

# السواح

## تحكي لنا أمنا ايريني عن السواح :

السواح أصلاً ناس بسطاء عندهم نقاوة وطيبة أغلبهم غير متعلمين ومن أصحاب الحرف : بنائين .. تُجار.. صنّاع .. ومعظمهم علمانيين عايشين متبتلين .. فيهم كام واحد أجنب .. والبناات عندهم قليلين خالص.. والسواح بيتواجدوا باستمرار في الأماكن اللى فيها محبة. وبيبقوا على درجة روحانية عالية، كل واحد في حاله وله عمله ومفیش حد منهم بينشغل بغيره، وهم بيحسوا بينا واحنا عايشين بصلواتهم ..

أحياناً بيروحوا يشفوا مرضى لكن أساساً خدمتهم مركزة في الصلاة والتسبيح .. واللى بيروحوا سياحة، بيكونوا بيحبوا ربنا من كل قلوبهم وقلوبهم نقى ومش بيشكوا في حد ومبيفكروش في الإساءة وبيحبوا اللى أساء إليهم يعنى بيحبوا الكل وعندهم محبة كبيرة لربنا وللناس وهى دى الوصية اللى بتوصلنا ..

بصراحة المحبة هى اللى بتدينا استنارة روحية ودى اللى بتفرح قلب ربنا يسوع المسيح .. محبتنا لبعض وإن الواحد بيدى غيره على نفسه في كل حاجة، ويعمل أى عمل فه انكار ذات وصمت وبيبقى فرحان .. هو ده اللى بيوصلنا، طبعاً مع العمل بالوصايا.

## ملابسهم :

أحياناً بيلبسوا أسود بس لونه بيكون مجرب .. لانهم بيروحوا مثلاً لتاجر قماش تقى ويصلوا في المحل وبيباركوه وياخدوا فضلات القماش، علشان كده نلقى واحد لابس قماش دمور، والثاني لابس قماش مخطط، والثالث لابس لغاية الركبة لأنهم ما بيخدوش توب كامل، بياخدوا بواقى القماش فقط .. اللى يلاقوه قدامهم.. أى فضلة.. وبيكونوا عاملين صلبان صغيرة بسيطة من أفرع الزيتون ويسيبوها بركة في المحل لما يفتحوا المحل يلاقوها..

ومثلاً لما يكونوا عايزين بذور يزرعوها، يروحوا عند تاجر بذور تقى بيحب ربنا وياخدوا من عنده شوية بذور قليلة ويسيبوا مكانها صليب، لأن ما عندهمش فلوس. بياكلوا مرة واحدة في اليوم في الساعة التاسعة.

## شغلهم :

كل واحد منهم ماسك عمل، إما القربان .. أو في الجنية فيه أكثر من واحد .. هما مرتبين شغلهم. وفي الزراعة يزرعوا نخل وخضروات : فجل وجرجير .. ويضفروا خوص، يعملوا منه حصيرة يناموا عليها ويتغطوا بيها، نصها تحتهم والنص الثاني فوقهم.

## أماكنهم مخفية عن العين :

نلاقيهم في مجموعات .. مجموعة في جبل الأنبا أنطونيوس وفي سمالوط .. وفي جبل المحروسة ودرونكة بأسبوط .. في جبل إسنا .. وفي جبل الشرق بجرجا .. وفي جبل الطور وسانت كاترين في سيناء وكمان في صحراء عجيبة في مرسى مطروح ...

مرة من المرات قالوا لى تعالى اقعدى معانا ثلاث او اربع ساعات، فرحت وامبسطت خالص وعطوني بلحة وصمموا إني آكلها وما أشيلهاش في جيبي .. ولما طلبت منهم إني أقعد على طول معاهم، قالوا لى : "ما ينفعش لأنك معروفة، ولو اختفيتي ده هيعمل ضجة كبيرة في الكنيسة ..".

بيبنوا بأنفسهم مغارات بعيدة عن بعض ويبينوا كنايس بالحجارة .. وفي منهم مجاميع بيسكنوا في أكواخ من الجريد والطين .. كل واحد بيعيش لوحده في كوخ وفيه سور صغير حوالين المغارات او الاكواخ زى دير، بس مش مختلطين ببعض، ميعرفوش حاجة عن بعضهم يعنى ده عمل إيه والا بيشتغل إيه.

## صلواتهم :

بيصلوا صلوات السواعى في أوقاتها .. وكل واحد منهم بيصلى التسبحة لوحده؛ ولما يحبوا يصلوها مع بعض، بيكونوا متفقين .. كل مكان فيه كنيسة صغيرة لها باب واطى وحوش كبير وفيها أيقونات أثرية .. تصلى فيها المجموعة مرة واحدة كل أسبوع يوم الأحد .. وفي أسبوع الآلام والأعياد الكبيرة في الكنيسة بيتجمعوا عند القديس العظيم الأنبا أنطونيوس يصلوا ويتناولوا ويقعدوا مع بعض يتكلموا عن ربنا وبعدين يتوزعوا ..

## كل الآباء القديسين وصلوا ازاي للقداسة ؟

تعبوا وجاهدوا .. كان فيه حروب كثير في حياتهم وكانوا بيتألموا كثير، ولكنهم كانوا بيتشددوا ويزدادوا قوة بالصلاة. الإنسان لما يحب ربنا من كل قلبه ويصلى بعمق وروحانية، الروح تبقى قوية جداً وتتغلب على الجسد ..

الصلاة هي كل شيء في حياتنا، وبقوة ربنا وبالصلاة نستطيع كل شيء .. فعلاً بنقرأ الكتب علشان نقدر نصلى.. طبعاً القراءة تجمع العقل وتعطينا استعداد وتأهب، لكن لما نقعد مع ربنا في الصلاة بانسحاق ناخذ منه نعم كثيرة زي الاحتمال والمحبة والإفراز .. الصلاة بتدي اتضاع وفرح وسلام .. أحياناً ربنا يعطينا عطايا ما نستاهلهاش، يعطينا علشان يشجعنا ويجذبنا لمحبهه ويعرفنا بذاته .. كتير من أولاد ربنا نالوا قوة إلهية عن طريق الصلاة..

فياريت كلنا ننتهز أى فرصة نقدر نصلى فيها .. مين يقعد مع ربنا وما يمبسطش؟! .. مين يقعد معاه وما يفرحش مهما كان؟! ممكن نصلى وإحنا في شغلنا .. نتكلم مع ربنا والكلام ده صلاة .. يبقى لما نيجى نقف نصلى صلواتنا بالمزامير، تبقى بعمق واتضاع وانسحاق ومحبة كبيرة .. كل واحد اختبر حالات النعمة اللى ربنا بيعطيها له ..

الصلاة محدش يقدر يعلمها للثاني، دى حاجة تتحس .. لما نقعد مع ربنا ونتعامل معاه من أعماقنا، هنستفيد ونتعلم الصلاة .. وهو ربنا نفسه يعلمنا الصلاة .. ويعزينا في كل مناسبة ويرد علينا .. ويعلمنا ازاى نناجيه في آلامنا .. وفي كل مرة نقعد فيها مع ربنا نطلع بخبرة جديدة.

الواحد لما يصلى، يحاول يتأمل في الكلام اللى بيقله .. الواحد ساعات خصوصاً وهو بيصلى ارتجالى ممكن يلاقى نفسه بيقول كلام غير اللى يفكر فيه .. لأن ربنا نفسه بيعلمه الصلاة.

لو الواحد شعر بملل أو ضجر ومالوش نفس يصلى وقال أنام وأستريح ولو خمس دقائق، هينام على طول ومش هيصلى لأن الشيطان بيكسلنا؛ لكن ممكن نقول ترتيلة أو لحن أو نقرأ اصحاح نعمل بيهم استعداد للصلاة ونشجع نفسنا .. ونقول :

"ياست ياعدرا قوينى علشان أتكلم مع ابنك الحبيب .. خلىنى أقدر أصلى .." وأقول له: "يارب ساعدنى.."  
نلاقى على طول ربنا استجاب ويقول : "تعالوا انتم هتطلعوا بخبرة حلوة جديدة .."

التعزيات ما تجيش إلا بالتعب .. نتعب .. نصبر .. نحتمل .. تيجى التعزية وتنسينا التعب والألم .. وحياة القديسين كانت صبر وجهاد وآلام وتعزيات لأن التعزيات هي اللى بتشجعهم على المشى في الطريق، مش شرط نشوف اعلان .. كفاية لما الواحد يصلى بدموع وانسحاق، بيحس بفرح وسلام جواه .. مش دي تعزية؟ طبعاً تعزية كبيرة..

والكتاب المقدس يقول : "بضيقات كثيرة ينبغي أن ندخل ملكوت السموات .." . (أع ١٤ : ٢٢)

عموماً الواحد لما يبجي يبدأ يصلى ويبقى مش قادر يصلى، يغضب على نفسه ويقول لربنا: "أنا مش عاوز غيرك .. انت اللى بتعزيني وبتفرح قلبى". ويفضل يكلم ربنا .. يلاقى ربنا أعطاه نعمة من عنده يصلى بيها ..

**أنا هأحكى لكم حاجة بسيطة من خبراتى :** فى يوم دخلت قلايتى بعد مشكلة وشد وخلاف مع بعض المهندسين اللى بيخدمونا فى كرير .. كنت فى ضيق شديد، فقعدت أصلى وأقول له : "يارب أنا عايزة خلاص نفسى .. أنا إيه اللى استفدته .. أنا مش ممكن أدخل السماء، وحياتى وأبديتى هأفقدتها .." وصعبت عليا نفسى وبكيت بحرقة شديدة ..

فلقيت نفسى ماشية فى صحراء وشففت باب دير أثرى .. دخلت لقيت باب كنيسة أثرية كلها أيقونات أثرية وفيها روحانية عجيبة وعميقة وكلها رهبان منهم ثلاث أو أربع راهبات واحدة منهم أمنا عزيزة من ديرنا وكان شكلها سنها صغير أقل بكثير عن السن اللى تنيحت فيه ..

كنت طول القداس متأثرة ولسة متضايقة وبافكر أتناول والا لأ .. فجت لى أمنا عزيزة وقت التناول وطببت عليا وقالت لى : "ربنا يسوع المسيح بيقول لك اتناولى ..".

قلت لها : "صحيح يا أمنا عزيزة وأنا لسة زعلانة .."  
قالت لى : "خلاص، الزعل ده هيروح، بس لما تزعلى ما تبقيش تتنرفزى وقولى كل اللى انتي عايزاه من غير نرفة .. وكمان زعلك ده مش علشانك، ده علشان مصلحة الدير".

اتناولت واتعزيت جداً .. والعجيب إن الآباء الرهبان اللى كانوا حاضرين القداس كان منهم أجنب، وربنا عطانا ان كل واحد يسمع القداس بلغته ..

وبعد القداس كل الرهبان انصرفوا وجات لى أمنا عزيزة، وسألته: "الملكان ده فين ؟ فى الأرض ولا فى السماء؟"

فقالت : "ده دير رهبان على الأرض، لكن مش فى مصر .. والرهبان دول منهم من الأرض ومنهم من السما وكلهم عندهم نقاوة كبيرة،"

سألته : « طب ايه اللى جاب السما على الارض؟»

فقالت لى : «لما بنروح السما بياخدونا نزور كل مكان فيها .. نزور الست العدرا ونشوف مجدها .. ونزور الشهيدة دميانة وكل آبائنا وأمهاتنا الشهداء والقديسين .. أنا يدوبك مخلصه زيارة السماء كلها. بعد كده بيفرجوننا على كل مكان مقدس فى الأرض احنا ما شفنا هوش .."

فقلت لها : "يدوبك أنا فهمت دلوقتي لما الراهبات الكبار كانوا بيقولولي اللي ما شفنا هوش في الأرض،  
هنشوفه واحنا في السماء .."

وبالمناسبة الآباء السواح باستمرار بيعطونا بركة وبييجوا يصلوا عندنا في الدير في كنيسة الست العدرا وأحياناً  
ربنا يسمح بأن الآباء الكهنة أو بعض زوار الدير يشوفوهم .."

واحد من الآباء الكهنة بيحكينا :

"حضرت ذات يوم إلى الدير للقيام بخدمة القديس الإلهي ودخلت كنيسة السيدة العذراء؛ وعند قيامي  
بفتح ستر الهيكل، وجدت شخص متوسط العمر .. نحيف.. لابس جلابية قصيرة واقف في المذبح، فسألته :  
"انت مين؟!"

فقال : "أنا سايح من سواح عجيبه جاي أحضر معكم القديس." وفعلاً حضر القديس وابتدأ يتناول وعند صرف  
ملاك الذبيحة شفته بيرتفع لفوق وهو بيقول : "قدوس .. قدوس .. قدوس .." واختفى من قدام عيني ..  
وبعد انتهاء القديس، خرجت من الكنيسة وقلت لأبنا الرئيسة فعرفت منها أنها شافته وأنها سبق شافته مع  
اخواته في عجيبه ..

وفي شغف لمعرفة المزيد عن حياة هؤلاء العمالقة في الروح، كنا نطرح على أبنا الغالية العديد من الأسئلة،  
وكانت بعد إلحاح تجيب علينا. وهذا يذكرنا بما ورد في سيرة القديس الأنبا أنطونيوس أب الرهبان اللي كان  
بيعاين كثير من الرؤى، ومكانش عايز يتكلم عنها ولكنه عندما كان بيقتضي وقت طويل في الصلاة متعجباً  
ومتحيراً، ويضغط عليه الذين معه بالأسئلة، فكان يضطر إلى الكلام كأب لا يستطيع أن يخفى شيئاً عن  
أبنائه، وكان يعتقد أنه طالما كان ضميره خالص فإن شرح هذه الأمور ينفعهم لكي يعرفوا أن النسك يأتي بثمار  
جيدة، وأن الرؤى كثيراً ما تكون عزاء عن أتعابهم.

### هل السواح لهم درجات كبيرة وصغيرة ؟

السواح لهم درجات في السياحة زي الرهبنة، وكل مجموعة لها كبير تستشيريه، ولهم رئيس عليهم كلهم ..  
والإرشاد والقوانين عندهم للتقدم في الروحيات والفضائل .. لما ينضم واحد جديد للسواح، بيصلوا مع بعض  
ويقعدوا يحكوا له عن ربنا والسماء .. ويعلموه نظامهم ..

## كيف ينتقل السواح من مكان لآخر ؟

أحياناً الناس اللى عندهم نقاوة ومحبة كبيرة لربنا تنتقل فعلاً بالجسد والروح وأحياناً بالروح فقط، بس الروح مش بتخرج من الجسد ولكن بتبقى أقوى من الجسد .. فالروح تسيطر على الجسد وتأمره، فتقدر تروح المكان الفلانى أو غيره .. والسياحة ممكن تكون بالروح وممكن تكون بالجسد والروح .. لما الآخرين يشوفوه بهيئته الكاملة ولو حد لمسه يحس بلحمه وشحمه، تبقى سياحة بالجسد والروح؛ لكن فى حالة السياحة بالروح، يحسوا به فقط بالروح.

وفى السياحة اللى بالروح والجسد طبعاً دى قوة ربنا بتنقلهم، مرة على سحابة نورانية زى مركبة يركبوها .. مرة يلاقوا نفسهم طاييرين .. قوة ربنا شايلاهم أو الملائكة .. وبنسمع صوت زى قو قو قو من السرعة اللى بيتنقلوا بها للمكان اللى هيروحوه ..

أذكر حكاية قالها لنا والدى عن ابن عمه اللى كان عايز يترهبين لكن أهله ضغطوا عليه وجوزوه .. فى موسم الحصاد كان يسهر عند شونة القمح يصلى ويسبح ويعمل مطانيات طول الليل .. ففى مرة وهو بيعمل مطانيات شاف سواح طاييرين فى الجو وملائكة شايلاهم وبيقولوا : "قدوس قدوس قدوس" وبعدين طلعا لفوق واختفوا .. ومرة تانية نزلوا وصلوا معاه نصف الليل وبعد كده كانوا باستمرار بينزلوا ويصلوا معاه.

## ازاى الشخص اللى بينضم لمجموعة السواح بيروح لهم ؟

أحكى لكم عن واحد كان متبتل من الورديان بالإسكندرية عنده حوالى ١٨-٢٠ سنة كان بيشتغل فى دكان بقال وبيتهم على قد حاله .. الولد ده كان تقى جداً عامل بوصايا الإنجيل ويعترف بدقة ويتناول، كان عايش فى هدوء وانكار ذات وصمت عجيب، فأهله كانوا فاكيرين إنه عايز يترهبين .. وفى يوم من الأيام راح يفتح الدكان بدرى فلقى واحد نحيف قوى وقال له : "أنا جاى أخذك علشان تعيش معانا، احنا ساكنين فى جبل مطروح وراء عجيبة، فقول لأهلك علشان ما يتخوش عليك، وقول لصاحب الدكان انك مش هتروح له علشان هتعيش مع السواح .. وأنا هاجى اخذك فى الميعاد ده زى النهاردة". فلما حكى لصاحب الدكان، قال له : "ياابنى معقولة !! وأهلك هيعملوا إيه ؟.."

فقال له : "ربنا أكيد هيفرحهم .." وعلشان أبوه يطمئن عليه، جه لغاية الدكان فى نفس الميعاد واتكلم مع السايح بنفسه وشعر بسلام عجيب .. والسايح قال له : "بص هتيجى قوة إلهية وتشيلنا ونطلع لفوق، متخافش انت هتشوفنا بترتفع ونقول قدوس قدوس قدوس ونمجد ربنا ونغيب عن عينك ..".

وفعلًا قعدوا يرتفعوا ويقولوا قدوس لغاية ما غابوا عن عينه .. أهله كانوا بيحكوا للناس .. قعد شهرين مع السواح وبعد كده رجعوه لبيتته وقال له السايح : "انت هتشوف أهلك علشان تطمئنهم، وقول لهم انت إزاي عايش مبسوط"، وفعلًا قضى يوم معاهم، فقالوا له : "يابختك ياولدى صلي من أجلنا". فقال لهم : "متحكوش للناس تانى، اشكروا ربنا وبس".

أنا سمعت الكلام ده بنفسى من أهله .. هو كان بسيط وطيب خالص. بصراحة البساطة والنقاوة بتساعد على النمو الروحى .. والسواح لما كانوا يلاقوه بيعمل حاجة غلط - لأنهم هم برده بشر - يرشدوه للصح. وبسرعة اتعلم منهم، وهو أصغر واحد فيهم.

بصراحة المحبة هى اللى بتدينا استنارة روحية ودى اللى بتفرح قلب ربنا يسوع المسيح .. محبتنا لبعض وإن الواحد بيدى غيره على نفسه فى كل حاجة، ويعمل أى عمل فى انكار ذات وصمت ويبقى فرحان .. هو ده اللى يوصلنا، طبعًا مع العمل بالوصايا.

### عايزين نعرف حكاية ماريما السايحة اللى مع سواح عجيبه ؟

هى من قرى الصعيد، كان عندها نقاوة كبيرة وبراءة زى الأطفال بس بحكمة وكانت تحب ربنا قوى قوى.. كانت فى المدرسة، تقريباً فى تانية ثانوى، وكانت عايزة تترهبين .. ومكانتش تعرف سكة أديرة ولا تسمع عنها لأنها من قرى الصعيد الجوانى ومكانتش جات مصر خالص ..

فى يوم جه واحد من السواح وقال لها : "انتي هتبقى معانا".  
فقالته له : "طب انت مين ؟.."

فقال لها : "أنا سايح .." وهى كانت بسيطة ما تعرفش حاجة خالص عن السواح، فسألته : "يعنى إيه سايح؟"  
فقال لها : "كذا وكذا وكذا .. وقولى لأهلك إن هيبجى وقت وناخدك معانا .."  
فقالته لأهلها: "أنا هأروح مع السواح .. متخافوش". فأهلها كانوا طيبين، فقالوا لها: "يابختك يا بنتى ياهناك.."  
وفعلًا فى يوم لقوها سايبه لهم رسالة : "زى ما حكيت لكم، جم السواح وأخدونى ..".

وراحت ماريما مع السواح وهى صغيرة .. وكبرت عندهم واتنيحت فى سن الأربعين. أنا سمعت عنها وشفتها.. هم فعلًا بشر سمائيين وملايكة أرضيين بس الإنسان إنسان .. وعددهم حاليًا بيقل.

مقتطفة من كتاب الدير عن تماث ايريني الجزء الثالث.

## بعض من السواح المعروفين في الكنيسة القبطية

الانبا بولا أول السواح

ابونفر السائح

القديسة مريم المصرية السائحة

انبا غالين السائح

انبا ميصائيل السائح

القديسة بيلاجيا التائبة

انبا كاراس السائح

انبا توماس السائح

انبا ايليا السائح

الانبا يوساب السائح

الانبا بيجمي السائح



## The spiritual powers of teleportation

Tamav Irene tells us about those who are living in the wildernesses and have acquired the spiritual powers of teleportation, **in other words the ability to be transported across space and distance instantly whether by spirit or by both body and spirit.**

In Arabic, they are called **Sowah** which literary means 'spiritual roamer' or 'spiritual wanderer'. This is the closest translation but it does not mean aimless wandering.

**Sowah** (plural) - **Saieh** (masculine singular) - **Saiha** (feminine singular)

She says:

- They have reached high degrees of spirituality. Each of them is engaged in his own work and does not interfere in the work of others.
- They are aware of what is going on in our lives and their prayers support us.
- They always live where love abides.
- In general, they are simple people who have acquired purity and kindness of heart.
- The majority of them are uneducated workmen: masons ... merchants ... craftsmen ... they are laymen leading a celibate life. Some of them are foreigners and few of them are females.
- Sometimes they go to heal the sick but their service is mainly one of prayer and praise.

Those who join them, love God from the bottom of their hearts. They have a pure heart and have no suspicions towards others. They do not offend anybody and they love those who offend them.

They love God and everybody. These are the commandments that lead us to heaven.

Love gives us spiritual enlightenment which pleases the heart of our Lord Jesus Christ. Loving one another and doing everything happily in silence and self denial, is what leads us to heaven. And of course, beside the keeping of the commandments.

- Their attire is sometimes faded black in color.

As an example to how they get it, they visit a pious merchant's shop, pray there and bless the shop and then take some remnants of cloth. And because they take the remnants, we find one of them clad in a very cheap off-white textile, the other in a striped cloth and the third clad until the knee only. After they take these remnants; they leave small hand made crosses they have woven from olive branches as a blessing. When the shop reopens the merchant finds the crosses.

Another example for instance is when they need seeds to cultivate, they visit a pious merchant's shop and take some seeds and leave a weaved cross in return because they have no money.

- They eat once per day at the ninth hour (3 p.m.).

Each of them is assigned a different job : preparing the sacred Eucharist, working in the garden ... etc.

They grow palm trees and vegetables like watercress and radish.

They weave straw mattresses on which they sleep; half of it is spread on the floor and the other half is used as a cover.

- They live in groups in untrodden places where they cannot be seen:

A group in the mountain of **St. Anthony** (Red Sea), in **Samalut** (Upper Egypt), in the mountain of **Mahroussa** and **Dronka** in Assiout (Upper Egypt), in the mountain of **Esna** and in the **eastern mountain** in Gerga (Upper Egypt), in the mountains of **El Tor** and **St. Catherine** (Sinai) and in the desert of **Agiba** in Marsa Matrouh (Western coast).

One time, they invited me to spend three or four hours with them, I rejoiced and when I arrived they offered me a date and they insisted that I eat it. When I asked if I can join them for good, they replied: *"It is not possible because you are well known and your disappearance will disturb the church."*

- They cut in the rocks their own caves separated by a distance from each other and they build churches of stone.

- Some of them live in a **laura** (a collection of separate cells, caves, or huts made of clay) which is surrounded by a fence. Each of them leads his own life and they do not mingle together.

- They are regular in praying the hours and they pray and chant the psalmody separately except if they agree to pray it together.

In each **laura** there is a small church that has a small door and a spacious court adorned with ancient icons. In it they pray collectively on Sundays. During the Holy Week and feasts they assemble at St. Anthony's mountain where they pray and partake of the holy communion and sit together to speak about God and then go their separate ways.

### How have they achieved this holiness?

They struggled relentlessly and suffered a lot. The devil wages many wars against them over which they triumph by earnest prayer.

They are strengthened by prayer. When one loves God from all his heart, the spirit becomes stronger and overcomes the weakness of the body.

Prayer is the essence of our lives. Through it we are able to do everything. We read holy books to aid us spiritually. Reading helps us focus and stimulate our thoughts on prayer.

By praying humbly we obtain many blessings : endurance, love and discretion in spiritual matters.

Prayer gives us humility, joy and peace. Sometimes God grants us gifts that we do not deserve to encourage us and win us over and let us love him and know him.

Many of God's children were granted divine powers through prayer.

Let us seize any chance to pray ... Who is not happy in God's presence? Who does not rejoice in God's presence under all circumstances.

We can pray while we are working ... we can speak with God .. this is prayer ... and when we stand up to pray the Psalms, our prayers are going to be profound and with a humble heart and great love. Everyone has experienced instances of grace granted to him by God.

Prayer is a feeling. Nobody can teach you how to pray. When we are in God's presence and communicate with Him with our whole hearts, He will teach us how to pray. He will console us in every occasion and will show us how to implore Him when we are suffering. The more we spend time in God's presence, the more we gain new experiences.

When we pray, we must try to contemplate the words we utter. Sometimes when we are praying spontaneously, we find ourselves uttering words that we have not intended to say. This is the way God teaches us how to pray.

If one feels bored and does not feel like praying and tells himself let me rest for even five minutes, he will fall asleep because the devil wants to drive him away from prayer. At that time, he could chant a hymn or a song of praise or read a chapter from the Bible to encourage himself to pray.

For example, he could say:

“O Virgin Mary, strengthen me and help me speak with your Beloved Son. Make me be able to pray.” And also say: “God help me!”. God will answer his prayers and will tell him : ”Come, you will gain a new experience.”

You cannot be consoled except through facing hardships. With suffering, patience, and endurance, we receive consolation and forget our agony.

The lives of saints are full of patience, struggle, sufferings and consolations. These consolations encourages them along the path that leads to God.

It is not necessary that we see visions ... it is enough that when we pray and pour forth our souls with tears, we will be filled with inward joy and peace. Isn't this a great consolation?

*The Bible says:*

*“We must go through many tribulations to enter the kingdom of God”  
(Acts 14:22)*

In general, when one starts to pray and he finds that he is unable to, he forces himself and tells God : “I want no one but You .. You are the One who consoles me and makes my heart rejoice.”

Keep on speaking to God ... God will grant you grace to pray.

I will tell you about a simple incident that I have experienced:

One day, I returned to my cell after a dispute between me and some of the engineers who have offered their services for building a convent in Krair in the northern coast. I was in great distress and I prayed:

“Lord, I want my salvation. What have I gained? This way. I will never go to heaven. I will lose my life and my eternal life too.”

I pitied myself and cried bitterly.

Then I found myself walking in a desert where I saw an ancient portal of a convent through which I entered.

Inside was a door that lead to an ancient church that is full ancient icons. The church was full of great spirituality.

It was full of monks and there were three or four nuns.

One of them was mother Aziza who was a nun at our convent. She looked much younger than how she looked when she departed to heaven.

All throughout mass, I was still disturbed and undetermined whether to receive Holy Communion or not.

At the time of communion, mother Aziza approached me and patted me consolingly on the shoulder and said:

*“Our Lord Jesus Christ is telling you “Take communion””*

I told her: *“But I am still angry, mother Aziza.”*

She replied :

*“This anger will come to an end. But when you are angry, do not be nervous. Say what you want without nervousness. Moreover, this anger is not for yourself: it is for the sake of the convent.”*

I received communion and was greatly consoled.

What was astonishing is that some of the monks attending mass were foreigners and each of them heard the liturgy in his own language.

After the liturgy and after everyone has left, I asked mother Aziza :

*“Where are we? Is this place in heaven or on earth?”*

She replied:

*“This is a monastery of monks on earth but it is not in Egypt. Some of the monks are from the earth and others are from heaven. All of them have acquired the purity of heart.”*

I replied :

*“But what brought heaven to earth?”*

She said :

*“When we go to heaven, they take us to visit all the places there. We visit the Virgin Mary and see her in great glory. We visit also St. Demiana, the martyr and all our martyrs and saints.*

*I have just finished visiting all the places in heaven.*

*Then, they will take us to visit all the holy places on earth which we have not visited”.*

I said :

*“ Only now I understood what the older nuns used to tell us that in heaven we shall see what we have not seen on earth.”*

Tamav says further:

Regarding those who have acquired the **spiritual teleportation powers**, they give us the blessing of praying with us here in the convent at the church of the Virgin and sometimes God permits that some priests or visitors see them.

One of the reverend fathers tells us :

*“One day, I came to the convent to celebrate Mass in the church of the Virgin and when I opened the curtain of the sanctuary, I saw a thin middle aged man wearing a tunic that reached to his knees, standing near the alter.”*

I asked him : *“Who are you?”*

He replied :

“I am one of the Sowah (roamers or wanderers) of Agiba (Western coast) and I have come here to attend Mass with you.”

After he attended Mass and partook from the Holy Communion and as soon as I dismissed *the angel of the sacrifice*, I saw him rising in the air saying: “Holy .. Holy ,, Holy” and he disappeared.

Whenever Mass is raised, an angel attends the whole of it. They call him “*The angel of the sacrifice*”. At the end of the mass, the priest washes the sacred vessels and sprinkles some the water on the alter saying: “*Angel of this sacrifice flying up to the highest with this hymn, remember us before the Lord that He may forgive us our sins*”

Then the hymn is recited and the angel will be dismissed.

Our reverend father says further:

“I asked Tamav Irene if she has seen him in the alter, she confirmed and she added that she has previously seen him with his brethren in Agiba.”

Eager to know more about those spiritual giants, we used to ask Tamav Irene numerous questions. Under pressure, she answered us.

**Are there ranks among the Sowah?**

Yes, they have ranks exactly the same as those in the monastic life. Each group has an elder for guidance and there is a superior for all of the groups.

The guidance and rules are **all set for spiritual progress and growing in virtues**. When a new one joins them, they pray with him and speak to him about God and heaven and teach him their rules.

## How do they move from one place to another?

Sometimes, God grants those who have a pure heart and love him the gift of **teleportation** which enables them **to be transported across space and distance instantly whether by spirit or by both body and spirit.**

The spirit does not leave the body but it becomes stronger than the body. The spirit controls the body and orders it to go to a certain place or another. In case, they travel by body and spirit, people can see them and if someone touched them, he would feel their flesh.

If they have travelled by spirit only, then their presence will be felt by spirit only.

Of course when they travel by the body and the spirit, it is the power of God that transports them: sometimes on a luminous cloud, sometimes they find themselves flying; the power of God carries them or the angels. Due to the high speed they are travelling with, the sound **VOO VOO VOO VOO** is heard.

I remember a story that I have heard from my father about his cousin who wanted to become a monk but his parents forced him to get married.

At the time of harvest, he used to spend all night in the granary praying, praising God and prostrating himself. Once, while prostrating himself, he saw two of the sowah carried by angels flying in the air.

They were saying : **"Holy .. Holy .. Holy.."** They rose up higher in the air and disappeared.

Many a time they joined him in his midnight prayers.

## How does anyone join them?

Let me tell you the story of a celibate from Wardian, Alexandria.

His age was between eighteen and twenty and he worked in a grocery store. He was from a humble background. He was very pious and heartily kept the commandments of the Bible and before communion, his confessions were precise and in detail.



He was living peacefully in self denial and in profound silence. His parents assumed that he will become a monk.

One day, he went early in the morning to open the store and when he opened it, he found a very thin person inside who addressed him saying:

*“I have come to take you to live with us. We are living in the mountain of Matruh behind Agiba, inform your family so that they do not be disturbed after you leave. Tell the store owner that you will not be able to work with him because you are going to live with us. I will come on the same day next week to take you.”*

When he said this to the store owner, he said :

*“Is this possible? What about your family?”*

He replied :

*“For sure God will fill their hearts with joy.”*

To put his father’s mind at rest, he accompanied him to the store at the appointed time. His father spoke with the saeih and was filled with great peace, then the saieh said:

*“Look now, a divine power will carry us upwards, do not be disturbed. You will see us rising up in the air and you will hear us saying **“Holy .. Holy .. Holy”** and then we will disappear.”*

His family related his story to everyone.

After two months, he was permitted to go back to his home and spend a day to comfort his family and tell them how happy he is.

They told him :

*“How fortunate you are! Pray for us!”*

He then told them :

*“Do not tell my story to anybody any more. Only thank God.”*

Tamav Irene tells us that she has met his family and that she has heard his story directly from them.

She adds :

"He was very simple and very kind. Simplicity and purity help us to grow spiritually.

Whenever his brethren found him doing something wrong, they gave him guidance, because after all they are all human beings.

He learned quickly. He was the youngest of them all."

**Tell us about Maria who has joined the group of Agiba.**

She comes from a small village in Upper Egypt. She has great purity of heart and she is innocent like a child but with wisdom. She greatly loved God.

She was still at school, probably at second secondary (a year before the final) and she wanted to become a nun. She has never heard about convents before because she was from a very remote village and has never been to Cairo.

One day, one of the sowah came to her and told her : "*You will join us.*"

She replied: "*Who are you?*"

He told her : "*I am a saieh,*"

She was very simple and knew nothing about the sowah.

She asked him : "*What is a saieh?*"

After he explained to her, he told her : "*Tell your parents that someday we will come to take you.*"

So she told her parents : "*I am going to join the sowah, do not be afraid,*"

Her kind parents replied : "*How fortunate you are, daughter.*"

One day they found a message that said : "*As I told, the sowah came and took me...*"

Maria joined the sowah and there she grew up until she departed to heaven at the age of forty.

Tamav Irene continues :

*I heard about her and I have seen her. Those are really heavenly human beings or earthly angels but still a human being is a human being. Nowadays, the number of sowah is decreasing.”*

Some of the well known sowah in the Coptic church:

Anba Paula

Abou Nofar

Mary the Egyptian

Anba Ghalion

Anba Mesail

Pelagia the Penitent

Anba Karas

Anba Thomas

Anba Illias

Anba Youssab

Anba Begimi

Translated by [www.tamavireneforall.com](http://www.tamavireneforall.com) from Book Three of Tamav Irene issued by the convent.