

تجارب روحانی

یک زائر روس

جلد دوم

این کتاب ترجمه ای است از
Le pèlerin russe
Trois récits inédits
(Bellefontaine 1976)

سطح متوسط



تسبیح مسیحیان کلیساهای خاور میانه
صد دانه که صد بار با تنفس تکرار می شود :
دم : « عیسی مسیح خداوند ما »
بازدم : « بر من گناهکار رحم فرما »

فهرست

۵ فصل پنجم
۵۷ فصل ششم
۹۲ فصل هفتم

هر نفسی که فرو می رود ممد حیات است
و چون برمیآید مفرح ذات .
پس در هر نفس نعمتی موجود است
و بر هر نعمت شکری واجب .

از دست و زبان که برآید کز عهده شکرش به درآید
بنده همان به که ز تقصیر خود عذر به درگاه خدای آورد

سعدی

پسرش در شهر «ادسا»^۳ با خود داشتم که در آن خواسته شده بود مرا به اورشلیم بفرستد؟ خوب... ما بدون دردسر و در مدت کوتاهی به ادسا رسیدیم. همسفر من همان دم جایی را در کشتی ای که عازم قسطنطنیه بود یافت و رفت، من هم از روی نشانی نامه به جستجوی پسر آن تاجر پرداختم. منزلش را خیلی زود پیدا کردم اما با کمال تعجب و تأسف در یافتنم که آن مرد نیک خواه دیگر در قید حیات نیست. وی سه هفته قبل، پس از بیماری کوتاهی مرده بود. این خبر مرا شدیداً متأثر ساخت معذراً به قدرت خدا اعتماد کردم.

تمام خانواده عزادار بودند و زن بیوه که سه طفل خردسال داشت تنها مانده بود و به حدی پریشان حال بود که پیوسته اشک می ریخت و در طول روز چندین بار از شدت غصه از حال می رفت. اندوه وی به قدری شدید بود که گویی او هم عمر زیادی در پیش ندارد. با این حال در چنین موقعیتی با مهربانی از من پذیرایی نمود اما با وضعی که امور زندگی اش پیدا کرده بود نتوانست مرا به اورشلیم بفرستد. از من خواست حدود پانزده روز نزد وی بمانم تا پدر شوهرش، همان طور که وعده داده بود به ادسا بیاید و به امور خانواده مصیبت زده سر و سامانی بدهد. پس ماندگار شدم... یک هفته، یک ماه و باز هم یک ماه دیگر گذشت... اما آن تاجر به جای آمدن طی نامه ای خبر داد که وضع نابسامان کارهای خود وی مانع از سفرش گردیده است و به بیوه پسرش توصیه کرده بود که کارمندان را مرخص کرده بی درنگ به ایرکوتسک نزد وی برود. پس تشنج و بی نظمی سراسر خانه را فرا گرفت. چون دیدم که دیگر کسی به من توجهی ندارد از میهمان نوازی آنها تشکر نموده مرخص شدم. بار دیگر می رفتم تا سرگردانی خود را در پهنه روسیه از سر بگیرم.

بارها و بارها با خودم فکر کردم. از این پس به کجا بروم؟ سرانجام تصمیم گرفتم ابتدا به شهر کیف که از سالها قبل به آنجا نرفته بودم، بروم. با این تصمیم به راه افتادم. طبیعتاً در آغاز از این که نتوانسته بودم نذر خود را که سفر به

داستان پنجم

استارتس:^۱ یک سال پیش از آخرین ملاقاتم با آن زائر نگذشته بود که روزی ناگهان ضربه خفیفی که به در اطاق نواخته شد همراه با صدای استدعا آمیز زائر مرا از آمدن این برادر شیفته آگاه کرد.

- وارد شو برادر عزیز، تا خدا را از این که سفرت را برکت بخشید و تو را باز به اینجا آورد با هم سپاس گوئیم!

زائر: حمد و سپاس باد پدر متعال را برای بخشش وی در همه کارهایی که به دلخواه خویش و همواره به صلاح ما زائران و غریبان در دیار غربت انجام می دهد! این بنده گناهکار که سال پیش شما را ترک کردم حال دوباره به فیض خداوند به این فکر افتادم که دیدار با شما و استفاده از پذیرایی گرم شما به زحمت آمدنش می ارزد. شما هم البته از من انتظار دارید که از شهر مقدس خدا، اورشلیم که روح همواره تشنه دیدنش بود و تصمیم جدی داشتم به آنجا سفر کنم شرح کاملی بدهم. اما آرزوهای ما همیشه برآورده نمی شوند و در مورد من هم این چنین اتفاق افتاد. جای تعجب هم نیست زیرا چگونه می توان پنداشت که گناهکاری همچون من لایق قدم گذاشتن بر زمین مقدسی باشد که اثر پاهای ربانی خداوند ما عیسی مسیح بر آن باقی مانده است؟

پدر روحانی به خاطر دارید سال پیش هنگامی که به همراه مرد سالمند ناشنوایی اینجا را ترک کردم نامه ای از تاجری اهل شهر ایرکوتسک^۲ برای

۱- استارتس، فرد تارک دنیا یا راهبی است که زندگی سرشار از ریاضت و دعا را می گذراند. وی بدون داشتن وظیفه یا شغلی خاص در صومعه از سوی راهبان جوان یا تعمید یافتگان عام به عنوان استاد معنوی و روحانی انتخاب می شود.

می کرد و به حرف آنها گوش نمی داد. چند نفر از گاری چی های جوان سطلهای مخصوص شست و شوی اسبها را برداشته و آب از آبگیر کشیده و آن را با شوخی به سر و روی مردی که می خواست آبتنی کند می ریختند و می گفتند: «ما خودمان تو را حمام می دهیم». به محض این که آب به بدن وی برخورد کرد فریاد برآورد: «آه چه خوب است!» سپس روی زمین نشست و دیگران رویش آب می پاشیدند. اما چندی نگذشت که دراز کشید و جان سپرد. همه ترسیده بودند و نمی دانستند چطور شد که چنین چیزی اتفاق افتاد.

تقریباً یک ساعت با آنها ماندم و سپس دوباره راه خود را در پیش گرفتم. در حدود پنج کیلومتری آنجا به دهکده ای در کنار جاده اصلی رسیدم. هنگامی که وارد دهکده می شدم به کشیش پیری که در کوچه راه می رفت برخورددم. فکر کردم می توانم جریان واقعه ای را که دیده بودم برایش تعریف کنم و عقیده اش را درباره آن سؤال کنم. کشیش مرا به خانه خود برد، داستان را برایش بازگو کردم و خواهش کردم که علت این واقعه را برایم تشریح نماید.

- برادر عزیز در این باره نمی توانم چیزی به تو بگویم جز این که چیزهای شگفت انگیز بسیاری در طبیعت وجود دارد که آنها را درک نمی کنیم. فکر می کنم که این موضوع را خود خدا ترتیب داده است و او با ایجاد تغییرات غیر معمول و ناگهانی در قوانین طبیعی، گهگاهی قدرت و دخالت ربانی خود را به صورت واضح تر برای انسانها ظاهر می سازد. روزی اتفاقاً شاهد واقعه ای مشابه بودم. در نزدیکی دهکده ما مسیلی عمیق با دیواره های عمودی وجود دارد و پل باریکی بر روی آن نصب شده است. پهنای آن زیاد نیست اما عمقش به هفتاد پا (۲۱ متر) یا بیشتر می رسد و انسان از مشاهده قعر تیره و تاریک آن وحشت زده می شود. دهقانی که یکی از اعضای کلیسای من می باشد و پدر خانواده ای محترم است روزی به طور ناگهانی و بدون دلیل دچار این میل شدید شد که خود را از بالای پل کوچک به اعماق مسیل پرتاب نماید. او با این فکر

اورشلیم بود برآورده کنم عذاب می کشیدم. اما پس از قدری سبک و سنگین کردن موضوع، نتیجه گرفتم که این امر بدون مشیت خدا نبوده است. بنابراین آرام گرفتم و از این امید سرشار که خدا انسانها را دوست می دارد و شاید نیت مرا به حساب عمل قبول کرده نگذارد سفرم بدون این که به تهذیب معنوی منتهی شود قطع گردد و حقیقت امر هم همین بود چون بعداً به اشخاصی برخورددم که چیزهای فراوانی را که واقف به آنها نبودم بر من آشکار نمودند و به جهت نجات من، دل تاریکم را منور نمودند. اگر نیاز مرا به این سفر وانمی داشت این نیکوکاران معنوی را هرگز ملاقات نمی کردم.

بدین ترتیب روزها را با دعا کردن به راه پیمایی می گذراندم و شبها هنگام توقف کتاب **فیلوکالی** خود را برای تقویت و تشویق جانم در راه مبارزه با دشمنان پنهانی نجات مطالعه می کردم.

در طی سفرم، در حدود هفتاد کیلومتری شهر ادسا شاهد واقعه ای شگفت انگیز بودم. کاروان طولی از گاریهای پراز کالا را دیدم که شامل حداقل سی گاری می شد. از آنها جلو زدم. اولین گاری چی که سردسته کاروان بود در کنار اسبش راه می رفت و دیگران به صورت گروهی به فاصله کمی او را دنبال می کردند. جاده از کنار آبگیری بزرگ که نهری از میانش جریان داشت می گذشت. قطعات یخ بهاری که در حال ذوب شدن بودند در آب می غلطیدند و با صدای وحشتناکی بر ساحل انباشته می شدند. ناگهان سردسته کاروان که مرد جوانی بود اسبش را متوقف کرد و بلافاصله تمام کاروان گاریها متوقف شد. گاری چی های دیگر به سوی وی دویدند و دیدند که او لباسهایش را از تن در می آورد، علت را سؤال کردند. جواب داد که میل شدیدی به آبتنی در آبگیر دارد. بعضی از آنها که متعجب شده بودند وی را به باد تمسخر گرفتند و بعضی دیگر برای منصرف کردنش وی را دیوانه خواندند. مسن ترین آنها که برادر خود وی بود سعی می کرد که با هل دادنش او را به ادامه راه وادارد اما او از خود دفاع

- کشیش به من گفت: می بینی که علم طب برای توجیه این انگیزهٔ مهارناپذیر، که شخص را به سوی آب می کشاند هیچ دلیل روشنی نمی تواند ارائه بدهد.

پس با کشیش خداحافظی کرده راه خود را از سر گرفتم. بعد از چند روز با احساس خستگی بسیار به شهری به نام «بیلایا تسرکف»^۵، که از مراکز نسبتاً مهم تجاری بود رسیدم. چون شب داشت فرامی رسید به جستجوی سرپناهی برای گذران شب مشغول شدم. در بازار به شخصی برخوردی که به نظر می آمد مسافر باشد. او به دکانها سر می زد و آدرس شخصی را که در این نواحی زندگی می کرد سراغ می گرفت. هنگامی که مرا دید نزدیک شده گفت: «به نظر می آید شما هم زائر باشید، بیایید با هم شخصی را که نامش یوره ائینوف^۶ است و در این شهر زندگی می کند پیدا کنیم. این شخص مسیحی نیکوکاری است که مسافرخانه خوبی دارد و از زائرین به خوبی پذیرایی می کند. نگاه کنید در اینجا نوشته ای درباره وی دارم». پیشنهادش را با شادی پذیرفتم و اندکی بعد از آن خانه آن شخص را پیدا کردیم. گرچه صاحب مسافرخانه حضور نداشت اما همسرش که پیرزن مهربانی بود با کمال خوشرویی از ما پذیرایی نموده اطاقکی در زیر شیروانی در اختیار ما گذاشت تا استراحت کنیم.

مرد همراه می گفت که در شهر موگیلف^۷ تاجر بوده و در حدود دو سال در یکی از دیرهای بسارابی^۸ به عنوان نوآموز و با پاسپورت موقت زندگی می کرده است و در حال حاضر در راه مراجعت می باشد تا موافقت همکاران تاجر خود را جهت ورود قطعی به زندگی رهبانی کسب کند. او می گفت: «من دیرهای آنجا و تشکیلات و نظام آنها و طرز زندگی جدی استارتس های متقی متعددی را که ساکن آنجا هستند می پسندم». او به من اطمینان می داد که دیرهای بسارابی در

Bielaia Tserkov-۵

Evreinov-۶

Mogilev-۷

Bessarabie-۸

به مبارزه پرداخت و مدت یک هفته تمام در مقابل انجام این حرکت ایستادگی کرد تا سرانجام دیگر نتوانست جلوی خود را بگیرد. یک روز صبح زود بیدار شده با عجله از خانه اش بیرون رفت و خود را به داخل مسیل انداخت. مردم بلافاصله ناله هایش را شنیدند و چون پاهایش شکسته بود او را با زحمت فراوان بیرون کشیدند. موقعی که از وی دلیل این کار را سؤال کردند جواب داد که با وجود درد شدیدی که در حال حاضر می کشد از این که مطابق میل شدیدی که یک هفته وسوسه اش می کرد و باعث شد که زندگیش را به خطر بیاندازد رفتار کرده آرامش خاطر یافته است.

او یک سال تمام بستری بود تا توانست بهبودی یابد. به دیدنش می رفتم و غالباً با پزشکانی که به سراغش می آمدند ملاقات می کردم. همانند تو، دلم می خواست که علت این کار را دریابم. آنها در این باره متفق القول جواب می دادند که این نوعی «هدیان شدید» بوده است. هرگاه از آنها می خواستم که توضیح علمی این امر را بدهند و بگویند چگونه چنین چیزی به سراغ انسان می آید چیزی دستگیرم نمی شد جز این که می گفتند آنچه که گذشت یکی از اسرار طبیعت بوده و از دسترس علم خارج می باشد. اما به گمان من اگر انسان در مقابل این راز طبیعت شروع به دعا کرده و با اشخاص روحانی مشورت نماید امکان ندارد عاقبت بر این «هدیان» که به گفته اطبا تسخیرناپذیر است، پیروز نشود. در حقیقت در زندگی انسان چیزهای بسیاری مشاهده می شود که مفهوم آن کاملاً روشن نیست.

صحبت ما تا دم غروب ادامه یافت و من به ناچار شب را در آنجا ماندم. صبح روز بعد شهردار، منشی خود را فرستاد تا از کشیش خواهش کند که اجازه دهد شخص فوت شده را در قبرستان به خاک بسپارند و نیز به او بگویند که پزشکان پس از کالبدشکافی هیچ اثری از دیوانگی در وی نیافتند و اظهار داشته اند که مرگ وی در نتیجه حمله ناگهانی رخ داده است.

به ناچار ماندیم. نیم ساعتی از نشستن ما به دور سماور نگذشته بود که سرجوخه دوان دوان و نفس زنان وارد شد و گفت: «با غم و شادی توأم نزدتان بازگشتم.» از وی پرسیدیم: «مگر چه شده است؟» او چنین تعریف کرد:

- موقعی که شما را ترک کردم و به راه افتادم فکری به مغزم رسید. گفتم شاید بتوانم در قهوه خانه پولی در بیاورم و در ضمن غذایی هم در آنجا بخورم تا بتوانم راهم را راحت تر طی کنم. پس به آنجا رفتم. در آنجا پولی درآوردم، چیزی هم خوردم و مانند پرنده سبکبالی به راه افتادم. پس از این که در حدود سه کیلومتر راه رفتم به فکر افتادم که باید پولی را که صاحب قهوه خانه به من داده است بشمرم. کنار جاده نشستم، کیف پولم را درآوردم و در کمال آرامش محتویاتش را بررسی کردم. ناگهان متوجه شدم که شناسنامه ام نیست و تنها چند ورق کاغذ و چند سکه نقره در کیف دارم. وحشت مرا فرا گرفت انگار که سرم را از دست داده بودم. آنچه گذشته بود مثل برق از نظرم گذشت: قطعاً در قهوه خانه هنگام پرداخت پول شناسنامه ام به زمین افتاده است. می بایست فوراً برمی گشتم. دوان دوان رفتم. ناگهان گرفتار فکر وحشتناک دیگری شدم که اگر شناسنامه ام آنجا نباشد چه خاکی به سرم بریزم؟ به طرف شخصی که پشت پیشخوان بود رفتم و در مورد شناسنامه ام از وی سؤال کردم. گفت: «آن را ندیده ام».

دیگر رمقی در تن نداشتم! سپس اطرافم را گشتم و همه جا را جستجو کردم، هم جایی که توقف کرده بودم و هم مسیری را که پیموده بودم. باور می کنید؟ از بخت بلند شناسنامه اکم را که همانجا در میان خار و خاشاک و گل به زمین افتاده و پایمال شده بود یافتیم. خدا را شکر! باید به شما بگویم که خیلی خوشحال شدم مثل این که کوهی از دوشم برداشته شده بود. البته شناسنامه کثیف و گل آلود شده بود و از این بابت باید یک پس گردنی بخورم ولی این مهم نیست. در هر حال می توانم با خیال راحت به خانه ام بروم ولی اینجا آمدن ما واقعاً را برای

مقابل دیرهای روسیه مثل آسمان در مقایسه با زمین است و اصرار می کرد که از او پیروی کنم.

ضمن صحبت های ما درباره این موضوعات، سومین مسافر به اطاق ما وارد شد. این شخص سرجوخه ای بود که برای مرخصی به خانه اش بازمی گشت. متوجه شدیم که سفر بسیار خسته کننده ای داشته است. دعایمان را با هم خواندیم و دراز کشیدیم تا بخوابیم. صبح روز بعد، زود برخاسته آماده حرکت شدیم، می خواستیم از صاحب مسافرخانه تشکر نماییم که صدای ناقوس دعای صبحگاهی به گوشمان رسید. من و آن تاجر از خود پرسیدیم چه باید کرد؟ چگونه می توانستیم بعد از شنیدن صدای ناقوس بی آنکه به کلیسا سرزده باشیم به راه بیافتیم. ترجیح دادیم که برای دعای صبحگاهی بمانیم و دعای خود را در کلیسا بخوانیم تا با نشاط بیشتری رهسپار شویم.

پس از آن که تصمیم خود را گرفتیم سرجوخه را به همراهی خود دعوت کردیم. اما او به ما چنین جواب داد: «رفتن به کلیسا در موقع سفر چه معنایی دارد؟ برای خدا چه اهمیتی دارد که به کلیسا برویم؟ بیایید راه بیافتیم و دعاهايمان را بعداً خواهیم خواند. شما دو نفر اگر مایلید می توانید بروید اما من نمی آیم. مدتی را که شما صرف دعای صبحگاهی خواهید کرد من حدود پنج کیلومتر از راه را طی کرده ام. می خواهم هرچه زودتر به خانه ام برسم». آن تاجر در جواب گفت: «برادر، تا منظور خدا را نفهمیده ای این همه در تعقیب نقشه خود شتاب نکن». پس ما به کلیسا رفتیم و او راه خود را در پیش گرفت.

ما برای دعای صبحگاهی و آیین سپاسگزاری در کلیسا ماندیم. سپس جهت آماده کردن کوله بارهای خود پیش از حرکت، به اطاقک زیر شیروانی باز گشتیم. اما فکر می کنید با چه کسی روبه رو شدیم؟ با خود صاحب مسافرخانه که سماوری در دست داشت. گفت: «کجا می روید؟ باید یک فنجان چای بنوشید و ناهار را هم با ما صرف کنید. اجازه نمی دهیم که شما گرسنه به راه بیفتید». پس

سپس افکارمان دوباره به سویی منحرف شود، یا کار نیکی مانند خواندن دعا همراه با پنج یا شش بار سر خم کردن انجام دهیم یا آهی همراه با ذکر نام عیسی از ته دل برآوریم یا به یک اندیشه نیکو توجه کنیم یا به مطالعه یک متن معنوی بپردازیم، یا از خوردن غذا خودداری کنیم یا توهینی را با سکوت تحمل نماییم؟» تمام این چیزها در نظر شما برای نجات کافی نیستند و بنابراین انجام آنها سودمند جلوه نمی‌کند. اما نه! هیچکدام از این اعمال کوچک عبث نیست. خدا که همه چیز را می‌بیند به آنها اهمیت می‌دهد و پاداش آنها را در این زندگی خواهد داد. یوحنا کریزوستوم^۹ (دهن طلایی) بر این امر چنین تأکید می‌گذارد: «کار نیک هر قدر هم بی‌اهمیت باشد از سوی آن داور منصف، ناچیز شمرده نخواهد شد. اگر محاسبه گناهان ما با چنین دقتی انجام می‌گیرد که برای هر سخن، هر آرزو و هر اندیشه‌ای باید جوابگو باشیم پس اعمال نیک ما هر قدر هم ناچیز باشند، به طریق اولی توسط داور پر محبت ما مورد سنجش قرار گرفته و به حساب ما گذارده خواهد شد!»

اکنون واقعه‌ای را که سال گذشته به چشم خود دیدم برایتان تعریف می‌کنم: در دیر بسارابی که مدتی در آنجا بسر می‌بردم استارتسی نیز زندگی می‌کرد که راهب بسیار مقدسی بود. روزی در دام و سوسه‌ای غریب افتاد. رغبت شدیدی به خوردن ماهی خشک در وی پدید آمد و چون در آن موقع بیدا کردن آن در دیر امکان پذیر نبود با خود قرار گذاشت که برای خرید آن به بازار برود. مدتها بر علیه این فکر مبارزه نمود و برای خود دلیل می‌آورد که راهب باید از غذایی که معمولاً برای راهبان تهیه می‌شود راضی باشد و به هر وسیله‌ای که شده باید از ارضای هوسهای خود احتراز نماید. به علاوه برای یک راهب گذشتن از میان توده مردم در بازار منشأ و سوسه می‌گشت و بعلاوه کار ناروایی هم بود. سرانجام دروغهای شیطان بر اعتراضهای وی غلبه کرد و تسلیم میل شدید خود گردید، پس به قصد خرید ماهی روانه شد.

شما تعریف کنم. اما از آن هم جالب‌تر این که پس از آن دویدنهای وحشت زده پوست پایم به کلی رفته و زخم برداشته است به طوری که دیگر اصلاً قادر به راه رفتن نیستم، آمده‌ام تا مرهمی برای زخم پایم از شما بگیرم. سپس تاجر در جواب وی چنین گفت:

-خوب برادر من، این واقعه بدین خاطر بود که نخواستید حرف ما را گوش کنید و به کلیسا بیایید. شما قصد داشتید از ما زودتر برسید ولی برعکس برگشتید آن هم با حالتی مفلوک. به شما گفته بودم که در انجام نقشه‌های خود این همه عجله نکنید. و حالا ببینید کارتان به کجا کشیده است؟ نیامدن شما به کلیسا امر مهمی نبود اما آیا نگفتید که «دعای ما برای خدا اهمیتی ندارد»؟ همین یک حرف، برادر من، بد بود!

مسلم است که خدا به دعا‌های ما گناهکاران احتیاجی ندارد اما با این وجود او در محبتی که نسبت به ما دارد دوست دارد که ما دعا کنیم. چیزی که خوشایند اوست تنها آن دعای مقدس نیست که خود روح القدس ما را در تقدیم آن یاری داده آن را در دل ما برمی‌انگیزاند، بلکه هر جهش و هر اندیشه‌ای نیز که در راه جلالش انجام می‌شود. در عوض خدا با رحمت بی‌پایانش اجر فراوانی به ما می‌بخشد. محبت خدا هزار بار بیش از آنچه اعمال بشری استحقاقش را دارد فیض عطا می‌کند. هرگاه پیشیزی در راه او بدهید به صورت طلا به شما باز پس می‌دهد و چنانچه آرزوی رفتن به نزد پدر را بنمایید او خود به استقبال شما می‌آید. اگر تنها سخنی کوتاه همچون «مرا بپذیر و بر من رحم کن» حتی بدون داشتن اعتقاد زیاد بر زبان آورید او با شتاب به سوی شما آمده شما را در آغوش خواهد گرفت. چنین است محبتی که پدر آسمانی به ما دارد هر چند که لیاقت آن را نداریم. او فقط به خاطر همین محبت از کوچکترین قدمی، هر قدر هم ناچیز که ما در جهت نجات برمی‌داریم خشنود می‌گردد. اما شما فکر می‌کنید که «در این امر چه جلالی نصیب خدا می‌شود؟ و ما را چه سود که اندکی دعا کنیم و

به انسانها و پاداش سخاوتمندانه او را می بینی که به خاطر کوچکترین نگاهی که به سوی وی انداخته می شود عطا می کند؟

استارتسی که به خواب من آمده بود پس از ادای این کلمات به سرعت ناپدید شد. راهب قصد زانو زدن کرد و در همان حال بیدار شد و بلافاصله متوجه گشت که دور از تختخواب در آستانه در زانو زده است. او خواب خود را بازگو کرد تا بسیاری از مردم و از جمله من از آن استفاده معنوی ببرند.

حقیقتاً محبت خدا نسبت به ما گناهکاران حد و مرزی ندارد. آیا عجیب نیست که چنین عمل کوچکی - آری تنها بیرون آوردن تسبیح از جیب و گرفتن آن در دست و فقط یک بار ذکر نام خدا - بتواند زندگی را به انسان بازگرداند و نیز ذکر نام عیسی تنها طی لحظه کوتاهی بتواند در ترازوی عدالت جبران ساعتها کاهلی را بنماید؟! به راستی که این کار همان پرداخت سکه طلا در عوض پیشیز ناچیز است. برادر، قدرت دعا و قدرت ذکر نام عیسی را ملاحظه کن. یوحنا کارپاتوس^{۱۰} در کتاب *فیلولو کالی* چنین می گوید: هرگاه با خواندن دعای عیسی، نام مقدس او را ذکر کنیم و بگوییم: «بر من گناهکار رحم فرما»، صدای خدا در ازای هر یک از این نداها در نهان پاسخ می گوید: «فرزندم گناهانت آمرزیده شد». یوحنا کارپاتوس اضافه می کند که ما در لحظه ذکر این دعا با مقدسین، معترفین و شهیدان هیچ تفاوتی نداریم چون همان گونه که ژان کریزوستوم می گوید: «هرچند که ما آلوده گناه هستیم به محض بر زبان راندن این دعا از گناه بری می شویم. رحمت خدا نسبت به ما بس عظیم است هرچند که ما گناهکارانی بی ملاحظه بوده حتی حاضر نیستیم ساعتی را برای شکر خدا صرف کنیم و دعا را که از هر چیز دیگر مهمتر است فدای گرفتاریها و نگرانیهای خود می نماییم و خدا و وظیفه خود را از یاد می بریم. بدین جهت است که ما غالباً با بدبختی و مصائب روبرو می شویم اما محبت بیکران الهی همین ها را وسیله تهذیب و برافراشتن دلهایمان به سوی خدا قرار می دهد».

پس از ترک صومعه همان طور که راه می رفت متوجه شد که تسبیحش در دستش نیست. این فکر به مغزش خطور کرد که «آیا باید مانند سرباز بی شمشیر راه بییمایم؟» موقعی که برای برداشتن تسبیح برمی گشت دست توی جیب خود کرده آن را پیدا کرد و از جیب درآورد و علامت صلیب بر سینه خود کشیده تسبیح به دست در کمال آرامش به راه افتاد.

همچنان که به بازار نزدیک می شد اسبی را دید که در جلو دکانی به یک گاری بزرگ پر از بشکه های عظیم بسته شده بود. ناگهان اسب به علت نامعلومی رم کرد و به طرف آن راهب تاخته، به شانه اش برخورد کرد و او را بی آن که آسیبی به وی برسد به زمین انداخت. سپس بار گاری در دو قدمی او واژگون شد و قطعات گاری به اطراف پراکنده گشت. راهب به سرعت از زمین بلند شد و در حالی که می کوشید ترس را از خود دور کند سخت در شگفت شد که چگونه خدا زندگی وی را حفظ کرده است چون اگر بار گاری به اندازه نیم ثانیه زودتر واژگون می شد همانند گاری مذکور له و لورده شده بود. پس بدون این که بیش از این به موضوع فکر کند برای خریدن ماهی رفت و پس از برگشتن آن را خورد و دعاهای خود را خوانده به قصد خوابیدن دراز کشید.

خواب وی سبک بود و در خواب استارتس ناشناسی که ظاهری بامحبت داشت در برابرش ظاهر شده به وی گفت:

- من حامی این منزل هستم و می خواهم تو را تعلیم دهم تا درسی را که به تو داده شده است بفهمی و آن را به خاطر بسپاری. پس گوش کن: عدم کوشش تو در مقابل خیالهای واهی و کاهلی تو در تشخیص این خیالها و تسلط بر هوی و هوس، فرصت خوبی به دشمن داد تا به تو حمله ور شود. او فرو ریختن آن بار را برای تو آماده کرده بود اما فرشته نگهبان تو از او پیشی گرفته به تو تلقین کرد که دعایی بخوانی و به یاد تسبیح بیفتی. این که به اشاره او توجه کردی و آن را اجرا نمودی باعث گردید که از مرگ نجات یابی. پس حالا آیا محبت خدا نسبت

از دوستان تو را از بین برد و حال آن که تو به سلامت از خطر جستی؟ آیا به یاد داری زمانی که یکی از دوستانت را سوار گاریت کردی و هر دو از گاری به زمین افتادید و او پایش شکست اما تو سالم ماندی؟ آیا نمی دانی که یکی از دوستان جوان تو که سالم و نیرومند بود اکنون به حال ضعف و بیماری در بستر افتاده است در حالی که تو در کمال سلامتی به سر می بری و هیچ دردی نداری؟

او چیزهای دیگر بسیاری را نیز به آگاتونیس یادآور شده در خاتمه به وی گفت:

- پس بدان که به واسطه حمایت مادر بسیار مقدس خدا و به خاطر دعای کوتاهی که هر روز قلب تو را با خدا پیوند می داد از تمام این ناراحتیها در امان مانده ای. اکنون به هوش باش و ذکر آن دعا را از سر بگیر و از ستایش ملکه آسمانها باز نایست مبادا که او تو را به حال خود رها کند.

هنگامی که خواندن داستان به اتمام رسید ما را برای صرف ناهار به سر میز خواندند و پس از آن در حالی که قوایمان تجدید شده بود از صاحب خانه تشکر کرده به راه افتادیم. سپس از هم جدا شده هر یک به صلاحدید خود به سویی روانه شدیم.

تقریباً پنج روز راه پیموده بودم در حالی که روحم از خاطره داستانهایی که از آن تاجر نیکوی اهل بیلیاتسرف^{۱۴} شنیده بودم قوت گرفته بود و داشتم به کیف^{۱۵} نزدیک می شدم که ناگهان بدون هیچ دلیلی خود را غمگین و سنگین احساس کردم و افکارم دچار کدورت و یأس گردید. یک نوع سستی بر من مستولی شد و دعا به زحمت بر لبانم جاری می شد. در کنار جاده، جنگلی را دیدم با بیشه های انبوه، وارد آن شدم تا قدری استراحت کنم و در ضمن در جستجوی خلوتگاهی بودم تا بتوانم در آنجا زیر بوته ای بنشینم و برای احیای روح تضعیف شده خود و مبارزه با سستی و کاهلی، کتاب فیلوکالی خود را مطالعه کنم. جای آرامی پیدا کردم و به خواندن نوشته قدیس «کاسین رومی^{۱۶}» در باب

Bieliaia Tserkov - ۱۴

Kiev - ۱۵

Cassien le Romain - ۱۶

هنگامی که حرف تاجر خطاب به سرجوخه به اتمام رسید به وی گفتم: «عالیجناب! چه آرامش بزرگی را برای روح گناهکار من به همراه آورده اید! دلم می خواهد در مقابل شما زانو زده تعظیم کنم». او با شنیدن این سخنان به من گفت:

- به نظر می رسد که شما دوستدار داستانهای مذهبی هستید. بگذارید داستانی را که مشابه داستان قبلی است برایتان بخوانم. کتابی دارم به اسم «آگاپیا^{۱۱}» یا «نجات گناهکاران»، که در سفر آن را همواره با خود همراه می برم. در این کتاب تعدادی مطالب گیرا و جالبی وجود دارد.

او کتاب را از جیبش بیرون آورد و به خواندن داستانی عالی درباره آگاتونیس^{۱۲} پرداخت. والدین پارسای آگاتونیس از بدو کودکی به وی آموخته بودند که هر روز در مقابل شمایل حضرت مریم مادر خدا دعایی را که با کلمات: «شادی کن ای باکره زاینده خدا» شروع می شود بخواند و او این کار را مرتباً انجام می داد. اما بعدها زمانی که بزرگ شد، به گرفتاریها و هیجانات زندگی تن در داد و فقط به ندرت این دعا را ذکر می نمود تا سرانجام این کار را به کلی ترک کرد.

یک شب زائری را در خانه خود پناه داده بود، زائر به وی گفت که زاهدی از صحرای «تب^{۱۳}» می باشد و در خواب دستوری دریافت کرده که به نزد شخصی به نام آگاتونیس رفته او را به خاطر ترک دعای «مادر خدا» سرزنش نماید. آگاتونیس بهانه آورد که سالها این دعا را بدون دریافت پاسخ خوانده است. پس زاهد خطاب به وی چنین گفت:

- ای مرد نابینا و حق شناس، به یاد آور چگونه این دعا بارها تو را یاری داده و از مصیبت رهانیده است. به یاد آور چگونه در جوانی به گونه ای معجزه آسا از غرق شدن نجات یافتی. آیا به خاطر نمی آوری که یک بیماری مسری عده بسیاری

Agapia - ۱۱

Agathonice - ۱۲

Thebaide - 13

ماندن در خانه برایم معنایی نداشت چون من یتیم هستم و قوم و خویشی ندارم. به علاوه یکی از پاهایم می‌لنگد. به این ترتیب است که در دنیا سرگردانم.

- گفتم: به نظر می‌آید شخص خدا ترسی به تو یاد داده است که بیهوده سرگردان نباشی بلکه از جاهای مقدس دیدن کنی.

- خوب، می‌دانید، چون بچه بی‌پدر و مادری بودم در جوانی با چوپانان گله می‌گشتم و تا سن ده سالگی احساس خوشبختی می‌کردم. بعد روزی گله را به خانه آوردم بی‌آن که متوجه باشم که یکی از بهترین گوسفندان کدخدا در گله نیست، کدخدای ما دهقان خشن و بی‌رحمی بود. هنگامی که آن شب به منزل بازگشت و دید که گوسفندش گم شده است با فحش و تهدید به جان من افتاد. او قسم خورد که اگر گوسفند را پیدا نکنم مرا تا سرحد مرگ خواهد زد و نیز گفت که «دست و پاهایم را خواهد شکست». من که به بی‌رحمی او واقف بودم برای جستجوی گوسفند به جاهایی که در روز چریده بود رفتم. بیشتر شب را جستجو کردم اما هیچ جا اثری از آن گوسفند ندیدم. شب هم بسیار تاریک بود، فصل پاییز داشت نزدیک می‌شد. درحالی که مسافت بسیاری وارد جنگل شده بودم (باید بگویم که جنگلهای ایالت ما بسیار وسیع هستند) ناگهان طوفانی برخاست. مثل این بود که درختها داشتند از جا کنده می‌شدند. صدای زوزه گرگها از دور شنیده می‌شد. چنان ترسی مرا فراگرفت که موهای تنم راست شده بود. همه چیز لحظه به لحظه وحشتناکتر می‌شد تا جایی که از شدت ترس و وحشت نزدیک بود بیهوش شوم. آنگاه به زانو افتادم، علامت صلیب بر سینه ام کشیدم و از ته دل گفتم: **خداوند عیسی مسیح، بر من رحم فرما!**

به محض ادای این کلمات چنان آرامشی بر من مستولی شد که گویی کوچکترین هول و هراسی احساس نکرده بودم. تمام وحشت من از بین رفت و مثل این که به آسمان برده شده باشم احساس شادی قلبی کردم. بسیار شاد بودم و لحظه ای از ذکر دعا باز نمی‌ایستادم. تا به امروز نمی‌دانم آن طوفان چه مدتی

«اندیشه‌های هشت گانه» در قسمت چهارم «فیلولو کالی» پرداختم. تقریباً نیم ساعت با لذت تمام به خواندن مشغول بودم که ناگاه در چند صد متری خود در داخل جنگل هیکل مردی را دیدم که کاملاً بی‌حرکت زانو زده بود. از دیدن وی خوشحال شدم چون که از حالت وی نتیجه گرفتم که او مشغول دعاست و بنابراین مطالعه خود را از سر گرفتم. مدت یک ساعت یا بیشتر مطالعه ام را ادامه دادم و بعد نگاهی به آن طرف انداختم. آن مرد بدون کوچکترین حرکتی هنوز در آنجا زانو زده بود. به رقت درآمده بودم و با خود فکر می‌کردم: «خدمتگزاران باوفای خدا چه بسیارند!»

همچنان که به این امر می‌اندیشیدم آن مرد ناگهان به زمین افتاد و به همان حالت بی‌حرکت باقی ماند. متعجب شدم و از آنجا که در موقع زانو زدن پشتش به من بود و چهره اش را ندیده بودم، کنجکاویم تحریک شد که جلو بروم و قیافه اش را ببینم. او جوانی روستایی حدوداً بیست و پنج ساله بود با چهره‌ای دوست‌داشتنی و ظاهری خوب، اما رنگش پریده بود. قبایی روستایی به تن داشت و طنابی از الیاف درخت زیزفون به کمر بسته بود. علامت ویژه دیگری در وی به چشم نمی‌خورد و توشه و حتی عصا با خود نداشت. صدای قدمهای من او را بیدار کرد و برخاست. از او پرسیدم کیستی؟ گفت از روستایان ایالت اسمولنسک^{۱۷} می‌باشد و از شهر کیف می‌آید.

- پرسیدم: پس حالا کجا می‌روی؟

- جواب داد: خودم هم نمی‌دانم، هرجایی که خدا هدایت کند.

- خیلی وقت است که از ده خود بیرون آمده‌ای؟

- بلی، بیش از چهار سال.

- پس در تمام این مدت کجا زندگی می‌کردی؟

- از یک مکان مقدس به مکان مقدس دیگر و به کلیساها و دیرها می‌رفتم.

- اندوهگین نباش، برادر عزیز من! همه چیز خوشایند خداست و هر آنچه در عالم دعا پیش می‌آید بلااستثنا در کار نجات ما مفید واقع می‌شود. این همان چیزی است که پدران مقدس می‌گویند. چه سبکی دل و چه سنگینی آن همه اش نیکوست. در نظر خدا هیچ دعایی چه بد و چه خوب نارسا نیست. سبکباری، دلگرمی و شادمانی، همه اینها نشانه آن است که خدا ما را به خاطر سعی و کوششی که ابراز می‌داریم پاداش می‌دهد و تسلی می‌بخشد حال آن که سنگینی دل، کدورت و آزدگی خاطر به معنای آن است که خدا روح را پاک ساخته آن را تقویت می‌نماید و از راه همین آزمایش شفا بخش آن را نجات داده، در تواضع، آماده شادی‌های آینده می‌سازد. مطلبی از قدیس ژان کلیماک^{۱۸} را به عنوان گواهی این سخنان برایتان می‌خوانم.

متن را پیدا کردم و برایش خواندم. جوان با دقت گوش داد و ابراز خوشحالی نموده از من تشکر بسیار کرد. آنگاه از هم جدا شدیم، او یک راست، به سوی اعماق جنگل رفت و من به جاده بازگشتم. چون راه خود را می‌بیمودم خدا را شکر می‌کردم از این که من گناهکار را لایق دریافت چنین تعالیمی دانسته است.

به لطف خدا روز بعد به کیف رسیدم. مهمترین و اولین چیزی که می‌خواستم انجام دهم این بود که در آن شهر مقدس قدری روزه بگیرم و سپس به گناهان خود اعتراف کرده در راز تناول نان و شراب مقدس شرکت جویم. در نزدیکی مقبره مقدسین^{۱۹} منزل کردم، چون به این ترتیب رفت و آمد من به کلیسا راحت تر انجام می‌گرفت. یک قزاق پیر مهربان مرا به منزل خود برد و چون او در کلبه‌ای تنها زندگی می‌کرد، در آنجا آرامشی را که می‌خواستم یافتم. پس از گذشت یک هفته که در طی آن خود را برای اعتراف آماده می‌کردم به فکر رسید که باید این اعتراف را تا حد ممکن به تفصیل انجام دهم. پس با دقت تمام به یادآوری و

۱۸- Jean Climaque ر.ک. جلد اول یک زائر روس ص ۱۵۸

۱۹- محل غارهایی که راهبان مقدس در آنجا دفن شده‌اند.

طول کشید و یا این که شب چگونه گذشت. روز فرا رسیده بود اما من هنوز همان جا زانو زده بودم. با کمال آرامش بلند شدم و در حالی که می‌دانستم دیگر گوسفند را پیدا نخواهم کرد به روستا بازگشتم. در دلم همه چیز آرام بود و در کمال رضایت در دل دعای خود را می‌خواندم. به محض ورودم به روستا، کدخدا با دیدن این که گوسفندش را پیدا نکرده‌ام چنان مرا به باد کتک گرفت که نیمه جان شدم و می‌بینید که او این پای مرا ناقص کرد. بعد از این تنبیه، شش هفته تمام بی‌آن که یاری حرکت داشته باشم دراز کشیدم. به تنها چیزی که واقف بودم این بود که دعا می‌خواندم و این دعا مرا تسکین می‌داد. هنگامی که احساس بهبودی کردم آواره دنیا شدم اما از آنجا که زندگی در میان توده مردم که در ضمن سرچشمه گناهان بسیار هم هست، برایم جالب نبود تصمیم گرفتم از مکانی مقدس به مکان مقدس دیگر بروم و از جنگلها عبور نمایم. اکنون نزدیک پنج سال است که به این ترتیب زندگی می‌کنم.

هنگامی که سرگذشت این جوان را شنیدم قلبم مملو از شادی شد از این که خدا مرا شایسته آن دانسته بود که با چنین مرد نیکویی ملاقات نمایم. از وی پرسیدم:

- آیا در حال حاضر نیز این دعا را می‌خوانید؟

جواب داد:

- بدون آن ممکن نیست وجود داشته باشم. ببینید موقعی که به خاطر می‌آورم که چگونه اولین بار در جنگل به زانو افتاده بودم مثل این است که کسی مرا دوباره به زانو درمی‌آورد و آنگاه به دعا می‌پردازم. نمی‌دانم آیا دعای کوچک و فقیرانه من خدا را خوش می‌آید یا نه. چون گاهی در موقع دعا کردن احساس خوشبختی زیاد و نوعی سبکی دل، احساس کمال شادمانی مرا فرامی‌گیرد اما در مواقع دیگر نوعی سنگینی و ضعف روحی را در خود احساس می‌کنم. با این وجود میل دارم که تا آخر عمر به دعا ادامه دهم.

جاه طلبی است. بدی در همین چهار گناه که مقرر تمام فساد روحی ماست، ریشه دارد. اینها ریشه های اصلی اند و تمام گناهایی که مرتکب می شویم از آنها جوانه می زنند. جاه طلبی است. بدی در همین چهار گناه که مقرر تمام فساد روحی ماست، ریشه دارد. اینها ریشه های اصلی اند و تمام گناهایی که مرتکب می شویم از آنها جوانه می زنند.

از شنیدن این مطالب بسیار متعجب شده گفتم:

- عذر می خواهم پدر روحانی، اما چگونه ممکن است ما خدا را که خالق و نجات دهنده ماست دوست نداشته باشیم؟ ما به چه چیز غیر از سخن خدا که کمال حقیقت و تقدس است می توانیم ایمان داشته باشیم؟ من خیر تمام همنوعان خود را آرزو می کنم بنابراین چگونه می توانم از آنها متنفر باشم؟ من چیزی ندارم که به آن مغرور باشم وانگهی از آنجایی که وجودم مملو از گناهان بیشمار است چیز قابل ستایش و تمجیدی ندارم و با وجود فقر و بنیه ضعیفم چه طمع می توانم داشته باشم؟ مطمئناً اگر فردی تحصیل کرده و ثروتمند بودم آنگاه بدون شک در چیزهایی که شما می فرمایید مقصر می بودم.

- جای بسی تأسف است عزیز من که از آنچه به تو گفتم چیز زیادی درک نکردی. فکر می کنم اگر این یادداشتهای را به تو بدهم مطلب را سریعتر خواهی فهمید، من برای اعتراف صحیح همیشه از آنها استفاده می کنم. همه را بخوان، آنگاه دلایل کافی بر آنچه الان گفتم در نظرت روشن خواهد شد.

یادداشتهای را به من داد و من به خواندن مطالبی به شرح زیر پرداختم:

اعترافی که انسان درون نگر را به راه تواضع هدایت می نماید.

با نگاهی به درون خویشتن و بررسی وضع و حالت آن به تجربه تشخیص دادم که خدا و همنوعان خود را دوست نمی دارم، دارای ایمان نبوده به غرور و مال پرستی مبتلا هستم. پس از بررسی مفصل احساسات و وجدان خود همه این

سنجیدن تمام گناهان خود از آغاز جوانی پرداختم و برای این که چیزی از خاطرم نرود آنچه را که توانستم تا کوچکترین جزئیاتش به یاد آورم، یادداشت کردم. بدین ترتیب صفحه بزرگی را از اعترافات خود پر کردم.

خبر یافتم که در «کیتایوا پوستینیا^{۲۰}» واقع در هفت کیلومتری کیف، کشیشی هست که زندگی زاهدانه ای داشته و از قدرت تشخیص بسیار برخوردار است. هر که برای اعتراف به نزد وی می رفت خود را در جوی سرشار از دلسوزی شفقت آمیز می یافت و از آنجا تعلیمی را از بهر نجات و آسایش روح به همراه می آورد. وقتی از این موضوع مطلع شدم بسیار خوشحال گشتم و بی درنگ نزد وی رفتم. از وی یاری خواستم و مدتی با هم صحبت کردیم، سپس ورقه کاغذ حاوی اعترافات خود را به او دادم. او آن را تا آخر خوانده گفت:

- دوست عزیز من، قسمت بزرگی از آنچه نوشته ای کاملاً بیهوده است. گوش بده. نخست این که گناهایی را که درباره آنها توبه کرده ای و آمرزش آنها را قبلاً گرفته ای در اعتراف خود نیاور و به آنها رجوع نکن چون در این صورت در قدرت راز توبه شک و تردید کرده ای. دوم این که کسان دیگری را که شریک گناهان تو بوده اند به خاطر نیاور و فقط درباره خود داوری کن. سوم این که پدران مقدس کلیسا ذکر کامل کیفیت گناهان را قدغن کرده به ما می گویند که آنها را با عبارات کلی اعتراف نماییم که مبادا از این طریق خود و مهمتر از آن، کشیش را در معرض وسوسه و تجربه قرار دهیم. چهارم این که تو آمده ای که توبه کنی اما از این که راه توبه را نمی شناسی یعنی از این که توبه تو فاقد حدت و توأم با بی دقتی است، ابراز توبه نمی کنی. پنجم این که هرچند مفصلاً جزئیات را شرح دادی اما مهمترین چیزها را از نظر دور داشتی یعنی سنگین ترین گناهان را افشاء نکردی. تو در نوشته هایت اعتراف نکردی که خدا را دوست نمی داری و از همنوعان متنفر هستی، به کلام خدا ایمان نداری و تمام وجودت سرشار از تکبر و

ارضای تمایل خود نسبت به شناخت علم و هنر هستم، اما مطالعه قانون خدا و شناخت خدا و ایمان، جاذبه چندانی برای من نداشته و در ذهن من جوابگوی نیازهای روحی من نیست. من نه تنها آن را برای مسیحیان غیر ضروری می‌شمردم بلکه به علاوه در مواردی آن را مشغولیتی زائد تلقی می‌کنم که شاید فقط در اوقات فراغت بتوانم خود را بدان مشغول بدارم. بالاخره اگر محبت ما نسبت به خدا از روی مراعات فرامین وی شناخته می‌شود (خداوند ما، عیسی مسیح می‌گوید «اگر مرا دوست می‌دارید فرمانهای مرا رعایت نمایید»)، من نه تنها آنها را مراعات نمی‌کنم بلکه برای رعایت آنها نیز بسیار کم می‌کوشم پس در کمال صداقت باید نتیجه بگیرم که خدا را دوست نمی‌دارم. بازیل کبیر^{۲۱} در این باره چنین می‌فرماید: «دلیل این که انسان خدا و مسیح خدا را دوست نمی‌دارد در این واقعیت نهفته است که فرمانهای او را مراعات نمی‌کند».

۲- من ممنوع خود را هم دوست ندارم زیرا نه تنها قادر نیستم زندگی ام را فدای آنها نمایم (همان طوری که انجیل می‌خواهد) بلکه حتی حاضر نیستم به خاطر صلاح ممنوع خود از خوشی، رفاه و آسایش بگذرم. در صورتی که طبق حکم انجیل می‌بایست او را مثل خویشتن دوست می‌داشتم و بدبختیهای وی مرا اندوهگین و خوشیهای وی مرا خوشحال می‌ساخت. اما برعکس داستانهای عجیب و حاکی از بدبختی را که درباره ممنوع خود می‌شنوم سبب اندوه من نمی‌گردد و اصلاً از آنها ناراحت نمی‌شوم و بدتر از همه گاهی لذت هم می‌برم. به عوض این که رفتار زشت برادرم را با محبت بپوشانم آن را با انتقاد و عیب‌جویی با صدای بلند برملا می‌سازم. بهروزی و افتخارات و شادیهای وی مرا به حد سعادت خودم خوشحال نمی‌سازد و هیچ لذتی از آن نمی‌برم گویی آنها کاملاً با من بیگانه می‌باشند. به علاوه این امور، شریانه موجب می‌گردد که به چشم حسد و تحقیر به وی بنگرم.

۳- من هیچ ایمان مذهبی ندارم و به جاودانگی و به انجیل نیز اعتقادی

چیزها را واقعاً در خود یافتم:

۱- خدا را دوست نمی‌دارم زیرا اگر خدا را دوست می‌داشتم دائماً با شادی زایدالوصفی به او می‌اندیشیدم و هر فکری درباره خدا به من شادی و لذت می‌بخشید. برعکس غالب اوقات درباره چیزهای دنیوی با علاقهٔ بیشتری می‌اندیشم در صورتی که تفکر درباره خدا برای من کاری دشوار بوده مرا دچار افسردگی می‌کند. اگر خدا را دوست می‌داشتم گفتگوی من با وی در دعا، غذای روحی و شادی مرا فراهم می‌آورد و مرا به سوی پیوندی ناگسستنی با وی می‌کشاند. اما برعکس نه تنها هیچ لذتی از دعا نمی‌برم بلکه آن را زحمت می‌دانم. از مبارزه اکراه دارم و در اثر تنبلی ضعیف شده ام، حاضریم به خاطر هر چیز پوچ و بی‌اهمیت هر چند که دعایم را کوتاهتر سازد و حواسم را از آن برگرداند، بشتابم. وقت من درموقع اشتغال به کارهای بیهوده به سرعت می‌گذرد اما زمانی که در پیشگاه خدا حاضر می‌شوم هر ساعت برای من به اندازه یک سال طول می‌کشد. کسی که فردی را دوست می‌دارد تمام روز بدون وقفه درباره وی می‌اندیشد، تصویر او را در فکر خود مجسم می‌سازد، از آن مراقبت می‌کند و در هیچ شرایطی فرد محبوب را از خاطر خود دور نمی‌سازد، اما من از تمام وقت شبانه روز خود به زحمت ساعتی را برای ذکر و یادآوری خدا و برافروختن قلب خود برای او اختصاص می‌دهم در صورتی که بیست و سه ساعت دیگر را با اشتیاق و حرارت تمام فدای بتهای هوسهای دلم می‌نمایم.

دلم می‌خواهد فقط درباره موضوعهای سبک و موضوعاتی که روحم را پست می‌سازد صحبت نمایم چون از این کار لذت می‌برم. اما هرگاه قرار باشد درباره خدا تعمق نمایم، افسردگی و ملال و تنبلی به من دست می‌دهد. حتی اگر بی‌اختیار توسط دیگران به سوی موضوعی معنوی هدایت شوم سعی می‌کنم فوراً صحبت را طوری برگردانم که با امیال من وفق بدهد. کنجکاوی من نسبت به خبرهای تازه و رویدادهای سیاسی هیچگاه ارضا نمی‌شود. با حدت تمام در پی

دهم یا به منظور خودستایی از آن حُسن در پیش دیگران یا در دل خود بدان افتخار کنم. هرچند که خود را به ظاهر متواضع نشان می‌دهم معهداً تمام این تواضع را مدیون شایستگی خویش می‌دانم و خود را برتر از دیگران یا دست کم نه چندان بدتر از آنها می‌پندارم. هرگاه عیبی را در خود ملاحظه کنم می‌کوشم تا عذری برای آن بیابم و آن را با گفتن کلماتی چون: «من این طور ساخته شده‌ام» یا «تقصیر من نیست» بیوشانم. نسبت به کسانی که رفتارشان با من محترمانه نیست عصبانی می‌شوم و درباره آنها چنین حکم می‌کنم که قادر نیستند قدر اشخاص را بدانند. به استعدادهای خود مباهات می‌کنم. عدم موفقیت اقدامات خود را اهان‌ت نسبت به شخص خود تلقی می‌نمایم. از بدبیماری دشمنان خود لذت می‌برم. اگر احیاناً در راه عمل نیکویی کوشش به خرج دهم قصدم این است که افتخاری کسب نمایم یا این که رضایت خاطری معنوی یا تسلای دنیوی برای خود به دست آورم. خلاصه این که خود را دائماً به صورت بت درمی‌آورم و خودم پیوسته به آن خدمت می‌کنم و در ضمن در همه جا برای ارضای هوسها و شهواتم به دنبال طعمه می‌گردم.

پس از بررسی همه اینها می‌بینم که من فردی مغرور، فاسد، بی‌ایمان، خالی از عشق نسبت به خدا و متنفر از هم‌نوع خود هستم. آیا حالتی گناه‌آمیزتر از این می‌توان یافت؟ وضع ارواح ظلمات بهتر از وضع من است. آنها گرچه خدا را دوست نمی‌دارند و از انسانها متنفرند و در غرور به سر می‌برند لاف‌قل خدا را باور دارند و از ترس وی به خود می‌لرزند. اما من؟ آیا عاقبتی وحشتناکتر از آنچه در انتظار من است وجود دارد؟ چه حکمی شدیدتر از آن چه در پس داوری زندگی بی‌غم و احمقانه خود تشخیص می‌دهم ممکن است صادر شود؟

پس از آن که نمونه اعتراف را که پدر روحانی به من داده بود از اول تا آخر خواندم ترس بر من مستولی شد و با خود چنین گفتم: «خدای عادل! چه گناهان وحشتناکی در درون من نهان است که تاکنون از وجود آنها بی‌خبر بوده‌ام!» میل

ندارم. چنانچه قویاً و بدون هیچ شک و تردیدی اعتقاد می‌داشتم که در ورای مرگ زندگی جاودانی وجود دارد و اعمال این زندگی را پاداشی هست پیوسته به آن می‌اندیشیدم. نه تنها یاد ابدیت مرا در ترس فرو نمی‌برد بلکه زندگی این دنیا را مانند غریبه‌ای که برای ورود به موطن خود آماده می‌شود می‌گذراندم. اما برعکس هرگز به فکر ابدیت نیستم و پایان زندگی خود در این دنیا را آخرین مرحله موجودیت خود می‌دانم. این فکر مخفیانه در من بروز می‌کند: «چه کسی می‌داند در موقع مرگ چه می‌گذرد؟» اگر بگویم به حیات جاودانی باور دارم یک تأیید ذهنی بیش نخواهد بود و دل من از داشتن اعتقاد راسخ بسیار به دور است. رفتار من و نیز کوششم پیوسته در راه ارضای زندگی نفسانی، شواهد آشکار این وضع می‌باشند.

اگر دلم به انجیل مقدس به عنوان کلام خدا ایمان می‌داشت پیوسته در فکر آن می‌بودم و آن را مطالعه می‌کردم، سعادت‌م را در آن می‌جستم و با شوق و حرارت تمام توجهم را بدان معطوف می‌داشتم. زیرا حکمت، فیض و محبت در آن نهفته است. شب و روز را سرشار از شادی وقف مطالعه احکام خدا می‌کردم، غذا و نان روزانه خود را در آن می‌یافتم و دل من به خودی خود اوامر آن را محفوظ می‌داشت. هیچ چیز بر روی زمین نمی‌توانست توجه مرا از این امر منحرف سازد. برعکس اگر گاه و بی‌گاه اتفاق بیفتد که سخن خدا را مطالعه کنم یا آن را بشنوم یگانه انگیزه آن احتیاج یا علاقه صرف به دانش است. در هر حال توجه چندانی به آن ندارم و آن را حزن‌انگیز و بی‌فایده می‌دانم. معمولاً بدون گرفتن هیچ نتیجه‌ای به پایان قرائت خود می‌رسم درحالی که همواره آماده‌ام آن را با کتابی دنیوی که لذت بیشتری به من می‌بخشد و حاوی موضوعاتی جدید و جالب می‌باشد جانشین نمایم.

۴- سراپای وجودم غرور و خودپرستی است. تمامی اعمال من مؤید این امر می‌باشد. هرگاه حُسنی را در خود مشاهده می‌کنم می‌خواهم آن را در انتظار قرار

است! ما شب و روز قانون خدا را مطالعه نمی کنیم و به طور جدی و دائمی برای آن دعا نمی کنیم. بدین علت است که وجود باطنی ما گرسنه و تشنه می شود و به حدی احساس محرومیت می کند که توان برداشتن قدمی در راه تقوی و نجات در خود نمی یابد! پس ای عزیز من، بیا تصمیم بگیریم این روشها را به کار بندیم و تا جایی که ممکن است ذهن خود را به اندیشیدن درباره عالم آسمانی مشغول داریم آنگاه محبتی که از آسمان به قلبهای ما نازل می شود در درون ما شعله ور خواهد شد. پس این کار را خواهیم کرد و تا آنجایی که در توان ماست دعا خواهیم کرد چون دعا مهمترین و قوی ترین وسیله برای احیا و بهروزی ما می باشد. ما با عباراتی که کلیسای مقدس به ما تعلیم می دهد چنین دعا می کنیم: «خدایا مرا شایسته آن گردان که اکنون تو را همان قدر دوست بدارم که گناه را در گذشته دوست می داشتم».

با دقت تمام به سخنان پدر روحانی گوش فرا دادم. در حالی که عمیقاً متأثر شده بودم از این پدر مقدس خواهش کردم تا اعتراف مرا بشنود و مرا در راز قربانی مقدس شرکت دهد. صبح روز بعد پس از این که به فیض آن راز مقدس نائل گشتم بر آن شدم که با این توشه مقدس به شهر کیف بازگردم. اما پدر روحانی نیکو، که برای دو روز به صومعه بزرگ می رفت از روی مهمان نوازی اطاقش را در اختیار من گذاشت تا بتوانم به راحتی به دعا پردازم. این دو روز آن چنان بر من گذشت که گویی در بهشت بودم. من در عین بی لیاقتی، به خاطر دعاها و استارتس عزیزم از آرامش کامل بهره مند شدم. دعا در قلبم با چنان شادی و سهولتی جاری بود که فکر می کنم در طی این مدت همه چیز و از جمله خود را از یاد برده بودم. تنها عیسی مسیح در افکارم بود، تنها او و بس.

سرانجام پدر روحانی بازگشت و من عقیده و نظر وی را پرسیدم: «اکنون برای زیارت به کجا بروم؟» او مرا برکت داده گفت: «به شهر پوجایف^{۲۲} برو، در آنجا جای پای معجزه گر مادر بسیار مقدس خدا را احترام بگذار و مادر خدا تو

به پاک شدن از گناهان مرا بر آن داشت که از این پدر واقعاً روحانی درخواست نمایم که علل تمام این دردها و راه معالجه آنها را به من بیاموزد. او به تعلیم من پرداخت و چنین گفت:

- ببین برادر عزیز، دوست نداشتن خدا از کمبود ایمان برمی خیزد و علت این کمبود در امتناع از فراگیری علم حقیقی و مقدس و نیز در بی علاقه‌گی نسبت به روشنایی روح است. خلاصه کلام این که تو اگر ایمان نداشته باشی نمی توانی دوست بداری و اگر متقاعد نشده‌ای باز نمی توانی دوست بداری و برای رسیدن به اعتقاد راسخ، باید تشخیص کامل و دقیق داشته باشی. باید از راه تعمق و مطالعه کلام خدا و از راه بررسی تجربه های شخصی خویش عطش و بی صبری یا به قول بعضی ها «شیفتگی» را در روح خود بیدار نمایی که این اشتیاق ارضاء ناشدنی را به همراه خود می آورد، اشتیاق به این که مسائل را از نزدیک و به طور جامع تر بشناسی تا به عمق سرشت آنها دست یابی.

یکی از نویسندگان روحانی در این باره چنین می گوید: «محبت عمده‌تاً به همراه شناخت افزون می شود و هر قدر که شناخت ما عمیق تر و گسترده تر باشد محبت نیز افزایش خواهد یافت و دل ما با نظاره دقیق کمال و زیبایی عالم خدا و محبت بیکران وی نسبت به بنی آدم، با سهولت بیشتری تسلیم محبت خدا شده به روی آن گشوده خواهد شد».

پس می بینی که علت این گناهان تنبلی در اندیشیدن به مطالب معنوی می باشد، تنبلی ای که حتی احساس نیاز به این افکار را در ما خفه می کند. اگر می خواهی بدانی چگونه می توان بر این عیب فائق آمد در منور ساختن فکر خود به هر طریقی که در قدرت تو است کوشا باش. سعی کن از راه مطالعه جدی کلام خدا و سخنان پدران مقدس و تعمق و انجام نصایح روحانی و گفتگو با خردمندان در مسیح به آن برسی. آری برادر عزیز، صرفاً به خاطر تنبلی ما در جستجوی روشنایی دل حاصل از کلام حقیقت، مصیبت بزرگی نصیب ما شده

غافل نمی ماند. سرودخوانی هم انسان را تحت تأثیر قرار می دهد. مردم به آرامی می ایستند، مردها در یک طرف و زنها در طرف دیگر و هرکس خوب می داند در چه موقعی باید طبق تعلیمات کلیسای مقدس تعظیم کند. صادقانه باید بگویم که به محض ورود به یکی از کلیساهای ما انسان به راستی احساس می کند که خدا را می پرستد در حالی که در کلیساهای شما آدم نمی داند در کلیساست یا در بازار.

از همه این مطالب دریافتم که آن پیرمرد عضو متعصب فرقه «پیروان آیین قدیم^{۲۳}» می باشد اما حرفهای وی به قدری قابل قبول بود که نتوانستم با او به بحث بپردازم یا وی را به آیین خود برگردانم. همیشه با خود می گویم که برگرداندن «پیروان آیین قدیم» به کلیسای حقیقی تا زمانی که نظم و ترتیبی در مراسم برگزاری آیین نیایش برقرار نشود و به ویژه روحانیون خود را به صورت سرمشق در نیاورند غیرممکن خواهد بود. پیروان آیین قدیم چیزی درباره زندگی درونی نمی دانند و بیشتر بر ظواهر تکیه می کنند و این همان چیزی است که ما بدان بی توجه هستیم.

تصمیم گرفته بودم آنجا را ترک کنم. داشتم از سرسرا عبور می کردم که از لای در اطاق خصوصی با کمال تعجب مردی را دیدم که شکل و شمایل روسی نداشت و به حال درازکش در تختخواب مشغول خواندن کتاب بود. با علامتی مرا پیش خواند و پرسید که هستم. به وی پاسخ دادم. سپس به صحبت با من پرداخت و گفت:

- گوش کن دوست من. آیا می توانی مراقبت از شخص بیماری را مثلاً برای یک هفته تا زمانی که به یاری خدا عالم بهتر شود به عهده بگیری؟ من یونانی و راهب دیر کوه آتوس هستم. به روسیه آمدم تا برای صومعه خود اعانه جمع آوری

۲۳- در درون سلطنت پتر کبیر اصلاحات وسیعی در سراسر روسیه توسط وی به عمل آمد از جمله در سازمان و رهبری کلیسا که منجر به تغییر پاره ای از مراسم مذهبی گردید. آنگاه عده ای از مسیحیان روس که مخالف هرگونه تحول در مراسم بوده اند خود را وفادار به آیین سنتی اعلام کردند و فرقه «استاروور» یا «پیروان آیین قدیم» را تشکیل دادند.

را به راه صلح و صفا هدایت خواهد کرد.»

نصیحت او را قبول کردم و سه روز بعد به سوی پوجایف حرکت نمودم. در طول مسیر بیش از دویست کیلومتری جاده پوجایف، مسافرخانه ها و آبادیهای یهودی بسیاری وجود داشتند اما به ندرت آبادی مسیحی دیدم. در یکی از آبادیها مسافرخانه ای مسیحی توجه مرا به خود جلب کرد. وارد آنجا شدم تا شب را بگذرانم و برای سفر خود نانی تهیه کنم چون توشه راهم به آخر رسیده بود. صاحب مسافرخانه پیرمردی خوش قیافه بود و من متوجه شدم که او هم ولایتی من یعنی از اهالی ایالت اورلوف است. تازه داخل اطاق شده بودم که از من پرسید: «مذهب چیست؟» جواب دادم که مسیحی ارتدکس هستم. با خنده گفت:

- ارتدکس، راستی! شماها فقط به حرف ارتدکس هستید اما در عمل همه تان مشرکینی بیش نیستید. من مذهب تو را کاملاً می شناسم برادر. یک بار یکی از کشیشان تحصیل کرده، مرا به قبول آن تشویق کرد. من هم آن را آزمایش کردم و به کلیسای شما ملحق شدم و شش ماه نیز ماندم. اما پس از آن عبادات و رسوم جماعت خودمان را از سر گرفتم. ملحق شدن به کلیسای شما چیزی جز فریفتگی نیست. معمولاً قرائت کنندگان، متون آیین نیایش را هر طوری که شده زیر لب جویده جویده می خوانند و در آن میان بعضی از قسمتها را حذف می کنند و بعضی قسمتهای دیگر نامفهوم باقی می ماند. اجرای سرودها هم از آنچه در کافه ها می شنویم بهتر نیست. مردم نیز اعم از زن و مرد همه در یک جا جمع می شوند. آنها در موقع آیین نیایش با هم صحبت می کنند، سرشان را برمی گردانند و به اطراف خود نگاه می کنند، در طول و عرض کلیسا راه می روند و آرامش دعا کردن را بر همه حرام می سازند. آخر این چه طرز عبادت کردن است؟ سرتاسر گناه است و بس! اما در اجتماعات ما چون مراسم در عین زهد و تقوی جریان دارد انسان تمام چیزهایی را که گفته می شود می شنود و از چیزی

خودمان قرار می‌دهد. به خوبی می‌توان دید که بیان میل و خواست یک انسان بیچاره و فروتن به وسیله عباراتی حکیمانه‌تر، واضح‌تر و دقیق‌تر از عبارت «بر من رحم فرما» امکان‌پذیر نیست. هیچ جمله دیگری نمی‌تواند به این اندازه رضایت بخش و کامل باشد.

اگر فی‌المثل می‌گفتیم: «مرا ببخش، گناهان ما را عفو کن، مرا از تخلفاتم مبری گردان و قصور مرا بزدای» همه این کلمات بیانگر تنها یک خواسته می‌بود و آن رهایی یافتن از مجازات که مایه وحشت هر انسان ضعیف و ناتوان است. اما عبارت «بر من رحم فرما» نه تنها میل به آمرزش، میلی که از ترس ناشی می‌شود بلکه ندای صمیمانه عشق فرزندی را بیان می‌کند که امیدش را به بخشش خدا بسته و با کمال فروتنی اقرار می‌کند که برای غلبه بر اراده خویشتن و مراقبت از خود بیش از حد ضعیف است. این ندا ندای طلب رحمت یا به کلام دیگر ندای طلب فیض است، فیضی که خدا به صورت نیرویی به ما خواهد داد تا ما را قادر سازد در مقابل وسوسه مقاومت نموده بر میل خود به گناه فائق آییم، مانند این که بدهکاری عاجز از پرداخت قرض خود از طلبکارش که در ضمن دوست وی هم هست درخواست کند که نه تنها قرضش را ببخشد بلکه به فقر بی‌حد و حصر او رحم کرده اعانه نیز به وی بدهد. این است معنای عمیق عبارت «بر من رحم فرما» که مانند آن است که انسان بگوید: «ای خداوند بخشنده، گناهان مرا ببخش و مرا یاری ده تا خود را اصلاح کنم، در دلم میل شدید به پیروی از فرمانت برانگیز و با بخشش گناهان کنونی‌ام و با جلب افکار و اراده و دل غافل من به سوی خودت، فیض خود را بر من بگستران».

با شنیدن این سخنان از حکمتی که در نطقش نهفته بود شگفت‌زده شدم و از وی به خاطر تعلیمی که برای روح گناهکار من داد سپاسگزاری کردم. او همچنان به آموختن چیزهای شگفت‌انگیز به من ادامه داد:

- حال اگر بخواهی (درضمن متوجه شده بودم که او مردی عالم است چون در

نمایم. اما در هنگام بازگشت مریض شدم. درد پایم به قدری زیاد است که قادر به راه رفتن نیستم. به همین دلیل هم این اطاق را کرایه کردم. جواب رد به من نده ای خدمتگذار خدا! مزدت را خواهم داد.

- اصلاً لازم نیست مزدی به من بدهید. به یاری خدا به بهترین وجهی که در توان من است از شما مواظبت خواهم کرد.

پس با وی ماندم. چیزهای بسیاری در رابطه با نجات روح ما، از او یاد گرفتم. او از دیر کوه مقدس آتوس، از زاهدان بزرگ آنجا، از گوشه‌گیران فراوان و از عابدان برایم تعریف کرد. او یک جلد کتاب «فیلوکالی» به زبان یونانی و کتابی از نوشته‌های اسحق سربانی^{۲۴} همراه خود داشت. آنها را با هم مطالعه کردیم و برگردان آن را به زبان روسی قدیم که توسط پائوسی ولیچکوفسکی^{۲۵} انجام شده بود با اصل یونانی آن مقایسه کردیم. او اظهار داشت که غیرممکن است «فیلوکالی» با دقت و امانتی بیشتر از آنچه پائوسی در ترجمه خود به زبان اسلاو به خرج داده ترجمه شود.

متوجه شدم که او همیشه به ذکر دعا مشغول است و در خواندن دعا در دل خود مهارت فراوان دارد. از آنجا که روسی را بدون نقص صحبت می‌کرد سؤالاتی در این مورد از او کردم. بلافاصله در این باب مطالب بسیاری به من گفت و من هم با دقت گوش فرا دادم حتی بسیاری از سخنان وی را یادداشت کردم. به این ترتیب با جملات زیر مرا از درجه کمال و عظمت «دعای عیسی» آگاه نمود: «خود شکل دعای عیسی نشان دهنده عظمت آن است. این دعا شامل دو قسمت می‌باشد: قسمت اول آن یعنی، «خداوند عیسی مسیح، پسر خدا» افکار ما را متوجه راز عیسی مسیح می‌کند و به گفته پدران مقدس، خلاصه تمام انجیل است. قسمت دوم یعنی «بر من گناهکار رحم فرما» ما را در برابر سرشت سقوط کرده

۲۴- Issac le Syrien. ک جلد اول "زائر روس ص ۱۵۶

۲۵- Paissy Velitchkovsky

چیزی را که نه تنها برای شنونده بلکه برای خود شخص دعا کننده نیز ناشناخته باشد. آیا امکان ندارد نیروی محرک پنهان روح القدس در کار باشد که با ناله‌هایی برای ما شفاعت می‌کند، ناله‌هایی که ابداع آنها برای کسانی که نمی‌دانند چرا و چگونه دعا می‌کنند امکان‌پذیر نیست؟ و طبق گفته پولس رسول، هر که نام عیسی مسیح را بر لب می‌آورد از روح القدس برانگیخته شده است، همان روح القدس در خفا عمل می‌کند و دعا را به دعا کننده می‌دهد و به هر فردی به رغم ناتوانی اش عطیه ویژه‌ای می‌بخشد.

بدین ترتیب ممکن است به فردی ترس توأم با احترام نسبت به خدا عطا کند و به دیگری محبت، به سومی پایداری در ایمان و به چهارمی تواضعی سرشار از فیض ببخشد...

اگر چنین باشد آن که فیض احترام و ستایش نیروی قادر مطلق را دریافت داشته مخصوصاً بر روی کلمه **خداوند** که در آن عظمت و قدرت خالق دنیا را احساس می‌کند تکیه خواهد نمود. دیگری که از فیضان اسرارآمیز محبت در قلب خود برخوردار است به محض ذکر نام **عیسی مسیح** از خود بی‌خود و از شادی لبریز می‌شود. درست همانند آن استارتس که حتی در گفتگوی عادی نمی‌توانست نام عیسی را بشنود بی‌آنکه سبلی از محبت و شادی را در خود احساس نماید. آن که به الوهیت عیسی مسیح که هم سرشت با پدر است ایمان تزلزل ناپذیر دارد با تلفظ کلمات **پسر خدا** از ایمانی باز هم پرشورتر مستفیض می‌شود. کسی که عطیه فروتنی را دریافت نموده و از ضعف خویش عمیقاً آگاه است با ادای کلمات **پر من رحم فرما** متواضع و پشیمان شده راز قلبش را با کلمات نهایی «دعای عیسی^{۲۶}» جاری می‌سازد. او امید به نیکویی پر محبت خدا را در دل می‌پروراند و از سقوط خود در گناه نفرت دارد. به نظر من در همین جاست که باید علل تفاوت در لحن ادای دعای عیسی را جستجو نمود. چنانچه محض ستایش خدا و

آکادمی آتن درس خوانده بود) درباره طرز ذکر «دعای عیسی» برایت صحبت می‌کنم. اتفاقاً شنیده‌ام که عده بسیاری از مسیحیان پارسا این دعا را با صدای بلند ذکر می‌کنند یعنی به همان نحوی که کلام مقدس خدا و سنت کلیسای مقدس حکم می‌نماید. آنها آن را نه تنها در دعای خصوصی خود بلکه در کلیسا نیز ذکر می‌کنند. اگر تو با دقت و صمیمیت به ذکر آرام این دعا گوش فرا دهی به نفع روح خود متوجه خواهی شد که لحن صدایی که دعا را می‌خواند بر حسب اشخاص متفاوت است یعنی بعضی‌ها بر روی کلمه اول تکیه می‌کنند و می‌گویند: «**خداوند عیسی مسیح**» و بقیه را با صدای یکنواخت به اتمام می‌رسانند. بعضی دیگر با صدایی یکنواخت شروع نموده و در وسط دعا کلمه «**عیسی**» را به مثابه یک ندا تلفظ نموده دنباله دعا را با همان صدای اولیه بدون تأکید به پایان می‌برند. باز عده دیگری دعا را بدون تأکید شروع کرده و آن را به همان منوال تا آخرین کلمات یعنی «**رحم فرما**» ادامه می‌دهند. بعضی‌ها نیز تمامی دعا را یعنی «**خداوند عیسی مسیح، پسر خدا، بر من گناهکار رحم فرما**»، تنها با تکیه بر کلمات «**پسر خدا**» ادا می‌نمایند.

حال گوش کن. تنها همین یک دعا وجود دارد. مسیحیان ارتدکس همه دارای یک ایمان هستند و همه می‌دانند که این دعای والا دو نکته مهم را در بر دارد: یکی خود عیسی مسیح و دیگر استدعایی که از وی می‌شود. این را همه قبول دارند. پس چرا این دعا به یک طریق و با یک لحن ادا نمی‌شود؟ چرا دل هر کس به طرز خاصی به آن متوسل می‌شود و مطلب خویش را با تشدید و تأیید خاصی بیان می‌کند آن هم نه در نقطه ثابتی که برای همه یکی باشد بلکه در جایی که برای هر فرد متفاوت است؟ عده بسیاری می‌گویند که شاید این کار نتیجه عادت یا تقلید است یا این که به تفاسیر گوناگون طبق دیدگاه فرد بستگی دارد و بالاخره آنکه این درست همان طرز بیانی است که برای هر فرد آسانتر یا طبیعی‌تر می‌باشد. اما من چنین عقیده‌ای ندارم. دلم می‌خواهد دلیل والاتری بیابم یعنی

- دوست من تو حق نداری یهودیان را این چنین دشنام دهی و نفرین کنی. خدا همان گونه که ما را آفریده آنها را نیز آفریده است. باید نسبت به آنها با احترام رفتار کنی و به عوض نفرین برای آنها دعای خیر کنی. باور کن، نفرتی که تو نسبت به آنها احساس می کنی از آنجا ناشی می شود که محبت خدا در قلبت ریشه ندوانده است و از دعای باطنی غافل. در رابطه با این موضوع متنی را از پدران مقدس برایت می خوانم. به آنچه مرقس زاهد^{۲۷} نوشته است گوش فراه: «جانی که باطناً به خدا پیوسته به قدری سرشار از شادی است که مانند طفلی نیکو و ساده دل گشته هیچ کس را اعم از یونانی، مشرک، یهودی و گناهکار محکوم نمی کند بلکه آنها را با دیده پاک می نگیرد، در دنیا شادی می یابد و آرزو دارد که یونانی و یهودی و مشرک، همه خدا را حمد و ستایش نمایند.» همچنین ماکر کبیر اهل مصر^{۲۸} می گوید: «کسی که تعمق می کند محبتی چنان عظیم در قلبش فروزان است که دلش می خواهد در صورت امکان همه را از بد و خوب بدون استثنا در دل خود جای دهد».

برادر عزیز این است اندیشه پدران مقدس. بنابراین به تو توصیه می کنم که خصومت خود را کنار گذاشته همه چیز را تحت الشعاع مشیت معرفت مطلق خدا ببینی و هنگامی که احساس آزردهی کردی خویشتن را برای ناشکیبایی و کمبود فروتنی ملامت کنی.

بالاخره، پس از گذشت یک هفته، استارتس یونانی سلامتش را بازیافت. از وی به خاطر تمام تعلیمات مبارکی که به من داده بود صمیمانه تشکر نمودم و سپس از یکدیگر جدا شدیم. او به راه افتاد تا به دیر خود برگردد و من هم مسیری را که در نظر گرفته بودم از سر گرفتم. به نزدیکی پوجایف رسیده بودم. بیش از

۲۷- Marc l'Ascete ر.ک. جلد اول یک زائر روس ص ۱۵۹

۲۸- Macaire le Grand d'Egypte ر.ک. جلد اول یک زائر روس ص ۱۵۹

تهدیب خویشتن با دقت به آنها گوش فرا دهید خواهید توانست حساسیت ویژه هر فرد و عطایای معنوی خاصی را که دارا می باشد تشخیص دهید. اشخاص بسیاری در این مورد به من چنین گفته اند:

- به چه دلیل تمام علائم عطایای معنوی نهانی همه با هم و به صورت پیوسته ظاهر نمی شوند؟ اگر چنین باشد نه تنها بعضی از کلمات خاص دعا بلکه تمام آنها به یک اندازه سرشار از شیفتگی خواهند بود.

و من جواب آنها را این گونه دادم:

- حال که طبق کتاب مقدس، فیض خدا عطایای خود را خردمندانه و به میزان توانایی هر فرد توزیع می نماید، چه کسی می تواند با محدودیت های روح خویش، خواهان دستیابی به کلیه حالات فیض شود؟ مگر خاک رس تماماً در اختیار کوزه گر نمی باشد تا او بتواند برحسب خواست و میل خود چیزهایی از آن بسازد؟ پس از پنج روز که با این استارتس گذراندم حالش رو به بهبود نهاد. این مدت برای من به قدری سودمند واقع شده بود که به گذر سریع آن توجهی نکردم چرا که ما در آن اطاق کوچک و در آن انزوای سکوت به هیچ چیزی توجه نداشتیم مگر به ذکر بی صدای نام عیسی یا صحبت درباره همین موضوع یعنی دعای باطنی.

روزی زائری به دیدن ما آمد. او به تلخی از یهودیان شکایت می کرد و به آنها دشنام می داد چون به هنگام عبور از روستاهای آنها هدف خصومت و حيله گری آنها واقع شده بود. عصبانیت او به قدری زیاد بود که آنها را به باد نفرین گرفته بود و حتی می گفت که آنها به خاطر سرسختی و بی ایمانی خود لایق آن نیستند که زنده بمانند. و عاقبت اظهار داشت که نفرتش نسبت به آنها به حدی است که دیگر قادر نیست آن را کنترل کند.

استارتس گفت:

می کشیدم اما عاقبت به جرم ولگردی بدون داشتن شناسنامه به زندان افتادم. در آنجا هم فرصت مناسبی برای گریختن نیافتم. سپس به طور غیرمنتظره‌ای با سربازی آشنا شدم که گواهی پایان خدمت سربازی را گرفته بود و به خانه خود در یکی از شهرستانهای دور افتاده بازمی گشت. چون مریض بود و به زحمت راه می رفت از من خواهش کرد او را تا نزدیکترین ده همراهی کنم تا او در آنجا مکانی برای سکونت بیابد. پس او را همراهی کردم. ژاندارمری محل به ما اجازه داد که شب را در انباری روی علفه بگذرانیم و ما هم آنجا دراز کشیدیم. صبح هنگامی که بیدار شدم نگاهی به سرباز همراهم انداختم و دیدم که مرده است. پس با شتاب دنبال شناسنامه یا بهتر بگویم گواهی پایان خدمت وی گشتم و پس از آن که آن را همراه با مبلغ قابل ملاحظه‌ای پول پیدا کردم در حالی که همه هنوز در خواب بودند با سرعت هرچه تمامتر از انبار بیرون آمده وارد جنگل شدم و پا به فرار گذاشتم. با مطالعه شناسنامه اش متوجه شدم که او تقریباً همسن و سال من و دارای همان علائم مشخصه من بود. به خود تبریک گفتم و با عزم راسخ به نقاط دور دست شهرستان هشتراخان رفتم. در آنجا قدری حالم بهتر شد و کاری به دست آوردم. پیرمردی را دیدم که خانه‌ای داشت و به خرید و فروش دام مشغول بود و با دخترش عروسی کردم. آن پیرمرد بعد از مدتی درگذشت. کارش را نتوانستیم ادامه بدهیم پس دوباره شروع به مشروبخواری کردم و زنم هم همینطور و در عرض یک سال آنچه را از پیر مرد مانده بود حیف و میل نمودیم. بعد زنم مریض شد و مرد. پس آنچه را مانده بود فروختم و خانه را هم همینطور و چندی نگذشت که دیگر آهی در بساط نداشتم. چیزی برای زندگی و امرار معاش نداشتم بنابراین به شغل سابق یعنی فروش اشیاء مسروقه برگشتم با این تفاوت که از آن به بعد گستاخی من به علت داشتن شناسنامه بیشتر شده بود. به این ترتیب زندگی قبلی خود را تقریباً یک سال ادامه دادم تا این که دورانی طولانی فرا رسید که دیگر در هیچ

صد کیلومتر راه طی نکرده بودم که سربازی به من ملحق شد. می گفت که به زادگاه خود شهر کامنتس پودولسک^{۲۹} برمی گردد. در طی تقریباً ده کیلومتر کلمه‌ای بین ما رد و بدل نشد. متوجه شده بودم که او آلهای عمیق می کشد گویی باری بر او سنگینی می کرد. قیافه اش بسیار اندوهگین بود. پرسیدم چه چیز شما را تا این حد غمگین کرده است؟

- دوست من، حال که متوجه غصه من شدید، اگر به تمام مقدسات خود قسم بخورید که به کسی چیزی نگویید، تمام سرگذشتم را برایتان بازگو خواهم کرد چون مرگ من نزدیک است و کسی را برای درد دل ندارم.

به او اطمینان دادم که چون مسیحی هستم احتیاجی نیست که حرفهای وی را به کسی بگویم و به علاوه از روی محبت برادرانه آماده‌ام هر کاری که از دستم برآید برای او انجام دهم. او چنین شروع کرد:

- خوب، مرا از میان روستاییان دولتی به خدمت سربازی^{۳۰} بردند. پس از گذشت تقریباً پنج سال، خدمت سربازی برایم غیرقابل تحمل شد چون به خاطر سهل انگاری و میخوارگی بارها شلاق خوردم. بارها نقشه فرار در سر پروراندم، آن را به اجرا درآوردم و پانزده سال اخیر را به حالت سرباز فراری به سر برده‌ام. شش سال اول، خود را هر جایی که توانستم مخفی کردم. از مزارع و ذخایر و انبارهای کالا دزدی می کردم، اسبها را هم می دزدیدم، دکانها را می زدم و این طرز کاسبی را همواره به نفع خود ادامه دادم. اجناس دزدی را از طرق مختلف آب می کردم و پول آن را صرف مشروب می نمودم و زندگی من پر از فساد بوده انواع گناهان را مرتکب می شدم. تنها روحم زایل نشده بود. گلیم خود را خوب از آب

۲۹-- Kamenets Podolsk

۳۰- در دوران پیش از اصلاحات سال ۱۸۶۰ نظام خان رعیتی بر روسیه حکمفرما بود و روستاییان عملاً متعلق به صاحب ملک و زمین زراعی بودند و چنانچه مالک خود دولت بود رعیت‌ها مال دولت محسوب می شدند. دوره خدمت نظام نیز در آن زمان ۲۱ سال بوده است.

پیش آورده گفت:

- و اما این چیست؟ تا جایی که می‌توانید فشارش دهید!

درد در تمام بدنم چنان شدید، بی‌رحمانه، وحشت‌انگیز و ناتوان‌کننده بود که از شرح آن عاجزم. به نظرم می‌رسید که کسی دارد تمام عضلاتم را خرد می‌کند و این درد هولناک مرا دچار خفقان می‌کرد. حس کردم که اگر این شکنجه ادامه یابد حواسم را از دست خواهم داد. اما آن اسب لگدی انداخت و گونه مرا پاره کرد. درست در زمانی که ضربه لگد به صورتم خورد بیدار شدم. چنان وحشت‌زده بودم که تمام بدنم می‌لرزید. دیدم که سپیده دمیده و خورشید طلوع کرده است. دست به گونه‌ام بردم و احساس کردم که خون مثل سیل از آن جاری است. آن قسمت‌هایی از بدنم که در خواب در خاک فرو رفته بود حالت کوفته داشته و مورمور می‌کرد. وحشتم به قدری بود که به زحمت توانستم بلند شوم و به خانه برگردم. گونه‌ام مدت‌ها درد می‌کرد: نگاه کنید هنوز جای زخم پیداست. قبلاً آن را نداشتم.

از آن پس به محض یادآوری رنج‌هایی که در آن خواب تحمل کردم اغلب دچار ترس و وحشت می‌شوم و این ترس و وحشت به قدری شدید است که از خود بی‌خود می‌شوم. از اینها گذشته اخیراً فاصله بین این حمله‌ها کمتر و کمتر می‌شود تا جایی که از مردم واهمه دارم و احساس خجالت می‌کنم گویی همه از گذشته ناجور من باخبر هستند. به علت این عذاب، علاقه خود را به مشروب، غذا و خواب از دست داده‌ام و کاملاً خورده و خمیر شده‌ام. فکر کردم که به هنگ خود برگردم و دلم را از همه چیز خالی کنم. شاید اگر کیفر خود را می‌پذیرفتم خدا گناهان مرا می‌بخشید. اما ترسیدم و این فکر که مرا به باد شلاق خواهند گرفت از برگشتن منصرفم کرد. صبرم به لب رسیده بود، خواستم خود را حلق آویز کنم اما این فکر به مغزم رسید که در هر صورت مدت زیادی زنده نخواهم ماند و به زودی خواهم مرد چون تمام قوای خود را از دست داده‌ام. به همین دلیل است

کاری موفق نمی‌شدم. روزی اسب پیر و مفلوک مردی روستایی را که صاحب ملک هم نبود دزدیدم و آن را به مبلغ ناچیزی به دباغی فروختم و پول را به میخانه برده شروع به مشروب‌خواری کردم. قصد داشتم به دهی که در آن عروسی بود بروم با این امید که هنگامی که همه بعد از جشن به خواب فرو رفته‌اند هرچه بتوانم از آنها بدزدم.

چون آفتاب هنوز غروب نکره بود، در انتظار شب به جنگل رفتم. در آنجا دراز کشیدم و به خواب عمیقی فرو رفتم. خواب دیدم که در دشت بزرگ و زیبایی ایستاده‌ام. ناگهان ابری هولناک در آسمان ظاهر گشت و سپس صدای رعدی چنان وحشتناک شنیده شد که زمین در زیر بدنم به لرزه درآمد. چنان که گویی کسی ناگهان مرا تا شانه‌هایم در خاک که از هر سو بر من فشار می‌آورد فرو برده است، تنها سر و دو دستم بیرون بود. بعد آن ابر وحشتناک تمام روی زمین را فرا گرفت و پدر بزرگم که بیست سال قبل مرده بود از آن خارج شد. او مرد بسیار درستکاری بود و مدت سی سال حسابرسی اموال کلیسای ده ما را به عهده داشت. او با حالتی غضبناک و تهدیدآمیز که پشتم را به لرزه درآورده بود نزدیک من شد. در اطراف خود اشیایی را که در زمانهای مختلف دزدیده بودم به صورت چند توده انباشته دیدم. وحشت من دو چندان شد. پدر بزرگم به من نزدیک شده اولین توده را با انگشت نشان داد و گفت:

- این چیست؟ جواب بده!

در این حال فشار خاک اطراف بر من به قدری شدید شد که نه می‌توانستم درد را تحمل کنم و نه از هوش بروم. ناله کردم، فریاد زدم و گفتم «بر من رحم فرما»، اما شکنجه ادامه یافت. بعد پدر بزرگم توده دیگری را نشان داد و دوباره گفت:

- این یکی چیست؟ او را شدیدتر له کنید!

درد و اضطرابی چنان شدید احساس کردم که هیچ شکنجه‌ای در این دنیا را نمی‌توانم با آن مقایسه کنم. بالاخره پدر بزرگم اسبی را که روز قبل دزدیده بودم

گناه‌آلود، تو را ترک خواهند گفت، این را به تو اطمینان می‌دهم چون از این نمونه‌ها در زندگی بسیار دیده‌ام.

پس چندین مورد را که در طی آنها اثر معجزه‌آسای دعای عیسی در گناهکاران ظاهر شده بود برایش تعریف کردم. بالاخره او را متقاعد ساختم که قبل از مراجعت به ولایت خود به همراه من پیش شمایل مادر خدا در پوچایف که پناه دهندهٔ گناهکاران است بیاید و در آنجا اعتراف کرده در تناول نان و شراب مقدس شرکت نماید.

خوب واقف بودم که سرباز به تمامی مطالب با دقت گوش می‌داد و همه آنها را می‌پذیرفت. پس با هم به سوی پوچایف به راه افتادیم با این شرط که هیچ یک از ما کلمه‌ای خطاب به دیگری بر زبان نیاورد و در تمام مدت، مشغول ذکر دعای عیسی باشیم. یک روز تمام را در سکوت مطلق راه رفتیم. روز بعد او گفت که احساس راحتی بیشتر می‌کند و معلوم بود که فکر او آرامتر از قبل است. روز سوم به پوچایف رسیدیم و من وی را باز هم نصیحت کردم که در طی روز و تا لحظه خواب دعا را قطع ننماید و به او اطمینان دادم که نام بسیار مقدس عیسی که برای دشمنان روح ما غیرقابل تحمل است توانایی نجات وی را دارد. برایش از کتاب «فیلولوگالی» این مطلب را خواندم که هر چند ما باید دعا را در تمام لحظات بر زبان داشته باشیم اما مخصوصاً هنگامی که خودمان را برای شرکت در تناول نان و شراب مقدس آماده می‌سازیم لازم است که دعا را با دقت و توجه بیشتری ادا نماییم.

او همین کار را کرد و سپس به گناهان خود اعتراف کرده به مشارکت در قربانی مقدس نائل گشت. هر چند افکار قدیمی گاه و بی‌گاه به مغزش خطور می‌کرد اما او به راحتی آنها را به یاری دعای عیسی از خود دور می‌ساخت. روز یکشنبه برای این که بتواند برای دعای صبحگاهی آسانتر برخیزد در حالی که به ذکر دعای عیسی ادامه می‌داد زودتر به خواب رفت. من در گوشه دنجی نشسته و

که می‌خواستم به وطن خود بازگردم تا با همه وداع کرده آنگاه بمیرم. در آنجا برادرزاده‌ای دارم. اکنون شش ماه است که در سفرم و عذاب و ترس مرا همواره عاجز و درمانده می‌سازد. شما، ای دوست من، در این باره چه فکر می‌کنید؟ چه باید بکنم؟ به راستی که طاقتم طاق شده است.

با شنیدن همه این چیزها بسیار متعجب شدم و حکمت و نیکی خدا را ستایش نمودم چون دیدم که از چه راه‌های مرموزی بردل گناهکاران اثر می‌گذارد. بعد به او گفتم:

- برادر عزیز در طی این ترس و اضطراب می‌بایست خدا را دعا می‌کردی چون دعا داروی شگرفی برای تمام دردهای ماست. به من گفت:

- هرگز! به نظرم می‌آمد که اگر به دعا مشغول می‌شدم خدا در همان لحظه مرا از بین می‌برد.

- حرف بیهوده می‌زنی برادرم، چون شیطان است که چنین افکاری را در دلت القاء می‌کند. رحمت خدا حد و حصر نمی‌شناسد. او نسبت به گناهکاران دلسوز و رحیم است و بخشش او برای تمام کسانی که توبه می‌کنند تأخیر نمی‌نماید. شاید تو دعای عیسی یعنی «خداوند عیسی مسیح بر من گناهکار رحم فرما» را نمی‌دانی؟ این دعا باید بدون توقف تکرار شود.

- البته که این دعا را می‌دانم. چندین بار موقعی که خود را برای دزدی آماده می‌کردم برای زیاد کردن جرأت‌م آن را می‌خواندم.

- پس گوش کن، موقعی که تو در راه انجام عمل بد بودی و دعا می‌کردی خدا تو را از بین نبرد. پس آیا اگر در راه توبه دعا کنی تو را از بین خواهد برد؟ اکنون خوب می‌بینی که افکار از شیطان ناشی می‌شوند. باور کن برادر عزیز، اگر دعا را بدون توجه به انواع افکاری که به مغزت خطور می‌کنند بخوانی به زودی شفا خواهی یافت، تمام ترس و ناراحتی از تو دور خواهد شد و بالاخره به صلح و صفای کامل خواهی رسید. مرد با تقوایی خواهی شد و تمام هوسهای

اکنون همان طوری که پدر بزرگم سفارش کرده به ژیتومیر می روم. این کار به کمک دعا بسیار آسان خواهد بود.

- یک لحظه صبر کن برادر عزیز، چگونه می توانی در این وقت شب بروی. برای دعا صبحگاهی بمان، دعاهایت را ادا کن و بعد، خدا به همراهت، راه بیفت.

بعد از این صحبت دیگر خوابمان نبرد. به کلیسا رفتیم. او در طی تمام مراسم آیین دعای صبحگاهی در حالی که اشک در چشمانش حلقه زده بود دعا می کرد. بعد گفت که سرشار از صلح و صفا است و به ذکر دعای عیسی با کمال خوشحالی ادامه خواهد داد. در طی مراسم قربانی مقدس، در تناول نان و شراب مقدس شرکت جست و بعد از آن که کمی غذا خورد. او را تا سر جاده ژیتومیر همراهی کردم و در آنجا با اشکهای شادی از هم جدا شدیم.

سپس به فکر کارهای شخصی خود افتادم. حالا کجا بروم؟ بالاخره تصمیم گرفتم به کیف برگردم. تعلیمات حکیمانه پدر روحانی ام مرا به آنجا می کشاند، به علاوه اگر نزد او بمانم شاید شخصی دوستدار مسیح و بشریت یافت شود که مرا روانه اورشلیم کند یا حداقل به دیر کوه آتوس هدایت نماید. یک هفته دیگر هم در پوچایف ماندم و در این مدت وقتم را به یادآوری تمام تعلیماتی که در طی این سفر گرد آورده بودم و به یاد داشت کردن چند مطلب مفید گذراندم. سپس خود را برای سفر آماده کردم و کوله پشتی خود را بر دوش انداخته به کلیسا رفتم تا خود را به دست مادر خدا بسپارم. بعد از مراسم آیین سپاسگزاری، دعاهایم را خواندم و آماده حرکت شدم. در انتهای کلیسا ایستاده بودم. دیدم شخصی وارد شد که هر چند لباسهای چندان فاخری به تن نداشت اما به هر صورت معلوم بود که یکی از نجیب زادگان است و از من محل فروش شمعه را پرسید. آن را به او نشان دادم. پس از پایان مراسم در محراب مریم عذراء برای دعا ماندم. وقتی دعایم را به اتمام رساندم به راه افتادم. در فاصله ای نه چندان دور از کلیسا پنجره

در روشنایی یک شمع به خواندن «فیلوکالی» مشغول بودم. یک ساعت گذشت. او خوابیده بود و من شروع به دعا کردن نمودم که تقریباً بعد از بیست دقیقه ناگهان از خواب بیدار شد، به سرعت از تختش پایین آمد و درحالی که اشک در چشمانش حلقه زده بود و از فرط خوشحالی از خود بی خود شده بود به سوی من آمده گفت:

- آه برادر! اگر می دانستی همین الان در خواب چه دیدم! چه صلح و صفا و چه شادی به من دست داد. اکنون باور دارم که خدا نسبت به گناهکاران رحیم است و آنها را زجر نمی دهد. جلال بر تو باد ای خداوند، جلال بر تو باد! متعجب و خوشحال شدم و از او خواهش کردم که دقیقاً آنچه را که رخ داده برایم تعریف کند.

- خوب، همین که خوابم برد خود را در دشتی که مرا آنجا شکنجه داده بودند باز یافتیم. در ابتدا وحشت مرا فرا گرفت اما بعد دیدم که به جای ابر، خورشید دارد طلوع می کند و می درخشد و نور باشکوهی بر تمامی دشت افکنده است. گلهای زیبا و علفها را دیدم، ناگهان پدر بزرگم برازنده تر از همیشه به طرف من آمد و با کمال مهربانی به من سلام داد و گفت: «تو باید به کلیسای سن ژرژ^{۳۱} واقع در شهر ژیتومیر^{۳۲} بروی. کلیسا تو را تحت حمایت خود قرار خواهد داد. مابقی زندگیت را در آنجا بگذران و بدون انقطاع دعا کن، خدا نسبت به تو رحیم خواهد بود». با گفتن این سخنان علامت صلیبی بر من کشید و ناپدید شد. زبانم از شرح سعادتت که احساس کرده بودم قاصر است مثل این بود که باری از روی دوشم افتاده است، مثل این بود که به آسمان پرواز کرده بودم. در همین لحظه بود که بیدار شدم درحالی که در ذهن و در قلبم احساس آرامش می کردم، به قدری سرشار از خوشحالی بودم که دیگر نمی دانستم چکار کنم. حالا باید چکار کنم؟

۳۱-St. Georges

۳۲-Jitomir

این دعوت غیرمنتظره را نشانه‌ای از سوی مریم عذراء تلقی کردم چون از وی خواسته بودم که راه سعادت ابدی را به من نشان دهد. پس بدون این که بیشتر فکر کنم پیشنهاد او را قبول کردم. روز بعد به راه افتادیم. در طی سه روز همان طوری که توافق کرده بودیم در پی یکدیگر راه می‌پیمودیم. او پیوسته کتابی را که شب و روز در دست خود داشت می‌خواند و گاهی به تعمق می‌پرداخت. بالاخره به جایی رسیدیم که در آنجا برای صرف شام توقف کردیم. او با در دست داشتن کتاب و با چشم دوختن به آن غذایش را خورد. دیدم که این کتاب نسخه‌ای از انجیل است، به او گفتم:

- آقا، آیا می‌توانم به خود اجازه دهم از شما بپرسم چرا انجیل را شب و روز در دست دارید و چرا همواره آن را همراه خود حمل می‌کنید؟

جواب داد: چون که از آن و تنها از آن می‌آموزم.

باز هم پرسیدم: چه چیزهایی می‌آموزید؟

- طرز زندگی مسیحی را که در دعا خلاصه می‌شود. به نظرم دعا مهمترین و لازم‌ترین وسیله نجات است و دعا کردن اولین وظیفه هر فرد مسیحی می‌باشد. دعا قدم اول در راه زندگی معنوی است و فرجام آن نیز می‌باشد به همین دلیل است که انجیل دعای دائمی را به ما حکم می‌کند. زمان معینی برای کارهای نیک دیگر تخصیص داده شده است اما برای دعا زمان نامناسبی وجود ندارد. انجام هیچ کار خیری بدون دعا ممکن نیست و بدون انجیل انسان نمی‌تواند دعا کردن صحیح را یاد بگیرد. از این رو تمام کسانی که به نجات رسیده‌اند، واعظان مقدس سخن خدا و نیز گوشه‌گیران و منزویان و در حقیقت تمام مسیحیان خدا ترس، تعالیم خود را از راه اشتغال مداوم و خستگی ناپذیر به تعمق در کلام خدا و خواندن انجیل کسب کرده‌اند. بسیاری از میان آنها دائماً انجیل را در دست داشتند و در تعلیمات خود درباره نجات چنین نصیحت می‌کردند: «در خلوتگاه خود بنشینید و انجیل را بخوانید و باز بخوانید». به همین دلیل من منحصراً

بازی را دیدم که مردی در کنار آن به مطالعه مشغول بود. راه من طوری بود که درست از کنار آن پنجره می‌گذشت. دیدم که آن مرد همان است که در کلیسا درباره شمعها از من سؤال کرده بود. هنگام عبور کلاه خود را به علامت احترام از سر برداشتم و او با دیدن من مرا با اشاره به پیش خود خواند و گفت:

- فکر می‌کنم زائر باشید؟

جواب دادم: بلی

خواهش کرد که وارد خانه‌اش شوم و جویا شد که چکاره‌ام و به کجا می‌روم. هرچیزی که مربوط به شخص خودم بود بدون این که چیزی را مخفی نمایم به او گفتم. جای تعارف کرد و با من به صحبت نشست:

- گوش کن عزیزم، توصیه می‌کنم به صومعه سولووتسکی^{۳۳} که در یکی از جزایر سولووتس در دریای سفید واقع است بروی. در آنجا عزلتگاهی به نام آنزرسکی^{۳۴} که بسیار آرام و خلوت است وجود دارد. این محل نوعی کوه آتوس ثانوی است و از ورود هر کسی به آنجا استقبال می‌شود. دوره نوآموزی رهبانیت در آنجا فقط شامل قرائت نوبتی کتاب مزامیر در کلیسا به مدت چهار ساعت از بیست و چهار ساعت شبانه روز می‌باشد. خود من هم به آنجا می‌روم. نذر کرده‌ام با پای پیاده به آنجا بروم. خوب بود با هم می‌رفتیم. با تو مطمئن تر خواهم بود چون می‌گویند جاده‌اش بسیار خلوت است. از طرف دیگر من پول دارم و خواهم توانست نیازهای تو را در طی سفر تأمین کنم. می‌خواهم به تو چنین شرطی را پیشنهاد کنم: طوری راه خواهیم بیمود که فاصله بین ما دو نفر تقریباً بیست قدم باشد به این ترتیب مزاحم یکدیگر نخواهیم بود و خواهیم توانست در طول راه مطالعه کنیم یا تأمل و تعمق نماییم. در این باره فکر کن برادر، از تو تمنا دارم پیشنهاد مرا قبول کنی چون به زحمتش می‌ارزد.

۳۳-Solovetsky

۳۴-Anzerskii

- لطف کن و یاد داشتهایی را که نوشته ام ملاحظه کن. اول در انجیل حضرت متی باب ششم آیه های ۵ تا ۸ را پیدا کن. چون عبادت کنی مانند ریاکاران نباش زیرا خوش دارند که در کنایس و گوشه های کوچه ها ایستاده نماز گذارند تا مردم ایشان را ببینند. هر آینه به شما می گویم اجر خود را تحصیل نموده اند لیکن تو چون عبادت کنی به حجره خود داخل شو و در را بسته پدر خود را که در نهان است عبادت نما و پدر نهان بین تو تو را آشکارا جزا خواهد داد و چون عبادت کنی مانند امتهای باطل مکنید زیرا ایشان گمان می برند که به سبب زیاد گفتن مستجاب می شوند. پس مثل ایشان مباشید زیرا که پدر شما حاجات شما را می داند پیش از این که از او سؤال کنید. پس می بینی که در اینجا با آغاز یا مقدمه مطلب مواجه هستیم که به ما تعلیم می دهد که نه از روی غرور و نه با هیاهو به دعا بپردازیم بلکه این کار را در خلوت و در آرامش انجام دهیم و در دعا صرفاً خواستار بخشش گناهان و پیوند با خدا باشیم و از افزودن درخواستهای بیهوده مانند درخواستهای مشرکین برای چیزهای مختلف گذرا خودداری کنیم. بعد در دنباله همان باب، آیه های ۹ تا ۱۴ را بخوان. پس شما چنین دعا کنید: ای پدر ما که در آسمانی، نام تو مقدس باد، ملکوت تو بیاید، اراده تو چنان که در آسمان است بر زمین نیز کرده شود، نان کفاف ما را امروز به ما بده و قرضهای ما را ببخش چنان که ما نیز قرضداران خود را می بخشیم و ما را در آزمایش میاور بلکه از شریر ما را رهایی ده زیرا ملکوت و قوت و جلال تا ابدالآباد از آن تو است، آمین. در اینجا شکل دعا را یعنی این که دعا با چه کلماتی باید بیان شود می یابیم. می بینی که در این دعا تمام عناصر ضروری و مطلوب زندگی ما با چه حکمتی فراهم شده است. بعد از آن به خواندن آیه های ۱۴ و ۱۵ همین باب ادامه بده که می گوید: زیرا هرگاه تقصیرات مردم را بدیشان بیامرزید پدر آسمانی شما شما را نیز خواهد آمرزید، اما اگر تقصیرهای مردم را نیامرزید پدر شما هم تقصیرهای شما را نخواهد آمرزید. در اینجا شرایط لازم برای مؤثر بودن

پای بند انجیل هستم.

از استدلال وی بسیار خوشم آمد و همچنین از اشتیاق وی به دعا. بعد از او پرسیدم که آموزش دعا را در کدام انجیل به خصوص می یابد؟

- جواب داد: در هر چهار انجیل بدون تفاوت و در سراسر عهد جدید، چنانچه به ترتیب خوانده شود. من از مدتها پیش آن را می خوانم و خود را در معنای آن غوطه ور می سازم و همین کار به من نشان داده است که تعالیم مربوط به دعا در انجیل مقدس به ترتیب از اولین تا چهارمین انجیل دارای درجات و تسلسل مراتب بوده از رویه خاصی پیروی می کند. مثلاً در قسمت اول انجیل مقدمات خواندن دعا آمده است و در پی آن شکل یا بیان علنی دعا می آید و در بخشهای بعدی شرایط لازم جهت دعا کردن و راه آموختن آن همراه با مثالها یافت می شود تا سرانجام تعالیم نهایی درباره دعای باطنی و عبادت ذهنی و دائمی نام عیسی مسیح داده می شود که این دعای باطنی از دعای علنی والاتر و نجات بخش تر است. بعد از این، ضرورت این دعا و حاصل پر برکتش آمده است و الی آخر. به طور خلاصه باید گفت که شناخت کامل و تفصیلی کاربرد دعا به طرز منظم و به صورت یک رشته پیوسته و طی یک روش مرتب، از ابتدا تا آخر در انجیل دیده می شود.

این جواب مرا بر آن داشت که از وی خواهش کنم جزئیات این مطلب را با تفصیل بیشتر برایم بازگو کند. پس به او گفتم:

- چون صحبت درباره دعا را از هر چیز دیگری بیشتر دوست دارم واقعاً بسیار خوشحال می شوم اگر این سلسله پنهانی تعالیم را با همه جزئیاتش عیناً می دیدم. محض رضای خدا اینها را در خود انجیل به من نشان دهید!

او با کمال میل قبول کرده گفت:

- انجیل را باز کن، به آن نگاه کن و به آنچه که می گویم توجه نما.

سپس مدادی به من داد.

که الآن در بسته است و بچه های من در رختخواب با من خفته اند نمی توانم برخاست تا به تو دهم. به شما می گویم هر چند به علت دوستی بر نخیزد تا بدو دهد لیکن به جهت لجاجت خواهد برخاست و هر آنچه حاجت دارد بدو خواهد داد و من به شما می گویم سؤال کنید که به شما داده خواهد شد، بطلبید که خواهید یافت، بکوبید که برای شما باز کرده خواهد شد زیرا هر که سؤال کند یابد و هر که بطلبد خواهد یافت و هر که کوبد برای او باز کرده خواهد شد و کیست از شما که پدر باشد و پسرش از او نان خواهد سنگی بدو دهد یا اگر ماهی خواهد به عوض ماهی ماری بدو بخشد یا اگر تخم مرغی بخواهد عقربی بدو عطا کند. پس اگر شما با آن که شریر هستید می دانید چیزهای نیکورا به اولاد خود باید داد چند مرتبه زیادتر پدر آسمانی شما روح القدس را خواهد داد به هر که از او سؤال کند. لوقای قدیس نمونه دیگری را از دعای مکرر و مُصّر، همانند مثالهای «دوست نیمه شب» و تقاضای پی در پی «بیوه زن مزاحم» (لوقا ۱۸:۱) آورده است که در آن فرمان عیسی مسیح را مبنی بر این که ما باید پیوسته، در همه جا و همه وقت دعا کنیم و تسلیم یأس و دلسردی یعنی تنبلی نشویم، مصور ساخته است.

پس از این تعلیم مفصل، در انجیل یوحنا رسول درسی اصلی در مورد دعای نهانی و درون قلبی به ما داده می شود. در آنجا در وهله اول در شرح کامل گفتگوی عیسی با زن سامری پرستش درونی در روح و راستی که خدا آن را از ما طالب می باشد مکشوف شده است که دعای حقیقی دایمی است مانند چشمه آب زنده و جوشان حیات جاودانی (یوحنا ۴:۵-۲۵). در باب پانزدهم آیه های ۴ تا ۸ می گوید: در من بمانید و من در شما. همچنان که شاخه از خود نمی تواند میوه آورد اگر در تاک نماند، همچنین شما نیز اگر در من نمانید. من تاک هستم و شما شاخه ها. آن که در من می ماند و من در او میوه بسیار می آورد زیرا که جدا از من هیچ نمی توانید کرد. اگر کسی در من نماند مثل شاخه بیرون انداخته

دعا را می یابی زیرا اگر ما کسانی را که به ما بدی نموده اند نبخشیم خدا گناهان ما را نخواهد بخشید. حال به باب هفتم برو که در آیه های ۷ تا ۸ آن می گوید: سؤال کنید که به شما داده خواهد شد، بطلبید که خواهید یافت، بکوبید که برای شما باز کرده خواهد شد زیرا هر که سؤال کند یابد و کسی که بطلبد دریافت کند و هر که بکوبد برای او گشاده خواهد شد. در اینجا یاد می گیری چگونه ثمرات دعا را به دست آوری و جسورانه امیدوار باشی. عباراتی قوی چون «سؤال کن»، «بطلب» و «بکوب» پیوستگی دعا و ضرورت و فوریت ادای آن را به نحوی که نه تنها به همراه تمام کارهای ما بلکه مقدم بر آنها نیز باشد، به خوبی توصیف می کند. کیفیت اصلی دعا در همین جاست و فی المثل در انجیل مرقس باب چهاردهم آیه های ۳۲ تا ۴۰ چنین آمده است: چون به موضعی که جتسمانی نام داشت رسیدند به شاگردان خود گفت در اینجا بنشینید تا دعا کنم و پطرس و یعقوب و یوحنا را همراه برداشته مضطرب و دلتنگ گردید و بدیشان گفت نفس من از حزن مشرف بر موت شد اینجا بمانید و بیدار باشید و قدری پیش تر رفته بر زمین افتاد و دعا کرد تا اگر ممکن باشد آن ساعت از او بگذرد. پس گفت یا ابا پدر همه چیز نزد تو ممکن است، این پیاله را از من بگذران لیکن نه به خواهش من بلکه به اراده تو. پس چون آمد ایشان را در خواب دید پطرس را گفت ای شمعون در خواب هستی، آیا نمی توانستی یک ساعت بیدار باشی؟ بیدار باشید و دعا کنید تا در آزمایش نیفتید روح البته راغب است لیکن جسم ناتوان و باز رفته به همان کلام دعا نمود. در اینجا خود عیسی مسیح چندین بار همان عبارات دعا را تکرار می کند. لوقای قدیس نیز در انجیل خود باب یازدهم آیه های ۵ تا ۱۴ می فرماید: بدیشان گفت کیست از شما که دوستی داشته باشد و نصف شب نزد وی آمده بگوید ای دوست سه قرص نان به من قرض بده چون که یکی از دوستان من از سفر بر من وارد شده و چیزی ندارم که پیش او گذارم. پس او از اندرون در جواب گوید مرا زحمت مده زیرا

اعمال رسولان کاربرد دعا یعنی اشتغال فعالانه و مداوم به دعا نزد نخستین مسیحیان که از نور ایمان خود به مسیح منور شده بودند چنین تشریح شده است: «چون ایشان دعا کرده بودند مکانی که در آن جمع بودند به حرکت آمد و همه به روح القدس پر شده کلام خدا را به دلیری می گفتند» (اعمال ۴: ۳۱). ثمرات دعا یا نتایج دعای مداوم یعنی جاری شدن روح القدس و عطایای آن برای کسانی که آن را می طلبند به ما نشان داده شده است. در باب شانزدهم آیات ۲۵ تا ۲۶ مطلب مشابهی را خواهی یافت که چنین می گوید: «قریب به نصف شب پولس و سیلاس دعا کرده خدا را تسبیح می خواندند و زندانیان ایشان را می شنیدند که ناگاه زلزله عظیم حادث گشت به حدی که بنیاد زندان به جنبش درآمد و دفعتهاً همه درها باز شد و زنجیرها از همه فرو ریخت» (اعمال ۱۶: ۲۵-۲۶). سپس رساله ها را به ترتیب از نظر بگذران که مطالب زیر را خواهی یافت:

۱- دعا تا چه حد در تمام شرایط ضروری می باشد: اگر کسی از شما مبتلای بلایی باشد دعا بنماید و اگر کسی خوشحال باشد سرود بخواند و هرگاه کسی از شما بیمار باشد کشیشان کلیسا را طلب کند تا برایش دعا نمایند و او را به نام خداوند به روغن تدهین کنند و دعای ایمان مریض را شفا خواهد بخشید و خداوند او را خواهد برخیزانید و اگر گناه کرده باشد از او آمرزیده خواهد شد. نزد یکدیگر به گناه خود اعتراف کنید و برای یکدیگر دعا کنید تا شفا یابید زیرا دعای مرد عادل در عمل قوت بسیار دارد (یعقوب ۵: ۱۳-۱۶).

۲- چگونه روح القدس ما را در دعا کردن یاری می دهد: شما ای حبیبان خود را به ایمان اقدس خود بنا کرده و در روح القدس عبادت نموده خویشتم را در محبت خدا محفوظ دارید و منتظر رحمت خداوند ما عیسی مسیح برای حیات جاودانی بوده باشید (یهودا ۲۰-۲۱) و «همچنین روح نیز ضعف ما

۳۵- توضیح این که رساله ها در انجیل روسی ترتیب دیگری دارند یعنی رساله یهودا قبل از رساله به رومیان قرار دارد.

می شود و می خشکد و آنها را جمع کرده در آتش می اندازند و سوخته می شود. اگر در من بمانید و کلام من در شما بماند آنچه خواهید بطلبید که برای شما خواهد شد. در اینجا باز قدرت و امکانات و ضرورت دعای باطنی یعنی توجه دل به مسیح و ذکر پیوسته خدا با دقت بیشتر تشریح می شود و بالاخره در باب ۱۶ همین انجیل آیه های ۲۳ تا ۲۵ را بخوان: آمین آمین به شما می گویم که هر آنچه از پدر به اسم من طلب کنید به شما عطا خواهد کرد. تاکنون به اسم من چیزی طلب نکردید بطلبید تا بیابید و خوشی شما کامل گردد. و ببین چه رازی برای ما در آن مکشوف می شود، ملاحظه کن که دعای «خداوند عیسی مسیح بر من رحم فرما» که به دعای عیسی معروف است، در صورتی که بسیار تکرار شود بزرگترین قدرت را دارد و قلب ما را به راحتی می گشاید و آن را تقدیس می نماید. این امر را به خصوص در مورد رسولان می توان به وضوح ملاحظه نمود که به مدت یک سال تمام شاگرد عیسی بوده و دعای ربانی یعنی «ای پدر ما» را از وی دریافت نموده اند و از طریق آنهاست که ما آن را می شناسیم. با این وجود عیسی مسیح در پایان عمر خاکی خود رازی را بر آنها مکشوف ساخت که دعای آنان تا آن روز فاقد آن بود و برای این که قدم قاطعی در راه دعا برداشته شود به آنها چنین گفت: تاکنون به اسم من چیزی طلب نکرده اید. آمین آمین به شما می گویم که هر آنچه از پدرم به اسم من طلب کنید به شما عطا خواهد کرد و این همان چیزی است که بر آنها حادث شد و از هنگامی که رسولان دعای عیسی را یاد گرفتند چه معجزات بسیاری به انجام رساندند و چه نور و آفری، بی حد و نصاب به آنها بخشیده شد! اکنون آیا تسلسل و فراوانی تعالیم مربوط به دعا را که با کمال حکمت در انجیل مقدس آورده شده اند می بینی؟ چنانچه بعد از این، مطالعه را با خواندن رساله ها ادامه دهی در آنجا هم همان تعالیم تدریجی را خواهی یافت.

حال برای تکمیل نکاتی که تا اینجا برایت یادآور شدم چند متن از عهد جدید را که کیفیت دعا را نشان می دهند به تو نشان می دهم. بدین ترتیب در کتاب

بعد از این همه که برایت گفتم می توانی ملاحظه کنی که عهد جدید با چه حکمت و چه روشی تعلیم خداوند ما عیسی مسیح را در مورد مسئله مورد نظر ما نشان می دهد و این تعلیم با چه تسلسل حیرت انگیزی در چهار انجیل بیان شده است: در انجیل متی آمادگی برای دعا، و آشنایی با آن، نیروی حقیقی دعا، شرایط آن و غیره را می بینیم. بعد در انجیل مرقس مثالها را می یابیم و در انجیل لوقا با مثلها و در انجیل یوحنا با ذکر نهانی دعای باطنی رو به رو می شویم هر چند که این دعا در هر چهار انجیل با تفاوتی مختصر آمده است. کتاب اعمال رسولان اجرای دعا و نتایج آن را تشریح می نماید و در رساله های رسولان و حتی در خود مکاشفه یوحنا بسیاری از صور دعا کردن را می یابیم. به همین دلیل است که اناجیل به تنهایی در همه راههای نجات راهنما و استاد من می باشند.

در مدتی که این چیزها را ضمن تعلیم به من نشان می داد، در اناجیل، در کتاب مقدس تمام جاهایی را که او توجه مرا به آنها جلب می کرد علامت گذاری می کردم. این کار به نظر من بسیار قابل توجه و آموزنده آمد و از او سپاسگزاری بسیار نمودم. سپس مدت تقریباً پنج روز در سکوت به راهنما ادامه دادیم. همسفر من از پا درد بسیار رنج می برد چون به راهپیمایی دائمی عادت نداشت بنابراین درشکه ای دو اسبه کرایه کرده مرا نیز به همراه خود سوار کرد. به این ترتیب به محلی رسیدیم و در آنجا سه روز ماندیم تا بعد از استراحت بتوانیم بلافاصله به طرف آنزرسکی که او به شدت مشتاق رسیدن به آنجا بود راه بیفتیم.

استارتس: دوست تو مرد فوق العاده ای است. اگر بخواهیم از روی تقوایش قضاوت کنیم باید شخص بسیار تحصیل کرده ای باشد. دلم می خواست او را ببینم.

زائر: ما با هم هستیم. او را فردا نزد شما خواهم آورد. الآن دیر است. خداحافظ.

* * *

را مدد می کند زیرا که آنچه دعا کنیم به طوری که می باید نمی دانیم لکن خود روح برای ما شفاعت می کند به ناله هایی که نمی شود بیان کرد» (رومیان ۸: ۲۶-۳۵).

۳- چگونه همه باید در دل خود دعا کنیم: با دعا و التماس تمام در هر وقت در روح دعا کنید و برای همین به اصرار و التماس تمام به جهت همه مقدسین بیدار باشید (افسیان ۶: ۱۸).

۴- آرامش و صفای باطن چقدر برای دعا ضرورت دارد: برای هیچ چیز اندیشه مکنید بلکه در هر چیز با صلوات و دعا با شکرگزاری مسؤولات خود را به خدا عرض کنید و سلامتی خدا که فوق از تمامی عقل است دلها و ذهنهای شما را در مسیح عیسی نگاه خواهد داشت (فیلیپیان ۴: ۶-۷).

۵- چقدر لازم است بدون انقطاع دعا کنیم: همیشه دعا کنید (اول تسالونیکیان ۵: ۱۷).

۶- و بالاخره ملاحظه می کنیم که نباید تنها برای خودمان دعا کنیم بلکه همچنین برای همه انسانها: پس از همه چیز اول سفارش می کنم که صلوات و دعاها و مناجات و شکرها را برای جمیع مردم به جا آورند به جهت پادشاهان و جمیع صاحبان منصب تا به آرامی و استراحت و با کمال دین داری و وقار عمر خود را به سر بریم زیرا که این نیکو و پسندیده است در حضور نجات دهنده ما خدا که می خواهد جمیع مردم نجات یابند و به معرفت راستی گرایند زیرا خدا واحد است و در میان خدا و انسان یک متوسطی است یعنی انسانی که مسیح عیسی باشد (اول تیموتاوس ۲: ۱-۵).

بدین ترتیب با تخصیص وقت فراوان و دقت بسیار برای کشف معنای رسالات، می توانیم به کشفیات بسیار دیگری نیز در علم مرموزی که در کلام خدا نهفته است نائل شویم. از خواندن عجولانه و پراکنده کلام خدا هرگز به این کشفیات دست نخواهیم یافت.

تقوی و خواهری که در عین جوانی عقل پخته‌ای داشت زندگی نمی‌کردم. روزی که در گردشگاه عمومی قدم می‌زدم با مرد جوان بسیار برازنده‌ای آشنا شدم که می‌گفت فرانسوی و دانشجو است و تازه از فرانسه آمده است. او جویای کار آموزگاری بود. فرهنگ والای وی مرا مسحور خود کرد و چون او در کشور ما غریب بود وی را به خانه خود دعوت کردم و از آن به بعد با هم دوست شدیم. مدت دو ماه غالباً به دیدن من می‌آمد. گاهگاه با هم قدم می‌زدیم، تفریح می‌کردیم و با هم با کسانی همراه می‌شدیم که تصور درجه فساد آنها را به خود شما واگذار می‌کنم.

روزی او با دعوتی از همین نوع به دیدنم آمد و برای این که مرا زودتر قانع سازد به تعریف و تمجید از نشاط و لطف خاص محیطی پرداخت که مرا به آنجا دعوت می‌کرد. پس از آن که مدتی صحبت کرد ناگهان از من خواهش نمود که از اطاق کارم خارج شویم و در اطاق پذیرایی بنشینیم. این خواهش به نظرم خیلی عجیب آمد. به وی گفتم که در گذشته هرگز متوجه نشده بودم از ماندن در دفتر من ناراحت شده باشد و از وی سؤال کردم حالا چه شده است. بعد اضافه کردم که چون اطاق پذیرایی در کنار اطاق مادر و خواهرم قرار دارد ادامه این نوع صحبتها در آنجا مناسب نخواهد بود. او با آوردن بهانه‌های مختلف بر این امر اصرار ورزید و بالاخره به صراحت چنین اقرا کرد: «در میان کتابهای این قفسه یک جلد انجیل وجود دارد. من برای این کتاب چنان احترامی قائلم که تا حدی از صحبت درباره کارهای مشکوک خودمان در حضور آن احساس ناراحتی می‌کنم. آن را از اینجا بردارید تا بتوانیم آزادانه به صحبتمان ادامه دهیم». با شنیدن این کلمات در کمال بی‌فکری لبخندی زدم و ضمن خارج ساختن انجیل از قفسه گفتم: «خوب، خودتان آن را بگیریید و در جای دیگر اطاق بگذارید». به محض این که انجیل را لمس نمود شروع به لرزیدن کرد و در همان لحظه ناپدید گشت. این امر به قدری مرا بهت زده ساخت که از شدت ترس بیهوش شدم. از

داستان ششم

زائر: همان طور که دیروز به شما قول داده بودم به همسفر ارجمندم که با صحبتهای معنوی خود به من کمال لطف نموده گفتم که شما مایلید او را ببینید و از او خواهش کردم با من به اینجا بیاید.

استارتس: من از دیدن هر دوی شما و از داشتن فرصتی برای شنیدن داستان تجربیاتتان بسیار خوشحال هستم و امیدوارم که میهمانان محترم من هم خوشحال باشند. یک راهب محترم و یک پیر روحانی بسیار با تقوی که از دوستان من هستند نیز به اینجا آمده‌اند و در جایی که دو یا سه نفر به نام عیسی مسیح جمع شوند او خود وعده داده است که در آنجا حضور خواهد داشت. اکنون ما پنج نفر به نام وی در اینجا جمع شده‌ایم. پس بی‌گمان او ما را شایسته تبرک بیشتر خواهد دانست. برادر عزیزم، داستانی که شب گذشته همسفر شما درباره علاقه شدیدتان به انجیل مقدس برایم تعریف کرد بسیار قابل توجه و آموزنده است. بسیار جالب می‌بود اگر از چگونگی کشف این راز متبارک ما را مطلع می‌کردید. استاد: خدای سرشار از محبت که خواهان نجات همه انسانها و رسیدن آنان به شناخت حقیقت است، در کمال مهربانی خود این راز را به نحوی شگفت‌انگیز و بدون دخالت هیچ انسانی بر من فاش نمود. در مدت پنج سالی که تدریس می‌کردم زندگی حزن‌آمیز و سراسر پُرازی را می‌گذراندم. شیفته فلسفه باطل دنیوی بودم نه پیرو مسیح. شاید هم به کلی تلف شده بودم اگر همراه مادری با

رفت تقریباً بدون اراده شروع به اندیشیدن درباره دعا و قدرت آن و اثرات آن نمودم و در همین حال در ذهن خود تعلیمات دینی را که مدت‌ها قبل در زمان دانشجویی دیده بودم به خاطر آوردم. این کار به آرامی مرا به خود مشغول کرد، معلوماتم را در موضوعات دینی تجدید نمود و باعث دلگرمی من شد. در همین حال احساس نوعی بهبود در وضع خود نمودم. چون کتاب انجیل به دلیل ایمانی که در پی آن معجزه به آن یافته بودم دائماً همراه من بود و نیز چون به یاد آوردم که شرح و تفاسیری که در باب دعا طی دروس شنیده بودم تماماً مبتنی بر متن انجیل بوده است، با خود فکر کردم که بهترین کار این خواهد بود که دعا و معنویت مسیحی را صرفاً از روی تعلیمات انجیل مطالعه نمایم. ضمن این که سعی داشتم معنا را دریابم مثل این بود که از چشمه ای پر آب برداشت می نمودم و برای زندگی معنوی و دعای حقیقی باطنی طریقه کاملی در آن یافته ام. با شور و شوق قسمتهای مربوط به این موضوع را علامت گذاری کردم و از همان روز با جدیت، سعی در یاد گرفتن این تعلیم ربانی نمودم و با تمام قوا هر چند برایم سخت بود در عمل کردن به آن کوشیدم.

در حالی که به این ترتیب مشغول بودم سلامتی خود را به دست آوردم و بالاخره همان طوری که خود می بینید خوب شدم. من تا آن موقع تنها زندگی می کردم، بنابراین تصمیم گرفتم که برای سپاسگزاری از خدا و مهر پدری وی که باعث بهبودی و سلامت و منور شدن ذهن من گردیده است از عمل خواهرم سرمشق گرفته و طبق آرزوی قلبیم، عزلت را پیشه سازم تا بتوانم سخنان زندگی جاوید را که کلام خدا به من عطا می کند بدون هیچ مانعی دریافت داشته از آن خود سازم. اکنون به سوی صومعه ای دورافتاده به نام «آنزرسکی»^۱ می روم که در نزدیکی صومعه سولووتسکی در ساحل دریای سفید واقع شده است. از منبع بسیار

شنیدن صدای افتادن من کلیه ساکنین خانه دوان دوان آمدند و بیش از نیم ساعت برای به هوش آوردن من کوشش نمودند. بالاخره وقتی به خود آمدم وحشت زده و لرزان بودم و خود را کاملاً آشفته و منقلب احساس می کردم، پاها و دستهایم بی حس شده بود و نمی توانستم آنها را حرکت دهم. پزشکی که خبرش کرده بودند علت را فلج در اثر ضربه روحی و ترس شدید تشخیص داد. بعد از این واقعه یک سال به استراحت پرداختم. ولی با وجود معالجات و مراقبتهای پزشکان متعدد کوچکترین بهبودی در حال من حاصل نشد تا آنجا که به علت این بیماری مجبور شدم از شغلم کناره گیری کنم. مادرم که پیر شده بود در این میان جان سپرد و خواهرم خود را برای وارد شدن به دیر آماده می کرد و همه این چیزها بر بیماریم اثر نامطلوب می گذاشت. در این مدت فقط یک تسلی خاطر داشتم و آن مطالعه انجیل بود. دستهایم از آغاز این بیماری هرگز این کتاب را رها نکرد. این خود دلیلی بود بر وقوع حادثه خارق العاده ای که برای من اتفاق افتاده بود. روزی راهب ناشناسی که برای صومعه خود اعانه جمع می کرد به دیدن من آمد. او به طرز بسیار قانع کننده ای با من صحبت کرد و گفت که نیایستی فقط روی داروها حساب کنم چون دارو بدون یاری خدا هیچ گونه بهبود و تسکینی به بار نمی آورد بلکه باید از خدا بخواهم و با سعی و کوشش از وی درخواست سلامتی نمایم زیرا دعا قوی ترین وسیله برای شفای تمام دردها اعم از جسمی و روحی است. در عین حیرت و سرگشتگی به وی گفتم:

- چگونه می خواهید در این وضعی که دارم دعا بکنم در حالی که قدرت انجام کوچکترین حرکت عبادت و حتی بلند کردن بازو برای کشیدن صلیب را در خود ندارم؟

جواب داد:

- به هر قیمت و به هر نحوی که شده دعا کنید.

او بیش از این چیزی نگفت و طریقه دعا را نیز برایم شرح نداد. وقتی مهمانم

بیشتری پیشه سازیم و نیز با رهنمون در جهت توسل مستقیم به خدا در دعا و طلب یاری پدران و وی، راحت تر به پیوند با خدا هدایت شویم. سرّ نجات در همین است، نه در کممک ناشی از سعی و کوشش ما.

زائر: چقدر دلم می‌خواست با وجود ضعف و ناتوانی ام به شناخت این راز دست یابم تا بتوانم اقلّاً تا حدودی زندگی بی‌قید و بند خود را برای جلال خدا و نجات خودم اصلاح نمایم!

راهب: برادر عزیز، این سرّ از راه کتاب **فیلولکالی** بر شما مکشوف شده. این راز در دعای دائمی که درباره آن مطالعاتی چنان مصمم انجام داده و آن قدر جدیت برای آن به خرج داده اید و نیز چنان رضایت خاطری به دست آورده اید نهفته است.

زائر: خود را به پای شما می‌اندازم ای پدر روحانی. محض رضای خدا در مورد راز نجات دهنده این دعای مقدس که بیش از هر چیز تشنه شنیدن مطلبی درباره آن هستم و دوست دارم تفاسیری درباره اش مطالعه نمایم چیزی به خاطر خیر من بگوئید تا دل گناهکار من قوت بگیرد و تسلی یابد.

راهب: خواهش شما درباره این موضوع مهم را نمی‌توانم با تکیه بر اندیشه و افکار شخص خود برآورده سازم چون تجربه‌ام در این امر بسیار کم است. اما یاد داشته‌ایی در اختیار دارم که توسط نویسنده‌ای روحانی به طور بسیار روشن و قابل فهم به رشته تحریر درآمده و دقیقاً درباره همین مسئله است. چنانچه دوستان شما موافق باشند همین الآن آن را می‌آورم و با اجازه شما برای همه می‌خوانم.

همه: این لطف را بکنید پدر روحانی و این معرفت نجات بخش را از ما مخفی نسازید.

راهب:

راز نجات، مکشوف از دعای دائمی

چگونه نجات یابیم؟ این سؤال سرشار از زهد به طور طبیعی در ذهن هر فرد

موتقی شنیده‌ام که آن محل برای زندگی در تعمق و تفکر بسیار مناسب می‌باشد. باید چیز دیگری هم به شما بگویم و آن این که انجیل مقدس در طول سفر تسلی بسیاری به من بخشید، در ذهن نادان من نور فراوانی افکند و دل سرد مرا گرم نمود. اما مهم این است که برغم تمام اینها ضعف خود را با صداقت تشخیص می‌دهم و با کمال میل اقرار می‌کنم که شرایط لازم برای انجام کارهای معنوی و برای نیل به نجات، یعنی لزوم از خودگذشتگی کامل، ترک ارزشهای دنیوی و تواضعی که انجیل طالب آن است، به خاطر عظمتی که دارند و نیز به علت ضعف دل خودم مرا ترسان می‌سازد به طوری که در حال حاضر بین امید و ناامیدی به سر می‌برم. خودم هم نمی‌دانم در آینده بر من چه خواهد گذشت.

راهب: با داشتن چنین گواه بارزی از رحمت خدا و به دلیل معلوماتی که دارید نابخشودنی خواهد بود اگر نه تنها تن به دلسردی بسپرید بلکه نسبت به حمایت و یاری خدا سایه‌ای از شک و تردید هم به دل خود راه دهید. آیا می‌دانید یوحنا ی کریزوستوم، منور از خدا، در این باره چه می‌گوید؟ او چنین تعلیم می‌دهد: «هیچ کس نباید دلسرد شود و چنین وانمود کند که احکام انجیل غیر ممکن و غیر عملی می‌باشند. خدا که انسان را از آغاز برای نجات برگزید آشکارا فرمانهایی صادر نکرده که خصلت غیر عملی آنها انسان را ناگزیر از تخلف نماید، بلکه آنها را بدین منظور صادر کرده که به وسیله ضرورت آنها برای زندگی حقیقی - چه در این زندگی و چه در ابدیت - بتوانند برای ما برکت باشند.» البته انجام مرتب و بدون انعطاف فرمانهای خدا برای طبیعت گناهکار ما بی‌نهایت دشوار است و به همین دلیل است که نجات به سختی به دست می‌آید. اما همین کلام خدا که فرمانها را تحمیل می‌نماید امکانش را نیز اعطا می‌کند تا نه تنها آنها را به آسانی انجام دهیم بلکه همچنین در انجام آنها رضایت خاطر یابیم. هرچند این امر در نظر اول زیر پرده‌ای از ابهام نهفته است بی‌گمان به منظور آن است که فروتنی

است با شادی تمام آماده می شود تا آنچه را یاد گرفته انجام دهد و آنچه را شنیده یا خوانده تجربه کند. اما افسوس! او از اولین قدم متوجه می شود که انجام این مقاصد برای وی امکان پذیر نیست، از قبل این واقعیت را می بیند و حتی طی تجربه درمی یابد که سرشت معیوب و تضعیف شده وی بر اعتقادات ذهنی وی غلبه می کند و آزادیش در بند بوده و تمایلاتش منحرف می باشد و نیروی روحی وی چیزی جز ضعف نیست. پس طبیعتاً چنین فکری به مغزش خطور می کند: آیا طریقه ای وجود دارد که انجام آنچه را قانون خدا از وی می خواهد و نیز آنچه را تقوای مسیحی از وی طالب است برایش امکان پذیر سازد، راهی که تمام آنهایی که به نجات و قدوسیت رسیده اند از آن استفاده کرده باشند؟ او نیز در پی این سؤال به منظور تلفیق خواسته های وجدان با کمبود قدرتش برای انجام این خواسته ها، مجدداً به مبشران نجات روی آورده این سؤال را از آنها می نماید: «چگونه نجات یابم؟ چگونه می توانم عدم کفایت خود را برای انجام این شرایط توجیه کنم؟ آیا آنهایی که تمام آموخته های مرا به من تعلیم داده اند خودشان به اندازه کافی قوی هستند تا بی کم و کاست آن شرایط را عملی سازند؟»

- از خدا بطلبید. خدا را دعا کنید. برای به دست آوردن کمکش دعا کنید.

آن شخص جوینده سرانجام چنین نتیجه گیری می کند: «در این صورت آیا سودمندتر نمی بود که چه در آغاز و چه بعد، دعا یعنی تنها چیزی که برای انجام خواسته های زندگی معنوی، به من نیرو می بخشد مورد مطالعه قرار می دادم؟» پس به مطالعه دعا می پردازد، کتاب می خواند، می اندیشد، تعلیمات آنهایی را که در این باره مطلب نوشته اند مطالعه می کند و واقعاً افکار منور بسیار و شناخته های عمیق فراوان و سخنان بسیار مؤثری نزد آنها می یابد. یکی به طرز دعا و اثرات ثمربخش آن، در مورد دعا به عنوان تکلیف یا در مورد این حقیقت که دعا مستلزم غیرت، دقت، حدت دل، پاکی ذهن، آشتی با دشمنان، فروتنی، پشیمانی و سایر شرایط ضروری است، می پردازد. اما دعا به خودی خود چیست؟ و برای انجام دعا

مسیحی که به جراحات و سقوط فطرت انسانی واقف بوده و در ضمن از باقی مانده تمایلات آغازین خویش نسبت به حقیقت و فضیلت نیز آگاه باشد، بروز می کند. هرکس با داشتن ذره ای ایمان به ابدیت و به تحقق کمال در زندگی آینده، بی اراده به سوی این فکر کشانده می شود که: «چگونه می توانم نجات یابم؟» اگر مایل باشد سعی دارد جوابی برای این مسئله بیابد به حکما و دانشمندان روی می آورد. بعد زیر نظر آنان کتابهایی را که در این باب توسط نویسندگان روحانی نوشته شده اند مطالعه نموده به اجرای بی کم و کاست دستوراتی که خوانده یا شنیده است می پردازد. وی در تمام این دستورات با تأکید بر زندگی در ایمان و مبارزه دلیرانه با نفس که باید به تحول قطعی ذهن وی بیانجامد، به عنوان شروط لازم نجات مواجه می شود. تمام این چیزها باید فرد مسیحی را به سوی اعمال ناشی از ایمان، انجام دائمی فرامین مسیح هدایت کند تا بدین ترتیب به ایمان راسخ و استوار خود شهادت دهد. به علاوه به وی آموخته می شود که تمام این شرایط نجات بایستی الزاماً با فروتنی کامل و به اتفاق یکدیگر برآورده شوند. چون تمام فضیلتها به یکدیگر وابسته و پیوسته اند و در نتیجه باید همدیگر را تقویت و تکمیل نمایند و یکدیگر را تشویق کنند دقیقاً همانند اشعه آفتاب که نیروی خود را ظاهر نمی سازد و شعله ای را روشن نمی کند مگر در صورتی که به وسیله ذره بینی در یک نقطه متمرکز شود. به عبارت دیگر: «کسی که در چیزهای کوچک امین نیست در چیزهای بزرگ نیز امین نخواهد بود».

به علاوه برای این که احتیاج به فضایل پیچیده و پیوسته به هم در فرد مسیحی به وجود آید در گوش وی عالی ترین تمجیدها درباره زیبایی فضیلتها و افشاگری مصیبتها و تیره بختیهای ناشی از شرارت خوانده می شود. همه این حقایق به وسیله وعده های حقیقی در باب پاداش عظیم و مجازات دهشتناک در زندگی آینده در ذهنش حک می شود. چنین است شکل موعظه در عهد معاصر. انسانی که بدین ترتیب تحت راهنمایی قرار می گیرد، انسانی که سخت خواهان نجات

برای به کمال رساندن دعای باطنی و هم برای نجات روح مؤثر می باشد. چنان که سیمئون معروف به الهیدان جدید^۲ در این باره می گوید: «کسی که پیوسته دعا می کند تمام نیکیها را در همین یگانه کار با هم ترکیب می نماید». این استاد همچنین برای نشان دادن کمال این حقیقت آن را به ترتیب زیر تشریح می نماید:

برای نجات روح قبل از هر چیز ایمان حقیقی ضروری می باشد. کتاب مقدس می گوید: **بدون ایمان، تحصیل رضامندی خدا محال است** (عبرانیان ۱۱:۶). کسی که ایمان ندارد محاکمه خواهد شد. اما در همین کتاب مقدس نوشته شده است که انسان نمی تواند ایمان را حتی به اندازه یک دانه خردل در خود به وجود آورد، ایمان از ما بر نمی آید چون هدیه ای است از طرف خدا و عطیه ای است معنوی. ایمان به وسیله روح القدس داده می شود. پس اگر چنین باشد چه باید کرد؟ چگونه می توان نیاز انسان را به ایمان با عدم امکان انگیزش آن از سوی وی آشتی داد؟ راه انجام این کار در همان کتاب مقدس مکشوف شده که می گوید: **بخواید و به شما داده خواهد شد**. رسولان خود نمی توانستند کمال ایمان را در خود برانگیزند بلکه از عیسی مسیح چنین خواهش نمودند: **خداوندا ایمان ما را زیاد کن**. این چنین است که انسان ایمان را به دست می آورد و این مثال نشان می دهد که ایمان از راه دعا حاصل می شود.

برای نجات جان، علاوه بر ایمان حقیقی، باید کار خیر نیز انجام داد چه ایمان بی عمل مرده است. انسان از روی اعمالش داوری خواهد شد نه صرفاً از روی ایمانش. اگر می خواهی داخل حیات شوی این احکام را نگهدار: قتل مکن، زنا مکن، دزدی مکن، شهادت دروغ مده، پدر و مادر خود را حرمت دار، همسایه ات را مانند خودت دوست مدار. مهم آن است که جمیع این فرامین را توأمآ مراعات کنیم زیرا هر که تمام شریعت را نگاه دارد و در یک جزء بلغزد ملزم همه می شود (یعقوب ۲:۱۰)، اینها تعالیم یعقوب رسول است و پولس رسول نیز در تشریح ضعف انسانی چنین می گوید: **به اعمال شریعت هیچ بشری در حضور خدا عادل**

عملاً چه باید کرد؟ جواب دقیق این مسائل بنیادی و بسیار ضروری به طوری که هر کس بتواند آن را درک نماید بسیار به ندرت یافت می شود تا حدی که هر که با حرارت جویای شناخت دعا می شود باز در مقابل پرده راز باقی می ماند. مطالبی که او خوانده به طور کلی وی را فقط با وجهه خاصی از دعا آشنا می سازد که دعا هر چند عبادت بوده اما کاملاً سطحی است و او به این نتیجه می رسد که دعا به معنای رفتن به کلیسا، کشیدن علامت صلیب بر سینه، تعظیم و سجده و خواندن مزامیر و خواندن دعاهاى رسمی کلیسا در مراسم می باشد. این است عقیده اغلب آنهایی که نوشته های پدران مقدس را در باب دعای باطنی و تعمق در دعا نمی شناسند.

با همه این تفصیلات، جوینده بالاخره کتابی را می یابد تحت عنوان «فیلو کالی» که در آن بیست و پنج تن از پدران روحانی بسیار خردمند، شناخت علمی حقیقت و جوهر دعای قلبی را به شیوه قابل درک برای عموم تشریح می نمایند. این امر باعث می شود که پرده ای که راز نجات و دعا را مخفی می داشته به تدریج کنار زده شود. او می بیند که دعا کردن در حقیقت عبارت است از معطوف کردن دائمی توجه به خدا، قدم برداشتن در حضور او، بیدار کردن محبت او در خود با اندیشیدن به او و همراه کردن نام خدا با تنفس و ضربان قلب خود. وی برای رسیدن به شرایط مذکور به وسیله ذکر نام بسیار مقدس عیسی مسیح یا تکرار بدون توقف دعای عیسی در هر زمان و مکانی و در موقع اشتغال به هر کاری، هدایت می شود. این حقایق درخشان با روشن ساختن ذهن آن جوینده و گشودن راه مطالعه و انجام دعا، او را یاری می دهد که بلافاصله در پی اجرای این تعلیمات حکیمانه برآید. با این حال وقتی او اولین کوششها را در این راه به کار می بندد هنوز با بسیاری از مشکلات دست به گریبان است تا زمانی که صاحب نظری مجرب تمام حقیقت را (در همان کتاب) به او نشان دهد یعنی بفهماند که تنها دعای دائمی است که هم

۲-ر.ک. جلد اول یک زائر روس ص ۱۶۵

ما صرفاً از دعا نشأت می‌گیرد. فضایل دیگر هر یک زمان خاص خود را دارند اما آنچه در مورد دعا خواسته می‌شود انجام بلا نقطع آن است: دائماً دعا کنید. شایسته و بجاست که همیشه و هر جا دعا کنیم.

دعای حقیقی شرایط خاص خود را دارد و باید با دل و روح پاک، با حدت و جدیت و توجه دقیق، با ترس و احترام و نهایت فروتنی انجام گیرد. اما کدام شخص با وجدانی اقرار نخواهد کرد که از انجام تمام این شرایط غافل بوده و دعا را بیشتر از روی احتیاج و با اعمال فشار بر خود بجا می‌آورد تا از روی میل و ذوق و عشق به دعا. در این باره نیز کتاب مقدس می‌گوید که در توانایی انسان نیست ذهن خود را ثابت و تزلزل ناپذیر حفظ نماید و آن را از افکار بد پاک سازد زیرا افکار انسانی از آغاز جوانی بد است و تنها خداست که قلبی دیگر و روحی تازه به ما عطا می‌کند چرا که نیت و کردار هر دو از خداست. پولس رسول خود چنین می‌گوید: روح من (یعنی صدای من) دعا می‌کند لکن عقل من بی‌ثمر می‌ماند (اول قرن‌تین ۱۴:۱۴). در جای دیگری باز می‌گوید: نمی‌دانیم در دعاهاى خود چه باید بخواهیم (رومیان ۸:۲۶). لذا چنین نتیجه می‌گیریم که ما در خود توانایی آن را نداریم تا دعای حقیقی را بجا آوریم. ما قادر نیستیم در دعاهاى خود خصوصیات اصلی دعای حقیقی را ظاهر سازیم.

اگر ناتوانی هر موجود انسانی تا این حد است چه راهی در اختیار و قدرت انسان برای نجات روح خویش باقی می‌ماند؟ انسان نمی‌تواند ایمان را بدون دعا کسب کند، همین امر درباره کارهای نیک نیز صادق است. اما به جا آوردن دعای حقیقی نیز در اختیار وی نیست پس چه تکلیفی برایش باقی می‌ماند؟ پس چه عرصه‌ای برای اعمال آزادی و قوت برای او باقی می‌ماند تا او هلاک نشود بلکه نجات یابد؟

هر عملی دارای کیفیتی است و خدا اختیار اعطای این کیفیت را برای خود

شمرده نخواهد شد و چون ما می‌دانیم که شریعت معنوی است و اما ما خاکی و واگذار شده به دست گناه... زیرا اراده در ما هست اما ما راه انجام خیر را نمی‌دانیم... از راه اندیشه ما خود را مطیع شریعت خدا می‌دانیم اما جسم ما تابع قانون گناه است... (رومیان ۳:۲۰، ۷:۱۴-۲۵).

چگونه می‌توان اعمالی را که قانون خدا حکم می‌کند انجام داد در حالی که انسان ناتوان است و یارای رعایت احکام را ندارد؟ او هیچ امکانی در دست ندارد که آن را انجام دهد تا زمانی که خواستار آن شود و دعا کند تا آن را به دست آورد. ندارید از این جهت که سؤال نمی‌کنید (یعقوب ۴:۲). این است دلیلی که رسول آن را می‌آورد و خود عیسی مسیح نیز چنین می‌گوید: شما بی‌من هیچ کاری نمی‌توانید بکنید (یوحنا ۵:۱۵). این است تعالیمی که او درباره همکاری با خود می‌دهد: در من بمانید و من در شما. آن که در من می‌ماند و من در او میوه بسیار می‌آورد (یوحنا ۱۵:۴-۵). اما «ماندن در او» به معنای این است که حضور وی را دائماً احساس کنیم و دائماً نام او را ذکر نماییم: هر چیزی را که به اسم من سؤال کنید بجا خواهم آورد (یوحنا ۱۴:۱۳). بدین ترتیب امکان انجام نیکی توسط خود دعا فراهم می‌شود. در این باره مثالی داریم که مربوط به خود پولس رسول است: او سه بار به منظور غلبه یافتن بر وسوسه دعا نمود و در پیشگاه خدای پدر زانوزد تا قوت باطنی به او عطا فرماید. آنگاه به وی حکم شد که قبل از هر چیز دعا کند، دعای دائمی و برای همه چیز.

از آنچه هم‌اکنون گفته شد این نتیجه استنباط می‌شود که نجات انسان تماماً بستگی به دعا دارد و به همین دلیل دعا مقام اول را داشته و بسیار ضروری است زیرا به وسیله آن ایمان زنده می‌شود و کارهای خیر انجام می‌گیرد. به طور خلاصه به کمک دعا همه چیز با موفقیت پیشرفت می‌کند اما هیچ کار خیر مسیحی بدون دعا انجام نمی‌پذیرد. بدین ترتیب ضرورت فدا شدن دائمی و همیشگی زندگی

آموزنده را جایگزین آنها سازید، کارهای خیر انجام دهید تا مورد احترام واقع شوید و صلح و صفا یابید، به طور خلاصه در زندگی پیرو خرد و وجدان باشید. اما افسوس، این استدلال با تمام نیرویی که دارد به هدف نخواهد رسید مگر با دعای پی در پی و استعانت از خدا!

اکنون به چند تعلیم دیگر از پدران کلیسا مراجعه می کنیم تا ببینیم آنها مثلاً در مورد تزکیه روح چه می گویند. قدیس یوحنا^۷ اشل^۷ چنین می گوید: «هرگاه ذهنتان از افکار ناپاک تار می گردد دشمن را با تکرار نام عیسی فراری دهید. اسلحه ای نیرومندتر و مؤثرتر از این در زمین و در آسمان نخواهید یافت.» قدیس گرگوار سینیایی^۸ ما را چنین تعلیم می دهد: «این را بدانید هیچ کس قادر نیست بر ذهن خود تسلط یابد بنابراین هنگامی که افکار شریر هجوم می آورند نام عیسی را به طور مکرر و به فاصله های مرتب ذکر کنید آنگاه در افکارتان آرام خواهید شد.» چه روش ساده و آسانی! به هر جهت صحت این روش به تجربه ثابت شده است. چه تفاوتی با استدلالهای نظری که مصرا نه ادعا دارد که انسان می تواند صرفاً از راه کوشش خود به پاکی دست یابد!

با در نظر گرفتن این تعلیمات مبتنی بر تجربیات پدران مقدس، به نتیجه ای استوار می رسیم که یگانه روش اصلی و بسیار ساده برای دستیابی به نجات و تکامل روحی، دعای مکرر و پی در پی است، هر قدر که سست باشد. ای مرد مسیحی، اگر در خود برای پرستش خدا در روح و راستی قدرتی نمی یابی و اگر در اثر دعای باطنی، در قلب خود حرارت و آرامش تسلی بخشی احساس نمی کنی پس تا می توانی از آنچه به اراده ات مربوط است و در حدود توانایی تو می باشد فدای دعا کن. قبل از هر چیز لبهای محقر خود را به ذکر مکرر و دائم دعا عادت ده. باشد که نام عیسی را زود به زود و لاینقطع یاد کنی. این کار سختی نیست و

۷- St. Jean de l'Echelle

۸- St. Gregoire le Sinate. ر.ک. جلد اول یک زائر روس ص ۱۵۴

محفوظ نگاه داشته است. برای این که وابستگی انسان نسبت به خدا و نسبت به اراده او واضح تر گردد و برای این که انسان در فروتنی بیشتری فرو رود خدا فقط کمیت دعا را در اختیار اراده و قوت انسان قرار داده است. او حکم کرده که انسان بلاانقطاع، همیشه، در هر لحظه و در همه جا به ذکر دعا مشغول باشد. در اینجا است که روش اسرارآمیز دعای حقیقی و نیز راز ایمان و راز انجام فرمانهای خدا، مکشوف می گردد. پس کمیت دعاست که به انسان اختصاص داده شده است و نیز تواتر دعا در اختیار او بوده و بستگی به تحرک اراده او دارد. چنین است تعلیم پدران کلیسا. قدیس «ماکر کبیر» می گوید که دعا کردن در واقع عطیه فیض است. «از نیک^۳» قدیس می گوید که دعای پی در پی نخست به صورت عادت و سپس به صورت سرشت ثانی در می آید و پاک ساختن قلب بدون ذکر پی در پی، نام عیسی مسیح غیرممکن است. کالیست^۴ و اینیاس^۵ ذکر پیایی و دائمی نام عیسی را بر تمام ریاضتها و اعمال نیک مقدم می دانند زیرا تکرار، دعای ناقص را به سوی کمال هدایت می کند. دیادوک^۶ نیکبخت نیز می گوید که اگر انسان تا جایی که بتواند نام خدا را بر زبان آورد هرگز در گناه فرو نخواهد رفت. چه تجربیات و حکمتی در همه این امور نهفته است و این دستورات عملی پدران مقدس چقدر به قلبمان نزدیک است! آنها به یمن تجربه و در کمال سادگی، نور فراوانی بر موجبات هدایت روح انسان به کمال می تابانند در حالی که چقدر با تعلیمات اخلاقی ناشی از استدلالهای نظری مابینت دارند! خرد می گوید: این کار و آن کار خوب را انجام دهید، خود را به جرأت و همت مسلح سازید، نیروی اراده خود را به کار برید، با در نظر گرفتن ثمرات نیک فضیلت، خود را متقاعد کنید و ذهن و قلب خود را از اوهام دنیوی بزداپید و اندیشه های

۳- Saint Eznik

۴- Calliste. ر.ک. جلد اول یک زائر روس ص ۱۵۲

۵- Ignace. ر.ک. جلد اول یک زائر روس ص ۱۵۲

۶- Diadoque

فی النفسه عمل می کند. بنابراین از این که دعای شما ناقص یا عاری از احساسات می باشد، آشفته نشوید و با صبر و تحمل در انتظار ثمره ذکر مکرر نام ربانی به سر ببرید. به تلقینات آنهایی که بی تجربه و ناآگاه هستند و می گویند دعا ضعیف و سست بوده، تکرار بیهوده و بلکه ملال انگیز است گوش ندهید. خیر، قدرت نام ربانی و ذکر مکرر و فراوان آن، به موقع ثمرات خود را خواهد بخشید.

نویسنده ای روحانی درباره این نکته سخنان برجسته ای دارد: «من می دانم که برای بسیاری از فیلسوفان به اصطلاح روحانی و خردمند که جهت ارضای منطق و غرور در همه جا به دنبال عظمت کاذب و روشهای فریبنده می روند ادای شفاهی و مکرر یک دعا مفهوم چندانی ندارد و به منزله مشغولیتی مبتذل و حتی شوخی می باشد. اما این تیره بختان خود را فریب می دهند و تعلیم عیسی مسیح را فراموش می کنند که می گوید: تا بازگشت نکنید و مثل طفل کوچک نشوید هرگز داخل ملکوت آسمان نخواهید شد (متی ۱۸:۳). آنها به تدریج برای خود نوعی علم دعا را که بر پایه های ناپایدار منطق طبیعی مبتنی است فراهم می آورند. آیا برای این که با دلی پر شور بگوییم: «ای عیسی مسیح، پسر خدا، بر من رحم فرما» احتیاج به تبحر و دانش و تفکر زیاد داریم؟ آیا خود سرور ربانی ما این دعای مکرر را تحسین نکرده است؟ از راه این دعای کوتاه ولی مکرر چه جوابهای عالی که به دست نیامده و چه کارهای عالی که انجام نشده است! ای مرد مسیحی! شهادت خود را استوار کن و ذکر بیوسه دعای خود را خاموش مساز حتی اگر ندای تو هنوز از قلبی برمی خیزد که با خود در ستیز بوده و هنوز از آمال دنیوی پر است. چه اهمیتی دارد! ایستادگی کن، تسلیم سکوت نشو و آشفتهگی را به خود راه مده. دعای تو به خودی خود از راه تکرار، ترکیب خواهد شد. این مطلب را هرگز فراموش مکن: او که در شماسات بزرگتر است از آن که در جهان است (اول یوحنا ۴:۴) و خدا از دل ما بزرگتر است و هر چیز را می داند (اول یوحنا ۳:۲۰).

در حدّ توانایی هر کس می باشد و این درست همان تعلیمی است که رسول قدیس آن را حکم می نماید: پس به وسیله او قربانی تسبیح را به خدا بگذرانیم یعنی ثمره لبهایی را که به اسم او معترف باشند (عبرانیان ۱۳:۱۵).

تردید نیست که تکرار دعا به صورت عادت درمی آید و سرانجام سرشت ثانوی انسان می شود. دعا گاه گاه ذهن و قلب را به حالت شایسته ای درمی آورد. به فرض اگر شخصی این یگانه فرمان خدا را در مورد دعای همیشگی، دائماً به جا بیاورد از همین راه تمام فرمانها را به جا آورده است. در واقع اگر او لاینقطع در هر زمان و در تمام شرایط، دعا را با ذکر پنهانی نام بسیار مقدس عیسی به جا آورد (هر چند این عمل در ابتدا عاری از حدت معنوی و خالی از جدیت باشد و حتی با فشار آوردن به خود انجام گیرد) آنگاه برای افکار بیهوده و قضاوت درباره همنونان و اتلاف وقت جهت لذایذ جسمی وقتی باقی نخواهد ماند. هر اندیشه بد به محض نفوذ در وی با مانعی رو به رو خواهد شد. هر عملی که او را به وسوسه می اندازد به مانند آنچه در لحظات حواس پرتی اتفاق می افتد تحقق نخواهد یافت. افراط در حرف و سخنان بیهوده مطرود خواهد شد و هر خطای وی با قدرت رحمت بخش ناشی از ذکر مکرر نام ربانی، بی درنگ از ذهن وی محو خواهد گشت. ذکر پی در پی دعا غالباً او را از کارهای خلاف بازداشته وی را به دعوت آغازین یعنی به پیوند با خدا، باز خواهد خواند.

آیا اکنون به اهمیت دعا و لزوم ذکر زیاد آن پی برده اید؟ دعای زیاد یگانه راه رسیدن به دعای ناب و حقیقی می باشد. این کار بهترین و مؤثرترین آمادگی برای دعا و مطمئن ترین وسیله برای نیل به هدف دعا و نجات می باشد.

- برای قانع شدن قطعی در مورد ضرورت و ثمرات دعای مکرر به این امر توجه کنید که تمامی آمال و افکار شما درباره دعا کار روح القدس و ندای فرشته نگهبان شماسات و اینکه نام عیسی مسیح نیز که در دعای خود ذکر می کنید خود حاوی قدرت نجات بخشی است که مستقلاً وجود داشته و

حدود امکانات انسانی بوده و یگانه وسیله مقتدر برای به دست آوردن یاری و رحمت الهی در تمام اعمال مقدس است اما این روش فقط برای کسی که امکان انزوا و آرامش برایش میسر باشد قابل اجراست. چنین شخصی با دوری جستن از کارها، غمها و پراکندگی حواس می تواند زیاد و حتی دائم دعا کند. او فقط با تنبلی و سستی خود یا موانعی که افکار خودش به وجود می آورد سر و کار دارد. اما اگر او مقید به انجام وظایف و کارهای دائمی باشد و لزوماً در جمعی پر سر و صدا به سر می برد، به علت شلوغی و گرفتاریهای اجتناب ناپذیر نخواهد توانست میل به دعا را تحقق بخشد، بالنتیجه این روش دعای مکرر چون به شرایط مساعد بستگی دارد نه می تواند مورد استفاده همه واقع شود و نه این که به همه مردم مربوط شود.

اهب: اصلاً احتیاجی نیست که چنین نتیجه گیری کنید. دلی که دعای درونی را آموخته است می تواند همواره با ناشنیده گرفتن هر نوع سر و صدا و بدون این که مشغولیت اعم از جسمانی یا معنوی مانع آن شود به ذکر نام خدا بپردازد (کسانی که در این امر مطلع هستند این را به تجربه فراگرفته اند و کسانی که از آن بی اطلاع هستند باید آن را با ممارست تدریجی یاد بگیرند). اگر توضیح ساده تر بخواهید می توانم با کمال اطمینان بگویم که در کسی که مایل است به ذکر این دعا بپردازد هیچ نگرانی خارجی نمی تواند آن را قطع نماید زیرا اندیشه نهانی بشر به شرایط خارجی بستگی ندارد بلکه کاملاً آزاد است. آن را می توان در هر لحظه بیدار کرده به سوی دعا هدایت نمود. خود زبان نیز می تواند در حضور اشخاص بسیار و در طی هر نوع مشغولیت بدون تلفظ کلمه ای به ذکر دعا مشغول باشد. به علاوه بدون شک، نه کارهایمان آنقدر پر اهمیت هستند و نه صحبت هایمان آنقدر جالب که برایمان غیر ممکن باشد گاه و بی گاه فرصتی بیابیم تا به ذکر نام عیسی بپردازیم حتی اگر ذهن ما هنوز به دعای دائمی عادت کرده باشد. درست است که انزوا و گریز از زندگی شلوغ، برای دعای دقیق و دائمی شرط بسیار مساعدی است اما انسان باید از کمی دعایش خجل باشد زیرا هر قدر هم انسان ضعیف یا مشغول باشد میزان دعا و تکرار آن در اختیار خود اوست و

حال پس از این تأکیدات قانع کننده بر این که دعا با همه قوتی که به ضعف انسانی می بخشد بی تردید در دسترس انسان نیز بوده و تابع اراده وی می باشد، بیا و تصمیم بگیر و ابتدا برای یک روز هم که شده امتحان کن. مراقب خودت باش و فاصله دعاها را به گونه ای به هم نزدیک ساز تا اوقاتی که در طی ۲۴ ساعت به ذکر نام عیسی مشغول می شوی به مراتب از وقت سایر مشغولیتها بیشتر باشد. این پیروزی دعا بر مشغولیتهای دنیوی به موقع خود به تو نشان خواهد داد که شبانه روز تو به هدر نرفته بلکه برای نجات حفظ شده است و دعای مکرر، در مقیاس داوری الهی، در مقابل ضعف و اعمال بد تو سنگینی کرده و خطایای آن شبانه روز تو را از خاطره وجدان تو محو می کند و پای تو را بر روی نردبان فضیلت قرار داده امید رستگاری را به تو می بخشد.

زائر: از ته دل از شما تشکر می کنم ای پدر مقدس! شما با خواندن این متن دل گناهکار مرا شاد کردید. محض رضای خدا، محبت کنید و اجازه دهید آنچه را خواندید رونویسی کنم. این کار را می توانم در عرض یکی دو ساعت انجام دهم. تمام آنچه که خوانده اید چقدر زیبا و نیروبخش و برای عقل ضعیف من چقدر قابل درک و روشن بود درست مانند کتاب **فیلوکالی** که در آن پدران مقدس همین موضوع را مورد بحث قرار می دهند. مثلاً در اینجا و در قسمت چهارم **فیلوکالی** یوحنا کارپاتوس چنین می نویسد: «اگر شما فاقد نیروی ضروری جهت تسلط بر نفس و اعمال زاهدانه هستید بدانید که خدا مایل است شما را از طریق دعا نجات دهد». اما همه این موارد در کتابچه شما چقدر عالی و واضح بیان شده است! من از این که به درک این مطالب نائل شده ام اول خدا و بعد شما را سپاس می گویم.

استاد: من هم به دقت تمام و میل فراوان به خواندن شما گوش دادم ای پدر روحانی، تمام استدلالها بر منطق دقیق مبتنی می باشند و برای من لذت بخش بودند. اما در عین حال به نظر می رسد که باعث می شوند دعای دائمی به شرایط مساعد و آرامش انزوا وابسته باشد. من قبول دارم که دعای زیاد و پیوسته در

به سکوت و بی میلی به حرفهای زائد را حفظ خواهد نمود. چنین شخصی از چیزهای ناراحت کننده به وحشت نخواهد افتاد بلکه با استفاده از همه این امکانات راههای دعا و صلح و صفا را خواهد یافت. در زندگی ای که بدین ترتیب تنظیم شده باشد تمام کارهای وی با قدرت ذکر نام خدا با موفقیت بیشتری مواجه خواهد شد و عاقبت به ذکر لاینقطع نام عیسی نائل خواهد گردید. او به تجربه درخواهد یافت که تکرار پیایی دعا یگانه وسیله نجات است که در دسترس اراده خود او قرار دارد و دعا در تمام لحظات و در هر شرایطی و در هر مکانی امکان پذیر می باشد و می تواند به آسانی از دعای لفظی به دعای ذهنی و از آن به دعای قلبی که ملکوت خدا را به روی ما می گشاید برسد.

استاد: قبول دارم که در حین کارهایی که نیازی به فکر کردن ندارند دعای زیاد و حتی دائم امکان پذیر است چرا که این گونه کارهای بدنی نه به تمرکز ذهن و نه به تعمق زیاد احتیاج دارند و بدین جهت است که در ضمن انجام این کارها ذهن می تواند در دعا پیوسته غوطه ور شود و لبها به دنبال آن به حرکت درآیند. اما اگر لازم باشد به کاری مانند خواندن دقیق یا مطالعه مسئله ای جدی یا نوشتن انشایی ادبی که صرفاً فکری می باشد مشغول شوم چگونه می توانم با ذهن و لب خود به ذکر دعا بپردازم؟ و چون دعا در اولین وهله فعلیتی است فکری چگونه می توانم در یک آن از یگانه ذهنی که دارم فعالیتهای گوناگون بخواهم؟

راهب: حل مسئله شما به هیچ وجه مشکل نخواهد بود اگر دعا کنندگان را به سه دسته تقسیم کنیم: اول مبتدیان، دوم کسانی که به پیشرفتهایی نائل آمده اند و سوم آنهایی که بسیار ورزیده هستند. مبتدیان غالباً قابلیت این را دارند که گاه و بی گاه حتی در موقع کار فکری، فکر و قلبشان را به سوی خدا متمایل سازند و

نام ربانی عیسی مسیح را ذکر می کنند بلکه بدین ترتیب به دعای پیوسته درونی و قلبی نیز نائل آمده اند. بدین ترتیب پاتریارک فوتیوس^۹ که از مقام سناتوری به پاتریارکی ارتقاء یافت در تمام مدتی که حوزه وسیع کلیسای قسطنطنیه را اداره می کرد بر ذکر دائمی نام خدا اصرار می ورزید و عاقبت به دعای لاینقطع درونی دست یافت. یا کالیست که در دیر کوه آتوس در حالی که به آشپزی مشغول بود دعای دائمی را یاد گرفت و نیز لازار ساده دل در حالی که عهده دار کارهای مداوم برای جماعت راهبان بود در ضمن اشتغال به کارهای پر سر و صدا بدون انقطاع دعای عیسی را تکرار می کرد و بدین جهت در صلح و صفا به سر می برد و همچنین کسان بسیار دیگری که به طرز مشابهی ذکر دائمی نام خدا را انجام می دادند.

اگر حقیقتاً دعا کردن در ضمن انجام کارهای خسته کننده یا در میان جمعی از اشخاص دیگر ناممکن بود مسلماً دستور آن را دریافت نمی کردیم. قدیس یوحنا کرینوستوم در تعلیمات خود درباره دعا چنین می گوید: کسی نباید بگوید که دعا کردن برای شخصی که گرفتار امور دنیوی می باشد و نمی تواند به کلیسا برود غیرممکن است. هر جا که هستید می توانید در فکر خود پرستشگاهی برای خدا بر پا کنید بدین ترتیب دعا کردن ضمن انجام کارها، در مسافرت، به حالت ایستاده پشت پیشخوان یا در حالت نشسته ضمن انجام کارهای دستی بسیار مناسب و بجاست. دعا کردن در هر جا و مکانی امکان پذیر است و واقعاً اگر انسان هوشیارانه مراقب خود باشد وضع را در همه جا برای دعا مساعد خواهد یافت مشروط بر این که لااقل معتقد باشد که دعا باید مهمترین کارش باشد و بر هر وظیفه دیگری تقدم داشته باشد. البته در این صورت انسان امور خود را با جدیت بیشتر ترتیب داده در تماسهای ضروری با دیگران جوانب اختصار و تمایل

شود برای من چه فایده‌ای می‌تواند داشته باشد؟ چنین کاری چیزی جز تکرار بیهوده نیست و یگانه نتیجه‌ای که از آن عاید می‌شود این است که زبان به پرگویی خود ادامه می‌دهد و فعالیت ذهن که افکارش توسط پرگویی مغشوش می‌گردد تعادل خود را از دست می‌دهد. خدا از ما حرف نمی‌خواهد بلکه روحی مراقب و دلی پاک طالب است. آیا بهتر نبود که دعایی می‌خواندیم که هر چند کوتاه و حتی دیر به دیر یا منحصر به مواقع معینی می‌شد در عوض با توجه و دقت و شور و حرارت و فراست لازم انجام می‌گرفت؟ و گر نه هر چند انسان دعا را شب و روز بر زبان داشته باشد بدون صفای باطن، عملی زاهدانه نبوده و انسان در راه نجات خود کاری انجام نمی‌دهد. انسان بر هیچ چیز جز پرگویی زبان که از آن فقط خستگی و دل‌تنگی عارض می‌شود تکیه ندارد به طوری که در عاقبت کار اعتماد انسان نسبت به دعا رو به سردی می‌نهد و این عمل بی‌ثمر را رد می‌کند. از جانب دیگر بیهودگی دعایی که فقط به وسیله لبها ذکر می‌شود در کتاب مقدس هم فاش شده است: این قوم به زبانهای خود به من تقرب می‌جویند و به لبهای خویش مرا تتمجید می‌نمایند لیکن دلشان از من دور است (متی ۱۵: ۸) و نه هر که مرا خداوند خداوند گوید داخل ملکوت آسمان گردد (متی ۷: ۲۱) و بیشتر می‌پسندم که پنج کلمه به عقل خود گویم تا دیگران را نیز تعلیم دهم از آن که هزاران کلمه به زبان بگویم (اول قرن‌تیان ۱۴: ۱۹). تمام این چیزها نشان می‌دهد که دعای لفظی که تنها به وسیله زبان و با بی‌توجهی ذکر گردد کاملاً بی‌ثمر است.

راهب: اگر اضافه بر توصیه دعای لفظی، ضرورت دائمی بودن آن نیز قید نمی‌شد و اگر ذکر نام عیسی مسیح دارای قدرت خاص نبود و ذکر دائمی دعا مراقبت و جدیت را به عنوان ثمره خود بر نمی‌انگیخت نظریه شما می‌توانست قرین به حقیقت باشد. اما حال که مسئله مورد نظر، تواتر دعا و مدت آن و قطع نشدن آن می‌باشد (گرچه دعا ممکن است در ابتدا با بی‌توجهی و دل‌سردی خوانده

دعاهای کوتاه را بر لبهایشان تکرار نمایند. آنهایی که پیشرفتهایی کرده‌اند و به اندکی ثبات فکری رسیده‌اند می‌توانند در حضور لایزال خدا به اندیشیدن یا نوشتن مطلبی بپردازند. اینک مثالی می‌آورم که شما را روشن خواهد کرد: فرض کنید که پادشاهی سختگیر و مشکل‌پسند به شما حکم می‌کند که همانجا در پای تخت پادشاهی و در حضور خود وی رساله‌ای را در موضوعی مبهم و پیچیده انشا کنید. گرچه شما می‌توانستید کاملاً به کار خود مشغول شوید اما حضور آن پادشاهی که بر شما مسلط است و زندگی شما را در دست خود دارد موجب آن خواهد بود که لحظه‌ای از یاد نبرید که در انزوا و تنهایی به تفکر و نوشتن مشغول نیستید بلکه در جایی حضور دارید که باید توجه و احترام خاصی را رعایت نمایید. این گونه آگاهی از نزدیکی پادشاه به طرز بسیار روشنی این امر را بیان می‌کند که امکان دارد انسان حتی در موقع کار فکری به ذکر دعای درونی دائمی بپردازد و اما آنهایی که یا برحسب عادت دیرینه و یا به علت رحمت الهی از دعای معنوی به دعای قلبی رسیده‌اند در ضمن مداوم‌ترین کارها و حتی در خواب دعای خود را قطع نمی‌کنند. همان طوری که حکیم‌ترین مردان به ما می‌گویند: من در خواب هستم اما دلم بیدار است (غزل ۵: ۲). کسانی که این بی‌اختیار بودن قلب را به مرحله عمل درآورده باشند از چنان استعدادی برای ذکر نام ربانی بهره‌مند می‌شوند که دعا به خودی خود در آنها بیدار می‌ماند و در هر شرایطی که باشد و به هر کار ذهنی یا فکری که در آن لحظه مشغول باشند، روح وی تماماً توسط موجی از دعای لاینقطع ربوده می‌شود.

پیر: پدر روحانی اجازه بدهید آنچه را که من فکر می‌کنم ابراز نمایم و یکی دو کلمه بر زبان بیاورم. در متنی که خواندید کاملاً مشهود است که یگانه وسیله برای رسیدن به نجات و کمال، پیوستگی دعا صرف‌نظر از کیفیت آن می‌باشد. ولی من مطلب را خوب درک نمی‌کنم و چیزی که به نظر من می‌رسد این است که ذکر دائمی نام خدا که تنها به وسیله زبان و بدون توجه به محتوا و درک آن انجام

یادآور تصمیم شما در راه جستجوی کمال باطنی و رضای خدا که انسان به آسانی آنها را از یاد می برد باشد. انسان به تجربه می آموزد که از راه عملی ظاهری مانند روزه، به تصفیه درونی ذهن و صلح و صفای دل تحقق بخشیده و سیله ای برای رام کردن هوای نفسانی و محرکی برای کوشش معنوی به دست می آورد. بدین ترتیب توسط اعمال ظاهری و جسمانی به دریافت فواید و منافع درونی و معنوی نائل می شود.

شما باید فهمیده باشی که همین امر درباره دعایی که به لبها خوانده می شود نیز صادق است. این نوع دعا در درازمدت چشمه دعای درونی قلبی را باز کرده راه اتحاد ذهن با خدا را هموار می سازد. این تصور که زبان از این گونه تکرار و از فقدان کامل ادراک به ستوه آمده و تلاش خود را برای دعای ظاهری بیهوده بداند و در نتیجه آن را به طور کامل ترک گوید، تصور باطلی است. تجربه عکس این تصور را بر ما ثابت می کند. کسانی که دعای دائمی را عملاً انجام داده اند به ما اطمینان می دهند آنچه صورت می گیرد بدین قرار است: کسی که تصمیم گرفته است نام عیسی را لاینقطع ذکر نماید یا دعای عیسی را دائماً تکرار نماید، بدون تردید در ابتدا دچار مشکلاتی می شود و باید با تنبلی به مبارزه پردازد. اما هرچه وقت و پشتکار بیشتری صرف این کار نماید همانقدر به طور غیر محسوس بیشتر با تکلیف خود مأنوس می شود به طوری که سرانجام لبها و زبان وی چنان قابلیت برای حرکت کسب می کنند که بدون هیچ کوششی از سوی وی بی اراده حرکت نموده دعا را بی صدا ذکر می نمایند. در همین موقع کنش و واکنش ماهیچه های حنجره در این عمل به طوری ورزیده می شوند که در موقع گفتن دعا چنین به نظر می آید که ذکر دعا از خواص همیشگی و ذاتی حنجره بوده و حتی هر بار که متوقف شود احساس کمبود می کند. در نتیجه، ذهن به نوبه خود رو به تسلیم نهاده و به عمل بی اختیار لبها گوش فرا داده توسط آن بیدار و هوشیار می گردد و به این ترتیب به سوی سرچشمه لذات قلبی و دعای راستین هدایت می شود.

شود) نتایجی که شما اشتهاهاً به آنها می رسید به خودی خود از بین می رود. مسئله را قدری دقیق تر بررسی کنیم. نویسنده ای روحانی پس از تشریح ارزش زیاد دعای مستمرکه همواره به صورت معینی ادا شود و منافع آن چنین نتیجه گیری می کند: «بسیاری از اشخاص به اصطلاح روشنفکر تکرار زیاد دعای معینی را که به عنوان هدیه ای به پیشگاه خدا تقدیم می شود بی فایده و پوچ دانسته آن را به مثابه عملی ماشینی و مشغولیت بی معنی جاهلان به حساب می آورند. اما آنها از رازی که این عمل ظاهراً ماشینی از خود آشکار می سازد بی اطلاع هستند. آنها نمی دانند که حرکات متواتر لبها به طور غیر محسوس به ندای بی ریای دل تبدیل شده به درون زندگی معنوی انسان نفوذ کرده به شادی مبدل می گردد و به گونه ای جزئی از طبیعت و روح ما شده نور و غذای روح را فراهم می سازد و آن را به سوی اتحاد با خدا هدایت می کند. این نقادان از نظر من همچون کودکانی هستند که در حال یاد گرفتن الفباء و شیوه خواندن بودند اما پس از خسته شدن از این کار فریاد برآوردند: «آیا صد بار بهتر نبود که مثل پدر به صید ماهی می رفتیم تا این که تمام روز را به تکرار الف، ب، پ بگذرانیم یا این که با قلم تکه کاغذی را خط خط کنیم؟» ارزش سوادآموزی و نوشتن و نور حاصل از آن که تنها از راه یادگیری دشوار و حفظ کردن الفباء عاید انسان می شود، برای آنها در پرده ابهام قرار داشت. به همین ترتیب ذکر ساده و زیاد نام الهی رازی است که بر اشخاصی که به اثرات و ارزش بسیار آن معتقد نیستند پوشیده است. آنهایی که ایمان را از دید استدلال کوتاه بین و غیر مجرب خودشان می بینند از یاد می برند که انسان از جسم و از روح ساخته شده است.»

فی المثل چرا موقعی که می خواهید روح خود را پاک و منزه سازید بدن خود را تحت فشار قرار می دهید یعنی روزه را بر آن تحمیل کرده و آن را از غذا و مواد مقوی محروم می سازید؟ البته بدین خاطر که جسم نتواند در راه رسیدن به پاکی روح و بصیرت ذهن مانعی ایجاد کند و یا احساس دائمی گرسنگی جسمانی

راهب: به عبارتی دعا انسان را به تولدی جدید هدایت می‌کند. قدرت آن به قدری زیاد است که هیچ چیز و هیچ رنجی نمی‌تواند در مقابل آن مقاومت کند. برادران اگر مایلید یادداشت مختصر ولی جالبی را که دارم به عنوان وداع برایتان می‌خوانم.

همه: با اشتیاق فراوان به آن گوش خواهیم داد.

راهب:

قدرت دعا

دعا را آن قدر توانایی و قدرت است که می‌توان گفت: «دعا کن و آنچه می‌خواهی انجام ده»، چون دعا تو را به سوی عمل عادلانه و صحیح هدایت خواهد کرد. انسان برای جلب رضایت خدا به چیزی جز محبت احتیاج ندارد. اگوستین قدیس^{۱۰} می‌گوید: «محبت کن و آنچه می‌خواهی انجام ده چون کسی که حقیقتاً محبت می‌کند کاری را که موجب رضایت محبوب نباشد انجام نمی‌دهد». چون دعا ابراز مشتاقانه محبت است پس برحسب قیاس می‌توان گفت: «دعای دائم برای نجات کافی است» یا «دعا کن و آنچه می‌خواهی انجام ده» و به هدف نهایی دعا خواهی رسید. دعا تو را منور خواهد ساخت.

برای درک بهتر این مطلب به چند نمونه زیر توجه می‌کنیم:

۱- **دعا کن و به آنچه می‌خواهی بیندیش**، دعا افکار تو را تصفیه خواهد کرد. دعا قوه تمیز را به تو خواهد بخشید. دعا افکار ناشایست تو را حذف یا رد خواهد کرد. اینها سخنان مؤکد قدیس گرگوار سینایی می‌باشد. پس اگر می‌خواهی افکار را از خود دور کنی و ذهن خود را تصفیه نمایی توصیه وی چنین است: «آنها را با دعا از خود دور کن» زیرا چیزی به جز دعا نمی‌تواند آنها را رام کند. قدیس یوحنا اشلی در این باره چنین می‌گوید: «دشمنانی که ذهن تو را در چنگ دارند با نام عیسی مغلوب کن که سلاحی بهتر از این نخواهی یافت».

در اینجا می‌بینید که اثر حقیقی و صفا بخش دعای لفظی مکرر یا دائمی درست نقطه مقابل تصویری انسانهایی است که نه در این راه کوششی به خرج داده‌اند و نه چیزی از آن فهمیده‌اند. اما درباره آیه‌های از کتاب مقدس که شما به عنوان دلیل ایرادهای خود از آنها یاد می‌کنید چنانچه آنها را مورد بررسی واقعی قرار دهیم به خودی خود واضح و روشن می‌شوند.

عیسی مسیح پرستش ریاکارانه و لفظی خدا را که خودنمایی یا عدم صداقت کسانی بود که فریاد می‌زدند «خداوندا، خداوندا»، افشاء می‌کرد زیرا ایمان فریسیان مغرور فقط بر زبان نشان بود ولی وجدانشان این را به هیچ وجه قبول نمی‌کرد و آنها در دل خود معترف به ایمان نبودند. این سخنان خطاب به آنان بود و ربطی به ذکر دعا که مسیح درباره آن تعلیماتی روشن، صریح و دقیق داده است ندارد. «انسان باید همواره دعا کند و ضعف را به خود راه ندهد». همچنین وقتی پولس رسول می‌گوید که ترجیح می‌دهد پنج کلمه را از روی عقل بر زبان براند تا این که سخنان زیادی بدون تفکر یا به زبان ناشناس بگوید به طور کلی از تعلیم سخن می‌گوید و نه درباره دعا. او درباره دعا قاطعانه چنین می‌گوید: **آرزوی این دارم که مردان در هر جا دعا کنند** (اول تیموتاوس ۲: ۸) و این دستور اساسی که همیشه دعا کنید (اول تسالونیکیان ۵: ۱۲) نیز از اوست. اکنون می‌بینید که دعای مکرر با همه سادگیش چقدر بارور است و درک دقیق کتاب مقدس تا چه حد به تعمق فکری نیازمند است.

زائر: همه این صحبتها کاملاً صحیح است پدر روحانی. اشخاص را دیده‌ام که در کمال سادگی بدون بهره‌ای از تحصیلات و بی‌آن که حتی معنای وقت را بدانند دعای عیسی را به زبان و بدون توقف ذکر می‌کنند. بعضیها را دیده‌ام که به جایی رسیده‌اند که لبهایشان و زبانشان دیگر نمی‌توانند از ذکر دعا باز ایستند. دعا برای آنها شادی و نور به همراه آورده و آنها را از اشخاص سهل‌انگار و ضعیف به انسانهایی زاهد و نمونه مبدل نموده است.

۵- به هر طریقی که مایلی دعا کن اما همیشه دعا کن و نگذار چیزی تو را از آن منحرف سازد. خوشحال و آرام باش. دعا همه چیز را ترتیب داده تو را تعلیم خواهد داد. سخنان قدیس یوحنا کریزوستوم و مرقس زاهد را درباره قدرت دعا به خاطر بیاور. اولی اعلام می کند که دعا حتی اگر توسط گناهکارانی همچون ما تقدیم شود به هر جهت فوراً ما را پاک می سازد. دومی می گوید: «دعا کردن به نحوی از انحاء در اختیار و توانایی ماست اما با پاکی دعا کردن، عطیه فیض است». بنابراین هرچه که در توانت هست به خدا تقدیم کن، اول کمیت را که در توان توست به او ده و خدا ضعف تو را تقویت خواهد کرد. دعای مداوم که ممکن است حتی با دلسردی و با حواس پرتی باشد کم کم حالت عادت به خود گرفته و به صورت سرشت ثانی انسان درمی آید تا بعد به دعایی پاکیزه و درخشان، دعایی عالی و سوزان مبدل گردد.

۶- سرانجام توجه کنید که اگر مدت دعا به طول انجامد دیگر وقتی برای اعمال بد و حتی برای تفکر درباره آنها باقی نخواهد ماند. اکنون می بینی چه افکار عمیقی در این سخنان حکیمانه نهفته است که می گوید: «محبت کن و آنچه می خواهی انجام ده» و «دعا کن و آنچه می خواهی انجام ده». چه دلداری و تسلیبی برای شخص گناهکاری که به سبب ضعف و سستی خود از پای درآمده و در زیر بار هوای نفسانی لجام گسیخته خود می نالد!

دعا. تنها دعا ست که به عنوان وسیله نجات جامع به ما عطا شده تا روح را در جهت تکامل پرورش دهد. اما هرگاه سخن از دعا به میان می آید یک شرط هم افزوده می گردد. کلام خدا می فرماید: پیوسته دعا کنید. در نتیجه بزرگترین اثرات دعا و تمام ثمرات آن موقعی ظاهر می گردد که دعا مکرر و مداوم باشد. زیرا تواتر دعا بدون تردید به اراده خود ما بستگی دارد همان طوری که پاکی، جدیت و کمال آن از عطایای فیض هستند.

پس ما حتی الامکان به فواصل کوتاه تر دعا خواهیم کرد و تمامی عمر خویش

۲- دعا کن و آنچه می خواهی انجام ده. اعمال تو خوشنودی خدا را فراهم آورده مفید و نجات بخش خواهند بود. دعای زیاد درباره هر موضوعی هرگز بدون ثمر باقی نمی ماند چون قدرت رحمت در آن نهفته است. زیرا هر که نام خداوند را بخواند نجات یابد (اعمال ۲: ۲۱). فی المثل: مردی که در دعایش زیاد موفق نبود و بدون جدیت و حرارت دعا می کرد در اثر این دعا قوه بصیرت و میل به توبه یافت. دختر جوانی که به لذایذ دنیوی دل بسته بود در موقع بازگشت به خانه دعا کرد و این دعا راه زندگی پاک دوشیزگی و اطاعت از تعلیمات مسیح را به وی نشان داد.

۳- دعا کن و زیاد به خود زحمت نده که هوای نفسانی را با نیروی خویشتن بر طرف کنی. دعا خود آنها را در درون تو از بین خواهد برد. کتاب مقدس چنین می فرماید: زیرا او که در شماسست بزرگتر است از آن که در جهان است (اول یو حنا ۴: ۴). قدیس یوحنا کارپاتوس تعلیم می دهد که اگر استعداد غلبه بر خود را نداری نباید از این امر اندوهگین شوی بلکه بدانی که خدا از تو می خواهد در راه دعا کوشا باشی و دعا تو را نجات خواهد داد. یک مورد بسیار آموزنده، داستان استارتسی است که در کتاب «زندگی پدران روحانی» به تحریر در آمده. وی به هنگام افتادن به دام گناه خود را تسلیم یأس نکرد بلکه به دعا متوسل شد و در نتیجه تعادل روحی خود را باز یافت.

۴- دعا کن و از چیزی نترس. حتی از بدبختی و مصائب ترس به خود راه نده، زیرا دعا تو را حفظ نموده و آنها را دور خواهد کرد. پطرس رسول را به خاطر بیاور که چون ایمانش ضعیف بود کم کم داشت از بین می رفت، همچنین پولس رسول را که در زندان دعا می کرد یا راهبی را که با دعا از هجوم وسوسه رهایی یافت، دختر جوانی را که به لطف دعا از مقاصد نامشروع یک سرباز نجات یافت و نیز موارد مشابهی که قدرت و توانایی و جامعیت دعای نام عیسی را مجسم می نمایند.

می‌کند: این گونه داروها به ذائقه عاجزش تلخ و برای سرشت عمیقاً آشفته‌اش، ضعیف می‌باشند. زیرا آیا حتی یک نفر مسیحی یافت می‌شود که نداند که باید زیاد دعا کند و در دعا کردن کوشا باشد و یا نداند که این وظیفه از سوی خدا تعیین شده و این که تنبلی در دعا به ما زیان می‌رساند یا این که تمام قدیسان همواره با حدت و پشتکار دعا کرده‌اند؟ اما مواردی که این آگاهی در آنها میوه‌ای به بار آورده باشد بسیار نادر است. هر انسانی که به خود بنگرد به خوبی متوجه می‌شود که این توصیه‌ها را کمتر عملی می‌سازد و علی‌رغم یادآوریهای اطرافش همواره زندگی سرشار از شرّ و تنبلی را دنبال می‌کند. از این رو است که پدران مقدس از روی تجربیاتی که داشته‌اند با حکمت و خرد آسمانی خود در حالی که به ضعف اراده و بستگی شدید دل انسانی به لذایذ دنیوی واقف می‌باشند تدابیر خاصی را اتخاذ می‌کنند. آنها لبه‌جام‌را به غسل آغشته و تلخی آزمایش را به شیرین‌کامی تبدیل می‌نمایند. آنها نشان می‌دهند که مؤثرترین و سهلترین وسیله برای رهایی از تنبلی و بی‌تفاوتی نسبت به دعا این است که انسان به کمک خدا، شیرینی و شگرفی محبت الهی را که جواب آن در دعا نهفته است کشف نماید.

آنها به شما توصیه می‌کنند تا ممکن است در حالات روحی خود تعمق نموده و با دقت تمام نوشته‌های پدران مقدس را در این باره مطالعه کنید. آنها این اطمینان شوق‌انگیز را می‌دهند که می‌توان به کمک دعا به سرعت و سهولت به این احساسات لذت بخش باطنی دست یافت و اینکه تا چه حد مطلوب هستند. شادمانی قلبی، شور وصف ناپذیر، سبکدلی، صلح و صفای عمیق و خود جوهر سعادت، همه اینها از دعای قلبی حاصل می‌شوند. با غوطه‌ور شدن در اندیشه‌هایی از این قبیل دل ضعیف و سرد مشتعل گشته تقویت می‌شود، اشتیاق به دعا مشوق آن می‌گردد به طوری که میل به دعا کردن بر آن غالب می‌شود. قدیس اسحق سیرانی چنین می‌گوید: «شادی جذبه دل است، شادی‌ای که از

را وقف دعا خواهیم نمود حتی اگر در ابتدا ناگزیر در معرض حواس پرتیهای قرار گیریم. دعای زیاد توجه و دقت را به ما خواهد آموخت. کمیت هم مطمئناً به کیفیت بدل خواهد شد. یک نویسنده مجرب روحانی در این باره چنین می‌گوید: «اگر می‌خواهید بهترین راه انجام یک کار را بیاموزید، باید آن را به فواصل هرچه نزدیکتر تکرار نمایید».

استاد: در واقع دعا مسئله بزرگی است و تکرار مشتاقانه آن کلیدی است که در گنجینه فیض را می‌گشاید. اما من بارها ما بین اشتیاق و تنبلی، با خود در کشمکش می‌افتم! چقدر خوشحال می‌شدم اگر راه پیروزی را می‌یافتم و خود را مقید ساخته برای بجای آوردن دائمی دعا بیدار می‌شدم!

راهب: بسیاری از نویسندگان معنوی راههای زیادی را که مبتنی بر دلایل محکم می‌باشد برای برانگیختن سعی و کوشش جهت دعا پیشنهاد می‌کنند فی‌المثل:

۱- توصیه می‌کنند که برای نجات روح، ذهن خود را از افکار مربوط به ضرورت و تعالی و مؤثر بودن دعا اشباع سازید.

۲- خود را کاملاً متقاعد کنید که خدا مطلقاً از ما می‌خواهد که دعا کنیم و کلام او در همه جا این را حکم می‌کند.

۳- همیشه به یاد داشته باشید که چنانچه در دعا کردن تنبلی یا سهل‌انگاری را به خود راه دهید، نه در کارهای خیریه و نه در رسیدن به صلح و سلامتی و نجات پیشرفتی نخواهید کرد و در نتیجه به طور اجتناب ناپذیر دچار عذاب این دنیا و آخرت خواهید شد.

۴- با سرمشق گرفتن از مقدسینی که همه از راه دعای دائمی به قدوسیت و نجات دست یافته‌اند عزم خود را جزم کنید.

هرچند تمام این روشها دارای ارزش بوده و از عقل سلیم حاصل می‌شوند با این وجود دلی که مشتاق لذایذ دنیوی باشد و تن به بی‌قیدی بسپارد حتی اگر این روشها را قبول نماید و آنها را به کار برد اهمیت آن را به دلیل زیر به ندرت درک

را رد نمی‌کنند. زیرا هرچند که آرزوی دریافت پاداش جزو کمالات نمی‌باشد خدا هرگز آرزوی شادی و تسلاهی خاطر را بر انسان قدغن نکرده است بلکه خود او اندیشه پاداش را برای برانگیختن انسانها به انجام فرامین و رسیدن به تکامل به کار می‌برد. پدر و مادر خود را حرمت دار... (تثنیه ۵: ۱۶). این یک فرمان است و می‌بینید که پاداش این اطاعت در پی آن می‌آید چون می‌گوید: ... تا تو را نیکویی باشد (تثنیه ۵: ۱۶). اگر بخواهی کامل شوی رفته مایملک خود را بفروش و آمده مرا متابعت کن (متی ۱۹: ۲۱). این است آنچه اقتضای کمال است و پاداش هم بلافاصله به عنوان انگیزه رسیدن به کمال می‌آید چون می‌گوید: که در آسمان گنجی خواهی داشت (متی ۱۹: ۲۱). خوشا به حال شما وقتی که مردم به خاطر پسر انسان از شما نفرت گیرند و شما را از خود جدا سازند و دشنام دهند و نام شما را مثل شیریر بیرون کنند (لوقا ۶: ۲۲). اینها هستند مقتضیات تکامل روحی که قوت فوق‌العاده روحی و صبر و تحمل تزلزل ناپذیر لازمه آن است. به همین دلیل پاداش و تسلی خاطر بسیار مهم بوده و سزاوار برانگیختن و حفظ این قوت روحی می‌باشد: اجر شما در آسمان عظیم است (لوقا ۶: ۲۳). بنابراین به عقیده من یک نوع آرزوی کمال در دعای قلبی ضرورت دارد و شاید وسیله‌ای باشد که انسان را یکجا به کوشش و ثمره آن برساند. به این ترتیب تعلیمات عملی که هم‌اکنون از پدر روحانی درباره آنها شنیده‌ایم بدون هیچ‌گونه تردیدی تأیید می‌گردند.

راهب: یکی از دانشمندان واقعی علوم الهی - مقصودم ماکر مصری است - به طرز بسیار صریحی در این باب نوشته است: «موقعی که شما درخت مور را می‌کارید تمام فکر و زحمت خود را صرف این هدف می‌نمایید که محصول خوب برداشت کنید که اگر به این مرحله نرسد تمام زحمات شما بیهوده خواهد بود. در دعا نیز همین‌طور است: اگر در پی ثمره معنوی یعنی محبت، صلح و صفا، شادی و غیره نیستید زحمت شما بیهوده است. به همین دلیل ما می‌بایستی تکالیف معنوی

شکفتن گل امید در دل زاده می‌شود و تعمق درباره این امیدواری صفای دل را به وجود می‌آورد». همین نویسنده در جای دیگری می‌گوید: «در این فعالیت از اول تا به آخر باید از قبل تصور نوعی روش و نیز امید به انجام آن فراهم شود. این امر دل را راغب می‌سازد تا برای تکلیفی که در پیش دارد شالوده‌ای بریزد و دل در عین حال از نظاره هدفی که در راه آن می‌کوشد تسلی خاطر می‌یابد». همچنین قدیس «ازنیک»، پس از شرح این که تنبلی مانعی بر سر راه دعا و رد بعضی نظریات غلط درباره طریق احیا جدیت در دعاست، برای حسن ختام صریحاً چنین می‌گوید: «اگر ما به هیچ دلیلی حاضر نیستیم طالب سکوت درونی باشیم، پس بگذاریم سکوت به خاطر لذتی باشد که دل از آن احساس می‌کند و به خاطر نشاطی که آن سکوت به همراه می‌آورد».

پس می‌بینیم که این پدر مقدس احساس شادی را به عنوان تشویق برای دعای مداوم معرفی می‌کند. «ماکر کبیر» نیز تعلیم می‌دهد که هدف کوششهای روحی ما (یا دعا) باید به دست آوردن ثمره آن یعنی خوشی قلبی باشد. نمونه‌های بسیار روشن از این روش را که لذات دعا را به تفصیل شرح می‌دهند می‌توان در بسیاری از متون کتاب فیلوکالی یافت. کسی که درگیر تنبلی یا دل‌سردی است باید آن متون را تا حد ممکن زیاد بخواند ضمن این که خود را سزاوار شادی ندانسته و همواره خود را برای سهل‌انگاری در دعا ملامت نماید.

پیر: آیا چنین تعمقی انسان بی‌تجربه را به سوی حرص معنوی هدایت نخواهد کرد؟ حرص معنوی عنوانی است که دانشمندان الهیات بر یک نوع گرایش روحی نهاده‌اند که تشنه تسلاهی خاطر بیش از حد و شیرین کامیهای بسیار می‌باشد و انجام کارهای سخت مذهبی را به عنوان فریضه و بدون پاداش نمی‌پذیرد.

استاد: به نظر من دانشمندان علوم الهی در این مورد درباره افراط در لذتهای روحی و طمع آن هشدار می‌دهند ولی به هیچ وجه شادی و تسلاهی ناشی از فضیلت

نفس هر دیانتی همان دعای نهانی می باشد که به صورت یک نوع فعالیت روحی و نیز مسلماً به صورت نوعی نذر ظاهر می شود هر چند که شکل آن به علت ظلمتی که ملل مشرک را در بر گرفته است کم و بیش ناقص می باشد. هر قدر این امر در نظر منطوق عجیب تر بنماید، همانقدر کشف انگیزه پنهانی آن چیز شگفتی که به شکل گرایش طبیعی انسان به دعا بیان می گردد، برای ما اهمیت بیشتری پیدا می کند. یافتن جواب روانشناختی برای این امر مشکل نیست. ریشه و قدرت تمام هیجانان و تمام هوسها و اعمال انسانی در اشتیاق فطری وی به هستی نهفته است. غریزه فطری بقا که ریشه عمیقی دارد و همگانی می باشد مؤید این امر است. تمام امیال انسانی، تمام اقدامات، تمام اعمال وی، هدفی جز ارضای اشتیاق به هستی یعنی جستجوی کمال توسط انسان نمی باشد. میل به ارضای این احتیاج انسان عادی را در طول تمام زندگیش همراهی می کند. اما روح انسانی به چیزهایی که حواس وی را ارضا می کند قانع نمی شود و اشتیاق فطری وی به هستی هرگز متوقف نمی گردد. پس امیال همواره گسترش بیشتری می یابند و تلاش برای دست یابی به کمال شدت می گیرد، به طوری که قوه تخیل را برانگیخته و احساسات را به سوی هدف دیگری سوق می دهد. سیل این احساس و این میل درونی همان طور که گسترش می یابد برانگیزنده طبیعی دعا می گردد که اینها اقتضای ویژه همان اشتیاق به هستی است تا زمانی که اشتیاق تا بی نهایت افزایش می یابد. هر قدر انسان عادی در رسیدن به سعادت، کمتر موفق باشد در تعقیب آن بیشتر می کوشد و هر چه اشتیاق وی بیشتر شدت گیرد طریق رهایی از آن را بیشتر در دعا می یابد. او در طلب مراد خود به همان علت مجهول تمامی هستی متوسل می شود. بدین ترتیب این اشتیاق فطری به هستی که عامل اصلی زندگی است حتی نزد انسان عادی محرک دعا می باشد؛ خالق که درباره همه چیز بی نهایت داناست قابلیت اشتیاق به هستی را به فطرت انسانی بخشیده است که دقیقاً - طبق سخنان پدران مقدس - «طلب» بوده و انسان

یعنی دعای خود را به هدف و به امید برداشت میوه های آن یعنی قوت و شادی دل انجام دهیم». ببینید، پدر مقدس چه واضح به سؤال شما درباره ضرورت شادی در دعا جواب می دهد! اکنون نظری را که مدتی پیش در نوشته های یکی از نویسندگان روحانی خوانده ام به خاطر می آورم که تقریباً چنین گفته است: «این که دعا جز طبیعت انسان می باشد علت اصلی تمایل وی به دعاست». مطالعه در این خصلت طبیعی نیز می تواند، به نظر من، وسیله ای قوی برای برانگیختن کوشش در راه دعا و نیز وسیله ای که جناب استاد با چنین جدیتی در جستجوی آن است باشد.

اجازه دهید نکاتی را که در این کتابچه توجه شما را به آنها جلب نموده ام در چند کلمه خلاصه کنم. فی المثل نویسنده می گوید که عقل و طبیعت، انسان را به سوی شناخت خدا هدایت می کنند. اولی یعنی عقل این قضیه بدیهی را به اثبات می رساند که عمل بدون علت نمی تواند وجود داشته باشد و با پیمودراتب امور معقول از پست ترین تا والاترین درجات آن به علت العل یعنی خدا می رسد. و دومی یعنی طبیعت دم به دم معجزات، حکمت، هماهنگی و نظام را ظاهر می سازد و بدین ترتیب تکیه گاه نردبانی می شود که انسان را از مراتب متناهی به سوی لایتناهی هدایت می نماید، به ترتیبی که انسان عادی، طبیعتاً به شناخت خدا دست می یابد. به همین دلیل هیچ ملتی یا طایفه بدوی ای که از شناخت خدا محروم باشد در دنیا وجود ندارد و وجود هم نداشته است. توسط این شناخت، بدوی ترین ساکن جزیره دورافتاده ای بدون هیچ گونه محرک خارجی، توجه خود را به طور غیر ارادی به سوی آسمانها معطوف می دارد، به زانو در می آید و آهی بلند که نمی داند سر منشأ آن چیست بر می کشد و به وضوح در خود احساس می کند که چیزی وجود دارد که او را به بالا می کشد و به سوی عالم ناشناخته ای سوق می دهد و این اساس تمام ادیان طبیعی است.

آنچه در این رابطه شایان توجه می باشد این است که در سراسر جهان ذات و

داستان هفتم

زائر: دوست پارسایم جناب استاد و من چون می‌خواستیم هر چه زودتر سفرمان را آغاز کنیم تصمیم گرفتیم قبل از عزیمت دیداری کوتاه برای وداع از شما داشته باشیم و در ضمن درخواست کنیم که برای ما دعا کنید.

استاد: آری، ملاقات با شما و نیز سخنان معنوی‌ای که در حضور دوستانتان نزد شما از آن مستفیض گشتیم برای ما توفیق بزرگی بود. یاد آنها را به عنوان وثیقه دوستی و محبت مسیحی در سرزمین دور دستی که به سوبیش می‌شتابیم در قلبمان حفظ خواهیم کرد.

استارتس: از این که به فکر من بودید از شما تشکر می‌کنم. آمدن شما هم درست به موقع بود چون دو نفر مسافر نزد من هستند، یکی راهبی است اهل مولداوی و دیگری زاهدی است که مدت بیست و پنج سال در انزوای کامل در میان جنگل زیسته است. آنها مایلند شما را ببینند. هم‌اکنون می‌روم آنها را صدا بزنم.

زائر: آه! زندگی در انزوا چه برکتی است! چقدر برای برقراری اتحاد دائم بین دل و خدا مناسب است. جنگل ساکت به مثابه باغ عدن است که گویی در آن درخت زندگی در قلب شخص زاهدنمو می‌کند. اگر امکانش را داشتم فکر نمی‌کنم چیزی مانع از آن می‌شد که به زندگی در انزوا بپردازم.

استاد: از دور همه چیز به نظر ما خوشایند است. اما به تجربه یاد می‌گیریم که هر موقعیتی با وجود مزایای عیوب خاص خود را هم دارد. شکی نیست برای کسی که سودایی مزاج و متمایل به سکوت باشد زندگی در انزوا تسکینی است اما در این راه چه خطراتی نهفته است! در شرح حال زندگی زاهدان نمونه‌های فراوانی

گناهکار را تا حد تماس با چیزهای آسمانی بالا خواهد برد. ای کاش انسان این استعداد را به پستی نمی‌کشاند! کاش آن را بر طبق دعوت و با سرشت روحی خویش در اعلا درجه حفظ می‌کرد! آنگاه وسیله‌ای مؤثر برای هدایت خود در راه کمال معنوی در دست می‌داشت. اما افسوس! او غالباً این قابلیت شریف را آلت طبیعت حیوانی خود قرار داده به امیال خودخواهانه مبدل می‌کند.

استارتس: ای مهمانان گرامی، از صمیم قلب از شما تشکر می‌کنم! صحبت‌های نجات بخش شما تسلی بزرگ خاطر مرا فراهم ساخت و به من بی‌تجربه مطالب مفید بسیاری آموخت. خدا به عوض محبتتان فیض خود را به شما عطا فرماید!



به حدی از آن ترس دارند که به خود جرأت نمی دهند در راه فعالیت روحی گامی از پیش بر دارند. به علاوه این گونه اشخاص خود در معرض وسوسه قرار می گیرند. سخنان حکیمانه فیلولته سینایی^۱ در این باب چنین است: «بسیاری از راهبان اوهام ذهنی خویش را درک نمی کنند و بنابراین متحمل سلطه شیاطین می شوند بدین معنی که آنها با سعی و کوشش تمام وجود خود را صرفاً وقف یک نوع فعالیت می کنند و آن کارهای نیک ظاهری است. آنها درباره فعالیت معنوی یعنی تعمق درونی هیچ نگرانی به خود راه نمی دهند چون در مورد آنها تعلیم ندیده اند و نادان هستند». قدیس گرگوار سینایی نیز چنین می گوید: «آنها حتی اگر از دیگران بشنوند که فیض آنها را از درون دگرگون می سازد این امر را به دلیل حسد چیزی جز وهم نمی دانند».

استاد: اجازه بدهید سؤالی از شما بکنم. هر که به خویشتن توجه دارد مسلماً از گناهان خود نیز آگاه است. اما در صورت دسترسی نداشتن به مربی روحانی ای که از روی تجربیات خود قابلیت راهنمایی ما را برای یافتن راههای زندگی باطنی داشته باشد که هرگاه راز درون خود را به او بازگو کنیم شناخت دقیق و شایسته ایمان را در مورد زندگی معنوی به ما انتقال دهد چگونه باید عمل کنیم؟ در این مورد بهتر این است که انسان در تعمق فرو نرود تا این که آن را به اهتمام خود و بدون راهنما بیازماید. به علاوه از نظر من درک این که چگونه می شود انسان در حضور خدا قرار گیرد و هیچ تصور خیالی به مغز خود راه ندهد آسان نمی باشد. این امر طبیعی نیست زیرا روح یا ذهن ما چیزی را که بی شکل بوده و در خلأ مطلق قرار گرفته باشد نمی تواند مجسم کند و واقعاً چرا وقتی که دل ما در خدا غوطه ور می شود ما نمی باید عیسی مسیح یا تثلیث مقدس و مانند آنها را مجسم کنیم؟

هست که نشان می دهد بسیاری از منزویان و زاهدان که خود را کاملاً از اجتماع جدا کرده بودند قربانی اوهام و گمراهی های جدی شده اند.

زاهد: من از این موضوع در تعجبم که در کشور روسیه چه در صومعه ها و چه در میان غیر روحانیون خدا ترس غالباً گفته می شود که بسیاری از آنهایی که تمایل به زندگی منزوی دارند یا مشتاقند به دعای درونی بپردازند به علت ترس از گمراهی و فریب از این میل خود دست می کشند. در صورت پافشاری در این امر انسان از زندگی باطنی عجولانه روگردان می شود و دیگران را نیز از آن منحرف می سازد. به نظر من این کار دو علت دارد: یکی مشکل درک تکلیف محوله و نبودن نور معنوی در ما و دوم بی تفاوتی خود ما در عملی ساختن تعمق و ترس آمیخته به حسادت از این که مبادا عده دیگری که ما آنها را در سطحی پست تر می بینیم، در این شناخت اعلی از ما جلو بیافتند. جای تأسف است آنهایی که دارای این عقیده راسخ هستند به تعلیمات پدران مقدس در این موضوع توجهی ندارند. پدران مقدس در واقع مصراً چنین تعلیم می دهند که انسان در موقع طلبیدن یاری از خدا باید نه ترس به خود راه دهد و نه تردید. اگر عده ای حقیقتاً قربانی اوهام شدند دلیل آن یا وجود غرور یا نبودن مربی روحانی و یا قبول جوانب ظاهری و خیالی به جای حقیقت بوده است. پدران مقدس بر این امر تصریح دارند که این گونه دوران آزمایش باید به تجربه آگاهانه تر و افتخار و پیروزی منتهی شود چرا که هرگاه خدا این تجربه را لازم دانست خود به سرعت به کمک می آید. جرأت داشته باشید. عیسی مسیح می گوید: من با شما هشتم از هیچ نترسید (متی ۱۴: ۲۷).

از این رو ترس و نگرانی به خاطر دعای باطنی به این عذر که ممکن است در معرض اوهام قرار گیریم بیهوده می باشد زیرا آگاهی پرتواضع از خطایای خود و داشتن خلوص دل نسبت به مربی روحانی و نبودن تصاویر خیالی در موقع دعا، همه اینها ابزار دفاع محکم و مطمئنی در مقابل اوهام هستند، اوهامی که عده ای

خود راه ندهیم و از هر نوع رویا روگردان باشیم. چنین راهی البته، توسط پدران مقدس مجرب به دلیل زیر تصویب می‌شود: قدرت تخیل به آسانی می‌تواند به تصورات ذهنی جسم بخشد و به عبارتی به آنها جان دهد به طوری که اشخاص بی تجربه ممکن است به آسانی مجذوب این تخیلات شده و آنها را رویاهای ناشی از فیض پندارند و به این ترتیب علی‌رغم اخطارهای کتاب مقدس که می‌گوید خود شیطان هم قادر است شکل فرشته نورانی را به خود بگیرد، در خیالات واهی فرو روند.

این امر که روح انسان می‌تواند به آسانی و به طور طبیعی در حالتی که عاری از اشکال و تصورات است قرار گرفته و ضمن به خاطر داشتن حضور خدا در این حالت بماند، کاملاً امکان پذیر می‌باشد زیرا قوه تخیل قادر است در این خلأ چیزی را به طور محسوس مجسم نموده و این تصویر را قوام بخشد، مثل تصور روح، هوا، گرما و سرما. هنگامی که سردتان است در ذهن خود می‌توانید به طرز زنده‌ای حرارت را مجسم کنید هر چند که حرارت نه خطوط محاطی دارد و نه می‌توان آن را رویت نمود و نه می‌توان آن را توسط حس فیزیکی اندازه‌گیری کرد. به همین ترتیب حضور معنوی و غیرقابل درک خدا را می‌توان به وسیله روح شناخت و هویت آن را توسط دلی که مطلقاً از اشکال و صور خالی است تشخیص داد.

زائر: در طی سفرهای خود به اشخاص پرهیزکاری که به دنبال نجات بودند برخورد کرده‌ام، آنها از زندگی درونی ترس داشتند و آن را به عنوان خیالی واهی تلقی می‌کردند. برای بسیاری از آنها از کتاب **فیلوکالی** تعلیمات قدیس گرگوار سینیایی را خواندم که مفید واقع شد. او می‌گوید که: «عمل قلب (برعکس روح) نمی‌تواند خیال واهی باشد چون اگر شیطان بخواهد حرارت قلب را به آتش لجام گسیخته خود تبدیل سازد و شادیهای قلب را به لذایذ اندوهبار جسمانی

زاهد: نصایح یک مربی روحانی یا یک استارتس که در امور معنوی مجرب است، کسی که انسان می‌تواند هر روز راز دل خود را بدون کتمان و با اعتماد کامل و به طور ثمربخش به وی بگوید و افکار خود و تمام چیزهایی را که در طی آموزش درونی و پس از قدم برداشتن در راه خاموشی و سکوت با آن مواجه شده است با وی در میان بگذارد، شرط اول عملی ساختن دعای قلبی می‌باشد. با این حال در مواردی که یافتن مربی غیرممکن می‌باشد، قدیسینی که راه مذکور را تجویز می‌کنند استثنایی هم برای آن قایل می‌شوند.

نیسفور راهب^۲ در این باره دستورات بسیار دقیقی می‌دهد و می‌گوید: «در طی فعالیت درون قلبی، وجود پدر روحانی موثق و خبره ضروری است. اگر چنین شخصی را نمی‌شناسید بکوشید تا بیابید. اما اگر نتوانستید چنین کسی را پیدا کنید در حالی که با توبه از خدا تمنای یاری می‌کنید دستورات و نصایح را از تعلیمات پدران مقدس برداشت کرده و آنها را در مقایسه با کلام خدا که کتاب مقدس مبین آن است بررسی کنید». همچنین باید این واقعیت را نیز در نظر داشت که هر جوینده‌ای که دارای حسن نیت بوده و جدیت به خرج دهد می‌تواند از مردم عادی هم اطلاعاتی مفید کسب کند. زیرا پدران مقدس به ما اطمینان می‌دهند که اگر انسان با کمال ایمان و از روی نیت صحیح حتی از یک نفر صحرانشین سؤالی کند احتمالاً در جواب سخن مفیدی خواهد شنید. اما اگر برعکس از پیامبری سؤالی بکنید که نه از روی ایمان و نه از روی نیت درست باشد حتی وی نخواهد توانست جواب قانع‌کننده‌ای به شما بدهد. مثالی از این امر در داستان ماکر کبیر مصری می‌یابیم که روزی دهقان ساده‌ای با دادن فقط یک توضیح به او به پریشانی وی خاتمه بخشید.

اما در خصوص نداشتن تصاویر ذهنی یعنی این که از قوه تخیل خود استفاده نکنیم و در حالت تعمق هیچ تصویری را اعم از نور، فرشته، مسیح یا قدیسین به

بسیاری از نویسندگان روحانی درباره کشمکش درونی با دشمنان نجات که هوی و هوسهای ما هستند صریحاً چنین اظهار نظر می کنند: اگر هزار بار زخمی شده باشید باز هم نباید به هیچ عنوان فعالیت حیات بخش یعنی ذکر نام مقدس مسیح را که در قلب حضور دارد، قطع کنید. گناهان ما نه تنها نمی باید ما را از حرکت در حضور خدا و انجام دعای باطنی روگردان سازد (چون آنگاه در ما چیزی جز اضطراب و یأس و حزن باقی نمی ماند) بلکه برعکس می باید ما را به بازگشت به سوی خدا سوق دهند. طفلی که شروع به راه رفتن می کند توسط مادر خود هدایت می شود و هرگاه قدمی به خطا گذاشت فوراً به طرف مادر برگشته و او را محکم می چسبید.

زاهد: من شخصاً فکر می کنم حواس پرتی و ناتوانی در حفظ سکوت باطنی به سهولت حالت دلسردی و یأس و نیز افکار ناراحت کننده و تردید را پدید می آورند. پدران مقدس در حکمت الهی خود بر یأس و دلسردی پیروز گشته و روشنایی و قدرت را از راه امید تزلزل ناپذیر به خدا و نیز از طریق سکوت همراه با آرامش و انزوا دریافت داشته اند و این نصیحت حکیمانه و گرانبها را به ما داده اند: «در سکوت در حجره خود بنشین و حجره همه چیز را به تو خواهد آموخت».

استاد: با اطمینانی که نسبت به شما دارم خوشحالم انتقاد شما را در مورد افکار من راجع به سکوتی که مورد تمجید شماست و از نعمت زندگی منزوی که بسیار مورد تقدیر زاهدان است، بشنوم. اما آنچه فکر مرا به خود مشغول می سازد این است که چون تمام انسانها برحسب قانون طبیعت که از سوی خالق عطا شده نسبت به یکدیگر وابسته می باشند و بنابراین باید یکدیگر را در زندگی یاری دهند، برای یکدیگر کار کنند و خدمات متقابل انجام دهند. این حسن معاشرت به آسایش بنی آدم کمک نموده و محبت به هموع را ظاهر می سازد. اما آن زاهد

تغییردهد، آنگاه زمان، تجربه و خود احساسات حتی برای کسانی که تعالیم کافی ندیده اند از مکر و نیرنگ و حيله بازی وی پرده برخواهد داشت». باز فرصتی دست داد تا به اشخاص دیگری برخوردیم که بدبختانه پس از شناختن راههای خاموشی و سکوت و دعای قلبی به مانعی برخوردند یا دچار ضعف و گناه شدند و در نتیجه تسلیم دلسردی و یأس شده از فعالیت درون قلبی که قبلاً شناخته بودند دوری جستند.

استاد: بله این امر بسیار طبیعی است. من خودم گاهی در بعضی موارد، مواقعی که تعادل باطنی خود را از دست داده یا مرتکب اشتباهی می شدم دچار چنین حالتی می گشتم. چون از آنجا که دعای باطنی مقدس و پیوند با خداست، آیا وارد کردن چنین چیز مقدسی به دلی آلوده به گناه بدون این که آن را از پیش با توبه و پشیمانی پاک و تزکیه گردانیم و به طرز شایسته ای آماده بازگشت به خدا سازیم، به منزله بی حرمتی و گستاخی که باید از آنها اجتناب کرد نخواهد بود؟ بهتر است در مقابل خدا سکوت اختیار کنیم تا این که با بی قیدی کلماتی را که از قلبی تیره و مشوش برمی خیزد تقدیم وی نماییم.

راهب: حیف است این چنین فکر کنید زیرا این نوع دلسردی بدترین گناهان و عمده ترین اسلحه دنیای ظلمت علیه ما می باشد. تعلیم پدران مجرب در این باره کاملاً متفاوت است. نیستاس استتاتوس^۳ می گوید که حتی اگر شما از پای درآمده و در ژرفنای شیطانی شرفرو رفته باشید باز هم نباید ناامید شوید بلکه باید هرچه زودتر به سوی خدا بازگردید که او قلب شما را به سرعت از ورطه گناه خارج ساخته و نیرویی را که تا آن زمان نداشته اید به شما عطا خواهد کرد. بعد از هر سقوط و جراحتی که گناه بر قلب وارد می سازد باید قلب را به فوریت به پیشگاه خدا آورد تا آن را شفا داده مصفا گرداند درست مانند اشیای آلوده ای که اگر مدتی در معرض اشعه آفتاب قرار گیرند سموم خود را از دست می دهند.

۳ - Nicetas Stethatos ر.ک. جلد اول یک زائر روس ص ۱۶۱

۲- اثر گرانها و سلامت بخش فرد ساکت و خاموش بر هموعان خود نه تنها به وسیله انتقال نظرات وی درباره زندگی باطنی ظاهر می شود، بلکه زندگی نمونه و درخشان وی نیز می تواند اشخاص ناآگاه از مذهب را برای شناخت خویشتن بیدار کرده در آنها احساس ستایش برانگیزد. شخصی که در اجتماع زندگی می کند هرگاه درباره فردی منزوی و زاهد سخنی بشنود یا از مقابل خانه انزوای وی عبور کند احساس کشش به سوی زندگی معنوی نموده به خاطر می آورد که انسان روی این زمین چگونه می تواند باشد و این امکان وجود دارد که او به حالت تعمق اولیه که در آن حالت از دست خالق بیرون آمده بود بازگردد. کسی که سکوت و خاموشی را اختیار کرده است به وسیله سکوتش دیگران را تعلیم می دهد و با زندگیش نکویی می کند، تهذیب می نماید و به جستجوی خدا هدایت می کند.

قدیس اسحق سریانی اهمیت سکوت را این چنین تمجید می کند: «اگر ما در یک طرف ترازو اعمال این جهان و در طرف دیگر سکوت را قرار دهیم سکوت تعادل را به نفع خود به هم می زند. آنهایی را که در دنیا معجزات و کارهای خارق العاده انجام می دهند با آنهایی که در عین هوشیاری سکوت اختیار می کنند مساوی نپندارید. سکوت را بر ارضای اشخاص حریص این دنیا ترجیح دهید. رها کردن زنجیرهای گناه بهتر از این است که بردگان را از زیر سلطه آزاد سازید.» حتی حکمای غیر مسیحی ارزش سکوت را شناخته اند. مکتب فلسفه نوافلاطونی که هواخواهان بسیاری را به گرد «پلوتن^۴» فیلسوف جمع کرد گسترش زندگی درتعمق را که دستیابی به آن مخصوصاً از راه سکوت میسر می باشد تا حد اعلی رسانده است. نویسنده ای روحانی گفته است که هر آینه اگر دولتها به اعلا درجه تکامل اخلاق و آداب و تعلیم دست یابند باز ضروری خواهد بود که افرادی را جهت تعمق پیدا کنند تا علاوه بر فعالیتهای عادی

خاموشی که از اجتماع انسانها دوری جسته است به چه نحوی می تواند در عین بی کاری به هم نوع خود خدمت کند و چه سهمی در ایجاد آسایش جامعه انسانی می تواند داشته باشد؟ او این قانون خالق را که طالب اتحاد بین انسانها در محبت و اعمال خیر به منظور برادری جهانی می باشد، کاملاً در خود از بین می برد. **زاهد:** شما از اندیشه انزوا برداشت نادرستی دارید و نتایجی که از آن می گیرید صحیح نیستند. بیایید این مطلب را مفصلاً بررسی نماییم:

۱- شخصی که در خاموشی و انزوا به سر می برد نه تنها وقتش را به بیکاری و بطالت نمی گذراند بلکه به عالی ترین وجهی و بیشتر از آن کسی که در زندگی اجتماعی شرکت می کند به طور خستگی ناپذیر بر طبق ارکان والای هوش خود عمل می کند. او هوشیار است، تعمق می کند و حواسش را بر حالت و پیشرفت روح خود متمرکز می سازد. هدف حقیقی خاموشی همین است و این حالت وی به همان اندازه ای که در تکامل خود وی مؤثر واقع می شود برای کسانی که نمی توانند جهت گسترش زندگی روحی شان در باطن متمرکز شوند نیز مفید واقع می گردد زیرا کسی که در حال سکوت و خاموشی هوشیار است و تجربیات درونی خود را خواه به صورت سخن (در موارد استثنایی) و خواه به صورت نوشته انتقال می دهد، به بهبود روحی و نجات برادرانش کمک کرده است. او از اشخاص خیر معمولی، کار بیشتر و در سطح بالاتری انجام می دهد چون نیکوکاری ساده که از روی احساسات در دنیا انجام می گیرد همواره به تعداد خیلی از اعمال نیک محدود است، حال آن که کسی که اعمال نیک را همراه با آزمایش باطنی و احساس تکامل روحی می کند سراسر جوامع را از نیکویی خود برخوردار می سازد. تجربیات و تعلیم او همان طور که خودمان هم آن را می بینیم از نسلی به نسل دیگر منتقل می گردد و ما خود از زمانهای قدیم تا به امروز از آنها نفع برده ایم و این امر با محبت مسیحیایی تفاوتی ندارد و حتی از نظر نتایج حاصله، از آن هم فراتر می رود.

عمل می کند چون او همه چیز را قبل از این که ما درخواست کنیم می داند و درباره آنها تصمیم می گیرد. آیا ممکن است که برای کسب رحمت‌های وی دعای مردم بسیار، قوی تر از دعای یک نفر باشد؟ در این صورت خدا می بایست بین اشخاص تبعیض قائل می شد. آیا ممکن است که دعاهای دیگران حقیقتاً باعث نجات من شود در صورتی که هر کس فقط بر حسب اعمال خودش قابل تمجید یا سرزنش است؟ به همین علت است که التماس دعا از شخص دیگر به نظر من صرفاً اظهار محترمانه تعارفات روحانی همراه با ابراز فروتنی و طلب خوشنودی از راه خواهش‌های متقابل است و بس.

راهب: چنانچه انسان تنها جوانب ظاهری قضیه را به حساب آورد می تواند به کمک یک نوع فلسفه ابتدایی مطالب را همان طور که گفتید ببیند. اما داوری معنوی که با نور مکاشفه تقدیس شده و با تجربیات زندگی درونی عمق یافته باشد به مراتب پیشروتر از این است چرا که چیزهایی را در عمق قضیه تشخیص داده به طرز مرموزی کشف می کند، چیزهایی که با آنچه گفته اید تفاوت بسیار دارد. برای این که این مطلب را زودتر و به وضوح بفهمیم نمونه ای را در نظر می گیریم و سپس صحت آن را برحسب کلام خدا بررسی می کنیم.

فی المثل شاگردی به منظور کسب دانش به معملی مراجعه کرد. کمی استعداد و به علاوه تنبلی و عدم تمرکز این شاگرد مانع از موفقیت وی در تحصیلات شد و او در ردیف تنبلها و مردودین قرار گرفت. او از این ناکامی سخت متأثر شد و نمی دانست چکار بکند و چگونه با عیبهای خود به مبارزه برخیزد. سراغ شاگرد دیگری از همکلاسیهایش که از وی با استعدادتر، ساعی تر و موفق تر بود رفته غصه های خود را با وی در میان گذاشت. آن دیگری به حرفهایش گوش داده به وی پیشنهاد کرد که با هم کار کنند: «اگر با هم کار کنیم، جدیت و شادی ما بیشتر خواهد شد و موفقیت بیشتری کسب خواهیم کرد». پس با هم شروع به کار کردند و هر یک از آنها هر چه می فهمید با دیگری در میان می گذاشت. کارشان

شهروندی خود نگاهدار روح راستی نیز باشند. بدین ترتیب ما روح راستی را از قرون گذشته دریافت نموده به نسلهای آینده منتقل خواهیم کرد. این اشخاص در کلیسا عبارتند از زاهدان، گوشه گیران و انزواطلبان.

زائر: فکر می کنم کمتر کسی فضیلت سکوت را به خوبی قدیس «یوحنا ای اشلی» ستوده باشد که می گوید: «سکوت و خاموشی ما در دعا، بازگشت از اسارت گناه، پیشرفت نامرئی در راه فضیلت و صعود مداوم به طرف آسمان می باشد. «بلی، خود عیسی مسیح نیز برای این که ضرورت انزوا را در موقع سکوت و خاموشی به ما نشان دهد در غالب موارد موعظه عمومی خود را ترک کرده به جاهای خلوت می رفت تا در آنجا به دعا و تجدید قوا بپردازد. کسانی که در خاموشی و سکوت به تعمق می پردازند مانند ستونهایی هستند که کلیسا را توسط دعای پنهانی و دائمی خود نگاه می دارند. ما می بینیم که از قدیمترین ایام، بسیاری از ایمانداران عادی و جدی و حتی پادشاهان و درباریان آنها به ملاقات زاهدان و اشخاصی که سکوت را پیشه خود ساخته بودند می رفتند تا دعای آنها را برای تقویت و نجات خود طلب کنند. بدین ترتیب شخص منزوی که در سکوت فرو رفته است می تواند به هم نوع خود نیز خدمت کند و در حالی که در گوشه ای به دعا مشغول است در جهت بهبود و سعادت جامعه عمل کند.

استاد: اینک باز هم اندیشه ای را ابراز کردید که به زحمت آن را درک می کنم. مسیحیان بنا بر رسمی که بین عموم مردم رواج دارد از یکدیگر التماس دعا می کنند و خواستار دعای اشخاص دیگر برای خود می شوند و به اشخاص معینی در کلیسا اعتماد خاصی دارند. آیا این درخواست فقط به خاطر خودخواهی نیست؟ آیا چنین نیست که ما فقط عادت کرده ایم آنچه را از دیگران می شنویم تکرار کنیم که خود یک نوع خیال و هوس بوده و هیچ گونه اساس جدی ندارد؟ آیا خدا احتیاج به شفاعت انسانها دارد در حالی که طبق گفته انجیل او همه چیز را می داند و نه بر حسب میل و خواست ما بلکه طبق مشیت بسیار مقدس خود

رفتگان نیز، به علت پیوندهای نزدیک موجود بین جهان آسمانی و دنیای ما، متقابلاً سودمند می باشد. بدین ترتیب نفوسی که در کلیسای این دنیا هستند می توانند با نفوس کلیسای آسمانی متحد شوند و به عبارت دیگر زندگان می توانند در اتحاد کلیسا با مردگان پیوند برقرار کنند.

تمام آنچه که هم اکنون گفتیم استدلال روانشناختی است اما کافی است کتاب مقدس را باز نماییم تا صحت این استدلال معلوم گردد.

۱- عیسی مسیح به پطرس رسول می فرماید: **برای تو دعا کردم تا ایمانت تلف نشود** (لوقا ۲۲: ۳۲). شما مشاهده می کنید که چطور قدرت دعای مسیح، روح پطرس قدیس را تقویت نموده و او را موقعی که ایمانش تحت آزمایش قرار می گیرد مورد تشویق قرار می دهد.

۲- وقتی که پطرس رسول را در زندان نگاه می داشتند **کلیسا به جهت او نزد خدا پیوسته دعا می کردند** (اعمال ۱۲: ۵). این سخن بر ما آشکار می سازد که دعای برادرانه در لحظات سخت زندگی چه کمکی می رساند.

۳- اما صریح ترین دستور در باب دعا برای دیگران را یعقوب رسول ارائه می دهد: **نزد یکدیگر به گناهان خود اعتراف کنید و برای یکدیگر دعا کنید زیرا دعای مرد عادل در عمل قوت بسیار دارد** (یعقوب ۵: ۱۶). این آیه ها استدلالهای روانشناختی ذکر شده را دقیقاً تأیید می نمایند. اما درباره سرمشق پولس رسول چه بگوییم؟ یکی از نویسندگان می گوید که سرمشق وی بایستی به ما بیاموزد که دعای متقابل چقدر ضروری است زیرا مرد زاهد مقدس و نیرومندی چون پولس خود اعتراف می کند که به این کمک روحی احتیاج دارد.

او در رساله به عبرانیان درخواست خود را این طور بیان می کند: **برای ما دعا کنید زیرا ما را یقین است که ضمیر خالص داریم و می خواهیم در هر امر رفتار نیکو نماییم** (عبرانیان ۱۳: ۱۸). اگر به این سخنان را مورد توجه قرار دهیم می بینیم که عاقلانه نیست فقط متکی به دعاهاى خود باشیم در حالی که یک چنین شخص مقدس و مستفیض از عنایات خدا در نهایت فروتنی استدعا می کند که

یکی بود. بعد از مدتی چه چیز اتفاق افتاد؟ آن شاگرد بی تفاوت ساعی شد، به کار خود علاقمند گردید و سهل انگاری او به حدت و پشتکار تبدیل شد، هوشش تیزتر شد و همه اینها بر اراده و رفتارش اثر بسیار مطلوبی گذاشت. اما آن یکی که ذکاوت بیشتری داشت نیز قابل تر و ساعی تر شد. این نفوذ متقابل باعث گردید که آنها مشترکاً امتیازاتی را کسب کنند. این امری است بسیار طبیعی چرا که انسان در اجتماع به دنیا می آید و توسط دیگران هوش خود را گسترش داده، رفتار و تربیت و اراده خود را بهبود می بخشد. به طور خلاصه انسان همه چیز را از معاشرت با هموعان خود به دست می آورد.

از آنجا که زندگی انسان شامل روابط بسیار نزدیک مردم با یکدیگر و تأثیری که آنها متقابلاً بر روی هم می گذارند می باشد کسی که در میان طبقه خاصی از جامعه به سر می برد شریک عادات و رفتار و رسوم آن طبقه می گردد. انسانهای دلسرد صاحب ذوق و شوق می گردند، آنهایی که کودن هستند ظرافت طبع می یابند و افراد تنبیل به علت توجهی که به اطراف خود می کنند به سوی فعالیت کشانده می شوند. روح قادر است به روح دیگری منتقل شود و تأثیر مطلوبی بر آن بگذارد و آن را به دعا و مراقبت دعوت نماید و در موقع دلسردی و یأس آن را دلداری داده از راه فساد برگرداند و برای تقدس بیدار سازد. به این ترتیب انسانها از راه کمک متقابل پرشورتر و متواضع تر شده و از لحاظ معنوی فعالتر می گردند. این است راز دعا برای دیگران، رازی که آن رسم زاهدانه مسیحیان را که برای یکدیگر دعا کنند و از برادران التماس دعا نمایند، توجیه می کند.

با آنچه گفته شد پی می بریم به این که خدا به مثابه بزرگان این دنیا نیست که از درخواستهای زیاد و تقاضای شفاعت فراوان خوششان می آید بلکه ذات و قدرت ویژه دعاست که روح آن کسی را که برایش دعا می کنند پاک و رفیع نموده آماده پیوند با خدا می سازد. اگر دعای متقابل زندگان در این کوه خاکی این همه مؤثر و مفید است می توانیم از این امر چنین نتیجه بگیریم که دعا برای

در موقعی که به یاد همنوعان خود می‌افتیم یا در مواقعی که برای این کار تعیین شده است بسیار شایسته است که وی را به حضور خدا معرفی کرده و دعا را با کلمات زیر تقدیم نماییم: «خدای پر رحمت، روان باد خواست تو، خواست تو این است که همه انسانها نجات یافته به شناخت حقیقت نائل آیند. فلانی بنده خود را نجات و یاری ده. این خواهش مرا به عنوان ندای محبت که فرمان خودت است بپذیر».

طبیعتاً می‌توانید این دعا را هر موقعی که روحتان آن را بطلبد تکرار کنید یا با استفاده از آن را تسبیح هم بخوانید. به تجربه می‌دانم که چقدر این دعا برای کسانی که به نام آنها تقدیم شده است مؤثر می‌باشد.

استاد: نظریات و دلایل شما، سخنان آموزنده و افکار برانگیخته شده از آنها طوری هستند که من خود را مکلف می‌دانم آنها را دقیقاً به خاطر سپرده و تمامی احترام و تشکر قلب سپاسگزار خود را ابراز دارم.

زائر و استاد: موقع عزیمت فرا رسیده است، از ته دل برای سفر موفقیت‌آمیز و حفظ دوستی مان از شما التماس دعا داریم.

استارتس: باشد که خدای سلامتی که شبان اعظم گوسفندان یعنی خداوند ما عیسی را به خون عهد ابدی از مردگان برخیزانید شما را در هر عمل نیکو کامل گرداند تا اراده او را به جا آورید و آنچه منظور نظر او باشد در شما به عمل آورد به وساطت عیسی مسیح که او را تا ابدالآباد جلال باد آمین (عبر ۱۳: ۲۰-۲۱).

دعاهای همنوعان که در این مورد عبرانیان هستند - به دعاهای وی افزوده گردد. بدین جهت است که ما از روی فروتنی و پیوند در محبت نباید یاری دعاهای ضعیف‌ترین ایمانداران را هم خوار بشمریم در حالی که روح منور پولس رسول در این باره هیچ‌گونه شک و تردیدی از خود نشان نداده است. او با علم به این که قدرت خدا در ضعف و محبت ما کمال می‌یابد عموماً از همه درخواست دعا می‌کند. پس این قدرت گاهی می‌تواند نزد کسانی به کمال خود برسد که به ظاهر فقط قابلیت دعای ضعیف را دارند. ما هم تحت تأثیر این مثال قوی باز هم متوجه می‌شویم که دعای متقابل اتحاد و محبت مسیحیایی را که از سوی خدا حکم شده است تقویت می‌کند و گواه فروتنی معنوی شخص متقاضی دعا می‌باشد و نیز روح دعاگو را به نحوی تمرین می‌دهد. همه اینها مشوق شفاعت دو جانبه است.

استاد: تحلیلها و دلایل شما صحیح و قابل تحسین اند و اگر شما روش و شکل دعا را به دیگران بشناسانید بسیار نافع خواهد بود. اگر پربراری این دعا از توجه ما به همنوعان خود و از تأثیر مداوم ذهن دعاکننده بر ذهن کسی که درخواست دعا کرده است حاصل می‌شود پس آیا این حالت روحی باعث آن نخواهد شد که توجه ما از حضور پیوسته خدا و گشایش روح در پیشگاه او منحرف شود؟ اگر انسان در طی روز یکی دو بار با دلسوزی و با طلب یاری از خدا درباره آینده همنوعان خود فکر کند آیا همین کافی نخواهد بود که بر روحش مؤثر واقع شده و آن را تقویت نماید؟ به طور خلاصه دلم می‌خواست به درستی بدانم چگونه برای دیگران دعا کنم.

راهب: دعایی که به خدا تقدیم می‌شود برای هر چه که باشد، نباید و نمی‌تواند ما را از پیشگاه خدا دور نماید زیرا اگر دعا به خدا تقدیم می‌شود پس این کار مسلماً باید در حضور وی انجام گیرد. اما درباره روش دعا باید همیشه به یاد داشته باشیم که قدرت این نوع دعا در دلسوزی حقیقی مسیحیایی نسبت به همنوع نهفته است و دعا تنها بر حسب مقدار دلسوزی در روح وی مؤثر است. همچنین