wadi natrun part 11 the History of the monasteries of nitria and of scetis New York.
- Wingerter, R. (2014). *Regaining Your Spiritual Poise: How Christians Can Regain Balance and Meaning in Their Lives Through the Practice of Retreat and Christian Spirituality*. WestBowPress.