Studies in Spirituality - Weekly Torah Portions by Rabbi Lord Jonathan Sacks zt"l

في رِحاب التّوراة

دِراساتٌ وحِواراتٌ روحانيّة مُعمّقة في النّصوصِ التّوراتيّة الأسبوعيّة مع
الحاخام جوناثان ساكس

Arabic Translation by *The Connecting Hamza NGO*
Sponsored by *The Sir Naim Dangoor Centre for Universal Monotheism, Bar Ilan University*

Jonathan Sacks
THE RABBI SACKS LEGACY

The Original text in English and translations to other languages can be found here:
Covenant & Conversation | Tetzaveh | Inspiration and Perspiration | The Rabbi Sacks Legacy

"تِصَفيه" هو النصّ الأسبوعي الثامن من كتاب "شموت" (سِفر الخروج) ويبدأ هذا النصّ الأسبوعي بالآية العشرين من المقطع السابع والعشرين، وينتهي بالآية العاشرة من المقطع الثلاثين

الإلهامُ والعَمَلُ الدَّؤوب

Arabic Translation by *The Connecting Hamza NGO*

كان الموسيقيّ المعروف بيتهوفِن يستيقظُ من نومِه معَ بزوغ فجرِ النّهار، ثمّ يحتَسي فنجاناً من القَهوة، لكنه كان مهووساً بالتفاصيل لدرجة أنّ كلّ فِنجان كان يجبُ أن يُطحنَ من ستين حبة قهوة، دون زيادةٍ أو نُقصان، حيث كان يُحصيها بنفسهِ حبةً تِلو الأخرى كُلّ صباح. وبعد ذلكَ كان يجلسُ في مكتبهِ ليؤلّف المقاطع الموسيقيّة حتى الساعة الثانية أو الثالثة بعد الظهر. وبعد ذلك كان يخرجُ من بيته ليتمشى مُصطحباً معه قلماً وبعض الأوراقِ حتّى يدوِّن أي نغماتٍ قد تخطرُ بباله أثناء المَشي. وفي كل ليلةٍ كان يتناولُ عشاءهُ ثم يحتَسي زجاجةَ جِعة ويُدخّن الغَليون قليلاً، ثم يذهبُ إلى فراشه ليخلد إلى النومِ السّاعة العاشرة ليلاً كحدٍ أقصى.

وكان الكاتب والروائي الإنجليزي أنتوني ترولوب يعملُ خلال النهار في مكتبٍ للبريد، كما كان يدفعُ المال لشخصٍ مُعيّنٍ حتى يوقظهُ كل يوم في تمام السّاعة الخامسة صباحاً، ليكون بعدها بنصف ساعة كل يوم في مكتبه وينهمر في الكتابة لمدة ثلاث ساعاتٍ متواصلة، بحيثُ يُصارِع الوَقتَ ليُكتب بمعدّل مائتين وخمسين كلمة كُلّ ربع ساعة، في حال أنهى إحدى رواياته قبل أن تنتهي الساعاتُ الثلاثة المخصصة لها، كان يجلبُ ورقةً جديدة ويبدأ على الفور بكتابة روايةٍ جديدة، وبهذا الأسلوب نجح في تأليف ستة عشرَ كتاباً، عدا عن سبعة وأربعين رواية تحتوي كثير منها على ثلاث مُجلّدات.

والحال نفسهُ بالنسبة للفيلسوف الألماني الكبير إيمانويل كانط والذي اشتُهِر بروتينه الثابت طيلة فترة حياته، لهذا تحدّثَ عنه الشاعر هاينرش هاينه واصِفاً روتين حياته قائلاً: "كان ينهضُ من النوم، يحتَسي القهوة، يكتبُ ثم يُلقي المُحاضرات، يأكل ثم يتمشّى، كان يفعلُ جميع هذه الأمور في وقت مُحدّد، لدرجة أن الجيران كانوا يعلمون أن السّاعة هي الثالثة والنصفُ بعد الظهر حين يخرجُ إيمانويل من بيته مُرتدياً معطفه الرماديّ حاملاً عصاه الإسبانيّة بيده".

في الحقيقة، لقد دُوِّنَت هذه التفاصيل الصغيرة من حياةِ أكثر من مئة وخمسين فيلسوفاً وفناناً ومُلحِّناً وكاتِباً في كتابٍ لماسون كوري أطلق عليه اسم "طقوسٌ فنية: كيف يعملُ المُبدعون" (*Daily Rituals: How Great Minds Make Time, Find Inspiration, and Get to Work*)[1]. والغاية من هذا الكتاب بسيطة جداً: فالكتابُ يُبيّنُ لنا بأن أكثرَ المُبدعين كانوا مُلتزمين بعاداتٍ وطُقوسٍ يوميّة، ومن هذه التربة الخصبة نبتت ونَمَت بذورُ إبداعهم، وفي كثيرٍ من الأحيان كانوا يَعملون بوظائفَ لم يكونوا بحاجةٍ لها أصلاً، فكانوا يقومون بها لا لسببٍ سوى رغبتهم في إيجادِ روتينٍ ثابتٍ لحياتهم اليوميّة. فعلى سبيل المثال لا الحصر، نجدُ أن الشاعرَ الأمريكي والاس ستيفنز كان يشغلُ وظيفةَ مُحامي تأمين في شركة هارتفارد للتعويضات والتأمين على الحوادث، وظلّ في تلكَ الوظيفة حتى وفاته. وعندما سُئِل عن ذلك، أجابَ بأن الوظيفة هي أحد أفضل الأمور التي حظيَ بها في حياته، موضّحاً بأن "الوظيفةُ الثابتة تُضيفُ الانضباط والانتظامَ إلى حياةِ المرء".

في الوقت نفسه، فلننتبه إلى حجم المفارقة هُنا، فهؤلاء جميعهم كانوا روّاداً ومُبدعين في اختصاصاتهم ومجالاتهم، ممن كان لهم الفضلُ في إحداثِ تغييرات مهولة في تلك المجالات وأضافوا لها أفكاراً وجوانبَ مُبتكرة، فكانوا المُحدّثينَ الذين قاموا بما لم يقُم به أحدٌ من قبل، فغيّروا شكلَ العالمِ وخاضوا غِمار المجهول في شتّى المجالات. لكن ورغم هذا كله نجد أنّهُم عاشوا حياةً تعتبرُ نقيضاً لهذا كُلّه: حياةً روتينية تملؤها الرتابةُ والطقوس والعاداتُ اليومية الثابتة التي قد يصفها أحدُنا بالمُملّة! فما الذي يُفسِّر هذا التناقض؟

في الواقع فإن الإجابة موجودة في هذه المقولة المعروفة – رغم شهرتها إلا أنه لا أحد يعرفُ من كان قائلُها الأصلي – والتي تقول: **"العبقريةُ مزيجٌ يتكوّنُ من واحدٍ بالمائة من الإلهام، وتسع وتسعين بالمائة من العملِ الدَّؤوب"**. وهذا بالفعل فيما يحدثُ على أرض الواقع، فالاكتشافاتُ العلميّة الخَلّاقة والبحوثُ العلميّة التي تشُقّ دروباً جديدة في الحياة، والمُنتجاتُ التي تترتّعُ على عرش النجاح، والرواياتُ الفذّة، والأفلام الحائزةُ على أهمّ الجوائز، جميع هذه الأمور هي نتاجٌ لسنينَ عديدة وساعاتٍ طويلة من العملَ المُضني للتركيزِ على أدقّ التفاصيل، بالتالي فإن العمل الدؤوب هو جُزء لا يتجزّأ من الإبداع والابتكار. في الوقت نفسه، فإن كلمة **"عَفْودَاه"** في اللغة العبرية القديمة تَعني العملَ الشاقّ، كما يوجدُ لها معنىً آخرُ وهو عِبادة الله عزّ وجلّ، وكأنها تقول لَنا **بأن ما يَنطبقُ على الفنّ والعلم والتجارة والصناعة، ينطبقُ على الحياة الروحانيّة أيضاً**، لأن تحقيق أي قدرٍ من السموّ الروحيّ في حياةِ الإنسانِ يتطلّبُ جُهداً مُستمراً وعاداتٍ وطقوساً تُمارَسُ بشكلٍ يوميّ.

لهذا، فإننا نجدُ كبار حاخامات اليهود قد وضعوا نصبَ أعينهم فقرةً استثنائيّة من فقرات **الأجاداه** (جُزءٌ من المدراش*)، فاستَنبطوا منها تصوّرهم حول "كلال چَدول بَتوراه" (بمعنى مبدأ عظيم في التوراة)، وفي هذا السياق يقول الحاخام الكبير بن عَزاي بأن الآية الأولى من المقطع الخامس من سفر التكوين: **"خَلَقَهُ اللهُ بِشَبَهِهِ"** هي أعظم آية توراتية. في حين يوضِّحُ الحاخام الكبير بن زوما بأن هنالك آية توراتية أُخرى أكثر شمولاً، ألا وهي الآية الرابعة من المقطع السادس من سفر التثنية: **"اسمع يا إسرائيل: اللهُ إلهنا رب واحد"**. أما الحاخام الكبير بن ناناس فيرى أن هنالك آية أكثر شمولاً من ذلك وهي الآية الثامنة عشر من المقطع التاسع عشر من سفر اللاويين والتي تقول: **"أحبّ جارَكَ كما تُحبُّ نفسَك"**. أما الحاخام الكبير بن پازي فقد قال بأنه وجدَ آيةً تتضمنُ بين ثناياها مبدأ أكثر شمولاً واحتواءً من تلك الآيات، مُقتبِساً الآية التاسعة والثلاثين من المقطع التاسع والعشرين من سفر الخروج والموجودة في هذا النصّ الأسبوعيّ من التوراة، والتي تقول: **"أحدُهُما (الخِراف) بالغداة والآخرُ بين الغُروبين"**، بالتالي تتحدّثُ هذه الآية عمّا نصفهُ اليوم بِصلاة **الشّحاريت** (صلاةُ الفجر) وصَلاة **المِنحاه** (صلاةُ الظّهر أو العَصر) وصلاة **المَعرِيف** (صلاةُ المغرب). بصريحِ العبارة، فإن هذه الآية تتحدّثُ عن الروتين اليوميّ، بالتالي فإن ما خلصتَ إليه تلك الفقرة من نصّ بن بازي: الشريعة تُطابق ما يقوله بن پازي.[2]

***مُلاحظة توضيحية من المترجم:** المِدراش هو مصطلحٌ يُشيرُ إلى التفاسيرُ اليهودية المُوسّعة للكتاب اليهوديّ المُقدس (التناخ)، بحيث تستندُ هذه التفاسير إلى نمطٍ حاخاميّ شائع الاستخدام في كتاب التلمود (التلمودُ هو النصّ المركزيّ في الحاخامية اليهودية ويعدّ المصدر الأساسي للديانة اليهودية وللشريعة اليهودية المعروفة باسم الهلاخاه). ومن ناحية لغويّة فإن كلمة مِدراش تَعني تفسيرَ النصّ بالنّص، كما تعني أيضاً الدّراسة، وهي مُشتقة من الجذر "دَ.ر.ش" في اللغة العبرية، والذي يحمل في طيّاته أكثر من معنى، منها البحث المُتأنّي والاستفسار والطلبُ، وتظهرُ اشتقاقاتُ كثيرة لهذا الفعل على نحو مُتكرر في الكتاب اليهودي المُقدس. كما أن التفاسير المِدراشية والقراءات الحاخامية للنصوص الدينية تهدفُ إلى البحثِ عن القيمة الموجودة في النصوص والكلمات والحروف أيضاً، وهي تعتمدُ التفاسير المِدراشية على أسلوب طرح الأسئلة حول النص الديني، وفي بعض الأحيان تُجيبُ على تلك الأسئلة، وفي أحيان أخرى تتركُ المجال مَفتوحاً أمام القارئ ليُجيب عنها بنفسه. والتفسيرُ المدراشي يُعد نهجاً يهودياً مُميزاً، فهو لا يُحاول فهمَ الكلمات الموجودة في النصّ الديني وما وراءه من أفكار فحسب، بل يذهب بعيداً ليتطرّقُ إلى ما هو غيرُ موجودٍ في الآية، أيّ كل حرف وكل كلمة لم تُذكَر في هذا النصّ. إن الأسلوب المدراشي يتضمّنُ تفسيراتٍ قديمة للتوراة المكتوبة والشفهية (القوانين والمناسك الدينية التي انتقلت بالمشافهة)، بالإضافة إلى الكتابات الحاخامية التي لا تتمحور حول القوانين (أغاداه) أو التشريعات الدينية اليهودية (الهلاخاه) التي تجسِّدُ بالعادة تفسيراً مُكثّفاً لتفسير نصوصٍ معيّنة من الكتاب اليهوديّ المُقدس (التّناخ).

والغايةُ ممّا قاله الحاخام بن پازي واضحة وُضوحَ الشّمس في كبدِ السماء: إن جميعَ القيم والمُثُل العُليا في هذا العالم، بِدءاً مِن خلقِ الإنسان بصورةِ الله عزّ وجلّ والإيمان بوحدانيّته ومحبّة الجارِ وغيرها من القيم، جميعها بنهاية المطاف تندرجُ تحتَ سلوكياتِ الجسدِ التي تُصبِح مع مرور الوقتِ سلوكيّاتٍ للفُؤاد.

فبإمكانٍ أي منّا أن يتذكّر لحظة من لحظاتِ العبقريّة التي شعر بها عندما خطرت بباله فكرة عظيمة وخلّاقة، أو عندما بنى تصوّراً لمشروع سيُغيّرُ حياته. لكن بعد مضيّ سنة أو أسبوعٍ وربّما يومٍ واحدٍ على ذلك الشعور، ستكون تلكَ الفكرة طيّ النسيان، وفي أحسن الحالات قد تُصبح ذكرى من ذكرياتنا البعيدة.

كما أن الذين يُحدِثونَ تغييراً في هذا العالم – أياً كانَ حَجمهُ – هُم أولئكَ الذين ينجَحونَ بتحويل التجاربِ التي يكونون فيها في ذروة النجاح أو الفشل إلى نمطِ حياةٍ روتينيّ، إنهُم أولئك الذين ينتبهون لأدقّ التفاصيل ووضعوا عملهُم الدؤوب في إطارٍ مُنضبطٍ ومُنتَظَم، وجعلوا منهُ مساراً ثابتاً لحياتهم مع مرور الزمن.

إنَّ عظمةَ العقيدةِ اليهودية تكمنُ في كونِها تأخذُ مُثُلاً وقيماً عُليا ورُؤىً عظيمة - مِثل صورةِ الله عز وجلّ والإيمان بالله الواحد ومحبة الجار - ثُمّ تحوِّلُها إلى أنماطٍ سلوكيّة في حياة البشر. كما أن الهلَاخاه (قوانينُ الشريعة اليهودية) تتضمّنُ مجموعة من السلوكيّات الروتينية المُنتَظمة التي لا تختلفُ عن تلك التي اتّبعها المبدعون والعُظماء، بحيثُ تُعيدُ هذه السلوكيات إعادة تَشكيل دماغ الإنسان بطريقةٍ تجعلُ حياتَهُ أكثرَ رتابةً وانضباطاً، وتُغيّرُ الطريقةَ التي نَشعُرُ ونُفَكّر ونَتَصَرَّفُ من خِلالها.

كما أن الكثير من جوانبِ الديانة اليهودية قد تبدو لغير اليهود – ولبعض اليهود أحياناً – جوانبَ روتينيّة مُملّة ومُبتذلةً ودُنيويّة تتَكَرَّرُ طوال الوَقت، بل وقد تبدو بأنها ديانةٌ مَهووسةٌ بأدَقّ التَّفاصيل، وبأنها تَخلو من الدراما والإلهام في كثيرٍ من الأحيان. لكن، لو توقّفنا عند هذه الصفات جميعها وسألنا أنفسنا هذا السؤال: أليسَت هذه الأمورُ هي التي تتطلّبها كتابة الرواية وتلحينُ المقطوعة الموسيقية وإخراجُ الفيلم السينمائيّ أو ربما إنتاج تطبيقٍ الكتروني يكتسحُ الأسواق، أو تأسيسُ مصلحةٍ تجارية قد تصل قيمتها لمليار دولار، وغيرها من الأعمال الضخمة؟ إن الأمر بنهاية المطاف يتعلّقُ بالعمل الدؤوب والتركيز الشديد والالتزام بروتينٍ يوميّ مُحدّد، وهذه هي الأسسُ التي تنبع منها الأعمالُ العظيمة دائمةُ الوجود.

وبالنسبة لنا في العالمِ الغربيّ، فقد طَوّرنا وُجهةَ نظرٍ غريبة لمفهوم التجربةِ الدينية، وُجهة نظرٍ تقول بأن التجربة الدينية تتمثّلُ في ذلكَ الشعور الطاغي الذي ينتابُ المَرءَ حينما يمرّ بموقفٍ خارجٍ عن إطار المألوف في التجارب الحياتية الاعتيادية، ذلك الإحساس الذي ينتابُ المرءَ حينما يصعدُ قمّة جبلٍ شاهقٍ وينظرُ للأسفل مثلاً، أو عندما يَنجو بُمعجزة من خطرٍ مُعيّن، أو عندما يجدُ نفسه فجأة بين حشدٍ غفيرٍ من الناس الذين تَغمرهم البهجة والسرور. إنها وجهة النظر التي وصفها عالم اللاهوت اللوثريّ الألماني رودولف أوتو (1869م – 1937م) حين وضّح تعريفه لكلمة "مُقدّس"، حيث قال: **"هي كلمة غامضة (mysterium) مُثيرةٌ للذُّعرِ (tremendum) والدهشة (fascinans) في الآن نفسه"**. وهذا ما ينتابنا فِعلاً في حضرةِ أمرٍ في مَنتهى العظمة والروعة، وجميعُنا بالطبع نمتلكُ تجاربَ مماثلة.

لكن بنهاية المطاف تظل جميع تلك المواقف في نطاق "التّجارِب"، بمعنى أنها تستقرُّ في ذاكرة المرء لفترة زمنية معيّنة، لكنها ليسَت جُزءاً من حياتِك اليومية، كما أن تلكَ التجارب لا تتداخَلُ مع تركيبة شخصيّة كلٍّ منّا ولا تؤثِّرُ على ما يقوم به المرء ولا على إنجازاته أو طموحاته. لهذا فإن الديانة اليهودية تُركّز كثيراً على التغيير الداخليّ للإنسان بحيث يُصبِحُ مُبدعاً خلّاقاً يصبّ إبداعه على أعظم أمرٍ لديه، ألا وهو حياته [3].

والوصول إلى تلك المرحلة يتطلّبُ روتيناً مُنتظماً من السلوكيات والعادات والطقوسِ اليوميّة: **صلاةُ الشحاريت، وصَلاةُ المِنحاه، وصلاةُ المعرِيف،** وطبيعةُ الطعام الذي نتناوله، وأُسلوب حياتنا في العمل والبيت، وتناغُمُ القداسةِ الذي يُعتبرُ بمثابة بُعدٍ دينيّ كهنوتيّ للديانة اليهودية، هذا البُعدُ الذي يتلخّصُ تحديداً في سفرِ اللاويّين بالإضافة إلى هذا النص الأسبوعي من نصوص التوراة.

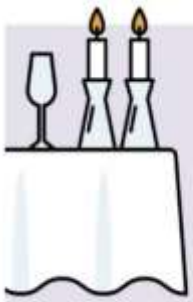
بالتالي يوجدُ للعاداتِ والطُقوسِ اليوميّة أثرٌ كبيرٌ على حياة الإنسان، وهذا ما تُثبتهُ الصورُ المقطعيّة والطبقيّة وصور الرنين المغناطيسيّ للدماغ، والتي تُظهرُ بشكلي جليّ أنّ الطُقوسَ الدينية والروحيّة المُستمرّة تُعيد تَشكيل الدّماغ. إن هذا الروتين الدينيّ اليوميّ يمنحنا قدراً من المرونة الداخلية ويجعلنا نشعرُ أكثرَ بالعِرفان والامتنان، كما أنه يمنحنا ثقةً أكبرَ في مصدرِ

حياتِنا ووجودِنا، ويُعيد تَشكيل هويّتنا والأسلوب الذي نتصرّفُ ونتكلّمُ ونُفكّر من خلاله. لهذا فإن الرّوتينَ اليومي من العادات والطقوس الدينية بالنسبة للروحانية، هو بمثابة التّمرين اليومي للاعب التنس، وبمثابة الانضباطِ في حياة الرّوائي، بل وبمثابة الأسلوبِ الذي يقرأ به وارن بافت حسابات شركاته. إنها شرطٌ أساسيّ للإنجازات العظيمة، وهي أيضاً عِبادة لله عزّ وجلّ، أي "عَفوداه" بالعبرية، نفس الكلمة التي تَعني أيضا العمل الدَّؤُوب.

وإن كنتَ تبحث عن الإلهام، فإنه ينبغي عليك أن تعمل جاهِداً بشكلٍ يومي، وهذا العملُ الدؤوب قد يمتدّ لسنة أو ربما طيلة حياتك، لأن هذا هو الطريقُ الذي يأتي عبرهُ الإلهام. وفي هذا السياق أتذكرُ ما قاله أحد لاعِبي رياضة الغولف حين سُئِلَ عن سرّ نجاحِه، فأجاب: " لقد كنتُ مَحظوظاً، لكن المُضحك في الأمر هو أنني كُلّما تمرّنتُ أكثر، كُلّما أصبحتُ مَحظوظاً أكثر". فكلّما سعيتَ للوصول إلى قِمم الروحانيّة، كُلما احتجت عاداتٍ وطقوساً دينية يومية وروتينيّة من الشريعة اليهودية "الهلَاخاه"، التي تعتبر الطريقَ اليهوديّ المؤدّي إلى اللهِ عزّ وجلّ.

---

1. ماسون كوري، طُقوسٌ يوميّة (New York: Knopf, 2013)
2. هذه الفقرة مُقتبسة من مقدمة تفسير "هاكوتيف" في "عاين يعقوف"، والتي تجمعُ جميع فقرات صلاة الهَجَداه في التلمود. كما أنها مُقتبسة من قبل مهارال في تفسير "نتيفوت عولام" في "أحاڤوت ريبا" الجزء الأول.
3. فكرة طرحها الحاخام يوسف سولوفيتشيك في كتابه "هلاخيك مان" (بمعنى الإنسان المُلتزمُ بالشريعة اليهودية والتلمود).



حَولَ مائِدةِ يومِ السّبتِ المُقَدَّسِ: أَسئِلةٌ لِلتَّأَمُّلِ

1- هل تشعر بوجود معنىً معين في تأدية الطقوس والعبادات اليومية في الديانة اليهودية؟ هل تشعر بأنها مُجدية؟
2- ما الذي تستطيع فعله حتى تمنحك الطقوس والعبادات اليومية التي تؤديها معنىً لتأديتها؟
3- هل تعتقد أن الدين يجب ان يتمحور أكثر حول التجارب الروحانية العَميقة، أم أنك تتفق مع النقطة التي طرحها الحاخام جوناثان ساكس في كون العادات والطقوس اليومية الروتينية تعيد تشكيل وظائف الدماغ وتغيُّر الطريقة التي نشعر ونفكر ونتصرف من خلالها؟

●These questions come from this week's Family Edition to Rabbi Sacks' Covenant & Conversation. For an interactive, multi-generational study, check out the full edition at **https://www.rabbisacks.org/covenant-conversation-family-edition/tetzaveh/inspiration-and-perspiration/**

Arabic Translation by *The Connecting Hamza NGO*
Sponsored by *The Sir Naim Dangoor Centre for Universal Monotheism*, *Bar Ilan University*