

خدای خوب و زیبا

عاشق خدایی شدن که عیسی می‌شناخت

جیمز براین سمیث

پیش‌گفتار

وقتی از عیسی پرسیدند که بزرگترین حکم در شریعت کدامست، او از کتاب تثنیه نقل قول کرده، فرمود: «خداوند خدای خود را با تمامی دل و با تمامی جان و با تمامی فکر خود محبت نما.» این نخستین و بزرگترین حکم است» (متی ۲۲: ۳۷-۳۸). به دیگر سخن، مهمترین کاری که بشر می‌تواند انجام دهد همانا محبت کردن خداست.

آیا انگشترهای جادویی تشخیص احساس (mood rings) را به یاد دارید؟ سالها پیش این انگشترها رایج بودند. رنگ هر انگشتر بنا به احساس و خلق و خوی کسی که آن را در انگشت داشت، تغییر می‌کرد. (البته تغییر در اصل، بنا بر دمای بدن صورت می‌گرفت، اما فروشندگان سعی می‌کردند به مردم بقبولانند که تغییر احساس در کار است. آنها بدین طریق پول هنگفتی به جیب زدند، از جمله کمی از پول مرا!) حال مجسم کنید کسی انگشتری جادویی بسازد که نشان دهد کسی که آن را به انگشت دارد چقدر خدا را دوست می‌دارد! چه می‌شد اگر همه مردم چنین انگشتری در انگشتشان می‌داشتند؟ اگر آبی پررنگ نشانگر فقدان محبت نسبت به خدا بود و آبی کمرنگ نشانه محبت زیاد نسبت به خدا، شاید اکثر مردم، و حتی عده زیادی از مسیحیان، انگشترهایشان آبی پررنگ می‌بود. اگر خدا به من رحم نمی‌کرد منم جزو این گروه می‌بودم.

چندین مربی عالی

در فیلم فورست گامپ (*Forest Gump*)، هنرپیشه اصلی، یعنی فورست، یک مرد ساده معمولی و تا حدی عقب افتاده است که در زندگی اش چیز خاصی وجود ندارد جز اینکه از قلبی پاک برخوردار است. این مرد گمنام و ساده لوح در طی زندگی اش به اشخاصی صاحب نام و مهم برمی خورد. فورست یک تماشاچی بی طرفی است که تصادفاً به درون لحظات مهم تاریخی (سخنرانی معروف مارتین لوتر کینگ: «من رویایی دارم») و به حضور شخصیت‌های برجسته تاریخ (چندین رئیس جمهور آمریکا، هنرپیشگان، مخترعان) راه می یابد. وقتی من به زندگی گذشته ام نگاه می کنم، خود را شبیه فورست می بینم. من از یک خانواده متدیست هستم که فقط عید پاک به کلیسا می رفتند، و من پیش از سالهای آخر دبیرستان هنوز پیرو مسیح نبودم. من بیش از همه ورزش را دوست داشتم، بعد دخترهای زیبا را و در آخر هم عیسی را. به لحاظ تحصیلات و درس، من درست در وسط قرار داشتم. در میان ششصد فارغ التحصیل من درست نفر سیصدم بودم.

در سال اول تحصیلات عالی در یک دانشگاه دولتی، در حالی که من در گروه ورزشی بودم و هنوز دخترهای زیبا را تعقیب می کردم، عیسی در فهرست الویت من بتدریج در جای بالاتری قرار گرفت. در نیمه دوم سال تحصیلی، او مقام اول را در قلب من اشغال کرد؛ پس تصمیم گرفتم تحصیلاتم را در یک دانشگاه مسیحی ادامه دهم. دانشگاهی در ویچیتای کانزاس (Wichita, Kansas) به نام «دانشگاه دوستان» *Friend University* را انتخاب کردم (به خود گفتم لابد در آنجا با من رفتاری دوستانه خواهند داشت). دانشجویی متوسط بودم در یک مدرسه کوچک در شهری دور افتاده، بدون اینکه بدانم آینده من چه خواهد شد. تنها چیزی که می دانستم این بود که روز به روز تشنگی من برای شناخت خدا بیشتر و بیشتر می شد.

من نمی‌دانستم ریچارد فاستر کیست و اینکه او نویسنده‌ی یکی از مهمترین کتابهای مسیحی در صد سال گذشته، یعنی کتاب «انضباط روحانی» (Celebration of Discipline) است. تنها شناختم از او این بود که روزهای سه‌شنبه و پنج‌شنبه از ساعت ۱۰:۳۰ تا ساعت ۱۲ ظهر در کلاس درس او شرکت می‌کردم. او با همه‌ی کسانی که می‌شناختم فرق داشت. او بسیار باهوش و در عین حال شوخ طبع بود. دوست داشت بخندد، و خدا را به‌گونه‌ای خاص می‌شناخت. من تابحال کسی را ندیده بودم که مانند او خدا را بشناسد. گویی با خدا رفیق بود. او به من روشهایی آموخت که بتوانم خدا را آنطور که او می‌شناخت، بشناسم.

سالها بعد دوست مشترکی به من گفت که ریچارد دعا می‌کرده که دانشجویی پیدا شود که او بتواند زندگی و حکمتش را در او سرمایه‌گذاری کند و وقتی مرا دیده، فهمیده که آن شخص من هستم. به گفته‌ی وی من کسی بودم که خدا برگزیده بود تا زیر دست او آموزش ببینم و تربیت شوم، درست مانند تیموتائوس که زیر دست پولس تعلیم یافت. تنها چیزی که من تا آن موقع می‌دانستم این بود که علاوه بر تکالیف درسی، ریچارد کتابهای اضافی توصیه می‌کرد تا آنها را نیز بخوانم، با من دعا می‌کرد، اجازه می‌داد وقتی با همسرش بیرون می‌رفتند من از بچه‌هایشان مراقبت کنم، و مرا با خود به سفرهای تعلیمی خود می‌برد. در این فرصتهای شخصی بود که من از او تعلیم دیدم.

در سال آخر دانشگاه، در حالی که من می‌کوشیدم برای دوره‌ی الهیات، دانشگاهی پیدا کنم، ریچارد مرا با هنری نوئن (Henri Nouwen) نویسنده‌ی روحانی نامدار در تماس گذاشت. به پیشنهاد هنری درخواست خود را به دانشگاه الهیات یل (Yale Divinity School) فرستادم، و پذیرش گرفتم. پس از اتمام تحصیل به شبانی یک کلیسای محلی پرداختم. سپس با «مِگن» که زیباترین و واقع‌بین‌ترین دختری بود که در عمرم دیده بودم، ازدواج کردم (متشکرم، ای عیسی مسیح). چیزهایی درباره‌ی اداره‌ی کلیسا یاد گرفتم و بزودی دریافتم که شبان بودن برآستی کار سختی است. یکی از وظایف اصلی شبانی باید شاگردسازی باشد. البته صدها نیاز مبرم دیگر، مشکلات و مسئولیتهایی که می‌توانند براحتی ما را از مسیر خارج کنند نیز وجود دارند. خوشبختانه دوستی دیرینه‌ی من با ریچارد مرا یاری داد تا در زندگی روحانی خود متمرکز و پابرجا بمانم.

چند سال بعد، در «دانشگاه دوستان»، درکنار ریچارد شغل تدریس در دانشکدهٔ الاهیات را اختیار کردم. وقتی به‌عنوان استاد در دانشکده تدریس می‌کردم بار دیگر احساس «فورست»ی به من دست داد: مردی به نام ریچ مولینز (Rich Mullins)، خوانندهٔ معروف مسیحی که سرودهای معروفی از قبیل «خدای مهیب» (Awesome God) و «گام به گام» (Step by Step) را ساخته، در یکی از کلاس‌هایی که تدریس می‌کردم ثبت نام کرد. حضور ریچ در کلاس خداشناسی من مانند حضور انشتاین در کلاس ریاضیات بود، و من احساس شرم و حقارت می‌کردم. اما ما با هم دوست شدیم، و او در بالاخانهٔ منزل ما کمی بیش از دو سال زندگی کرد. از طریق ریچ من با برنن مَنینگ (Brannan Manning) آشنا شدم. برنن نیز مربی و دوست من شد، و می‌توانم به جرأت بگویم که او بیش از هرکسی محبت خدا را به من آموخت.

در سال ۱۹۸۷ ریچارد فاستر از من دعوت کرد تا در ایجاد و راه‌اندازی موسسهٔ خدمت احیای روحانی مسیحی به نام Renovaré به او کمک کنم. به من گفت یک روز به هنگام خوردن اسپاگتی نام این موسسه را برگزیده است. هیچکس نمی‌توانست این نام را تلفظ کند و یا بفهمد معنی‌اش چیست. به مدت بیست سال ما به اتفاق مردان و زنان والامنش در سرتاسر آمریکا سفر می‌کردیم و کنفرانسها و سمینارها برپا می‌نمودیم تا به مردم یاد دهیم که چگونه می‌توانند زندگی عمیقتر و متعادلتر با خدا داشته باشند. برخی فکر می‌کردند ما طرفداران «نیو ایج»^۱ هستیم، چراکه موسسهٔ ما نام مضحکی داشت و ریچارد نیز واژگانی بکار می‌برد که با فرهنگ رایج مسیحی سازش نداشت. چه کیفی دارد عیسی را اینگونه خدمت کردن!

^۱ مکتب New Age در نیمه دوم قرن بیستم در غرب دامنه‌دار شد و مدعای اصلی آن توجه به معنویت و متافیزیک سنتی شرق و غرب و سپس برانگیختن آن به کمک خود شخص است.

از طریق ریچارد و Renovaré من با دالاس ویلارد (Dallas Willard)، استاد فلسفه در دانشگاه کالیفرنیا جنوبی، آشنا شدم. کسی را با استعدادتر از دالاس ندیده‌ام. در سال ۱۹۹۴ دالاس از من دعوت کرد تا همراه وی در دانشگاه الاهیات فولر تدریس کنم. دعوتش را پذیرفتم و در کنار او به مدت ده سال به تدریس پرداختم. این کلاس هر تابستان به مدت دو هفته و روزی هشت ساعت برگزار می‌شد. من استادیار خوشبختی بودم، چراکه نود درصد کلاس را دالاس درس می‌داد. این بدان معنا بود که من می‌توانستم بنشینم و در طول ده روز، روزانه هفت ساعت یعنی در مجموع ۷۰ ساعت به او گوش دهم؛ و این تا ده سال ادامه داشت، یعنی اینکه من به آنچه که دالاس درباره خدا، پادشاهی خدا، کتاب مقدس، انضباط روحانی و بطور کلی زندگی در بیش از هفتصد ساعت تدریس کرده، گوش سپرده‌ام.

برخی از بهترین استادان، زندگی خود را صرف آموزش فرد گمنام و نالایقی چون من کرده‌اند، و من از این بابت سعادتمندم. فکر می‌کنم مسیحیت از اول چنین عمل کرده است. عیسی دوازده فرد بی‌نام و نشان را گرفت و آنان را سه سال با خود به این سو و آن سو همراه خود برد و زندگی‌اش را صرف تربیت آنان کرد چراکه به آنان ایمان داشت. تأثیر تمام این افراد - ریچارد، هنری، ریچی، برنن و دالاس - بر من چنان نیرومند است که فکر می‌کنم هر فکر و ایده‌ای که دارم از فکر و ایده آنان نشأت گرفته. اثر انگشتان این اشخاص بر سرتاسر کتابی که اینک در دست دارید دیده می‌شود. من همه کتب این افراد را مطالعه کرده‌ام، به موعظه‌ها، سخنرانی‌ها و آهنگهایشان بر روی نوار و سی‌دی گوش داده‌ام، ولی به جرأت می‌توانم بگویم که تماس شخصی با یکایک ایشان بیش از هر چیز بر من تأثیر گذاشته است. پیاده‌رویهای طولانی با ریچارد، مکاتبات با هنری، گفتگوهای شبانه با ریچی مولینز، گفتگوهای طولانی سر شام با برنن و برنامه‌های بستنی‌خوری با دالاس (او بستنی وانیلی دوست داشت - چه کسی بستنی وانیلی ساده می‌خورد؟) همگی عمیقاً در وجود من تأثیرگذار بوده‌اند.

این کتاب چگونه بوجود آمد

این کتاب نتیجه بیست و پنج سال یادگیری از این افراد سرشناس است. ایده نگارش این کتاب بویژه کمی پس از همکاری با دالاس آغاز شد. او دایم درباره نیاز به ایجاد «برنامه‌ای آموزشی جهت شبیه مسیح شدن» برای افراد و نیز برای کلیساها سخن می‌گفت. پیش‌نویس چنین برنامه آموزشی را می‌توان در فصل نهم کتاب شگفت‌انگیز وی به نام **دسیسه الاهی (The Divine Conspiracy)** یافت. هنگامی که او این فصل کتابش را می‌نوشت، من با این سؤال حوصله‌اش را سر می‌بردم: «دالاس، آیا این واقعاً عملی است؟». او پاسخ می‌داد: «بله، البته.» سپس می‌پرسیدم: «پس چرا آن را به اجرا نمی‌گذاری؟» می‌گفت: «چون تو باید این کار را بکنی.»

در سال ۱۹۹۸ من شروع کردم به تهیه برنامه آموزشی بر اساس پیش‌نویس ساده دالاس در مورد زندگی‌ای که عیسی می‌خواهد ما داشته باشیم. در سال ۲۰۰۳ من از هیئت رهبران کلیسایی که در آن عضو بودم (Chapel Hill United Methodist Church, Wichita, Kansas) اجازه خواستم با برخی از اعضای کلیسا این دوره را بگذرانیم. با خوشنودی موافقت کردند، و من در سال اول در طی سی هفته به بیست و پنج نفر آموزش دادم. در اواسط این دوره بتدریج پی بردم که حق با دالاس بود. تبدیل شدن اساسی به خصوصیات اخلاقی مسیح امکان‌پذیر است.

از آن زمان به بعد من به هفتاد و پنج تن دیگر آموزش دادم و نتایج همیشه همان بوده است: تغییر اساسی زندگی. در کلیسا همسران نزد من می‌آمدند و می‌گفتند: «با شوهرم چه کرده‌ای؟ او انسان دیگری شده است! او بیش از پیش صبور شده و به خانواده رسیدگی می‌کند. نمی‌دانم چه می‌گذرد، ولی من حتماً سال دیگر در این کلاس شرکت خواهم کرد.» از این گذشته، شاگردان دبیرستانی و دانشجویان نیز از این دروس استفاده کرده‌اند. هرگاه از من می‌پرسند: «این دروس برای چه گروهی نوشته شده؟» می‌گویم: «برای هرکس که آرزو دارد زندگی‌اش تغییر کند، چه پیر و چه جوان، چه مسیحی نوپا و چه مسیحی بالغ، چه مرد و چه زن، فرقی نمی‌کند.»

نخستین کتاب این سری

کتابی که در دست دارید نخستین کتاب از سری کتب شاگردسازی است. این کتاب به همراه دو کتاب دیگر «برنامه آموزشی شبیه مسیح شدن» را تشکیل می‌دهند. هدف این کتاب اول، شناساندن خدایی است که عیسی وی را آشکار ساخت.

هر فصل تشکیل شده از معرفی عقاید نادرست، و نیز عقاید درست که روایات عیسی نامیده می‌شود. و نیز در هر فصل بخشی به نام تربیت نفس وجود دارد که در آن تمریناتی ارائه می‌شود تا با انجام آن، روایت عیسی عمیقتر در فکر و بدن و روح ما نفوذ کند. غرض از این تمرینات این نیست که شما را مذهبی‌تر بسازد یا اینکه خدا را شگفت زده کند. تمرینات بدین منظور داده شده که به شما یاری دهد تا همچون عیسی دنیا را ببینید و درک کنید. در آخر هر فصل صفحه‌ای است که نکات مهم آن فصل را مشخص می‌کند. در سرتاسر هر فصل کتاب پرسشهایی هست که می‌توان از آنها جهت تفکرات شخصی یا بحث در گروه استفاده کرد.

این کتاب **خدای خوب و زیبا** نام دارد، زیرا تمرکز آن بر صفات خداست و اینکه ما چگونه می‌توانیم با خدا صمیمی باشیم. کتاب دوم در این سری شاگردسازی **زندگی خوب و زیبا** نام دارد که خواننده را با پادشاهی خدا آشنا می‌کند و با سیرت باطنی ما سروکار دارد، بویژه با گناهایی که خرابی به بار می‌آورند، مانند خشم، شهوت، دروغ‌گویی، غصه، محکوم کردن دیگران و غیره. این کتاب دوم با پیروی از موعظه سر کوه مسیح به روایاتی که در پشت این رفتارهای گناه‌آلود نهفته است توجه خواهد کرد (برای مثال، چه روایاتی پشت عصبانیت نهفته است؟) و روایات عیسی درباره زندگی در پادشاهی خدا را جایگزین آن روایات خواهد نمود. هر فصل این کتاب نیز تمرینی در بر خواهد داشت که به خواننده کمک خواهد کرد تا بتواند روایات مناسب را در زندگی خویش پیاده کند.

کتاب سوم از این سری، **جامعه خوب و زیبا** نام دارد. هدف این کتاب آن است که به ما بیاموزد چگونه هر روز همچون شاگردان عیسی در جامعه خود زندگی کنیم. چگونه می‌توانم رویای پادشاهی عیسی را در خانواده خود به تحقق رسانم؟ زندگی من با خدا چه تأثیری بر رفتار من در محل کارم خواهد گذاشت؟ به‌عنوان پیرو مسیح چه تغییری می‌توانم در دنیایی که در آن زندگی می‌کنم بوجود آورم؟ دوست داشتن دشمنانم و برکت طلبیدن برای کسانی که مرا نفرین می‌کنند در زندگی روزانه من چه مفهومی دارد؟ نهایتاً آنچه مهم است «ایمانی است که از راه محبت عمل می‌کند» (غلاطیان ۶:۵) - در خانه، در محل کار، در جامعه ما و در دنیای ما.

اما همهٔ این چیزها با شناخت خدایی که عیسی می‌شناخت و محبت کردن خدا با تار و پود وجودمان آغاز می‌شود. این کتاب سرچشمه و بنیاد دو کتاب دیگر، و یا به سخنی، سرچشمه و بنیاد زندگی مسیحی است. شاید این تنها کتابی باشد که شما از این سری مطالعه می‌کنید. اگر چنین است، دعا می‌کنم که محبت شما نسبت به خدا زندگی‌تان را منور سازد.

چگونه از خواندن این کتاب بیشترین منفعت را ببریم؟

این کتاب بدین منظور نوشته شده که در یک اجتماع کوچک مانند گروه کوچک خانگی، کلاس آموزشی کلیسا، یا گروه دوستی که در جایی مانند رستوران گرد هم می‌آیند از آن استفاده کنند. مطالعه این کتاب در گروه و انجام دادن تکالیف آن بصورت دسته‌جمعی، تأثیرگذاری آن را چند برابر می‌کند. اگر این کتاب را به تنهایی می‌خوانید، از چهار پیشنهاد زیر فقط چهارتای اول به کارتان خواهد آمد. صرف‌نظر از اینکه چگونه آن را به کار می‌برید، مطمئنم که خدا می‌تواند و می‌خواهد کاری نیکو در شما به انجام رساند.

۱. تهیه کنید. دفترچه‌ای با صفحات خالی برای خود فراهم آورید.

از این دفترچه برای پاسخ به سؤالاتی که در گوشه و کنار هر فصل به طور پراکنده نوشته شده است، و نیز برای تأمل بر تجربه تربیت نفس که در آخر هر فصل یافت می‌شود، استفاده خواهید کرد.

۲. مطالعه کنید. هر فصل را از آغاز تا پایان، در یک نشست بخوانید.

کوشش کنید که با عجله نخوانید و از مطالعه یک فصل در آخرین لحظه هم پرهیز کنید. از همان اوایل هفته مطالعه را شروع کنید تا فرصت کافی برای هضم مطالب آن داشته باشید.

۳. انجام دهید. تمرینات هفتگی را به طور کامل انجام دهید.

به‌کارگیری و تعهد به انجام تمرینات مربوط به محتوای هر فصلی که تازه خوانده‌اید، کمک خواهد کرد تا مطالبی را که یاد می‌گیرید در شما تأثیر ژرفی ایجاد کند و به تدریج منجر به شکل‌گیری روحانی و شفای درونتان شود. انجام دادن برخی از تمرینات نیاز به وقت بیشتری دارد. قبل از جلسات گروهی، حتماً وقت کافی به انجام تمرینات اختصاص دهید. باید وقت کافی نه فقط برای انجام تمرینات، بلکه برای نوشتن تأملات خود داشته باشید.

۴. تأمل کنید. وقت لازم و کافی برای تکمیل تأملاتی که نوشته‌اید اختصاص دهید.

در دفترچه خود به پرسشهایی که در گوشه و کنار و نیز در پایان هر فصل مطرح شده، پاسخ دهید. این کار به روشنگری افکارتان کمک خواهد کرد و به آنچه خدا به شما می‌آموزد، شکل خواهد داد. همچنین برای قسمت‌های بعدی نیز به شما مدد خواهد کرد.

۵. گفتگو کنید. با آمادگی برای گفت و شنود، در گروه‌های شما شرکت کنید.

در اینجا به شما فرصت داده می‌شود تا تجربیات و بصیرت دیگران را شنیده، از آنها پند بگیرید. اگر هر کدام از شرکت‌کنندگان از قبل به انجام تمرینات در دفترچه‌های خود وقت کافی بدهند، گفت و شنودهایی که در گروه انجام می‌شود به مراتب تأثیرگذارتر خواهد شد. افراد عصاره و چکیده‌ای از افکارشان را با دیگران در میان خواهند گذاشت، و وقت گروهی ارزشمندتر خواهد شد. به خاطر بسپارید که بسیار مهم است که دو برابر آنچه می‌گویید، گوش بدهید! در عین حال، برای صحبت و در میان گذاشتن نظراتتان نیز آماده باشید. دیگر اعضای گروه از تجربیات و نظرات شما خواهند آموخت.

۶. تشویق کنید. در خارج از وقت گروهی نیز با یکدیگر در تماس باشید.

یکی از مزایای مهم تکنولوژی، سهولت در تماس با دیگران است. در طول هفته، در فرصت میان دو جلسه، به حداقل دو نفر از افراد گروهتان تلفن کنید، ایمیل یا پیام الکترونیکی تشویق‌آمیز بفرستید. بگذارید بدانند که به یادشان هستید و از آنها بپرسید که چطور می‌توانید برایشان دعا کنید. این کار روابطتان را مستحکمتر می‌کند و به طور کلی به تجربه شما عمق بیشتری می‌بخشد. عامل مهم و کلیدی برای موفقیت در این تجربه، بنای روابطی محکم و استوار است.

فصل یک

به دنبال چه هستید؟

آیا می‌خواهید از آرامشی دائمی برخوردار باشید؟ آیا دوست دارید قلبی لبریز از محبت داشته باشید؟ آیا در پی چنان ایمانی هستید که همه چیز، حتی شکستها و خسارات را، در پرتو حاکمیت خدا و برای خیریت شما می‌بیند؟ آیا جویای آن نوع امیدی هستید که حتی در شرایط دلسرد کننده هم با شکیبایی تاب می‌آورد؟

اگر اینها بیانگر زندگی‌ای است که شما عمیقاً مشتاق داشتن آن هستید، این کتاب برای شماست.

خیلی‌ها می‌خواهند تغییر کنند و به این پرسشها پاسخ مثبت می‌دهند، اما بیشتر آنان باور نمی‌کنند که اینها امکان‌پذیر باشد. بعد از سالها تلاش و شکست، در حالی که میلی شدید به تغییر دارند و با این حال مطمئن‌اند که هرگز واقع نخواهد شد، یک زندگی آرام و نومید مسیحی را می‌گذرانند. بنابراین، هر هفته بر روی نیمکت کلیسا می‌نشینند و در حالی که بی‌صدا آه می‌کشند، خود را تسلیم سرنوشتشان می‌کنند.

من خودم آن‌گونه فکر می‌کردم. بارها تلاش کردم تغییر کنم. بارها دعا کردم و با استغاثه به خدا التماس کردم تا مرا تغییر دهد، اما فایده‌ای نداشت. می‌خواستم آن‌گونه کسی باشم که عیسی در موعظه خود بر سر کوه توصیف می‌کرد - کسی که به دشمنانش محبت می‌کند و هرگز برای چیزی نگران نمی‌شود. اما وقتی به درون قلبم نگاه می‌کردم، متوجه می‌شدم که من نه تنها دشمنان بلکه حتی بعضی از دوستانم را نیز محبت نمی‌کنم، و در مورد همه چیز هم نگران هستم.

تغییر وقتی در من صورت گرفت که به کمک دو مربی مجرب آموختم که دگرگونی واقعی تنها از طریق تربیت باطن امکان‌پذیر است. کسی تا بحال نتوانسته است مانند ریچارد فاستر (Richard Foster) نحوه عمل انطباط روحانی، و مانند دالاس ویلارد (Dallas Willard) چگونگی کنش و واکنش ما نسبت به پادشاهی خدا را چنین روشن درک و بیان کند! آرزو و اشتیاق من در زندگی یافتن پاسخ به این پرسش بوده است که: چگونه ما شبیه مسیح می‌شویم؟

من به این باور رسیده‌ام که مشکل این نیست که ما نمی‌خواهیم تغییر کنیم و یا اینکه برای عوض شدن تلاش نمی‌کنیم. بلکه، مشکل این است که ما برای عوض شدن، تربیت نمی‌شویم. هرگز کسی الگویی معتبر و موثق برای دگرگون شدن و تبدیل یافتن، به ما نیاموخته است.

تجربه شخصی خود را در مورد کوشش
جهت تغییر (و شاید شکست در آن)،
توصیف کنید. آیا ممکن است مشکل
اصلی نه عدم تلاش، بلکه عدم برخورداری
از تربیت صحیح بوده باشد؟ توضیح دهید.

آرامش و شادی در فرودگاه

کریگ (Craig) یکی از کسانی است که در آزمایشی که به منظور طرحی آموزشی در راستای شبیه مسیح شدن ترتیب داده شده بود، شرکت کرد. او بعد از شرکت و فعالیت در گروه شاگردی، کم‌کم در زندگی خود متوجه آغاز برخی تغییرات واقعی در رابطه با نحوه رفتارش با خانواده، دوستان و همکاران خود شد. کریگ آرشیتکتی است که با غوحش می‌سازد و بنا به اقتضای شغل خود، زیاد مسافرت می‌کند. یک روز، هنگامی که به اتفاق یکی از همکاران اداری‌اش از آلمان به آمریکا بازمی‌گشت، در فرودگاه آتلانتا گیر افتاد و متوجه شد که پرواز برگشتشان به خانه، چند ساعتی به تأخیر افتاده است. آن چند ساعت سپری شد و چند ساعت دیگر هم علاوه بر آن گذشت و سرانجام اعلان شد که پرواز آنان لغو شده است. این بدان معنی بود که چاره‌ای جز گذراندن آن شب در آتلانتا نداشتند.

در سالن اصلی فرودگاه، خون مسافران به جوش آمده بود. همگی مجبور شدند در صفی طولانی بایستند و بلیط خود را از نو رزرو کنند. کریگ و همکارش در حینی که در صف ایستاده بودند، می‌دیدند که چطور یک یک مسافران با عصبانیت و تندی با خانم جوانی که سعی می‌کرد کمکشان کند، صحبت می‌کنند. وقتی نوبت به کریگ رسید، با لبخند به خانم جوان نگاه کرد و گفت: «قول می‌دهم که اذیتتان نکنم.» چهره خانم جوان نرم شد و به آرامی گفت: «متشکرم.» با روحیه‌ای خوشایند و دلپذیر با هم صحبت کردند و او برای هردوی آنان دو بلیط برای روز بعد رزرو کرد. وقتی از سالن اصلی بیرون می‌رفتند، علی‌رغم آن همه ناراحتی، کریگ لبخندی بر چهره داشت. همکار کریگ که او را زیر نظر گرفته بود، به وی گفت: «کریگ، خیلی وقته که تو رو می‌شناسم. اگه آنچه

امروز به سرمان آمد، سال پیش اتفاق افتاده بود، تو از عصبانیت خود را می‌باختی و به شدت به خانمی که دم بادجه ایستاده بود، می‌توپیدی.»

کریگ جواب داد: «می‌دونی چیه، تو راست می‌گی. اما من عوض شده‌ام. من می‌دونم کی هستم، و می‌دونم کجا هستم. من کسی هستم که مسیح در او ساکنه و در پادشاهی خدایی زندگی می‌کنم که منو دوست داره و به فکر من هست. درسته که مستأصل و درمانده شده‌ام، اما هنوز آرامش دارم. فردا به خانه می‌رسیم. کاری از دستمان برنمی‌آید. عصبانیت دردی را دوا نمی‌کند. پس بهتره از وضعی که ناخواسته پیش آمده، لذت ببریم.»

دوستش با تعجب سری تکان داد و گفت: «نمی‌دونم چی خوردی یا نوشیدی، اما واقعاً عوض شده‌ای.»

آنچه کریگ در طول سال گذشته انجام داده بود و در موردش فکر کرده بود، منجر به تغییر او شده بود. کریگ به خاطر اشتیاقی که به عوض شدن داشت در یک گروه تربیت شاگرد ثبت نام کرده بود تا در زندگی‌اش دگرگونی حاصل شود. اما او تنها نبود. اشتیاقی که او به انجام فعالیتها داشت و تغییراتی که در نتیجه آن تجربه کرد، تنها به خاطر کار روح‌القدس در او به وقوع پیوست، نه به قدرت اراده‌اش.

روایتی نادرست: ما به وسیله قدرت اراده است که تغییر می‌کنیم

وقتی مردم تصمیم می‌گیرند چیزی در خویشتن تغییر دهند، "قدرت اراده" خود را بسیج کرده، شروع به تغییر بعضی از رفتارهای خود می‌کنند. این کار تقریباً همیشه با شکست مواجه می‌شود. قریب به ۹۵ درصد از تصمیماتی که در شروع هر سال جدید می‌گیریم، هنوز ماه اول سال به پایان نرسیده، نقش بر آب می‌شوند. اغلب مردم وقتی در عملی کردن تصمیماتشان شکست می‌خورند، خیال می‌کنند که این شکست نتیجه این است که آنان قدرت اراده کافی ندارند. فکر می‌کنند ضعیف هستند و در مورد شکستشان احساس بدی می‌کنند.

این بسیار تأسف‌آور است، چراکه دلیل شکست آنان این نبوده که اراده‌ای قوی نداشته‌اند. در واقع، اراده به خودی خود قدرتی ندارد. اراده، ظرفیت و گنجایش انسان در تصمیم‌گیری است. از خودمان می‌پرسیم، پیراهن قرمز را بپوشم یا پیراهن آبی‌ام را؟ بالاخره تصمیم می‌گیریم که پیراهن آبی را بپوشیم، و این تصمیم از اراده ما ناشی می‌شود. اراده در عمل کاری انجام نمی‌دهد. اگر

من می‌توانستم به درون بدن شما نگاه کنم تا اراده‌تان را پیدا کنم، هرگز پیدایش نمی‌کردم. اراده نزدیک کیسه صفرای شما نیست! اراده، عضوی از بدن یا یک عضله نیست که رشد کند یا تحلیل برود.

اراده بیشتر شبیه حیوانی برابر است که صرفاً در مقابل ضربات سوار خود واکنش نشان می‌دهد. یک اسب خودش تصمیم نمی‌گیرد کجا برود، بلکه تنها در مسیری که سوارش به او می‌گوید، حرکت می‌کند. اراده هم چنین عمل می‌کند. اما اراده، به جای یک سوار، سواران بسیار دارد. سه عامل نفوذ و تأثیر عمده بر اراده، عبارتند از: فکر، بدن و شرایط اجتماعی. ابتدا، آنچه در فکر خود بدان می‌اندیشیم، احساسی را ایجاد می‌کند که منتهی به تصمیم و کردار می‌شود. دوم، بدن عبارت است از مجموعه کردارهای پیچیده درونی انگیزه‌ها که بر اراده ما تأثیر می‌گذارد. بیشتر سیستم بدنی ما، بدون اراده ما کار می‌کند، اما زمانی که بدن ما نیاز خاصی (مثل خوراک یا آب) دارد، از طریق حواس (کرسنگی یا تشنگی)، نیاز خود را به فکر و مغز ما ابراز می‌کند و به مغز هشدار می‌دهد که پیامی به اراده بفرستد: **همین حالا غذا بخور**. و بالاخره، اراده ما تحت تأثیر ساختار و اوضاع اجتماعی نیز قرار دارد. ما به شدت از اطرافیانمان تأثیر می‌پذیریم که اصطلاحاً آن را «فشار همسالان» (peer pressure) می‌نامند.

اراده به خودی خود نه قوی است و نه ضعیف. اراده مثل یک اسب، تنها یک وظیفه بر عهده دارد و آن این است که دستورات سوار خود (فکر، که تحت‌تأثیر بدن و محیط اجتماعی قرار دارد) را انجام دهد. بنابراین، تغییر یا عدم تغییر به هیچ وجه برآیند اراده نیست. تغییر زمانی اتفاق می‌افتد که عوامل تأثیرگذار مذکور تغییر کنند. اما خبر خوش این است که ما می‌توانیم این عوامل تأثیرگذار را مهار کنیم و تغییر دهیم. هنگامی که فکرهای تازه، عادات و شیوه‌های تازه و اوضاع و زمینه‌های تازه‌ای را اختیار کنیم، تغییر به وقوع می‌پیوندد.

روایت عیسی: ما به طور غیرمستقیم تغییر می‌کنیم

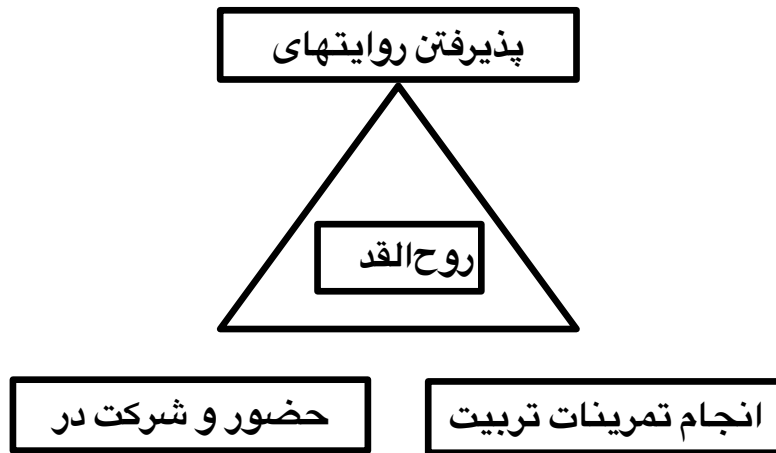
عیسی می‌دانست مردم چگونه تغییر می‌کنند و به همین خاطر بود که تعالیمش را در غالب داستان بیان می‌کرد. او با استفاده از روایت و داستان، شناخت و برداشت خود را از خدا و از جهان تشریح می‌کرد: «پادشاهی خدا همچون دانه خردل است.» «مردی دو پسر داشت...» اگر ما روایت عیسی درباره خدا را بپذیریم، خدا را به‌درستی خواهیم شناخت، و کارها و اعمال درست در پی آن خواهد

آمد. اما خلاف این نیز صادق است. ما نه با بسیج قوه اراده خود، بلکه با تغییر طرز فکرمان است که تغییر می‌کنیم، که این تغییر رفتار و محیط اجتماعی‌مان را نیز در بر می‌گیرد. ما به طور غیرمستقیم تغییر می‌کنیم. ما آنچه را که می‌توانیم باید انجام دهیم تا قادر شویم که آنچه را به طور مستقیم نمی‌توانیم انجام دهیم، به عمل آوریم. ما از طریق فرآیندی که غیرمستقیم است تغییر می‌کنیم.

پیتون مَنینگ Payton Manning این فرآیند غیرمستقیم را بکار گرفت. او در «سوپر بال ۶۱» تیم خود را برنده کرد. در شب مسابقه، باران می‌بارید و توپ لغزنده شده بود. به دفعات از دست رکس گروسمن Rex Grossman، بازی کن «کوارتر بک» تیم بازنده، توپ بر زمین افتاد. اما از دست پیتون مَنینگ «کوارتر بک» تیم برنده، توپی بر زمین نیفتاد. چندین هفته بعد از مسابقه، خبرنگاری متوجه شد که در طول سال گذشته، هر هفته پیتون از بازیگر میانه (کسی که توپ را به سرعت از زمین برمی‌داشت و برایش پرتاب می‌کرد) Jeff Saturday، می‌خواست که توپ را خیس آب به سمت او پرتاب کند. علی‌رغم اینکه تیم آنان نیمی از مسابقاتشان را در سالنهای سرپوشیده برگزار می‌کردند، اما پیتون به طور مرتب گرفتن توپ خیس را تمرین کرده بود تا اگر باران بارید، آمادگی گرفتن توپ را داشته باشد. مَنینگ آنچه می‌توانست را انجام داد (تمرین مداوم برای گرفتن توپ خیس) تا بتواند از عهده انجام آنچه بدون آمادگی و تمرین نمی‌توانست انجام دهد، برآید (بازی خوب در هوای بارانی).

ما تنها با گفتن اینکه، «من می‌خواهم تغییر کنم»، تغییر نمی‌کنیم. باید بررسی کنیم و ببینیم که افکار ما چگونه است (چه روایت‌هایی را باور داریم) و رفتارمان چگونه است (انطباط‌های روحانی) و با چه کسانی در ارتباط هستیم (زمینه اجتماعی). اگر آن چیزها را تغییر دهیم – که می‌توانیم تغییرشان دهیم – آنگاه تغییر به طور طبیعی در ما به وقوع می‌پیوندد. برای همین بود که عیسی گفت "یوغ" او سبک است. اگر ما هم به چیزهایی که او فکر می‌کرد، فکر کنیم، و کارهایی را که او انجام می‌داد، انجام دهیم و اوقاتمان را با کسانی که با آنان هم‌فکر و هم‌عقیده هستیم، بگذرانیم، شبیه عیسی خواهیم شد و این تغییر دشوار نخواهد بود. اگر کسی بعد از مسابقه فوتبال آمریکایی از پیتون مَنینگ می‌پرسید، «بگو ببینم، آیا گرفتن آن توپ خیس در هوا برای کار سختی بود یا نه؟» به احتمال زیاد این پاسخ را می‌شنید که، «نه، چون وقتی کسی مرا تماشا نمی‌کند، به طور مرتب این کار را تمرین می‌کنم.» این بهترین نمونه از فرآیند تغییر غیرمستقیم است.

من معتقدم به اینکه شیوه‌ای معتبر و قابل اعتماد برای تغییر قلب ما وجود دارد. شیوه‌ای که نه پیچیده است و نه دشوار، و به قوه اراده ما نیز متکی نیست. بگذارید با مثلث تبدیل شروع کنیم. این مثلث شامل چهار عنصر است: (۱) تغییر داستان‌هایی که در سر داریم، (۲) به‌کارگیری و انجام تمرینات و فعالیت‌هایی تازه (۳) گفتگو و تبادل افکار با کسانی که در همین مسیر هستند، (۴) هدایت از روح القدس در همه این عوامل.



شکل ۱. چهار جزء تبدیل

قدم اول: تغییر دادن روایات خود

ما موجوداتی هستیم که با داستان‌هایمان زندگی می‌کنیم. از همان اوان کودکی، والدین ما داستان‌هایی را برایمان تعریف کرده‌اند که به ما کمک کرده تا بتوانیم تفسیر کنیم که زندگی چگونه است و یا اینکه چگونه باید باشد. ما به طور طبیعی به سوی داستان‌ها کشیده می‌شویم و باید آنها را تا به انتها دنبال کنیم چراکه داستان‌ها برایمان هیجان‌آورند. عیسی عمدتاً تعالیمش را به شکل داستان بیان می‌کرد. شاید یکی از دلایل آن این باشد که داستان‌ها در خاطر می‌مانند. ما شاید نتوانیم بیشتر (یا هیچ‌یک از) «خوشا به حالها» را به خاطر بسپاریم، اما همگی داستان پسر گمشده را به خاطر داریم.

وقتی تجربه‌ای مهم را پشت سر می‌گذاریم – تجربه‌ای که ما را شکل می‌دهد – آن تجربه را به صورت داستان درمی‌آوریم. به عنوان مثال، یکی از تجربیات چشمگیر دوران کودکی شما شاید جشن تولدی باشد که در آن هدیه‌ای را که آرزوی گرفتنش را داشتید، گرفتید. ممکن است تمام

جزئیات آن روز را به خاطر نیاورید، اما آن را به صورت روایتی به یاد دارید، مثلاً این را که چه کسی در آن جشن حاضر بود، چه حرفهایی زده شد، چه احساسی داشتید و این را که کیک تولدتان چه شکلی بود.

روایت، «کارکرد محوری ... فکر انسان است.» ما همه چیز را به صورت داستان درمی‌آوریم تا بتوانیم زندگی را معنی کنیم. ما «به شکل روایتی خواب می‌بینیم، خیال‌پردازی می‌کنیم، به خاطر می‌سپاریم، انتظار می‌کشیم، امید می‌بندیم، دلسرد می‌شویم، باور می‌کنیم، شک می‌کنیم، نقشه می‌ریزیم، تجدید نظر می‌کنیم، انتقاد می‌کنیم، تشویق می‌کنیم، غیبت می‌کنیم، یاد می‌گیریم، به شکل روایتی کینه می‌ورزیم و محبت می‌کنیم.» در واقع، ما نمی‌توانیم از روایتها دوری گزینیم. ما موجوداتی داستان-محوریم. داستانهای ما به ما کمک می‌کنند تا در جهان پیرامون خود حرکت کنیم، درست را از نادرست تشخیص دهیم و آنچه را اتفاق می‌افتد معنا کنیم («پس نتیجه اخلاقی‌ای که از این داستان می‌گیریم این است که ...»).

روایتها انواع و اقسام گوناگون دارند: **روایت‌های خانوادگی** داستان‌هایی هستند که آنها را از خویشاوندان نزدیکمان یاد می‌گیریم. والدین ما از راه داستانها، جهان‌بینی و نظام اخلاقی خود را برای ما بازگو می‌کنند. پرسشهایی کلیدی همچون «من چه کسی هستم؟ چرا به این دنیا آمده‌ام؟ آیا ارزشمندم؟» از همان ابتدا از طریق روایتها پاسخ داده می‌شوند. **روایت‌های فرهنگی** روایت‌هایی هستند که آنها را بسته به اینکه در کدام نقطه از جهان رشد می‌کنیم و به بلوغ می‌رسیم، یاد می‌گیریم. ما ارزشهایمان را در غالب داستانها و تصاویر از فرهنگی که در آن بزرگ می‌شویم، یاد می‌گیریم (مثلاً این را که چه چیزهایی مهم هستند، و یا اینکه چه کسی موفق است). به عنوان مثال، به امریکایی‌ها از راه داستانهای مربوط به پیشینان (انقلاب، مهاجران اولیه و پیشتازان)، ارزش "فردگرایی مبتنی بر قدرت و طاقت"، یاد داده می‌شود. همچنین **روایت‌های دینی** هستند - داستان‌هایی که آنها را از منبر کلیسا، کلاسها و کتب دینی می‌آموزیم تا به ما در فهم اینکه خدا کیست، خدا از ما چه می‌خواهد و اینکه ما چگونه باید زندگی کنیم، کمک کنند. و در آخر، **روایت‌های عیسی** را داریم، یعنی داستانها و تصاویری که عیسی برای کشف و پرده‌برداری از شخصیت خدا برای ما ارائه می‌دهد.

ما به وسیله داستانهایمان شکل گرفته‌ایم. در واقع، هنگامی که داستانهای ما در ما جا افتادند، صرف‌نظر از اینکه دقیق یا مفید باشند، اکثر رفتارهای ما را رقم می‌زنند. وقتی این داستانها در

افکار ما بایگانی شدند، بیشترشان بدون اینکه آنها را ارزیابی کنیم و به چالش بکشیم، تا وقت مرگ همان‌جا باقی می‌مانند. و نکته اصلی در اینجا است که این روایتها زندگی ما را می‌چرخانند (و اغلب آن را ویران می‌کنند). برای همین بسیار حیاتی و سرنوشت‌ساز است که روایتهای درست را برای خود برگزینیم.

در حینی که قسمت مربوط به روایتها را می‌خوانید، متوجه چه چیزهایی می‌شوید که موجب شکل‌گیری طرز فکر شما نسبت به جهان شده است؟

هنگامی که روایتها را در درون فرمان "پیدا کردیم"، می‌توانیم آنها را با روایتهای عیسی بسنجیم. چون عیسی پسر ازلی و ابدی خداست، کسی خدا و یا ماهیت و معنای زندگی را بهتر از او نمی‌شناند. روایتهای عیسی، روایتهایی راستین‌اند. او خودش راستی است. بنابراین، راهل این است که روایتهای عیسی را برای خود بپذیریم.

عیسی، پدر خود را بر ما آشکار کرد. عهد جدید خدایی را مکشوف می‌کند که مملو از نیکویی و قدرت و محبت و زیبایی است. شناخت خدای عیسی در واقع شناخت واقعی خدای حقیقی است.

برای تغییر کردن، ابتدا باید فرمان را تغییر دهیم. اولین جمله‌ای که عیسی در اولین موعظه خود گفت، این بود که، «توبه کنید [metanoia] زیرا پادشاهی خدا نزدیک است.» فعل Metanoia به تغییر فکر یک شخص اشاره می‌کند. عیسی می‌دانست که تبدیل در ذهن آغاز می‌شود. پولس رسول نیز در نامه خود به همین موضوع اشاره می‌کند: «و دیگر همشکل این عصر مشوید، بلکه با نوشدن ذهن خود دگرگون شوید. آنگاه قادر به تشخیص اراده خدا خواهید بود، اراده نیکو، پسندیده و کامل او» (رومیان ۱۲: ۲).

ممکن است روایتهای خانوادگی، فرهنگی و حتی دینی ما ریشه در پادشاهی این دنیا داشته باشند. ما به عنوان پیروان مسیح خوانده شده‌ایم که «به آنچه در بالاست بیندیشیم» (کولسیان ۳: ۲). و بیش از هر چیز دیگر، خوانده شده‌ایم که همان طرز فکری را داشته باشیم که عیسی داشت: «همان طرز فکر را داشته باشید که مسیح عیسی داشت» (فیلیپیان ۲: ۵). از طریق پذیرفتن و از آن خود

کردن روایتهای عیسی است که می‌توانیم فکر مسیح را داشته باشیم. وقتی روایتهای درست را جایگزین کردیم، تغییر شروع خواهد شد. اما به دست آوردن اطلاعات و ایده‌های درست، تازه آغاز راه است.

قدم دوم: انجام تمریناتی برای تربیت نفس

هنگامی که روایتهای صحیح را فهمیدیم و پذیرفتیم، باید از طریق انجام تمرینات ویژه‌ای به منظور واقعیت بخشیدن به این روایات، کاری کنیم تا آنها نه تنها در فکر ما، بلکه در بدن و نفس ما نیز عمیقاً ریشه بدوانند. شما می‌توانید این تمرینات را، "انضباطهای روحانی" بخوانید، اما من شخصاً ترجیح می‌دهم آنها را "تمرینات تربیت نفس" بنامم. این بدان دلیل است که انضباطهای روحانی در واقع به هیچ وجه روحانی نیستند. تصور اینکه این انضباطها "روحانی" هستند، منجر به این می‌شود که مردم آنها را به صورت فعالیت‌هایی منفرد انجام دهند که هدفی جز "روحانی‌تر کردن آنان ندارد، که اصلاً منظور از "روحانی" نیز مشخص نیست. این فعالیتها بدون داشتن هدفی مشخص، و اغلب برای به دست آوردن خشنودی خدا یا دیگران انجام می‌شوند. انضباطهای روحانی، حکمت هستند و نه پارسایی. به‌رتقدیر، آنها تمریناتی حکیمانه هستند برای تربیت و تبدیل قلبهای ما.

آیا شما در زندگی خود تمرینات روحانی
(مثل دعا کردن، مطالعه کتاب مقدس، و یا
به خلوت رفتن) را انجام داده‌اید؟ اگر
انجام داده‌اید، قصدتان از این کار چه
بوده و نتیجه‌ای از آن گرفته‌اید؟

ورزشکاران از ضرورت و اهمیت تربیت بدن آگاه‌اند. آنها می‌دوند، ماهیچه‌های خود را با وزنه تقویت می‌کنند و همیشه در حال تمرینند تا بتوانند به گونه‌ای طبیعی و به آسانی و با توانمندی اجرایی خوب از خود در مسابقات ارائه دهند. پولس در قسمت‌های مختلف از نامه‌های خود، زندگی مسیحی ما را با تمرینات یک ورزشکار مقایسه می‌کند (اول قرن‌تین ۹: ۲۵؛ اول تیموتائوس ۴: ۷ و ۸؛ دوم تیموتائوس ۲: ۵). به همین ترتیب، هنگامی که ما خود را درگیر انضباطهای روحانی می‌کنیم و آنها

را به عنوان تمریناتی برای تربیت نفس انجام می‌دهیم، در واقع با این کار نحوه زندگی خود را تغییر می‌دهیم.

انضباط‌های روحانی باید تأثیری درمان‌کننده داشته باشند. افرادی که تحت تن‌درمانی قرار می‌گیرند، خود را وقف تمریناتی مثل کشیدن عضلات و برداشتن وزنه می‌کنند تا به توانایی‌هایشان افزونی بخشند. این تمرینات تربیت نفس را نیز باید به همین‌گونه انجام داد. ما این تمرینات را (حتی اگر درمان هم بیاید) انجام می‌دهیم چون می‌خواهیم در کارکردهایمان پیشرفت کنیم. این تمرینات بخشی اساسی از فرآیند تبدیل افکار، احساسات و انگیزه‌های ما هستند.

قدم سوم: حضور و شرکت در جامعه

ما انسانها برای زندگی جمعی ساخته شده‌ایم. همان‌طور که تثلیث ابدی (پدر، پسر و روح‌القدس) در جمع و با هم زندگی می‌کنند، همچنین ما نیز که به شباهت خدا خلق شده‌ایم باید در یک جامعه زندگی کنیم و یکدیگر را دوست بداریم. اما متأسفانه اغلب اوقات، ما به شکل‌گیری روحانی به صورت تقلائی بسیار فردی نزدیک می‌شویم. شاید فکر می‌کنیم رشد روحانی امری است شخصی و انفرادی تا یک فعالیت مشترک و گروهی.

تجربه شما از مشارکتها و اجتماعات

مسیحی چه بوده است؟

شکل‌گیری روحانی در یک بافت جمعی است که به گونه‌ای اساسی و عمیق روی می‌دهد. شرکت در یک گروه اجازه می‌دهد دیگران بر ما تأثیر گذاشته، به ما انگیزه ببخشند و ما را تشویق کنند (عبرانیان ۱۰: ۲۴). بهترین راه استفاده از این کتاب برای ایجاد تغییر کامل و ماندنی این است که آن را با دیگران بخوانیم. البته شما می‌توانید این کتاب را به تنهایی بخوانید و تمریناتش را نیز چنانکه دوست دارید انجام دهید، اما تحقیقات من در این مورد نشان می‌دهد که خواندن این کتاب به طور انفرادی کمترین میزان تغییر را در بر دارد.

قدم چهارم: کار روح القدس

روح القدس آن عضوی از تثلیث است که اغلب بدان کمترین توجه مبذول می‌شود. ما به خدای پدر دعا می‌کنیم، و هرگاه در اناجیل درباره عیسی می‌خوانیم، می‌توانیم او را در سیمایی بشری مجسم کنیم. اما در بیشتر اوقات زندگی، روح القدس توجه ما را به خود اختصاص نمی‌دهد. من بدین باور رسیده‌ام که روح القدس از این بابت دلخور نیست.

هدف همیشگی روح القدس این است که توجه ما را نه به سوی خود، بلکه به سوی پدر و پسر معطوف کند. با این حال، همه آنچه در زندگی مسیحی ما بر ما واقع می‌شود، کار روح القدس است. وقتی از زندگی خود ناراضی می‌شویم، این روح القدس است که با ملایمت ما را به سمت مسیح سوق می‌دهد. روح القدس با هدفی واحد وقایع زندگی ما را طوری سازماندهی می‌کند که ما را شاگرد مسیح سازد. روح القدس با ظرافت خاص و بی سر و صدا در زندگی ما عمل می‌کند به طوری که اغلب متوجه عملکرد او نمی‌شویم. تغییرات هنگامی بوقوع می‌پیوندند که روح القدس در کار باشد.

روح القدس و روایات: عیسی به شاگردان خود گفت که بعد از ترک آنان و صعودش به آسمان، خدای پدر روح القدس را خواهد فرستاد تا آنان را هدایت کند: «اما آن مدافع، یعنی روح القدس، که پدر او را به نام من می‌فرستد، او همه چیز را به شما خواهد آموخت و هرآنچه من به شما گفتم، به یادتان خواهد آورد» (یوحنا ۱۴: ۲۶). روح القدس آن معلم نامرئی است که ما را به سوی عیسی هدایت می‌کند و کلام او را به یاد ما می‌آورد. بدین معنا، روح القدس آن کسی است که ما را مدد می‌کند تا روایتهای خود را با روایتهای عیسی عوض کنیم. او ما را در مسیر دور شدن از روایتهای اشتباه و جایگزین کردن آنها با روایتهای راستین رهبری می‌کند: «اما چون روح راستی آید، شما را به تمامی حقیقت راهبری خواهد کرد» (یوحنا ۱۶: ۱۳).

حتی ایمان آوردن ما به عیسی مسیح نیز متکی به کار روح القدس است: «هیچکس جز به واسطه روح القدس نمی‌تواند بگوید "عیسی خداوند است"» (اول قرننتیان ۱۲: ۳). تصمیم ما برای پیروی از عیسی و پذیرفتن او به عنوان خداوند و نجات‌دهنده تنها به خاطر اینکه روح القدس ما را به این حقیقت هدایت کرده، ممکن شده است. هنگامی که روایتی نادرست، مانند این را که «خدا داوری است غضبناک که مترصد مجازات ماست» را با روایت عیسی که خدا "آبایی است با محبت، جایگزین می‌کنیم، این نیز کار روح القدس است.

پولس می‌گوید: «چرا که شما روح بندگی را نیافته‌اید تا باز ترسان باشید، بلکه روح پسرخواندگی را یافته‌اید که به واسطه آن ندا درمی‌دهیم: "آبا، پدر." و روح خود با روح ما شهادت می‌دهد که ما فرزندان خداییم» (رومیان ۸: ۱۵ و ۱۶). من عبارت «روح خود با روح ما شهادت می‌دهد» را بسیار دوست دارم. روح القدس با شهادت دادن به راستی، روایتهای نادرست ما را تغییر می‌دهد. دو رابطه بسیار مهمی که ما داریم، رابطه ما با عیسی به عنوان خداوند (در یونانی *kyrios*)، و رابطه ما با خدا به عنوان پدر (آبا در زبان آرامی که عیسی به آن سخن می‌گفت، یعنی "بابا") است. ما فقط به واسطه کار روح القدس که این روایتهای راستین را به ما عرضه می‌کند، می‌توانیم عیسی را به عنوان خداوند خود و خدا را به عنوان "بابا"ی خود بشناسیم.

روح القدس و تربیت نفس: هنگامی که ما خود را وقف تمرینات روحانی می‌کنیم، روح القدس می‌آید و در کنار ما، درون ما و گرداگرد ما قرار می‌گیرد. اگر به خاطر کار روح القدس نبود، هیچ‌یک از تمرینات تربیت نفس که ما انجام می‌دهیم، نتیجه‌ای نمی‌داشت. وقتی کتاب مقدس را باز می‌کنیم و به آرامی شروع به خواندن آن و گوش دادن به خدا می‌کنیم، روح القدس است که افکار ما را منور می‌کند و کلامی مستقیم از خدا به ما می‌بخشد. حتی دعا که ما اغلب فکر می‌کنیم خودمان آغازگر آن هستیم نیز از روح القدس ناشی می‌شود: «و روح نیز در ضعف ما به یاری‌مان می‌آید، زیرا نمی‌دانیم چگونه باید دعا کنیم. اما روح با ناله‌هایی بیان‌ناشدنی، برای ما شفاعت می‌کند» (رومیان ۸: ۲۶). وقتی دعا می‌کنیم، به تنهایی دعا نمی‌کنیم. روح القدس با ظرافت ما را به دعا برمی‌انگیزد و پیش از ما و با ما و برای ما دعا می‌کند.

وقتی سکوت می‌کنیم و یا به خلوت می‌رویم، وقتی به انجام خدمتی مشغول می‌شویم و یا زندگی ساده و بی‌آلایش را پی می‌گیریم، این روح القدس است که ما را یاری می‌دهد و تشویق می‌کند. وقتی موقع انجام تمرینات در دفترچه‌هایمان در حین دعا و تأمل چیز تازه‌ای کشف می‌کنیم یا نسبت به آن هشیار می‌گردیم، باز هم این روح القدس است که در گوشه‌های ما واقعیت‌هایی را که موجب تبدیل ما می‌شود، نجوا می‌کند. بازشناسی صدای روح القدس چندان هم ساده نیست، اما هرچه بیشتر به واسطه انجام این تمرینات تربیت نفس، خود را به خدا تسلیم می‌کنیم، توانایی شنیدنمان افزایش می‌یابد. با این حال، اگر به خاطر حضور و کار روح القدس نبود، انجام تمامی این تمرینات و فعالیتها ثمری به بار نمی‌آورد.

روح القدس و جامعه ایمانی: روح القدس همچون یک رهبر ارکستر، زندگی اشتراکی دعا و پرستشی و شکرگزاری ما را سازماندهی و تنظیم می‌کند. اما برخلاف یک رهبر انسانی، روح القدس به هر یک از ما عطایا و فیضهایی برای استفاده به جهت منفعت همگان ارزانی می‌دارد (نگاه کنید به اول قرنتیان باب ۱۲). وقتی به موعظه‌ای گوش فرا می‌دهیم که قلبمان را لمس می‌کند، روح القدس است که نه تنها به واعظ الهام می‌بخشد، بلکه دل‌های ما را نیز نرم و گوشه‌ایمان را باز می‌کند.

در کتاب اعمال رسولان، در حالی که جامعه مسیحی اولیه یاد می‌گرفت که چگونه در کنار هم زندگی و در خدمت عیسی شرکت کند، روح القدس را در همه داستانها می‌بینیم. یکی از داستانهای مورد علاقه من، اعمال باب ۱۳ آیات ۲ و ۳ است، یعنی زمانی که روح القدس جمع شاگردان را برانگیخت تا برنابا و پولس را برای خدمت بفرستند: «هنگامی که ایشان در عبادت خداوند و روزه به سر می‌بردند، روح القدس گفت: "برنابا و سولس را برای من جدا سازید، به جهت کاری که ایشان را بدان فرا خوانده‌ام." آنگاه، پس از روزه و دعا، دست بر آن دو نهاده، ایشان را روانه سفر کردند». اگر به متن توجه کنید، متوجه می‌شوید که آنان با هم (در جمع) در عبادت و روزه به سر می‌بردند (در انضباطهای روحانی مشغول بودند)، که روح القدس با ایشان صحبت کرد. روح القدس می‌توانست به طور مستقیم با هر یک از آنان صحبت کند، اما در عوض، تصمیم گرفت که با جمع آنان سخن بگوید. آنگاه آنان بر برنابا و پولس دست نهاده، ایشان را روانه سفر کردند.

به نظر شما، تأثیر متقابل روح القدس با

سه جزء دیگر تغییر چیست؟

هنگامی که ما در رفاقت و مشارکت مسیحی با هم جمع می‌شویم، باز هم روح القدس به شکلی نامحسوس با این قصد واحد که به محبت ما به عیسی و خدا عمق بیشتری ببخشد، در کار است. زمانی که جمعی را در خواندن این مطالب هدایت می‌کردم، احساس کردم که روح القدس مرا برمی‌انگیزد تا مکث کنم و پانزده دقیقه آخر وقت باقیمانده را با هم صرف دعا در دسته‌های کوچک سه نفری کنیم. افراد را تشویق کردم به اینکه درباره مواردی که می‌خواهند برایشان دعا شود، کمی توضیح دهند و بعد چند دقیقه را به دعا برای موضوعات مشخص صرف کنند. دیری نگذشت که به اطراف نگاه کردم و دیدم که افراد گریه می‌کنند. پانزده هفته بود که ما با هم بودیم، اما فقط زمانی که قلب خود را برای یکدیگر باز کردیم و اجازه دادیم که روح القدس ما را هدایت کند، تبدیل به یک جمع واقعی و صمیمی شدیم.

دگرگونی: ثمره روح القدس

آنچه کریگ در فرودگاه آتلانتا از خود نشان داد چیزی نبود جز ثمره روح القدس. پولس فهرستی از سجایایی را که در نتیجه کار روح القدس وارد قلبهای ما می‌شود، به ما عرضه می‌کند: «اما ثمره روح، محبت، شادی، آرامش، صبر، مهربانی، نیکویی، وفاداری، فروتنی و خویشتنداری است» (غلاطیان ۵: ۲۲ و ۲۳). ما نمی‌توانیم با ساییدن دندانهایمان صبر به دست آوریم و یا با بسیج کردن اراده‌مان، مهربان شویم. ما نمی‌توانیم با تلاش و تقلای خود سخاوتمند شویم. این "ثمره"، کار روح القدس است. درست مثل میوه یک درخت، این ثمره هم به طور طبیعی از درون به بیرون نشو و نما می‌یابد.

وقتی روح القدس روایتهای ما را به قدری کافی تغییر داد، کمکم به گونه‌ای متفاوت فکر می‌کنیم. در نتیجه شروع می‌کنیم به ایمان داشتن و اعتماد کردن به خدای نیکو و پرمحبتی که نیرومند و قدرتمند است. شروع می‌کنیم به دیدن اینکه چگونه عیسی زندگی کاملی را که ما نمی‌توانیم زندگی کنیم، زیست و با تقدیم آن به خدا از جانب ما، ما را از لزوم کسب محبت و خشنودی خدا آزاد کرد. و در حینی که خود را سرگرم انجام تمرینات تربیت نفس می‌کنیم – مخصوصاً وقتی این تمرینات را در یک جمع مسیحی انجام می‌دهیم – اعتماد ما به اینکه خدا در ما و در میان ما عمل می‌کند، افزایش می‌یابد. این تغییری درونی در ما پدید می‌آورد که خود را در رفتارهای بیرونی ما نشان می‌دهد.

حال، وقتی با تأخیر زمان پرواز در فرودگاه مواجه می‌شویم، می‌توانیم نفسی عمیق بکشیم و به یاد آوریم که چه کسی هستیم. مثل کریگ، ما هم می‌توانیم در این آزمایشات، با محبت و خوشی و آرامش و صبر و مهربانی، تحمل کنیم.

بیایید و ببینید

شرح داستانی را که عیسی برای اولین بار دو تن از شاگردان خود را می‌بیند، بسیار دوست دارم. آن دو در واقع شاگردان یحیای تعمید دهنده بودند، اما یحیی تشویقشان می‌کند از پی عیسی بروند. وقتی عیسی متوجه می‌شود که آنها از پی‌اش می‌آیند، می‌ایستد و از آنان می‌پرسد: «چه می‌خواهید؟» گفتند: "رَبِّی (یعنی ای استاد)، کجا منزل داری؟" پاسخ داد: "بیایید و ببینید." پس رفتند و دیدند کجا منزل دارد و آن روز را با او به سر بردند» (یوحنا ۱: ۳۸ و ۳۹).

عیسی به سادگی می‌پرسد که چه می‌خواهند. این سؤال بسیار مهمی است که باید به دفعات از خود بپرسیم. شما واقعاً چه می‌خواهید؟ آنچه ما واقعاً مشتاقش هستیم و بیش از هر چیز دیگر بدان علاقمندیم، تعیین می‌کند که زندگی‌مان را چگونه برنامه‌ریزی می‌کنیم.

به پاسخ عجیب و غیرمنطقی آن دو توجه کنید که به پرسش ساده عیسی می‌دهند: «رَبِّی، کجا منزل داری؟». با این حال، عیسی از قلب آنان خبر دارد. آنان از پی او می‌روند زیرا مشتاقند که یک زندگی خوب و زیبا داشته باشند و امیدوارند که عیسی آنان را بدان هدایت کند. عیسی به آنان پاسخی ساده و در عین حال بسیار عمیق می‌دهد: «بیایید و ببینید.» او به هر دو سؤال آنان پاسخ می‌دهد، هم به اینکه کجا منزل دارد، و هم به آنچه آنان بیش از هر چیز دیگر در جستجویش بودند. عیسی می‌داند که اگر آنان از پی او بروند، به آنچه حقیقتاً در زندگی در پی‌اش هستند، خواهند رسید.

عیسی تو را خوانده تا یکی از شاگردان او باشی. من این را می‌دانم چون شما این کتاب را می‌خوانید. روح القدس شما را از راه اشتیاقاتان به داشتن زندگی‌ای عمیق‌تر، ایمانی اصیل‌تر و امیدی مطمئن‌تر به خدایی که عیسی او را می‌شناسد، تا بدینجا رسانیده است. عیسی شما را دعوت کرده تا یکی از شاگردان او بشوید. این به خاطر توانایی یا مهارت شما نیست، بلکه به این خاطر است که او می‌داند هرگاه شما یاد بگیرید که چگونه مثل او فکر کنید و کارهایی را انجام دهید که او می‌کرد، آنگاه می‌توانید زندگی شگفت‌انگیزی داشته باشید. شاید کوهها را جابه‌جا نکنید و بر روی آب راه نروید، اما مطمئنم که کم‌کم می‌توانید یاد بگیرید که چگونه صبور و مهربان باشید، چگونه کسانی را که به شما آسیب رسانده‌اند، ببخشایید و چگونه برای دشمنانتان دعا و طلب برکت کنید. این هم درست به اندازه راه رفتن بر روی آب، اعجاب‌آور و معجزه‌آساست.

باشد که عاشق آن خدایی شوید که عیسی می‌شناسد.

تربیت نفس

خواب

امروزه، دشمن شماره یک در شکل‌گیری روحانی یک مسیحی، خستگی است. ما هم از نظر مالی و هم از نظر جسمی، ورای منابع و دارایی‌مان زندگی می‌کنیم. در نتیجه، نسبت به خواب که یکی از اساسی‌ترین فعالیتها (یا ضد فعالیتها) زندگی بشری است، بی‌توجهی می‌کنیم. بنا بر تحقیقات بی‌شمار، یک فرد عادی برای حفظ سلامت خود نیاز به ۸ ساعت خواب در طول شبانه‌روز دارد. این به من می‌گوید که خدا ما انسانها را طوری طراحی کرده که یکسوم از زندگی‌مان را در خواب بگذرانیم. این فکر بسیار مدهوش‌کننده است. ما ساخته شده‌ایم که قسمت بزرگی از زندگی‌مان را در بیکاری بگذرانیم. اگر در این امر قصور ورزیم، به سلامت جسم خود آسیب رسانیده، انرژی‌مان را از دست خواهیم داد و ثمربخشی‌مان کاهش خواهد یافت. فقدان و کمبود خواب ما، اغلب به دیگران هم صدمه می‌زند. تعداد کسانی که به وسیله رانندگان خواب‌آلوده کشته می‌شوند، از تعداد آنانی که به وسیله رانندگان مست کشته می‌شوند، بیشتر است.

دکتر سیانگ-یانگ تن (Siang-Yang Tan) در کتاب بی‌نظیر خود تحت عنوان "استراحت" (Rest)، یکی از گفته‌های آرچ هارت (Arch Hart) را نقل قول کرده، می‌نویسد: «امروزه ما بیش از هر وقت دیگری در تاریخ نیاز به استراحت داریم.» دکتر تن در ادامه، در کتاب خود نشان می‌دهد که چگونه در سال ۱۸۵۰ یک فرد متوسط آمریکایی شبی ۹ ساعت و نیم می‌خوابید. امروزه، یک فرد متوسط آمریکایی کمتر از ۷ ساعت در شب می‌خوابد. میزان خواب ما از میزان خواب لازم کمتر شده و در نتیجه در سطوح متعددی رنج می‌بریم. بنا بر نظرسنجی بنیاد خواب ملی، ۴۹ درصد بزرگسالان آمریکایی مشکلاتی در رابطه با خواب دارند و از هر شش نفر هم یک نفر بی‌خوابی مزمن دارد. دوستی دارم که دکتر است. او به من می‌گفت که اکثر نسخه‌های مکرری که برای مریضان خود می‌نویسد، در رابطه با مشکلات مربوط به خواب آنان است.

بر خلاف این، «انجمن ملی سلامت فکر» پژوهشی انجام داد که طی آن به شرکت‌کنندگان اجازه داده شد که هر شب «تا جایی که می‌توانند، بخوابند». به طور متوسط، هر یک از آنان شبی ۸ ساعت و نیم خوابیدند. کسانی که در این تحقیق شرکت کردند، می‌گفتند که خوشحالت‌ترند، کمتر

احساس خستگی می‌کنند و از خلاقیت، انرژی و ثمردهی بیشتری برخوردارند. خدا ما را ساخته تا ناظران بدن، فکر و جان خود باشیم. باید با مراقبت از بدن‌هایمان شروع کنیم و از قرار معلوم برای این کار باید شبی هفت تا هشت ساعت بخوابیم. غفلت در این کار منجر به خستگی و در نتیجه ضعف و از کار افتادگی در عرصه‌های دیگر زندگی خواهد شد.

اما اینها با شکل‌گیری روحانی مسیحی چه ارتباطی دارند؟ انسان صرفاً روحی نیست که در یک بدن مسکن گزیده باشد. روح و بدن ما با هم و متحدند. اگر بدن ما سختی بکشد، روحمان نیز سختی خواهد کشید. ما نمی‌توانیم در راستای جستجوی رشد روحانی، بدن‌هایمان را نادیده بگیریم. در حقیقت، نادیده گرفتن و کم‌اهمیت شمردن بدن، به ناچار مانع رشد روحانی شده، آن را به تأخیر می‌اندازد. هر چه در زندگی انجام می‌دهیم، منجمله‌های تمریناتی برای شکل‌گیری روحانی، همه را در بدنمان و با بدنمان انجام می‌دهیم. اگر بدن ما به اندازه‌ی کافی استراحت نکند، قوایمان به تحلیل می‌رود و توانایی دعا، خواندن کتاب‌مقدس، خلوت‌گزیدن و یا حفظ کردن آیاتمان هم به حداقل خود می‌رسد.

موضوع اصلی این فصل در واقع نشان دادن این امر است که چگونه شکل‌گیری روحانی ترکیبی است از کارهایی که ما انجام می‌دهیم و کارهایی که خدا انجام می‌دهد. ما باید خودمان دست به عمل بزنیم اما با اتکا به خدا که آنچه را که برای تغییر لازم است، فراهم می‌کند. بقول معروف از «ما حرکت، از خدا برکت». خواب، نمونه‌ای خوب از ترکیب انضباط و فیض است. شما نمی‌توانید کاری کنید که خوابتان ببرد. و نمی‌توانید بدنتان را مجبور کنید که بخوابد. خواب در واقع چیزی نیست جز عمل تسلیم کردن و اعلان و ابراز اعتماد. با خوابیدن ما می‌پذیریم که خدا نیستیم (چرا که او هرگز نمی‌خوابد)، و این خودش خبر خوبی است. ما نمی‌توانیم خودمان را خواب کنیم اما می‌توانیم شرایط لازم برای خوابیدن را فراهم کنیم.

چنانکه پیشتر تأکید کردم، انضباط‌های روحانی راه‌هایی نیستند که ما را مستحق گرفتن چیزی از خدا کنند بلکه تمرینات حکیمانه‌ای هستند که به خدا اجازه می‌دهند تا ما را تعلیم دهد، تربیت کند و شفا بخشد. با این تمرین شروع کنید و در طول مدتی که بر روی مطالب و داده‌های این کتاب کار می‌کنید (و امیدوارم تا آخر عمرتان این کار را انجام دهید)، به تمرینتان ادامه دهید. در زندگی هیچوقت به نقطه‌ای نمی‌رسید که دیگر به خواب کافی نیاز نداشته باشید.

انضباط خواب

حداقل یک روز در این هفته آنقدر بخوابید که دیگر بیشتر از آن خوابتان نبرد. اگر لازم است، روزی باشد که بتوانید تا دیروقت بخوابید. هدفتان این باشد که بخوابید یا در تختخواب خود بمانید تا وقتی که بتوانید بگویید، کاملاً استراحت کرده‌ام و خستگی‌ام را به در برده‌ام و دیگر نیاز ندارم که حتی دقیقه‌ای دیگر بخوابم یا در تختخوابم بمانم. شاید برای این کار لازم باشد از اعضای خانواده که به کمک شما نیاز دارند، تقاضای همکاری کنید.

اگر قادر به انجام این تمرین نیستید، تمرین دیگری را امتحان کنید: هدفتان را این بگذارید که حداقل در سه شب از این هفته، هفت ساعتش را بخوابید. ممکن است برای رسیدن به این هدف لازم باشد که زودتر از معمول به بستر بروید. نکات زیر رهنمودهایی است که به شما در خواب رفتن کمک می‌کنند:

۱. هر شب سر یک ساعت مشخص بخوابید.

۲. سعی کنید که درست قبل از خواب، به فعالیت‌های تنش‌زا (مثل تلویزیون تماشا کردن یا پشت کامپیوتر وقت صرف کردن) نپردازید.

۳. اگر مواد محرکی (کافئین، یا غذاهای پر ادویه و تند) شما را تحت‌تأثیر قرار می‌دهند، از سر شب از خوردن آنها پرهیز کنید.

۴. خودتان را مجبور به خوابیدن نکنید. اگر احساس خواب‌آلودگی نمی‌کنید، کتاب بخوانید، بر روی یکی از مزامیر تفکر کنید، به موسیقی ملایم گوش دهید، یا اینکه بلند شوید و از پنجره به بیرون چشم بدوزید تا وقتی که خوابتان بگیرد و آن وقت به تخت خود برگردید. تا زمانی که بدن شما آماده خواب نباشد، لولیدن و غلت زدن به خواب رفتن کمک نخواهد کرد.

۵. اگر وسط شب بیدار شدید، از جایتان بلند نشوید، در تخت بمانید و به بدنتان مهلت دهید تا دوباره به خواب برگردد.

حتی با رعایت این نکات، باز هم ممکن است برای داشتن خواب کافی دچار مشکل شوید. اگر چنین بود، شاید بد نباشد که با دکترتان مشورت کنید و ببینید که آیا این موضوع دلیل پزشکی دارد یا نه. همچنین می‌توانید برای گرفتن اندرزهایی دیگر، پیش یک متخصص خواب بروید یا شاید هم بتوانید

به یک مشاور مراجعه کنید تا ببینید که آیا مشکل عاطفی اساسی خاصی است که مانع خوابیدن شما می‌شود یا نه.

برای تأمل

صرفنظر از اینکه این مطالب را با دیگران می‌خوانید یا در تنهایی، پرسشهای زیر به شما در تأمل و تفکر در مورد تجربیاتتان کمک خواهند کرد. در هر حال، شاید ایده بدی نباشد که در دفترچه‌هایتان به این پرسشها پاسخ دهید. اگر با گروهی جمع می‌شوید، دفترچه حاوی یادداشتهایتان را همراه خود بیاورید تا به شما در به یاد آوردن بینشهایتان کمک کنند تا بتوانید تجربیاتتان را با دیگران در میان بگذارید.

۱. آیا توانستید در طول این هفته، هیچکدام از تمرینات مربوطه را انجام دهید؟ اگر توانستید، توضیح دهید که چه کردید و در مورد آن چه احساسی داشتید؟

۲. آیا با انجام این تمرینات، چیز تازه‌ای در رابطه با خدا یا خودتان یاد گرفتید؟ توضیح دهید.

فصل دوم

خدا نیکوست

به یاد دارم روزی را که برای اولین بار دعوت شده بودم تا در کلیسایی موعظه کنم. در طول پرستش برای اولین بار شاهد این روش خاص بودم که چطور رهبر پرستش چیزی را با فریاد اعلان می‌کند و جماعت در جواب، با نعره پاسخ می‌دهند. شبان کلیسا که احساس کرد ممکن است این روش برای من تازگی داشته باشد، بعد از معرفی من به جماعت گفت: «برای اینکه میهمانان را آماده کنیم تا ببیند ما در این کلیسا چگونه عمل می‌کنیم، بیا بید یکی از شعارهای هفتگی‌مان را با هم و به طور متناوب اعلان کنیم. سپس به او نیز فرصت دهیم این روش را امتحان کند تا قلبش برای موعظه حاضر شود.»

سپس مکثی کرد و بعد فریادزنان گفت: «**خدا نیکوست!**» و جماعت در پاسخ فریاد زدند: «**همیشه!**» و بعد باز فریاد زد: «**همیشه ...**» و جماعت با فریادی بلندتر جمله او را تمام کرده، گفتند: «**خدا نیکوست!**» سپس گفت: «حالا جیم ما را هدایت می‌کند.» آنگاه به میکروفون اشاره کرد و من که اصلاً عادت نداشتم فریاد بزنم یا اینکه کسی سرم فریاد بزند، مثل موش جیک جیک‌کنان گفتم: «**خدا نیکوست.**» جماعت برای تحریک و تشویق من، با فریادی بلند پاسخ دادند: «**همیشه!**» و من نمی‌دانم با روح‌القدس پر شدم و یا اینکه آدرنالینم ترشح کرد و یا در نتیجه هردوی آنها، فریاد زدم: «**همیشه!**» و جماعت هوار کشیدند: «**خدا نیکوست!**»

در آن روزها برایم آسان بود فریاد بزنم «خدا نیکوست!» چرا که تا آن موقع در زندگی‌ام چیزی را جز موفقیت و برکت تجربه نکرده بودم. اصلاً برایم مسئله‌ای نبود به کسی بگویم ایمان دارم که خدا به‌راستی و به‌تمامی نیکوست. برای این گفته شواهد زیادی در زندگی‌ام داشتم: خانواده‌ای مهربان، سلامتی، همسری خوب و زیبا، پسری سالم و جوان، شغلی عالی. دوازده سال پیش از آن به مسیح ایمان آورده بودم و از همان لحظه به بعد خدا به وضوح در زندگی‌ام عمل کرده بود. آن روز یکشنبه، فریاد زدن و گفتن اینکه خدا نیکوست، برایم بسیار آسان و طبیعی بود. اما اینها همه در شرف تغییر بود.

«گناه از کیست؟»

خبری که می‌شنیدیم بسیار تکان دهنده و غیرمترقبه بود. دکترها به همسر من گفتند که دختری که همسر من در ۸ ماه گذشته در رحم خود حمل کرده بود، اختلال کروموزومی داشت و به احتمال زیاد این اختلال منجر به مرگ او در حین تولدش خواهد شد. با پریشانی و چشمانی پر از اشک به خانه بازگشتیم. دکترها به قدری خشک و بی‌احساس این خبر بد را به ما اعلام کردند که می‌خواستیم محکم یقۀ آنها را بگیریم و تکانشان بدهیم و بگوییم: «ببخشید، ولی شما دارید دربارهٔ دختر ما حرف می‌زنید نه یک اختلال پزشکی!» تا آن لحظه، هرگز چیز بدی در زندگی‌ام اتفاق نیفتاده بود. اما حالا با یکی از بدترین مشکلات زندگی مواجه بودم، یعنی برخورد با مرگ فرزندی که منتظر تولدش بودم. چگونه انسان می‌تواند از شنیدن چنین خبری جان به در برد؟ چگونه شما می‌توانید از مرحلهٔ رنگ زدن دیوار اتاق نوزادتان وارد مرحلهٔ برنامه‌ریزی برای کفن و دفن او شوید؟ چگونه یک مسیحی که به نیکویی خدا ایمان دارد به موضوعی چنین اسفناک و اندوهگین واکنش نشان می‌دهد؟

بعد از مدتی بالاخره معلوم شد که دکترها در تشخیصشان اشتباه کرده بودند. دختر ما اختلال کروموزومی داشت اما نه از آن نوع که به مرگ فوری او بیانجامد. مادلن (Madeline) (اتفاقاً مادلن به معنی "قلعهٔ محکم و مستحکم" است) کوچک ما بعد از تولد زنده ماند اما وزنش خیلی خیلی کم بود، نارسایی قلبی داشت، ناشنوا بود و نمی‌توانست غذا بخورد. در آن وقت پزشکان متخصص به ما گفتند که او بیشتر از یکی دو سال عمر نخواهد کرد. در طول آن مدت، مثل این بود که یک نفر مرتب به شکم من و خانمم لگد می‌زد. انگار مشکلاتمان تمامی نداشت. یک روز، کشیشی که سالها او را می‌شناختم، برای اینکه به من دلداری بدهد، من را برای نهار دعوت کرد. وقتی داشتم سالادم را می‌خوردم، یکهو از من سؤال کرد: «جیم، گناه از کی بود؟ تو یا خانمت؟» گفتم: «ببخشید، منظورتان چیست؟» گفت: «خوب، بالاخره یکی یا هر دوی شما حتماً در یک مقطعی گناه کرده‌اید که چنین نتیجه‌ای به بار آورده.»

با خودم شروع کردم به فکر کردن دربارهٔ چیزهای بدی که در زندگی‌ام انجام داده بودم، و گنج بودم از اینکه کدامیک از آنها خدا را آنقدر عصبانی کرده که چنین بچۀ بیماری به ما داده است. از خودم می‌پرسیدم: **آیا ممکن است حق با این کشیش باشد؟** به یاد گناهان زیاد و نسبتاً بزرگی که مرتکب شده بودم افتادم، اما هیچ چیز غیرقانونی و یا غیراخلاقی آنچنانی به یادم نیامد که مستحق این باشد که یک بچه قصاصش را پس بدهد. بعد با خودم فکر کردم: **شاید همسر من گناهی کرده!**

آن کشیش گفت که یکی یا هر دوی ما! شاید خانم کار بدی کرده- یعنی چه کار کرده؟ بقیه بعد از ظهر آن روز، فکرم همینطور مغشوش و پر بود از افکاری مخلوط از پشیمانی، غصه، عصبانیت و شک و سوءظن. هرچه بیشتر در این مسیر فکر می‌کردم، مثل این بود که انگار تولد مادرن حاصل نتیجه تأسف‌بار و غم‌انگیز یک معادله علت و معلولی است. یا خدا داشت حسابهایش را تصفیه می‌کرد و یا اینکه دلیلی در پس کارهایش داشت. و زیر سؤال بردن یا قضاوت درباره صحت و درستی کارهای خدا، مثل این بود که یک گناه دیگری هم به ایست گناهان قبلی‌مان اضافه می‌شد.

آیا هرگز از وضعیتی عبور کرده‌اید که باعث شود نسبت به نیکویی خدا شک کنید؟ اگر پاسخ‌تان مثبت است، توضیح دهید که ماجرا چه بوده و شما در آن وقت چه احساسی داشتید.

مادرن فقط دو سال زندگی کرد، و بالاخره بدن کوچکش از مبارزه باز ایستاد. در آن دو سال، و حتی تا یک سال بعد از مرگ او، مردم حرفهای خیلی بد، توهین‌آمیز و جاهلانه زیادی به ما می‌زدند. شب قبل از خاکسپاری مادرن، زنی به همسرم گفت: «عیب نداره عزیزم، باز هم بچه‌دار می‌شی.» بیشتر از هر چیز دیگر از اظهارنظرهای الاهیاتی مردمی که می‌خواستند توضیح بدهند که قصد خدا از همه اینها چه بوده، اذیت می‌شدم. بسیاری می‌گفتند: «مطمئنم که خدا دلیلی برای کار این داشته.» یکی می‌گفت: «فکر می‌کنم خدا فقط بیشتر می‌خواسته که مادرن را به بهشت ببرد تا اینکه اینجا نگه داره.» یکی دیگه می‌گفت: «بعضی وقتها بچه‌ها اینقدر خوبند که حقشون نیست توی این دنیا باشند.» خدایی که آنها از او صحبت می‌کردند، خیلی بدجنس و کوچک بود. انگار آنها می‌خواستند یا مجبور بودند باور کنند که در پس همه اینها یک طرح الاهی وجود دارد، اما این طرح، خدایی را به تصویر می‌کشید که بیشتر به فکر خودش بود تا به فکر من. حرفهای این مسیحیان، من را بیشتر به این باور سوق می‌داد که خدا، بی‌رحم و سنگدل، دمدمی مزاج و خودخواه است.

در یادداشتهای جورج فاکس (George Fox)، بنیانگذار نهضت کویاگر (Quaker)، چنین می‌خوانیم که روزی کنار نهر آبی نشسته بود که احساس کرد روح‌القدس این کلمات را در گوشش زمزمه می‌کند: «تنها و تنها عیسی است که می‌تواند درباره وضعیت و شرایط تو اظهار نظر کند.» من

ایمان دارم که نه تنها عیسی می‌تواند دربارهٔ وضعیت ما اظهار نظر و صحبت کند، بلکه او این کار را انجام نیز می‌دهد. "وضعیت" من واضح بود. من- و همینطور همسر- پیروان وفادار (البته ناکامل) عیسی بودیم و در برابر یکی از دردناکترین تجارب بشری، یعنی خاکسپاری دخترمان، قرار داشتیم. من یاد گرفته‌ام که وقتی موقع آن می‌شود که دربارهٔ خدا روایت درستی را انتخاب کنم، از خودم بپرسم: **آیا این نحوهٔ برداشت از خدا، با آن خدایی که عیسی او را مکشوف کرد، سازگار است؟** عیسی دربارهٔ وضعیتی که ما از آن می‌گذشتیم، چه نظری داشت؟ آیا او هم مثل آن کشیشی که دوست من بود، به این نتیجه می‌رسید که آنچه بر سر دخترمان آمد، پیامد گناه ما بود؟

به نظر شما چرا نویسندگان اعتقاد دارد که بسیار مهم است که آن ایمانی که ما به خدا داریم باید با ایمانی که عیسی به خدا داشت، سازگار باشد؟ آیا با او موافقید؟

روایتی قدیمی: خدای غضبناک

آن کشیشی که از من پرسید «گناه از چه کسی بود؟»، به روایتی اعتقاد داشت که هزاران سال است در اطراف ما وجود دارد. تقریباً همهٔ مذاهب باستانی بر این روایت بنا شده‌اند که می‌گوید ما باید کاری انجام دهیم تا برکات خدایان شامل حالمان شود، وگرنه، اگر خدایان را به خشم آوریم، بی‌شک مورد تنبیه قرار خواهیم گرفت. این روایت را می‌توانیم این طور هم خلاصه کنیم: **«خدا داوری است غضبناک. اگر کارهای خوب انجام دهید، برکتان می‌دهد ولی اگر گناه کنید، مجازاتان خواهد کرد.»**

این روایت، نه تنها در بسیاری از مذاهب بدوی یافت می‌شد، بلکه به نظر می‌رسد که در عهد عتیق نیز وجود داشت. در خروج ۲۰: ۵، این هشدار را در مورد بتها می‌خوانیم: «در برابر آنها سجده مکن و آنها را عبادت منما؛ زیرا من، یهوه خدای تو، خدایی غیورم که جزای تقصیرات پدران را به فرزندان و پشت سوم و چهارم آنان که مرا نفرت کنند، می‌رسانم.» در زمان عیسی، معلمین یهود این را به مردم تعلیم می‌دادند و این روایتی غالب در میان هم‌نشینان عیسی بود. عالم کتاب مقدس، ریچارد براون (Reymond Brown) چنین می‌نویسد: «معلمین یهود از خدایی حرف می‌زدند که

مردم را "از روی محبتش تنبیه می‌کرد"، منظور اینکه اگر کسی تأدیب خدا را با آغوشی باز می‌پذیرفت و تحمل می‌کرد، عمری طولانی و پاداشی بزرگ نصیبش می‌شد.»

علی‌رغم اینکه این روایت ریشه در یهودیت باستان دارد، اما در میان مسیحیان امروزی نیز پذیرفته شده است. کمی پس از فاجعه یازده سپتامبر، دو تن از محبوبترین شخصیت‌های تلویزیونی مسیحی اعلام کردند که خدا ایالات متحده، مخصوصاً نیویورک را برای گناهایش تنبیه کرده است. گویا خدای عیسی بقدری از همجنس‌بازان، رقاصان برهنه، قماربازان و فروشندگان مواد مخدر بیزار شده که در دل دسته‌ای از غیرمسیحیان انداخته که از طرف او، هواپیماهایشان را به ساختمانها بزنند.

"خدا داوری است غضبناک. اگر کارهای خوب انجام دهید، برکتتان می‌دهد ولی اگر گناه کنید، تنبیه‌تان خواهد کرد." آیا با این گفته موافقت می‌کنید؟
دلیل موافقت یا عدم موافقتتان با آن چیست؟

تعداد مسیحیانی که این روایت را باور دارند، بسیار بسیار زیاد است. در واقع این رایجترین روایت درباره خدا در میان مسیحیان است. بنا بر تحقیقی که توسط دانشگاه پیلور انجام شده، اکثر مسیحیان سنتی درباره خدا این طور فکر می‌کنند. قریب به ۳۷ درصد از مسیحیان اعتقاد دارند که خدا هم «اهل قضاوت و هم بسیار درگیر در امور انسانی است.» درست مثل داوری الاهی، خدا ما را از نزدیک زیر نظر دارد و مترصد است که ما را حتی برای تخلفات جزئی‌مان، مجازات کند.

آیا تا به حال با خودتان فکر کرده‌اید
که برای یک گناه خاصی که مرتکب
شده‌اید، خدا کی و چگونه تنبیه‌تان
خواهد کرد؟ یا آیا تا به حال برایتان
چیز بدی اتفاق افتاده و با شگفتی فکر
کرده‌اید که چه کار بدی مرتکب شده‌اید
که مستحق چنین مجازاتی باشد؟ لطفاً
توضیح دهید.

باید اعتراف کنم که خود من سالیانی طولانی به این روایت باور داشتم. هر وقت کار خیلی خوبی انجام می‌دادم، مثلاً برای مدتی طولانی دعا می‌کردم یا یک روزم را صرف خدمات اجتماعی می‌کردم، با خودم می‌گفتم: **خدا در ازای کارهای خوبم چه برکتی به من خواهد داد؟** برعکس، هر وقت کار بدی می‌کردم، مثلاً به دوستم دروغ می‌گفتم یا از کلیسا در می‌رفتم تا گُلف بازی کنم، یواشکی پیش خودم فکر می‌کردم که آیا کی و چطور خدا من را تنبیه خواهد کرد. اما وقتی با بیماری مادرزادی دخترم و اوضاع مربوط به آن مواجه شدم، مجبور شدم با این روایت مقابله کنم. به طور قطع مادران کوچولوی ما گناه نکرده بود و مسبب این بیماری نبود. و تازه چه گناهی من یا همسرم انجام داده بودیم که باعث شده بود خدا در ازای آن، یک بچه کوچک را مجبور کند این طور عذاب بکشد؟ وضعیتی که از آن عبور می‌کردیم، باعث شد به طور عمیق و جدی تفکر و نگرشی را که درباره خدا داشتم، بررسی کنم. به همین خاطر، مستقیم سراغ بهترین کسی که درباره خدا داستان می‌گفت، رفتم و تمام توجهم را متوجه عیسی کردم.

روایت عیسی

عیسی با شهادت تمام اعلام می‌کرد که پدر آسمانی‌اش نیکوست، و هیچ‌کس به خوبی او نیست: «تنها یکی هست که نیکوست» (متی ۱۹: ۱۷). او در تمامی داستانهایش خدایی را توصیف می‌کند که به نظر تماماً نیکوست و همیشه در پی خوبی ماست، حتی اگر نتوانیم آن را درک کنیم. پس این روایتی که می‌گوید خدا افراد بد را تنبیه می‌کند، چه می‌شود؟ در دو واقعه مختلف، این سؤال از

عیسی پرسیده شد. اولین مورد، هنگامی بود که از او خواستند تا در مورد دو حادثه وحشتناک، که یکی مسبب ظلم و سنگدلی انسانی و دیگری سانحه‌ای طبیعی بود، توضیح دهد.

در همان زمان، شماری از حاضران، از جلیلیانی با عیسی سخن گفتند که پیلاطس خونشان را با خون قربانیهایشان درهم آمیخته بود. عیسی در پاسخ گفت: «آیا چون آن جلیلیان به چنین روز دچار شدند، گمان می‌کنید از بقیه اهالی جلیل گناهکارتر بودند؟ به شما می‌گویم که چنین نیست. بلکه اگر توبه نکنید، شما نیز جملگی هلاک خواهید شد. و آیا گمان می‌کنید آن هجده تن که برج سیلوام بر آنها افتاد و مردند، از دیگر ساکنان اورشلیم خطاکارتر بودند؟ به شما می‌گویم که چنین نیست. بلکه اگر توبه نکنید، شما نیز جملگی هلاک خواهید شد (لوقا ۱۳: ۵-۱).

در این پرسش، طنین این روایت که "خدا، خدایی است تنبیه کننده"، به گوش می‌رسد. آیا آنها رنج کشیدند چون از دیگران گناهکارتر بودند؟ عیسی صریحاً می‌گوید نه. او این طرز فکر را رد می‌کند. اگر کوچکترین همبستگی و ارتباطی بین گناه و تنبیه می‌بود، او می‌توانست به آسانی پاسخ مثبت بدهد. او از این مصیبت استفاده می‌کند نه تا این را که خدا مردم را چگونه مجازات می‌کند، شرح دهد بلکه تا به آنها یادآوری کند که عاقبتی بدتر از مرگ، در پیش روی آنان است.

«استاد، گناه از کیست؟»

دومین باری که عیسی با این روایت که «خدا گناهکاران را مجازات می‌کند»، مقابله کرد، با ماجرای که بر ما گذشت، بسیار شباهت دارد. عیسی با مردی کور مادرزاد روبرو شد و شاگردانش از او پرسیدند: «استاد، گناه از کیست که این مرد کور به دنیا آمده است؟ از خودش یا از والدینش؟» عیسی پاسخ داد: "نه از خودش، و نه از والدینش: بلکه چنین شد تا کارهای خدا در او نمایان شود" (یوحنا ۹: ۳ و ۲).

معلمین یهود در زمان عیسی تعلیم می‌دادند که بیماری، نتیجه گناه والدین و یا خود شخصی است که از آن عذاب می‌کشد. چون کوری این مرد مادرزادی بود- آنها فرض کرده بودند که این کوری نتیجه گناه والدین او بوده است. اما بعضی از معلمین یهود حتی این تعلیم را نیز می‌دادند که یک بچه هم می‌تواند در رحم مادرش گناه کند، پس شاید هم تقصیر خود آن مرد بوده که کور به دنیا آمده است. بعضی از اقوام باستانی که به تناسخ اعتقاد داشتند، می‌گفتند که امراض مادرزادی

نتیجه گناهی است که شخص در زندگی گذشته‌اش مرتکب شده است. آنها بر این باور بودند که علت کوری این است که شخص در زندگی گذشته خود مادرش را کشته است.

آیا هرگز پیش آمده که در برخورد با
بیماری و یا زحماتی که یک نفر از آن عبور
می‌کند، از خود بپرسید، **او چه کرده که
مستحق چنین چیزی شده؟** چرا چنین
طرز فکر اینقدر رایج است؟

عیسی چگونه به پرسش آنان پاسخ داد؟ آیا او آن قسمت از خروج ۲۰: ۵ را تأیید کرد و گفت که کوری آن مرد نتیجه گناه والدین او بوده است؟ و آیا او از موضع معلمین یهود پشتیبانی کرد که شاید این مرد در رحم مادرش گناهی مرتکب شده است؟ یا اینکه او از روایت‌های معمول یهودی پا بیرون گذاشت و گفت که مرد کور حتماً در زندگی قبلی‌اش کار بدی انجام داده است؟

به عیسی فرصتی داده شد تا روایتی غالب و حاکم را تأیید کند اما او از این کار سر باز زد. جمله عیسی که در پاسخ به این پرسش که، «گناه از کیست که این مرد کور به دنیا آمده است؟ از خودش یا از والدینش؟» گفت «نه از خودش و نه از والدینش»، در نظر اول عجیب و غیرعادی به نظر می‌رسد چرا که من کسی را نمی‌شناسم که هرگز گناه نکرده باشد. اما منظور عیسی از این جمله این نبود، بلکه می‌خواست به روشنی بگوید که هیچ نوع رابطه‌ای میان گناه یک نفر و ضعف‌های او وجود ندارد. او می‌توانست بگوید: «بله، این تقصیر والدین او بوده است. آنها به دنبال خدایان دیگر رفتند، و پدر من سزای عمل آنها را به فرزندشان رسانیده است.» یا حتی می‌توانست بگوید: «این بیماری تقصیر خود آن مرد است. او وقتی در رحم مادرش بود، افکار بدی در سر خودش داشت، برای همین هم خدا او را کور کرد.» اجازه بدهید دوباره تأکید کنم و بگویم که: عیسی اصلاً چنین چیزی نگفت.

از این گذشته، عیسی کوری آن مرد را شفا داد. حقایقی عمیق در شفا نهفته است. اگر عیسی باور داشت که کوری مرد، مجازاتی درست و منصفانه برای گناهان او (یا گناهان والدینش) بود، از آنجا می‌رفت. عدالت ایجاب می‌کرد که مرد کور باشد. اما در عوض، عیسی مرد کور را شفا می‌دهد و بدین ترتیب قدرت خدا را آشکار می‌سازد. عالم عهد جدید، مریل تنی (Merrill Tenny)، از این چنین نتیجه می‌گیرد:

عیسی هر دو گزینه‌ای را که شاگردان در پرسش خود مطرح می‌کردند، رد کرد. او به فلاکت آن مرد نه به عنوان مجازات گناهان خود او یا والدینش، بلکه به عنوان فرصتی برای انجام کار خدا نگاه کرد. عیسی کوری او را مجازات و یا اقبالی غیرمنطقی به حساب نیاورد، بلکه آن را چالشی جهت تجلی قدرت شفابخش خدا در زندگی آن مرد دید.

باران بر سر پارسایان نیز می‌بارد

عیسی به روشنی این تصور نادرست را که «هرچه بر سرمان می‌آید، حَقمان است»، منسوخ کرد. بنا بر تعالیم عیسی، خدا کسی نیست که مشغول حسابرسی دفترچه بانکی ابدی ما باشد. در جایی دیگر، عیسی از عبارتی معروف استفاده می‌کند تا نشان بدهد که خدا با همه مردم یکجور عمل می‌کند: «زیرا او آفتاب خود را بر بدان و نیکان می‌تاباند و باران خود را بر پارسایان و بدکاران می‌باراند» (متی ۵: ۴۵).

عیسی در اینجا حقیقتی بدیهی را بازگو می‌کند: همانطور که آفتاب و باران بدون هیچ نوع تمایزی به طوری مساوی به مقدسان و گناهکاران بخشیده می‌شود، به همان ترتیب هم خدا بدون در نظر گرفتن اعمال و رفتار مردم، به آنها برکت می‌دهد. چیزهای خیلی بد و وحشتناک بر سر آدمهای خیلی خوب می‌آید. چیزهای خیلی خوب و عالی برای آدمهای بسیار بد رخ می‌دهد. ما نمی‌توانیم در دنیایی که زندگی می‌کنیم به دور و برمان نگاه کنیم و برای خودمان پرونده تشکیل بدهیم و بگوییم که گناهکاران مجازات می‌شوند و نیکوکاران برکت می‌گیرند. واقعیت‌های زندگی این را به ما نشان نمی‌دهند.

هیچ عدالتی در این دنیا نیست

می‌دانم چرا روایتی که می‌گوید «خدا، خدایی است که مجازات می‌کند و یا برکت می‌دهد»، اینقدر رایج و پرتطرفدار است. ما کنترل کردن را دوست داریم. این روایت به ما اجازه می‌دهد تا در این تصور باطل که ما می‌توانیم دنیایمان را کنترل کنیم، زندگی کنیم؛ خیال‌پوچی که در این دنیای پرهرج و مرج، بسیار زیبا و جذاب به نظر می‌رسد. اما این هم یک نوع خرافات است. ما در عمق وجودمان می‌دانیم که خرافات خیلی احمقانه و غیرمنطقی هستند، اما این امر مانع این نمی‌شود که آنها را باور نکنیم و در برابرشان واکنش نشان ندهیم.

اعتقاد به اینکه خدا ما را مجازات می‌کند و برکت می‌دهد، نه تنها اعتقادی است خرافی، بلکه هیچ مدرکی هم برای اثبات آن نداریم. آگوستین اهل هیپو (Augustine of Hippo) که در قرن چهارم میلادی زندگی می‌کرد، در این باره چنین می‌نویسد:

ما نمی‌دانیم چرا داوری خدا، به فقر یک مرد خوب و یا ثروت یک مرد بد می‌انجامد یا نمی‌دانیم چرا مردی شریر از سلامتی کامل برخوردار است در حالی که مردی خداترس به بیماری جان می‌بازد... حتی این هم قانونی متداوم و یکنواخت نیست ... نیکوکاران نیز کامیاب و بدکاران بدفرجام می‌شوند.... پس اگرچه نمی‌دانیم بنا بر چه قضاوتی، خدای مملو از تمامی فضیلت و حکمت و عدالت، که در او ذره‌ای ناتوانی یا بی‌عدالتی یا نسنجیدگی نیست، این چیزها را اجازه می‌دهد یا آنها را انجام می‌دهد، اما علی‌رغم این‌همه، به سودمان است که بیاموزیم، به کامیابی و بدفرجامی، که خود شاهدیم پارسا و شریر در آن مانند هم سهمند، زیاد اهمیت ندهیم.

من از صداقت آگوستین که می‌گوید، ما نمی‌دانیم چرا خدا اجازه می‌دهد این چیزها اتفاق بیفتد، خیلی خوشم می‌آید. او همچنین اشاره می‌کند که چیزهای خوب نیز برای آدمهای خوب اتفاق می‌افتد و چیزهای بد هم برای آدمهای بد اتفاق می‌افتد.

مثلاً نازایی را در نظر بگیرید. من زوجهای خیلی خوب و وفاداری را می‌شناسم که نمی‌توانند بچه‌دار بشوند و این باعث درد و خجالت آنها می‌شود. همین امروز در روزنامه‌ی محلی‌مان خواندم که چطور مادری دختر کوچکش را به خودفروشی واداشته تا از این راه برای مواد مخدر خودش پول به دست بیاورد. چرا به چنین زنی برکت بچه‌دار شدن داده شده، اما به دوستان من نه؟ پس آیا می‌توانیم نتیجه بگیریم که خوبان همیشه رنج می‌کشند و بدان هرگز زحمت نمی‌بینند؟ البته که نه. شریران نیز رنج می‌کشند و پارسایان نیز کامیاب می‌شوند. بدیهی است که با هیچ سیستم و نظامی نمی‌توانیم اینها را معنی کنیم و یا توضیح دهیم که چرا چنین می‌شود.

بعضی از پیامدهای خوبی را که
مخصوص انسانهای خوب است (از نظر
شخصیت، خلق و خو، شهرت) نام ببرید.

خوبی‌ای که تنها خوبان از آن برخوردارند

البته آگوستین هنوز بر این باور است که خدا صاحب «والا ترین فضیلت و ... حکمت و ... عدالت است»، و اینکه در او ذره‌ای ضعف، نسنجیدگی و بی‌عدالتی نیست. و در خاتمه می‌گوید که "مفید" نیست که وقتان را صرف نگرانی برای این کنیم که چرا چیزهای خوب یا بد اتفاق می‌افتد. اینها ارزش نگرانی ما را ندارد چرا که قادر به درک آن نیستیم. و مهمتر اینکه مانع می‌شود تا بر چیزهای خوب و درست تمرکز کنیم. آگوستین در خاتمه می‌گوید، «در عوض باید جویای چیزهای خوبی که ویژه خوبان است باشیم و از چیزهای بدی که ویژه بدان است، فاصله زیاد بگیریم.»

باید تمام حواسمان متوجه «چیزهای خوبی که ویژه خوبان است»، باشد. اما این عبارت به چه معناست؟ در واقع اشاره دارد به برکاتی که تنها به آنان که برای نیکوکاری جد و جهد می‌کنند، بخشیده می‌شود. به یک معنا، این تنها عدالتی است که می‌توانیم روی آن حساب کنیم.

به عنوان مثال، الان که این را می‌نویسم، در برزیل مشغول کار با دو کشیش هستم. این دو برای سالیانی متمادی، مردمان ریو دو ژانیرو و کمپیناس را محبت و خدمت کرده، پیام انجیل را به آنها رسانده‌اند. با اینکه من تسلط زیادی به زبان پرتغالی ندارم و نمی‌توانم بفهمم مردم به آنها چه می‌گویند، اما در تمام طول روز می‌دیدم که چطور مردان و زنانی که طی سالها از خدمت آنها برکت گرفته بودند، دسته دسته جلو می‌آیند و آنان را بغل کرده، تشکر می‌کنند. و می‌دیدم که چطور چهره کشیش ادواردو (Eduardo) و کشیش ریکاردو (Ricardo) از خوشی می‌درخشید.

چنین چیزی برای آنان که بدی می‌کنند، ناشناخته است. کسانی که خودخواه و بدخواه و بدطینت هستند هرگز احساس آن دو کشیش را تجربه نخواهند کرد. این تجربه ویژه کسانی است که خوبی می‌کنند.

آگوستین می‌گوید که ما باید «از چیزهای خیلی بدی که ویژه شریران است، فاصله زیاد بگیریم.» آنانی که خودخواه، بدخواه و بدطینتند، از نزدیک با احساس تقصیر، تنهایی، و تنفر از خود سر و کار دارند. آنها خوب می‌دانند که چه حسی دارد وقتی تاریکی تمام وجود آنها را در بر می‌گیرد. البته این مشکل را کاملاً حل نمی‌کند ولی حداقل به ما وعده می‌دهد که آنانی که خدا را دوست دارند و خدمت می‌کنند، و درست‌کار و وفادارند، یک نوع خوشی و آرامشی را تجربه خواهند کرد که شریران از آن بی‌خبرند.

علی‌رغم همهٔ اینها، خدا عادل است

در این دنیا هرگز نخواهیم فهمید که چرا برای هر کدام از ما چنین اتفاقاتی می‌افتد. اما اگر صادق و بی‌غرض باشیم، باید قبول کنیم که در این زندگی نیز باز کمی عدالت وجود دارد. آخرین گفتار حکیمانه‌ای که آگوستین دربارهٔ رنج به ما عرضه می‌کند این است که می‌گویید **روزی خواهیم فهمید:**

وقتی به روز داوری برسیم، نه تنها تمامی حکما و داوریهایی که آنجا صادر می‌شوند کاملاً به‌جا و منصفانه به نظر خواهند آمد، بلکه همهٔ حکما و داوریهایی دیگری که خدا از ابتدا صادر کرده است نیز کاملاً حق و عادلانه به نظر خواهند آمد. در آنجا این نیز روشن خواهد شد که داوریهایی خدا چقدر عادلانه بوده که سبب شده بسیاری از داوریهایش، یا بهتر است بگوییم همهٔ داوریهایش، از فهم و شعور انسان فراتر رود. کسانی که ایمان دارند از درک این داوریهایی پنهانی عاجز نخواهند بود.

آیا این موضوع که خدا در کل زندگی
حرف آخر را می‌زند، موجب آسودگی
خاطر شما می‌شود؟ آیا به شما امید
می‌بخشد؟ یا اینکه شما را مستأصل
می‌کند؟ چرا؟

اگر آگوستین شبان من بود، می‌گفت: «ما دلیل این چیزها را الان و در این دنیا نمی‌فهمیم چرا که مافوق فهم ماست. ولی من ایمان دارم که یک روز دلیلش برایمان روشن خواهد شد. روزی تو کاملاً خواهی فهمید که چرا خدا اجازه داد دختری با نقص مادرزادی به دنیا بیاید و به این زودی بمیرد. همینطور مطمئنم که وقتی دلیلشان را فهمیدی، آن وقت متوجه خواهی شد که خدا نه فقط عادل، بلکه نیکو هم بوده است.»

حتی وقتی من نمی‌توانم ایمان داشته باشم، عیسی ایمان دارد

در اینجا می‌خواهم به وضوح قید کنم که نه فقط روایتهای عیسی به من کمک کرده، بلکه خود او نیز در تمام دوران اندوه و شکهای من در کنارم بوده و تسلی‌ام داده است. عیسی نه تنها رنجهای ما را

تفسیر می‌کند، بلکه او خودش نیز آنها را تجربه کرده است. عیسی وقتی بر روی صلیب آویزان بود، و احساس می‌کرد پدرش او را وا گذاشته، بدترین نوع بیگانگی و جدایی را تحمل کرد. هنگامی که خبر وضعیت بد دخترم به ما داده شد، من هم احساس می‌کردم خدا ما را وا گذاشته. عیسی ما را درک می‌کند.

پولس در نامه خود به غلاطیان، این روایت تکان‌دهنده را نوشت: «با مسیح بر صلیب شده‌ام، و دیگر من نیستم که زندگی می‌کنم، بلکه مسیح است که در من زندگی می‌کند؛ و این زندگی که اکنون در جسم می‌کنم، با ایمان به پسر خداست که مرا محبت کرد و جان خود را به خاطر من داد» (غلاطیان ۲: ۲۰).

در برخی از ترجمه‌های کتاب مقدس، در این آیه، بعد از عبارت "ایمان به پسر خدا"، علامت زیرنویس می‌گذارند و در پایین صفحه می‌نویسند که «این عبارت را می‌توان به صورت "ایمان پسر خدا" نیز خواند». چرا که به نظر می‌رسد این ترجمه‌ای دقیقتر از این قسمت است و مترجمین کتاب مقدس می‌خواهند صادق و امانت‌دار باشند. پس چرا بیشتر ترجمه‌ها این قسمت را چنین ننوشتند؟ فکر می‌کنم دلیلش این است که ما بیشتر مواظبیم که بر ایمان خودمان که بر عیسی داریم تأکید کنیم و زیاد به ایمان خود عیسی که در قبال ما دارد فکر نمی‌کنیم.

عیسی گفت پدرش خوب و نیکوست. او همینطور این ایده را نیز که خدا بر مبنای کارهای خوب یا بد ما، به ما پاداش یا مجازاتی علنی می‌دهد، رد کرد. باران بر سر پارسایان و شریران می‌بارد. گاهی دعا می‌کنیم باران ببارد (برای محصولاتی که کاشته‌ایم) و گاهی نیز دعا می‌کنیم، باران نبارد (چون می‌خواهیم به گردش برویم). باران بر سر پارسایان و شریران، چه بخواهند و چه نخواهند، خواهد بارید. وقتی عیسی بر صلیب بود، با رنج و طردشدگی و جدایی مواجه شد و مردم با تمسخر این را که خدا واقعاً با او بود، زیر سؤال بردند. در آن وقت، عیسی ایمان داشت و امروز هم او برای من ایمان دارد. حتی زمانهایی که ما نمی‌توانیم ایمان داشته باشیم، او ایمان دارد. حتی وقتی ما نمی‌توانیم دعا کنیم، او دعا می‌کند. ما در **ایمان او** شریک هستیم.

من نیز همصدا با پولس اعلان می‌کنم که با مسیح بر صلیب شده‌ام. این راز را درک نمی‌کنم اما می‌دانم که عیسی بیشتر از خود من به من نزدیک است. مسیح در من زندگی می‌کند و من با ایمان او زندگی می‌کنم. تنها نیستم. این چیزی است و رای تغییر دادن روایت‌هایی که تا کنون بدانها باور داشته‌ام. این همان اجازه دادن به عیسی است تا در من، از طریق من و برای من زندگی کند. محبت

خدای پدر، رهایی و نجاتی که عیسی می‌بخشد، و رفاقت و شراکتی که با روح‌القدس دارم بر هیچ‌یک از اعمال من پایه‌ریزی نشده است. ایمان به خدای نیکو حتی در زمانهای ناخوشایند و جانفرسا، هدیه روح‌القدس است.

دلایلی برای امید

چند سال بعد از مرگ مادر، روزی در خلوت در دعا بودم. یاد وقایع چند سال گذشته افتادم: دردی را که بعد از شنیدن خبرهای بد دکترها احساس کرده بودم، شبهای زیادی را که بی‌خواب روی زمین بیمارستان گذرانده بودم، و روز تاریک و بارانی‌ای را که جسد کوچکش را به خاک سپردیم. ناگهان بدون اینکه فکر کنم، به خدا گفتم: «شاید بهتر بود مادر اصلاً هیچوقت به دنیا نمی‌آمد.»

در آنجا بود که در زندگی خود به طور بسیار روشن و واضح پاسخ خدا را شنیدم. درست در همان لحظه، صدای دختر کوچکی به فکرم وارد شد، صدایی که تا به حال هرگز نشنیده بودم اما فوراً تشخیص دادم که صدای مادر است. گفت: «بابا، تو نباید هیچوقت چنین حرفی بزنی. اگر من به دنیا نیامده بودم، امروز اینجا نبودم. من اینجا در آسمان خیلی خوشحالم و یک روز تو و مامان و جیکوب می‌آیید و منو می‌بینید و ما تا ابد با هم زندگی می‌کنیم. به خاطر من چیزهای خیلی خوبی اتفاق افتاده که شاید تو امروز نتوانی آنها را ببینی ولی یک روز خواهی فهمید.»

بیدرنگ از افکار ناپسندم توبه کردم و با گریه بر زمین ولو شدم. از شنیدن این کلمات بسیار شکرگزار بودم. روایتی دیگر به فکرم رسید، یعنی داستان مربوط به وعده آسمان. کم کم متوجه می‌شدم که چطور افراد می‌توانند با مصیبت‌ها مواجه شوند و باز بگویند، «خدا نسبت به من نیکوست»، یا این را که چطور ایوب می‌توانست بگوید: «حتی اگر مرا بکُشد، بر او امید خواهم داشت» (ایوب ۱۳: ۱۵). بله، کم کم می‌فهمیدم که چطور عیسی در باغ جتسیمانی، در حالی که در رنجی جانگناه بود، می‌توانست پدرش را "بابا" بخواند.

دو سال بعد از مرگ مادر، همسر من باردار شد. برای هشت ماه ما در اضطرابی توأم با ایمانی کم به سر می‌بردیم. وقتی بالاخره زمان آخرین سونوگرافی رسید، از نگرانی مثل این بود که قلبمان داشت از حلقمان بیرون می‌آمد. تکنیسین که از داستان زندگی ما بی‌خبر بود، مرتب چیزهایی را به زبان می‌آورد، که ما بی‌اندازه دوست داشتیم بشنویم: «دستهای بچه کاملاً سالمه ... قلب کاملاً سالمه

... بچه شما از همه نظر سالمه. آیا می‌خواهید بدانید جنسیت بچه چیه؟» ما گفتیم: «یک دختر کوچولو». و هر دو لبخند زدیم. پرسید: «اسمش را می‌خواهید چی بگذارید؟» هر دو با هم جواب دادیم: «امید».

در این دنیا برای شما زحمت خواهد بود

امروز که این را می‌نویسم، ده سال از مرگ مادر گذشته است. در رابطه با ماهیت خدا، خیلی چیزها برایم روشنتر شده است. نیکویی خدا بستگی به اراده و تصمیم من ندارد. من انسانی هستم با فهم و دانشی محدود، و هر چه در زندگی ایمانی‌ام بیشتر رشد می‌کنم و به بلوغ می‌رسم، بیشتر می‌بینم که چقدر کم می‌فهمم. شهادت عیسی را دارم که برایم کافی است. تجربیات و سرخوردگی‌های من از خدا، بیشتر نمایانگر من و توقعات من است تا نمایانگر خدا. عیسی هیچوقت وعده نداد که زندگی ما عاری از کشمکشها خواهد بود. در واقع، او درست خلاف این را گفت: «در دنیا برای شما زحمت خواهد بود؛ اما دل قوی دارید، زیرا من بر دنیا غالب آمده‌ام» (یوحنا ۱۶: ۳۳).

باید بدانیم که در زندگی خود، درد و عذاب، رنج و از دست دادن را تجربه خواهیم کرد چرا که اینها جزئی از زندگی بشری است و برای رشد ما می‌تواند مفید باشد. همان‌طور که یعقوب می‌گوید: «ای برادران من، هرگاه با آزمایشهای گوناگون روبه‌رو می‌شوید، آن را کمال شادی بینگارید! زیرا می‌دانید گذشتن ایمان شما از بوته آزمایشها، پایداری به بار می‌آورد. اما بگذارید پایداری کار خود را به کمال رساند تا بالغ و کامل شوید و چیزی کم نداشته باشید» (یعقوب ۱: ۴-۲).

من بیشتر از طریق تجربیات و آزمایشهایم رشد کرده‌ام تا از طریق موفقیت‌هایم. به دنبال آزمایشها نیستم، و اینقدر در پادشاهی خدا عمیق نشده‌ام که مثل یعقوب، آزمایشها را "کمال شادی" بینگارم، اما بتدریج یاد می‌گیرم که در وسط آزمایشها به خدا اعتماد کنم.

تردیدی نیست که در طول سالهای گذشته، آزمایشها و تجربیات زیادی را پشت سر گذاشته‌ام. دوباره برای موعظه به آن کلیسا دعوت نشده‌ام، اما لازم ندارم که فقط از پشت منبر کلیسا اعلام کنم که خدا نیکوست. اکنون بدون زره‌ای شک و تردید می‌دانم که بیماری مادرزادی دخترم، به خاطر مجازات گناهان من، همسرم و یا خود دخترم نبود. همین‌طور می‌دانم که خدا عادل است. و به امیدی که در آسمان داریم محکم چسبیده‌ام، جایی که ناراستیها راست خواهد شد و شناخت من به کمال

خواهد رسید. من به همهٔ اینها به خاطر ایمان پسر خدا که مرا محبت نمود و خود را برای من داد، ایمان دارم. در هر جا و وضعیتی که باشم، می‌توانم با یقین کامل بگویم، «خدا همیشه نیکوست، و همیشه خدا نیکوست!»

تربیت نفس

سکوت و توجه به جهان آفرینش

چه کارهایی می‌توانیم بکنیم که ما را یاری دهند تا بتوانیم نیکویی خدا را بفهمیم و تجربه کنیم؟ چه تمریناتی می‌توانیم انجام دهیم که ما را یاری دهند تا متوجه خدایی شویم که عیسی می‌شناخت؟ برای شروع، دو تمرین هست که ما را در این مورد یاری می‌رسانند: اولین تمرین، شامل کم کردن سرعت است، یعنی اینکه آرام بگیریم و در سکوت بیاموزیم که در همین لحظه‌ای که در آن قرار داریم، حضور داشته باشیم. تمرین دوم، مستلزم این است که به زیبایی‌های اطرافمان توجه کنیم.

سکوت

دنیای ما، دنیایی است پرسر و صدا و شتاب‌آمیز و تعداد کمی از ما خود را از این وضع کنار می‌کشیم تا آرام و قرار بگیریم. خدایی که نیکوست، فقط وقتی ما ساکتیم می‌تواند به ما دسترسی داشته باشد. از مزمور ۴۶: ۱۰ می‌توانیم چنین نتیجه بگیریم که ما باید "بازایستیم" تا بدانیم که خدا "نیکو"ست. شما را تشویق می‌کنم که در این هفته، سعی کنید هر روز پنج دقیقه‌ای را در سکوت بگذرانید. یک فنجان نوشیدنی داغ و خوشمزه بردارید و یک مبل راحت پیدا کنید و فقط به آرامی آنجا بنشینید. همین! کار خیلی سختی نیست ولی مزایای زیادی دارد.

- در طول روز، از وقت‌های خالی استفاده کنید، مانند استراحت بین دو فعالیت.
- کمی زودتر بلند شوید و یا کمی زودتر برای قرار بعدی‌تان، حرکت کنید تا وقتی رسیدید، وقت اضافی داشته باشید تا جای ساکت و آرامی پیدا کنید و بتوانید خودتان با خودتان باشید.
- بعضیها می‌بینند که در این ساعت سکوت، افکار مختلف از سرشان می‌گذرد. این طبیعی است. فکر شما عادت دارد در حل مسائل به شما کمک کند و عادت ندارد آرام بگیرد. دو رهنمود زیر به شما در آرام کردن افکاری که بی‌اختیار از سرتان می‌گذرند و مانع انضباط سکوت می‌شوند، کمک می‌کنند:

1. یک دفترچه کوچک با خود داشته باشید تا اگر چیزی به فکرتان آمد (مثل تلفن زدن به فلانی و شستن فلان لباس)، فوراً یادداشت کنید. این کار باعث می‌شود فکرتان آرام بگیرد.

2. شاید با یکی دو دقیقه خواندن کتاب مقدس، تمرکزتان بیشتر شود و آسانتر بتوانید وارد سکوت پنج دقیقه‌ای خود شوید.

ممکن است انجام این تمرین در ابتدا سخت به نظر برسد، ولی با کمی کوشش می‌توانید هر روز به آسانی آن را انجام بدهید. شکی ندارم که بعد از مدتی کوتاه، اهمیت این تمرین در زندگی روزانه شما بیشتر و بیشتر می‌شود. این تمرین به شما کمک می‌کند تا از سرعتتان بکاهید، بازایستید و در جایی که هستید، حاضر بشوید و بیشتر بتوانید بر خدا که در میان شماست، متمرکز بشوید. شاید این تمرین منجر به این شود که به طور مرتب اوقاتی را برای "استراحت" اختصاص دهید تا بهتر نتایج (فعالیت‌های) زندگیتان تبدیل به یک موسیقی خوش صدا شود.

توجه به جهان آفرینش

در طول تاریخ الاهیدانان برجسته به جهان آفرینش و زیباییهای آن به عنوان اولین نشانه نیکویی خدا استناد کرده‌اند. پولس نیز همین را در بخش آغازین نامه خود به رومیان می‌گوید. جهان آفرینش، به واسطه رنگهای خیره‌کننده و رایحه‌های مست‌کننده‌اش، از نیکویی و جلال خدا صحبت می‌کند. طلوع و غروب آفتاب مناظری زیبا و باشکوه‌اند که روزی دو بار به وقوع می‌پیوندند ولی به ندرت مورد توجه کسانی قرار می‌گیرند که مشغولتر از آنند که بتوانند به آنها نگاه کنند. خدا می‌توانست جهانی زشت بیافریند؛ او مجبور به آفرینش جهانی نبود که از زیبایی خود، نفسها را در سینه حبس کند. زیبایی رابطه بسیار نزدیکی با نظم دارد. اگر فقط برای لحظه‌ای به یک گل مینا چشم بدوزیم، عظمت فکر خدا برایمان آشکار می‌شود.

مورین کنروی (Maureen Conroy) در کتاب خود تحت عنوان **تجربه کردن محبت شگرف خدا** (*Experiencing God's Tremendous Love*) به ما توصیه می‌کند تا برای تجربه کردن نیکویی و محبت خدا، «عمیقاً خود را در جهان خلقت غرق کنیم». او طرفدار این تمرین تجربی است: بروید بیرون راه بروید و به دقت به مناظر، صداها و رنگهای طبیعت توجه کنید. اگر می‌توانید به یک پارک یا محلی که به نسبت از طبیعتی دست‌نخورده برخوردار است، بروید. دفترچه‌ای برای نوشتن همراه

خود ببرید و طوری رفتار کنید که انگار مأموریت دارید یک منطقه کوچک را به دقت مورد بررسی و حلاجی قرار دهید و از هرچه می‌بینید، یادداشت بردارید. طوری وانمود کنید که انگار می‌خواهید هرچه می‌بینید را برای کسی که هرگز نتوانسته در هوای آزاد به دامن طبیعت برود و زیباییهایی جهان آفرینش را تجربه کند، منتقل کنید. رنگ پرندگان، تقارن برگها و آوای باد را ملاحظه کنید. در حالی که جزئیات اثر هنری را به دقت مورد بررسی و توجه قرار می‌دهید، به خدا همچون هنرمندی برجسته و به خودتان به عنوان هنرآموز نگاه کنید.

برای تأمل

صرفنظر از اینکه این مطالب را با دیگران می‌خوانید یا در تنهایی، پرسشهای زیر به شما در تأمل و تفکر در مورد تجربیاتتان کمک خواهند کرد. در هر حال، شاید ایده بدی نباشد که در دفترچه‌هایتان به این پرسشها پاسخ دهید. اگر با گروهی جمع می‌شوید، دفترچه حاوی یادداشت‌هایتان را همراه خود بیاورید تا به شما در به یاد آوردن بینش‌هایتان کمک کنند تا بتوانید تجربیاتتان را با دیگران در میان بگذارید.

۱. آیا توانستید در طول این هفته، هیچکدام از تمرینات مربوطه را انجام دهید؟ اگر توانستید، توضیح دهید که چه کردید و در مورد آن چه احساسی داشتید؟
۲. آیا با انجام این تمرینات، چیز تازه‌ای در رابطه با خدا یا خودتان یاد گرفتید؟ توضیح دهید.
۳. آیا برایتان مشکل بود هر روز پنج دقیقه پیدا کنید و آن را به سکوت اختصاص دهید؟
۴. در توجه دقیقتر به جهان مخلوق اطراف، چه چیزی بیش از همه برایتان چشمگیر بود؟

فصل سوم

خدا قابل اعتماد است

وقتی پسرم جیکوب شش ساله بود، روزی او را با خود به یک پارک تفریحی بردم. آن روز آنجا خیلی خلوت بود برای همین بدون اینکه معطل بشویم، از یک بازی سوار بازی دیگری می‌شدیم. بالاخره رسیدیم به یکی از این بازیها که من تا به حال سوار آن نشده بودم ولی به نظر خیلی با حال می‌آمد. سوار یکی از صندلیها شدیم و پسر نوجوانی کمربندهایمان را بست. چیزی نگذشت که بازی شروع شد و با سرعتی رو به تزاید، و با حرکاتی ناگهانی و تند شروع کرد به چرخاندن و گرداندن ما در هوا و بالا و پایین و این طرف و آن طرف کشاندن. از ترس اینکه نکند جیکوب از روی صندلی به بیرون پرت شود، محکم به او چسبیده بودم. در تمام نود ثانیه بازی، با انگشتانی که از زور فشار سفید شده و دندانهایی که از ترس کلید شده بودند، مرتب دعا می‌کردم. اما وقتی به جیکوب نگاه کردم، دیدم که با خوشحالی تمام، می‌خندد و از بازی لذت می‌برد.

وقتی پیاده شدیم، جیکوب گفت: «خیلی با حال بود، بیا یک بار دیگه سوار بشیم!» ولی من گفتم نه. (البته می‌خواستم بگم، «دیگه هرگز سوار چنین چیزی نمی‌شیم! من بدترین پدر دنیام! خواهش می‌کنم منو ببخش.») پس رفتیم و روی یکی از نیمکتهای پارک نشستیم و من از جیکوب پرسیدم: «جیکوب اصلاً نمی‌ترسیدی؟ این بازی خیلی خطرناک بود. چرا سوار یک چنین بازی‌ای شدی؟» با صداقتی کودکانه جواب داد: «آخه تو هم سوار شدی، بابا.» درست یا غلط، این پسر کوچک به من اعتماد کرده بود. اما به وضوح، من درخور چنین اعتمادی نبوده و نیستم. من جیکوب را خیلی دوست دارم و حاضرم هر کاری برایش انجام بدهم، و هیچوقت عمداً او را جایی نمی‌برم که به او آسیبی

وارد شود. اما من انسانی فانی، محدود و جاهلم. با این همه، به نظر جیکوب چنین می‌آمد که اگر با من باشد، کاملاً در امن و امان خواهد بود.

میزان اعتماد شما به خدا به چه اندازه
است؟ آیا برای شما چیزهایی اتفاق
افتاده که باعث شود به قابل اعتماد بودن
خدا شک کنید؟

این ماجرا به من اهمیت و ضرورت درک این را که خدا قابل اعتماد است، نشان داد. خدایی که عیسی مکشوف می‌کند، هرگز کاری نمی‌کند که به ما آسیب برساند. او مقاصد بد و بدخواهانه ندارد. او به تمامی نیکوست. و این حقیقت که خدا همچنین دانای مطلق و قادر مطلق نیز است، نیکویی او را بهتر می‌گرداند. حتی در مواقعی که امورات ناخوشایند و جانفرسا به نظر می‌آیند، من می‌توانم به خدا اعتماد کنم. اگر خدا **نیکوی مطلق** نباشد، چه اهمیتی دارد که قادر مطلق و دانای مطلق باشد. اگر او نیکوی مطلق نباشد، من هرگز نمی‌توانم به او محبت و اعتماد کنم.

روایتی ناردست

اما همه باور ندارند که خدا قابل اعتماد است. یک روز بعد از ظهر، مرد جوانی به من تلفن کرد که از صدایش چنین به نظر می‌آمد که انگار نمی‌تواند نفس بکشد. اول فکر کردم که شاید شاهد و یا درگیر تصادفی جان‌خراش بوده است. با او خیلی آشنا نبودم؛ چند ماه قبل از آن تاریخ، در کنفرانسی، سخنرانی مرا شنیده بود و به نظرش تعالیم من با اعتقادات او منافات داشت (روایتهای ما با هم در تضاد بودند). به من زنگ زده بود چون نمی‌توانست ماشینش را روشن کند. ماشین مشکلی نداشت؛ مشکل خود او بود.

«دکتر سمیت (Smith)، می‌خواستم بدونم که آیا آنچه شما درباره خدا گفتید صحت دارد یا نه.»

«به طور مشخص، به کدام حرف من اشاره می‌کنید؟»

«شما گفتید که خدا به تمامی خوب و مهربان و قابل اعتماد است و همیشه در پی خوبی ماست. هر چه گفتید، من نوشتم. آیا شما مطمئنید که می‌توان به خدا اعتماد کرد؟»

«بله، مطمئنم. چرا این سؤال را می‌کنی؟»

«در چند روز گذشته، من نتوانسته‌ام رانندگی کنم.»

پرسیدم: «چرا؟»

«چون می‌ترسم که فکری بد یا زننده و شهوت‌آمیز به ذهنم خطور کند و ناگهان یک لحظه بعد از آن با ماشین تصادف کنم و بمیرم. مطمئن هستم که خدا مستقیم منو راهی جهنم خواهد کرد چون دیگه وقت ندارم توبه کنم.»

بعد از مدتی صحبت کردن و کمی کند و کاو، فهمیدم که این جوان در طول دوران رشد خود چه داستان‌هایی را در مورد خدا شنیده بود. به من گفت، که از همان بچگی، از شبان خود، یعنی از مردی که نماینده خدا بود و از طرف خدا حرف می‌زد، می‌شنید که هر هفته به مردم التماس می‌کرد که تا دیر نشده، دست از گناه بردارند. و حتی اگر گناهی هم می‌کنند، باید مطمئن شوند که هرچه زودتر تا دیر نشده، از آن توبه کنند. خدا به قدری از گناه نفرت دارد که هر کسی را، حتی اگر ایماندار تعمیدگرفته هم باشد، به خاطر ارتکاب به یک گناه، روانه مجازات ابدی خواهد کرد. چیزی نمانده بود که این روایت مربوط به ماهیت خدا که از ابتدای کودکی تمامی فکر این مرد جوان را پر کرده بود، زندگی او را نابود کند.

از او خواستم تا داستانش را برایم بگوید. خدای روایت‌های او، سزاوار اعتماد نبود. برای اعتماد به یک نفر باید مطمئن بود از اینکه او بهترین را برای شما می‌خواهد، شما را از هر گزندی محافظت می‌کند و قابل اطمینان است. این در مورد خدایی که در معرض آن مرد جوان قرار گرفته بود، صادق نبود. به جای اینکه این خدا به او شهادت و اطمینان بدهد، او را از راندن ماشینش ترسانده بود. در فرآیند گفتگو در باره این روایت، او متوجه شد که روایتی که پذیرفته بود لزوماً در مورد خدا حقیقت نداشت.

روایت‌های مرکزی عیسی

آن جوان را تشویق کردم تا روایتی را که از خدا داشت، با آن خدایی که عیسی می‌شناسد، مقایسه کند. عیسی گفت: «پدرم همه چیز را به من سپرده است. هیچ‌کس نمی‌داند پسر کیست جز پدر، و هیچ‌کس نمی‌داند پدر کیست جز پسر، و آنان که پسر بخواند او را بر ایشان آشکار سازد» (لوقا

۱۰: ۲۲). عیسی به وسیلهٔ واژهٔ سادهٔ "آبَا"، اطلاعات بسیار زیادی دربارهٔ پدر آسمانی‌اش در اختیار ما گذاشته است.

خدا به عنوان آبا. عیسی در باغ جتسیمانی، در آخرین ساعات زندگی خود پیش از صلیب، با استفاده از عنوانی منحصر به فرد، خدا را "آبَا" خطاب کرد. این واژه بسیار مهم و کلیدی است، چون استعمال این عنوان توسط عیسی، نمایانگر چیزی مهم در مورد ماهیت خدایی بود که او می‌شناخت. بهترین ترجمهٔ آبا به زبان فارسی، "بابا" است. واژه‌ای که بیانگر صمیمیت و نزدیکی است ولی صمیمیتی که در آن اطاعت نیز هست. همین که عیسی خدا را **بابا** خطاب می‌کند، به ما نشان می‌دهد که برای او، خدا آن دوردستها نبود، بلکه از نزدیک در زندگی او دخیل بود. این واژه به خودی خود بیانگر نیکویی خدا نیست، اما چنانکه دانشمند عهدجدید، سی اف دی مول (C. F. D. Moule) می‌نویسد، «این واژهٔ صمیمانه، بیانگر نه یک جور خودمانی بودن سطحی، بلکه عمیق‌ترین و پرامتداترین احترام است.»

عیسی زمانی خدا را **بابا** خطاب می‌کند که با سخت‌ترین ساعت زندگی خود روبه‌روست. او اینطور دعا می‌کند: «آبَا، پدر، همه چیز برای تو ممکن است. این جام را از من دور کن، اما نه به خواست من بلکه به ارادهٔ تو» (مرقس ۱۴: ۳۶). در اینجا عیسی با شکنجه و مرگ روبه‌روست. در انجیل لوقا به ما گفته شده که او در چنان رنجی جانکاه بود که عرقش همچون قطرات خون بر زمین می‌چکید (لوقا ۲۲: ۴۴). با این حال دعا می‌کند: «نه به خواست من بلکه به ارادهٔ تو.» چطور او می‌توانست در چنین ساعات سختی، با خدا این طور صحبت کند؟ تنها پاسخی که می‌توان پذیرفت این است که او به پدرش اعتماد داشت.

عیسی به ما می‌گوید خدا پدری نیکو و مهربان است و اینکه او به قدری نیکوست، که ما می‌توانیم در هر شرایطی اطاعتش کنیم. ولی بعضیها ممکن است سؤال کنند، پس چرا عیسی اصلاً شک کرد؟ او که خودش هم خدا بود! درست است، عیسی خدا بود ولی او در عین حال کاملاً انسان هم بود. تجسم (انسان شدن) یعنی محدود شدن. چون او به طور کامل انسان بود، تمامی آنچه ما انسانها تجربه می‌کنیم، منجمله ترس و شک را تجربه کرد. اما دقت کنید، عیسی حتی در میان شک و در لحظه‌ای که عمیق‌ترین رنجها را متحمل می‌شد، به پدر آسمانی‌اش اعتماد داشت.

خدا به عنوان پدر. عیسی نه فقط خدا را آبا، بلکه پدر نیز خطاب می‌کرد. پدر بودن خدا سبب شده برخی سؤالاتی از این دست بکنند: «آیا این بدان معناست که خدا مرد است؟ پس آنهایی که پدر

زمینی‌شان بد بوده، یا با آنها بد رفتاری کرده و یا اصلاً در زندگی‌شان حاضر نبوده، چه کسی که به خاطر تجربیات بد گذشته‌اش، برایش سخت است خدا را پدر خطاب کند، چه کند؟ اصلاً چطور خدا می‌توانست پدر عیسی باشد؟ آیا عیسی مادر هم داشت؟»

روزی در محلی درباره‌ی دعا تعلیم می‌دادم. در آخر، جلسه را با دعایی تمام کردم که اینطور شروع می‌شد: «ای پدر عزیز آسمانی» بعد از جلسه، خانمی با چشمانی پر از اشک پیشم آمد و گفت: «تمام درس‌هایی را که امروز درباره‌ی دعا دادید، خیلی دوست داشتم اما وقتی در شروع دعایتان خدا را "پدر" صدا زدید، یکهو انگار همه چیز خراب شد. من پدر خیلی بدی داشتم‌ام و نمی‌توانم به خدا به عنوان پدرم فکر کنم.» با اینکه دلم برای این زن سوخت، اما راه حل، به کار نبردن واژه‌ی پدر نیست. مشکل این است که ما با پیش فرضی که خودمان از معنی و مفهوم پدر داریم، شروع می‌کنیم و بعد همان را به خدا هم نسبت می‌دهیم.

اما این راه درست نیست. وقتی عیسی خدا را به عنوان پدر خود معرفی می‌کند، باید به او اجازه دهیم که خودش معنی پدر بودن را مشخص کند. گفته‌ی کارل بارت (Karl Barth) در این مورد بسیار سودمند است: «این طور نیست که ابتدا مفهوم پدری بشری وجود داشته و بعد به اصطلاح مفهوم پدری الاهی بوجود آمده، درست برعکس؛ مفهوم درست پدری در خدا وجود دارد و از این مفهوم پدری خداست که هرچه ما انسانها از مفهوم پدری‌ای که در میان خود می‌دانیم، استنتاج می‌شود.»

به کسی که می‌گوید: «برای من سخت است خدا را "پدر" خطاب کنم چون پدر جسمانی خودم، پدر خیلی خوبی نبوده است»، چه پاسخی می‌دهید؟

منظور بارت از این گفته چیست؟ پیش از آفرینش جهان هستی، تثلیث وجود داشته است. مدتها قبل از اینکه خدا انسان را «به صورت خود و شبیه خود ... مرد و زن ...» بسازد، خدا به صورت پدر، پسر و روح‌القدس وجود داشته است. عیسی رابطه‌ی میان خدا و خودش را به صورت رابطه‌ی پدر و پسر تعریف می‌کند. رابطه‌ی آن دو قبل از اینکه هیچ مردی صاحب فرزند شود، وجود داشته است. خدا به

عنوان پدر و عیسی به عنوان پسر موجود بودند، پیش از آنکه هیچ پدر و پسری (یا دختری) بشری وجود داشته باشند.

بنابراین، مفهوم پدری را ابتدا خدا و عیسی مشخص می‌کنند نه آدم و فرزندان. این کاربرد فوق‌العاده زیادی دارد و برای ما موجب شفای بسیار است. بسیاری، درست مثل خانمی که پیشتر به او اشاره کردم، به طور عمیقی از پدر خود جریحه‌دار شده‌اند، به همین خاطر برایشان بسیار سخت است که خدا را همچون پدر تصور کنند. در چنین شرایطی، پاسخ صحیح این نیست که از واژه پدر صرف‌نظر کنیم، بلکه اینکه اجازه دهیم عیسی معنی آن را مشخص کند. هرچند عیسی چندین مَثَل بیان کرد که در آنها صحبت از پدر بود (به ویژه، مثل پسر گم‌شده)، اما فکر می‌کنم برای درک پدر بودن خدا بهتر است نگاهی به دعای عیسی خطاب به خدا بیفکنیم.

ای پدر ما

عیسی ماهیت خدایی را که به او دعا می‌کند، در **محتوای دعای خود آشکار** می‌سازد. شاید به خاطر اینکه زندگی دعایی عیسی بسیار پرشور و حرارت بود، شاگردانش از او خواستند تا دعا کردن را به آنان بیاموزد. عیسی در پاسخ به این درخواست، دعایی را به آنها یاد داد که برای خیلیها بسیار آشناست:

«پس شما این‌گونه دعا کنید:

ای پدر ما که در آسمانی،

نام تو مقدس باد.

پادشاهی تو بیاید.

اراده تو، چنانکه در آسمان انجام می‌شود،

بر زمین نیز به انجام رسد.

نان روزانه ما را امروز به ما عطا فرما.

و قرضهای ما را ببخش،

چنانکه ما نیز قرضداران خود را می‌بخشیم.

و ما را ر آزمایش میاور،

بلکه از آن شریر رهایی مان ده» (متی ۶: ۱۳-۹).

او به ما می‌گوید، دعايمان را درست مثل خود او، با "پدر" خطاب کردن خدا شروع کنیم. اما توجه کنید که: **پدر بودن خدا از راه دعای عیسی مشخص می‌شود.** از این دعا ما چه یاد می‌گیریم؟

اول، یاد می‌گیریم که خدا نزدیک و حاضر است: «ای پدر ما که در آسمانی.» در کیهان‌شناسی یهود، آسمان به مکانی در دوردستها اشاره نمی‌کرد؛ بلکه منظور از آسمان، فضا و محیط اطراف بود، یعنی همان هوایی که آنان تنفس می‌کردند (آیا به یاد دارید که در هنگام تعمید عیسی، "آسمان" گشوده شد؟ این "آسمان" جای خیلی دوری نبود!) لب مطلب اینکه، خدا حاضر است.

دوم، یاد می‌گیریم که خدا مقدس است: «نام تو مقدس باد.» تقدس به پاکی و طهارت مربوط می‌شود. عیسی به ما تعلیم می‌دهد که درباره خدا هیچ چیز بدی وجود ندارد. خدا نه می‌تواند گناه کند و نه در شرارت سهیم شود. در یک کلمه، خدا پاک و طاهر است.

سوم، همینطور یاد می‌گیریم که خدا پادشاهی است که در آسمان سلطنت می‌کند: «پادشاهی تو بیاید. اراده تو، چنانکه در آسمان انجام می‌شود، بر زمین نیز به انجام رسد.» پادشاهان بر دیگران قدرت دارند، و خدا "شاه شاهان" است. به طور خلاصه، خدا توانمند است.

تا اینجا چیزی گفته نشده که ما را به این ایمان برساند که خدا در پی نیکویی و خوبی ماست. انسانها به خدایان زیادی اعتقاد داشته‌اند که در بین آنها حاضر هستند، مقدس و توانمند، اما لزوماً دلسوز نیستند. در درخواستهای بعدی است که ما به طبیعت مهربان و دلسوز خدای عیسی پی می‌بریم.

چهارم، یاد می‌گیریم که خدا کسی است که ما را دوست دارد: «نان روزانه ما را ... به ما عطا فرما.» ما خدایی داریم که سازنده باران و آفتاب، و بخشنده خوراکیهای بسیار به همه آفریدگان خود، منجمله پرندگان آسمان است. بنابراین، یاد می‌گیریم که **خدا مهیا می‌کند.**

پنجم، یاد می‌گیریم که خدا کسی است که قرضهای ما را می‌بخشد. همانطور که ریچارد فاستر (Richard Foster) می‌گوید: «میل و اشتیاق به بخشیدن و دادن، در قلب خدا جای دارد.» حتی

بیشتر از آنکه ما در تمنای بخشیده شدن باشیم، خدا دوست دارد ما را ببخشد. در یک کلمه، پدر ما عفو می‌کند.

ششم، از دعای ربانی یاد می‌گیریم که خدا ما را از آزمایشها و شرارتها رهایی می‌دهد: «و ما را در آزمایش میاور، بلکه از آن شریر رهایی‌مان ده.» خدا حاضر و توانمند است چون از ته دل می‌خواهد از ما حمایت و محافظت کند. اگرچه ما از مسائل، حوادث و آزمایشها رنج می‌بریم، اما خداست که حرف آخر را می‌زند. چیزی نمی‌تواند بر ما واقع شود که خدا نتواند ما را از آن رهایی دهد.

پدر عیسی نزدیک، مقدس، توانمند، دلسوز، بخشنده و حامی ماست. این خصایص، تصاویری محکم و قاطعانه از اینکه خدا کیست و پدری به چه معناست، برای ما فراهم می‌کند. و حال، ما راهی برای تعریف نیکویی پدر در دست داریم. همچنین، مقیاسی داریم که به کمک آن می‌توانیم پدری راستین را بسنجیم. یک والد خوب، خواه پدر باشد خواه مادر، باید این شش ویژگی را داشته باشد.

به عنوان یک پدر، اگرچه به کرات شکست می‌خورم، اما می‌کوشم هر یک از این خصوصیات را در زندگی بکار برم: من نزدیک فرزندانم هستم، اما گاهی هم از آنها فاصله می‌گیرم و ترجیح می‌دهم به جای بازی با آنها، روزنامه بخوانم. گاهی هم شغلم ایجاب می‌کند برای چند هفته‌ای از آنها دور باشم. همینطور خیلی سعی می‌کنم خوب و بی‌عیب باشم، اما گاهی به طور فلاکت‌باری شکست می‌خورم و به خاطر کوتاه فکری و خودخواهی‌ام، برای هیچ و پوچ، سرشان فریاد می‌زنم. سعی می‌کنم برای بچه‌هایم قوی باشم، ولی بعضی وقتها درست مثل خود آنها، می‌ترسم و دستپاچه و یا پریشان می‌شوم. برای تأمین زندگی آنها، خوب کار می‌کنم، اما گاهی زیاده از حد آنچه را دوست دارند در اختیارشان می‌گذارم و لوسشان می‌کنم. آنها را می‌بخشم، ولی بعضی وقتها یکهو متوجه می‌شوم که اشتباهات گذشته آنها را به رخشان می‌کنم. همینطور سعی می‌کنم محافظتشان کنم، اما به طور اسفناکی آگاهم از اینکه نمی‌توانم آنها را از همه دشمنانی که در دور و اطراف در کمین هستند، محافظت کنم. در نظر فرزندانم، همسر و بیشتر دوستانم، من پدر خوبی محسوب می‌شوم. هر سال در روز پدر، فرزندانم برایم کارت می‌نویسند و می‌گویند: «تو بهترین بابای دنیایی.» ولی من از کاستیهای خودم آگاهم و دعا می‌کنم فرزندانم به خاطر آنها، عذاب نکشند.

منظور من در اینجا این است که خصلت پدری خداست که باید چگونگی پدری بشری را تعریف کند، و نه برعکس. کتابچه کوچک "چطور بابای خوبی باشیم"، که من روی میز کنار تختخوابم نگاه می‌دارم، رهنمودهای خیلی خوبی ارائه می‌دهد («با فرزندان‌تان بازی کنید» و «به آنها گوش دهید»)، اما من پدر خیلی بهتری خواهم بود اگر به پدر آسمانی‌ام نزدیک شوم و به او اجازه دهم تا قلب مرا به صورت خودش شکل بدهد. آن طوری که خدا مرا پدری می‌کند به من می‌آموزد که چطور برای فرزندانم پدر خوبی باشم.

زنی که نمی‌توانست به خدا به عنوان پدر دعا کند، به خاطر داشتن پدری سرد و بدرفتار، بچگی بسیار بدی را گذرانیده بود. وقتی او تصویری را که از پدر داشت به خدا نسبت می‌داد، خدا را کسی می‌دید که هرگز نمی‌توانست به او محبت یا اعتماد کند. اینکه به او بگوییم، «تجربیاتت را نادیده بگیر، چون عیسی خدا را پدر خواند تو هم باید چنین کنی»، بسیار بی‌رحمانه است. راه حل بهتر این است که او را تشویق کنیم تا اجازه دهد عیسی معنی واژه پدر را تعریف کند و از آن راه، با خدایی که عیسی می‌شناسد، آشنا بشود. راه شفای او این است.

از شش جنبه ذات خدای پدر (نزدیک،
طاهر، توانمند، مهیا کننده، عفو کننده،
حامی) که در دعای ربانی دیده می‌شود،
کدامیک را شما بیشتر نیاز دارید در مورد
خدا ببینید و درک کنید؟

خدایی که عیسی مکشوف می‌کند نه تنها بازتاب کاملترین نمونه پدری، بلکه مادری نیز هست. گاهی ما به پدران همچون تأمین‌کنندگان قوی و سختگیر، و به مادران همچون حامیانی ملایم و فروتن نگاه می‌کنیم. اما در توصیف عیسی از پدر، توازنی کامل از همه این ویژگیها را می‌بینیم. مادر خوب کسی است نزدیک، تمام و کمال، قوی، دهنده، بخشاینده و محافظ. در حقیقت، یک آدم خوب، خواه مرد خواه زن، خواه مجرد خواه متأهل، دارای فرزند یا فاقد فرزند، صاحب همه این ویژگیهاست. عیسی خودش هم بازتابی از پدر بود، به همین خاطر، وقتی به او نگاه می‌کنیم خدای پدر را می‌بینیم. در عیسی توازنی کامل و همه‌جانبه از تمامی ویژگیهای خوب را می‌بینیم. عیسی به‌راستی ملایم است، اما در صورت لزوم، بسیار قوی نیز هست.

یافتن پدر حقیقی خود

چندی پیش، با شبانی انگلیسی آشنا شدم که زندگی‌اش به زیبایی نمایانگر این است که اعتماد به خدا به عنوان پدر چه معنایی دارد. از کارل پرسیدم که چطور مسیحی شده است. اینطور تعریف کرد: «در دوران کودکی و نوجوانی به ندرت به کلیسا می‌رفتم. اما با پدرم خیلی نزدیک بودم. در چهارده سالگی، روزی پدرم سر کار، در تصادفی دلخراش جانش را از دست داد و این تمام زندگی من را از هم پاشید. برای اینکه دردم را فراموش کنم، مرتب در مدرسه درگیر جنگ و دعوا می‌شدم و چیزی نگذشت که به مصرف بی‌رویه‌ی الکل روی آوردم. اما انگار هیچ چیزی تسکینم نمی‌داد.

«وقتی هفده ساله بودم، روزی دوستم مرا به میهمانی‌ای دعوت کرد. با خودم فکر می‌کردم که به محفلی برای میگساری و عیاشی می‌رویم. دعوتش را پذیرفتم. اما در حقیقت این میهمانی، "یک میهمانی شبانه‌روزی مسیحی" بود، چیزی که در انگلستان رایج است و مردم برای خلوت کردن، با هم در یک خانه بزرگ و دنج جمع می‌شوند و چند روزی را با هم در گفت و شنود، پرستش و تفریح می‌گذرانند. من وقتی متوجه شدم به چه نوع میهمانی‌ای می‌رویم، که دیگر کار از کار گذشته بود و نمی‌توانستم خودم را عقب بکشم و نروم. آنجا بعد از دو روز، هنوز هم نسبت به خدا روحیه تلخی داشتم. اما در آخرین روز که یکشنبه صبح بود، در طول پرستش، صدای واضحی به گوشم رسید که می‌گفت: "من پدر تو هستم. نزد من بیا." به محض شنیدن این صدا، زدم زیر گریه و برای اولین بار بعد از مرگ پدرم، احساس کردم زخمهای دلم التیام پیدا کرد.»

همه ما در زندگی، خواه ناخواه با درد و مشکلات و حتی گاهی با مصائب مواجه می‌شویم. اما وقتی شروع می‌کنیم به شناختن و نزدیک شدن به آن خدایی که عیسی می‌شناخت، یک نوع قدرتی تازه برای مقابله و کنار آمدن با تقلاها و درگیریهایمان پیدا می‌کنیم. اگر خدا را به عنوان بابا و پدر خود نشناسیم، آنگاه برای روبه‌رو شدن با مشکلاتمان شهامت نخواهیم داشت. اما وقتی شروع می‌کنیم به شناختن خدای نیکو و زیبایی که عیسی می‌شناسد، کشمکشها و مشکلاتمان معنای کاملاً تازه‌ای به خود می‌گیرند. اگر خدا به راستی نیکوست و در پی نیکویی ماست، آنگاه می‌توانیم با صداقت کامل نزد او بیاییم. ما می‌توانیم صداقت و راستی را در دعایمان تمرین کنیم، یعنی در دعا تمامی وجودمان را عریان کنیم و با تمامی زخمهایی که موجب می‌شوند به نیکویی خدا شک کنیم، مواجه شویم و برای اینکه از آنها شفا بیابیم، همه را به او واگذاریم.

"جام" شما چیست؟

پیشتر در شروع این فصل، قید کردم که چگونه عیسی در باغ جتسیمانی با موقعیت بسیار دشواری مواجه شد. او از بابایش (ابا) خواست تا "جامش" را از او دور کند. جام، نماینده چیزهایی است که در زندگی به ما تحمیل شده است. باید از خود بپرسیم: "جام" من چیست؟ کدام جنبه از زندگی شماست که توکل به خدا را برایتان دشوار می‌سازد؟ آیا از تجربه طلاق آزرده شده‌اید؟ آیا خسارت مالی یا جانی دیده‌اید؟ آیا نمی‌توانید شریکی برای زندگیتان پیدا کنید و با دورنمایی از یک زندگی یکه و تنها دست و پنجه نرم می‌کنید؟ آیا مرگ یک عزیز را تجربه کرده‌اید؟ آیا در رسیدن به رویا و آرزویتان شکست خورده‌اید؟ آیا شغلی را از دست داده‌اید؟ آیا عضوی از بدنتان از کار افتاده است؟

"جام" شما چیست؟ با آن جام چه کرده‌اید؟ چه چیزی را در این تجربه، در مورد خدا یا خودتان یاد گرفته‌اید؟

هر چیزی که برای ما سخت است آن را به عنوان سهم و نصیبمان در زندگی بپذیریم، "جام" ماست. و همین جام ماست که معمولاً ایمان داشتن به نیکویی خدا را برای ما سخت می‌سازد. یکی از اولین جامهای زندگی من این بود که از دکترها بشنوم دخترم با نوعی بیماری علاج‌ناپذیر به دنیا خواهد آمد. مثل عیسی، من هم با چیزی روبه‌رو شدم که با خواسته‌های من در تضاد بود. من می‌خواستم دختری سالم داشته باشم. آیا در آن موقعیت، من هم می‌توانستم در دعا بگویم: «ابا، پدر»؟

چند سال بعد، تفسیر توماس سُمیل (Thomas Smail) را از آنچه بر عیسی در باغ جتسیمانی گذشت، و اینکه چگونه عیسی توانست در کشاکش دردهای خود به خدا اعتماد کند، خواندم. این به من کمک کرد تا چیزی مهم دربارهٔ اعتماد به خدا بفهمم و به پرسشی که مردم از من می‌پرسیدند، پاسخ داد: «جیم، چطور می‌توانی بعد از عبور از تمامی آن سختیها، باز به خدا اعتماد کنی؟» برای سالها، نمی‌دانستم به این پرسش چگونه پاسخ دهم، اما اکنون می‌دانم. سُمیل می‌نویسد:

خدایی را که عیسی در باغ جتسیمانی صدا می‌زند، خدایی است که عیسی تمام عمر خود او را می‌شناخت و دیده بود که در تمامی تدارکات خود گشاده‌دست، در وعده‌های خود قابل اعتماد و در محبت خود کاملاً وفادار است. عیسی می‌تواند از اراده‌ای که او را به صلیب

می‌فرستد، با امیدواری و انتظار اطاعت کند زیرا این ارادهٔ آبایی است که محبت خود را چنان ثابت کرده که اکنون می‌توان با اطاعتی محض، به آن اعتماد کامل کرد. این نه اطاعتی همچون اطاعت از حکم قانون، بلکه اعتمادی بود در پاسخ به محبتی شناخته شده.

سُمیل بسیار خوب بیان می‌کند: رابطهٔ ما با پدر، «اعتمادی است در پاسخ به محبتی شناخته شده.» عیسی خوب می‌دانست که پدرش او را دوست دارد و بنابراین توانست در درد و رنج به او اعتماد کند. دلیلی که عیسی توانست در تاریکترین ساعات به خدا اعتماد کند این بود که با پدر نیکو و زیبای خود از ازل از نزدیک زندگی کرده بود. اکنون متوجه می‌شوم که چگونه به محبتی که به تجربه اثبات شده، می‌توان حتی هنگامی که هیچ چیز قابل درک و معنا نیست، اعتماد کرد. پس وقتی با دنیایی مملو از زلزله‌ها و سیلها و متجاوزین به کودکان، سقوط هواپیماها و مادران معتاد به مواد مخدر روبه‌رو می‌شوم، دیگر خودم را مجبور نمی‌کنم بگویم همه چیز روبه‌راه است. در عوض، می‌گویم: «عیسی به بابای خود اعتماد کرد، و من هم به خدایی که می‌دانم نیکوست، اعتماد می‌کنم.»

یکی کردن روایتهای خودمان با روایتهای خدا

مرگ دخترم غیرمنتظره بود. او واکنش خوبی به جراحی نشان نداده بود و اعضای بدنش شروع کرد به از کار افتادن. قبلاً هم این برای مادرن پیش آمده بود، اما همیشه دوباره سلامتی‌اش را به دست می‌آورد. با این همه، بعد از جلسهٔ پرستشی، بیدرنگ راهی بیمارستان شدم، و خوشبختانه پدر پل هاچ (Paul Hodge) که کشیشی در کلیسای ارتدکس آمریکا بود، مرا همراهی کرد. در حالی که مادرن رو به مرگ بود، پدر پل با من و همسرم دعا کرد. از کتاب دعای خود، دعایی انتخاب کرد که سابقه‌ای دیرین و تعلیم‌الاهیاتی عمیقی داشت. کلمات این دعا چنین بود:

خداوندا، نه افکار ما افکار توست، و نه طریقه‌های ما طریقه‌های تو.

اعتراف می‌کنیم که دست نیکوی تو را در رنجهای مادرن نمی‌بینیم.

تمنا می‌کنیم مدد کنی تا در این مصیبت، مقصودی و رای درک و فهم خود ببینیم.

فکرمان پریشان و قلبمان، رنجور است.

با دیدن این مخلوق معصوم، که در تله گناهان این جهان و در قدرت شیطان، گیر افتاده و قربانی رنج و دردی بی‌معنا شده، نیروی ما از دست رفته و ما ضعیف شده‌ایم.

خداوندا، رحم فرما! بر این کودک، رحم فرما!

مگذار عذاب او به درازا کشد! مگذار درد و رنجش افزونی گیرد!

نمی‌دانیم از تو چه درخواست کنیم: به ما فیضی عطا فرما تا تنها بگوییم، « اراده تو، چنانکه در آسمان انجام می‌شود، بر زمین نیز به انجام رسد.»

خداوندا، به ما ایمان بده، زیرا ایمانداریم؛ بی‌ایمانی ما را مدد فرما.

با دخترت مادلن باش، و با او رنج بکش؛ و بنا بر آن نقشه نجات خود، که پیش از آفرینش جهان تعیین کرده بودی، او را شفا و نجات ده.

زیرا، ای خدا، تویی تنها امید ما، و در تو پناه می‌جوئیم: پدر و پسر و روح القدس، از حال و تا ابدالابد و تا جمیع اعصار. آمین.

حتی پس از گذشت ماهها و سالها، هنوز هم من و مگن این دعا را به خوبی به یاد داریم. این دعا، ما را شفا داد و برای مرگ دخترمان آماده کرد.

چرا؟ چون این دعا، داستان زندگی ما و روایتهای شخصی ما (یک پدر و مادر و کودکی بیمار) را گرفته، آنها را در متن داستانی بزرگتر که ماورای روایتهای ما بود، قرار داد، یعنی داستانی که خدا در شرف نوشتن آن است. این دعا، هم اندوه و هم امید ما را بیان می‌کرد. دعایی بود صادقانه: "دست نیکوی" تو را در این واقعه نمی‌بینیم و می‌خواهیم در پس همه این رنجها، هدف و مقصودی ببینیم. تنها هنگامی که زحمات و رنجهای ما بی‌معنا به نظر می‌رسند، روح ما شکسته می‌شود. اما این دعا باز هم ادامه دارد. می‌گوید که ما در بی‌ایمانی‌مان، باز هم ایمان داریم. این دعا، رنجهای ما را در جای درستی قرار می‌داد، در نقشه نجات خود خدا که آن را پیش از آفرینش جهان مقرر فرموده بود. خدا نیکوست و هنوز هم همه چیز تحت فرمان اوست و پادشاهی او هرگز در مشکل و تلاطم نیست.

وقتی ما داستان زندگی‌مان را به داستان خدا پیوند می‌زنیم، که در آن خدای نیکو و زیبای ما حرف آخر را می‌زند، آنگاه همه چیز معنی پیدا می‌کند. دردها اگرچه هنوز هم همانطور واقعی می‌مانند،

اما قابل تحمل می‌شوند. آنگاه با گذشت زمان می‌توانیم کم کم شروع کنیم رو به جلو پیش برویم و در پس زحماتمان، به رحمت‌های فراوانی که ما را در بر گرفته، نگاه کنیم.

تمرکز نه تنها بر جامها بلکه به برکات نیز

توماس سُمیل می‌گوید که عیسی توانست به خدا اعتماد کند چون خدا را "در تمامی تدارکاتش گشاده‌دست" دیده بود. عیسی بسیار خوب از نیکویی خدا آگاه بود زیرا خدا هر روزه با او بود و او و همه کارهایش را برکت می‌داد. به همین خاطر بود که توانست حتی در آخرین و سخت‌ترین لحظات نیز به اعتماد خود ادامه دهد. تحمل و ایستادگی در شرایط نومیدکننده مستلزم این است که در خود این درک صحیح را که خدا برای خوبی و منفعت ما در کار هست، پرورش دهیم. این را می‌توان با آگاه شدن هر چه بیشتر از برکاتی که در هر لحظه شامل حال ما می‌شود، انجام دهیم.

جورج باتریک (George Buttrick) از سال ۱۹۲۷ تا ۱۹۵۴ شبان کلیسای پرسبیتری خیابان مدیسون در شهر نیویورک بود. او واعظ، معلم و نویسنده‌ای توانمند بود. کتاب او به نام **دعا**، یکی از بهترین کتابهای نوشته شده در زمینه دعا به شمار می‌آید. روزی در حین خواندن این کتاب، به قسمتی رسیدم که طرز نگاه مرا به جهان برای همیشه تغییر داد. در آن قسمت باتریک داستان مردی را می‌گوید که با استفاده از مثالی منحصر به فرد، به مردم در دیدن نیکویی خدا کمک می‌کند.

روزی سخنرانی به شنوندگانش که همه بازرگان و صاحبکار بودند، ورقه کاغذ سفیدی نشان داد که بر آن لکه‌ای کوچک بود. از آنها پرسید که چه می‌بینند. همگی پاسخ دادند: "یک لکه". این آزمونی غیرمنصفانه و نادرست بود چون خواستار پاسخی غلط بود. با این حال، در ذات آدمی یک ناشکری وجود دارد به طوری که ما متوجه سیاهی لکه می‌شویم و رحمت‌های فراوان را فراموش می‌کنیم. لازم است آگاهانه همه مواهب زندگی‌مان را به خاطر آوریم. شاید باید تمامی برکات یک روز را بر روی صفحه‌ای کاغذ بنویسیم. اگر شروع به نوشتن کنیم، هرگز نمی‌توانیم آن را تمام کنیم و در تمام دنیا، قلم و کاغذ کافی برای ما وجود نخواهد داشت. دست زدن به این کار، "گنج عظیمی را که در غناعت و رضایت است"، به یاد ما می‌آورد.

گفته باتریک بسیار روشن است: ما باید "تعمداً" تمامی برکاتی را که در دور و برمان داریم، به خاطر آوریم. اگر چشمانی داشتیم که همه آنها را می‌دید، تمامی قلمها و کاغذهای دنیا هم برای

نوشتن آنها کافی نبود. باتریک مدافع "تفکر مثبت" نیست، بلکه حقیقت عمیقی را دربارهٔ دنیایی که در آن زندگی می‌کنیم، با ما در میان می‌گذارد.

روزی در جشن تولد دختر بچه‌ای، تماشا می‌کردم که چطور هدایایش را پیش روی دوستانش و والدین آنها باز می‌کرد. اما هدیه‌ای که آن دختر می‌خواست در بین هدایایی که به او داده بودند، نبود. هر بچه‌ای که به آن دخترک هدیه می‌داد با لبخند و انتظار کنار او می‌ایستاد، اما دخترک که متوجه می‌شد کادوی دلخواهش نیست، آن را با سردی به گوشه‌ای هل می‌داد و میرفت سراغ کادوی بعدی. آن وضعیت موجب خجالت همهٔ ما و مخصوصاً پدر و مادر آن دختر بچه شده بود. این صحنه نمونهٔ بارزی بود از ناسپاسی. هدایای زیادی به او داده شده بود اما انگار دختر به چیز دیگری فکر نمی‌کرد مگر به همان یک هدیه‌ای که دنبالش بود. بعداً فهمیدم که هدیهٔ دلخواه آن دختر، نه با ارزش بود و نه گران‌قیمت، و از بیشتر هدایایی که گرفته بود ناچیزتر بود.

آن شب وقتی از آن میهمانی به خانه برمی‌گشتم، به کار زشت آن دختر و قدرشناسی او فکر می‌کردم. همان موقع روح‌القدس در گوشتم زمزمه کرد: «آیا تو با او فرق داری؟» فکر کردم که چطور در اکثر مواقع تمام حواسم متمرکز بر چیزی هست که از خدا می‌خواهم برایم انجام دهد و هزاران چیزهای دیگری را که معمولاً بهتر از آن یک چیز هستند و او تا آن موقع برایم انجام داده، نادیده می‌گیرم. به خاطر "جام" های کوچک و بزرگ زندگی‌ام (پول کافی نداشتن برای انجام این کار و آن کار، مشکلات سر کار، مشکلات روابطی)، الم شنگه به پا می‌کنم و هیچ‌وقت باز نمی‌ایستم و خدا را شکر نمی‌کنم برای چشمانی که با آن می‌بینم. اگر بینایی‌ام را از دست می‌دادم و یک میلیون دلار پول داشتم، با خوشی تمام همهٔ آن را می‌دادم تا دوباره بینایی‌ام را به دست آورم. چشمان من بیشتر از یک میلیون دلار ارزش دارد، قلبم و گوشه‌هایم، و نیز همسرم و فرزندانم همینطور. اگر عقل داشتم، هر روز از خدا برای "گنج عظیمی" که به من داده، تشکر می‌کردم، و مطمئنم اگر شروع می‌کردم به شکرگزاری، دیگر نمی‌توانستم از آن کار بازایستم.

مشکلات ما واقعی‌اند، اما همانگونه که باتریک می‌گوید، با مقایسه با «رحمت‌های عظیم» خداوند آنها بسیار کوچکند. هرچه بیشتر بتوانیم ببینیم که چقدر برکات رایگان و فوق از لیاقت ما به ما داده شده، همانقدر نیز قادر خواهیم بود ببینیم که خدا واقعاً برای خیریت ما عمل می‌کند. در چنین وضعی است که اعتماد ما به خدا بیشتر می‌شود.

همانطور که قبلاً گفتم، پسر من وقتی با من سوار آن چرخ و فلک بزرگ ترسناک شد، بجای ترسیدن، تمام وقت لبخند می‌زد و کیف می‌کرد! چرا؟ زیرا من در کنارش بودم. تمام مدت عمرش همیشه از او توجه کرده بودم. به او خوراک و پوشاک داده بودم، حمامش کرده بودم، با او دعا کرده بودم، وقتی بیمار بوده بر بسترش از او مراقب کرده بودم و نیازهایش را برآورده بودم. جیکوب اعتماد کامل به من داشت.

من و تو نیز در چنین وضعیتی هستم. زندگی ما گاهی مانند آن چرخ و فلک بزرگ، ترسناک به نظر می‌رسد، اما در عین حال سرشار از نشاط است. کلید رمز آنست که به یاد آوریم چه کسی کنار ماست. هیچ وضعیتی نیست که ما به تنهایی با آن مواجه شویم. خدا با ماست. خدا برای خیریت ما عمل می‌کند. حتی در دردناکترین اوضاع نیز خدا قادر است دگرگونی ایجاد کند، زیرا «همه چیزها با هم برای خیریت در کار است» (رومیان ۸: ۲۸) برای آنان که به او اعتماد دارند. کاری که باید بکنیم آن است که از این بازی به ظاهر خطرناک لذت ببریم.

تربیت نفس

شمردن برکات

شمردن برکاتی که نصیب ما شده، تمرین روحانی بسیار نیرومندی است. فهرستی تهیه کنید از برکاتی که خداوند به شما عطا کرده و همچنین از تمام چیزهایی که زندگی‌تان را زیبا ساخته است. به جزئیات زندگی خود توجه کنید. به چیزهایی که پنهان است فکر کنید. به چیزهای خوب و لطیف که اغلب نادیده گرفته می‌شود به دقت بنگرید. از کوچک شروع کنید: نخست ده برکتی را که از خداوند یافته‌اید بنویسید. در این فهرست می‌توانید نام عزیزانتان را بنویسید، همچنین دارایی خود و فرصتهایی که به شما داده شده است. در ضمن می‌توانید برکات طبیعی را نیز بنویسید، مانند خورشید، ستارگان، کوهها و غیره. یا می‌توانید چیزهایی را که دوست دارید در این فهرست بگجانید، مانند قهوه یا بستنی! سرانجام آنچه را خداوند برای شما کرده بنویسید. هر روز خداوند در حال تدارک دیدن برای ماست، هرچند ما نمی‌توانیم همیشه ناظر آن باشیم. این تمرین به شما کمک می‌کند تا «رحمت عظیم» خداوند را که بسیار بزرگتر از «نقطه سیاه» است ببینید.

هر روز به فهرستی که دارید چیزی بیفزایید. بکوشید شمار برکات را به پنجاه برسانید. باز ادامه دهید و سعی کنید در این هفته تعداد برکات و چیزهایی را که برایش شکرگزار هستید به صد برسانید. سرانجام احتمالاً به آنچه جورج باتریک «گنج بی‌کران» می‌نامد خواهید رسید. اغلب ما عادت داریم که وقتی از خواب بیدار می‌شویم به مشکلاتمان بیندیشیم. این تمرین به ما کمک خواهد کرد تا توجه خود را از چیزهای کمی که بد هستند به چیزهای زیادی که خوب و زیبایند معطوف داریم.

اگر چنانچه برای شروع این تمرین با مشکل روبرو شوید، می‌توانید از فهرستی که در ذیل تقدیم می‌کنیم استفاده کنید. چند سال پس از مطالعه کتابی که ۱۰۰۰۰ چیز که باید خدا را برایش شکر کرد نام داشت، این فهرست را تهیه کردم. از فهرست مذکور در این کتاب خوشم آمد، و خودم نیز چیزهایی بدان فهرست افزودم. این تمرین را با هزاران تن در دنیا انجام داده‌ام و برخی از برکات آنان را نیز به این فهرست افزوده‌ام. فهرست من شامل خانواده و دوستان نمی‌شود، نه بدان جهت که برای آنان از خدا شکرگزار نیستیم، بلکه از آن رو که یاد گرفته‌ام بطور مرتب برای وجوشان

شکر کنم. می‌خواهم فهرست من یادآور چیزهایی باشد که اغلب فراموش می‌کنم برای آنها خدا را شکر کنم.

فهرست بی‌پایان برکات من

وجود خدا	بستنی
حضور خدا با من	کنجکاو
عیسی	بوی چوب
کلیسا	کتاب شعر
یک لیوان چای سرد در یک روز گرم	کلوچه‌های گرم
خواب کوتاه نیروبخش	مردم باصفا
عزیزانی که سرانجام به شناخت خدا نائل آمدند	اعجاز سیستم دفاعی بدن
تنیس	قهوه
رنگها	بوی باران
بوهای خوش	دعا
خواب و رویا - روز یا شب	امید آسمان که در انتظار من است
نور آفتاب	فرصتهای ثانی
حکمت دیگران	پروانه‌ها
خنده	دوستان قدیمی
لبخند یک بیگانه	محبت والدین نسبت به کودکانشان
دم تکان دادن سگم با دیدن من	کریسمس
موسیقی	گفتگوهای مفید و پرمعنا
جورابه‌های تمیز	کتاب مقدس

سرود معروف هلولویای مسیحای هندل	دانشمندانی که چیزی حیرت‌انگیز کشف کرده‌اند
مربیان و معلمان	شکلات
بغل کردن کودک	باز شدن و توسعهٔ فکرم وقتی سفر می‌کنم
تشویق	خنثی کردن شایعات دروغ
افراد با استعدادی که فروتنند	سرودهای معروف پرستشی
تهویهٔ هوا	هنرمندان

عادت کردن به شکرگزاری

امیدوارم این فهرست فقط به یک بار تمرین محدود نشود بلکه به عادت‌ی همیشگی در زندگی تبدیل گردد. دیوید کراودر (David Crowder) که موسیقیدان و نویسنده است چنین می‌نویسد:

هنگامی که خوبی یافت می‌شود و ما بی‌محابا آن را در آغوش می‌گیریم، در واقع دهندهٔ آن را در آغوش گرفته‌ایم... هر ثانیه فرصتی است برای شکرگزاری. باید تصمیم گرفت. هر لحظه باید تصمیم گرفت. این است عادت شکرگزاری. یافتن خدا لحظه به لحظه مکاشفه‌ای، در چیزهای مقدس و عادی، در کوه و دره، در پیروزی و فاجعه، و داشتن زندگی‌ای لبریز از شکرگزاری بخاطر آن. این است دلیل آفریده شدن ما.

من با کراودر موافقم. وقتی ما برای چیزی عادی همچون «کنجکاوی» سپاسگزار باشیم، در واقع خداوند را پرستش می‌کنیم. هر لحظه عمر ما فرصتی است تا چیزی بیابیم که برای ما شگفتی بیافریند. هرچه بیشتر این را تمرین کنیم، احتمال عادت کردن به آن زیادتر می‌شود، بطوریکه در نهایت متوجه می‌شویم که بدون فکر کردن آن را انجام می‌دهیم. ما به چیزی بدل می‌شویم که بقول آگوستین «از سر تا پا هلولویاه» است!

برای تأمل

صرفنظر از اینکه این مطالب را با دیگران می‌خوانید یا در تنهایی، پرسشهای زیر به شما در تأمل و تفکر در مورد تجربیاتتان کمک خواهند کرد. در هر حال، شاید ایدهٔ بدی نباشد که در دفترچه‌هایتان

به این پرسشها پاسخ دهید. اگر با گروهی جمع می‌شوید، دفترچه‌های یادداشت‌هایتان را همراه خود بیاورید تا به شما در به یاد آوردن بینش‌هایتان کمک کنند تا بتوانید تجربیاتتان را با دیگران در میان بگذارید.

1. آیا در این هفته توانستید فهرستی از برکات تهیه کنید؟ این کار راحت بود؟ چرا؟

2. آیا توسط این تمرین چیزی درباره‌ی خدا یا خودتان یاد گرفتید؟

3. چه چیزی در فهرستتان شما را متعجب ساخت؟ چرا؟

فصل چهار

خدا سخاوتمند است

دالاس ویلارد مینویسد: «فرایند شکلگیری روحانی در مسیح یکی از فرایندهایی است که به طور جایگزینی تدریجی انجام میپذیرد ... فکر و خیالهای مخرب جای خود را به فکر و خیالهایی میدهند که ذهن خود عیسی را نیز پر کرده‌اند ... شکلگیری روحانی در مسیح، رو به سویی دارد که در نهایت افکار و خیالات ما به افکار و خیالات او تبدیل می‌شوند.»

زمانی که در سال اول دانشکده مشغول تحصیل بودم، خبری در دانشگاه پیچید، مبنی بر اینکه زنی هر روز در همان حوالی دانشگاه در باب موضوع «آتش و گوگرد» موعظه میکند. من در رشته الاهیات درس میخواندم و امید داشتم تا در آینده شبان شوم، از این رو سروصدایی که آن زن به راه انداخته بود، کنجکاو می‌شدم. صدها دانشجو برای شنیدن موعظهای او جمع می‌شدند. البته نه به این خاطر که پیغامهای او آنها را تحت تأثیر خود قرار داده بود، بلکه چون می‌خواستند زن واعظ را دست ببندازند. دانشجویان نام زن را «نبیه کوچولو» گذاشته بودند. او هر روز هفته، سر ساعت 10:50 صبح بالای یکی از نیمکتهای پارک وسط محوطهٔ باز دانشگاه میرفت و برای مدت بیست دقیقه "موعظه" یا در واقع، "توبیخ" میکرد. هفته به هفته بر شمار حاضران افزوده میشد. من هم باید میفهمیدم که قضیه از چه قرار است.

حدود ده دقیقه پیش از شروع موعظه خودم را به محل موعود رساندم. بسیاری از دانشجویان در اطراف نیمکت معروف حلقه زده بودند. زن ریزنقش با چهرهای ساده، در حالی که لباس سفید از مد افتادهای به تن داشت، درست سر ساعت معین پای بر نیمکت گذاشت.

بعضی از افکار و خیالات مخربی را که

با آنها کلنچار رفته‌اید، نام ببرید؟

بر روی «منبرش» ایستاد و در حالی که پشتش به جمعیت بود، نگاهش را به پایین دوخت؛ از قرار معلوم داشت دعا میکرد. وقتی زن رویش را به سوی جمعیت برگرداند، هلهله شادی (یا شاید بتوان

گفت: ولوله ریشخند) از هر سوی برخاست. واعظ دستانش را به نشانه دعوت به سکوت بلند کرد و بعد، در حالی که کتابمقدس کینگ جیمز کهنه و پارهاش را در هوا تکان میداد، موعظهاش را (که بیشتر به پرخاش شبیه بود) آغاز کرد.

«چشمان خداوند به شما گناهکاران دوخته شده است! فکر نکنید که همه اعمال شما از نظر خدا مخفی می‌ماند. او مرا به این دانشگاه فرستاده چون از همه طریقهای شریرانه شما به خشم آمده است. او از همه زناکاریها، مستیها، دروغگوییها و فریبکاریهای شما خبر دارد. پیغامی که او برای همه شما گناهکاران دارد این است: همه شما به...» و جمعیت یکصدا با او فریاد زدند: «دریاچه آتش افکنده خواهید شد!» ریشخندها و شکلکهای دانشجویان نه بر شور و حرارت او چیزی افزود و نه نظرش را جلب کرد؛ همچنان بیاعتنا باقی ماند. زن واعظ با دقت و جزئیات بیشتری به نام بردن فهرست گناهان میپرداخت و دانشجویان هم در پایان هر سلسله از گناهان دسته جمعی فریاد می‌زدند: «و همه شما به دریاچه آتش افکنده خواهید شد!»

من در حالی که به دیوار سرد مرکز دانشجویی تکیه داده بودم، این نمایش سوررئال را تماشا میکرد. من به عنوان یک مسیحی معتقدم که تک تک گناهانی که او نام برد، به راستی گناه هستند. بر خلاف دیگر دانشجویانی که اطرافم ایستاده و با بیقیدی زن و پیغامش را به باد تمسخر گرفته بودند، من میدانستم که بخشی از آنچه که او میگفت، حقیقت داشت. روایت نبیه کوچولو کاملاً روشن بود: خدا به سبب گناهانتان از دست شما عصبانی است، و گناه شما به سوختن در آتش ابدی خواهد انجامید. اما او هرگز از محبت خدا سخنی بر لب نیاورد. در کلام او هیچ اشارهای به فیض خدا به چشم نمیخورد. او در تمام نیم ساعتی که وعظ میکرد، حتی یکبار هم نام عیسی را بر زبان نیاورد. زن بر ضد گناه سخن گفت، اما تنها در ارتباط با مجازاتی که گناه در پی خواهد داشت حرف زد، و نه لطمهای که به روح انسان وارد خواهد کرد. علاوه بر آن روایت ناقص، زن واعظ چیزی که به تغییر شخص کمک کند به موعظهاش اضافه نکرد و اساساً به جز احساس گناه و ترس - که هیچ کدام انگیزههایی مؤثر و ماندگار نیستند - نکته دیگری در سخنانش به چشم نمیخورد.

این خانم یکچنین روایت ناقص مربوط به خدا را از کجا آورده بود؟ و اگر عیسی آنجا بود به نبیه کوچولو چه میگفت؟

روایت نادرست: کسب لطف و عنایت

روایت زن واعظ با وجودی که مبالغه آمیز مینماید، اما از این دست روایات کم نیستند. در اغلب موارد، لحن بیان روایت تا این اندازه هم مطلق، یا به تعبیری سیاه و سفید نیست. روایت زن مزبور نمونه بارزی است از لطف و عنایت خدا، که عمیقا در فرهنگ ما و بسیاری از کلیساهایمان رسوخ کرده است. این روایت به قرار زیر است: محبت و بخشایش کالاهایی هستند که می‌توان آنها را در ازای عملکردی مناسب به دست آورد. محبت، پذیرش و بخشایش خدا، چیزهایی هستند که برای به چنگ آوردنشان، باید شایستگی داشت، شایستگی‌ای که از طریق درست زندگی کردن میسر می‌شود. خدا بیش ازهر چیز از ما انتظار دارد که گناه نکرده، در عوض کارهای نیکو انجام دهیم. این روایت، همچون همه روایات نادرست دیگر، در یک نیمچه حقیقت ریشه دارد. این درست است که خدا نمیخواهد ما مرتکب گناه شویم و میخواهد که ما کارهای نیکو انجام دهیم، اما این خواست او تنها به این دلیل است که گناه به ما آسیب میزند، و اعمال نیکو هم برای ما و هم برای کسانی که دریافت کننده نیکویی هستند، مرهمی شفا بخش است.

روایت فرهنگی «کسب کردن». این روایت ریشه در دنیای ما دارد، جایی که در آن کسب کردن، تنها وسیله بدست آوردن چیزی است. ما از همان عنفوان جوانی یاد میگیریم که محبت والدینمان به رفتار خوب ما وابسته است؛ اینکه هر که از عهده امتحانات برآید نمره خوب می‌گیرد؛ اینکه هر که جذابیت داشته باشد بیشتر مورد توجه و محبت دیگران قرار می‌گیرد؛ اینکه طردشدگی، تنهایی و انزوا همگی پیامدهای عدم موفقیت هستند. وقتی مردم در هر موقعیتی از زندگی روزمره‌مان، بر اساس ظاهر، کارها و موفقیت‌هایمان با ما رفتار کنند، معلوم است که خدا را هم مانند خودشان می‌دانند. از اینها گذشته، خدا هم از والدین ما بزرگتر است و هم به شخصیت حقیقی ما واقفتر، و ما را از نزدیکترین دوستانمان هم بهتر و بیشتر میبیند.

چگونه فرهنگ ما از روایت «کسب کردن»
پشتیبانی میکند؟ آیا تا به حال این فشار
را احساس کرده‌اید؟

بنابراین خدای همه-بین و همه-دان از همه چیزهای بدی که کرده‌ایم یا حتی بدان اندیشیده‌ایم، آگاه است. اگر خدا جای والدین ما بود، وقتی که رفتار بدی ازمان سر میزد، محبتش را از ما دریغ می نمود («برو به اتاق خودت! امشب از شام خبری نیست»). اگر خدا جای معلم ما بود، حتما نمره ردی می‌گرفتیم («تلاش لازم را نکرده بودی»). اگر خدا قاضی ما بود، حتما حکم به «محکومیت» ما میداد. در فرهنگ ما که اینهمه به عملکرد و موفقیت اهمیت می‌دهد، احساس گناه، ترس، شرم و تشنگی برای پذیرفته شدن، از مهمترین محرکهای انسان به شمار می‌روند.

روایت (به درستی درک نشده) کتابمقدسی در باب کسب کردن. ما برای تأیید روایت کسب لطف و عنایت، نه تنها از جهان پیرامون و فرهنگمان، بلکه از خود کتابمقدس هم استفاده می‌کنیم. یهوه بنیاسرائیل را به خاطر ناطاعتیشان مجازات کرد و ایشان را به تعبید فرستاد. فرزند نامشروع داود هم لابد بدین خاطر مرد که نطفه‌اش در حین عمل زنا بسته شده بود. با این وجود روایت بزرگتری هم هست که باید ادراک ما را به سوی این داستانها رهنمون شود. یهوه بنیاسرائیل را بدون اینکه هیچ دلیل آشکاری وجود داشته باشد، برگزیده بود و ایشان بدون اینکه شایستگی لازم را داشته باشند، از بند اسارت رهانیده و به سرزمین شیر و شهد آورده شدند. عمل زنا و قتل که داود مرتکب شد، می‌بایست به مرگ خودش می‌انجامید، اما در عوض او به مردی «موافق دل خدا» لقب گرفت. داود پسر دیگری هم داشت، سلیمان نام، که حکمت و قدرت و ثروت را یکجا در اختیار داشت. گفتن اینکه گناه پیامدهایی به دنبال دارد، یک چیز است و گفتن اینکه خدا ما را به خاطر گناهانمان به کلی رد کرده، چیزی دیگر.

حتی با وجودی که از عبارات گزیده کتابمقدس میتوان نمونه‌های انگشت شماری در تأیید «روایات کسب کردن» پیدا کرد، اما این قماش به اندازه‌های است که تنها میتوان از آن جامهای کوتاه بر قامت احساس گناه و ترس دوخت. روایت بزرگتری که در پس داستان کتابمقدسی قرار دارد، بافته ای است عظیم از فیض و سخاوت خدا. یهوه خم شده برای آدم و حوا که گناه کرده بودند پوشاک فراهم میکند. خدا مشتی بادیه نشین نالان و زناکار را به کار میگیرد تا به دفعات برتریاش را بر دیگر خدایان به نمایش بگذارد. و با همه این تفاسیل، یهوه هرگز دست از یاری و حمایت ایشان برنمیدارد. سراینده مزبور ژرفترین حقیقت را در مورد یهوه اعلان میکند: محبت او جاودانه است. واژه عبری‌ای که ما آن را محبت جاودانه ترجمه کرده‌ایم (حسب = *hesed*)، 147 بار در کتاب مزامیر

به کار رفته و هر بار در وصف سرشت خداست. «خداوند را سپاس گوئید زیرا که نیکوست، و محبت او جاودانه است» (مزمور 136:26).

می‌گویند همه ترانه‌های عاشقانه به این ختم می‌شود که: «پسر دختر را میبیند، پسر دختر را از دست می‌دهد، پسر دختر را به دست می‌آورد». حال اگر بخش «پسر دختر را از دست می‌دهد» را از ترانه بیرون بکشیم و کل داستان را بر اساس همین بخش («پسر دختر را از دست می‌دهد») شرح دهیم، فکر می‌کنید چه اتفاقی می‌افتد؟ معلوم است که شناخت کامل و درستی از داستان نخواهیم داشت. به همین ترتیب، اگر تک داستانی از کتاب مقدس که ذهن ما را مغشوش کرده (برای مثال داستان حنانيا و سفیره در کتاب اعمال 5:1-11) بدون در نظر گرفتن کل روایت تفسیر کنیم، همین نتیجه را به بار خواهد آورد. اگر یک داستان یا یک آیه را (مثلا «یعقوب را دوست داشتم اما عیسو را دشمن» [رومیان 9:13 ترجمه قدیمی]) از متن جدا کنیم و بکوشیم بر پایه آن خداشناسی را بنا نماییم، مرتکب تخلف یا سهل انگاری کتاب مقدسی شده‌ایم. عبارات جدا شده از متن را نباید برتر از جایگاهی که در کل روایت بزرگتر دارند، قرار داد. روایتی که بر کل کتاب مقدس حاکم می‌باشد داستان فیضی کسب نکردنی است، فیض خدایی که گناهکار بودن انسان خللی در محبتش ایجاد نمی‌نماید، و مسیحی که برای خاطر گناهکاران می‌میرد (رومیان 8:5). روایت‌های کوچکتر همواره بخشی از ابهامات داستانهای بزرگ حماسی هستند.

فراروایت کتاب مقدس داستان محبت جاودانه خدا است که در تجسم، مرگ و رستاخیز خدا به خاطر دنیایی سرکش، به اوج خود میرسد. از این رو، ما هم باید کل کتاب مقدس و همچنین تک تک قسمت‌هایش را در پرتو زندگی و تعالیم عیسی تفسیر کنیم.

اگر ژرفتر در محبت خدا فرو بروید،
این کار تا چه اندازه در رفتارتان تغییر
ایجاد خواهد کرد؟

شایان توجه است که هروقت پولس داستانی را از کتاب مقدسی عبرانی نقل میکند، آن را در پرتو عیسی مورد تفسیر قرار می‌دهد. پولس به بازگویی خود داستان ابراهیم اکتفا نمی‌نماید. او داستان ابراهیم را با داستان عیسی درهم می‌تنند. ایمان ابراهیم مانند ایمانی است که ما به مسیح داریم و همین ایمان است که ما را جدای از شریعت پارسا می‌سازد (رومیان 4). سقوط آدم کلام آخر نبود:

گناه آدم با بیگناهی مسیح و قربانی کردن جاننش جبران گردید (رومیان 5:12-15). روایات فرعی را میباید در پرتو روایت اصلی تفسیر کرد، و روایت اصلی کتابمقدس چیزی نیست جز فیض- یعنی محبتی که نه انسان استحقاقش را دارد و نه میتواند آن را کسب کند.

روایت نادرستی که ما در کلیساها می‌شنویم. سرانجام اینکه، روایت کسب لطف و عنایت به بسیاری از کلیساهای ما راه پیدا کرده است. شما میتوانید این روایت را از بالای منبرهای بسیاری بشنوید. هنری کلاود (Henry Cloud) میگوید که اگر روز یکشنبه گذارتان به کلیسایی بیفتد، به احتمال زیاد پیغامی شبیه به این را خواهید شنید: خدا نیکوست، شماها بد هستید، بیشتر تلاش کنید. از آنجایی که روایت کسب لطف و عنایت به گوشها بسیار آشنا است، و از آنجایی که احساس گناه و ترس و شرم ابزارهایی آسان و مؤثر برای دخل و تصرف حقیقت هستند، واعظان از آن سوء استفاده کرده مردم را از آتش جهنم دور ساخته و به خوشی آسمان رهنمون شده‌اند. آنان با نقل تعدادی از روایات فرعی کتابمقدس، در دل شنوندگان خود اندکی دلهره ایجاد مینمایند.

یکروز تلویزیون را روشن کردم و شروع کردم از این کانال به آن کانال پریدن. در یکی از کانالها واعظی داشت از رساله عبرانیان 6 موعظه میکرد، و این درست همان موعظه‌ای بود که در همان هفته داشتم روی آن کار میکردم. پس علاقمند شدم ببینم او این فصل را چگونه تفسیر میکند. او این عبارت را قرائت کرد:

زیرا آنان که یک بار منور گشتند و طعم آن موهبت آسمانی را چشیدند و در روح القدس سهیم شدند و طعم نیکویی کلام خدا و نیروهای عصر آینده را چشیدند، اگر سقوط کنند، ممکن نیست بتوان ایشان را دیگر بار به توبه آورد، چرا که به زیان خویش، پسر خدا را باز بر صلیب می‌کنند و او را در برابر چشم همگان بی‌حرمت می‌سازند (عبرانیان 4:6-6).

واعظ عینکش را از چشمانش برداشت و روی منبرش خم شد. دوربین روی صورت او، که سرخ شده بود، جلو آمد. چشمانش را به دوربین دوخت و با صدایی که آشکارا میلرزید پرسید: «آیا این آیه وضعیت شما را نشان نمی‌دهد؟» مکثی کرد و چشم غرهای به دوربین رفت و بعد با صدایی خشم آلود فریاد برآورد: «آیا شما از جمله مسیحیانی هستید که زندگیشان را به عیسی سپرده‌اند، طعم نیکویی خدا را چشیده‌اند، و سپس با گناهانشان خون عیسی را پایمال کرده‌اند؟» تا ده دقیقه بعد از آن، واعظ خشمگین به مسیحیانی که مرتکب گناه میشوند، تاخت. شاید خود او مدتی پیش دست

از گناه کردن کشیده بود که اینچنین پر از خشم سخن می‌گفت. از گفتارش چنین بر می‌آمد که اگر پس از گرویدن به مسیحیت گناه کنید، عیسی و پدرش واقعا عصبانی میشوند.

تفسیری که او از متن مورد اشاره ارایه میکرد، کاملاً بیرون از متن بود. روایت اصلی در رساله به عبرانیان درباره کشمکش برخی از مسیحیان یهودی تباری است که نمیتوانستند قبول کنند که قربانی عیسی برای فدیة همه گناهان ایشان کافی است. ظاهراً بعضی از آنها هنوز به معبد می‌رفتند، حیواناتی را قربانی میکردند و درگیر مناسک آیینی یهودیت بودند تا مطمئن شوند که جبران گناهانشان شده و اکنون در پیشگاه خدا پارسا شمرده خواهند شد. به همین خاطر، وقتی متن از کسانی سخن میگوید که «سقوط کرده‌اند» (عبرانیان 6:6)، از مردمانی حرف نمیزند که غرق در شهوت و مستی یا دروغ هستند. آنان به معبد گریز میزدند تا با تقدیم یک بز محکمکاری کنند. ایشان با انکار کفایت تأثیر صلیب «پسر خدا را باز بر صلیب میکردند»، گویی که عیسی باید دوباره مصلوب شود.

علت چه بود که او این عبارت را تا این اندازه اشتباه برداشت میکرد؟ ذهنهای ما به روایت کسب لطف و عنایت چنان عادت کرده است که حتی در جایی که این روایت وجود ندارد، ما باز هم آن را می‌بینیم. کلمات «سقوط کرده» را میبینیم و به طور خودکار فرض را بر این میگذاریم که این کلمات باید بر گناه ما دلالت داشته باشند.

عصبانیت و بانگ صدای واعظ تلویزیونی همچنان در حال اوج گرفتن بود، تا جایی که دیگر حسابی داغ کرده بود. انگشتش را به سوی دوربین نشانه رفت و گفت: «اگر شما یکی از کسانی هستید که خود را مسیحی میپندارید، اما همچنان به گناه کردن ادامه میدید، بدانید که با این کارتان بر روی مسیح آب دهان میاندازید، و برای شما هیچ راه فراری از آتش دوزخی که منتظارتان را میکشد، وجود ندارد». همه سرایندگانی که پشت سر او نشسته بودند، با حالتی عصبی سرهایشان را به زیر افکنده شروع کردند به یادداشت کردن مطالبی بر حاشیه کتابمقدسهایشان، و بدین ترتیب با زیرکی از نگاه کردن به دوربین طفره میرفتند. چهره‌های آنان چنان غمگین مینمود که من سخت تحت تأثیر قرار گرفتم. شنیدن این موعظه عمیقاً مرا محزون ساخت، چراکه کاملاً برخلاف تعلیم مسیح بود.

روایت عیسی: خدای سخاوتمند

میخواهم از شما تقاضا کنم کاری بسیار دشوار انجام دهید. میخواهم خواهش کنم هرآنچه را که فکر می‌کنید درباره خدا میدانید، دور بریزید. میدانم که چنین کاری ناممکن به نظر می‌رسد، و فرض من هم بر همین است. اما سعی کنید تصور نمایید که در مورد خدا هیچ نمی‌دانید. تازه قرار است که از زبان عیسی داستانی درباره خدا و چگونگی ارتباط او با ما بشنوید. فقط کافی است که به داستان عیسی درباره خدا گوش بسپارید، بدون اینکه هیچ پیشفرض یا تصور قبلی داشته باشید.

زیرا پادشاهی آسمان صاحب باغی را می‌ماند که صبح زود از خانه بیرون رفت تا برای تاکستان خود کارگرانی به مزد بگیرد. او با آنان توافق کرد که روزی یک دینار بابت کار در تاکستان به هر یک بپردازد. سپس ایشان را به تاکستان خود فرستاد. نزدیک ساعت سوم از روز دوباره بیرون رفت و عده‌ای را در میدان شهر بی‌کار ایستاده دید. به آنان نیز گفت: «شما هم به تاکستان من بروید و آنچه حق شماست به شما خواهم داد». پس آنها نیز رفتند. باز نزدیک ساعت ششم و نهم بیرون رفت و چنین کرد. در حدود ساعت یازدهم نیز بیرون رفت و باز چند تن دیگر را بی‌کار ایستاده دید. از آنان پرسید: «چرا تمام روز در اینجا بی‌کار ایستاده‌اید؟» پاسخ دادند: «چون هیچ‌کس ما را به مزد نگرفت.» به آنان گفت: «شما نیز به تاکستان من بروید و کار کنید.» هنگام غروب، صاحب تاکستان به مباشر خود گفت: «کارگران را فراخوان و از آخرین شروع کرده تا به اولین، مزدشان را بده.» کارگرانی که در حدود ساعت یازدهم به سر کار آمده بودند، هر کدام یک دینار گرفتند. چون نوبت به کسانی رسید که پیش از همه آمده بودند، گمان کردند که بیش از دیگران خواهند گرفت. اما به هر یک از آنان نیز یک دینار پرداخت شد. چون مزد خود را گرفتند، لب به شکایت گشوده، به صاحب تاکستان گفتند: «اینان که آخر آمدند فقط یک ساعت کار کردند و تو آنان را با ما که تمام روز زیر آفتاب سوزان زحمت کشیدیم، برابر ساختی!» او رو به یکی از آنان کرد و گفت: «ای دوست، من به تو ظلمی نکرده‌ام. مگر قرار ما یک دینار نبود؟ پس حق خود را بگیر و برو! من می‌خواهم به این آخری مانند تو مزد دهم. آیا حق ندارم با پول خود آنچه می‌خواهم بکنم؟ آیا چشم دیدن سخاوت مرا نداری؟» (متی 1:20-15).

مَثَل سخاوت. شنوندگان عیسی حتما با این داستان آشنا بودند. در زمانه عیسی، شمار زیادی از مردم بیکار بودند. تنها در حوالی اورشلیم حدود هجده هزار مرد میزیستند که کار نداشتند. این مردان هر روز در جستجوی کار به مزارع اطراف میرفتند. اگر در مزرعه کاری پیدا نمیکردند، روانه بازار میشدند و در گوشه‌های جمع شده با هم گپ میزدند، با این امید که شاید هنوز شانس برای یافتن کار باشد.

در مثل عیسی مردی که صاحب تاکستانی بود، حدود 6 صبح گروهی از مردان را برای کار در تاکستانش اجیر کرد. این کارگران توافق کرده بودند که در ازای کاری که میکنند، مزد روزانه یک کارگر را دریافت نمایند. صاحب تاکستان با مشاهده حجم کاری که باقی مانده و زمان محدود و ناکافی، تصمیم می‌گیرد گروه دیگری را هم اجیر نماید. این گروه کارشان را حدود ساعت 9 آغاز می‌کنند. وی همین کار را در هنگام ظهر، ساعت 3 و سرانجام ساعت 5 بعد از ظهر تکرار میکند. در پایان روز، صاحب تاکستان مزد کارگران را بدیشان پرداخت مینماید. برخی از کارگران دوازده یا سیزده ساعت کار کرده بودند، بعضی دیگر پنج یا شش ساعت و گروه آخر هم تنها یکی دو ساعت. حال نوبت به قسمت تکان دهنده داستان میرسد: صاحب تاکستان به همه کارگران مبلغی برابر مزد میدهد، یعنی دستمزد یک روز یک کارگر را! این کار حیرت‌انگیز او تا حد زیادی بی‌انصافی به نظر میرسد، از این رو گروهی که تمام روز را در تاکستان زحمت کشیده بودند لب به شکایت می‌گشایند. صاحب تاکستان چنین پاسخ میدهد: «دوستان، من در حق شما هیچ اجحافی نکرده‌ام؛ آیا شما با من توافق نکرده بودید تا در ازای دریافت مزد روزانه معمول، کار کنید؟» صاحب تاکستان با پرسش گزنده دیگری به سخنان خود پایان میدهد: «آیا به اینکه من سخاوتمند هستم، حسد می‌برید؟»

یواخیم یرمیا (Joachim Jeremias)، پژوهشگر کتابمقدس خاطرنشان می‌سازد که مَثَل مشابهی نیز در میان خاخامهای یهودی متداول بوده است. اما نقطه اوج داستان در مثل خاخامها کاملا تفاوت دارد. صاحب تاکستان توضیح میدهد که گروه آخر کارگران دستمزد برابر گرفتند، چون آن را **کسب** کردند - آنان سختتر کار کردند و در اندک زمان باقی مانده، نسبت به گروهی که از صبح آمده بودند، کار بیشتری انجام دادند. داستان عیسی دقیقا خلاف این را میگوید. این هیچ ربطی به کسب کردن، عدالت و انصاف ندارد. یرمیا چنین جمع‌بندی میکند:

در مثل عیسی، کارگرانی که در ساعت آخر به جمع کارگران تاکستان پیوسته بودند، هیچ دلیل قانع‌کننده‌ای برای مطالبه دستمزد یک روز کامل نداشتند؛ اینکه آنان

دستمزد کامل را دریافت نمودند، تماما ناشی از نیکویی کارفرمایان بود. بنابراین در همین جزئیات به ظاهر پیش پا افتاده، تفاوت میان دو دنیا نهفته است: دنیای لیاقت، و دنیای فیض؛ شریعت در تضاد با انجیل... آیا میتوانید از نیکویی خدا گلایه کنید؟ همین نکته اصلی در دفاع عیسی از انجیل را تشکیل میدهد: ببینید که خدا چگونه است- تماما نیکویی.

اگر این یگانه داستانی بود که در مورد خدا میدانستید، چه نتیجه‌های می‌گرفتید؟ من به این نتیجه می‌رسیدم که رفتار خدا با ما درست برعکس رفتار مردم دنیا است. در دنیایی که ما در آن زندگی می‌کنیم، مثل خاخامهای یهودی معنا دارد. کارگران آخری سخت‌تر کار کردند و آنچه را که استحقاق یا لیاقتش را داشتند، گرفتند. اما در مثل عیسی چیزی که نظر مرا جلب می‌کند، پاداش مطلق از جانب خدا است. کارگرانی که دیر آمده بودند، مستحق دریافت دستمزد یک روز کامل نبودند! خدایی که عیسی مکشوف می‌سازد، در نقطه مقابل با خدایی قرار دارد که ما عادت کرده‌ایم در اندیشه خودمان پیروانیم. برن منینگ (Brennan Manning) همین مطلب را به اختصار چنین بیان می‌کند: «عیسی خدایی را مکشوف می‌نماید که اهل مطالبه نیست، بلکه خدایی دهنده است؛ خدایی که سرکوب نمی‌کند، بلکه سرافراز می‌کند؛ خدایی که زخمی نمی‌کند، بلکه شفا میبخشد؛ خدایی که محکوم نمی‌کند، بلکه میبخشاید.»

آیا موافق هستید که خدا سخاوتمند
است و به رایگان به ما میبخشد؟ چرا
آری یا چرا نه؟

ما در دنیایی زندگی می‌کنیم که مردم مطالبه می‌کنند، سرکوب می‌سازند، زخم می‌زنند و محکوم می‌کنند. در دنیای ما، آنچه داریم با لیاقت خود کسب کرده‌ایم. بنابراین همان قاعده را به خدا هم نسبت می‌دهیم. درک کردن خدایی طلبکار، سرکوب کننده، زخم زننده و محکوم کننده، که باید راضی نگهش داشت، آسانتر است. خدایی که عیسی می‌شناسد بی‌حد سخاوتمند است.

سخاوت و خست

سخاوت زمانی اتفاق می‌افتد که شخص در فراوانی و وفور نعمت زندگی می‌کند، یا اینکه نیازهای دیگران او را تحت تأثیر قرار می‌دهد. اگر من سیصد عدد گوجه فرنگی داشته باشم، بخشیدن یک

دوجین از آنها برایم آسان است، زیرا من بیش از نیازم دارم و از مازاد احتیاجم میبخشم. فرهنگ آمریکایی نوین وبستر (*Webster's New American Dictionary*) سخاوتمند را چنین تعریف میکند: «سخاوتمند کسی است که از روی میل و اراده میبخشد یا دیگران را سهم میسازد، کسی است که از فراوانی برخوردار است». اما من حتی زمانی که کم دارم هم میتوانم سخاوتمند باشم. شاید تنها یک عدد گوجه فرنگی داشته باشم، اما زن فقیری را ببینم که هیچ ندارد، و چنان تحت تأثیر قرار بگیرم که همان یک عدد گوجه فرنگی را به او بدهم. پس سخاوت یا از حس فراوانی و غنی بودن یا از حس شفقت نشأت میگیرد. خدا هر دو را با هم دارد. او سخاوتمند است چون غنی و در وفور نعمت است و تدارکات او برای موجودات هیچگاه ته نمی‌کشد، و نیز شفقت دارد چون نیازهای ما را میبیند.

محبت و بخشایش، پذیرش و مهربانی متاعهایی نیستند که با دادن، کم شوند. وقتی بخشایشمان را تقدیم کسی میکنیم، نه چیزی از ما کم میشود و نه هر بار که میبخشاییم، از ظرفیتمان برای بخشودن چیزی کاسته میگردد. پس چرا آنطور که باید سخاوتمندانه زندگی نمیکنیم؟ ما با خست زندگی میکنیم. گویی در کمبود و مضیقه هستیم. هیچوقت به اندازه کافی از پدر و مادرمان محبت دریافت نمیکنیم، هیچگاه به اندازه کافی در روز تولدمان از کسانی که ما را میشناسند، اسباب بازی و تأیید و تحسین هدیه نمیگیریم. حساب جاری ما محدود است، و اغلب اوقات پیش از آنکه پولی به حسابمان واریز شود، آن را پیشاپیش خرج میکنیم. با خست و کمبود زیستن به ما یاد می‌دهد که باید از آنچه داریم محافظت کنیم. می‌ترسیم اگر بذل و بخشش کنیم، ممکن است بدبخت و بیچاره شویم.

چیزی که به طور پیوسته شگفتی مرا برمی‌انگیزد، مشاهده این است که وقتی نوبت به کلیسایمان می‌رسد، تا چه اندازه ناخن خشک و سختگیر میشویم. روزی هنگام صرف ناهار، گرم صحبت با یکی از شبانانی بودم که فکرش سخت درگیر سبک و سنگین کردن کلیسای تازه‌ای بود که می‌بایست به زودی در چند مایلی کلیسای او تأسیس شود. او میگفت: «چطور جرأت میکنند؟ آیا نمیدانند که این کلیسای جدید تعدادی از اعضای کلیسای من را خواهد ربود؟» او داشت از موضع خست رفتار می‌کرد. از این می‌ترسید که موفقیت آنها به شکست وی بینجامد. شبان مزبور نمیتوانست ببیند که موفقیت این کلیسای جدید، موفقیت خود او هم هست، چراکه همه ما در یک تیم بازی میکنیم. کلیسا غالباً جایی است که متأسفانه در آن چیزی به نام سخاوت یافت نمیشود: همه کلیساهای دیگر در

اشتباهند. تنها کلیسای ما کلیسای برحق است. کلیسا ما باید موفق شود. به من چه که آنها موفق نیستند؟

با این حال، خدای ما همواره سخاوتمند است. هرآنچه که ما داریم، هدیه‌های است که به ما ارزانی شده. ما آفریده شده‌ایم، بدون اینکه هیچ نقشی در آفرینش خودمان داشته باشیم. هوایی را که استنشاق میکنیم هدیه اوست. خورشید سخاوتمندانه طلوع کرده، سیاره ما را گرم میکند، و بدون اینکه لیاقتش را داشته باشیم، باران زمین تشنه ما را سیراب میسازد و میوه‌های و غلات خوشمزه برایمان به بار می‌آورد.

چند مورد از برکات خدا را نام ببرید
که بدون آنکه استحقاقش را داشته
باشید، آنها را دریافت کرده‌اید؟

اینها همه منّا هستند، تدارکی که خدای دست و دل‌باز و پرمحبت در اختیارمان میگذارد، بدون آنکه عوضش را از ما مطالبه نماید. ما نه هرگز در جایگاهی بوده و نه خواهیم بود که بتوانیم به خدا رو کرده بگوییم: «تو به من بدهکاری. این حق من است.» هرآنچه داریم، بدون آنکه استحقاقش را داشته باشیم به ما داده شده است. چیزی نیست که خودمان آن را به دست آورده باشیم. با این وجود، خدا همچنان به بذل و بخشش ادامه میدهد. این بدان خاطر است که خدا به آنچه ما میتوانیم برایش انجام دهیم، توجهی ندارد. خدا به چیزی بسیار مهمتر از اعمال نیکوی ما، توجه دارد.

آنچه که به راستی خدای عیسی می‌خواهد

اندیشه ما در مورد زیستن با خدا، ناگزیر ما را با این پرسش حیاتی روبرو میسازد: **خدا از من چه می‌خواهد؟** زمانی که از عیسی پرسیدند بزرگترین فرمان کدام است، او آشکارا پاسخ داد: خدا را با هرآنچه دارید، محبت کنید. اگر از عیسی می‌پرسیدیم که خدا از ما چه می‌خواهد؟ به باور من وی چنین پاسخ می‌داد: **خدا از شما می‌خواهد که او را بشناسید و محبتش نمایید.** این روایت از خدایی سخن می‌گوید که پرمحبت و مهربان است، و همه اشتیاق قلبیاش بر این است که دوست بدارد و دوست داشته شود. این به هیچ وجه نفی‌کننده این واقعیت نیست که خدا قاطعانه با گناه مخالف است. خدا از گناه بیزار است چون گناه به فرزندانش آسیب میزند. اما خدا شیفته فرزندانش است.

رساله دینی بزرگ وستمینستر (Westminster Larger Catechism) که در سال 1648 نوشته شده، با این پرسش و پاسخ آغاز میشود:

پرسش: اهم و غایت مقصود انسان چیست؟

پاسخ: اهم و غایت مقصود انسان جلال دادن خداست، و اینکه به طور کامل و تا ابد از او تمتع ببرد.

من مفهوم به طور کامل و تا ابد تمتع بردن از خدا را دوست دارم. آیا فکر میکنید که خدا دوست دارد که شما از وجود او لذت ببرید؟ با اینکه خیلیها چنین عقیده‌ای ندارند، اما من فکر میکنم که خدا بیشتر از هر چیز این را میخواهد. جولیان اهل نورویچ (Julian of Norwich) در جایی نوشته: «بزرگترین احترامی که میتوانیم به خدا تقدیم کنیم این است که به سبب شناخت محبت او، شادمانه زندگی نماییم». وقتی که برای اولین بار این عبارت را خواندم، منقلب شدم. مگر بزرگترین احترامی که ما میتوانیم به خدا تقدیم کنیم این نیست که در حین انجام مأموریت مسیحی، به خاطرش بمیریم؟

از اینکه بدانید خدا از وجودتان
شادمان است، چه احساسی به
شما دست میدهد؟ چرا؟

جولیان روایت دیگری دارد: آنچه خدا بیش از همه میخواهد این است که ببیند در اثر شناختی که از محبت او نسبت به خودتان به دست آورده‌اید، لبخندی بر لبانتان نشست است. روایت جولیان با من از خدایی سخن میگوید که جز دوست داشتنش کار دیگری از من برنمیآید. خدایی که جولیان به شناختش نائل شده بود، خدایی است که از وجود ما شادمان میشود.

خدایی که از وجود ما شادمان است

روایتی کاملاً متفاوت از خدا را میتوان در کتاب فیض شگفتانگیز کتلین نوریس (Kathleen Norris) یافت، آنجایی که داستانی ساده از کشف خدا در سیمای یک کودک تعریف میکند.

همین بهار گذشته، یک روز صبح در سالن خروجی فرودگاهی، توجهم به زوج جوانی جلب شد که کودکی هم با خود داشتند. کودک با دقت به مردم خیره میشد و به مجردی که میدید آن چهره انسانی هم به او خیره شده، بیآنکه برایش مهم باشد که صاحب آن چهره کیست، آیا پیر است یا جوان، آیا زشت است یا زیبا، آیا غمگین است یا شاد، با شادمانی کامل به نگاه او پاسخ میداد. صحنه زیبایی بود. سالن کسل کننده فرودگاه تبدیل شده بود به بهشت. در همان حالی که بازی کردن کودک را با بزرگسالان تماشا میکردم، مانند یعقوب وحشتزده شدم، چون دریافتم که خدا هم دقیقاً همین گونه به ما نگاه میکند، به چهره ما خیره میشود تا از دیدن آفریدهای که خودش ساخته و او را نیکو نامیده، در کنار باقی آفرینش شادمان گردد. ... به گمان من تنها خدا و کودکان دوست داشتندی هستند که میتوانند اینگونه ببینند.

آیا فکر نمی‌کنید خدا نیز همین‌گونه به ما می‌نگرد؟ بدون توجه به اینکه ما ظاهرمان چگونه است یا چه احساسی داریم، یا چه داریم و چه کرده‌ایم، با شادمانی کامل به ما پاسخ می‌دهد؟

تنها واکنش ممکن به چنین برخوردی، حس کردن «شادمانی مطلق» است. اگر خدا از وجود من – صرف نظر از اینکه چه رفتاری دارم – شادمان است، پس من هم بیدرنگ احساس محبت میکنم. و با چنین کاری، بزرگترین فرمان خدا را تحقق میبخشم. روایت «نبیه کوچولو» شاید من را به ترس از خدا برساند، اما به محبت خدا، هرگز. و روایت او از ترس و احساس گناه در جهت تغییر دادن من استفاده می‌کند، اما این تغییر به هیچ وجه اصیل و ریشه‌ای نخواهد بود. تنها روایتی که در آن خدا ما را دوست دارد و مشتاق آن است که ما هم در مقابل او را دوست بداریم، میتواند منشأ تغییری اصیل، قوی و ماندگار باشد.

از نظر من، دو آیه از مهمترین آیههای کتاب مقدس، اول یوحنا 4:10-11 هستند. اینها آیاتی هستند که با تازه ساختن ذهنم، تغییر و تحول را در وجود من آغاز کردند: «محبت همین است، نه آنکه ما خدا را محبت کردیم، بلکه او ما را محبت کرد و پسر خود را فرستاد تا کفاره گناهان ما باشد. ای عزیزان، اگر خدا ما را این‌چنین محبت کرد، ما نیز باید یکدیگر را محبت کنیم.» این آیات شالوده روایت من در مورد خدا شدند. این محبت ما به خدا نیست که نگرش وی را نسبت به ما تعیین میکند. این خدا است که اول ما را محبت میکند، و ما این حقیقت را آشکارا در پسر خدا میبینیم که جان خویش را فدا کرد تا میان ما و خدا مصالحه ایجاد نماید. این خدا بود که قدم اول را برای محبت

کردن ما برداشت و هرگز از محبت کردن ما باز نخواهد ایستاد. اولین و مهمترین چیزی که خدا از ما میخواهد این نیست که رفتار اخلاقیمان را بهبود ببخشیم (که البته بهبود هم خواهد یافت)، بلکه میخواهد که ما خدا را محبت نماییم، زیرا اول او ما را محبت کرد.

مهمترین چیز در مورد شما

ای. دبلیو. توزر (A. W. Tozer)، شبان و نویسنده بزرگ آمریکایی (1897-1963) که کتابهای پرستشی چندی نوشته است، چنین مینویسد:

وقتی به این فکر میکنیم که خدا مهمترین چیز برای ماست، چه چیزی به ذهنمان خطور میکند... اگر قادر بودیم پاسخ کامل این پرسش را از کسی بشنویم که «وقتی به خدا فکر میکنیم، چه چیزی به ذهنمان خطور میکند؟» میتوانستیم با قطعیت آینده روحانی آن فرد را پیشبینی کنیم.

این یک عبارت جسورانه است: «مهمترین چیز در مورد یک فرد این است که در مورد خدا چه فکری می‌کند.» بعد از تأملات بسیار به این عقیده رسیده‌ام که حق کاملاً با توزر است. افکار ما در مورد خدا نه تنها هویت، بلکه شیوه زندگی ما را تعیین میکنند. آری، ما میتوانیم تنها با شناخت افکار آدمها در مورد خدا، آینده روحانی‌شان را پیشبینی نماییم.

فکری که ما در مورد خدا میکنیم- اینکه فکر میکنیم خدا کیست- تعیین کننده رابطه ما با خدا خواهد بود. اگر فکر میکنیم که خدا وجودی خشن و سختگیر است، به احتمال زیاد از ترس در لاک خودمان فرو می‌رویم و از خدا فاصله میگیریم. اگر فکر میکنیم که خدا یک نیروی گنگ و غیرشخصی در جهان هستی است، احتمالاً با این خدا رابطهای گنگ و غیرشخصی خواهیم داشت. از این روست که داشتن افکار درست در مورد خدا اهمیت حیاتی پیدا میکند. هرآنچه میکنیم بسته به همین افکار هستند. اگر نسبت به خدا دیدگاههایی کوتاه فکرانه یا غلط داشته باشیم، در عمل مرتکب شکل خاصی از بتپرستی، یا پرستش خدایی دروغین شده‌ایم.

آنچه من نایل به کشفش شده‌ام از این قرار است: وقتی با خدایی که عیسی مکشوف ساخته است آشنا شدم، بدون قید و شرط عاشق خدا شدم. هرچه بیشتر از طبیعت و کار خدای تثلیث سر درمی‌آورم، بیشتر شیفته حقیقت، نیکویی و زیبایی پدر، پسر و روحالقدس میگردم. من میخواهم توجه شما را به خدایی معطوف نمایم که عیسی مکشوف میسازد. خدای او نیکو و زیبا است، پرمحبت و قابل

اعتماد است، ایثارگر و بخشاینده است، نیرومند و دلسوز است، و خلاصه هرچه میکند برای خیریت ماست. امیدوارم که وقتی به پایان این کتاب رسیدید، شما هم عاشق خدایی شوید که عیسی می شناساند، و اینکه ملهم و مشتاق به زیستن با چنین خدای نیکو و زیبا و سخاوتمندی روز دیگری از زندگیتان را آغاز نمایید.

تربیت نفس

دعای مزمور ۲۳

مزمور 23 توصیفی است زیبا از پادشاهی خدا، که در آن خدا با ماست، از ما مراقبت میکند و برایمان تدارک میبیند، و حتی به هنگام تنگی و سختی ما را برکت عطا میفرماید. خدای مزمور 23 سخاوتمند است. به سبب تدارک، محافظت و مراقبت این خدای سخاوتمند، ما دچار هیچ کمبودی نمیشویم. خدا ما را به استراحت، تجدید قوا و احیا شدن فرا میخواند. حتی در دردناکترین موقعیتها، خدا ما را رهبری و راهنمایی میکند. و چون خدا با ماست، میتوانیم بدون ترس زندگی کنیم. خدا حتی در حضور آنانی که میخواهند به ما آسیب وارد نمایند، برایمان «میز»ی تدارک میبیند. خدا نه تنها نیازهایمان را برمی آورد، بلکه حتی بیش از نیازمان به ما میبخشد - پیاله‌مان لبریز میشود. وقتی با خداوند که شبان ماست راه می‌رویم، تمامیت زندگی‌مان، یعنی حتی آزمایشها و رنجهایمان، را نیکویی و رحمت فرامیگیرد.

این مزمور را تقریباً در همه مراسم تدفین میخوانند، چون تسلیبخش است؛ به ویژه آن آیه که در مورد بدون ترس راه رفتن در وادی سایه موت سخن میگوید. اما این مزمور در وهله اول برای زندگی روزمره سرانیده شده، نه مراسم تدفین. هنگامی که هفته خود را آغاز میکنید، این مزمور را همراه خود داشته باشید و هروقت میتوانید آن را برای خود بازخوانی کنید.

خداوند شبان من است؛ محتاج به هیچ چیز نخواهم بود.

در چراگاه‌های سرسبز مرا می‌خواهاند؛ نزد آبهای آرامبخش رهبری‌ام می‌کند.

جان مرا تازه می‌سازد، و به‌خاطر نام خویش، به راه‌های درست هدایت‌م می‌فرماید.

حتی اگر از تاریکترین وادی نیز بگذرم، از بدی نخواهم ترسید، زیرا تو با منی؛

عصا و چویدستی تو قوت قلبم می‌بخشند.

سفرهای برای من در برابر دیدگان دشمنانم می‌گسترانی! سَرَم را به روغن تدهین

می‌کنی و پیاله‌ام را لبریز می‌سازی.

همانا نیکویی و محبت، تمام روزهای زندگی‌ام در پی من خواهد بود، و سالیان

دراز در خانه خداوند ساکن خواهم بود. (مزمور 23)

سعی کنید هر شب پیش از خواب و نیز هنگامی که بیدار میشوید، این مزمور را از بر بخوانید. پیش از اینکه از تخت خواب پایین بیایید، سعی کنید اندکی روی کلمه به کلمه آن تعمق نمایید. این هفته اغلب اوقات آن را از بر بخوانید تا به طبیعت ثانویه شما تبدیل شود، درست مثل نفس کشیدن. پس از چندی متوجه خواهید شد که شروع کرده‌اید این مزمور را در مواقع گوناگون بشکل دعا خواندن.

این تمرین چگونه به تربیت نفس من کمک میکند؟

این مزمور دربر گیرنده روایتی است در مورد خدایی که بیش از اندازه سخاوتمند است. وقتی بگذارید این تصاویر ذهنتان را شستشو دهند، آنوقت این روایت راستین روح و روانتان را تسخیر خواهد کرد. ذهن و بدن شما شروع به شکل گرفتن با این کلمات میکنند. وقتی شروع کنید، احتمالاً ناگزیرید زود به زود تمرکز از دست رفته خود را دوباره روی موضوع معطوف نمایید، اما بتدریج فکرتان به آن عادت خواهد کرد و این تمرین به یک تجربه دعایی بدل خواهد شد.

برای تأمل

صرفنظر از اینکه این مطالب را با دیگران می‌خوانید یا در تنهایی، پرسشهای زیر به شما در تأمل و تفکر در مورد تجربیاتتان کمک خواهند کرد. در هر حال، شاید ایده بدی نباشد که در دفترچه‌هایتان به این پرسشها پاسخ دهید. اگر با گروهی جمع می‌شوید، دفترچه حاوی یادداشتهایتان را همراه خود بیاورید تا به شما در به یاد آوردن بینشهایتان کمک کنند تا بتوانید تجربیاتتان را با دیگران در میان بگذارید.

1. آیا توانستید در طول این هفته، هیچکدام از تمرینات مربوطه را انجام دهید؟ اگر توانستید، توضیح دهید که چه کردید و در مورد آن چه احساسی داشتید؟
2. آیا با انجام این تمرینات، چیز تازه‌ای در رابطه با خدا یا خودتان یاد گرفتید؟ توضیح دهید.
3. پرمعناترین آیه یا عبارت مزمور 23 از نظر شما کدام است؟

فصل پنج

خدا محبت است سخاوتمند است

بعد از ظهر یک روز، دوست و شبان من جف گنون (Jeff Gannon) در دفترش نشسته بود که زنگ تلفن به صدا درآمد. زن جوانی در آنسوی خط تلفن گفت: «من فقط یک سؤال دارم. میتوانم به کلیسای شما بیایم؟»

جف از شنیدن این پرسش یکه خورد. از زن پرسید: «میتوانید به کلیسای ما بیایید؟ البته که می‌توانید. چرا فکر می‌کنید برای آمدن به کلیسایمان باید اجازه گرفت؟»

زن گفت: «پیش از پاسخ دادن به پرسش شما، بگذارید اول داستانی را برایتان بازگو کنم.»

زن در دنباله سخنانش برای جف تعریف کرد که در دوران دبیرستانی، از مرد جوانی باردار شده که نه علاقهای به خود او داشته و نه به بچه‌های که او در زهدان داشت. زن جوان تصمیم می‌گیرد که بچه را سقط نکند و پس از تفکر و خودکاوای بسیار به این نتیجه میرسد که لازم است به زندگیش نظم و ترتیبی بدهد. به کلیسایی که در دوران کودکی میرفته باز می‌گردد و احساس می‌کند عمل درستی انجام داده است.

زن جوان پس از چند ماه حضور در کلیسا با خود فکر میکند که شاید دختران جوان دیگر بتوانند از اشتباهات او درس عبرت بگیرند، از این رو از شبان کلیسا می‌پرسد که آیا امکان دارد او در مورد فشارهای ناشی از دوست پسر داشتن و برقراری رابطه جنسی، با دختران دبیرستانی سخن بگوید. شبان کلیسا به او می‌گوید: «نه، من هرگز به تو اجازه چنین کاری را نخواهم داد. من می‌ترسم که تو با چنین گذشته‌ای که داری روی دختران دیگر کلیسا اثر بد بگذارد.» با وجودی که احساس طردشدگی به او دست میدهد، اما در عین حال در آن کلیسا احساس راحتی می‌کرده، بنابراین به حضورش در کلیسا ادامه می‌دهد. چند ماه بعد، پس از آنکه فرزندش را به دنیا می‌آورد از شبان کلیسا خواهش میکند تا یک روز یکشنبه را برای مراسم تعمید فرزند نوزادش اختصاص دهد. شبان به او می‌گوید: «چنین اتفاقی در کلیسای من نخواهد افتاد. من هرگز یک بچه نامشروع را تعمید نخواهم داد.»

زن در پایان به جف گفت: «حالا شما داستان من را میدانید. آیا هنوز میتوانم به کلیسای شما بیایم؟»

روایت نادرست

برای عده‌ای از مردم واکنش آن شبانی که زن جوان را طرد کرد، تکان دهنده و ناشی از بیعاطفگی به نظر میرسد (که همین طور هم هست)، اما در حقیقت واکنش او بازتاب دهنده روایت بارز در میان بسیاری از مسیحیان (و غیرمسیحیان) است: خدا تنها زمانی ما را دوست دارد که آدمهای خوبی باشیم.

خیلی از آدمها با این فرض زندگی میکنند که محبت خدا مشروط است. به فرض یا گمان این افراد، رفتار ما است که چگونگی احساس خدا را نسبت به ما تعیین میکند. در نتیجه، محبت خدا همواره در تغییر است. چنان است که گویی خدا روی یک صندلی گردان نشسته و هر وقت ذهنها، دستان و دل‌های ما پاک هستند لبخندی نثارمان میکند، اما به محض اینکه مرتکب گناهی شدیم، خدا هم پشتش را به ما میکند.

آیا در زندگی خود چیزی شبیه
به روایت صندلی گردان
شنیده‌اید؟ لطفا آن را تعریف
کنید.

تنها راه ممکن برای برگرداندن روی خدا به سوی خودمان، این است که دوباره رفتار خوبی پیشه نماییم. من این روایت را شخصا تجربه کرده‌ام. خدایی که سالها پیش در ذهن خودم ساخته بودم، آنقدر دور خودش میچرخید که از تماشایش سرم گیج میرفت.

دنیای موفقیت‌گرا و پذیرش مشروط

هنوز چیزی از به دنیا آمدنمان نگذشته که درمیابیم دنیایی که ما در آن زندگی میکنیم، بر مدار **موفقیت و عملکرد** می‌گردد. والدین ما از همان عنفوان طفولیت شروع به قالب ریزی و شکل دادن رفتارهای ما میکنند. **خوب و بد** از جمله اولین کلماتی هستند که ما یاد میگیریم. چیزهایی از این قبیل می‌شنویم: «آه، همه غذایت را خوردی- آفرین دختر **خوب**» یا «با مداد شمعی روی دیوار

ننویس- ای پسر بد» حتی پیش از آنکه بتوانیم حرف بزنیم، از مفهوم پذیرش مبتنی بر رفتار درست آگاه میشویم. پذیرش مبتنی بر رفتار درست، به طرز قاطعی یک دنیای بیثبات از محبت‌های به شدت مشروط به وجود می‌آورد.

من به عنوان یک پدر به آسانی میتوانم در ترویج این روایت نقش داشته باشم. من بر رفتار فرزندانم نظارت دارم، و هرگاه آنها کار خوبی انجام میدهند، فوراً آن را تأیید میکنم. برعکس، زمانی که کار اشتباهی از آنها سر میزند، یقین کامل دارند که به خاطرش توبیخ خواهند شد. فرقی نمیکند که من برای پرهیز از این اتفاق چقدر تلاش میکنم، در هر صورت نتیجه همان است. بخشی از آن ضروری است چون کار پدر و مادر این است که درست و غلط را به فرزندان‌شان بیاموزند؛ مشکل کار در اینجا است که برای فرزندانمان روشن سازیم که این اعمال و رفتار آنان است که مورد ارزیابی قرار میگیرد، نه هویتشان.

در حالی که روایت پذیرش مشروط در درون خانواده کار خود را آغاز میکند، در بیرون هم همین الگو در جریان است. دنیایی که ما در آن زندگی میکنیم بر پذیرش مشروط صحنه میگذارد. اگر در مدرسه کار درست انجام دهیم، مورد تشویق قرار میگیریم؛ اگر توپ را درون سبد بیندازیم، همه تحسینمان میکنند؛ و اگر خوشتیپ یا خوشگل باشیم، تأییدمان مینمایند. خیلی سریع تشخیص میدهیم که پذیرش ما، ارزش ما و بهای ما همگی مبتنی بر استعدادها و رفتارهای بیرونی است.

از آنجایی که بخش عمده‌ای از آنچه که از دنیا میبینیم و تجربه میکنیم چنین است، خیلی طبیعی است که همین درک و برداشت را به خدا هم تعمیم دهیم. خدا بزرگتر، زیرکتر و نیرومندتر از والدین، مربی و رئیس ماست. خدا همه چیز را میبیند! چه میتوانیم بکنیم تا تأیید و پذیرش خدا را به دست بیاوریم و او ما را دوست داشته باشد؟

آیا پذیرش مشروط را تجربه کرده‌اید؟ آیا میتوانید به یک نمونه از این الگو در زندگی خودتان فکر کنید؟

پاسخ، همان گونه که انتظار دارید، به رفتار مذهبی ما مربوط میشود. اگر از یک فرد عادی بپرسید: «چکار کنیم که خدا از ما خوشش بیاید و لطف و برکتش را شامل حال ما نماید؟» پاسخ او کاملاً آشکار است: «خب، من فکر میکنم که باید به کلیسا برویم، کتابمقدس بخوانیم، قدری صدقه بدهیم، در کمیته‌های مختلف فعالیت کنیم و به نیازمندان هم خدمت کنیم. آه، راستی خدا از ما می‌خواهد که گناه هم نکنیم- یا دست کم آن را در حداقل ممکن نگه داریم.»

بنابراین ما میتوانیم نحوه احساسات خدا را نسبت به خودمان، از طریق انجام دادن فهرستی از کارهای نیکو و پرهیز از گناه، کنترل کنیم. به این می‌گویند **شریعت‌گرایی (legalism)**، یعنی تلاشی در جهت به دست آوردن محبت خدا از طریق اعمال، جلب لطف خدا یا احتراز از لعنت خدا به واسطه انجام کارهای پرهیزگاران. در نهایت، شریعت‌گرایی به خرافات میانجامد، مواردی از قبیل دوری کردن از گربه سیاه و نگذشتن از زیر نردبان. ما به این سبب به طرف خرافه پرستی و شریعت‌گرایی کشیده میشویم که آنها یک حس کنترل بر جهانی آشفته و متفاوت، در ما ایجاد می‌کنند. اما همان گونه که نمیتوان خارش کف دست شانس پول نصیبتان نمی‌کند، لطف خدا را هم نمی‌توان با تلاش و انجام کارهای نیک به دست آورد.

آیا گاهی احساس نمی‌کنید که
محبت خدا بستگی به رفتار
شما دارد؟

به رغم این واقعیت که روایت پذیرش مشروط (شریعت‌گرایی) ما را در وضعیت عدم قطعیت و اضطراب مداوم نگاه میدارد، اما بسیاری از ما این روایت را پذیرفته‌ایم و مطابق آن عمل می‌کنیم. خبر خوش آنکه روایت عیسی چنین نیست. در واقع، چنین به نظر میرسد داستانی که او در قول و فعل در مورد خدا می‌گوید، خلاف روایت متداول است.

روایات عیسی

در جستجوهایم در کلام خدا نتوانستم عبارتی پیدا کنم که در آن، عیسی به ما گفته باشد که خدا تنها زمانی ما را دوست دارد که خوب باشیم یا درگیر فعالیتهای پرهیزگاران باشیم. در عوض او از

خدایی سخن میگوید که پذیرش بیقید و شرطش را به همه انسانها تقدیم مینماید. اما پیش از آنکه با هم این کلمات او را بررسی کنیم، بیایید به اعمال او نگاهی بیفکنیم.

خدایی که به گناهکاران خوشامد میگوید. عیسی نه تنها در داستانهایش پدر را مکتشوف می سازد، بلکه در شخصیت و اعمال خودش نیز پدر را بازتاب میدهد. داستان زیر که برگرفته از انجیل متی است، در مورد پدری که عیسی مکتشوف ساخته، چیزهای زیادی به ما میگوید.

چون عیسی آنجا را ترک می‌گفت، مردی را دید متی نام که در خراجگاه نشسته بود. به وی گفت: «از پی من بیا!» او برخاست و از پی وی روان شد. روزی عیسی در خانه متی بر سر سفره نشسته بود که بسیاری از خراجگیران و گناهکاران آمدند و با او و شاگردانش همسفره شدند. چون فریسیان این را دیدند، به شاگردان وی گفتند: «چرا استاد شما با خراجگیران و گناهکاران غذا می‌خورد؟» چون عیسی این را شنید، گفت: «بیمارانند که به طبیب نیاز دارند، نه تندرستان. بروید و مفهوم این کلام را درک کنید که "طالب رحمت، نه قربانی." زیرا من برای دعوت پارسایان نیامده‌ام، بلکه آمده‌ام تا گناهکاران را دعوت کنم.» (متی 9:9-13)

متی مردی خراجگیر بود. از نگاه مردان یهودی خراجگیری شغلی نکوهیده و نفرت انگیز به شمار می رفت. خراجگیران درست مانند مأموران اخذ عوارض بزرگراههای امروزی، معمولاً در باجههایی بر سر گذر می‌نشستند و به نفع دولت روم، از یهودیان مالیات می‌گرفتند. آنها به قول معروف برای «آدم بدها» کار می‌کردند. اما قضیه به همین جا ختم نمیشد؛ از آن بدتر اینکه آنان به خاطر تیغ زدن مردم به سود خودشان هم بدنام بودند. یهودیان به ایشان به دیده خائن و کلاهبردار نگاه میکردند - که ترکیب چندان جالبی هم نیست.

در این عبارت میخوانیم که عیسی از خراجگیری به نام متی دعوت میکند تا به گروه شاگردانش بپیوندد. با توجه به اینکه در سده اول میلادی یک رابی یهودی معمولاً در گزینش شاگردانش بسیار سختگیر بود، این امر حیرت آور است. شاگرد یک رابی شدن کار بسیار دشواری بود و امتیاز بزرگی به حساب می‌آمد که تنها نصیب معدود افرادی میشد که به طور خاص گمان بر تقوا و پارسایی شان میرفت. از این رو، گزینش عیسی مضحک و تکان دهنده بود.

متی پس از گزینشش، عیسی را برای صرف خوراک به خانهاش دعوت میکند. این کار نشانه سرسپردگی او به رابی (= استاد. م) جدیدش، عیسی بود.

اگر قرار بود مردم به تیپ افرادی که با شما همنشین هستند نگاه کنند، ایشان در مورد روایات اصلی شما چه تصویری میکردند؟

طبیعی است که دوستان و همنشینان متی را خراجگیران و دیگر «گناهکاران» از همان قماش تشکیل میدادند. عیسی با همین «گناهکاران» همسفره میشود و این کار او نشانه محبت و پذیرش است. فریسیان، گروهی از مردان مذهبی سختگیر، مدتی بود که عیسی را زیر نظر داشتند، و وقتی عیسی را در حین خوردن غذا با گناهکاران دیدند، دیگر مطمئن شدند که او یک پیامبر دروغین و تقلبی، و یک شارلاتان ریاکار است.

اما عیسی به آنان گفت که او نه برای تندرستان، بلکه برای بیماران، و نه برای پارسایان، بلکه برای ناپارسایان آمده است. کنایه طنز داستان در این است که فریسیان هم به همان اندازه خراجگیران بیمار و گناهکار هستند؛ تنها تفاوتی که فریسیان با خراجگیران دارند این است که خودشان زیر بار این واقعیت نمیروند. از طرف دیگر، خراجگیران هیچ ادعایی ندارند. آنها به گناهکار خوانده شدن عادت دارند. تنها مسئله‌ای که ذهن ایشان را درگیر کرده، این است که چرا به آن میهمانی دعوت شده‌اند.

اگر عیسی به داد چنان انسانهای رذل شناخته شده‌ای رسید، پس برای باقی ما هم امیدی هست. برن منینگ (*Brennan Manning*) عبارتی دارد که قبلا هم به آن نگاهی انداخته‌ایم:

این است مکاشفه‌ای که به درخشندگی ستاره شامگاهی است: عیسی برای گناهکاران می‌آید، برای آنانی که مطرود جامعه‌اند، مانند خراجگیران و برای آنانی که در تصمیمات اشتباه و رویاهای شکست خورده خود گیر کرده‌اند. او برای مدیران اجرایی شرکتها، مردم کوچه و خیابان، هنرپیشگان، قهرمانان، کشاورزان، روسپیان، معتادان، مأموران مالیاتی، قربانیان ایدز، و حتی فروشندگان ماشینهای دست دوم می

آید. ... این عبارت را باید خواند و باز خواند و به خاطر سپرد. همه نسل‌های مسیحیان کوشیده‌اند تا درخشش مفهوم آن را کمفروغ گردانند، زیرا پیام خوش انجیل را که همه را دربر می‌گیرد باور ندارند.

چرا ما به قول منینگ، سعی در کمفروغ کردن درخشش این پیغام داریم؟ چرا باور ندارند که انجیل چنین پیامی داشته باشد؟ چون روایت عیسی از پذیرش بی قید و شرط خلاف روایت پذیرش مشروط است که عمیقا در جان ما ریشه دوانده است. چطور امکان دارد که خدا گناهکاران را دوست داشته باشد؟ او شاید بتواند ایشان را ببخشد یا حتی اگر قول بدهند که آدم‌های بهتری شوند، محبتشان نماید؟ اما این چیزی نیست که عیسی تعلیم می‌دهد. او با گفتار و کردار خویش نشان داد که خدا گناهکاران را – همان گونه که هستند، و نه آن گونه که باید باشند- دوست دارد.

خدا گناهکاران را دوست دارد. عیسی در احتمالا معروفترین آیات کتابمقدس به ما چنین میگوید:

زیرا خدا جهان را آنقدر محبت کرد که پسر یگانه خود را داد تا هر که به او ایمان آورد هلاک نگردد، بلکه حیات جاویدان یابد. زیرا خدا پسر را به جهان فرستاد تا جهانیان را محکوم کند، بلکه فرستاد تا به واسطه او نجات یابند. (یوحنا 3:16-17)

این عبارت برای انسانهای بیشماری تسلی و آرامش به ارمغان آورده، و خیلیها آن را چکیده و خلاصه کل کتابمقدس میدانند. عیسی در اینجا دلیل مأموریت خود را تشریح میکند: خدا جهان را دوست داشت و خواست آن را نجات بدهد. بسیاری از مردم معتقدند که خدا از ایشان عصبانی است، اما به دلایلی هنوز به طور کامل آنان را مجازات نکرده است. این قبیل افراد راضی‌تر می‌بودند، اگر عیسی می‌گفت: «زیرا خدا از جهان آنقدر خشمگین بود که پسرش را فرستاد تا بدیشان بگوید رفتارشان را اصلاح کنید، زیرا هرکه رفتارشان را اصلاح کند، حیات جاویدان یابد. در حقیقت خدا پسرش را به جهان فرستاد تا جهانیان را محکوم کند، شاید که جهان به واسطه اعمال نیکوی ایشان نجات یابد».

عیسی نمی‌گوید که خدا «اندک شماری» یا «برخی» یا حتی «بسیاری» را محبت نمود. او می‌گوید که خدا جهان را محبت کرد. و همان گونه که میدانیم، جهان پر است از گناهکاران. بنابراین، خدا باید گناهکاران را محبت کند. عیسی نگفت: «زیرا خدا نیکوکاران و پارسایان را آنقدر محبت کرد که پسر

یگانه خود را داد». او گفت که خدا جهان را محبت کرد- و جهان شامل همه گناهکاران نیز میشود. پولس رسول هم این آیه را به بیان دیگری بازتاب میدهد: « اما خدا محبت خود را به ما اینگونه ثابت کرد که وقتی ما هنوز گناهکار بودیم، مسیح در راه ما مرد» (رومیان 5:8).

خدا به رغم وضعیت درهم شکسته و گناهآلود محبوبانش، ایشان را محبت مینماید، و این تنها دلیل راستین برای اثبات یک محبت اصیل و واقعی است. مشهورترین همه مثل‌های عیسی داستان پدری است که دو پسر دارد و این مثل با طنین زیاد در گوش ما میپیچد و محبت بی‌قید و شرط خدا را در اعماق وجودمان یادآوری میکند.

پدر ولخرج

مَثَل پسر ولخرج (*prodigal son*) = این مثل در ادبیات مسیحی ایران با عنوان «پسر گمشده» معروف است- م.) را به راستی باید مَثَل محبت پدر نامید. واژه ولخرج (*prodigal*) = به معنای «اسرافکاری بی‌پروا و توأم با ریخت و پاش» است. ما این صفت را به پسر کوچکتر نسبت میدهیم، آن پسری که در داستان عیسی همه میراث خود را بر سر زندگی گناهآلود و عیاشی به باد داد. اما این پدر است که با ولخرجی بی‌پروا ثروتش را به پای پسر قدرشناس خود میریزد و زمانی که پسر به خانه بازمیگردد با عشقی بیحد و حصر او را محبت میکند. داستان برای اکثر مسیحیان آشنا است، اما من میخواهم روی چند جنبه مهم از داستان انگشت بگذارم که تعلیم عیسی در مورد پدرش را بیشتر نشان بدهم (نک. لوقا 15:11-32).

ما این مثل را به دفعات بسیار شنیده‌ایم، حال آنکه تکان دهنده‌ترین بخش‌هایش اغلب مورد توجه قرار نگرفته‌اند. پسر کوچکتر از پدرش میخواهد که سهام‌لارثش را به او بدهد تا وی بتواند آنگونه که دل خودش میخواهد زندگی کند. این درخواستی مبهوت کننده و توهین‌آمیز بود. با این وجود پدر سهم وی را از میراث پدری بدو بخشید. سپس پسر کوچکتر همه پول خود را صرف زندگی گناهآلود نمود و سرانجام کفگیرش به ته دیگ خورد. تنها کاری که توانست پیدا کند، خوراک دادن به خوکها بود، دست آخر از اینکه ناگزیر است از پسمانده خوراک آنها تغذیه کند، به ستوه آمد. پسر کوچکتر پس از اندکی تفکر به یاد می‌آورد که وضعیت خادمان پدرش از حال و روز او به مراتب بهتر است، پس اعتراف‌نامه‌های برای خود تهیه میکند تا در پیشگاه پدرش قرائت نماید و از او بخواهد که اجازه دهد، او هم در زمره خادمانش قرار بگیرد.

سپس داستان دستخوش یک چرخش غافلگیرانه دیگر میشود. چرخش مورد بحث در آیهای روی می دهد که به گمان من یکی از زیباترین آیهای کتابمقدس است: «اما هنوز دور بود که پدرش او را دیده، دل بر وی بسوزاند و شتابان به سویش دویده، در آغوشش کشید و غرق بوسه‌اش کرد» (لوقا 20:15). از خواندن آیه مزبور این حس به خواننده القا میشود که پدر شاید هر روز در انتظار پسر چشم به دوردست‌ها میدوخته است؛ و وقتی پسرش را میبیند، «دلش به حال وی میسوزد». این موضوع کوچکی نیست؛ این عبارت از شخصیت و دل خدا با ما سخن میگوید. حتی زمانی که بدترین کارهای ممکن را در حق خدا کرده‌ایم، خدا باز هم با نظر دلسوزی بر ما مینگرد.

در دنیای روزگار عیسی پدر این حق را داشت که پسر خود را پیش ریش سفیدان برده به ایشان بسپارد تا شاید حتی تا سرحد مرگ، سنگسارش کنند. هیچکس پدر را به خاطر انجام چنین کاری زیر سوال نمیرد. عدالت بدین ترتیب اجرا شده بود (یک روایت طبیعی). اما پدر داستان عیسی برعکس انتظار خوانندگان، آغوش گشوده پسر را دربر میگیرد و میبوسد - که نشانه بخشودن است -، بازگشتش به خانه را خوشامد می‌گوید و به مناسبت بازگشت او مهمانی برپا میکند.

آیا تا به حال در وضعیتی بوده
اید که کسی را محبت نمایید که
شما را رد کرده است؟ یا آیا از
سوی کسی که دلش را شکسته
اید، مورد محبت قرار گرفته‌اید؟
توضیح بدهید.

او از خادمانش میخواهد تا برای پسرش یک ردا، یک انگشتر و یکجفت کفش - سه نشانه برای از نو برقرار شدن رابطه پدری فرزندی - بیاورند؛ او با اینکه لیاقت داشتن چیزی را نداشت، اما هیچ چیزی را از دست نداد.

چنین به نظر میرسد که خدا با اینکه با گناه هیچ میانهای ندارد، اما خیلی هوای گناهکاران را دارد. کاملاً آشکار بود که پدر از تصمیم پسرش غمگین و دلشکسته است؛ او نه بر زندگی ولنکار پسر صحنه گذاشت و نه آن را نادیده گرفت. هر پدر خوبی به حق از چنین رفتارهای پسرش برآشفته می

شود. اما عیسی می‌خواهد به ما بفهماند که حتی بدترین گناهان ما هم نمیتوانند خدا را از ابراز محبتش نسبت به ما بازدارند، یا مانع از اشتیاق خدا برای بازگشت ما شوند.

برادر بزرگتر و من

به خاطر داشته باشید که عیسی این داستان را در واکنش به انتقادی تعریف کرد که از همسفره شدنش با گناهکاران کرده بودند. لوقا صحنه را برای ما چنین می‌آراید: «و اما خراجگیران و گناهکاران جملگی نزد عیسی گرد می‌آمدند تا سخنانش را بشنوند. اما فریسیان و علمای دین همه‌کنان می‌گفتند: "این مرد گناهکاران را می‌پذیرد و با آنان همسفره می‌شود."» (لوقا 1:15-2). همان گونه که پیشتر هم اشاره شد، کارهای عیسی انقلابی بودند. هیچ رابیای با گناهکاران شناخته شده همسفره نمیشد، و فریسیان هم علنا او را به خاطر این کار به باد انتقاد گرفتند.

اکثر ما میل داریم که روی پسر ولخرج (= پسر گمشده- م) و پدرش متمرکز شویم، در صورتی که این قسمت دوم مثل (لوقا 15:25-32) است که برملاکننده مقصود اصلی عیسی از بیان آن داستان میباشد. هدف از این مثل لگدمال کردن و به حاشیه راندن شخصیت صالح و پرهیزگاری نیست که قادر به هضم و پذیرش پیغام بنیاد ستیزانه محبت بیقید و شرط خدا نیست. شخصیت برادر بزرگتر نماینده آن دسته از کسانی است که تا میشوند خدا گناهکاران را دوست دارد، خونشان به جوش می‌آید. برادر بزرگتر نماینده آن دسته از ما است که با محبت بیقید و شرط خدا نسبت به دیگران و یا حتی نسبت به خودمان، راحت نیستیم.

پسر بزرگتر در مزرعه سرگرم کار است که سروصدای برپا شدن جشن و مهمانی را میشوند. او به خانه می‌آید و درمییابد که جشن به افتخار بازگشت برادر کوچکترش برپا شده است. پس خطاب به پدرش لب به گلایه می‌گشاید: «این منصفانه نیست! من هر روز سخت کار میکنم و هرگز کسی یک مهمانی نظیر این برایم نگرفته! این پسر عوضی تو- که من شرم دارم او را "برادر" بخوانم- اموال تو را خرج روسپیان کرد، و حالا تو برایش جشن میگیری؟» برادر بزرگتر حق دارد عصبانی باشد. او هرگز به پدرش بی‌حرمتی نکرده. هیچوقت به خانواده آسیب مالی وارد ننموده. هرگز رفتار احمقانه‌ای از وی سر نزده. و با این همه پسر کوچکتر، که همه این کارها و حتی بیشتر از اینها را مرتکب شده، چونان یک قهرمان مورد استقبال قرار می‌گیرد.

آیا گاهی احساس نمیکنید که در
موضع برادر بزرگتر داستان قرار
گرفتهاید و نسبت به پذیرش دیگران و
حتی خودتان از سوی خدا، بیمیل
هستید؟

پدر به یاد پسر بزرگتر میآورد که هیچ بیعدالتیای در کارهای او وجود ندارد. او میگوید: «همه چیزهایی که من دارم، از آن تو است». به بیان دیگر، تو هم همان چیزهایی را داری که برادرت دارد. این شبیه حکایت کارگران تاکستان است که در ازای مبلغی یکسان، ساعات متفاوتی را صرف کار نمودند. عیسی ضربه را درست بر بطن مشکلی که ما با مقوله فیض داریم، وارد میآورد: ما از فیض خوشمان نمیآید. به دور از انصاف به نظر میرسد، اما در واقعیت، کاملاً هم منصفانه است. خدا نسبت به همگان فیاض است. این خصوصیت خدا با روایت پذیرش مشروط ما در تعارض قرار دارد. نکته اصلی این است که تنها یک چیز است که ما را از خدا جدا میکند، و در کمال شگفتی آن یک چیز گناه نیست، بلکه خود-پارساسازی (*self-righteousness*) ما است. روحیه خود-پارساسازی خدا را از ما رویگردان نمیکند، بلکه روی ما را از خدا برمیگرداند. این گناه من نیست که مرا از خدا دور میسازد، بلکه عدم پذیرش فیض از سوی من - چه نسبت به خودم و چه نسبت به دیگران - است که از خدا دورم می‌کند. پدر به پسر بزرگتر میگوید که بازگشت پسر کوچکترش دلیل جشن و شادی است. روی سخن عیسی اساساً با فریسیان است و به ایشان میگوید: «شما وقتی خراجگیران، روسپیان و دیگر گناهکاران شناخته شده را میبینید که به سوی من میآیند، باید خوشحال باشید - آنان مرده بودند و اکنون زنده شده‌اند. در عوض چه میکنید؟ غرغر و شکایت».

فریسیان باید تصمیم خود را میگرفتند که آیا خوشامدگویی خدا به گناهکاران را بپذیرند و در شادی ایشان سهیم گردند، یا نه. متأسفانه، آنان از پذیرش سرباز زدند. من بیشتر شبیه برادر بزرگتر (فریسیان) هستم تا پسر گمشده. اما آن چیزی که موجب آزار من میشود، فیض خدا نسبت به گناهکاران نیست؛ من با فیض خدا نسبت به **خودم** است که گاهی مشکل دارم. روایت تقلا برای کسب لطف و رضای خدا چنان در اعماق الگوی الاهیاتیم ریشه دوانده که پذیرش محبت بی قید و شرط خدا برایم مشکل است. به همین دلیل وقتی قطعه شعری را که در کنج کتابخانهای قدیمی خاک میخورد پیدا کردم، مرا سخت تحت تأثیر گذاشت.

حقیقت در مورد خدا

چندین سال پیش داشتم درباره سیمون ویل (*Simone Weil*)، زن نویسندگانی که به تازگی با آثارش آشنا شده بودم، مطلبی میخواندم. کتابهای او پرده از اندیشه ژرف و ایمان راسخ او برمیدارند. او در خانواده‌های یهودی چشم به جهان گشود، اما در بزرگسالی به مسیحیت گروید. زندگینامه نویسنده او چنین خاطر نشان میسازد که او زمانی مسیحی شد که شعری از یک شبان سده هفدهم به نام جورج هربرت (*George Herbert*) خواند.

بیمعطلی به کتابخانه رفتم و دنبال دیوان اشعار هربرت گشتم. گوشه‌های نشستم تا شعر را بخوانم، اما با خواندن شعر چنان تحت تأثیر قرار گرفتم که تا دقایقی نمیتوانستم حرف بزنم. هرچه بیشتر میخواندم و در موردش فکر میکردم، بیشتر به عمق مطلب پی میبردم.

محبت

محبت خوشامدم گفت، اما روح خود را عقب کشید،

گناهکار و به خاک افتاده.

ولی محبت تیزبین، فزونی سستی مرا میدید

از همان لحظه اول ورودم،

به سوی من خرامید، به نرمی پرسید

که آیا کمبودی ندارم.

گفتمش: «مهمانی هستم، که شایسته اینجا نیم»؛

محبت گفت: «حتما خواهی بود.»

«من، این بیمهر ناسپاس؟ آه عزیز من،

نمیتوانم بر تو نظر افکنم.»

محبت دستم بگرفت و با لبخندی پاسخ داد،

«جز من چه کسی این چشمان را ساخته؟»

«راست میگوی سرورم، ولی من آنها را ضایع کرده‌ام؛

بگذار از شرم و خجالت آب شوم.»

محبت میگوید: «و آیا نمیدانی چه کسی بار گناه را بر دوش کشید؟»

«پس ای گرامی، خدمت خواهم کرد.»

محبت میگوید: «تو فقط بنشین و از گوشتی که میدهمت بخور.»

پس نشستم و خوردم.

خاتمه

جلال بر خدا در عرش برین،

و صلح و سلامت بر مردمانی که بر زمین مورد لطف اویند.

از آنجایی که شعر مزبور خیلی قدیمی است و از زبان سختی برخوردار میباشد، من دوست دارم معنای آن را (دست کم برای خودم) توضیح بدهم تا شاید از این میان بینشی کلی از آن به دست بیاید.

- **محبت خوشامدم گفت.** هربرت راست و پوست کنده به سراغ ماهیت خدا میرود و از آن برای ما سخن میگوید. شاعر بر سر این موضوع که خدا محبت است (اول یوحنا 4:8) با یوحنا همداستان است. در سراسر شعر، هر جا که به کلمه **محبت** برمیخورید، میتوانید جایش را با کلمه **خدا** عوض کنید. شاعر میگوید: «خدا به من خوشامد گفت». خدا ما را دعوت به داخل شدن میکند.
- **اما روح خود را عقب کشید.** اما واکنش روح من به این دعوت چیست؟ زمانی که خدا نزدیک می‌شود، این کاملاً طبیعی و حتی درست است که ما خودمان را عقب بکشیم. هرچه باشد، خدا قدوس و عادل است.
- **گناهکار و به خاک افتاده.** هربرت به ما دلیل عقب کشیدنمان را باز میگوید؛ او به ما چیز دیگری نمیگوید جز اینکه گناهکاریم. من و شما همگی در ته قلبمان واقفیم که

گناه کرده‌ایم و به دفعات بیشمار از معیارهای خدا قاصر آمده‌ایم و هر وقت مرتکب گناه میشویم خود را عقب می‌کشیم.

- **ولی محبت تیزبین.** هربرت نگاه خدا را به چشم تیزبین تشبیه می‌کنید. آیا زیبا نیست؟ خدا تمامیت ما را به طور کامل می‌بیند. آری، او ما را تماشا میکند، اما به نظر مهر و محبت.

- **فزونی سستی مرا میدید/ از همان لحظه اول ورودم.** منظور از سستی فزاینده در زمان هربرت همان تردید بود. آیا حرکت را در خط سیر شعر می‌بینید؟ خدا ما را به درون می‌خواند، ولی ما خود را عقب می‌کشیم. خدا علتش را میداند- ما احساس گناه داریم. بنابراین خدا چه خواهد کرد؟

- **به سوی من خرامید.** خدا پیشتر می‌آید. او تزلزل و تردید ما را می‌بیند و به سویمان گام برمی‌دارد. حتی هنگامی که مدهوش و به خاک افتاده هستیم، خدا خود را به ما نزدیکتر می‌سازد.

- **به نرمی برسید.** خدا به نرمی از ما سوال می‌کند. از اینجا نوعی گفتگوی ملایم آغاز می‌شود. خدا خود را به ما نزدیک کرده از ما پرسشی می‌کند. با روایت تقلا برای کسب لطف و رضایت خدا که من در ذهن خود دارم، مطمئنم که خدا خواهد پرسید: «چرا اینقدر گناه کرده‌ای؟» اما چنین نیست.

- **که آیا کمبودی ندارم.** اولین چیزی که خدا می‌پرسد این نیست که: «خب، در مورد خودت چی برای گفتن داری، ای گناهکار فاسد؟» بلکه می‌پرسد: «چی کم داری؟ آیا به چیزی نیاز داری؟»

- **گفتمش: «مهمانی هستم، که شایسته اینجا نیم.»** ما عاری از حس ارزش یا شایستگی هستیم. اکثر ما آدمها احساس می‌کنیم که در برابر خدا ناشایسته هستیم. گوینده حقیقت را بیان می‌کند.

- **محبت گفت: «حتما خواهی بود.»** محبت با گفتن «تو شایسته هستی. شایسته‌های چون من به تو می‌گویم که هستی. شایسته‌های چون من تو را دوست دارم» به تردیدهای ما در مورد ارزش خودمان، پاسخ می‌دهد. آگوستین در جایی

نوشته: «خدا با دوست داشتن ما، دوست داشتتیمان کرد». ارزش ما هرگز بر اساس لیاقت و دستاوردهایمان محاسبه نمیشود. ارزش به صورت یک هدیه به ما اعطا گردیده است، هدیه‌ای که تنها میتوان آن را دریافت کرد.

- «من، این بیمهر ناسپاس؟ آه عزیز من،/ نمیتوانم بر تو نظر افکنم». ولی ما با دریافت هدایا قدری مشکل داریم. از این گذشته، کل دنیا بر پایه لیاقت و شایستگی بنا شده، یعنی بر پایه چیزهایی که باید خودمان به چنگ بیاوریم. از این رو در پاسخ میگوییم: «کی ... من؟ من ناسپاس بیمهر؟ خدایا آیا واقعا میدانی من چقدر آدم بدی هستم؟ من حتی نمیتوانم به روی تو نگاه کنم!»

- **محبت دستم بگرفت و با لبخندی پاسخ داد،/ «جز من چه کسی این چشمان را ساخته؟».** این تصویری تکان دهنده است. آیا میتوانید خدا را در حال لبخند زدن- به هر چیزی- تصور کنید؟ مثلا به شما؟ خیلی از کسانی که من می شناسم نمیتوانند خدا را در حالی تصور کنند که دارد به آنها افتخار میکند، حتی نمیتوانند تصور کنند که خدا از آنها خوشش میآید. اما ببینید خدا چه پاسخ عالی می دهد. «چه کسی این چشمان را آفریده؟ آیا من نبودم؟» ما میگوییم: «خدایا من شایسته نیستم که به تو نگاه کنم؟» و خدا جواب میدهد: «آیا نمیتوانی بفهمی که آن چشمان، آنهایی که نمیتوانی بالا بگیری و به من بدوزی، ساخته دست من هستند!»

- **«راست میگوی سرورم، ولی من آنها را ضایع کرده‌ام».** در پاسخ میگوییم: «آری» چون بر سر این مسئله نمیتوانیم با خدا جدل کنیم. «اما [همیشه یک "اما" وجود دارد] من آنها را ضایع کرده‌ام.» هربرت میگوید: «آری، خدایا این چشمان را تو آفریدی، اما من از آنها درست استفاده نکرده‌ام. بر چیزهایی نظر افکنده‌ام که نباید بیفکنم؛ من با اعمال خودم آنها را ضایع کرده‌ام.»

- **بگذار از شرم و خجالت آب شوم. یکبار دیگر، روح بیچاره باز بحث میکند:** «خدایا آیا میدانی داری با چه کسی صحبت میکنی؟ من یک افتضاح تمام عیار هستم. تو این چشمها- در واقع همه چیز- را به من دادی و من آنها را تباه کردم. پس خواهش میکنم بگذار از شرم و خجالت آب شوم.» در اینجا شعر است که روح نه

برای رحمت، که برای عدالت فریاد برمیآورد: «من ارزشی ندارم- به من چیزی را بده که سزاوارش هستم، نه چیزی را که میخواهم».

• **محبت میگوید: «و آیا نمیدانی چه کسی بار گناه را بر دوش کشید؟»**
زمانی که به این منزلگاه مهم میرسیم، خدا گام پیش نهاده میگوید: «من مخالف حرفهایت نیستم. تو شکست خورده‌ای. و سزاوار مجازات شدن هم هستی. اما- به این نکته توجه کنید- مگر نمیدانی که چه کسی بار ملامت را بر دوش کشید؟» خدا می‌گوید: «عیسی این بار را بر دوش کشید. پسر من شرم و خجالت را از تو برداشت، و تو دیگر لازم نیست متحمل آن شوی».

لازم است همینجا دمی توقف کنیم. گاهی مردم طوری از محبت خدا حرف میزنند که انگار یک حس خوب کیهانی نسبت به مردم است بدون آنکه اعتنایی به عدالت داشته باشد، گویی گناه مسئله مهمی به شمار نمیآید. به همین دلیل است که بسیاری اصلاً خودشان را گناهکار نمیدانند. اما توجه داشته باشید: اگر گناهکار نیستید، پس چرا در مورد خود تا این اندازه احساس بدی دارید؟ و اگر وانمود میکنید که گناهکار هستید، پس باید وانمود کنید که بخشوده شده‌اید. خدا میگوید: «گناه شما واقعی است. تاوان آن هم مرگ است. اما پسر من، عیسی بار گناه شما را به گردن گرفت. گناهان شما بود که او را بر صلیب میخکوب کرد. او داوری است که به جای شما مورد داوری قرار گرفت.»

• **«پس ای گرامی، خدمت خواهم کرد.»** در غالب مواقع پیغام فیض به جای آنکه در ما شادی و آزادی به وجود بیاورد، حس تقصیر ایجاد میکند. و واعظان بسیاری هستند که تحت تأثیر این حس در ذهنشان وعظ میکنند: «ای جوان، آیا نمیدانی که عیسی به خاطر تو مرد- آیا از این بابت احساس تقصیر نمیکنی؟» و پاسخی که انتظارش را دارند چنین است: «بله، بله احساس تقصیر میکنم. خداوندا متأسفم. قول میدهم که بهتر رفتار کنم. سختتر تلاش خواهم کرد تا رفتار بهتری داشته باشم- قول میدهم! حتی حاضرم در حین انجام مأموریت مسیحی در راه تو جان فدا کنم. تو فقط فرمان بده، و من آن را انجام خواهم داد. خدایا من به تو مدیونم.»

• **محبت میگوید: «تو فقط بنشین و از گوشتی که میدهمت بخور.»** خدا در پاسخ میگوید: «اینجا بنشین و آرام بگیر. با من در ضیافت شرکت کن. با من باش. از حضورم لذت ببر، و بگذار که اول من به تو خدمت کنم. من نیازی به خدمت تو ندارم. من برای هیچ کاری به تو احتیاج ندارم. تو را آفریدم چون دوستت دارم، و آنچه که واقعا از تو میخوام این است که با من باشی. اشتیاق قلبی من این نیست که برای خدمت به من دست به تلاش بزنی. فقط بگذار من محبتت بنمایم.»

فکر میکنید که خدا بیش از همه چیز، از ما چه میخواهد؟

• **پس نشستم و خوردم.** این آن چیزی است که خدا بیش از همه از ما میخواهد. او میخواهد به ما خدمت کند و شاهد شرکت ما در ضیافتش باشد و ببیند که به نیکویی وی دلخوش هستیم. روزی ما هم دیگران را خدمت خواهیم کرد، اما این خدمت تنها واکنشی خواهد بود به محبت خدا، نه نشئات گرفته از احساس گناه.

جورج هربرت یک سیاستمدار برجسته بود که از همه چیز دست شست تا شبانی یک کلیسای کوچک را بر عهده بگیرد. او اشعار زیادی سروده است، اما نه با این نیت که روزی کسی این اشعار را بخواند، چه رسد به اینکه به صورت یک دیوان چاپ و منتشر شوند. وی زمانی که در بستر مرگ بود به یکی از دوستان نزدیکش گفت که چندین سروده مکتوب دارد و از او چنین خواست: «لطفا آنها را بخوان، و اگر فکر کردی که میتوانند به درد بخور باشند، هرچه صلاح بود با آنها بکن.»

اشعار وی پس از مرگش انتشار یافتند. به راستی سخنان فروتنانه این مرد مرا سخت تحت تأثیر قرار می‌دهد: «اگر فکر کردی که میتوانند به درد بخور باشند.» خدا را شکر میکنم که دوست او آنقدر حکمت داشت که ببیند اشعار هربرت به درد میخوردند. من میدانم که سیمون ویل هم احساسی مشابه احساس من داشته است.

شریعت‌گرایی محدود میسازد؛ محبت بر می‌انگیزد

این فصل را با داستان زن جوانی آغاز کردیم که خارج از چارچوب زناشویی باردار شد و وقتی خواست به زنهای جوان دیگر گروه جوانان کلیسا کمک کند، از سوی شبانش طرد شد. شبان حتی حاضر نشد فرزند او را تعمیم بدهد. عاقبت زن جوان به کلیسای دیگری رفت و مدتی نگذشت که فرزندش را در آنجا تعمیم دادند. او با جوانان کلیسای تازه‌اش کار کرد، دوره آموزش خود را به

پایان رسانید و سرانجام برای انجام مأموریت مسیحی روانه شد. امروز او و دخترش به عنوان مسیونر در آفریقا زندگی میکنند.

تربیت نفس

Lectio Divina

تمرین روحانی برای این هفته *lectio divina* نام دارد، که واژه‌های است لاتین و معنای تحت‌اللفظی آن «قرائت الاهی» می‌باشد. آن شیوه‌های از خواندن کتابمقدس است که لازم است با گوش دل شنید. قرائت الاهی فریضه‌های است قدیمی که پیشینه‌اش به سنت عبرانی شِمَع (Shema = "بشنو"، اشاره به تثنیه ۴:۶ می‌باشد: «ای اسرائیل بشنو، یهوه، خدای ما، یهوه واحد است» که هسته مرکزی اعتقاد یهودیان به یگانگی خدا را تشکیل می‌دهد- م) بازمیگردد و دربر گیرنده قرائت عبارات منتخبی از کتابمقدس عبری با مکث‌های بخصوص و تمرکز بر کلمات معین بود. *Lectio Divina* را مسیحیان کلیسای اولیه به روش دسته جمعی به کار میبردند و بعدها پدران و مادران صحرا² با تأکید بر جنبه فردی این شیوه از قرائت، آن را تعلیم میدادند.

در *lectio divina* ما به سراغ بند یا عبارتی از کتابمقدس میرویم- که معمولاً بیشتر از چند آیه نیست- و آن را بارها و بارها، به آهستگی، همراه با تفکر بر تک تک کلمات و عبارات آن بند می‌خوانیم، و در عین حال به تأثیری که کل بند در دل‌هایمان میگذارد، توجه لازم را مبذول میداریم. بدین ترتیب، «با کلام خدا دعا میکنیم». این روش با مطالعه کتابمقدس خیلی تفاوت دارد. در مطالعه کتاب مقدس به سروقت متنی میرویم و سعی میکنیم معنایش را بفهمیم. در *lectio divina* این عبارت کتاب مقدسی است که «ما را مطالعه میکند».

چگونه LECTIO DIVINA را تمرین کنیم

1) اول از همه، عبارتی از کتابمقدس را انتخاب نمایید. در این تمرین بخصوص، من

اول قرن‌تین 4:13-8 را برگزیده‌ام.

² - پدران (و مادران) صحرا نام گروهی از راهبان مسیحی است که از حدود سده سوم میلادی در بیابانهای مصر زندگی میکردند و نخستین گروه از ایشان راهبانی بودند که از جفای سازماندهی شده «دیوکلسین» امپراتور روم بر ضد مسیحیان، گریخته بودند- م.

محبت بردبار و مهربان است؛ محبت حسد نمی‌برد؛ محبت فخر نمی‌فروشد و کبر و غرور ندارد. رفتار ناشایسته ندارد و نفع خود را نمی‌جوید؛ به آسانی خشمگین نمی‌شود و کینه به دل نمی‌گیرد؛ محبت از بدی مسرور نمی‌شود، اما با حقیقت شادی می‌کند. محبت با همه چیز مدارا می‌کند، همواره ایمن دارد، همیشه امیدوار است و در همه حال پایداری می‌کند. محبت هرگز پایان نمی‌پذیرد. اما نبوتها از میان خواهد رفت و زبانها پایان خواهد پذیرفت و معرفت زایل خواهد شد. (اول قرنتیان 4:13-8)

2) یک یا دو دقیقه را فقط صرف شل کردن عضلات (= relaxing) و تنفس عمیق کنید.

3) **قرائت اول**- یکبار کل متن را به آهستگی بخوانید. میان هر جمله مکث کنید (برای مثال، «محبت بردبار است» [مکث]، «محبت مهربان است» [مکث]، ...). پس از اتمام قرائت اول، برای یک یا دو دقیقه سکوت کنید.

4) **قرائت دوم**- یکبار دیگر متن را به آهستگی بخوانید و میان عبارتها مکث کنید. منتهی این بار مکثها طولانیتر باشند و گوش به زنگ کلمات یا جملاتی باشید که توجهتان را به خود جلب مینمایند یا به نوعی بارز و برجسته به نظر میرسند. در ذهنتان از آنها یک یادداشت بردارید. پس از پایان قرائت دوم، آن کلمات یا جملات خاص را بنویسید.

5) **قرائت سوم**- متن را تا کلمه یا عبارتی که به طریقی توجه شما را به خود جلب کرده، از نو بخوانید. وقتی به آن کلمه یا عبارت رسیدید، از خواندن بازایستید و چند بار دیگر همان متن را بخوانید.

6) **تعمق کردن**- برای مدت زمانی روی عبارتی که شما را برانگیخته، تفکر و تأمل نمایید. چند بار آن را تکرار کنید. بگذارید کلمات با افکار، خاطرات یا هر عبارت کتابمقدسی دیگری که به ذهنتان متبادر میشود، به تعامل پردازند. بگذارید قلب، امیال و ترسهای درونیتان را لمس کنند. شروع کنید به پرسش کردن از خودتان: «**خدا به طور خاص میخواهد چه چیزی به من بگوید؟**»

7) **دعا-** پرسش آخر را به شکل دعا در بیاورید و از خدا بپرسید: «خدایا، کلامی که در این عبارت برای من داری، چیست؟ آیا چیزی هست که بخواهی امروز به من بگویی؟» گوش بسپارید. هر چیزی را که احساس میکنید ممکن است خدا با شما در میان گذاشته باشد، بنویسید.

8) **استراحت-** برای دمی بیاسایید و سکوت کنید. از بودن در حضور خدا لذت ببرید. در این مرحله از «کردن» به «بودن» تغییر وضعیت دهید. برای اندک زمانی فقط **باشید**.

9) **واکنش-** از خودتان و خدا بپرسید: «از من خواسته شده تا در پی کلامی که به من داده شده، چکار کنم؟» شاید احساس میکنید که به چالش کشیده میشوید تا خدا را بیشتر محبت نمایید، یا جنبهای از هویت خودتان را بپذیرید، یا کسی را که میشناسید خدمت کنید، یا شروع به تغییر دادن جنبهای از شخصیت خودتان بنمایید. هرچه که هست، آن را بنویسید. «امروز خدا مرا خوانده تا فرد بردبارتری باشم. خدایا با من باش و یادم بده که چگونه میتوانم بردبارتر باشم». خدا را به خاطر کلامش که با دل شما صحبت کرده شکر کنید.

* قسمت زیر را تنها پس از آنکه تمرین خود را به اتمام رسانیدید، بخوانید.

برقراری پیوند با روایت عیسی

Lectio Divina یک فعالیت بسیار شخصی است، از این رو من دقیقاً نمیتوانم پیشبینی کنم که چه چیزی را تجربه خواهید کرد، و اصولاً نباید هم این کار را بکنم. تصور من بر این است که خدا کلامی ویژه برای من داشته. با این وجود، عبارتی که من برای شما انتخاب کردهام به طور خاص به موضوع محبت میپردازد. اول قرنیتان 4:13-8 خیلی معروف است، چون آن را در مراسم عروسی میخوانند. زمینه متن آیات مزبور ربطی به محبت میان زن و شوهر ندارد (هرچند به آن هم میخورد!)، بلکه صحبت پولس بر سر این است که چگونه باید در اجتماع مسیحی در کنار یکدیگر زندگی کرد. نکته اصلی آن است که محبت در کانون زندگی ما با همدیگر قرار دارد. در جای دیگر میخوانیم که میباید به یکدیگر محبت کنیم، همچنان که خدا ما را محبت نمود (اول یوحنا 4:11).

به همین ترتیب میخوانیم که «خدا محبت است» (اول یوحنا 4:8). درست مثل شعر هربرت، در اینجا هم میتوانیم در آیات بالا از اول قرن‌تین فصل 13، به جای محبت واژه خدا را بگذاریم.

خدا بردبار و مهربان است؛ خدا حسد نمی‌برد؛ خدا فخر نمی‌فرشد و کبر و غرور ندارد. رفتار ناشایسته ندارد و نفع خود را نمی‌جوید؛ به آسانی خشمگین نمی‌شود و کینه به دل نمی‌گیرد؛ خدا از بدی مسرور نمی‌شود، اما با حقیقت شادی می‌کند. خدا با همه چیز مدارا می‌کند، همواره ایمان دارد، همیشه امیدوار است و در همه حال پایداری می‌کند. خدا هرگز پایان نمی‌پذیرد.

شاید بد نباشد که این هفته چند بار این متن را بخوانید و لذت ببرید. من در این فصل از کتاب گفتم که خدا محبت است، ولی ما اغلب معنای این جمله را نمیدانیم. این متن توضیح میدهد که محبت راستین چیست.

تمرین اضافی: تعمق کردن بر روی شعر

اگر محبت بیقید و شرط خدا موضوعی است که شما در ذهنتان با آن کلنجار می‌روید، میتوانید به عقب برگشته قدری بیشتر روی شعر هربرت به تعمق و تفکر پردازید. آن را از ابتدا تا انتها به آهستگی بخوانید و بر روی تصاویری که هربرت خلق کرده (مثلاً «محبت تیزبین») اندیشه نمایید و سعی کنید تصویری ذهنی از آنها بسازید.

برای تأمل

صرفنظر از اینکه این مطالب را با دیگران می‌خوانید یا در تنهایی، پرسشهای زیر به شما در تأمل و تفکر در مورد تجربیاتتان کمک خواهند کرد. در هر حال، شاید ایده بدی نباشد که در دفترچه‌هایتان به این پرسشها پاسخ دهید. اگر با گروهی جمع می‌شوید، دفترچه حاوی یادداشتهایتان را همراه خود بیاورید تا به شما در به یاد آوردن بینشهایتان کمک کنند تا بتوانید تجربیاتتان را با دیگران در میان بگذارید.

1. آیا توانستید تمرین *lectio divina* را انجام دهید؟ اگر توانستید، توضیح دهید که کار چگونه پیش رفت و در موردش چه احساسی دارید.
2. از طریق این تمرین، در مورد خدا یا خودتان چه چیزهایی یاد گرفتید؟
3. مصرع مورد علاقتان در شعر «محبت» کدام بود؟ توضیح بدهید که چرا.

فصل شش

خدا قدوس است

پنج سال پیش داشتم در کلیسای موعظه میکردم. قبل از آن هم یکبار در همان کلیسا موعظه کرده بودم. از آنجایی که گنجینه موعظت محدودی دارم، داشتم موعظهای مشابه دفعه قبل ارائه میدادم. امیدوار بودم که با گذشت چند سالی که سپری شده، جماعت دچار فراموشی خفیفی شده، موعظه قبلی را به یاد نیاورد. چندتایی از مفاهیمی را که پیشتر در همین کتاب خوانده‌اید، با کلیسا در میان گذاشتم: خدا ما را بدون قید و شرط دوست دارد؛ عیسی برای همه گناهان ما مرد- خدا شما را با خودش آشتی داده است؛ و شما در مسیح خلقتی تازه هستید. پس از خاتمه جلسه، مرد درشت و نیرومندی به سوی من آمد، نگاهی به من افکند و بدون گفتن هیچ حرفی یک وسیله الکترونیکی را به طرفم گرفت. از نزدیک به آن دستگاه خیره شدم و در آن تصویر موعظهای را دیدم که پنج سال پیش از آن کرده بودم. درجا فرض را بر این گرفتم که به خاطر موعظه تکراریام، قصد ریشخند مرا دارد.

«به خاطر موعظه کردن همان خطابه قبلی پوزش می‌خواهم- اما شما باید درک کنید که من جز همین یک موعظه بیشتر ندارم.»

به صورتش نگاه کردم و متوجه شدم که قطره اشکی روی گونه‌هایش چکید.

«من نیامده‌ام تا شما را به خاطر موعظه تکراری مسخره کنم. آمده‌ام از شما تشکر کنم. من این پیغام را پنج سال پیش شنیدم، و همین موعظه زندگی را به طور کامل عوض کرد. من در یک کلیسای بسیار شریعت‌گرا بزرگ شدم، و هر هفته در این باره که خدا از من عصبانی است و چقدر آدم بدی هستم، موعظه میشنیدم. هر روزه با ترس از خدا زندگی میکردم، و اصلاً خدا را دوست نداشتم. زمانی که موعظه شما را شنیدم گویی یخ قلبم آب شد. سی.دی. موعظه را خریدم و دهها بار آن را گوش دادم و از رویش تکثیر کرده به هر کس که میشناختم، دادم. من افسر پلیس هستم، به همین خاطر عادت به احساساتی شدن ندارم. فقط می‌خواستم به خاطر این پیغام از شما تشکر کنم.»

یکدیگر را محکم در آغوش گرفتیم و او گریست. مغلوب داستان او شده بودم و احساساتش سخت تحت تأثیرم قرار داده بود. پس از اینکه او دور شد، از دانستن این نکته که توانسته بودم در زندگی کسی یک تفاوت مثبت ایجاد نمایم، تنم داغ شد و به خدا رو کرده، در سکوت شکرش گفتم.

این قضیه در ذهنم مهر تأییدی شد بر اینکه پیغام مربوط به محبت بیقید و شرط خدا نسبت به ما تا چه اندازه میتواند زندگی انسانها را دستخوش تحول نماید.

سپس متوجه زنی شدم که منتظر ایستاده بود تا با من حرف بزند. پس به او نزدیک شدم و خودم را معرفی کردم. او در حالی که لبخند بزرگی بر لب داشت به من گفت: «خیلی ممنون از پیغامتان. بسیار رهایی بخش بود!»

برای لحظاتی باز تنم داغ شد، تا اینکه آن زن چنین ادامه داد: «میبینید، من شش ماه گذشته را با دوست پسرم زندگی کرده‌ام، و در کلیسایی بزرگ شده‌ام که در آن به ما گفته بودند این کار گناه است و من واقعا احساس تقصیر میکردم. اما امروز صبح شما گفتید که خدا بدون هیچ قید و شرطی ما را دوست دارد، و اینکه عیسی همه گناهان ما را بخشوده است. تازه آن وقت بود که من فهمیدم حس تقصیرم بیمورد بوده. عیسی بهای همه اینها را پرداخته است! پس میخواستم به خاطر چنین پیغام رهایی‌بخشی از شما تشکر کنم.» زن با من دست داد و در حالی که داشت از شادی بالا میپرید از من دور شد. به زنی شبیه بود که دکتر به او گفته باشد از سرطان خلاصی پیدا کرده است.

قلبم فشرده شد.

آنگاه بود که تازه فهمیدم تنها اعلان این خبر خوش که "صرف نظر از هرآنچه که مرتکب شده‌ایم، باز هم خدا ما را دوست دارد" کافی نیست. آنچه که زن نتوانسته بود درک کند و من مجبور شدم بعدها برایش توضیح بدهم این است که خدای پرمحبت ما، «آتش فروبرنده» نیز هست (عبرانیان 29:12). شاید خوفناک به نظر برسد، اما در واقع این هم خبر بسیار خوشی است. من میبایست خیلی چیزها در مورد قدوسیت و پاکی خدا برای آن زن توضیح میدادم. خوشبختانه آن برخورد کوتاه آخرین گفتگوی ما با هم نبود.

روایات نادرست

تا اینجا من سعی کرده‌ام برخی از روایات تیره و منفی در مورد خدا را که در محافل مذهبی می‌شنویم - از قبیل خدای خشمگینی که با بیرحمی ما را داوری میکند، خدایی که حتی برای بخشودن تخلفات کوچکمان هم باید با او چانه بزنیم یا رشوه دهیم- برملا سازم. کوشیده‌ام نشان بدهم که این خدایی نیست که عیسی می‌شناسد، دوست دارد و اعلانش میکند. برعکس، محبت خدا به آنچه که ما انجام می‌دهیم هیچ ربطی ندارد. خدا محبت است. خدا حتی گناهکاران را هم دوست دارد. اما این واقعیت که خدا گناهکاران را دوست میدارد یک دنباله هم دارد: «اما خدا همچنان از گناه متنفر است». به اعتقاد من، این روایت حقیقت محض است.

به تجربه دریافته‌ام که مردم غالباً یکی از دو روایت زیر را در مورد خدا قبول دارند، که هر دو اشتباهند.

او خدای خشمگینی است. کسانی هستند که فکر میکنند خدا همیشه عصبانی است، و خشم و غضب بخش جدایی‌ناپذیر از ذات خدا می‌باشد، زیرا خدا قدوس است و دنیا چنین نیست. یکبار زنی به من گفت: «من تازه دریافته‌ام که خدا کلا از دستم عصبانی است، اما مادامی که واقعا کار خیلی بدی نکرده باشم، آن را تحمل میکند. وقتی کار خیلی بدی میکنم با خودم میگویم که "ای وای، حالا خدا چه بر سرم خواهد آورد؟"»

آیا درک کردن غضب خدا برای

شما کار دشواری است؟

توضیح دهید.

روایت آن زن روایتی بسیار رایج است. مردم چنین می‌پندارند که خدا همواره از مشاهده گناه خشمگین است و وقتی کاسه صبرش لبریز شود، آماده است تا پتک غضب الهی را بر سر آدمیان فرود بیاورد. با این وجود، کتاب مقدس می‌گوید: «خدا جهان را آنقدر محبت کرد» و «خدا در مسیح جهان را با خود آشتی می‌داد». این همان جایی است که روایت نادرست اصلاح میشود: خدای پدر واقعا از گناهان ما عصبانی بود و اگر اوضاع به همین منوال پیش میرفت همه ما را روانه دوزخ می‌نمود، اما پسرش عیسی گام پیش گذاشت و مجازات اعمال ما را متحمل شد. این گونه میتوان میان خشم خدا و بخشایشش تعادل برقرار نمود.

خدا به گناهان ما اهمیتی نمیدهد. اما روایت دیگری هم وجود دارد که آن هم به ویژه در دنیای پسامدرن ما، هواداران بسیاری دارد. امروزه خیلیها روایات مرتبط با «خدای خشمگین» را رها کرده‌اند و بر این باور هستند که خدا اتفاقاً در نقطه مقابل آن قرار دارد. در روزگار ما ممکن است این حرف را از هر کسی بشنوید که خدایش، یک روح کیهانی و نیک اندیش است که هرگز داوری نمیکند، اهل مجازات کردن نیست و هیچکس را به جهنم نمیفرستد. این خدای «ملوس» مدرن جای خدای خشمگین روزگار گذشته را گرفته است.

اگر شوهای محبوب تلویزیونی را تماشا کرده باشید، اغلب میشنوید که از این خدا حرف میزنند. علت کشش مردم به این خدا کاملاً قابل فهم است. مردم یک روح دوست داشتنی را که میخواهد همه را برکت دهد به خدایی که ستمگر و آزاردهنده است و آماده برای روانه کردن بندهایش به جایگاه عذاب ابدی، آن هم به خاطر داشتن آموزهای اشتباه یا ناتوانی از غلبه بر گناه، ترجیح میدهند. اما آیا این روح لطیف و مهربان، با خدایی که کتابمقدس معرفی میکند، یکی است؟ آیا این روایت با روایت عیسی در ارتباط با پدر نزدیکتر است؟ خدای بیدردسر و مبهمی که امروزه هواداران بسیاری پیدا کرده، نه کتابمقدسی است و نه به راستی دوست داشتنی.

اچ. ریچارد نیبوه‌ر (H. Richard Niebuhr) استاد بزرگ الاهیات و اخلاق که برای دهها در دانشگاه ییل (Yale) درس میداد، با بینش عمیقی که نسبت به روایت مذهبی مدرن داشت، بیاساس بودن این مسئله را آشکار کرد. روایت مزبور میگوید: «یک خدای بدون خشم، انسانهای بدون گناه را از طریق خدمات مسیح بدون صلیب، به پادشاهی بدون داوری خود داخل میکند».

چه مثالهایی از درک خدای

«ملوس» را تجربه کرده‌اید؟

همین نقل قول نشان میدهد که تا چه اندازه در مسیحیت راستدین چندین روایت مختلف پیرامون موضوع گناه به هم پیوسته‌اند. روایت خدایی که به گناه اهمیتی نمیدهد، طبیعتاً تیشه به ریشه کل داستان مسیحیت میزند. خدا غضب خود را نسبت به گناه نشان میدهد؛ در پادشاهی خدا داوری وجود دارد، و لازم بود که عیسی بر صلیب جان خود را ببازد.

در ابتدای کار خدای ملوس، جذاب و وسوسه انگیز به نظر میرسد. اما وقتی به دنیایمان نگاه میکنیم یا عمیقاً به ته قلبمان رجوع میکنیم، ظلمتی مشاهده میکنیم که هیچ تردیدی در آن راه ندارد. خدای بی

غضب در برابر این تاریکی هیچ قدرتی ندارد. آنگونه که من فهمیده‌ام، با اینکه عجیب به نظر می‌رسد، اما غضب خدا بخش زیبایی از بزرگی و محبت خدا است. پیش از آنکه دلیلش را توضیح دهم، لازم است یکبار دیگر به سراغ عیسی برویم تا دیدگاهی متعادل در مورد شخصیت خدا به دست بیاوریم.

روایت عیسی: غضب اقدام به حق خدا است

اغلب اوقات وقتی به عیسی فکر میکنیم، انسانی افتاده و آرام در نظرمان مجسم میشود، کسی که در میان سوسنهای صحرا گردش میکرد و از صلح و محبت سخن میگفت. یا عیسایی که سوتزنان کار میکرد، در حالی که پرندگان بر شانهایش مینشستند و موشها در کار نجاری کمکش میکردند. (درست است، الان کارتون سیندرلا را در خیالم تجسم کرده‌ام.) با این وجود، ما با عیسایی از نوع آقای راجرز (*Mr. Rogers*) = فرد راجرز مجری معروف برنامه‌های کودک در آمریکا بود- م) راحتتر هستیم تا با عیسایی که واقعا در لابلای صفحات کتابمقدس پدیدار میشود. به منظر تعدیل کردن این دیدگاه، لازم است به گفته‌های عیسی در مورد داوری و غضب نگاهی بیفکنیم. پنج عبارت زیر جنبه دیگری از خدا را آشکار می‌سازند.

از این سخنان در شگفت مباحثید، زیرا زمانی فرامی‌رسد که همه آنان که در قبرند، صدای او را خواهند شنید و بیرون خواهند آمد. آنان که نیکی کرده باشند، برای قیامتی که به حیات می‌انجامد، و آنان که بدی کرده باشند، برای قیامتی که **مکافات** در پی دارد. (یوحنا 5:28-29)

اما به شما می‌گویم که مردم برای هر سخن پوچ که بر زبان برانند، در روز داوری حساب خواهند داد. زیرا با سخنان خود تبرئه خواهید شد و با سخنان خود **محکوم** خواهید گردید. (متی 12:36-37)

زیرا پسر انسان در جلال پدر خود به همراه فرشتگانش خواهد آمد و به هر کس برای اعمالش **پاداش** خواهد داد. (متی 16:27)

وای بر زنان آبستن و مادران شیرده در آن روزها! زیرا مصیبتی عظیم دامنگیر این سرزمین خواهد شد و این قوم به **غضب الهی** دچار خواهند گشت. (لوقا 21:23)

آن که به پسر ایمان دارد، حیات جاویدان دارد؛ اما آن که از پسر اطاعت نمی‌کند، حیات را نخواهد دید، بلکه **خشم** خدا بر او برقرار می‌ماند. (یوحنا 3:36)

غالباً کلماتی مانند **محکومیت** و **غضب** با عیسی ارتباطی پیدا نمیکنند. اما نمیتوان این واقعیت را هم نادیده گرفت که او هرگز از این چیزها حرف نمیزد. چگونه میتوانیم میان این تعالیم و آنهایی که تاکنون مورد بررسی قرار دادیم، همسانی ایجاد کنیم؟ چگونه میتوانیم از خدایی سر دربیآوریم که هم به گفته عیسی، مثل پدری است که برای بازگشت پسر خیرهسرش میهمانی برپا میکند، و هم در عین حال از کسانی که وی را رد مینمایند، غضبناک می‌شود؟ برای این کار لازم است از نزدیک به معانی کلمات **محکومیت** و **غضب** از قول عیسی، نگاهی بیفکنیم.

چرا ما از روی سخنان عیسی در
ارتباط با داوری طفره می‌رویم و
روی سخنان او در ارتباط با
محبت تأکید میکنیم؟

ربط دادن محبت و غضب خدا به همدیگر کار دشواری است. اکثر مردم نمیتوانند چنین کاری بکنند؛ فقط کافی است یکسویه به قضیه نگاه نکنید. در نظر گرفتن هر دو سوی معادله چیزی است که باید انجامش بدهیم، چون عیسی این اجازه را به ما نمیدهد که یکی را انتخاب کنیم و دیگری را از قلم بیندازیم. او از خدایی سخن میگوید که هر دو را در خود دارد، و باید ما هم هر دو جنبه از شخصیت خدا را به طور کامل درک کنیم. پولس رسول در این باره میگوید: «**پس مهربانی و سختگیری خدا را در نظر داشته باش؛ سختگیری به کسانی که سقوط کرده‌اند، اما مهربانی به تو**» (رومیان 22:11).

خدا هم مهربان است و هم سختگیر. ما نمیتوانیم یکی را بدون دیگری داشته باشیم. در واقع، این خبر بسیار خوشی است.

خشم در برابر ترحم

«تامس جفرسن»، دولتمرد و رئیس جمهور بزرگ آمریکایی، اهل علم بود و اعتقادی به معجزه نداشت، اما از طرفی واقعا به عیسی علاقمند بود. واقعیت این است که در جوار تعالیم اخلاقی عیسی، به داستان‌هایی برمی‌خوریم که در آنها شرح معجزات او آمده است- مثل خوراک دادن به پنج هزار نفر با یک سبد نان و ماهی، راه رفتن روی آب، شفا دادن کوران و غیره. جفرسن این تضاد را

به شیوه‌های بسیار عملگرایانه حل کرد. یک قیچی برداشت و داستانهای مربوط به معجزات را از کتاب مقدسش برید و درآورد. وی همچنین برخی از تعالیمی را که قدری باورنکردنی بودند، با قیچی برید. در پایان کار، او همان عیسیایی را داشت که خودش میپسندید.

انجام چنین کاری بسیار آسان است. به گمانم، من هم همین کار را به شیوه خودم انجام میدهم، البته بدون استفاده از قیچی. من از روی قسمتهایی که خوشم نمیآید، میگذرم و روی عباراتی که مورد پسندم هستند، خیمه میزنم. اما این راهبرد خوبی نیست. من به تجربه دریافتم که با این کار جنبه مهمی از خدا یا زندگی مسیحی را از دست میدهم. و این تکه از دست رفته میتواند همه چیز را تغییر دهد.

شخصی دیگر که شباهت زیادی به جفرسن دارد، آلبرشت ریچل (1822-*Albrecht Ritschel*) (1889) الهیدان سده نوزدهم است. او از مفهوم یک خدای غضبناک خوشش نمیآید. ریچل میگفت: «مفهوم غضب خدا برای فرد مسیحی فاقد ارزش مذهبی است». از این رو وی دست به تفسیر دوباره معنای غضب زد. غضب پیامد منطقی عدم حضور خدا است، و نه شیوه برخورد خدا به گناه و شرارت. خیلی از مردم این نظریه را پسندیدند چون خدایی را به تصویر میکشید که فراتر از خشمگین شدن است. یکچنین خدای پرخاشگر-منفعل (*passive-aggressive*) سکوت اختیار می کند.

این خدا برای ما جذابتر است، زیرا هضم همزمان محبت و غضب در کنار هم برای مزاج فکری ما انسانها خیلی دشوار میباشد. زمانی که به محبت فکر میکنیم، به احساس یا عاطفهای میاندیشیم که غالباً عاری از خرد و غیر منطقی است. اکثر ترانههای عاشقانه‌های که در رادیو میشنویم توصیف کننده غلیانی از احساساتی است که کسی در ارتباط با معشوقش حس کرده، و به همین خاطر است که ترانهسرا "کوه را روی دوشش میگذارد و ماه را از دریا میگیرد، فقط برای اینکه چشمان معشوقش بگویند: آره!". اما هیچ عاشقی در عمل این کارها را نمیکند. پس از طی مسافتی با کوهی بر دوش (!)، کم کم آتش عشق فروکش میکند و عاشق گرسنه، در عمل یک همبرگر را به معشوق خود ترجیح میدهد. به گمان من، بعد از یکبار غوطهور شدن در دریا برای گرفتن ماه (حتی اگر دریای کوچکی هم باشد)، آتش عشق خاموش میشود.

پس وقتی میشنویم که «خدا محبت است»، چنین میپنداریم که خدا دیوانهوار عاشق ماست. اما محبت- و بخصوص واژه شگفت آگاپه (*agapē*) در زبان یونانی- تعریف دیگری دارد. دالاس ویلارد

(Dallas Willard) محبت کردن را چنین تعریف میکند: «خوبی دیگری را خواستن»؛ محبت کردن در وهله اول یک احساس نیست. محبت تمایل به خیریت دیگری است، آنقدر زیاد که حتی فداکاری شخصی نیز در برابرش کم می‌آورد. محبت خدا بیطرف و عاری از غرض است. محبت خدا بیشتر شبیه محبت پدر و مادر به فرزند است تا "عشق" نوجوانان واله و شیدا به یکدیگر. به عبارت دیگر، محبت خدا احساسی نیست که فراز و فرود داشته باشد.

این در مورد کلمه **غضب** هم مصداق پیدا میکند. هنگامی که این کلمه را میشنویم، کسی را تصور می‌نماییم که به درجه‌های از خشم رسیده که پاک منطقی و کنترل بر اعصاب خود را از دست داده است. غضب چنان بار معنایی قوی دارد که ما تنها آن را در موارد بسیار حاد به کار می‌بریم. من بعضیها را دیده‌ام که سخت **عصبانی** میشوند اما باز خویشتندار و منطقی باقی میمانند، و حتی در برخورد با کسانی که موجبات عصبانیت ایشان را فراهم نموده‌اند، جانب انصاف را رعایت می‌کنند. اما چنین نمونه‌های را در ارتباط با **غضب** سراغ ندارم. غضب روشی مؤدبانه برای توصیف کسی است که مرز خشم و عصبانیت را پشت سر گذاشته و وارد حیطة جنون شده است.

پس وقتی از غضب خدا حرف می‌زنیم، تجسم میکنیم که خدا به طرزی غیرمنطقی از خشم دیوانه شده، و آماده است تا «پوست از کله مردم بکند»، چون او حسابی برافروخته است. به همان ترتیب که محبت خدا، نه محبتی سبکسرانه و برخاسته از احساسات سطحی، که میلی دایمی به خیریت مردم است، غضب او هم از یک خشم جنون‌آسا ناشی نمیشود، بلکه نتیجه مخالفت دایمی او با گناه و شرارت است. ما میگوییم که خدا از گناه (و نه از گناهکار) بیزار است، اما حتی در آن موقع هم ایده بیزاری خدا از چیزی، دون شأن وی به نظر میرسد. ما با مفاهیم غضب خدا و داوری و محکومیت مشکل داریم، زیرا تنها نمونه‌هایی که از این مفاهیم داریم، همگی منفی هستند.

راه حل این مشکل در درک این نکته نهفته است که در کتابمقدس، غضب خدا از سر ترحم (*pathos*) است، نه خشم (*passion*). فرهنگ کتابمقدس انکور (*The Anchor Bible Dictionary*) این تفاوت را چنین توضیح میدهد:

در کتابمقدس عبری غضب یهوه به نوعی متفاوت از خشم بشری به تصویر کشیده می‌شود. این تفاوت از جهاتی به تفاوت میان «خشم» و «ترحم» باز میگردد. «خشم» را میتوان به عنوان یک تلاطم احساسی ... و ... فقدان کنترل بر خویشتن ... درک

کرد. از دیگر سو، «ترحم» عملی است که با دقت و نیت قبلی همراه می‌باشد و نتیجه تصمیم و عزم راسخ است.

غضب خدا مثل غضب انسان نیست که ناشی از خشم بیپروا و غیرمنطقی باشد. برای مثال، پولس هرگز خدا را وجودی عصبانی توصیف نمی‌کند. عصبانیت یک احساس بشری است. غضب با آن فرق دارد. غضب خدا واکنشی حساب شده، عقلایی و منطقی است. آن در واقع عملی برخاسته از محبت خدا است. وقتی پای شرارت به میان می‌آید، خدا مردد و بیتصمیم نمی‌ماند. او با هر چیزی که قوم ارزشمندش را به نابودی میکشاند، قویا و شدیداً برخورد میکند، که من به شخصه از این بابت سپاسگزارم. این نشانه محبت خدا است. «غضب خدا را میباید در ارتباط با محبت خدا درک کرد. غضب یک جنبه یا صفت همیشگی خدا نیست. در حالی که محبت و قدوسیت بخشی از ذات و طبیعت خدا به شمار می‌روند، غضب منوط به گناه بشر است؛ اگر گناهی نباشد، غضبی هم در کار نخواهد بود.

در مورد تفاوت میان خشم و
ترحم، یک نمونه ذکر کنید.

غضب واکنش الزامی یک خدای بامحبت و قدوس، و یک خدای خوب و زیبا، به مقوله شرارت است. **غضب خدا امری موقتی و صرفاً حکمی است بر ضد گناه و بدی.** به قول جی. آی. پکر (J. I. Packer): «غضب خدا در کتاب مقدس، همواره امری قضایی است و واکنشی به حق و ضروری به شرارت عینی (در برابر ذهنی- م) اخلاقی می‌باشد».

پکر نکته خود را با این پرسش جمع‌بندی مینماید: «آیا خدایی که به یک اندازه از بدی و نیکی شادمان می‌شود، میتواند خدای نیکویی باشد؟ آیا خدایی که در دنیای خود هیچ اقدامی بر علیه شرارت نکرده، می‌تواند به لحاظ اخلاقی کامل باشد؟ یقیناً خیر.» و اگر آفریننده جهان هستی تا این اندازه بیتفاوت بود، آیا میشد از جهان هم انتظار انصاف داشت؟ یکی از چیزهایی که ما انسانها را گریزی از آن نیست، میل و گرایشمان به انصاف و عدالت است. من جهانی نمیخواهم که در آن بی‌عدالتی باشد و میان حق و ناحق تفاوتی نباشد. و من خدایی نمیخواهم که نسبت به شر اخلاقی بیتفاوت باشد.

خدایی که «ماد» (MADD) است

به نظرم بهترین مثالی که میتوان برای غضب در سطح بشری زد، سازمان معروف به «ماد» (Mothers Against Drunk Driving = MADD) / مادران مخالف رانندگی در حال مستی) است. این سازمان به وسیله مادران (و به گمانم بعضی پدران)ی به وجود آمده است که فرزندانشان در اثر سانحه رانندگی ناشی از مصرف الکل توسط راننده کشته شده‌اند. سالها بود که قوانین وضع شده بر ضد رانندگی در حال مستی منجر به مرگ به نوعی با مدارا و ملایمت آمیخته شده بود، و آن را قتل غیرعمد به شمار می‌آوردند. رانندگانی که مرتکب قتل در اثر مصرف الکل شده بودند، به زندان نمی‌افتادند و دوباره مست پشت فرمان اتومبیل مینشستند. در واکنش به این قانون ناعادلانه، مادران داغیده مالمال از آتش غضب، برای احقاق عدالت به پا خاستند. آنها به جهانیان نشان دادند که نوشیدن الکل تا سرحد مستی، انتخابی است که خود آدمها میکنند، و از این رو می‌باید در قبال پیامدهایش هم مسئول باشند. قتل ناشی از این انتخاب آگاهانه را نمیتوان غیرعمد تلقی کرد. «ماد» از طریق برپا کردن کارزارهای تبلیغاتی و تلاشهای توده مردم، به سختتر شدن قوانین و تغییر نگرش و رفتار مردم به این مسئله کمک نمود. در نهایت، با خیال آسوده می‌توان گفت که تلاشهای آنان- گرچه نتوانست فرزندان جان باخته آنها را بدیشان بازگرداند- جان فرزندان دیگران را از مرگ رهانید.

مثال این مادران نزدیکترین نمونه به غضب الاهی- البته در سطح انسانی- است که به ذهن من می‌رسد. خدا واقعا از تأثیراتی که گناه بر فرزندانش تحمیل میکند، بیزار است. گفتن اینکه خدا نسبت به سوء استفاده از کودکان یا خیانت به همسر، و یا حتی سرقت هویت بیتفاوت میباشد، سخن یاوه‌ای بیش نیست. من با چنین خدایی همان اندازه سر ستیز دارم که با خدای فرتوت و انتقامجویی که حاضر است مرا به خاطر نداشتن رازگهان بکوبد. هر دو اشتباه هستند. خدا محبت است، و چون خدا عادل است، با اقتدار هرچه تمامتر در برابر گناه و شرارت میایستد. و من از این بابت خوشحالم.

قدوسیت جزیی از ذات خداست

قدوسیت یک صفت الاهی است. خدا پاک است. هیچ گناه، بدی یا تاریکی در وجود خدا یافت نمی‌شود. کتاب مقدس از ابتدا تا انتهایش، قدوسیت خدا را اعلان مینماید:

کیست چون تو، ای خداوند، در میان خدایان؟ کیست مانند تو، زورآور در قدوسیت، مهیب در جلال، و به عمل آورنده شگفتیها؟ (خروج 11:15)

زیرا من یهوه خدای شما هستم؛ پس خود را تقدیس کنید و مقدس باشید، زیرا که من قدوسم. (لاویان 11:44)

هر یک از آنها به دیگری ندا در داده، میگفت: «قدوس، قدوس، قدوس است خداوند لشکرها؛ تمامی زمین از جلال او مملو است.» (اشعیا 3:6)

قدوسیت جزئی جدانشدنی از ذات خدا است. خدا درست همان طور که نمیتواند محبت نباشد، نمی تواند قدوس نباشد. اما در مورد غضب خدا چنین نیست. غضب یکی از صفات الاهی به شمار نمی رود. غضب به هویت خدا ربطی پیدا نمیکند، بلکه به آنچه که خدا میکند مربوط میشود. به همان اندازه که درست است بگوییم خدا محبت است، نادرست است اگر بگوییم خدا غضب است. غضب صرفاً عملی است که خدای قدوس در قبال گناه انجام میدهد. این وجه تمایز بسیار مهمی است. بعضیها اولین صفتی که به خدا می دهند خشم و غضب است، اما این درست نیست. خدا قدوس و پاک است. قدوسیت و پاکی خدا جزئی از خوبی و زیبایی خدا به شمار میروند. غضب چیزی است که انسانها وقتی آن را تجربه میکنند که خدا را رد مینمایند. و این بخشی ضروری از محبت خدا است.

چرا این حقیقت که غضب خدا یک فعل است، نه یک صفت الاهی، مهم است؟ تفاوت میان این دو برای شما چه معنایی دارد؟

خدای ما آتش فروبرنده (سوزاننده) است

برای سالها من از برقرار کردن آشتی میان محبت و غضب خدا عاجز بودم. توفیق زمانی حاصل شد که کتاب جورج مک دانلد (George McDonald)، نویسنده و واعظ بزرگ اسکاتلندی را خواندم. او در یکی از موعظه‌هایش چهار کلمه پرمغز را نوشته است: «محبت تا حد پاکی، محبت میکند»³. وعظ

³ "Love loves unto purity"

مزبور بر پایه عبرانیان 29:12 نوشته شده بود: «خدای ما آتش فروبرنده است». مک دانلد مفاهیم محبت بیقید و شرط و محبت بیپایان را با مفهوم قدوسیت به هم آمیخته بود. در ترکیب به دست آمده، خدا آنقدر ما را دوست دارد که مشتاق پاک بودن ما است و برای آنکه ما پاک شویم، او بطور خستگی ناپذیر کار میکند. مک دانلد خاطر نشان میسازد که خدا مخالف گناه است و از این رو برای انسانها: «او چون مخالف گناه است، پس مادامی که انسان و گناه یکی شده باشند، مخالف هر دو آنهاست- اعم از امیال، اهداف، بیمها و امیدهایشان؛ چراکه او تماما از آن ایشان است».

خدا مخالف گناه است، زیرا او طرف من است. و اگر من طرف گناه باشم، خدا در برابر آن امیال و خواستهها میایستد، چون امیال و خواستههای گناهالود باعث تباهی من میشوند. حالت دیگری وجود ندارد. برای اطمینان بیشتر، من آمادهم که گناهم را توجیه کنم یا ضعفهایم را منطقی جلوه بدهم، اما خدا خودش را درگیر این بازیها نمیکند. با وجودی که اکنون از طریق مسیح میان من با خدا مصالحه ایجاد شده است، اما خدا نسبت به گناه من بیتفاوت نیست. گناه خدا را ناراحت میکند، زیرا خدا محبت است.

اگر محبت خدا قرار بود چیزی از
زندگی شما را بسوزاند تا شما را
پیش خود نگه دارد، آن چیز چه
می‌بود؟

نقش خدا در تغییر رفتار من و ایجاد رفتار بهتر چیست؟ خدا برای این کار هرگز از دادن احساس بد، شرم، ترس و حس تقصیر به عنوان حربه استفاده نمیکند. روش خدا برای ایجاد تغییر برترین همه روشها است. محبت مقدس خدا تفرقه گناه را در زندگی ما میسوزاند. این مهربانی خداست که به توبه واقعی میانجامد (رومیان 2:4). به قول مک دانلد: «محبت تا حد پاکی، محبت میکند».

چه کسی خواهان یک خدای نامقدس است؟

همان گونه که قبلا هم گفتم، خدای ملوس جایگزین جذابی است برای خدای سادیست و خشمگینی که نفرت میورزد و ناعادلانه صدمه میزند. اما در واقعیت، ما خدای ملوس را نمیخواهیم، چون چنین خدایی قدوس نیست. جی. آی. پکر پرسشی روشنگرانه مطرح میکند: «آیا خدایی که به تفاوت میان درست و نادرست اهمیت نمیدهد، میتواند موجودی نیکو و ستودنی باشد؟ ... بیتفاوتی اخلاقی نشانه

نقص در وجود خداست، نه کمال.» یک خدای بیقید و اهل تسامح ممکن است بگوید: «گناه مسئله چندان مهمی هم نیست- بخصوص اگر آفریده‌های من به یکدیگر آسیبی نرسانند. همه انسانها گناه میکنند. من رویم را برمیکردانم. البته آنها مثل خدایان خودشان زندگی میکنند، اما آیا میتوان ایشان را سرزنش کرد؟ من آنها را به صورت خودم آفریدم، حالا آنها هم به من رفته‌اند! میتوانم آن را نادیده بگیرم. من فکر میکنم که آنان دارند برای بهتر شدن سعی خودشان را میکنند.»

شاید من زمانی که احساس تقصیر میکنم، وجدانم در عذاب است یا وقتی که قصد دارم میلم به گناه را منطقی جلوه بدهم، چنین خدای ملوسی را بخواهم. اما این خدا را برای مدت طولانی نمی‌خواهم. این خدا مثل پدر و مادرهای آسانگیری است که میگذارند فرزندانشان مشروب بنوشند و مواد مخدر مصرف کنند و بدون داشتن احساس تقصیر رابطه جنسی داشته باشند. زمانی که جوان بودیم، فکر میکردیم که آنان عجب پدر و مادرهای باحالی هستند، اما چنین نبودند؛ آنها تنبل بودند و واقعا فرزندانشان را دوست نداشتند. بسیاری از همین فرزندان سخت در دام اعتیاد به مواد مخدر گرفتار شدند؛ اکثر آنها پیش از آنکه به سن بیست و یک سالگی برسند، زندگیشان را به نیستی و تباهی کشاندند. شاید وقتی پانزده ساله باشید آرزوی داشتن چنین والدینی را در سر بپرورانید، اما در واقع چنین والدینی را نمی‌خواهید.

من خدایی را که میگوید: «بیخیال. اشکالی ندارد. همه گناه میکنند. بدون داشتن حس تقصیر کارت را بکن، رفیق. حس تقصیر برود به درک. اوقات خوبی داشته باشی!» نمی‌خواهم. این خدا مرا دوست ندارد. ملایم بودن در برابر گناه محبت کردن نیست، چون گناه نابود میکند. من خدایی را میخواهم که از هرچیزی که به من آسیب میرساند، متنفر باشد. کلمه **نفرت** بار معنای قویای دارد، اما کلمه درست و بجایی است. من از این رو خدای حقیقی را دوست دارم که نه تنها از چیزی که من را به نابودی میکشاند نفرت دارد، بلکه برای نابود کردن نابود کننده من پیشگام هم شده است. و چون این خدا برای نابود کردن گناه از وجود خودش مایه گذاشته، خویشتر را قربانی کرده تا همه حس تقصیر و درد ناشی از تحمل گناه را بر خود بگیرد، من او را با محبتی ابدی دوست دارم.

ضرورت جهنم

از آنجایی که خدا محبت است، جهنم به‌عنوان جایگاه جدایی از خدا ضروری مینماید. محبت در عوض آنچه میدهد، طلب محبت نمیکند؛ محبت اجباری نیست. خدا هر آنچه از دستش برمیآید برای

کمک به ما میکند، و با این وجود مردم این اختیار را دارند که آن را بپذیرند یا رد نمایند. جهنم به سادگی یعنی دور افتادن از خدا. کسی که خدا را رد میکند- حتی اگر فردی باشد که دیگران در موردش فکر میکنند که انسان موقر و شرافتمندی است-، بر روی زمین جهنم را تجربه میکند.

خدا به تصمیمات ما احترام میگذارد. شاید مردم این تصمیم را بگیرند که خدا را به زندگی خودشان راه ندهند. در این صورت درهای جهنم از داخل قفل میشوند. در شعر بزرگ «بهشت گمشده» (*Paradise Lost*) اثر جان میلتن (*John Milton*)، شیطان چنین فخر میفروشد: «فرمانروایی بر دوزخ بهتر است از خدمتگزاری در بهشت». بخشی از وجود انسان هست که در برابر واگذاری کنترل به خدا مقاومت می‌کند. اگر به حسابش نرسیم، این مقاومت ممکن است به تباهی بینجامد. سی. اس. لوئیس (*C. S. Lewis*) مینویسد: «مسئله این نیست که خدا ما را به جهنم "میفرستد". در وجود هر یک از ما انسانها چیزی در حال رشد وجود دارد که اگر در نطفه خفه نشود، خودش جهنم است. موضوع جدی است: بیا بیدرنگ - یعنی همین امروز، همین ساعت- خودمان را در دستان او قرار دهیم».

خدا عمیقاً نگران گناه است، چون گناه فرزندان ارزشمند او را به نابودی میکشاند. و تقدس آرزوی قلبی خدا برای ما است، زیرا تقدس راه رسیدن به کمال میباشد.

در فصلهای هفتم و هشتم کتاب خواهیم دید که خدای قدوس چگونه از ما قومی مقدس میسازد. خدا با میل و علاقه خویشتن را قربانی نمود تا نقطه پایانی بر معضل گناه بگذارد- یعنی قدرت آن را در هم بشکند و سنگینی حس تقصیر را از شانهای ما بردارد. پس خدا از مردگان برخاست و ما را به مردمانی تبدیل نمود که مسیح در درونشان ساکن است؛ کسانی که بر وسوسه پیروز هستند.

اگر خدا در ارتباط با گناه دغدغه
ای نداشت، ما چگونه از این
موضوع صدمه می‌دیدیم؟

در کتاب دوم از این سری به نام **زندگی خوب و زیبا**، خواهیم دید که چطور خدای قدوس ما را به پادشاهی تزلزل ناپذیرش فرا میخواند و در زندگی روزمره‌مان با ما به تعامل میپردازد. همچنین زندگی خوب و زیبا به کند و کاو در چالشهایی نظیر خشم، شهوت، دروغویی، طمع و غیره میپردازد

که در سفرمان به سوی شبیه مسیح شدن، با آنها روبرو هستیم. مشوق ما در حرکت به سمت تقدس، خدای قدوسی است که با محبتی مقدسانه ما را دوست دارد.

فیض چیزی فراتر از نادیده گرفتن گناهان است

این فصل با داستان زن جوانی آغاز شد که معتقد بود فیض و بخشایش خدا یعنی اینکه او دیگر اهمیتی به رفتار ما نمیدهد. چند ماه بعد من فرصتی یافتم تا با او گفتگوی دیگری داشته باشم. به او گفتم که چقدر قدوسیت خدا چیز مهم و خوبی است. برایش توضیح دادم که خدا از اعمال گناه آلود او چشم پوشی نمیکند، اما نه بدین خاطر که خدا خشکه مقدس است.

گفتم: «دلیل اینکه خدا کارهای تو را تأیید نمیکند این است که تو برای خدا تقدیس شده‌ای، و رابطه جنسی تو هم برای خدا تقدیس شده است. خدا خیلی هوادار رابطه جنسی است. از اینها گذشته، خودش آن را ابداع کرده! اما رابطه جنسی یک عمل مقدس برای ایجاد صمیمیت میان کسانی است که زیر بالاترین تعهد در قبال یکدیگر رفته‌اند- یعنی پیمان زناشویی. هر چیزی کمتر از این باشد، به ارج و اعتبار رابطه جنسی خدشه وارد ساخته از ارزشش میکاهد، و معمولاً هم به درد و دلشکستگی فراوان منجر میگردد. تو تقدیس شده و خاص هستی. برای همین است که باید تا زمان ازدواج صبر کرد.»

زن جوان گفت: «میدانم منظورت چیست. بعد از مدتی متوجه شدم که من فقط از جنبه جنسی برای او جالب هستم و خودم دیگر برایش اهمیتی ندارم. رابطه ما افتضاح است. حالا باید چکار کنم؟»

«به او بگو دیگر خبری نیست، تا زمانی که ازدواج کنیم.»

«او هم خواهد گفت که رابطه بی رابطه.»

«پس در این صورت دستش برایت رو خواهد شد و در نهایت برایت بهتر خواهد شد.»

دفعه بعدی که او را دیدم، به من گفت که به توصیه‌ام عمل کرده و همان گونه که انتظارش را داشته، دوست پسرش خوشش نیامده و سرانجام برای همیشه از هم جدا شده‌اند. با این حال، او لبخند بر لب داشت. اکنون بر روی تقدیس شدن خودش متمرکز بود. دو سال بعد، روزی او را شاد و خندان بیرون دفترم دیدم. به حلقهای که بر انگشت کرده بود اشاره کرد و گفت: «با بهترین مرد روی زمین

نامزد کرده‌ام! او حقیقتاً به من احترام میگذارد. ما تصمیم گرفتیم تا زمان ازدواجمان صبر کنیم و بعد از آن رابطه جنسی داشته باشیم. ممنونم که هویت واقعیام را به من نشان دادید.»

با خودم فکر کردم که همه چیز چقدر بد شروع شده بود، با آن موعظه مبهم من که باعث شده بود زن جوان خیال کند گناه اهمیتی ندارد. بعد به ذهنم خطور کرد که شاید به راستی لازم بوده که او اول بشنود که خدا بدون قید و شرط دوستش دارد و سپس با موضوع گناه روبرو گردد. شاید این به نظر درست نیاید، اما من اعتقاد دارم که درست است. ما خیال میکنیم که غضب پیش از فیض میآید، اما این روش کتاب مقدسی نیست. کلام اول و آخر خدا همیشه فیض است. تا زمانی که اطمینان حاصل نکنیم که مورد محبت و بخشایش قرار گرفتیم، غیرممکن است که به طور صحیح به گناهکار بودنمان اذعان نماییم. ما همواره بر اساس داشته‌های خودمان عمل میکنیم، و سعی میکنیم با دست و پا زدن برای تغییر و تحول، علاقه خدا را به خودمان جلب کنیم. به قول بارت، همیشه کلام اول خدا فیض است. تنها آن موقع است که تازه شروع به درک قدوسیت خدا و تقدس خودمان میکنیم.

تربیت نفس

حاشیه

دکتر ریچارد سوئسن (*Dr. Richard Swenson*) کتاب جالبی نوشته زیر عنوان **حاشیه**. حاشیه به فضای کناری یک صفحه اشاره میکند، جایی که بر رویش چیزی نوشته نشده است. صفحهای که شما در حال خواندنش هستید در بالا، پایین و دو پهلویش حاشیه دارد. اگر از بالا تا پایین و از چپ تا راست، صفحه از کلمات پوشیده شده باشد، دیگر حاشیهای وجود نخواهد داشت. سوئسن معتقد است که زندگی ما هم چیزی شبیه به آن است. ما آنقدر به برنامه کاری خودمان چیز اضافه میکنیم که دیگر هیچ حاشیه یا فضایی برای تفریح و استراحت و خانواده و خدا و سلامتی باقی نماند.

سوئسن بدین ترتیب به توصیف حاشیه و بیحاشیه بودن میپردازد:

شرایط زندگی کردن در زمانه مدرن حاشیه را میبلعد. ... بیحاشیگی یعنی اینکه سی دقیقه دیرتر به مطب دکتر میرسید، چون بیست دقیقه دیرتر از آرایشگاه بیرون آمدهاید، چون ده دقیقه دیرتر بچهها را دم مدرسه پیاده کردهاید، چون دو چهارراه نرسیده به پمپ بنزین، بنزین تمام کردهاید- و یادتان آمده که کیف پولتان را در خانه جا گذاشتهاید.

از طرف دیگر، حاشیه یعنی نفس تازه کردن در بالای پاگرد پلهها، پولی که آخر ماه هنوز ته جیبمان مانده، و عقل سلیمی که در پایان دوران نوجوانی هنوز برجای مانده است.

بیحاشیگی یعنی همزمان شدن گریه نوزاد و زنگ تلفن با هم؛ حاشیه یعنی زمانی که مادر بزرگ نگهداری نوزاد را برای یک بعد از ظهر بر عهده میگیرد.

بیحاشیگی یعنی اینکه از شما بخواهند ده کیلو بار بیشتر از توانتان را بلند کنید؛ حاشیه یعنی اینکه یک دوست نیمی از آن بار را برایتان به دوش بکشد.

بیحاشیگی یعنی وقت نداشتن برای تمام کردن کتابی که در مورد استرس میخوانید؛ حاشیه یعنی داشتن وقت کافی برای دو بار خواندن آن کتاب.

من فکر میکنم که همه کسانی که میشناسم میتوانند با این مطلب رابطه برقرار نمایند. ما در فرهنگی زندگی میکنیم که اهمیت انسان در مشغولیت زیاد و فعالیت بیش از اندازه است.

سوئسن پیش از آنکه متوجه بیحاشیه‌گی در وجود خودش شود، موفق به کشف بیحاشیه‌گی در زندگی بیمارانش شد. او پزشکی است که در خلال کارش عواملی را تشخیص داد که برای سلامت انسان خطرناک هستند و همگی از استرس ناشی میشوند. او کشف کرد که استرس از فعالیت بیش از اندازه نشأت می‌گیرد. پس او شروع به گفتن این مطلب به بیمارانش کرد که کمی روال زندگی خود را کند کنند و چیزهایی را که در زندگی‌شان ضرورت ندارند، حذف نمایند.

سپس سوئسن به بررسی زندگی خودش پرداخت و دریافت که خودش هم در همین شرایط قرار دارد. او فهمید که با هفته‌های هشتاد ساعت کار کردن سلامت، خانوادهاش و رابطهاش با خدا را به خطر افکنده است. حالا این بیحاشیه‌گی به او ضربه زده بود: سلامت، خانواده و خدا سه تا از ارزشمندترین منابع او به شمار میرفتند! از این رو سوئسن تصمیم گرفت عادت کاری خود را به نیم تقلیل بدهد، که این بدان معنا بود که درآمدش نصف می‌شد. کار آسانی نبود، اما سوئسن می‌گوید که این بهترین تصمیمی بود که تا آن زمان گرفته بود.

من برای پدید آوردن حاشیه برای زندگی سخت کار کرده‌ام، و در این میان رازی را کشف کردم. خیلی ساده است، اما انجام دادنش کار بسیار دشواری است: **فقط بگویید نه.**

به چه چیزهایی نه بگویید؟ به هر چیزی که برای سلامت روح خودتان یا سعادت دیگران مطلقاً ضروری نیست. فهرست همه فعالیت‌هایی که احساس می‌کنید لازم است هر روز یا هر هفته انجام دهید، احتمالاً با چیزهای خوب بسیاری پر میشود. در اینجا بحث سر آن نیست که «خوب» را در برابر «بد» انتخاب کنیم؛ بحث سر این است که از میان چیزهای خوب، بهترین را برگزینیم.

اجازه بدهید یک مثال بزنم. زن جوانی که این کتاب را خوانده بود، موضوع حاشیه را جالب توجه یافته بود، چون اصلاً در زندگی خود حاشیه‌های نداشت. او هم در مدرسه کار میکرد و هم یک کار دیگر داشت، و بدین ترتیب بخشی از اوقات زندگیش صرف انجام کارهایی میشد که در موردش قبلاً سخن گفتیم. وی همچنین معتقد بود که وقت گذراندن با خانوادهاش هم به اندازه اوقات دعا، خواندن کتاب‌مقدس و نوشتن خاطرات روزانه، ارزشمند است. آخر از همه، او یک دوست پسر داشت و میخواست زمانی را هم روی رابطهاش با وی سرمایه‌گذاری کند. با این حال، او دریافت که دوست پسرش هر روز سه تا چهار ساعت از وقتش را می‌گیرد. وی در این مورد دعا کرد و فهمید که رابطه‌شان دقیقاً همان جایی است که میتواند از میانش حاشیه خود را درست کند. پس به دوست پسرش

گفت که میخواهد رابطه‌شان ارتقا پیدا کند، اما لازم است که دست کم سه شب در هفته از او دور باشد. این کار برای زن جوان نه تا ده ساعت حاشیه به وجود آورد.

وی بعدها به من گفت که این تصمیمش تا چه اندازه معنادار بوده است. او از آن پس توانست در مدرسه بهتر عمل کند، به رابطه‌اش با خدا و خانواده‌اش عمق بیشتری بدهد، و به زندگیش ریتم و آهنگی ببخشد که احساس خوشحالی و آرامش را به وی ارزانی بدارد. او و دوست پسرش هنوز می‌توانستند به ارتقای رابطه‌شان با یکدیگر ادامه بدهند. به خاطر داشته باشید، خدا هرگز کسی را به بیحاشیه‌گی نخوانده است.

زمانی که حاشیه نداریم، تقصیر خود ماست و این یک علامت قطعی از آن است که از پادشاهی خدا بیرون رفته‌ایم. پس با خود روراست باشید و با برنامه کاریتان بیرحم. سلامت روحانی، روابطی و جسمی شما به آن بستگی دارد.

حاشیه و تقدس

تقدس اساساً یعنی صحت و سلامت، یعنی زندگیا‌ی که جریان دارد. گناه یعنی اختلال عملکرد یا بیماری. بیماری شماره یک روزگار ما «بیماری عجله» است. ما همواره در عجله هستیم چون بیشتر از اندازه برنامه کاری برای خودمان ریخته‌ایم. وقتی در زندگیمان حاشیه نداشته باشیم، خسته و تنها و دلرده می‌شویم، و این یعنی راه دادن به وسوسه. ما به حاشیه نیاز داریم. حاشیه تعادل ایجاد میکند و روح ما را احیا مینماید، و بدین ترتیب ظرفیت‌مان را برای خوشی افزایش میدهد. خوشی سدی است در برابر وسوسه. حاشیه و تقدس به طرز عمیقی با یکدیگر در ارتباط هستند.

- ده دقیقه زودتر بیدار شوید و پیش از شروع روزتان، فضایی برای سکوت به وجود بیاورید.
- سرگرمی‌های غیرضروری را حذف کنید.
- با طرح پرسش «آیا ضرورت دارد؟» برخی از تعهدات خودتان را مورد بررسی و ارزیابی قرار دهید. برای مثال، آیا باید در هر سه کمیته کلیسا شرکت کنید؟
- اگر غالب اوقات کاری را انجام میدهید (مثلاً با دوستی وقت میگذرانید)، بدون اینکه آن شخص را از زندگیتان حذف کنید، در صدد کم کردن دفعات دیدارتان برآیید.

برای تأمل

صرفنظر از اینکه این مطالب را با دیگران می‌خوانید یا در تنهایی، پرسشهای زیر به شما در تأمل و تفکر در مورد تجربیاتتان کمک خواهند کرد. در هر حال، شاید ایده‌بدی نباشد که در دفترچه‌هایتان به این پرسشها پاسخ دهید. اگر با گروهی جمع می‌شوید، دفترچه‌ حاوی یادداشتهایتان را همراه خود بیاورید تا به شما در به یاد آوردن بینشهایتان کمک کنند تا بتوانید تجربیاتتان را با دیگران در میان بگذارید.

4. آیا این هفته توانستید تمرین‌های پیشنهادی برای به وجود آوردن «حاشیه» را انجام دهید؟ اگر توانستید، توضیح دهید که کار چگونه پیش رفت و در موردش چه احساسی دارید.

5. از طریق این تمرین، در مورد خدا یا خودتان چه چیزهایی یاد گرفتید؟

6. در حالی که سعی میکردید «حاشیه» را در زندگی خود افزایش دهید، چه چیزی از همه سختتر بود؟ چه چیزی از همه رضایتبخشتر بود؟

فصل هفتم

خدا فداکار است

خواهرم «ویکی» زن باهوش و تیزبینی است. او یکی از درخشانترین افرادی است که من میشناسم. ویکی تمام عمرش را در کلیسا بوده است. او در دوران دبیرستان در گروه جوانان فعال بود، پس از وارد شدن به دوره بزرگسالی معلم کانون شادی شد و برای سه دهه هم یکی از اعضای گروه کر کلیسا بود. او در عمر خود صدها موعظه شنیده است. اگر قرار باشد کسی در مورد اهمیت و معنای حقیقی تجسم، مرگ و رستاخیز عیسی پیغامی روشن و صریح شنیده باشد، آن شخص کسی جز ویکی نباید باشد. اما در کمال تعجب، او نتوانسته بود اهمیت و معنای چنین موضوع مهمی را دریابد. (یا شاید همه کسانی که پشت منبر ایستاده بودند، نتوانستند آن پیغام را به روشنی برای او بیان کنند.) تنها ویکی نیست که چنین وضعی دارد. خیلی از آدمها نمیتوانند دلیل روشن و شمرده ای از ارایه نمایند که چرا عیسی انسان شد، مُرد و دوباره از مرگ برخاست. در کمال صداقت، خود من هم با وجودی که در رشته الهیات تحصیلات دانشگاهی داشتم، سالها جزو همین افراد بودم. می توانستم یک توضیح ابتدایی بدهم (اینکه عیسی مرد تا ما را از گناهانمان برهاند) اما خودم به کنه معنای آن پی نبرده بودم.

در دوره کلاسهایی که با موضوع مفهوم شاگردی عیسی برپا کرده بودم، ویکی و شوهرش «اسکات» هم حضور داشتند. قسمت مهمی از این دوره کلاسها شامل تأمل عمیق بر صلیب میشد. ویکی به مطالبی که قرار بود بدانها بپردازیم نگاهی افکند و در کمال صداقت گفت: «جیم، من باید اعترافی بکنم. من هرگز مفهوم صلیب را درک نکرده‌ام. این نکته که عیسی باید می‌مرد، و اینکه خدا اجازه داد که او بمیرد، همیشه مرا آزار داده است. چطور پدری حاضر می‌شود فرزندش زجر بکشد و کشته شود؟» او به سخنانش چنین ادامه داد که صلیب غیرضروری به نظر میرسد، چراکه خدا میتواند تنها با اعلام اینکه جهان را بخشوده، یا با آموزش دادن مردم که همدیگر را دوست داشته باشند، به راحتی مردم جهان را ببخشد. در آن صورت عیسی مجبور نبود رنج بکشد. دیگر نیازی به خون ریختن نبود.

من کاملا با او احساس همدردی میکردم. از جهتی، چنین به نظر میرسد که صلیب مسیح رویدادی تیره و مخوف است. با این وجود، همه کلیساهای کاتولیک یک صلیب با تندیس مسیح بر بالای آن دارند و بیشتر کلیساهای پروتستان نیز صلیبی بر فراز برج کلیسا یا در محراب آن نصب می‌کنند.

آیا تا به حال با این موضوع که چرا
میبایست عیسی برای ما بمیرد،
دست به گریبان بدهاید؟ اگر بوده
اید لطفا توضیح بدهید.

بسیاری از سرودهای روحانی ما در ستایش صلیب سروده شده‌اند (برای مثال، «آن صلیب افتخار من است»). مرگ عیسی در صدر و مرکز الاهیات مسیحی قرار دارد، و با این وجود بسیاری از ما مسیحیان عاجز از درک آن هستیم. درک اینکه چرا عیسی زندگی در میان ما و مردن برای ما را برگزید، به من کمک کرد تا ذات و طبیعت خدای خوب و زیبایی‌مان را بهتر بفهمم.

روایت نادرست: ما باید تلاش کنیم به خدا برسیم

همان گونه که در یکی از فصلهای پیشین اشاره کردیم، ما در دنیایی رفتار- مدار زندگی میکنیم. برای داشتن چیزی باید با نیروی خود آن را کسب کنیم. همه ادیان بزرگ جهان (به استثنای مسیحیت) بر همین اصل مبتنی هستند. انسانها میباید کاری بکنند- هر کاری اعم از عبادت، قربانی، درست زندگی کردن یا همه موارد با هم- تا بتوانند لطف و برکت خدای (یا خدایان) خویش را به دست آورند. با توجه به تجربه خودمان، این کارها منطقی به نظر میرسند. دنیایی که ما در آن زندگی میکنیم، این گونه عمل میکند: کارهای خوب بکنی، اتفاقات خوبی میافتند؛ کارهای بد بکنی، اتفاقات بدی میافتند. در هندوئیسم و بودیسم به این میگویند «کارما». به زندگی خود به درستی نظم ببخشید، از احکام پیروی نمایید، قربانیهای مناسب تقدیم کنید، آنگاه خدا با برکاتش به شما پاداش خواهد داد. یافتن خدا تا حد زیادی به شما بستگی دارد. این نه تنها منطقی است، بلکه جذاب هم هست، چون به ما اجازه میدهد که کنترل امور را در دست خود داشته باشیم.

روایت عیسی: خدا برای رسیدن به ما پیشگام میشود

کتابی که به من کمک کرد تا بفهمم چرا عیسی انسان گشت و باید بر صلیب میمرد، در **باب تجسم** (*On the Incarnation*) نوشته آتاناسیوس (Athanasius، حدود 296-373 م.) اسقف اسکندریه، نام دارد. امروزه درک کلیسا از چرایی ضرورت تجسم (انسان شدن خدا)، مرگ (بر صلیب شدن) و رستاخیز عیسی را به آتاناسیوس نسبت میدهند. پس وقتی صحبتیم با «ویکی» در مورد مشکلی که با درک لزوم مردن عیسی داشت به پایان رسید، با سؤالات وی در ذهنم به سراغ کتاب کلاسیک آتاناسیوس رفتم.

پرسشهای خودم (جیمز) و پاسخهای آتاناسیوس را به صورت دیالوگ درآوردم. بنابراین تصور کنید که به گذشته سفر کرده‌ایم و می‌خواهیم از آتاناسیوس چند پرسش دشوار در مورد تجسم، مرگ و رستاخیز عیسی بکنیم.

جیمز: آتاناسیوس، پرسش مشترکی که همه مردم مطرح میکنند این است که چرا عیسی باید انسان میشد و رنج کشیده، بر صلیب میمرد؟ چرا عیسی به همین اکتفا نکرد که به ما تعلیم دهد چطور زندگی کنیم تا خشنودی خدا جلب شود؟

آتاناسیوس: اگر بشر به ورطه **تباهی کامل** سقوط نکرده بود، این روش جواب میداد. اگر ما انسانها صرفاً قانونی را شکسته بودیم، میتوانستیم از آن توبه کنیم. اگر مشکل جهل بود، آنگاه آموزش میتوانست راه حل ما باشد. اما مشکل بشر بسیار عمیقتر از اینها است. ما فاسد و تباه شده‌ایم. درست مانند یک بیماری‌ای که نمی‌توان با نیروی اراده یا دانش آن را درمان کرد.

جیمز: چگونه ما دچار چنین مخمصه‌های شدیم؟

آتاناسیوس: داستانش طولانی است، اما من تا جایی که امکان داشته باشد به زبان ساده و خلاصه برایت تعریف میکنم. خدا انسانها را به صورت خودش آفرید، و این یعنی آنها توانایی اندیشیدن و آفریدن داشتند، و میتوانستند خدا را بشناسند. آدم و حوا در آزادی کامل آفریده شدند تا با خدا مشارکت داشته باشند. اما خدا تنها یک فرمان به ایشان داده بود و آنها با فرمانبرداری از آن حکم، محبت و

قدردانی و اطاعت خودشان را به خدا نشان میدادند: آنها نمیتوانستند از میوه درخت معرفت نیک و بد نخورند. این درخت نمادی بود برای اشتیاق به خدا شدن، چون تنها خداست که حقیقتاً بر نیک و بد عارف است. به آنان هشدار داده شده بود که: «از درخت شناخت نیک و بد زنهار مخوری، زیرا روزی که از آن خوردی به یقین خواهی مرد» (پیدایش 2:17). آن دو از میوه آن درخت خوردند و بلافاصله به معنای **روحانی** مردند. از حضور خدا رانده شدند و دیگر نمیتوانستند در مشارکت راحت باغ عدن زندگی کنند. و متعاقب مرگ روحانی، فرایند مرگ جسمانی آنها هم شروع شد. ایشان نه تنها محکوم بودند که روزی جسما بمیرند، بلکه اکنون در وضعیت تباهی هم زندگی میکردند.

جیمز: اما خدا نمیتوانست آنها را ببخشد، درست نمیگویم؟

آتاناسیوس: نه، خدا نمیتوانست از حکم خودش عدول کند. اما در عین حال هم نمیتوانست بگذارد آفریدگان ارزشمندش نابود گردند. پس خدا که نیکو است، چه تبدیری باید میانیدیشید؟ این یک تنگنای الهی بود.

جیمز: اما آیا راه دیگری نبود که انسانها بتوانند بدان وسیله خودشان را نجات دهند؟ آیا خدا نمیتوانست از آنها بخواهد توبه کنند؟

آتاناسیوس: نه، توبه نمیتوانست طبیعت کنونی آنها را که دیگر فاسد شده بود، عوض کند. حتی اگر از گناه کردن هم دست میکشیدند- که نمیتوانستند- باز همچنان طبیعت فاسد شده را در درون خود یدک میکشیدند و زیر حکم مرگ بودند.

جیمز: پس راه حل این مشکل چیست؟

آتاناسیوس: نپرس راه حل این مشکل چیست، بلکه بپرس کیست. راه حل کسی نبود جز کلمه خود خدا، که از همان ابتدا همه چیز را از هیچ آفریده بود. تنها او بود که میتواند مشکل بشر را حل نماید. پس برای حصول به این مقصود، خدا که به بدن جسمانی محدود نمیشود یا زیر قدرت گناه نمیرود، پا به دنیای ما گذاشت. او بدن جسمانی پوشید و درست مانند ما شد.

جیمز: اما چرا؟ آیا خدا نمیتوانست به شکل دیگری ظاهر شود؟ چرا باید خدا یک بدن انسانی به خود میگرفت؟

آتاناسیوس: عیسی به این دلیل بدنی مانند بدن ما به خود گرفت که بدنهای ما محکوم به مرگ هستند. او بدن خود را به جای ما به مرگ سپرد و آن را به پدر تقدیم نمود. او این کار را از سر محبت بیشائبهایی که نسبت به ما داشت، انجام داد تا با مرگش همه انسانها بتوانند بمیرند و بدین وسیله حکم مرگ موقوف گردد. بدین ترتیب او میتوانست مرگ را محو سازد.

جیمز: پس او جسم انسانی پوشید تا بتواند بمیرد؟ درست است؟

آتاناسیوس: آری. جز از طریق مرگ نمیشد تباهی را از میان برداشت. پس به همین خاطر، عیسی بدنی را به خود گرفت که قابلیت مردن را داشته باشد. با تسلیم کردن این بدن به مرگ بود که او یک قربانی پاک و عاری از هر عیب و لکه را به خدا تقدیم نمود تا برادران و خواهران انسانش با تقدیم **معادل** آن قربانی، بتوانند از مرگ برهند. هر آنچه که لازم بود انجام گیرد، او با مرگ خودش تحقق بخشید.

جیمز: کلمات «معادل آن قربانی» را با تأکید خاصی ادا کردید. من متوجه منظورتان نمی‌شوم.

آتاناسیوس: فساد کامل- که از زمان سقوط تا کنون وضعیت بشر بوده- را تنها با تقدیم قربانی کاملاً بی‌فساد میتوان باطل کرد. عیسی عاری از گناه بود.

جیمز: خوب این قربانی کاملاً بی‌فساد برای من چه میتواند بکند؟

آتاناسیوس: عیسی انجام دادن کاری که ما خودمان قادر به انجامش نبودیم، سقوط اولیه را باطل نمود! عیسی با قربانی کردن بدن خود برای ما دو کار کرد: اول به حکم مرگ که مانعی بر سر راه ما بود پایان داد، و دوم با بخشیدن امید رستخیز به ما، برای زندگیمان سرآغازی به وجود آورد. پس میبینی که عیسی مرگ را نابود ساخت.

جیمز: اجازه بده به موضوعی مرتبط بپردازیم. چرا عیسی باید بدین شکل میمرد- بر صلیب؟ آیا نمیتوانست طور دیگری بمیرد و باز به همان هدفش جامه عمل بپوشاند؟

آتاناسیوس: عیسی باید با مرگی بسیار واقعی، غیرقابل انکار و در ملاً عام میمرد تا همه بتوانند شاهدش باشند. اگر کسی شاهد مرگ او نمیبود، هیچکس رستاخیزش را باور نمی‌کرد. آنوقت به او لقب قصه‌گوی قصه‌گویان میدادند.

جیمز: ولی چرا باید او به این وضع شرم‌آور میمرد؟ مصلوب شدن دردناکترین و تحقیرآمیزترین شیوه اعدام است که جهان تا به حال به خود دیده. آیا او نمیتوانست به طرز آبرومندانه‌تری بمیرد؟

آتاناسیوس: من میدانم که تو از اعدام روی صلیب نفرت داری، و باید هم داشته باشی. اما توجه داشته باش: در صلیب یک امر ضد و نقیض بسیار بزرگ رخ داده، زیرا مرگی که همه فکر میکردند عیسی را بیحرمت و بی‌آبرو خواهد کرد، به لحظه باشکوه غلبه بر مرگ تبدیل شد. با وجودی که آنان برای شرم‌آور کشتن او از هیچ تلاشی فروگذار نکردند، اما صلیب تا ابدیت به عنوان نماد جلال خدا بر اهتزاز خواهد ایستاد. و نکته آخر اینکه، اگر او مصلوب نمیشد، چگونه میتوانست به کل دنیا برسد، زیرا تنها بر صلیب است که یک انسان با دستهای باز جان می‌سپارد؟

آیا در سخنان آتاناسیوس در این گفتگو نکته‌های بود که برایتان مفید بوده یا به شما بینشی تازه بخشیده باشد؟

ریسک مورد محبت متقابل نبودن

خدا که کاملاً مختار است، اراده کرد که به صورت یک کودک آسیب پذیر پا به دنیای ما بگذارد و در بزرگسالی هم متحمل توهین، شکنجه و اعدام شود. اگر حق با آتاناسیوس باشد که میگوید تنها راه حل مشکل بشر (یعنی فساد، بیگانگی از خدا و از دست دادن صورت خدا) آن بود که خود خدا گام پیش بگذارد، باز این سخن به معنای آن نیست که خدا **مجبور** بود چنین کند. هیچ چیز نیست که خدا را مجبور به نجات دادن ما از این طریق کرده باشد. خدا با انتخاب این راه برای نجات ما در واقع ریسک بزرگی کرد، بدین معنا که با وجود نشان دادن محبتش، ممکن بود که انسانها محبتش را رد کنند.

یوحنا به ما میگوید: «او در جهان بود، و جهان به واسطه او پدید آمد؛ اما جهان او را نشناخت. به ملک خویش آمد، ولی قوم خودش او را نپذیرفتند» (یوحنا 1:10-11). این یک عبارت قدرتمند است چراکه دربر گیرنده چندین حقیقت اساسی است. اول اینکه، «جهان به واسطه او پدید آمد». خدا جهان را به واسطه عیسی آفرید و این عیسی است که همچنان کل جهان را با هم نگه میدارد.

او صورت خدای نادیده است و فرزند ارشد بر تمامی آفرینش، زیرا همه چیز به واسطه او آفریده شد: آنچه در آسمان و آنچه بر زمین است، دیدنیها و نادیدنیها، تختها و فرمانرواییها، ریاستها و قدرتها؛ همه موجودات به واسطه او و برای او آفریده شدند. او پیش از همه چیز وجود داشته، و همه چیز در او قوام دارد. (کولسیان 1:15-17)

دوم، «او در جهان بود». خدا وارد شدن به دنیای ما، نفس کشیدن از هوای ما، و قرار گرفتن در معرض همه دردها و رنجهای زندگی بشری را آزادانه انتخاب کرد. سوم، «جهان او را نشناخت». جلال اقنوم دوم تثلیث بر جهانیان پوشیده مانده بود. خدا از طریق فروتنی بیش از اندازه‌اش این پنهان کاری را انجام داده بود. و در نهایت، «قوم خودش او را نپذیرفتند».

محبت یک طرفه شاید دردناکترین تجربه بشری باشد. اینکه کسی را محبت کنی و او در مقابل دلت را سخت بشکند، به راستی عذاب‌آور است. خدا درد محبت یک طرفه‌اش را چشید. بعضیها به این

مفهوم که خدا میتواندسته درد را احساس کند، یا اصولاً میتواندسته چیزی را احساس کند، معترض هستند.

آیا تا کنون احساس کرده‌اید که
محبتتان یک طرفه بوده است؟ آیا
میتوانید تصور کنید که خدا به
خودش اجازه تجربه کردن چنین
دردی را داده باشد؟ توضیح
بدهید.

روایت آنها بدیشان میگوید که خدا صعب‌العبور است، یعنی نمیتوان خدا را از جایش تکان داد. در ظاهر امر چنین به نظر میرسد که این روایت قصد دارد از قدرت خدا صیانت نماید. اما اگر خدا دیگران را محبت میکند («خدا جهان را آنقدر محبت کرد» [یوحنا 3:16])، پس به ناچار باید از یک طرفه ماندن محبتش نیز احساس درد بکند. من متوجه شده‌ام که افرادی که با اعتقاد به احساس درد یا شادی خدا مشکل دارند، با اعتقاد به اینکه عیسی میتواند درد یا شادی را احساس کند هم مشکل دارند.

من دوستی دارم به نام ریچ مالینز (*Rich Mullins*) که یکبار در وصف عیسی سرودی زیبا، با عنوان «پسری چون من / مردی چون تو» سرآید. در این سرود او در شگفتی است که آیا عیسای کودک هم همان چیزهایی را احساس کرده که ما میکنیم:

آیا تو هم با گرسنگی بزرگ شدی؟

آیا تو هم زود رشد کردی؟

آیا زمانی که از جایی میگذشتی، دختر بچه‌ها یواشکی میخندیدند؟

آیا تو هم حیران بودی که ایشان به چه میخندند؟

آیا تو هم با سگی کشتی گرفته‌های و دماغش را لیسیده‌های؟

آیا تو هم زیر افشانه فواره حوض بازی کرده‌های؟

آیا هیچ در زمستان بر روی برف فرشته درست کرده‌های؟

آیا تا به حال شده موقع بازی قایم موشک ترسیده باشی؟

آیا تا به حال شده وقتی زانویت زخم میشود، جلوی گریهات را بگیری؟

آیا تا کنون شده که سنگی را از روی جویی آرام، پرت کرده باشی؟

روزی ریچ به من گفت که قسمت مورد علاقه‌اش در این سرود، آنجایی است که از درست کردن فرشته بر روی برف صحبت میشود. چرا؟ او گفت: «من دوست دارم تصویر کسی را که فرشتگان واقعی را آفریده، در حال درست کردن فرشته‌ها در برف مجسم نمایم.»

من فکر میکنم که ما بدین خاطر با موضوع احساس کردن درد و شادی از سوی خدا مشکل داریم، که می‌پنداریم این احساسات دون شأن خدا هستند. فکر میکنیم آسیب پذیر بودن نشانه ضعف است. اما شاید چنین نباشد. شاید قدرت حقیقی در آسیب پذیری است. شاید فدا کردن جان در راه خیریت کسی دیگر نشانه ضعف نباشد، بلکه برترین و بزرگترین قدرتی که جهان به خود دیده است.

از خود گذشتگی چگونه میتواند

نشانه قدرت باشد، نه ضعف؟

محبت از این بزرگتر نیست

هنوز باید بر روی پرسش «چرا وقتی که ما سزاوارش نبودیم، خدا این کار را برایمان کرد؟» قدری تفکر کنیم. ادوارد یارنولد (Edward Yarnold) در پاسخ به پرسش «چرا خدا خواست عیسی مصلوب شود؟» میگوید: «شاید کسی بگوید که پاسخ این است که ماهیت انسانی به صورت خود خدا آفریده شده است. قانونی که بر دانه گندم حکمفرما است طبیعت خود خدا را آشکار مینماید:

جلال خدا در فداکاری نهفته است. پس اعضای بدن مسیح در حیات آن سر سهیم هستند؛ همان سری که تاج جلال را بر خود حمل می‌کند، تاجی از جنس خار است.»

در قلب جهان هستی یک اصل وجود دارد: **فداکاری بزرگترین کار است**. دانه گندم باید بمیرد تا زندگی ببخشد. نظام هستی بازتاب دهنده ماهیت خدایی است که آن را آفریده است. عیسی فرمود: «محبتی بیش از این وجود ندارد که کسی جان خود را در راه دوستانش فدا کند» (یوحنا 15:13).

به نظر می‌رسد که فدا کردن جان نشانه ضعف است. اما فداکاری جنبه‌های از محبت می‌باشد. در اول قرن‌تین 13:4-5 چنین می‌خوانیم: «محبت بردبار و مهربان است؛ محبت حسد نمی‌برد؛ محبت فخر نمی‌فروشد و کبر و غرور ندارد. رفتار ناشایسته ندارد و نفع خود را نمی‌جوید».

فداکاری چطور می‌تواند

بزرگترین کارها باشد؟

بیشتر ما با این روایت نادرست زندگی می‌کنیم که قدرت در اعمال سلطه و کنترل نهفته است. اما اینها برترین اشکال قدرت به شمار نمی‌روند. قدرت خدا در ضعف به کمال می‌رسد (دوم قرن‌تین 12:9). قدرت یک دانه زمانی آشکار می‌شود که دانه بمیرد. قدرت خدا به صریحترین شکلش، بر صلیب به نمایش گذاشته می‌شود.

خدای پسر در نهایت فروتنی پا به جهان ما می‌گذارد، برای مدت سی سال یک زندگی کاملاً معمولی را سپری مینماید، همه آن چیزهایی را که ما تجربه می‌کنیم، تجربه می‌کند و با زندگی و تعالیمش و سرانجام با فداکاری‌اش جهان را متوجه پدرش می‌سازد: او جان خود را برای همه دنیا فدا می‌کند؛ بره خدا گناه جهان را برمی‌دارد. «من خودم را فدای خیریت شما می‌کنم» احساس خداست. و ما در لحظات کوچک فداکاری خودمان، حتی اگر شده برای چند دقیقه چیزی را احساس می‌کنیم که خدا احساس می‌کند (آزادی، رهایی، نشاط، هدف، معنا).

او از این بیشتر چه می‌توانست برای ما بکند؟

برنان منینگ (*Brennan Manning*) نویسنده و خطیب، در مورد اینکه چرا نامش را "برنان" گذاشتند، داستان جالبی تعریف می‌کند. در خلال سنین رشد او، بهترین دوستش ری (*Ray*) بود. هر دو آنها کارهایشان را با هم می‌کردند: زمانی که نوجوان بودند، با هم یک ماشین خریدند، با هم با دو

دختر قرار ملاقات گذاشتند، با هم به دانشگاه رفتند و غیره. آنها حتی برای خدمت در ارتش با هم نامنویسی کردند، با هم به اردوگاه آموزش نظامی رفتند و با هم در خط مقدم جبهه جنگیدند. یک شب هنگامی که در سنگرهای کوچک معروف به لانه روباهی نشسته بودند، برنان شروع کرد به یادآوری روزهای گذشته در بروکلین و ری هم در حال خوردن شکلات به حرفهای او گوش میداد. ناگهان نارنجکی به درون سنگر افتاد. ری نگاهی به برنان کرد، لبخندی زد و شکلاتش را گوشهای پرت کرد و خودش را روی نارنجک انداخت. نارنجک منفجر شد و ری جان باخت، اما فداکاریاش جان برنان را نجات داد.

زمانی که برنان کشیش شد، به او گفتند که میتواند نام یکی از قدیسان را بر خود بگذارد. او به یاد دوستش ری برنان افتاد. از این رو نام برنان را بر خود نهاد. سالها بعد، برای دیدن مادر ری راهی بروکلین شد. شبی تا دیروقت بیدار مانده چای مینوشیدند که برنان از مادر ری پرسید: «آیا فکر میکنی ری مرا دوست داشت؟» خانم برنان از روی کاناپه بلند شد، انگشتش را برابر صورت برنان تکان داد و فریاد زد: «خدای من- دیگر از این بیشتر چه میتوانست برایت بکند؟» برنان میگوید که در آن لحظه او اپیفانی (Epiphany- "تجلی یا آشکار شدن" اصطلاحاً در مورد تجلی یا ظهور فیزیکی خداوند به کار برده می‌شود- م.) را تجربه کرد. او خودش را تصور کرد که در برابر صلیب عیسی ایستاده، غرق در این اندیشه که **آیا خدا به راستی مرا دوست دارد؟** و مریم مادر عیسی به پسرش اشاره کرده میگوید: «خدای من، دیگر از این بیشتر چه میتوانست برایت بکند؟»

وقتی درباره قدرت خدا حرف میزنیم
اغلب به اعمال عظیمی که خدا انجام
داده فکر میکنیم، و نه به تجسم و بر
صلیب شدن او. چرا؟

صلیب عیسی طریقی است که خدا به وسیله آن هرچه در چننه داشت برای ما رو کرد. با این وجود، باز اغلب اوقات با حیرت از خود میپرسیم **آیا خدا به راستی مرا دوست دارد؟ آیا من برای خدا مهم هستم؟ آیا خدا به من اهمیت میدهد؟** و مادر عیسی در پاسخ به شما میگوید: «دیگر از این بیشتر چه میتوانست برایتان بکند؟»

برنان منینگ با اینکه داستان مسیحیت را می‌داند، باز اقرار میکند که در اندیشه فرورفته بود که آیا خدا به راستی مرا دوست دارد؟ آیا شما تا به حال به این فکر افتاده‌اید که آیا خدا به راستی دوستتان دارد یا نه؟ اگر چنین است، یکی از راههایی را که کمکتان کرد تا پاسخی صریح پیدا کنید، بیان نمایید.

در بهترین لحظه‌هایمان، آن اوقاتی که با میل و رضای خود نیازهای خویش را فدای خیریت دیگران می‌کنیم، به قول ادوارد یارنولد با صورت خدا شریک می‌شویم. ما به صورت خدا آفریده شده‌ایم، و او هم با میل و رضای قلبی خویشتن را فدای دیگران ساخت. هرچه بیشتر به شناخت خدا نایل گردیم، و بیشتر ماهیت حقیقی خودمان را بفهمیم، فداکاری برایمان طبیعیتر خواهد شد.

داستان کسانی که برای خیریت دیگران دست به فداکاری زده‌اند، عمیقاً در روح بشری طنین انداز است. ما چنین داستان‌هایی را در ادبیات و فیلمها شاهد هستیم. در کتاب **شیر، جادوگر و جالباسی**، اثر سی. اس. لوئیس، اصلان شیر بزرگ، که نمایی از مسیح است، با پیشنهاد تقدیم کردن جانش به عنوان بهای خطایای ادموند (Edmund)، سر جادوگر سفید کلاه می‌گذارد. جادوگر سفید با این تصور که برای همیشه بر اصلان و قلمرو او پیروز شده، با خوشحالی قبول می‌کند. اما جادوگر سفید از وجود «جادوی ژرف» خبر ندارد: هر بیگناهی که با میل و اختیار جان خودش را در راه گناهکاری بدهد، چنان انرژی نیرومندی ایجاد میکند که حتی از مرگ هم قویتر است. این همان تعارض (paradox) بزرگ فداکاری است.

تعارض فداکاری

زمانی که عیسی تخت آسمانی خود را ترک گفته، انسانیت ما را بر خود گرفت و نهایتاً با اعدام روبرو شد، از نیرومندترین فرد به ضعیفترین تبدیل گشت. پولس با به کار بردن کلمات زیبای یکی از سرودهای اولیه مسیحی این مسئله را تشریح نموده است:

او که همذات با خدا بود،
از برابری با خدا به نفع خود بهره نجست،
بلکه خود را خالی کرد و ذات غلام پذیرفته،
به شباهت آدمیان درآمد.
و چون در سیمای بشری یافت شد
خود را خوار ساخت و تا به مرگ،
حتی مرگ بر صلیب مطیع گردید.
پس خدا نیز او را به غایت سرافراز کرد
و نامی برتر از همه نامها بدو بخشید،
تا به نام عیسی هر زانویی خم شود،
در آسمان، بر زمین و در زیر زمین،
و هر زبانی اقرار کند
که عیسی مسیح «خداوند» است،
برای جلال خدای پدر. (فیلیپیان 2:6-11)

این همان تعارض فداکاری است: عیسی با خالی کردن و فروتن ساختن خود و مطیع شدنش، «به غایت سرافراز» گردید. زمانی که از عیسی پرسیدند که در پادشاهی خدا بزرگترین فرد چه کسی است، او در پاسخ فرمود: «هر که خود را همچون این کودک فروتن سازد، در پادشاهی آسمان بزرگتر خواهد بود» (متی 4:18). بزرگترینها آنانی هستند که **خادم** باشند. این روایت با آموزه‌های پادشاهی این جهان در تضاد مستقیم قرار دارد، زیرا در پادشاهی این جهان کسانی بزرگترین هستند که **مخدوم** باشند.

هنگامی را توصیف کنید که شخصی
برای خوشبختی شما دست به فداکاری
زده است. به موقعی فکر کنید که خودتان
برای کس دیگری فداکاری کرده‌اید. چه
احساسی داشتید؟ آیا این احساس می
تواند نشانه آن باشد که شما «به صورت
خدا آفریده شده‌اید»؟

بخشودن دیگری کاری میکند که ما ضعیف یا آسیب پذیر جلوه کنیم، اما در واقع بخشودن نشانگر قدرت و توان بالا است. وقتی قربانیان میبخشایند، به پیروزمندان تبدیل میشوند- نه پیروز پر دیگران، که به نفع دیگران. این ضعف ما است که نمیگذارد توانایی بخشودن دیگران را داشته باشیم. ترس ما را از تسلیم و فداکاری باز میدارد. اما کسانی که «مسیح در ایشان ساکن است»، زیستن و بخشودن مانند عیسی را می‌آموزند. عیسی صرفاً الگویی برای تقلید و تأسی نیست، بلکه او منبع قدرتی است که میتوان بدو تکیه کرد. ما به واسطه عیسی قادر به انجام هر کاری هستیم، زیرا او ما را نیرو میبخشد (فیلیپیان 4:13).

آسمان به زیر آمد و بر زمین بوسه داد

بگذارید به داستان خواهرم «ویکی» و پرسشش بازگردیم: «چرا عیسی میبایست میمرد؟» عیسی نمی‌بایست میمرد، او خود مردن را انتخاب کرد. پدر، پسر و روح‌القدس در هماهنگی با یکدیگر عمل کردند تا به داد جهانی سقوط کرده و درهم شکسته برسند و آن را از نو احیا نمایند. خدا برای ما کاری کرد که خودمان هرگز قادر به انجامش نبودیم. صلیب نماد محبت و فداکاری خدا است. عیسی وضعیت انسانی ما را بر خود گرفت و آن را شفا داد، و با این کار خود عمق محبت خدا نسبت به همه آفریدگانش را به نمایش گذاشت.

در اینجا یک اصل کلیدی پادشاهی خدا وجود دارد: آنچه را که میگذاریم از دست برود، هرگز گم نمیشود بلکه تبدیل به چیز زیبایی میگردد. عجیب نیست که آخور و صلیب دو نمونه از زیباترین تصاویری هستند که جهان به خود دیده است. در واقعه تجسم، خدا که میلیونها کهکشان در حال گردش را آفریده، آسیب پذیر شدن را انتخاب کرد، و با این کار آسمان به زیر آمد و بر زمین بوسه داد. در رویداد صلیب، خدا که نامیرا بود، خویشتن را تابع مرگ ساخت، و با این کار کل جهان را نزد خود بر افراشت.

پس از شش ماه مطالعه و تفکر در باب صلیب، و در باب سرشت خدایی که خود را فدا میسازد، «ویکی» برایم نامه زیبایی نوشت و تشریح نمود که چطور بالاخره، در سن پنجاه و شش سالگی توانسته بفهمد که اصلاً چرا باید رویداد صلیب پیش می‌آمد. او بسته هدیه‌های هم‌ضمیمه نامه‌اش کرده بود. بسته را باز کردم و درون آن یک کار هنری زیبا دیدم به شکل صلیب، که با افتخار آن را

روی تاقچه قرارش داده‌ام، در جایی که مرتبا بتوانم ببینمش. هر بار که چشمم به آن صلیب میافتد، خدا را شکر میکنم که برای خاطر ما، با میل و اختیار تن به مردن داد. عیسی چه درست میگفت، هنگامی که چنین نبوت کرد: «و من چون از زمین برافراشته شوم، همه را به سوی خود خواهم کشید» (یوحنا 12:32).

تربیت نفس

خواندن انجیل یوحنا

دالس ویلارد در کتاب **دسیسه الاهی** (*The Divine Conspiracy*) مینویسد: «بدین ترتیب، کلید محبت کردن خدا این است که عیسی را ببینیم، و او را با همه کمال و شفافیتی که امکان دارد در ذهنمان نگاه داریم.» بهترین راه برای انجام این کار خواندن اناجیل است. در هر چهار انجیل ما با عیسی روبرو می‌شویم، و عیسی را به روشهایی چشمگیر **می‌بینیم**. من همیشه از نحوه پدیدار شدن عیسی در اناجیل شگفت زده می‌شوم. برجستگی این نوشته‌ها در توانایشان در به تصویر کشیدن عیسی به گونهای صریح و شفاف است.

این هفته از شما می‌خواهم چند ساعتی را برای خواندن کل انجیل یوحنا اختصاص دهید. کمتر پیش می‌آید که ما کل یکی از کتابهای کتابمقدس را یکجا بخوانیم. ما معمولا بخشهای کوچکی از یک کتاب یا قطعه پرستشی کوتاهی را بر مبنای یک آیه می‌خوانیم. با یکجا خواندن کل یک کتاب، کل داستان اعم از سرآغاز، میانه و پایان آن را تجربه می‌کنیم. شاید برای بعضیها این پرسش پیش بیاید که **چرا انجیل یوحنا؟ و چرا یکی دیگر از اناجیل‌نه؟** انجیل یوحنا، انجیلی منحصر به فرد است. این انجیل با پیشگفتاری شروع میشود که با ما درباره **لوگوس** (*Logos*)، کلمه یا پسر خدا که «جسم گردید و میان ما ساکن شد» حرف می‌زند. یوحنا با یک سری داستانهای منحصر به فرد تصویری بدیع از عیسی به ما ارائه مینماید. اما از همه مهمتر، انجیل یوحنا به روشنی رابطه عیسی را با پدر آسمانیاش به تصویر میکشد.

من پیشنهاد می‌کنم که انجیل یوحنا را به چهار بخش تقسیم کنید و هر پنج تا هفت فصل را در یک نشست بخوانید. من گروهی را میشناسم که به نوبت کتاب را با صدای بلند می‌خوانند. مراقب باشید که با مراجعه پیوسته به یادداشتهای توضیحی (البته اگر کتابمقدس تفسیری دارید)، گرفتار وسوسه تبدیل کردن این قرائت انجیل به مطالعه کتابمقدس نشوید. اگر در حین خواندن با پرسشهایی آنی مواجه شدید (مثلا «چرا عیسی آب را به شراب تبدیل ساخت؟»)، میتوانید آنها را یادداشت کنید و در زمانی دیگر به دنبال پاسخ برای آنها بگردید. در حال حاضر من مایلیم که صرفا انجیل یوحنا را بخوانید، گویی دارید کتاب داستان می‌خوانید. این کار برای خلیها یک تمرین پرچالش محسوب خواهد شد، اما بسیار سودمند است.

برای تأمل

صرفنظر از اینکه این مطالب را با دیگران می‌خوانید یا در تنهایی، پرسشهای زیر به شما در تأمل و تفکر در مورد تجربیاتتان کمک خواهند کرد. در هر حال، شاید ایده بدی نباشد که در دفترچه‌هایتان به این پرسشها پاسخ دهید. اگر با گروهی جمع می‌شوید، دفترچه حاوی یادداشتهایتان را همراه خود بیاورید تا به شما در به یاد آوردن بینشهایتان کمک کنند تا بتوانید تجربیاتتان را با دیگران در میان بگذارید.

1. آیا توانستید در این هفته تمرین خود را انجام دهید؟ اگر توانستید، توضیح دهید که چگونه و چه احساسی در این رابطه دارید.
2. از طریق آن تمرین چه چیزی در مورد خدا یا خودتان یاد گرفتید؟
3. عبارت، داستان یا آیه دلخواهتان در انجیل یوحنا چه بود؟

فصل هشتم

خدا تبدیل می‌کند

وقتی شنیدم که کری (Carey) در کانون شادی یک کلیسای جدید تعلیم میدهد، از آخرین باری که او را دیده بودم سالها میگذشت. او به من زنگ زد و وقت گرفت تا بیاید و مرا ببیند، و من از دیدن او خوشحال شدم. کری یک تاجر موفق بود که آن روز هم کت و شلوار و کراوات همیشگیاش را بر تن داشت. در این کسوت، دستبند ارغوانی رنگ WWJD ("What Would Jesus do"?) - «اگر عیسی بجای من بود چه میکرد؟» اش بیشتر خودنمایی میکرد. پس از احوال پرسی گفتم: «لذت این دیدار را مدیون چه چیزی هستم؟» ناگهان چهره کری غمگین شد. تازه یاد چیزی افتاده بود که او را به اینجا کشانده بود.

او گفت: «من واقعا به کمک شما احتیاج دارم.»

جواب دادم: «اگر کاری از دستم ساخته باشد، حتما انجام می‌دهم.»

گفت: «راستش من در رابطه با راه رفتن با خدا دچار مشکل شده‌ام. ظاهرا هرچه بیشتر سعی می‌کنم، اوضاع بدتر میشود. خانوادهم خوبند و کارم هم خوب پیش میرود، اما در رابطه‌ام با خدا به آخر خط رسیده‌ام.»

گفتم: «معمولا جای درستی است»، اما او تنها نگاهی از سر گیجی به من انداخت.

گفت: «بگذارید مشخصتر توضیح بدهم. من دارم در نبرد با گناه شکست میخورم. کار و بارم سکه است. زیاد سفر میکنم و اوقات بسیاری را در هتلها میگذرانم. پورنوگرافی برایم تبدیل به وسوسه بزرگی شده است، و من هرازگاه تسلیمش میشوم. واقعا احساس تقصیر میکنم، از خدا طلب بخشایش می‌کنم، و قول میدهم که دیگر هرگز تکرار نشود. حتی این موضوع را پیش همسرم

اعتراف کردم، و او هم خیلی عصبانی شد، اما البته درکم هم کرد. او میدانند که این خود من نیست.»

به میان حرفش پریدم و پرسیدم: «مگر تو کی هستی؟»

«خُب، یک ایماندار مسیحی هستم.»

پرسیدم: «و این یعنی چه؟»

گفت: «خُب، یعنی اینکه من به عیسی ایمان دارم و تلاش میکنم از فرمانهای او پیروی نمایم. به کلیسا میروم، کتابمقدس میخوانم و هرگاه بتوانم ساعتی وقت آزاد پیدا کنم، زمانی را به دعا و پرستش اختصاص میدهم. میدانید، سعی میکنم مرتکب گناه نشوم؛ من سعی میکنم آدم خوبی باشم، اما میدانم که در اعماق وجودم هنوز انسانی گناهکار هستم.»

گفتم: «کری، من شک ندارم که تو سعیات را میکنی، و همینطور حس میکنم که خیلی وقتها با همه وجودت هم تلاش میکنی، اما این هیچ کمکی نمیکند.»

او گفت: «دقیقا. با خودم فکر کردم اگر این دستبند را به دستم کنم و مرتبا به خودم یادآوری نمایم که میباید مثل عیسی عمل کنم، اوضاع بهتر خواهد شد. اما نمیشود.»

گفتم: «بگذار ببینم همه چیز را درست متوجه شدهام یا نه. تو یک مسیحی هستی، اما در عین حال گناهکار هم هستی. درست است؟»

گفت: «بله.»

پرسیدم: «خُب اگر گناهکار هستی، پس چه رفتاری باید برای تو معمول باشد؟»

گفت: «راستش به گمانم گناه کردن. اما این نباید درست باشد.»

گفتم: «به تصور من هم نباید درست باشد، کری. علت اینکه به نظر نمیآید درست باشد این است که درست نیست. برخورد تو با قضیه همیشه به شکست میانجامد، درست است؟»

او تأیید کرد: «درست است.»

گفتم: «شاید راه دیگری وجود دارد. من خوشحال میشوم زمانی را با تو روی این مسئله کار کنم. اما این کار وقتگیر است. چیزی نیست که فوراً درست شود. هیچ قرص جادویی هم در کار نیست. مستلزم آن است که ذهنت را عوض کنی، هویتت را عوض کنی و طریقه درکت از معنای زندگی مسیحی را عوض کنی.»

او گفت: «به یک تعمیر و سرویس کامل شبیه است.»

گفتم: «نه، هرآنچه لازم است را تو از پیش در اختیار داری. فقط نیازمند یک رویکرد جدید هستی. اگر روی این مسئله مایل به همکاری با من باشی، فکر میکنم نتیجه بیشتری عایدت خواهد شد.»

کری گفت: «در این مقطع زمانی، حاضر به انجام هر کاری هستم. روی من حساب کنید.»

در طی یک دوره زمانی شش ماهه من و کری با هم ملاقات داشتیم، و من شروع کردم به آموزش دادن اصول بنیادی که در این فصل خواهید خواند. وضعیت کری به وضعیت مردان و زنان مسیحی بسیاری که سعی میکنند عوض شوند، اما در این راه توفیقی به دست نمی‌آورند، چندان هم بیشباهت نیست. مشکل در عدم درک تأثیر رستاخیز عیسی است. در فصل هفت به ماهیت فداکارانه و از خود گذشتگی خدای تثلیث، و به طور ویژه بر صلیب نگاهی انداختیم. قربانی عیسی، داوری خدا بر گناه بود، و آن را یکبار برای همیشه انجام داد تا جهان را با خدا آشتی دهد (دوم قرن‌تین 19:5). اما داستان خدای خوب و زیبای ما به صلیب ختم نمیشود. در روز سوم عیسی از مردگان برخاست، و او که بر مرگ و گناه غلبه یافته، اکنون حیات خود را به کسانی پیشکش میکند که از وی پیروی نمایند. موضوع این فصل از کتاب، نیروی رستاخیز است، حقیقتی که مسیحیان کمی آن را درک میکنند و حتی مسیحیان کمتری بدان تکیه می‌نمایند.

روایت نادرست: من یک گناهکار هستم

داستان کری نمونه کمیابی نیست. همه ما ممکن است با کشمکشهای او به نحوی دست به گریبان باشیم، تنها نوع وسوسه‌ها و گناهان شاید فرق داشته باشد. مسیحیان، یعنی آنانی که مسیح را به عنوان خداوند خویش پذیرفته‌اند و در جهت پیروی از او میکوشند، خود را درگیر یک کشمکش می‌یابند. ما همه میدانیم که گناه کار بدی است و هیچوقت نمیگوییم: «امروز قصد دارم گناه کنم.» و با این وجود مکرراً خودمان را در حال ارتکاب گناه می‌یابیم، شاید نه از آن گناهان به اصطلاح بزرگ،

بلکه گناهان «کوچک» (دروغ مصلحت آمیز، حسد بردن به داراییهای همسایه، نگرانی مفرط، داوری کردن دیگران). ما آنگونه نیستیم که باید باشیم.

شیوع و استیلای گناه در زندگی ما باعث میشود که مانند کری به این نتیجه برسیم که هویتمان از اساس «گناهکار» است. یقیناً «گناهکار» بودن واقعگرایانه تر است تا «قدیس» بودن. کی، من؟ یک قدیس؟ شوخی میکنی. تجربه ما این روایت را تأیید میکند که ما از سر تا پا گناهکاریم. این منطقیتر به نظر میرسد: من گناهکار هستم، و این واقعیت توجیه میکند که چرا اینقدر زیاد گناه میکنم.

الاهیدانان بزرگ که به طور قطع آدمهایی باهوشتر از ما هستند، چنین نتیجه گیری کرده‌اند که اصل و جوهر ما گناه‌آلود است. مارتین لوتر، در فرمول بندی شعار اصلاحگرانه معروف خود گفت که مسیحیان "*simul justus et peccator*" هستند، که معنیاش میشود: «همزمان پارسا و گناهکار». این روش لوتر برای استدلال علیه این عقیده بود که با اعمالمان میتوانیم شایستگی لازم برای نجات را به دست آوریم. ما نجات مییابیم، پارسا شمرده میشویم و با خدا آشتی داده میشویم، و در عین حال گناهکار هم هستیم.

روایت «من گناهکار هستم» را کی
شنیدهاید؟ کی آن را به کار برده
اید؟

با وجودی که ایده گناهکار بودن مسیحیان حقیقی به نظر میرسد و الاهیدانان گذشته و حال هم آن را به روشنی بیان کرده‌اند، اما من به این نتیجه رسیدهام که این تعلیم غلط است. غلط است چون روایتی نیست که در عهد جدید آمده باشد. همچنین غلط است زیرا به کلی غیرمنطقی، متناقض و متعارض است. به قول دیوید سی. نیدهم (David C. Needham): «چه چیزی دلسردکننده‌تر از اینکه مسیحی باشی و با خودت فکر کنی که پیش از هر چیز گناهکاری خود- محور هستی، در صورتی که هدف در زندگی پدید آوردن تقدسی خدا- محور میباشد؟»

این همان کشمکش است که کری در وجود خود یافته بود، هرچند آن را به گونهای دیگر توصیف کرد. او به من گفت که گناهکار است، و با این حال عمیقاً با مسئله گناهِش مشکل دارد. آن مثل درخت سیبی است که با سیبهایی که بر شاخه‌هایش در حال رشد کردن هستند، مشکل داشته

باشد. تعلیمی که میگوید ما ذاتا و از ریشه گناهکار هستیم، منجر به شکست میشود. من اعتقاد دارم که اکثر مسیحیان درک ناقصی از هویت خود در مسیح دارند، و همین درک ناقص برایشان دلسردی بسیار و یک زندگی سطحی مسیحی به بار میآورد.

کری بدین خاطر پیش من آمد که از اعمال خود سرخورده و مأیوس شده بود. اما وقتی من در او نگریستم، چیز دیگری دیدم. من یکی از فرزندان خدا را دیدم، کسی که مسیح در او ساکن است، یکی از اهالی ابدیت که به خون مسیح خریداری شده و قدرت و حضور خدا در او دمیده شده، اما زندگی همراه با غم، ترس و شکست را تجربه میکند. چیزی که من از کری خواستم این نبود که از رفتار ناپسندش دست بکشد، بلکه خواستم در مسیح زندگی عمیقتری داشته باشد- زندگیای توأم با پری، گرمی، قدرت و خوشی که او تا آن زمان تجربه نکرده بود. برای این کار، ما بایستی زمان زیادی را با یکدیگر صرف مطالعه کتابمقدس میکردیم. روایت «من گناهکار هستم» او عمیقا در ذهنش نقش بسته بود. تنها یک حجم بسیار زیاد از کلام خدا میتوانست روایت نادرست را از ذهن او بیرون کند.

روایت عهد جدید: من قدیس هستم

در خلال انجام این کار میبایست روایت عیسی را جایگزین روایات نادرست میکردیم. پیشتر اشاره کردم که خدا ما را با خودش آشتی داده است تا بتوانیم با او در پادشاهیش زندگی کنیم. این تازه شروع فرایند تبدیل شدن به قوم مقدسی است که خدا انتظارش را از ما دارد. گرگ جونز (Greg Jones) ضرورت این تغییر روایت را چنین بیان میکند:

آمرزیده شدن از جانب خدا و وارد شدن به حیات پادشاهی خدا، یعنی انتقال یافتن از روایت مرگ و درآویختن با گناه به روایت آشتی خدا در مسیح. و در این روایت اخیر گناهان ما بخشوده شده تا بتوانیم از طریق توبه مادام العمر و بخشایش، مقدس شدن را یاد بگیریم.

جونز درست میگوید؛ اول از همه، روایات ما باید تغییر کنند. روایت «من یک گناهکار خیلی بد هستم»، باید جایش را به روایتی بدهد که میگوید: «در مسیح من دیگر با گناه تعریف نمیشوم. من با خدا آشتی داده شده‌ام. گناه شکست خورده.»

عیسی نه تنها گناهان همه مردمان در همه اعصار را میبخشاید، بلکه قدرت خود گناه را هم درهم شکست. این بدان معنی نیست که همه نجات مییابند. فقط کسانی که نام او را بخوانند این بخشایش را تجربه میکنند.

خدا نه تنها میخواهد که ما با او آشتی نماییم، بلکه میخواهد ما را تبدیل سازد. او نه فقط **حس تقصیر گناه**، که **قدرت گناه** را هم از میان برداشت. آنانی که پیروان مسیح هستند نه تنها شایستگی دریافت کاری را که او بر صلیب کرد پیدا میکنند، بلکه با ایمان خود عملاً در مصلوب شدن او شریک میشوند. پولس در این رابطه میگوید: «زیرا می‌دانیم آن انسان قدیمی که ما بودیم، با او بر صلیب شد تا پیکر گناه درگذرد و دیگر گناه را بندگی نکنیم» (رومیان 6:6). ما نه فقط بخشوده شده‌ایم، بلکه در مرگ و رستاخیز مسیح نیز شراکت داریم. من سعی نمیکنم تا مانند عیسی زندگیای عاری از گناه داشته باشم. این خود عیسیای عاری از گناه است که اکنون در من زندگی میکند.

هر چند وقت یکبار با این پیغام
روبرو میشوید که شما «کسی
هستید که مسیح در وجودتان
ساکن است»؟

عبارت **در مسیح یا در خداوند**، 164 بار در رسالات پولس تکرار شده است. آیا این واقعیت نباید ما را به سوی یافتن معنای «در مسیح» بودن رهنمون شود؟ به اعتقاد من این عبارت را روایت غالب دیگری که میگوید: «عیسی آن سو است و من گناهکار این سو»، تحت الشعاع قرار داده است. عهد جدید عیسی را از پیروانش جدا نمیداند. اتفاقاً، کسانی که به عیسی اعتماد میکنند، او را در خود دارند. مسیحیان قومی هستند که مسیح در آنها ساکن است.

مسیحیان صرفاً گناهکاران آمرزیده شده نیستند، بلکه گونهای جدید به شمار میروند: افرادی که عیسی در ایشان ساکن است و از همان حیات جاویدانی برخوردارند که او دارد. عهد جدید درباره این موضوع هیچ ابهامی باقی نمیگذارد. برای تأیید این واقعیت چندین عبارت کتابمقدسی وجود دارد. با دقت لحن به کار رفته در آیات را در توصیف هویت راستین پیروان مسیح، مورد توجه قرار دهید:

خدا چنین اراده فرمود که بر ایشان آشکار سازد که این راز از چه جلال عظیمی در میان غیریهودیان برخوردار است، رازی که همانا **مسیح در شماست**، که امید جلال است. (کولسیان 27:1)

آن زمان که در گناهان و حالت ختنه ناشده نفس خود مرده بودید، خدا شما را با **مسیح زنده کرد**. او همه گناهان ما را آمرزید. (کولسیان 13:2)

زیرا من به واسطه خود شریعت، نسبت به شریعت مردم تا برای خدا زیست کنم. با مسیح بر صلیب شده‌ام، و دیگر من نیستم که زندگی می‌کنم، بلکه **مسیح است که در من زندگی می‌کند**. (غلاطیان 2:19-20)

پس اکنون برای آنان که در **مسیح عیسی** هستند، دیگر هیچ محکومیتی نیست. (رومیان 1:8)

آیا نمی‌دانید که **بدن شما معبد روح القدس است** که در شماست و آن را از خدا یافته‌اید، و دیگر از آن خود نیستید؟ (اول قرنتیان 6:19)

اما اگر **مسیح در شماست**، هر چند بدن شما به علت گناه مرده است، اما چون پارسا شمرده شده‌اید، روح برای شما حیات است. (رومیان 8:10)

زیرا **مردید و زندگی شما اکنون با مسیح در خدا پنهان است**. (کولسیان 3:3)

با وجودی که اینها تنها نمونه‌هایی اندک از آیات کلام خدا هستند که توضیح می‌دهند مسیحیان افرادی هستند که «در مسیح» می‌باشند، اما همین تعداد هم برای کبری کافی بودند تا بفهمد فرضیاتش اشتباه بوده‌اند. او به من گفت: «من هرگز حتی فکرش را هم نمی‌کردم که عیسی در من باشد». از همین جا بود که من دریافتم اکثر مسیحیان این مطلب را نمی‌دانند.

همه مخلوقات تازه

به مجردی که کبری دید و متقاعد شد که عهد جدید به کرات تعلیم می‌دهد که مسیح در مسیحیان ساکن است، پرسش بعدی‌اش سرراست و دقیق شد و اصل مطلب را نشانه رفت. او پرسید: «در مسیح بودن یعنی چه؟» برای پاسخ دادن به پرسش او، هر دو با هم شروع کردیم به بررسی دقیقتر

یک آیه: «پس اگر کسی در مسیح باشد، **خلقتی تازه** است. چیزهای کهنه درگذشت؛ هان، همه چیز تازه شده است!» (دوم قرنتیان 5:17).

کری در ارتباط با این آیه چند پرسش مطرح کرد: «خدا چطوری این کار را کرد؟ **خلقت تازه** دقیقا چیست؟ و آن چه تفاوتی در زندگی ما به وجود میآورد؟»

در جوابش گفتم: «آیا تو میدانی یک پروانه چگونه پروانه میشود؟ قطعا میدانی. این یک تشبیه بسیار خوب است. پروانه زمانی کرم ابریشم بوده؛ یک کرم. فقط میتوانست بخزد. توانایی پرواز کردن نداشت. بعد وارد پیله شد و تبدیل به شفیره گشت. جالب است که بدانی chrysalis (= شفیره) با Christ (= مسیح) به طرز متناسبی هم‌ریشه است. و سرانجام پیله پاره شده، پروانه از آن بیرون می‌آید، در حالی کاملا تبدیل شده است. آن مخلوق کهنه درگذشت. اکنون مخلوق تازه از راه رسیده است. او که زمانی تابع نیروی جاذبه بود، حالا میتواند پرواز کند. مسیحیان هم زمانی زیر سیطره گناه بودند، اما اکنون میتوانند در آزادی زیست نمایند.»

او گفت: «جیم، واقعا از این تشبیه خوشم آمد. فکر کنم موضوع را فهمیدم.»

گفتم: «و حالا میتوانی ببینی که چرا اینقدر برایم دردناک است که بسیاری از مسیحیان مطلب را نمی‌گیرند؟ هر وقت میشنوم که یک مسیحی میگوید "من فقط یک گناهکار هستم که محض فیض نجات یافته" میخواهم بگویم: "این حرف تو مثل این است که پروانه بگوید، من فقط یک کرم هستم که بال درآورده"».

هر دو خندیدیم. بعد من چنین نتیجه‌گیری کردم: «تو به عنوان پیرو مسیح، کاملا با خدا آشتی داده شده‌ای. خدا دیگر با تو بر مبنای گناهت برخورد نخواهد کرد. تو برای همیشه آمرزیده شده‌ای. همچنین تو دیگر یک مخلوق کاملا تازه هستی- وجود کهنه تو درگذشت، و اکنون با مسیح زنده شده‌ای. بالاخره اینکه، تو هرگز نخواهی مرد. عیسی با برخاستنش از مردگان، مرگ را مقهور کرد و به جایش آن تازه، یعنی حیات جاودانی را به تو ارزانی داشت. تو اکنون دیگر شخصی کاملا تازه هستی که میتوانی با آخرین نفس زمینیات، آسمان را تجربه‌نمایی و به طور کامل جلال بیابی. این مثل یک هدیه خوب و زیبا است که تنها می‌تواند از طرف خدایی خوب و زیبا به دستت برسد.»

سطح آگاهی خودتان را نسبت
به حیات مسیح در وجودتان
بیان کنید. توضیح بدهید که
چگونه حیات مسیح کلید هویت
مسیحی شما است.

کری پرسید: «من حرفه‌ایت را کاملاً متوجه میشوم. اما کمک کن تا این را هم بفهمم که چرا هنوز با گناه دست به گریبان هستم. چرا یک پروانه هنوز می‌خواهد مانند یک کرم عمل کند؟»

گناه باقی میماند اما نباید تسلط داشته باشد

در مسیح، ما برای یک زندگی تازه با عیسی برخیزانیده شده‌ایم. به ما هویتی تازه بخشیده شده است- هویتی که مسیح در آن ساکن است. ما روح‌القدس را دریافت کرده‌ایم که در ما مسکن گزیده است. ما مسیح را دربر کرده‌ایم (کولسیان 3:10). حالا دیگر ما شهروندان آسمان هستیم. اکنون روح ما همچون یکی از فرزندان محبوب خدا فریاد میزند: «ابا! پدر!» (رومیان 8:15). با این همه، حتی با وجودی که به لحاظ روحانی آدمهای تازه‌ای شده‌ایم، اما هنوز در بدن‌های کهنه خودمان زندگی میکنیم، بدنهایی که بقایای گناه را در خود دارد. هنوز روایت‌های خودمان را داریم، هنوز خاطرات قدیمی و عادات قدیمی خودمان را. هنوز در دنیایی زندگی میکنیم که تمام قد در برابر حقیقت خدا به ضدیت ایستاده است. از این رو است که حتی پس از تولد تازه هم با گناه دست به گریبانیم.

کتاب مقدس این قضیه را به صورت کشمکش روح در برابر جسم توصیف میکند. کلمه **جسم** (به یونانی *sarx*) به زیستن جدا از خدا دلالت میکند. *sarx* یا **نفس اماره** آن چیزی است که وقتی من ارتباطم با خدا قطع است و به راه خود می‌روم، به بار می‌آورم. پولس مینویسد: «زیرا تمایلات نفس برخلاف روح است و تمایلات روح برخلاف نفس؛ و این دو بر ضد هم‌اند، به گونه‌ای که دیگر نمی‌توانید هر آنچه را که می‌خواهید، به جا آورید» (غلاطیان 5:17). پولس این را خطاب به مسیحیان تولد تازه یافته نوشت، کسانی که «مسیح در آنها ساکن است». جدال میان نفس اماره (*sarx*) و روح با تعمیم آب گرفتن ما پایان نمیپذیرد- راستش را بخواهید، دقیقاً از همان موقع تازه آغاز میشود.

جان وسلی (John Wesley)، بنیانگذار جنبش متدیست مطلب را بدین گونه بیان میکند: «هر از نو متولد شده در مسیح مقدس است، اما نه به طور کامل. او از گناه نجات یافته؛ اما نه کاملاً. گناه همچنان باقی می‌ماند، اما دیگر تسلطی ندارد ... ما "به واسطه خون صلیب با خدا آشتی داده شده‌ایم" و از همان لحظه ... جسم دیگر بر ما سیطره ندارد.» ژان کالون (John Calvin) اصلاحگر هم نوشته مشابهی دارد: «از آنجایی که برای مدتی دراز در قفس تمنان محبوس شده‌ایم، آثار گناه کماکان در ما باقی خواهند ماند؛ اما اگر وفادارانه به وعده‌هایی که خدا در هنگام تعمید میدهد، استوار بمانیم آثار گناه دیگر بر ما سلطه یا حاکمیتی نخواهند داشت.»

در زندگی زمینی آثار و نشانه‌های گناه همچنان با ما باقی میمانند. ما به طرز جدایی ناپذیری با جسم رستگاری نیافتهمان به هم پیوسته‌ایم. بدنهای ما فانی است. نه تنها استخوانها و ماهیچه‌ها، غدد و حواس، بلکه ذهن و احساساتمان هم. این مجموعه گسترده و به طور باور نکردنی پیچیده از عناصر الکتریکی و شیمیایی، که به لحاظ فرهنگی، ژنتیکی، شیطانی (در واقعی)، جغرافیایی و آسیب شناختی تحت تأثیر فناپذیری است.

نفس اماره (sarx) نباید بر ما مسلط باشد، ولی ما زمانی که ارتباطمان با مسیح قطع میشود، پذیرای خواسته‌هایش میشویم. تکرار اعمال گناه‌آلود از نیازهایی ناشی می‌شوند که در اشتیاق ارضا شدن هستند اما نمی‌توانند ارضا شوند. با این حال، ما – که دیگر زیر گناه نیستیم (رومیان 14:6) - به سوی گناه کشیده می‌شویم تا چیزی را که احساس میکنیم نداریم، پیدا کنیم.

این خیلی مهم است چون بسیاری از مسیحیان، مثل کری از ظرفیتی که پس از ایمان آوردنشان، برای گناه کردن دارند، حیرت‌زده میشوند. با اینکه عملاً پیش از ایمان آوردن نیز گناه امری هنجارین به شمار نمی‌رفت (حتی بیایمانان هم در مورد گناه نمی‌گویند: «آه، واقعا که گناه زندگی را بهتر می‌کند!»)، اما گناه کردن پس از ایمان آوردن به مسیح بیشتر موجب تشویش میشود. اگر ما از این کشمکش آگاه باشیم و انتظارش را داشته باشیم، برای رویارویی با آن به ما کمک خواهد کرد؛ دیگر غافلگیر نمیشویم. از پیش آگاه بودن به ما کمک میکند تا خود را از قبل مسلح سازیم.

توضیح بدهید که چگونه ممکن است با
اینکه گناه همچنان در وجود فرد
مسیحی باقی مانده است، اما قدرتش
درهم شکسته شده و دیگر نباید بر او
مسلط باشد.

جان وسلی گفته که برای آماده بودن در برابر گناه، باید در نظر داشته باشیم که بقایای آن هنوز وجود دارد. به نظر وسلی پندار اشتباه مصونیت در برابر گناه: «ما را به خواب غفلت فرو برده، نمی گذارد در مقابل طبیعت شیطنانی، آن دليلة (Delileh) ای که به ما گفته اند رفته است، حال آنکه هنوز در آغوشمان خفته است، به دیدبانی و مراقبت مشغول باشیم. غفلت سپر ایمانداران ضعیف را از هم میدرد، از ایمان محرومشان میسازد، و در برابر همه حملات دنیا، جسم و شریر، بدون حفاظ رهایشان میکند.» البته بهترین راه برای جلوگیری از شکست در برابر وسوسه این است که به مسیح که در ما ساکن است، وفادار بمانیم. عیسی خود فرمود که لازم است در او بمانیم.

راه و روش نوین زندگی: ماندن در مسیح

از آنجایی که من اکنون شخصی جدید و خلقتی تازه شده‌ام، پس باید به شیوه‌های نوین هم زندگی کنم. من به عنوان کسی که عیسی در درونش ساکن است، اکنون میتوانم آنگونه زندگی کنم که عیسی زندگی میکرد: با وابستگی محض به خدا، در رابطهای عمیق و صمیمی با او، با تکیه کامل به خدا- و نه بر نیروی اراده خودم- برای داشتن یک زندگی مسیحی. عیسی برای تشریح این روش نوین زندگی از تمثیل تاک استفاده نمود:

در من بمانید، و من نیز در شما می‌مانم. چنانکه شاخه نمی‌تواند از خود میوه آورد
اگر در تاک نماند، شما نیز نمی‌توانید میوه آورید اگر در من نمانید. من تاک هستم و
شما شاخه‌های آن. کسی که در من می‌ماند و من در او، میوه بسیار می‌آورد؛ زیرا
جدا از من، هیچ نمی‌توانید کرد. (یوحنا 15:4-5)

عیسی (تاک) آن نیروی حیاتبخشی است که در وجود ما (شاخهها) جریان دارد، و بدین ترتیب است که ما میوه (محبت، شادی، آرامش، و غیره [غلاطیان 5:22]) به بار می‌آوریم. شاخهها اگر از تاک بریده شوند، دیگر نمیتوانند میوه بدهند. همان طور که نیروی باروری در شاخهها نیست، قوت برای داشتن یک زندگی مسیحی هم در ما وجود ندارد. به راستی، ما جدای از عیسی هیچ نمیتوانیم بکنیم.

از همین رو است که پولس می‌گوید: «دیگر من نیستم که زندگی می‌کنم، بلکه مسیح است که در من زندگی می‌کند» (غلاطیان 2:20). وقتی ما خودمان را از مسیح جدا می‌سازیم، حیات او دیگر در ما جریان ندارد، درست مانند شاخه بریده شده از تاک که دیگر زندگی در آندهایش جاری نیست. ولی ما به معنای واقعی کلمه در طبیعت الهی عیسی شریک و سهیم هستیم: «او به واسطه اینها وعده‌های عظیم و گرانبهای خود را به ما بخشیده، تا از طریق آنها شریک طبیعت الهی شوید و از فساد که در نتیجه امیال نفسانی در دنیا وجود دارد، برهید» (دوم پطرس 1:4). من خدا نیستم، اما به من طبیعتی نو داده شده است. با حیات و قدرت مسیح است که استعدادهای من شکوفا می‌شوند.

بعد از اینکه همه اینها را برای کوری توضیح دادم، او پرسید: «پس کلید کار، ماندن در مسیح است. چگونه این کار را بکنیم؟»

گفتم: «ماندن در مسیح یعنی آرام و قرار گرفتن و تکیه کردن بر عیسی، همان عیسیایی که بیرون از وجود ما نیست تا داوریمان کند، بلکه در درون ماست تا به ما نیرو بخشد. هرچه عمیقتر نسبت به هویت خودمان در مسیح و حضور و قدرت او در خود آگاه باشیم، طبیعتا بیشتر میتوانیم در او بمانیم. باید روایت درست را انتخاب کنیم، به تمرینهای روحانی بپردازیم و آگاهیمان از حقیقت عمق بیشتری پیدا کند. در آخر این را هم اضافه کنم که راه عیسی آسان است. خود او گفت که یوغش راحت و بارش سبک است (متی 11:30). معمولا ما سعی میکنیم با قوت خودمان آن کاری را انجام دهیم که فکر میکنیم عیسی از ما میخواهد بکنیم- درست مثل تو که آن دستبند را به دستت بستهای. اما این کار نشدنی است. در عوض، ما "قدرت هر چیز را داریم در او که ما را نیرو می‌بخشد" (فیلیپیان 4:13).»

چگونه در مسیح بمانیم؟ آیا تا به حال این کار را کرده‌اید؟ فکر میکنید ماندن در مسیح تا چه اندازه بتواند در رویارویی با وسوسه‌ها کمکتان کند؟

هیچکس نتوانسته این حقیقت را بهتر از جیمز اس. استوارت (*James S. Stewart*) بیان کند. او در کتاب معروف خود، **انسانی در مسیح** (*A Man in Christ*)، چنین مینویسد:

«مسیح در من» یعنی چیزی کاملاً متفاوت از وزن یک ایده‌آل غیرممکن. ... «مسیح در من» یعنی اینکه مسیح از درون مرا تحمل می‌کند، مسیح آن نیروی محرکی است که مرا پیش می‌برد، مسیح به کل زندگی من وزن و ارج می‌بخشد و هر باری را به بال تبدیل می‌سازد ... نه همچون چیزی که سنگین‌باش بر دوش توست، بلکه همچون چیزی که سنگینی تو را بر دوش دارد.

سگهای روستایی و سگهای شهری

آیا میدانید سگهای روستایی با سگهای شهری چه فرقی دارند؟ این یک مثال جالب است در مورد هویت تازه ما در مسیح و نحوه گذران زندگی مسیحی توسط ما. سگ روستایی در فضاهاى باز و وسیع زندگی میکند و برای پارسه زدن آزادی عمل زیادی دارد. میتواند در امتداد جوی آب پیش برود، با راسوها کشتی بگیرد، در زیر آفتاب بر علفزار بخوابد یا دنبال غذا بگردد. اولش چنین است، اما پس از سپری شدن مدتی همه چیز برای سگ روستایی یکنواخت میشود: زندگی در همان مکان قدیمی؛ روزها از پس یکدیگر میگذرند؛ گوشه ایوان خانه ارباب. کم کم ولگردی در دشت و دمن برای سگ روستایی خسته کننده میشود و از این پارسه‌ها زخمها و خراشهایی بر تنش مینشیند. بنابراین پس از مدتی ترجیح میدهد کنار دست ارباب بماند. خدا را چی دیدی؟ شاید ارباب بیسکوییتی مهمانش کرد یا دست نوازشی بر سر و شکمش کشید.

سگ شهری کاملاً متفاوت است. سگ شهری در خانه حبس است و بیرون رفتن برایش قدغن شده. سگ شهری تنها یک هدف دارد: بیرون رفتن! سگ شهری یاد گرفته که چه زمان و چگونه درها باز می

شوند، و چطور میشود به امید فرار به در ضربه وارد کرد. به محض آنکه در باز میشود، سگ شهری بیرون میدود. صاحب سگ شهری شاید دنبالش بدود یا حتی مجبور شود سوار ماشین شده خانه به خانه دنبال سگ فراری بگردد و مرتباً نامش را صدا بزند و خواهش کند به خانه برگردد. اگر صاحب سگش را ببیند، احتمالاً باید بیسکویتی رشوه بدهد یا قلاده‌های به گردنش ببندد تا بتواند سگ را به خانه برگرداند.

آنهایی که به زندگی مسیحی به چشم مجموعه‌های از قوانین و مقررات و امر و نهیهای فراوان نگاه میکنند، شبیه سگهای شهری هستند. من به تجربه دریافته‌ام که بسیاری از مسیحیان احساس در قید و بند بودن و محدود بودن میکنند و دوست دارند از مقرراتشان بگریزند. میدانم چون خودم هم یکی از آنها بودهام. کسانی که هویتشان در مسیح را درک میکنند مثل سگهای روستایی هستند. آنان خوب میدانند که زیر شریعت نیستند و میدانند که میتوانند گناه کنند، و چون در گذشته گناه کرده‌اند، این را بهتر از دیگران میدانند. آنها بیشتر راضی به این هستند که نزدیک اربابشان باشند. یکی از نویسندگان ارتودکس مطلب را بدین گونه بیان میکند: «زندگی روحانی زندگی بر پایه قوانین و احکام نیست، بلکه زندگی بر اساس مشارکت، مهربانی و محبت است، زندگی‌ای که با خدا آمیخته و ممزوج شده است.»

کدامیک از تمثیلهای این کتاب در ارتباط با رابطه ما با مسیح (اعم از تاک و شاخهها، معبدی که روحالقدس در آن ساکن است، پروانه، یا سگهای روستایی)، به بهترین شکل مفهوم ماندن در مسیح را توضیح میدهند و بیشتر از همه مایه تشویق شما میشوند؟

مَسْکَن پری خدا

آنچه که قبلاً گفتم شاید برای عده‌های تکان دهنده به نظر برسد: مسیحیان «میتوانند گناه کنند». این بدان معنا نیست که ایشان میباید گناه کنند. ما برای گناه کردن آفریده نشده‌ایم؛ در واقع نسبت به

آن مردهایم. اما به طور قطع توانایی ارتکاب گناه را داریم و گناه هم میکنیم. ما مسیحیان زیر شریعت نیستیم (رومیان 6:14). هیچ مجموعه قوانین و مقررات یا فهرست «بکن، نکن»هایی برای تعریف یک مسیحی وجود ندارد. حس تقصیر عامل محرکی است که به مرور زمان تأثیرش را از دست داده است. اما این سخن بدان معنا نیست که ما هرچه دلمان بخواهد میتوانیم انجام دهیم. پولس این مطلب را بدین گونه بیان میکند: «همه چیز بر من جایز است،" اما همه چیز مفید نیست. "همه چیز بر من رواست،" اما نمی‌گذارم چیزی بر من تسلط یابد» (اول قرنتیان 6:12).

من برای انتخاب اینکه چه بکنم و چه نکنم، آزاد هستم. ولی به این نکته توجه داشته باشید: آن انتخابها میباید در پرتو هویت من صورت بگیرند، نه اینکه تعیین کننده هویت من باشند. من کسی هستم که مسیح در او ساکن است، و همین باید در انتخابهایم راهنمای من باشد. آیا این فعالیت برای من مفید است؟ آیا آن اقدام مرا اسیر میسازد؟ اینها پرسشهایی هستند که ما اکنون از خود میپرسیم. اکنون روحالقدس است که ما را هدایت میکند، و رمز تقدس همین است. درک هویت راستین و عمل کردن بر اساس آن، انگیزهای بس قویتر از حس تقصیر است.

در این موقع به کری گفتم: «آیا تماشای آن مزخرفات در تلویزیون، آیا حقیقتاً با هویت تو هماهنگی یا سنخیتی دارد؟»

گفت: «نه. قبلاً که فکر میکردم گناهکاری فاسد هستم، پاسخ مثبت بود. آنچه که الان میبینم این است که آن کسی که فکر میکند گناهکار است، حتی اگر تلویزیون را هم خاموش کند، با حسرت و افسوس ته دلش مایل به روشن کردن دوباره آن میباشد. اما کسی که میدانند در مسیح کیست، می تواند یاد بگیرد که بدون پشیمانی و میل به برگشت، تلویزیون را خاموش کند.»

در آن لحظه فهمیدم که او متوجه مطلب شده است.

یکی از داستانهای مورد علاقه من، حکایت جان اهل کرونشئات (*John of Kronstadt*) است. او یک کشیش ارتودکس روس است که در سده نوزدهم زندگی میکرد؛ در دورانی که مصرف بیرویه الکل امری فراگیر بود. هیچیک از کشیشان جرأت نداشتند برای کمک به مردم از کلیساهایشان بیرون بیایند. آنان همانجا منتظر نشسته بودند تا مردم خود به سراغشان بروند. جان از سر محبت برای نجات مردم پا به خیابانها گذاشت. مردم میگفتند که او افراد مست و بدبو را از توی جویهای خیابان بلند میکرده، زیر بازوانشان را میگرفته و بدیشان میگفته: «این دون شأن و منزلت شماست. قرار

بوده که شما مسکن پری خدا باشید.» من عاشق این جمله هستم: **قرار بوده که شما مسکن پری خدا باشید.** این جمله توصیف کننده من و شما است. رمز سلوک کردن در تقدس، پی بردن به هویت حقیقیمان است.

قدرت خدا در ضعف ما

ما هم میتوانیم مانند جان کرونشتات به ایمانداران شکسته و ضعیف بگوییم: «شکستگی و ضعف شما معرف هویت شما نیست». شما کسی هستید که مسیح در او ساکن است. قرار بوده که شما مسکن پری خدا باشید. ما بدیشان همچون پسر گمشده خوشامد میگوییم و آنها را به حق طبیعی شان میرسانیم، حتی اگر در پذیرش آن مشکل داشته باشند. اما به آدمهایی نظیر کری- یعنی «برادر بزرگتر» های خوب و درستکار، آنهایی که سخت تلاش می‌کنند و شکست می‌خورند- همان پیغام را می‌دهیم. به آنانی که برای کامل بودن دست و پنجه نرم می‌کنند، پیغام همان است: شما کسانی هستید که مسیح در آنها ساکن است. جلال شما نه در آنچه می‌کنید، که در آنچه هستید می‌باشد.

هم زخم خورده‌ها و هم شریعتزده‌ها لازم است شنوای تعارضی حتی عمیقتر باشند. در ضعف ما است که قدرت خدا آشکار میشود. شکستگان و کوبیدگان احساس میکنند که دیگر چیزی برای ارایه ندارند؛ شریعتزده‌ها احساس میکنند که کمالشان آن چیزی است که بدانها ارزش میبخشد. هر دو گروه در اشتباهند. ما در عین ضعف و شکستگی خدمت می‌کنیم. دیگران را از طریق آسیب پذیری خودمان شفا می‌دهیم، چون این درست همان جایی است که مسیح بیشتر از همیشه میدرخشد. پس ما میتوانیم به مردم چیزی را بدهیم که بیش از همه بدان نیازمند هستند: عیسی را. هنری نوون (Henry Nouwen) می‌نویسد:

مسئله این نیست که: مردم تا چه اندازه شما را جدی می‌گیرند؟ چقدر قرار است انجام بدهید؟ آیا میتوانید نتایجی را نشان بدهید؟ بلکه: آیا شما عاشق عیسی هستید؟ ... در دنیای تنهایی و نومیدی ما، یک نیاز مبرم برای هر زن و مردی وجود دارد و آن نیاز به شناخت دل خدا است؛ دلی که میبخشاید، مراقب است، رسیدگی میکند و میخواهد شفا دهد.

این حقیقت را با کری در میان گذاشتم که قدرت خدا نه در کمال (که یک توهم و خیال باطل است)، بلکه در ضعف کامل میشود (دوم قرن‌تیاں 9:12). به او قوت قلب دادم که مطمئن شود دیگران هم می‌خواهند همان عیسایی را بشناسند و تجربه کنند که او می‌شناسد. همانی که خود وی زمانی او را شناخت که دست از تلاش برای کسب پذیرش او برداشت و به سادگی دریافتش کرد.

در زندگی خودتان، آیا این تعارض را تجربه کرده‌اید که مسیح از طریق ضعف و آسیب‌پذیری بیشتر می‌درخشد؟ یا اینکه آیا آن را در زندگی کسی که می‌شناسید دیده‌اید؟ توضیح بدهید.

دوست و همکارم، پاتریک سل (*Patrick Sehl*) مدیر خدمت رسانی پردیس دانشگاه فریندز (*campus ministries of Friends University*) است؛ همان دانشگاهی که من هم در آن تدریس میکنم. پاتریک خلاقیت عجیبی در بیان کردن موضوعات انتزاعی و ذهنی بصورت عینی دارد. او که می‌خواست تعارض نحوه خدمت رسانی ما به دیگران از طریق شکستگی‌هایمان را با مثال توضیح دهد، یک جعبه مقوایی برداشت و از شاگردانش خواست «جعبه را بزنند». آنها جعبه را سوراخ سوراخ کردند، با لگد به این طرف و آن طرف پرتابش نمودند و پارهاش کردند. بعد او جعبه را روی میز و برابر دیدگان آنان گذاشت. او از قبل زیر جعبه چراغی تعبیه کرده بود. سپس چراغ کلاس را خاموش کرد و بعد چراغ زیر جعبه را روشن نمود. لازم نبود چیز دیگری بگوید. همه منظورش را فهمیده بودند. نور عیسی از میان شکستگی‌های ما بیرون می‌زند.

مسیح را که در ماست به دیگران نیز بدهیم

روش برخورد عهد جدید با زندگی مسیحی بدین ترتیب است که اول به ما می‌گوید که هستیم و به چه کسی تعلق داریم، و بعد تشویقمان میکند تا به شیوه‌های شایسته آن هویت زندگی کنیم. کری توانست این را بفهمد و از آن به بعد زندگیش تغییر کرد. او به طور خاص با معضل شهوت دست به گریبان شده بود، و من هم مشخصاً در مورد همان وسوسه با وی گفتگو کردم- اینکه از کجا می‌آید و چگونه میتوان با آن مقابله نمود. ولی همان فرایند در مورد هر گناه دیگری که ما را در خود احاطه

کرده نیز کاربرد دارد. کتاب دوم از این سری کتابها، **زندگی خوب و زیبا**، به طور مشخص به این قبیل کشمکشها پرداخته، در مورد روشهای مقابله با خشم، شهوت، دروغ گویی، طمع، نگرانی و نظایر آنها راهکارهایی ارائه مینماید. اما فرقی نمیکند که شرارت از چه نوع است، هویت ما در مسیح مبنای کار ما برای مقابله با آنها میباشد. درک این موضوع قدری زمان میبرد. روایات کهنه را به سختی میتوان عوض کرد. **بهترین رویکرد آن است که در حقیقت هویت خودمان در مسیح بیشتر تأمل کنیم، انضباطهای روحانی را که به حقایق مزبور عمق میبخشند، تمرین کنیم و بخشی از اجتماعی باشیم که آن حقایق را استحکام میبخشند.**

چند سال بعد، کری برای دیدن من آمد. در طول گفتگویمان، لبخند از لبانش دور نمیشد. او گفت: «به گمانم آن روزی که پی به مطلب بردم، درست روزی بود که میخواستم به مأموریت بروم. قبلاً عصبی میشدم و چنین دعا میکردم: "خداوندا، من نمیخواهم دوباره ناامیدت کنم." اما این بار هیچ اضطرابی نداشتم. وقتی به اتاق هتل رسیدم، به طرف تلویزیون رفتم و درهای کنسول را بستم و لبخند زدم. با خودم زیر لب چنین نجوا کردم: "من میدانم کی هستم. من فرزند خدا هستم. من مسکن پری خدا هستم." هرگز وسوسه نشدم تلویزیون را روشن کنم تا حتی به تماشای اخبار بنشینم. به خودم مغرور نیستم. همان طور که آموختم، میدانم که گناه همچنان باقی است. اما دیگر بر من تسلطی ندارد. من از وقت آزادم برای مطالعه و استراحت استفاده کردم. میدانستم که **میتوانم گناه کنم، و میدانستم که خدا هنوز مرا دوست دارد. اما نمیخواستم گناه کنم.** این زمانی بود که قضیه را فهمیدم و بالاخره در من ریشه زد. هرگز فکرش را هم نمیکردم که تا این اندازه ساده باشد.»

وی ادامه داد: «و از همه بهتر اینکه شجاعت پیدا کردم تا داستاتم را با کسان دیگری هم در میان بگذارم. اولش میترسیدم که مورد داوری قرار بگیرم. اما چنین اتفاقی نیفتاد. در عوض، خلیها پیشم آمدند و از من خواستند کمکشان کنم. هنوز مدتی نگذشته بود که برای کمک به کسانی که با معضل شهوت دست به گریبان هستند، گروهی مسئول تشکیل دادم. هر هفته دور هم جمع میشدیم تا یکدیگر را تشویق کنیم. به یکدیگر یادآوری میکردیم که چه کسانی هستیم. تغییراتی که من دیده‌ام، فوقالعاده هستند.»

یکی از کارهای خدا تغییر دادن نام افراد است: ابرام به ابراهیم، سولس به پولس. او نام من و شما را هم عوض میکند: از گناهکار به قدیس، از کسی که در انزوا زندگی میکند، به کسی که مسیح در

وی ساکن است. او آنچه را که شکسته میگیرد و با فیضش آن را مرمت میکند. و او به واسطه همان شکستگی‌های ما که واقعاً به فیض او نیاز دارند، به افراد دیگر کمک می‌کند.

تربیت نفس

عزالت

هدف اصلی این فصل کمک به شما در درک هویتتان بوده است. مسیحیان کسانی هستند که مسیح در وجودشان ساکن است. اما از آنجایی که احتمال دارد ما احساسی را که از خودمان داریم بر

پایه روایات نادرست («من واقعا خوب هستم»، «من واقعا بد هستم»، «من زیبا هستم»، یا «من چاق هستم») بنا کرده باشیم، لازم است دست به فعالیتی بزنیم تا به تجربه این روایت جدید کمک نماید: عزلت.

عزلت یعنی سپری کردن زمانی به دور از دیگر مردمان. معمولا ما وقتی عزلت را تجربه میکنیم که بر حسب تصادف کسی اطرافمان نیست. اما این عزلت مورد نظر من نیست. عزلت مؤثر زمانی است که آگاهانه و به عمد با خودمان و خدا تنها باشیم. در این مواقع است که خدا در حیطه هویت ما، دست به عملی قدرتمندانه میزند. دالس ویلارد مینویسد:

هنگامی که به عزلت و سکوت وارد میشویم، از مطالبه کردن از خدا دست میکشیم. همین که خدا خداست و ما از آن او هستیم، کفایت میکند. یاد میگیریم که روحی داریم، خدا اینجا است، و این جهان «سرای پدر من» است. این معرفت از خدا به طور فزایندهای جای مشغولیات مفرط و خودبزرگ بینی را که سکان هدایت اکثر انسانها، و از جمله مذهبیون را در دست دارد، میگیرد.

وقتی برای مدتی از مردم کناره میگیریم، دیگر کسی نیست تا روی ما تأثیر بگذارد، عقایدی را در ذهن ما بکارد و تصور ما از زندگی را دستخوش فراز و نشیب سازد. بگذارید مثالی بزنم. چند سالی بود که برای گذراندن نصف روزی در عزلت و تنهایی راهی سفرهای پراکنده به کلبه‌های در نواحی نزدیک میشدم و اوقاتم را به استراحت و دعا میگذراندم. روی میز تحریر کلبه نشانی قرار داشت:

به این عزلتگاه خوش آمدید

با خیال راحت نقابتان را بردارید

چون کسی آن اطراف نبود، میتوانستم خودم باشم. هیچ نیازی نبود باهوش یا شوخ طبع یا زیرک جلوه کنم. و بعد از آنکه با خودم رودررو میشدم، در مقابل خدا قرار میگرفتم. و خدا- نه دنیا، نه دوستان یا اعضای خانوادهم- شروع میکرد به شکل دادن هویتم.

کلامی خطاب به اشخاص برون-گرا

بدون شک برخی از ما از عزلت‌گزینی احساس اضطراب خواهیم کرد. پاتریک سل، یکی از دوستان و همکارانم که قبلاً از او یاد کردم، به من گفت: «از میان همه تمرینهایی که تو در طی سالیان به من آموختهای، این یکی از همه برایم سختتر بوده است.» پاتریک آدمی برون-گرا و اجتماعی است؛ عاشق آن است که با مردم باشد، و از تنهایی خوشش نمی‌آید. وی همچنین، به اعتراف خودش از عدم تمرکز رنج می‌برد، یعنی مدام حواسش پرت می‌شود. مادامی که با مردم یا سرگرم کار کردن روی پروژه‌های است، ذهنش متمرکز می‌ماند. اما در عزلت، فکرش از کنترل خارج شده به هر سوی کشیده می‌شود. در طی سالها آموخته‌ام که افراد نظیر پاتریک در اکثریت هستند.

برای درون-گرایان که در عزلت آرامش و آسودگی خیال زیادی پیدا میکنند یکی دو ساعت تنها بودن لذتبخش است. در کلاس زنی بود که میگفت: «فقط همین؟ یکی دو ساعت؟ من معمولاً به پنج ساعت عزلت نیاز دارم تا بتوانم به معنای واقعی با خدا ارتباط برقرار کنم.» تیپ شخصیتی و خلق و خوی فردی، شاید بیش از هر تمرین روحانی دیگری، در عزلت نقش مهمی ایفا میکنند.

این بدان معنا نیست که برون-گرایان باید سعی کنند از عزلت خودداری نمایند. درست برعکس. تفاوت در شیوه رویکرد است. اگر شما هم مثل پاتریک هستید، در ابتدا زیاد به خودتان سخت نگیرید. هر بار فقط با پنج تا ده دقیقه شروع کنید. یک فنجان نوشیدنی خوب بردارید، جایی بنشینید و خود را رها کنید. تا جایی که توانایی‌اش را دارید بیحرکت بمانید. در حالی که مشغول تجربه کردن عزلت هستید، آزادید تا موسیقی پس‌زمینه‌های هم‌پخش کنید یا سرگرم کاری ساده شوید که متمرکز نگاهتان دارد؛ کاری مانند شستشوی لباسها یا اتو کردن آنها یا شستن ظرفها. زیاد خودتان را در قید و بند مقررات قرار ندهید. اگر احساس ناراحتی میکنید، دعای شکرگزاری بخوانید و به کاری که پیش از عزلت بدان مشغول بودید، بازگردید. هدف کمک کردن به شما است تا نحوه راحت بودن در تنهایی با خدا را یاد بگیرید.

هویت شما در مسیح

در خلال زمانی که در عزلت می‌گذرانید، ممکن است بخواهید آیات زیر را در مورد هویت خود در مسیح بخوانید. به آهستگی آیهای را بخوانید و چند دقیقه‌های را صرف اندیشیدن در مورد آن نمایید. عجله نداشته باشید یا سعی نکنید چیزی را به انجام برسانید. فقط به ذهنتان اجازه بدهید بر حقایق

کتاب مقدس در ارتباط با هویت حقیقتان انگشت تأکید بگذارد. این کار افکار شما را متمرکز ساخته، به حقایقی که در این فصل مطرح شدند، عمق میبخشد.

- من فرزند خدا هستم: «به همه کسانی که او را پذیرفتند، این حق را داد که فرزندان خدا شوند، یعنی به هر کس که به نام او ایمان آورد.» (یوحنا 12:1)
- من پارسا شمرده شده‌ام، و با خدا در صلح به سر میبرم: «پس چون از راه ایمان پارسا شمرده شده‌ایم، میان ما و خدا به واسطه خداوندان عیسی مسیح صلح برقرار شده است.» (رومیان 1:5)
- من از محکومیت آزادم: «برای آنان که در مسیح عیسی هستند، دیگر هیچ محکومیتی نیست.» (رومیان 1:8)
- من با عیسی زنده شده‌ام: «آن زمان که در گناهان و حالت ختنه ناشده نفس خود مرده بودید، خدا شما را با مسیح زنده کرد. او همه گناهان ما را آمرزید.» (کولسیان 13:2)
- من نمیتوانم از محبت خدا جدا باشم: «زیرا یقین دارم که نه مرگ و نه زندگی، نه فرشتگان و نه ریاستها، نه چیزهای حال و نه چیزهای آینده، نه هیچ قدرتی، و نه بلندی و نه پستی، و نه هیچ چیز دیگر در تمامی خلقت، قادر نخواهد بود ما را از محبت خدا که در خداوند ما مسیح عیسی است، جدا سازد.» (رومیان 8:38-39)
- من با مسیح در قلمرو آسمانی نشستهم: «خدا ... به خاطر محبت عظیم خود به ما، ... ما را با مسیح زنده کرد ... و با مسیح برخیزانید و در جایهای آسمانی با مسیح عیسی نشانید.» (افسیان 2:4 و 6)
- من در روح هستم، نه در جسم: «اما شما نه در حاکمیت نفس، بلکه در حاکمیت روح قرار دارید، البته اگر روح خدا در شما ساکن باشد.» (رومیان 9:8)
- عیسی زندگی من است: «چون مسیح که زندگی شماست، ظهور کند، آنگاه شما نیز همراه او با جلال ظاهر خواهید شد.» (کولسیان 4:3)

- من به صورت تصویر مسیح دگرگون خواهم شد: «همه ما که با چهره بی‌حجاب، جلال خداوند را، چنان که در آینه‌ای، می‌نگریم، به صورت همان تصویر، از جلال به جلالی فزونتر دگرگون می‌شویم؛ و این از خداوند سرچشمه می‌گیرد که روح است.» (دوم قرن‌تیان 18:3)

برای تأمل

صرفنظر از اینکه این مطالب را با دیگران می‌خوانید یا در تنهایی، پرسشهای زیر به شما در تأمل و تفکر در مورد تجربیاتتان کمک خواهند کرد. در هر حال، شاید ایده‌بدی نباشد که در دفترچه‌هایتان به این پرسشها پاسخ دهید. اگر با گروهی جمع می‌شوید، دفترچه‌های یادداشت‌هایتان را همراه خود بیاورید تا به شما در به یاد آوردن بینش‌هایتان کمک کنند تا بتوانید تجربیاتتان را با دیگران در میان بگذارید.

1. آیا توانستید در این هفته تمرین خود را انجام دهید؟ اگر توانستید، توضیح دهید که چگونه و چه احساسی در این رابطه دارید.
2. از طریق آن تمرین چه چیزی در مورد خدا یا خودتان یاد گرفتید؟
3. عزلت به ما اجازه میدهد در توانایی برای «برداشتن نقابهایمان» رشد کنیم و در حضور خدا صرفاً همان کسی باشیم که حقیقتاً هستیم. آیا این سخن توصیف کننده تجربه شما از این تجربه میباشد؟ توضیح دهید.

فصل نهم

چگونه خیارشور درست کنیم

یک شب من و پسر، جیکاب (Jacob) تصمیم گرفتیم به تماشای یک کنسرت کلیسایی برویم. کمی زودتر از خانه بیرون آمدیم تا در میان راه به یکی از کافیشاپهای محلی رفته، برای او نوشابه و برای خودم لیوانی قهوه بگیریم. چند ماهی میشد که در این فکر بودم که از سرعت رویدادها کم کنم تا بتوانم بیشتر طعم لحظات زندگی را بچشم. از این رو خوشحال بودم که به جای عجله کردنهای همیشگی، توانستم برای گذراندن ساعاتی با هم، حاشیهای به وجود آورم.

هر کدام نوشیدنیهای خودمان را گرفتیم و گوشهای نشستیم تا از آن لحظه لذت ببریم. اما جیکاب نوشابه‌اش را لاجرعه سرکشید و با بیقراریهای معمول نوجوانان بیصبر گفت: «بجنب بابا، بزن بریم».

«ولی هنوز پانزده دقیقه وقت داریم.»

او خواهش کرد: «پس پاشو بریم جای دیگر.»

«آخر چرا؟ می‌خواهم آرام بنشینم و از قهوهام لذت ببرم.»

«پاشو، خواهش میکنم. حوصله‌ام سر رفت.»

من خیلی در مورد «بیماری عجله» آمریکایی فکر کرده بودم؛ در مورد همیشه در شتاب بودن و عللی که در پشت آن نهفته است. عجله یک جور نگرش درونی است که لزوماً نباید از شرایط بیرونی ناشی شده باشد؛ سر رفتن حوصله یکی از نشانههای آن است. راه حل مشکل بر خلاف انتظار شما است: همان جایی که هستید، بمانید.

گفتم: «با تو معاملهای میکنم. به محض اینکه به پنج چیز این کافیشاپ توجه کردی که قبلاً هرگز متوجه‌شان نشده بودی، از اینجا میرویم.» او قبلاً پنج شش باری به آن کافیشاپ رفته بود.

جیکاب پرسید: «منظورت چیست؟»

«به اطرافت خوب نگاه کن. به دیوارها، به سقف، و دنبال پنج چیز بگرد که قبلاً واقعا به آنها هیچ توجه نکرده بودی.»

سرش را بالا گرفت و به سقف خیره شد. به سایبان اشاره کرد و گفت: «خب، من هرگز متوجه آن چیز زرد رنگ نشده بودم.»

گفتم: «خوب است. ادامه بده.»

به اطرافش نگاه انداخت: «آنجا یک پیشبند را به دیوار آویخته‌اند. قبلا هرگز آن را ندیده بودم. آه، و آنجا هم عکس سگی را روی آن یکی دیوار کوبیده‌اند.»

«این شد سه تا. هنوز دو تا دیگر مانده.»

«اوم، خب ... آن چراغهای قهوه‌ای رنگ، هرگز به آنها توجه نکرده بودم. و ... کف زمین، کاشیها سیاه و خاکستری هستند. قبلا متوجه آنها هم نشده بودم.»

گفتم: «آفرین!»

اما حالا اتفاق جالبی افتاده بود. او به جای اینکه بخواهد فوراً از مغازه خارج شود، به جستجو در اطرافش ادامه میداد. حالا دیگر چهره مضطربش آرام، و حتی علاقمند به نظر میرسید. شاید به دلیل این واقعیت بود که من موضوع را به بازی تبدیل کرده بودم، اما شاید هم نه. شاید او به راستی به کشف چیزی نایل شده بود که تمام این مدت در بیخ گوشش قرار داشت.

«بسیار خوب جیکاب. تو میدانی که بابای عجیب و غریب همیشه سعی دارد چیزی به تو یاد بدهد. چه نکته‌های در این تمرین کوچک بود؟»

چند ثانیه‌های مکث کرد و بعد گفت: «بایست و به پدیده‌های دنیا توجه کن.»

در پاسخش گفتم: «آفرین! چرا این نکته مهم است؟»

«حدس میزنم به خاطر این باشد که دنیا پر است از چیزهایی که ارزش توجه کردن را دارند.»

پسرم عاقلتر شده بود! به او بالیدم.

گفتم: «درست است و من هم میخواستم چیزی را به تو نشان بدهم که خودم چند ماه پیش یاد گرفته بودم. میبینی، ما مضطرب میشویم و میگوییم حوصله‌مان سر رفته، اما آنچه که در واقع اتفاق میافتد این است که ما به اطرافمان توجه نمیکنیم؛ ما در لحظه حال زندگی نمیکنیم. و به این دلیل در حال زندگی نمیکنیم چون خیال میکنیم لحظه حال جالب نیست. در صورتی که هست! تو تازه کشف کردی

که بایستی به پدیده‌های دنیا توجه کنی. تو میتوانی حس بیحوصلگی را از بین برده، شروع کنی به لذت بردن از زندگی.»

«آره. فهمیدم بابا. حالا میتوانیم برویم؟»

خوب. ما قدری کند یاد میگیریم. اما لااقل شروع خوبی بود.

روایت نادرست: بهترین کار، روش مارتا است

عیسی به طور خاص چیز زیادی در مورد عجله، مشغولیت و حواس پرتی نفرموده، اما در اناجیل روایتی هست که به طور مستقیم به این مسائل میپردازد: داستان دو خواهر به نامهای مریم و مارتا. آنان با برادرشان ایلعازر در بیت عنیا زندگی میکردند، و از قرار معلوم عیسی هر وقت در آن شهر بود، در خانه آنها اقامت میگزید. زمانی که عیسی و شاگردانش برای شام آمدند، مارتا هراسان شد. خیلی کارها بود که باید انجام میداد و زمان کافی هم برای انجام آن همه کار نداشت، پس می‌بایست عجله کند. خواهرش ترجیح داد که به جای کمک به او در امر تهیه و تدارکهای لازم، نزد پایهای عیسی بنشیند و به تعالیم او گوش بسپارد. مارتا در این مورد از مریم گله کرد و از عیسی خواست مریم را به خاطر کمک نکردنش، سرزنش نماید: «اما مارتا به جهت زیادتی خدمت مضطرب می‌بود. پس نزدیک آمده، گفت: "ای خداوند، آیا تو را باکی نیست که خواهرم مرا واگذارد که تنها خدمت کنم؟ او را بفرما تا مرا یاری کند"» (لوقا 10:40).

بیش از اندازه قبول مسئولیت کردن، سخت مشغول و دلنگران بودن پدیده‌هایی نیستند که خاص جامعه معاصر باشند. مارتا هم با همین معضل دست به گریبان بود که ما هر روزه با آن روبرو هستیم. آیا ما هم مسئولیتهای بیش از حد بر دوش نمی‌گیریم؟ و یا آنقدر نگران چیزهای نادرست نمی‌شویم که مهمترین چیزها را از دست بدهیم؟

نیاز به سرعت

شتاب و دلشغولی چیزهای جدیدی نیستند، اما چنین به نظر میرسد که ما در زمانه خودمان آنها را به کمال خود رسانیده‌ایم. ما بیشتر از هر زمان دیگری در طول تاریخ، دچار وسواس بهره‌وری، سرعت و کارایی شده‌ایم. جرمی ریفکین (Jeremy Rifkin)، اقتصاددان و نویسنده چنین مینویسد:

ما ملتی هستیم که عاشق سرعتیم. تند رانندگی میکنیم، تند میخوریم، تند عشقورزی می‌کنیم. ما گرفتار وسواس شکستن رکوردها و کوتاه کردن مدت زمان هستیم. ما زندگی‌مان را خلاصه، تجربه‌هایمان را چکیده و افکارمان را فشرده میکنیم. فرهنگ ما با یادداشتهای تذکر و تبلیغات احاطه شده است. در آن حال که فرهنگهای دیگر ممکن است معتقد باشند که عجله کار شیطان است، ما متقاعد شده‌ایم که سرعت نشانه هشیاری، قدرت و موفقیت میباشد. آمریکاییها همیشه در حال عجله هستند.

به اعتقاد من او درست میگوید. هرچه سریعتر پیش برویم، کمتر از زندگی لذت خواهیم برد.

میان عجله کردن و توجه کردن به چیزهایی که پیرامونمان وجود دارند و قانع بودن چه رابطهای وجود دارد؟

البته سرعت به خودی خود چیز بدی نیست. من عاشق اینترنت پرسرعت هستم. مشکل در سرعت نیست. مشکل در عشق ما به سرعت است. عدم بردباری ما زندگی را دچار ابهام سرگیجه‌آوری کرده است. و در نتیجه، زندگی روحانی ما هم از فروغ افتاده است. در حالی که سختتر تلاش میکنیم، اما از لحاظ روحانی خالی و عمیقا سرخورده میشویم. چنین زندگی نمیتواند زندگی سالمی باشد.

یکبار دیگر جرمی ریفکین انگشت خود را روی مشکل ما میگذارد:

نکته عجیب این است که در فرهنگی که تا این اندازه نسبت به صرفهجویی در زمان متعهد است، ما بیش از پیش احساس میکنیم که از بسیاری از چیزهایی که برایمان ارزشمند هستند، محروم شده‌ایم. ... به رغم به اصطلاح کاراییمان ... اینطور به نظر

می‌رسد که برای خودمان زمان کمتری داریم و برای یکدیگر زمانی کمتر از آن... سرعت زندگی را تند کرده‌ایم تا فقط کمتر صبور باشیم. بیشتر سازماندهی شده‌ایم تا کمتر خود انگیخته و کمتر شاد باشیم. برای آینده آمادگی بیشتری پیدا کرده‌ایم، اما کمتر از زمان حال لذت می‌بریم و روی گذشته تأمل مینماییم. ... امروزه ما اطراف خودمان را با آلات و ادوات فنی صرفه جویی در زمان احاطه کرده‌ایم، تا فقط از نقشه‌هایی که نتوانسته‌ایم عملی‌شان سازیم، قرارهایی که نتوانسته‌ایم وفا کنیم، برنامه‌هایی که نتوانسته‌ایم تحقق ببخشیم، و ضرب‌الاجلهایی که رسیده‌اند و ما نتوانسته‌ایم کارمان را تکمیل کنیم، بیشتر کلافه شویم.

چگونه گرفتار چنین مخمصه‌های شدیم؟

راهبان و ساعتها

ساعت را راهبان اختراع کردند. دلیل این کار آن بود که بتوانند به اوقات دعا و کارشان نظم و سامانی ببخشند. کتاب **قواعد سنت بندیکت** (*Rules of Saint Benedict*) که در سده ششم میلادی به رشته تحریر درآمده، دربرگیرنده این کلمات است: «بیکاری دشمن روح است، از این رو کل جماعت میباید در اوقات معین مشغول کار یدی باشند و در دیگر اوقات هم به راز و نیاز با خدا (*lectio divina*) بپردازند».

به زعم سنت بندیکت، دو فعالیت هستند که به روح اعتلا میبخشند: کار و دعا. و به طور قطع چنین است. ساعت به راهبان این اجازه را میداد تا به شکلی دقیق به فعالیت‌های روزانه خود نظم بدهند. هر روز یکی از راهبان مأمور بود مراقب ساعت باشد و در ساعات تعیین شده ناقوس را برای کار و دعا به صدا دریاورد.

این عقیده که «بیکاری دشمن روح است» در صومعه‌ها همه گیر شد. راهبان احساس میکردند که سخت کار کردن طریقی است برای خدمت به خدا. اما به وجود کار سخت، روزی چهار تا پنج ساعت در روز را هم به خواندن و دعا کردن اختصاص میدادند، که راهی بود برای برطرف کردن استرس‌هایشان. آنها ساعت داشتند، ولی به بیماری عجله مبتلا نبودند. چند سده گذشت و کم کم وضع عوض شد. در خلال سده بیستم بود که بیماری عجله به بیماری روحانی شماره یک روزگار ما تبدیل شد.

در سال 1370 میلادی یک ساعت عمومی در شهر کلن آلمان برافراشتند. در شهر فرمانی صادر کردند که طی آن ساعات کار روزانه و ساعات منع رفت و آمد برای اولین بار تعیین شده بود. بدین ترتیب، زمان ساعت بر زمان طبیعی برتری پیدا کرد. زمان طبیعی ارگانیک است: نور و تاریکی؛ بهار و تابستان و پاییز و زمستان؛ و خورشید و ماه گذر زمان را نشان می‌دهند. اما ساعت ابزاری مصنوعی برای اندازه‌گیری زمان، و شکستن زمان طبیعی به ثانیه‌ها و دقیقه‌ها و ساعتها است.

راهبان ساعت را اختراع کردند، ولی ما نمیتوانیم به خاطر وسواس سرعت خودمان ایشان را سرزنش نماییم. تکنولوژی راه خطا را در پیش گرفته است. با اختراع ماشین، کل نگرش بشر به مسئله کار و سودجویی دستخوش دگرگونی شد. ماشین مدلی است از سودجویی: بیوقفه و خستگی ناپذیر کار میکند تا زمانی که خراب شود. پر واضح است که ما ماشین را ساختیم تا به ما کمک کند تا بتوانیم کارگران بهتر با سوددهی بیشتر داشته باشیم، اما این اختراع ما پیامدهای ناخواسته‌ای هم داشت. ما «ماشین را اختراع کردیم و سپس آن را مدلی برای زندگی قرار دادیم.»

ما به جای آنکه خویشتن را موجوداتی زنده، ارگانیک، قابل انعطاف، سیال، و طراحی شده برای استراحت و سرگرمی، خنده و یادگیری ببینیم، بشر را به مثابه ماشینی دیگر دیدیم. هر چه شبیه ماشین باشم، بهتر. از اهمیت تفکر و اوقات فراغت کاسته شد. و بعد فردریک ویلسن تیلور (*Frederick Wilson Taylor*) از راه رسید و روایت را بیش از پیش تغییر داد.

در نخستین دهه سده بیستم میلادی تیلور یک زمان سنج (= کرونومتر) را به کارخانه فولاد میدویل (*Midvale*) در فیلادلفیا برد. او با اجازه صاحب کارخانه، کار روزانه را به چند وظیفه متعدد تقسیم کرد و برای کارگران هم زمانی جهت انجام آن وظایف تعیین نمود. بعد او کوشید تا برای بالاتر بردن کارایی، که وی نامش را "سیستم" گذاشته بود، راههایی پیدا کند. کارگران از سیستم بیزار بودند، اما راندمان کار به سرعت بالا میرفت. تیلور در سال 1911، این کلمات وحشتناک را در رساله‌های با عنوان **اصول مدیریت علمی** نوشت: «در گذشته، انسان اول بود، در آینده سیستم باید اول باشد.»

میان تکنولوژی و بیماری عجله
چه رابطهای وجود دارد؟

غول فوریت، حتی در کلیساهایمان

در مورد آینده حق با تیلور بود؛ قطعاً "سیستم" اول است. بدون تردید ما در برابر خدای سوذجویی سر خم کرده‌ایم و سلامتییمان را قربانی نموده‌ایم تا او را خشنود سازیم. «سیستم تیلور» هنوز هم به فراوانی مورد استفاده ما است؛ هنوز هم نظام اخلاقی تولید صنعتی به شمار میرود. امشب به جای آنکه شامم را از پنجره ماشینم سفارش دهم، وارد ساندویچ فروشی شدم و آن را گرفتم. چرا؟ صف ماشینهای مشتریان خیلی طولانی بود. میخواستم ساندویچم را زودتر بگیرم. همچنان که با بی صبری منتظر غذایم بودم، متوجه اعلان دیجیتالی پشت پیشخوان شدم: «میانگین زمان سرویس دهی: 45 ثانیه».

مدیر رستوران با فریاد دستوراتی را به کارکنان خط آماده سازی ساندویچ میداد و ملتسمانه از آنها می‌خواست عجله کنند. علت؟ حقوق مدیر بسته به میانگین زمان خدمت رسانی است. رستوران بر پایه روایت غالب فردریک تیلور بنا گردیده است. جمله کوتاه بن فرانکلین ("وقت طلاست")، هم بخشی از روایت نادرست میباشد. البته که وقت طلا نیست. روایتی که در پس نقل قول فرانکلین وجود دارد این است که تولید ملاک ارزش میباشد. در نتیجه، ما در زیر جبر «غول فوریت (یا اضطرار)» زندگی می‌کنیم. این غول فوریت، وسواس مدرن چند-کارگی (Multitasking)، یعنی در زمان واحد چندین کار انجام دادن را به بار می‌آورد.

ورد زبان دنیای مادیگرایی ما این جمله است: «ارزش تو به اندازه همان چیزی است که تولید می‌کنی». این به روایتی منجر میشود که میگوید آنچه ما تولید میکنیم تعیین کننده ارزش ماست، و بنا بر همین استدلال هرچه بیشتر تولید کنیم، ارزشمندتریم. آنچه دیروز کرده‌ایم، خبر کهنه است؛ آنچه اهمیت دارد کاری است که امروز داریم انجامش میدهم.

آیا شما هم زیر جبر فوریت
زندگی میکنید؟ چرا؟

من اخیراً در مورد پدیده تازهای موسوم به «همه-کارگی» (omni-tasking) مطلبی خواندم. همه-کارها معتقد هستند که میتوانند در آن واحد بیش از چند تا کار انجام دهند؛ آنها همزمان تقریباً همه کار میکنند! اگر چنین مشکلی در کلیساهای ما وجود دارد، تقصیرش گردن ما است. بسیاری

از مسیحیان حاشیه نداشتن خود را به پرمشغله بودن کلیساهایشان نسبت میدهند. کلیساها گاهی تنها با یک دگرگونی کوچک زیر نفوذ روایت فرد تیلور قرار میگیرند و عمل میکنند: **کلیسا (ونه سیستم) مهمتر از فرد است**. خود من به شخصه پنج شش مرد و زن مسیحی متعهد را میشناسم که زیر بارهای سنگینی که کلیساهایشان بر دوش آنها نهاده، تقریباً له شده‌اند. از آنجایی که این افراد وظایفشان را خیلی خوب انجام میدادند، کلیسا از ایشان خواست تا مسئولیتهای بیشتری بر عهده بگیرند و در برنامه‌های کلیسایی بیشتری یاری رسان باشند. آنان آنقدر پرکار شدند که سرانجام از پای درآمدند.

شیطان همیشه به صورت یک موجود شرور سرخ رنگ، یک هیولای وحشتناک یا اسباب میل جنسی ظاهر نمیشود. او گاه به سادگی در قالب یک روایت نادرست (مثلاً تولید برابر است با ارزش) به درون ذهنهای ما راه پیدا میکند. روایت مزبور به مجردی که جای پای خود را محکم کند، ما بیآنکه خودمان متوجه باشیم رهسپار نابودی شده‌ایم. این روایت حتی میتواند ظاهری نسبتاً مسیحی هم داشته باشد. اصلاً برای همین است که ما اغلب متوجه نادرست بودنش نمیشویم. حتی ممکن است تصور کنیم که داریم کار درستی انجام میدهیم. اما یک روز میرسد که از خواب غفلت بیدار میشویم و درمیابیم که آن چیزهایی که برایمان مهمترین هستند، یعنی وقت گذراندن با خدا و خانواده‌مان، سلامت تن و روانمان را در مذبح دستاورد (یا موفقیت کلیسایمان) یکجا قربانی کرده‌ایم. و برای اثبات درستی یکچنین قربانی گرانمایی هیچ چیز نداریم.

این روایت بخصوص نیز مانند اکثر روایتهای نادرست دیگر، دربر گیرنده میزانی از حقیقت نیز هست. به طور قطع مفید بودن و درست انجام دادن کارها خوب است. کتابمقدس پر است از هشدارهای متعدد در مورد جدیت و سختکوشی در کار. مردم هم وقتی در صدد عضویت در کلیسایی برمیآیند، قول میدهند که با دعاها و حضورشان، و با هدایا و خدماتشان به کلیسا خدمت کنند. ولی میتوانیم مطمئن باشیم که خدا ما را فرخوانده تا بار زیادی بر دوشمان بگذارد. این خود ماییم که با پیروی از روایت غالبی که موفقیت و دستاورد را مهمتر از سلامت جانمان میدانند، زیر بار پرمشغلی میرویم.

انبیای واقعا بد

در سال 1967، آینده‌گرایان به یکی از کمیسیونهای فرعی سنا گفتند که به مدد پیشرفتهای فناوری تا سال 1985، آمریکاییان تنها هفتهای بیست و دو ساعت و فقط بیست و هفت هفته در سال کار خواهند کرد. هر کارگر به طور میانگین در سن سی و هشت سالگی بازنشسته خواهد شد! آنها پیشگویی کردند که ما زمان فراوانی در اختیار خواهیم داشت. واقعیت این است که از سال 1973 تا کنون اوقات فراغت در آمریکا 37 درصد کاهش یافته است. چگونه چنین چیزی ممکن است؟

هیچکس نمیتواند زمان را ذخیره یا پس انداز کند؛ ما تنها میتوانیم آن را سپری نماییم. نمیتوانیم زمان را درون یک بطری حبس کنیم تا بعداً از آن استفاده نماییم. فناوری زمانی را که میباید صرف انجام کارهای بخصوصی بکنیم، کاهش میدهد. به لطف وجود «مایکرو ویو» من میتوانم یک سیب زمینی را بسیار سریعتر از زمانی که در تنورهای سنتی صرف میشود، بپزم. ویرایش کردن یک مقاله در کامپیوتر سریعتر از دوباره تایپ کردن آن مقاله با ماشین تایپ است. ایمیل به من این امکان را میدهد تا با دوستی که در انگلستان زندگی میکند، در ظرف تنها چند ثانیه ارتباط برقرار نمایم، در حالی که «پست عادی» هفتهها طول میکشد تا به دست او برسد.

پس این همه وقت «اضافی» (و نه ذخیره شده) کجا میرود؟ ما آن را روی چیزهای دیگر صرف میکنیم. همه این پیشرفتهای تکنولوژیکی توقع ما را از آنچه که میتوانیم انجام دهیم بالا برده است، به همین خاطر بر برنامههای کاریمان افزوده‌ایم. به کارهایمان اضافه میکنیم تا به پای دیگران برسیم یا از آنها پیشی بگیریم. اگر نتوانیم از مانع بالا برویم، عقب خواهیم ماند، تولید کمتری خواهیم داشت و در نتیجه احساس اهمیت کمتری خواهیم کرد.

نور چشم ما چگونه صرف میشود

ما جمله «هنگامی که مینگرم نور چشمم چگونه صرف میشود» را مدیون جان میلتون، شاعر نامدار هستیم. میلتون سالخورده این کلمات را زمانی نوشت که داشت در اثر کهولت سن بیناییاش را از دست میداد. او برگشته به زندگی خویش نظر میافکند و در اندیشه غوطهور میشود که عمر و نور چشم خویش را چگونه صرف کرده است. بگذارید آزمایش کنیم که وقتمان را چطور صرف میکنیم. یک فرد امروزی به طور میانگین این چنین عمر خویش را صرف میکند:

- شش ماه پشت چراغ راهنمایی
- هشت ماه برای باز کردن آگهیهای پستی
- یک سال برای جستن آنچه دنبالش هستیم در میان خرت و پرتهای روی میز تحریر
- دو سال در تلاش برای تماس گرفتن با کسانی که پشت خط نیستند
- سه سال برای حضور در جلسات
- پنج سال انتظار در صف
- هر آمریکایی در طول یک روز به طور میانگین
- چهل و پنج دقیقه را صرف رفت و آمد میکند
- هفتاد و سه بار برایش مزاحمت ایجاد می‌شود
- ششصد پیغام تبلیغاتی دریافت میکند
- چهار ساعت به تماشای تلویزیون مینشیند

جای شگفتی نیست که دامنه توجه ما تا این اندازه کوتاه است. حال چگونه از پس این ضایعات سودجویی جامعه بر آییم؟ باید از وقت خانواده و سلامت خود بگذریم. مشکلات مربوط به تندرستی سر به فلک می‌زنند و خانواده‌ها وقت کمتری را با هم‌دیگر می‌گذرانند. در واقع، یک پدر یا مادر شاغل دو برابر زمانی را که با فرزندانش می‌گذراند، صرف رسیدگی به ایمیل‌هایش میکند. کارل اونوره (*Carl Honoré*) در کتاب فوق‌العاده‌اش، *در ستایش کندی (In Praise of Slowness)* تعریف میکند که چطور **قصه‌های یک دقیقه‌ای موقع خواب** به یاری والدینی آمده که نمی‌توانند به کودکانشان وقت کافی بدهند. در این کتاب قصه‌های پریان کلاسیک نویسندگان مختلف به صورت لقمه‌های شصت ثانیه‌ای فشرده و خلاصه شده ارائه می‌شود.»

بعضی چیزها که نمیتوان در آنها عجله به خرج داد

نمی‌توان از کنار چیزهای مهم زندگی با عجله رد شد. نمیتوانیم با عجله محبت کنیم، فکر کنیم، بخوریم، بخندیم و یا دعا کنیم. یکبار شخصی به من گفت: «میدانی محبت کردن یعنی چه؟ یعنی وقت گذاشتن.» فرزندان من بیش از هر چیز دیگر وقت مرا میخواهند. دخترم به من میگوید که روزهای محبوبش آنهایی هستند که من روزهای تعطیل را با آنها در خانه می‌مانم. ما با هم کاردستی می‌کنیم، بستنی میخوریم و بازی می‌کنیم. من گیتار مینوازم و او عاشق این کار است (مهم نیست اگر من یک نت را جا بیندازم، که اغلب اوقات میاندازم). ما با هم آشپزی می‌کنیم (از غذای حاضری رستوران خبری نیست!). وقت دادن به دخترم برابر است با گفتن: «دوستت دارم. تو مهم هستی.»

وقت گذاشتن به طور خاص در زندگی روحانی ما اهمیت پیدا میکند. در زندگی روحانی خود نمی‌توانیم هیچ کار مهمی را با عجله انجام دهیم.

وقتی عجله می‌کنیم- که این کار خود ناشی از مشغولیت‌های بسیار است- دیگر قادر نیستیم با هشیاری و مهربانی زندگی کنیم. خوشبختانه خدا هرگز ما را نمیخواند تا به قول ریچارد فاستر: «سراسیمه و نفس زنان زندگی کنیم». اگر بیش از اندازه قبول مسئولیت کرده و مدام در شتاب هستیم، ممکن است چنین احساس نماییم که به طور ویژه مؤثر می‌باشیم و از همین رو خدا به ما افتخار میکند. خدا خیلی خوب می‌داند که زندگی‌های پریشان و دست و پا گیر، ما را از آنچه که مهمترین نیازمان محسوب میشود، دور می‌سازد.

روایت عیسی: طریق مریم بهتر است

بگذارید به داستان مریم و مارتا بازگردیم و ببینیم عیسی در مورد سراسیمه نفس نفس زدن چه نظری دارد. پس از آنکه مارتا از عیسی خواست که مریم را به خاطر کمک نکردنش در کارهای خانه توبیخ کند، عیسی با ملایمت مارتا را سرزنش کرد: «مارتا! مارتا! تو را چیزهای بسیار نگران و مضطرب می‌کند، حال آنکه تنها یک چیز لازم است؛ و مریم آن نصیب بهتر را برگزیده، که از او بازگرفته نخواهد شد» (لوقا 10: 41-42).

من به این خاطر میگویم عیسی با ملایمت مارتا را سرزنش کرد، چون عیسی دو بار نام او را به زبان آورد: «مارتا! مارتا!». او چنین کرد زیرا مارتا مستحق آن نیست که به خاطر عجله داشتن مورد انتقاد قرار بگیرد. قصد مارتا خیر است. او در تکاپو است تا به میهمانانش خدمت کند.

اکثر ما لازم نیست برای از شتاب انداختن سرعت زندگی و دست یافتن به تعادل، چیزهای بد را از زندگیهایمان حذف نماییم: **باید کدام را نگهدارم؟ خواندن کتابمقدس یا مصرف تفریحی مواد مخدر؟** ما ناگزیریم میان چندین فعالیت خوب یکی را انتخاب کنیم. موضوع این است که ما برای همه کارهایی که دوست داریم انجامشان دهیم، وقت نداریم. زمانی که چیزهای زیادی را به زندگیمان اضافه میکنیم، ناچار چیزی دیگر باید حذف شود. متأسفانه، آدمهای پرمشغله اغلب مهمترین چیزها را قربانی میکنند: روابط، شعایر روحانی و مراقبت از خود (برای مثال درست غذا خوردن و ورزش کردن) را.

عیسی به مارتا فرمود: «تنها یک چیز لازم است». آن یک چیز گوش دادن به سخنان عیسی است. عیسی نگفت که آن «یک چیز» اطاعت کردن از فرمانهای اوست (هرچند که نوبت به آن هم خواهد رسید). اولین چیز، یعنی لازمترین چیز گوش دادن به تعالیم او است. جهان سعی میکند ما را از این چیز مهم دور سازد. طریق مارتا خوب بود، اما طریق مریم بهتر بود. نگاه مریم به موقعیت بود و آنچه را که مهمترین بود ارزیابی میکرد. عیسی در خانه او بود، و بودن با او مهمترین کاری بود که می توانست انجام دهد.

شعر جورج هربرت (نگاه کنید به فصل ۵) را به خاطر دارید؟ نفس به خدا میگوید: «پس ای گرامی، خدمت خواهم کرد.» و خدا در پاسخش گفت: «تو فقط بنشین و از گوشتی که میدهمت بخور». آنچه که انگیزه مارتا و البته مایه پریشانی وی شده بود، لزوم خدمت بود. خدمت کردن، به خودی خود چیز بدی نیست، ولی همیشه هم بهترین کار محسوب نمیشود. در آن موقع، در آن روز بخصوص بهترین کاری که مارتا میتوانست انجام دهد نشستن کنار پاهای عیسی و گوش دادن به سخنان وی بود. خیلی از ما سعی می‌کنیم بدون گوش دادن به خدا، او را خدمت نماییم. زمان برای خدمت کردن فراخواهد رسید، اما گوش دادن به سخنان عیسی همیشه بر هر کار دیگری مقدم است.

ضربآهنگ عیسی

بهترین نمونه از یک زندگی خوش آهنگ را عیسی به ما میدهد. در اناجیل میبینیم که عیسی در مواقعی از مردم کنار میگیرد تا تنها باشد (این موضوع فقط در انجیل لوقا نه بار ذکر شده). زندگی عیسی در همه حال از یک ریتم کامل و ضربآهنگ مناسب برخوردار است. او هیچگاه عجله نمیکند. هرگز کاری را با شتاب انجام نمیدهد. من این عبارت از انجیل مرقس را بسیار دوست دارم:

بامدادان که هوا هنوز تاریک بود، عیسی برخاست و خانه را ترک کرده، به خلوتگاهی رفت و در آنجا به دعا مشغول شد. شمعون و همراهانش به جستجوی او پرداختند. چون او را یافتند، به وی گفتند: «همه در جستجوی تو هستند!» عیسی ایشان را گفت: «بیاوید به آبادیهای مجاور برویم تا در آنجا نیز موعظه کنم، زیرا برای همین آمده‌ام.» پس روانه شده، در سراسر جلیل در کنیسه‌های ایشان موعظه می‌کرد و دیوها را بیرون می‌راند. (مرقس 1: 35-39)

به تعادل میان اندیشه و عمل، یا به قول جان وسلی: «پارسایی و رحمت» توجه کنید. عیسی پیش از سپیده دم به گوشه خلوتی میرود تا دعا کند. او زمانی را در تنهایی با پدر آسمانیاش میگذراند.

ولی شاگردانش چون عیسی را نمیابند دچار وحشت میشوند، به خصوص که میبینند کلی کار هست که باید انجام داد. پطرس از او میپرسد: «کجا بودی؟» عیسی در پاسخش به سادگی میگوید: «بیاوید برویم». او بدون عجله مژده فرارسیدن پادشاهی خدا را اعلان میکند، و به وسیله آیات و عجایب قدرت آن پادشاهی را به ثبوت میرساند. آیا متوجه تعادل کامل میشوید؟ او استراحت و تجدید قوا میکند و دوباره به کار و خدمت میپردازد.

در زندگی عیسی استراحت و کار

از تعادل کامل برخوردار بودند.

در زندگی شما چه؟

هویت عیسی در دوره‌های سکوت و عزلت بود که عمق مییافت، در اوقات خلوت کردن با پدر آسمانی‌اش. راز او در ایجاد تعادل میان اندیشه و عمل، استراحت و کار بود. او نسبت به هویت خود شناخت کافی داشت. برای آنانی که «مسیح در وجودشان ساکن است» نیز ریتم زندگی باید

اینچنین باشد. وقتی ما کنار پایهای عیسی زمانی را در سکوت و آرامش صرف تأمل و تفکر میکنیم، قدرت مییابیم تا در دنیای پرغوغا و شلوغ با حکمت عمل کنیم. با کم کردن سرعت زندگی میتوانیم به زمزمه‌های روح القدس گوش بسپاریم که از محبت خدا نسبت به ما میگوید، و بعد شروع میکنیم به بازتاباندن جلال مسیح که در درون ما است. تبدیل به آن دسته از کسانی میشویم که این دنیای خسته و هراسیده، بیش از همه به وجودشان نیاز دارد.

عجله را با بیرحمی ریشه کن کنید

هنگامی که دوستم جان اورتبرگ (John Ortberg) به منصب جدید و دشواری در امر خدمت گمارده شد، از دالس ویلارد درخواست مشاوره کرد. جان در حالی که قلم و دفتر یادداشتی در دست داشت، آماده بود تا دست کم شش هفت مورد کلیدی یا بیشتر را یادداشت کند. دالس با این جمله آغاز کرد: «با بیرحمی عجله را از زندگیات ریشه کن کن.» جان سخنش را یادداشت کرد.

جان با لحنی پرسشگرانه گفت: «خب، نکته بعد؟»

«نکته بعدی وجود ندارد. فقط همان یکی را انجام بده، جان. همه چیز درست خواهد شد.»

دالس میدانست که جان از همه چیزهایی که برای مسئولیت جدیدش نیاز دارد، از پیش برخوردار هست. جان یکی از برجسته‌ترین و متعهدترین پیروان مسیح است که من تا کنون دیده‌ام. او شناخت وسیعی از کتاب مقدس، درکی جامع از الاهیات و خدمت، و سالها تجربه در سازماندهی روحانی دارد و روح القدس را راهنمای خود قرار میدهد. جان به بینش یا تکنیک جدیدی نیاز نداشت. تنها چیزی که لازم بود انجام دهد غلبه کردن بر دشمن شماره یک زندگی روحانی بود: بیماری عجله.

چرا حذف کردن عجله از زندگیمان تا این اندازه حیاتی است؟ وقتی ما عجله را حذف میکنیم، حاضر میشویم، یا به بیان دقیقتر، در لحظه حال با همه جلالش حاضر میشویم. از آنچه که در اطرافمان می‌گذرد آگاه میشویم. رنگها را میبینیم و بوها را استشمام میکنیم؛ خلاصه، «حضور داریم» و پری زندگی را تجربه میکنیم. و این شامل حاضر بودن در محضر خدا هم میشود. اگر قرار است که من به عنوان یک مسیحی زندگی کنم، لازم است که پیوسته با خدا در ارتباط باشم. در یک زندگی خوب و درست عجله جایی ندارد.

میتوان بدون عجله هم با سرعت عمل کرد. اگر من فقط ده دقیقه فرصت داشته باشم تا از یک طرف فرودگاه به طرف دیگرش بروم، میتوانم با سرعت این جابجایی را انجام دهم، بدون آنکه عجله کنم. عجله یک وضعیت درونی است که مبنایش ترس میباشد: «اگر به پروازم نرسم، همه چیز خراب خواهد شد. آن دنیایی که من میشناسم، دیگر به آخر خواهد رسید!» اما وقتی با خدا راه میروم، یاد میگیرم که بگویم: «اگر به پروازم هم نرسم اشکالی پیش نمیآید. خدا با من است. همه چیز درست خواهد شد. قدمهایم را تندتر برمیدارم، اما با روحیه‌ای شاد و بدون عجله».

کارل یونگ (*Carl Jung*) میگوید: «عجله کار شیطان نیست؛ خود شیطان است». وقتی در شتاب و عجله هستیم، نمیتوانیم زندگی را با همه پری و تمامیتش تجربه نماییم؛ همچنین نمیتوانیم با خود حقیقی‌مان و نیز احساسات واقعیمان ارتباط برقرار کنیم. و از همه اینها مهمتر، از خدا هم جلو می‌زنیم. زمانی که از سرعتمان می‌کاهیم به خودمان این اجازه را میدهیم که یافت شویم، یعنی زندگی و خدا ما را بیابند. وقتی کاهش سرعت را اعمال میکنیم، حرکتمان با ضرب‌آهنگ خدا تنظیم میشود. وقتی عجله را حذف میکنیم (این سهم ماست، در پاسخ به دعوت پرفیض خدا برای داشتن یک زندگی عمیقتر)، روح‌القدس دوشادوش ما قرار گرفته به ما نیرو میبخشد.

پادشاهی خدا در حیات خلوت من

روزی، در گرماگرم تلاشم برای کند کردن سرعت زندگی و در زمان حال بودن، تصمیم گرفتم سعی کنم یک بعد از ظهر را به قول هنری دیوید تورو (*Henry David Thoreau*) «سنجیده» زندگی کنم. آن روز در میانه ماه فوریه، هوا بطور غیرطبیعی گرم بود، از این رو در حیات خلوت خانها روی یک صندلی ساده چوبی نشستم. البته مدت‌ها بود که برگهای درختان ریخته بودند، اما هنوز یک تک درخت پربرگ خودنمایی میکرد. به طور معمول من هرگز به این درخت توجهی نمیکردم، و در طول یکسال گذشته بیش از دقایقی از وقتم را در حیات خلوت نگذرانده بودم. اما این بار فرق میکرد، همه توجهم جلب آن درخت شده بود.

بعد از چند دقیقه علاوه بر برگهای نریخته آن درخت، متوجه نکته عجیب دیگری در ارتباط با آن شدم: درخت پر بود از میوه‌های ریز انگور-مانند. از این که درخت در آن موقع از سال پر از میوه بود، شگفت زده شدم. از آنجایی که تمام آن بعد از ظهر را در درون و بیرون خانه سرگرم دعا بودم، توجهم به خدا جلب شد و پرسیدم: «خدایا، چرا این درخت پر از میوه است؟» درست سر بزنگاه، یک

پرنده کوچک، به اندازه یک گنجشک، پروازکنان آمد و روی درخت نشست و دانه‌های میوه به منقار گرفت و به سمت بوته‌های در همان نزدیکی پرید. روح‌القدس در گوشم نجوا کرد: «به این دلیل درخت پر از میوه است!»

گویی کسی داشت موعظه سر کوه مسیح را در حیاط خلوت خانه من وعظ میکرد. «پرنندگان آسمان را بنگرید که نه می‌کارند و نه میدروند و نه در انبار نذیره می‌کنند و پدر آسمانی شما به آنها روزی می‌دهد. آیا شما بس باارزشتتر از آنها نیستید؟» (متی 6:26). اما موعظه هنوز تمام نشده بود. پس از آن روح‌القدس توجه مرا به تعداد میوه‌های سر درخت معطوف کرد. هزاران دانه بودند. بعد مرا به یاد کوچکی آن پرنندگان انداخت. آنها آنقدر کوچک بودند که به راحتی در مشت من جا میشدند. نکته: خدا بیش از نیاز پرنندگان، برایشان تدارک دیده است. کاربرد: وقتی با خدای خوب و زیبا زندگی کنیم، به منابعی بیش از احتیاجمان دسترسی داریم.

اگر آن روز از بجای کار کردن بیشتر به حیاط خلوت نرفته بودم، اکنون این موعظه قدرتمند را از دست داده بودم. رابین مایرز (*Robin Myers*) مینویسد: «هر ساعت از وقت بیداری ما نمایشی مقدس بر روی صحنه در حال اجرا است، منتها اکثراً تماشاچیان نابینا هستند». من میخواهم که هر روز عمرم به تماشای این نمایش مقدس بنشینم. هیچ دوست ندارم از آنچه که خدا بر روی صحنه آورده، چیزی را از دست بدهم.

آیا تا به حال تجربیهای مشابه درخت
پرمیوه را داشته‌اید، جایی که بایستید و به
آنچه پیرامونتان میگذرد توجه کنید و چیزی
عجیب را کشف نمایید؟ آن تجربه را
توضیح دهید.

چنین گنجی را فقط در لحظه حال میتوان یافت. همان گونه که دو نویسنده، ریچارد بیلی (*Richard Bailey*) و جوزف کارلسن (*Josef Carlson*) تشریح کرده‌اند: «زندگی به راستی چیزی نیست جز زنجیرهای از لحظات حال-درست یکی پس از دیگری- که باید تجربه کرد. ... شما همیشه دارید در

این لحظه زندگی میکنید: آیا در این لحظه زندگی حاضر هستید یا غایب؟» من میخواهم حاضر باشم.

چگونه خیارشور درست کنیم

برای رشد در زندگی روحانی، نه تنها لازم است از سرعت خود بکاهیم، بلکه لازم است بدانم که رشد روحانی فرایندی کند و آهسته است. تشبیه خیارشور درست کردن به رشد شاگردان مسیح میتواند قیاس مناسبی باشد. برای درست کردن خیار شور باید اول خیار تهیه کنیم. بعد لازم است محلول آب نمک و سرکه درست کنیم و خیارها را در آن محلول بخوابانیم. اگر خیار را درون محلول فرو کنیم و زود دریاوریم، آنچه داریم چیزی نیست جز تعدادی خیار آب کشیده. برای خیارشور شدن، لازم است خیار حدود شش هفته درون محلول آب نمک و سرکه بماند. محلول به آهستگی و به طور نامحسوس کار خود را درون خیار به انجام رسانیده، آن را به خیارشور تبدیل میسازد.

درست کردن خیارشور شش هفته طول میکشد، اما برای شاگرد مسیح شدن زمان خیلی بیشتری لازم است. گراهام سکروجی (*Graham Scroggie*)، واعظ برجسته چنین مینویسد: «احیای روحانی فرایندی تدریجی است. هر رشدی تدریجی است. هرچه ترکیب موجود زنده عالیتر باشد، این فرایند طولانیتر خواهد بود.» انسان موجود زنده‌های عالیتر از خیار است؛ در دگرپرسی ما فاکتورهای بسیاری دخیل میباشند. ذهن، احساسات و بدن من چند وجهی هستند. روح انسان کلّیتی عظیم است که بسیار کند تغییر پیدا میکند.

من این داستان قدیمی را که ای. اچ. سترانگ (*A. H. Strong*) تعریف کرده، بسیار دوست می‌دارم:

دانشجویی از رئیس دانشکده‌اش پرسید که آیا امکان دارد دوره‌های کوتاه‌تر از دوره تعیین شده بردارد. رئیس گفت: «آه، بله، اما آنوقت بستگی به این دارد که تو می‌خواهی چه باشی. وقتی خدا میخواهد یک درخت بلوط درست کند، یکصد سال زمان میبرد. ولی وقتی میخواهد یک کدو درست کند، فقط شش ماه وقت میگذارد.»

سترانگ در ادامه توضیح میدهد که رشد روحانی، علاوه بر اینکه فرایندی کند است، **یکنواخت** هم نیست. شاید برای چند سال رشدی شگرف را تجربه کنیم و بعد تا مدتی تغییرات بسیار اندک باشند. به گفته سترانگ، یک درخت بلوط تنها دو ماه از سال را به گونهای که بشود اندازه‌گیری کرد،

رشد میکند. باقی سال، یعنی ده ماه باقی مانده را درخت صرف استحکام بخشیدن به آن رشد می‌نماید.

قاعده ده هزار ساعت

ملکم گلدول (*Malcolm Gladwell*) در کتابش *آدمهای پرت (Outliers)*، کشفیات خودش را در رابطه با آدمهای استثنایی- یعنی آنهایی که خارج از هنجار دروغ میگویند- با خواننده در میان می‌گذارد. با وجودی که به نظر میرسد عدهای با استعداد استثنایی به دنیا آمده‌اند، اما تحقیقات گلدول وی را به نتیجه‌گیری زیر رهنمون شده‌اند:

مطالعات نشان داده‌اند که برای رسیدن به درجه استادی و داشتن تخصص در هر رشته‌ای در سطح جهانی، به ده هزار ساعت تمرین نیاز هست. ... با انجام بررسی‌های متعدد بر روی آهنگسازان، بسکتبالیست‌ها، شطرنج‌بازان، جانیان حرفه‌ای و غیره، بارها و بارها همین رقم به دست آمده است. ... ظاهراً مغز برای جذب و پذیرش هرآنچه که لازم است بداند و در آن به راستی خبره شود، به چنین مدت زمانی نیاز دارد.

او به عنوان نمونه از موتزارت نام میبرد. بسیاری میدانند که موتزارت کار آهنگسازی را در سن شش سالگی شروع کرد. وی اولین اثر ارزشمندش را در سن بیست و یک سالگی و پس از پانزده سال کار سخت، و بهترین اثرش را حدود سی سالگی تصنیف نمود. به این ترتیب، موتزارت به زعم هرولد شونبرگ (*Harold Schonberg*) منتقد موسیقی، به تعبیری شخصی «عقب افتاده» بوده است!

خبره شدن در هر کاری مستلزم صرف زمان زیاد است. اما اگر کسی میخواهد استثنایی باشد، لازم است ده هزار ساعت تمرین داشته باشد. خواهش میکنم از این حرف من دلسرد نشوید! من این موضوع را مطرح کردم تا فرایند دگرپرسی را به گونهای صحیح بیان کرده باشم. بسیاری از مسیحیان امیدوارند که تنها با گذشت چند ماهی از مطالعه کتابمقدس یا دعا، شاهد تغییرات چشمگیر باشند. آنان وقتی تغییر چندانی نمی‌بینند، معمولاً احساس میکنند که مرتکب اشتباهی شده‌اند یا به اندازه کافی سختکوشی به خرج نداده‌اند و به همین دلیل سرخورده میشوند.

حقیقت از این قرار است: هرآنچه که ما در جهت تغییر انجام می‌دهیم، حتی قدمهای کوتاه، تأثیری بر ما دارند. خواندن این کتاب با دقت و کوشش برای جایگزین کردن روایات نادرست با روایات عیسی به ما کمک میکند تا در راستای تغییر گامهای مهمی برداریم. من یقین دارم که وقتی با اخلاص خود را وقف تمرینهای آموزش روحانی میکنیم، روحالقدس کنار ما آمده روحمان را احیا و تازه خواهد کرد.

برای مثال، من برای مدتی بیش از بیست و پنج سال روی این روایتها کار کرده‌ام و با این تمرینها مشغول بوده‌ام، و با این وجود هنوز در حال رشد هستم. اما در هر ماه از هر سال در زندگیم با خدا رشدی مثبت مشاهده کرده‌ام. دلگرم باشید. سرعت تغییر کند هست، ولی اتفاق می‌افتد. برای بسیاری از شما تغییر از همین حالا آغاز شده است. خدا در درون شما کارهای خوبی انجام میدهد و شما این را می‌دانید. مطمئن باشید که این تازه آغاز زندگی جدید در مسیح است. نباید به این کتاب یا هیچ کتاب دیگری متکی باشید، بلکه تنها اتکای شما باید به خدای خوب و زیبایی باشد که در شما مشغول کار است و برای زندگیتان نقشهای دارد: «یقین دارم آن که کاری نیکو در شما آغاز کرد، آن را تا روز عیسی مسیح به کمال خواهد رسانید» (فیلیپیان 1:6).

این تازه آغاز کار است

این کتاب با هدف کمک به شما نوشته شد تا عاشق خدایی شوید که عیسی می‌شناسد. ما تا زمانی که خدا را نشناسیم و دوستش نداشته باشیم، نمیتوانیم وارد زندگی عمیقتری شویم. این فصل حلقه اتصالی است میان این کتاب و مجلد دوم، **زندگی خوب و زیبا**، که از الگویی مشابه همین کتاب پیروی میکند: جایگزین کردن روایتهای نادرست با روایتهای عیسی و پرداختن به انضباط روحانی که به جا افتادن روایتهای جدید در روح و جان ما کمک میکنند. این مجلد دوم به حیثیهایی از ناکامی انسان، مانند خشم، دروغگویی، شهوت و نگرانی خواهد پرداخت. آنچه که عیسی در بارهٔ موارد یاد شده میگوید، با روایتهایی که ما از دنیا میشنویم مغایرت دارد.

وقتی در روایتهای عیسی در مورد خدا تبدیل به «خیارشور» شدیم، آنگاه میتوانیم دلها و زندگی‌هایمان را تفتیش نماییم. اکنون که به شناخت خدای خوب و زیبا نایل آمده‌ایم، از ما دعوت میشود تا به یک زندگی خوب و زیبا قدم بگذاریم. در این اثنا، میباید از سرعت خود بکاهیم و اجازه بدهیم که روایتهای عیسی در دل و ذهن و روحمان جای گیرند.

تربیت نفس

کاهش سرعت زندگی

روح و نفس ما وقتی به کار می‌افتند که ما سرعت زندگی خود را کم کنیم. رابرت بارون (*Robert Barron*) میگوید: «عمیقترین قسمت روح دوست دارد **آهسته حرکت کند**، زیرا روح بیشتر از آنکه دنبال به انجام رسانیدن باشد، در پی مزه کردن است؛ میخواهد به جای شتابان از جایی به جایی رفتن، گوشه‌های آرام بگیرد و در نیکویی تفکر نماید.» این تکلیف شما است: از سرعتتان کم کنید، مزه مزه کنید، آرام بگیرید و تفکر نمایید. کاستن از سرعت روند زندگی یعنی حذف کردن عجله و محدود کردن خواسته‌ها و فعالیتها در زندگیمان. آنوقت است که به احتمال بیشتر از زندگی خود لذت می‌بریم و برای خدا جای خالی پیدا میکنیم.

در دوره‌های گذشته، مسیحیان به تمرینهای زاهدانه (از قبیل روزه‌های بلند مدت، ریاضت بدن) می‌پرداختند و بدین ترتیب خویشتن را تحت انضباط قرار می‌دادند تا رشد کرده به خدا نزدیکتر گردند. ما در فرهنگ مدرنمان به چیزی کاملاً متفاوت نیاز داریم. پاول اودوکیمف (*Paul Evdokimov*) به درستی مینویسد:

امروزه نبرد دیگری در جریان است. دیگر لازم نیست ما به دردهایمان چیزی بیفزاییم. جامه پشمین، زنجیر و تازیانه بیهوده ریسک شکنندگی ما را بالا می‌برند. امروزه ریاضت کشیدن یعنی رهایی از انواع اعتیادها - اعتیاد به سرعت، سروصدا، الکل، و همه گونه مواد محرک. **رهبانیت یعنی ضرورتاً استراحت کردن**، انضباط دوره‌های منظم آرامش و سکوت، تا شخص بتواند حتی در دل همه سروصداهای دنیا، برای دعا و تفکر دمی فراغت پیدا کند.

من فکر میکنم که در مورد شیوه جاری زندگی ما، حق با اوست. سرعت و محرکها ما را به هر سو بخواهند میکشانند، و از این رو ضروری‌ترین انضباط برای ما این است که از سرعتمان بکاهیم، آرام بگیریم و زمانی را برای استراحت و تفکر اختصاص دهیم.

حاشیه و آهستگی

تا زمانی که نحوه اعمال حاشیه در زندگی را یاد نگیریم، نمیتوانیم از سرعت خودمان بکاهیم. (به همین خاطر است که پیش از موضوع کم کردن سرعت، در این کتاب به مبحث حاشیه پرداختیم.) برای تغییر دادن سرعت زندگیهایمان باید پیش از هر چیز با حذف کردن تعدادی از فعالیتهایمان شروع کنیم. مت جانسون (Matt Johnson)، یکی از همکارانم در مواد درسی مجموعه دروس شاگردی، نمونه‌های است زنده از حاشیه و کاستن از سرعت. مت که سالها دستیار شبان موفقی بوده، هر سال مسئولیتهای بیشتری را تقبل میکرد - عمدتاً به این دلیل که وی در خیلی کارها خبره است. او در مقطع خاصی دریافت که شغل و خدمتش بر زندگی روحانی وی تأثیر گذاشته است. مت پس از مشورت با همسرش، از شبان ارشد کلیسا پرسید که آیا امکانش هست قدری از مسئولیتهایش را حذف کند. پر واضح است که پذیرش این درخواست به معنای پایین آمدن حقوقش نیز بود و خود مت این پیشنهاد را مطرح نمود.

اکنون مت روزهای دوشنبه و جمعه هر هفته زمان زیادی دارد تا نزد پایهای عیسی بنشیند. من به عنوان یکی از دوستان مت میتوانم به شما بگویم که مسیح - که در وجود مت ساکن است - من و بسیاری دیگر را به واسطه او برکت فراوان داده است. وی برای اطمینان خاطر «دستاوردها» کمتری دارد و پول کمتری هم در میآورد، اما روحش به طرز چشمگیری رشد کرده است. کدام مهمتر است؟ مت اولین کسی است که به شما خواهد گفت آنچه قربانی کرده در برابر آنچه که به دست آورده هیچ است. مت با سرعت درستی زندگی میکند، در جایی که هست «حضور» دارد و مسیح را در همه جنبه‌های زندگیش وارد کرده است.

چگونه کاهش سرعت زندگی را تمرین کنیم

- در مورد فعالیت‌های روز آینده فکر کنید. به جای منتظر نشستن تا دقیقه آخر برای رفتن به سراغ فعالیت بعدی، ده دقیقه زودتر رفتن را امتحان نمایید. آهسته‌تر راه بروید. آهسته‌تر رانندگی کنید. هر وقت اندکی زودتر به مقصد میرسید از وقت اضافی خود برای توجه کردن به مردم و اشیای اطرافتان استفاده کنید. نفس بکشید.
- از عمد کندترین باند سرعت را برای رانندگی، و طولانیترین صف صندوق را هنگام خرید انتخاب نمایید. در این یک مورد برایتان آرزوی موفقیت میکنم!

- با یکی از دوستان یا گروهی از دوستان برنامه شامی ترتیب بدهید. به آهستگی آشپزی کنید. از کار آشپزی و بوی غذا لذت ببرید. در هنگام خوردن غذا درنگ کنید. برای صرف آهسته غذا یکی دو ساعت صرف نمایید. با دوستان به گفتگو بنشینید و از برکت خدا لذت ببرید.
- امروز ساعتی را برای تنبلی کنار بگذارید (جانورانی که خیلی آهسته حرکت میکنند، گاهی ده دقیقه طول میکشد تا از جایی به اندازه یک فوت بالا بروند). خیلی آهسته حرکت کنید. فقط برای رفتن از اتاق نشیمن به آشپزخانه پنج دقیقه وقت صرف نمایید. قدمی بردارید و بایستید. به چیزهای اطرافتان توجه کنید. نفسهای عمیق بکشید. در لحظه حال حاضر باشید. هر کاری را از قصد با سرعتی کمتر انجام بدهید.
- یک روز کامل را به عنوان «روز کندی» تعیین نمایید. کمی زودتر بیدار شوید تا وقت داشته باشید آهسته صبحانه بخورید. اگر سر کار هستید، کارتان را با سرعتی پایین تر و روندی آهنگینتر انجام دهید (فرض کنید تخصصتان این امکان را به شما می دهد؛ اگر لازم است تند عمل کنید، آن را بدون «عجله» انجام دهید). آن روز تلویزیون و همه اشکال دیگر رسانه را حذف کنید. برای تماشای غروب خورشید وقت بگذارید، با فراغ بال قدم بزنید، بچهها را که در پارک سرگرم بازی هستند تماشا کنید. گاهی آخر شبها در مورد اینکه یک زندگی کند شده چه شکلی ممکن است داشته باشد، با حوصله به تفکر پردازید.

"چنین به نظر میرسد که اکثر ایمانداران با درک و رویارویی با این واقعیت اجتناب ناپذیر مشکل دارند که خدا در تحول زندگی مسیحی ما هیچ عجله‌ای ندارد. او از ازل تا ابد مشغول کار است!"

مایلز جی. ستنفورد

زمانی که سرعتتان را تغییر می‌دهید، سیستم درونیتان (روحتان) از سرعت معمول خلاص می‌شود و احساساتی از جنس سرخوردگی نمایانتر میشوند. برای مثال، وقتی خودتان را وادار به رانندگی در باند سرعت پایین می‌کنید، در شکمتان اندکی احساس تلاطم می‌کنید، و ممکن است دندانهایتان را هم بفشارید. بدنتان خواهد گفت: «بجنب. زود باش عجله کن. تکان بخور!» چراکه اینطوری تربیت شده است. لازم است این نیاز درونی را به کلی نادیده بگیرید. نگران نباشید- می‌توانید از عده‌هاش برآیید. تا حالا کسی در اثر چنین رفتاری نمرده است!

برای تأمل

صرفنظر از اینکه این مطالب را با دیگران می‌خوانید یا در تنهایی، پرسشهای زیر به شما در تأمل و تفکر در مورد تجربیاتتان کمک خواهند کرد. در هر حال، شاید ایده بدی نباشد که در دفترچه‌هایتان به این پرسشها پاسخ دهید. اگر با گروهی جمع می‌شوید، دفترچه حاوی یادداشتهایتان را همراه خود بیاورید تا به شما در به یاد آوردن بینشهایتان کمک کنند تا بتوانید تجربیاتتان را با دیگران در میان بگذارید.

7. آیا توانستید در این هفته تمرین خود را انجام دهید؟ اگر توانستید، توضیح دهید که کار چگونه پیش رفت و در موردش چه احساسی دارید.

8. از طریق این تمرین، در مورد خدا یا خودتان چه چیزهایی یاد گرفتید؟

9. کاستن از سرعت امری است ضد فرهنگی. چالشهایی را که با آن روبرو هستید تشریح کنید. آیا در آینده هم به تلاش برای کند کردن سرعت خود ادامه خواهید داد؟

پیوست

راهنمای بحث در گروه‌های کوچک

متیو جانسن با همکاری کریستوفر جیسن فاکس

در پاییز سال 2006 از ما دعوت شد تا در کلاسی تجربی شرکت کنیم که هدایتش بر عهده جیمز براین سمیت (James Bryan Smith) بود. او نام این کلاس را کلاس شاگردی گذاشته بود. ما دکتر سمیت را از قبل میشناختیم- از مهارت او به عنوان یک معلم، و بینشش در مورد شکل‌گیری روحانی با خبر بودیم- ولی هیچیک از ما نمیدانستیم که این کلاس چه تأثیری بر زندگی و خدمت‌ان خواهد گذاشت. فوقالعاده بود! هنوز مدتی نگذشته به دنبال راه‌هایی گشتیم تا همان کلاس و تعالیم را در کلیساهایی که خودمان خدمت می‌کردیم نیز برگزار نماییم. نتایج این کلاسها نیز عالی و پربار بود. پیشتر در فصل یک کتاب شاهد حقایقی که جیم سمیت در باب اجتماع به عنوان یکی از اجزای کلیدی دگرذیسی بیان میکند، بودهایم. ما که در گروه‌های کوچک روی این کتاب کار کرده‌ایم- اعم از خواندن، تمرین کردن و سپس بحث کردن در مورد تجربیاتمان- عملاً این حقیقت را زندگی کرده‌ایم. نتیجه‌اش روایت‌هایی عمیقاً شفاف‌دهنده، شادمانی برقرار کردن ارتباط با دیگران در سطحی شخصی، و یک زندگی تغییر شکل پیدا کرده و شبیه‌تر شده به عیسی بوده است. از لابلای همین تجربیات بود که این راهنمای بحث به وجود آمد تا به همه کسانی که در گروه‌های دوستانه، جمع خانوادگی، گروه جوانان، یا هر گروه کوچک دیگری از قبیل کلاس کانون شادی یا باشگاه کتاب گرد هم می‌آیند، کمک کند.

تعداد اعضای یک گروه میتواند از دو تا دوازده نفر متغیر باشد. ما دریافته‌ایم که تعداد ایده‌آل برای یک گروه پنج یا شش نفر است. شما با گروهی با این تعداد میتوانید به آسانی پرسشهای مندرج در راهنما را بخوانید و افکار و جوابهایتان را با جمع در میان بگذارید. بعضی گروهها به تجربه متوجه میشوند که با رهبری مشترک، یا شاید هدایت‌گردشی گروه- بدین ترتیب که هر هفته یکی از اعضا

رهبری گروه را در دست میگیرد- کارشان بهتر پیش میرود. اگر تعداد اعضای گروه دوازده نفر یا بیشتر باشد، بهترین کار این است که برای گروه یک رهبر دایمی تعیین شود.

هر جلسه به چندین قسمت تقسیم میشود. از این قسمتها به هر شیوه‌ای که راحتتر هستید استفاده کنید. اگر خواستید میتوانید از پرسش یا قسمتی خاص بگذرید، یا پرسشهایی از خودتان بدان اضافه کنید. به علاوه، شاید دوست داشته باشید به طور گروهی زمانی را صرف پرداختن به پرسش‌هایی کنید که در سراسر متن هر فصل پراکنده‌اند، و آن نکاتی را که به طور خاص مفید یا چالش برانگیز تشخیص داده‌اید، مطرح نمایید.

بسته به تعداد اعضای گروهتان، میتوانید از روی راهنمای بحث از شصت تا نود دقیقه وقت صرف کنید. ما برای هر قسمت زمانهایی را برآورد کرده‌ایم. اگر گروهتان بیش از شش نفر شرکت کننده دارد، انتظار آن را داشته باشید که جلسه در طی نود دقیقه به پایان برسد.

اگر شما رهبری تعیین شده برای یک گروه کوچک هستید که بر مبنای این کتاب پیش میروید، می‌توانید از این راهنما به عنوان یک نقطه آغاز استفاده نموده، چنانچه آماده هستید در آن تغییراتی خلاقانه به وجود بیاورید یا میتوانید به وبسایت www.apprenticeofjesus.org مراجعه کرده مواد درسی اضافی مندرج در وبسایت را مورد مطالعه قرار دهید. این مواد درسی اضافی گزینه‌های بیشتری برای کلاس و تجربیات مورد بحث فراهم مینمایند. رهبران از طریق این سایت میتوانند با یکدیگر به تعامل بپردازند و منابع اضافی دیگری هم پیدا کنند.

باشد که این راهنمای ساده بتواند به عنوان ابزاری در دست‌ان روح‌القدس برای هدایت شما به محبتی عمیقتر نسبت به خدای خوب و زیبا، عمل کند.

متیو جانسن

با همکاری کریستوفر جیسن فاکس

فصل 1: به دنبال چه هستید؟

دعای آغاز جلسه [5 دقیقه]

با پنج دقیقه سکوت و در پی آن دعایی مختصر شروع کرده، از خدا دعوت به عمل آورید تا هدایت گفتگوها را در دست بگیرد. چرا 5 دقیقه سکوت؟ چون ما در دنیایی زندگی میکنیم که پر از جنجال و سروصدا است. به آسانی میتوان در حالی که گفتگویی در جریان است، وارد گفتگویی دیگر شد. در این همه مشغله مشکل بتوان صدای نجوای خدا را هم شنید. زمانی که با دوستانمان جمع میشویم تا در سفری روحانی سهیم گردیم، آنچه میخواهیم این است که صدای خدا را در زندگی اطرافیانمان بشنویم. ما با اندکی سکوت برای شنیدن آماده میشویم، بنابراین یکی از گزینهها این است که گردهمایی را با قدری سکوت آغاز کنیم.

تربیت نفس [10-15 دقیقه]

اگر در گروهی هستید که هفت عضو یا بیشتر دارد، آنها را به گروههای کوچکتر سه یا چهار نفره تقسیم کنید. ده دقیقه را صرف بحث کردن پیرامون آنچه که از تجربه «خواب» تربیت نفس آموخته اید، بکنید. برای اینکه به همه کمک کرده باشید، برای شروع افکار خودتان را در مورد این پرسشها با گروه در میان بگذارید.

1. آیا این هفته توانستید انضباط خواب را تمرین کنید؟ اگر توانستید، توضیح دهید که چه کردید و چه احساسی در رابطه با آن دارید.

2. از طریق آن تمرین چه چیزی در مورد خدا یا خودتان یاد گرفتید؟

پرداختن به مطالب فصل ۱ [30-45 دقیقه]

ایده اولیه این فصل آن است که اکثریت مردم میخواهند تغییر کنند، اما موفق نمیشوند - نه بدین خاطر که سعی نمیکنند، بلکه چون درست آموزش نمیبینند.

[توجه داشته باشید: هر هفته پیش از شروع بحثتان، پرسشهای زیر را مرور کنید. به هر پرسشی که می‌خواهید به طور خاص مورد بحث قرار دهید، توجه ویژه مبذول دارید. بسته به تعداد اعضای گروهتان و میزان مکالمات، شاید فرصت کافی برای بحث در مورد همه این پرسشها نداشته باشید.]

1. آیا تاکنون سعی کرده‌اید چیزی را در خودتان تغییر دهید؟ از چه فرایندی استفاده کرده‌اید؟ در این تغییر تا چه اندازه موفق بوده‌اید؟
2. نگارنده کتاب نموداری برای دگردیسی در اختیار ما قرار می‌دهد. این نمودار بر اساس روایت‌های شخصی، تمرین‌های تربیت نفس، اجتماع و روح‌القدس تنظیم شده است. آیا هیچیک از اینها در تغییر شما در گذشته نقشی داشته‌اند؟ توضیح دهید.
3. روایت‌های ما داستان‌هایی هستند که شیوه زندگی ما را شکل می‌دهند. برای کمک به درک بهترتان از مفهوم روایتها، به داستانی از زندگی خودتان فکر کنید که موفقیت را برای شما تعریف میکند. در مورد آن با گروه صحبت کنید.
4. خیلی از مردم در معرض این وسوسه قرار دارند (و چنین آموزش دیده‌اند) که انجام انضباط‌های روحانی، در صورتی که باعث دگردیسی روح انسان شود، خدا را خشنود می‌سازد. این عقیده چگونه رویکرد شما را نسبت به اعمالی که تا کنون انجام داده‌اید، تغییر داده است؟
5. چه زمانی بوده که گروهی کوچک از مردم عامل تشویق و انگیزش شما در سفرتان شده باشند؟
6. از بخش کار روح‌القدس، در مورد روح‌القدس چه بینشی به دست آورده‌اید و او چگونه بر روایت‌های ما، تربیت نفس یا حس جمعی ما تأثیر می‌گذارد؟

پرداختن به کلام [10- 15 دقیقه]

[توجه داشته باشید: وقت کافی در نظر بگیرید تا هر هفته کسی از روی متن کلام خدا با صدای بلند بخواند. خیلی خوب است که حتی با اینکه کتابمقدس در برابر دیدگانتان گشوده هست، باز کسی با صدای بلند آن را بخواند و شما آن را بشنوید.]

یوحنا 1: 38-39 را با صدای بلند بخوانید.

1. به کلام عیسی گوش بسپارید؛ تصور کنید که شما یکی از شاگردان هستید که پرسش مطرح میکند. در جستجوی چه هستید؟
2. زمانی که عیسی به شما میگوید «بیا و ببین»، چه احساسی در شما برانگیخته میشود؟

جمع بندی [5 دقیقه]

جلسه خود را بدین ترتیب جمع بندی کنید که از یکی از اعضا بخواهید عبارات زیر از فصل یکم را با صدای بلند بخواند.

وقتی روح القدس روایتهای ما را به قدری کافی تغییر داد، کم کم به گونه ای متفاوت فکر می کنیم. در نتیجه شروع می کنیم به ایمان داشتن و اعتماد کردن به خدای نیکو و پرمحبتی که نیرومند و قدرتمند است. شروع می کنیم به دیدن اینکه چگونه عیسی زندگی کاملی را که ما نمی توانیم زندگی کنیم، زیست و با تقدیم آن به خدا از جانب ما، ما را از لزوم کسب محبت و خشنودی خدا آزاد کرد. و در حینی که خود را سرگرم انجام تمرینات تربیت نفس می کنیم – مخصوصاً وقتی این تمرینات را در یک جمع مسیحی انجام می دهیم – اعتماد ما به اینکه خدا در ما و در میان ما عمل می کند، افزایش می یابد. این تغییری درونی در ما پدید می آورد که خود را در رفتارهای بیرونی ما نشان می دهد.

حال، وقتی با تأخیر زمان پرواز در فرودگاه مواجه می شویم، می توانیم نفسی عمیق بکشیم و به یاد آوریم که چه کسی هستیم. مثل کریگ، ما هم می توانیم در این آزمایشات، با محبت و خوشی و آرامش و صبر و مهربانی، تحمل کنیم.

با این خبر خوش از این مکان بروید که خدا در شما و میان شما مشغول کار است. آمین.

هفته بعد

در فصل بعد نیکویی خدا را مورد بررسی قرار خواهیم داد. تمرین پرورش روح برای هفته آینده پنج دقیقه سکوت در روز و توجه کردن به دنیایی است که خدا آفریده.

فصل 2: خدا نیکو است

دعای آغاز جلسه [5 دقیقه]

با پنج دقیقه سکوت و در پی آن دعایی مختصر جلسه را شروع کنید.

تربیت نفس [10-15 دقیقه]

اعضای گروه را به گروه‌های کوچک سه یا چهار نفره تقسیم کنید و زمانی را صرف بحث پیرامون آنچه که از دو تمرین تربیت نفس آموختهاید، کنید. برای اینکه به همه کمک کرده باشید، برای شروع افکار خودتان را در مورد این پرسشها با گروه در میان بگذارید.

1. آیا این هفته توانستید از طریق تمرینها چیزی در مورد خدا یا خودتان یاد بگیرید؟
2. در تمرین پنج دقیقه سکوت روزانه، چه موردی را برای خودتان دشوار یافتید؟
3. وقتی از نزدیک به جهان آفریده شده پیرامون خودتان توجه کردید، چه چیزی برایتان آشکار شد؟

پرداختن به مطالب فصل ۲ [20-30 دقیقه]

تمرکز اولیه این فصل بر دست و پنجه نرم کردن با روایتی متداول است که میگوید خدای ما خدایی خشمگین است و ما را به خاطر گناهانمان مجازات میکند، در صورتی که خدایی که عیسی می شناسد و مکشوف میسازد، نیکو است- یعنی هیچ چیز بدی در وجود خدا نیست.

1. نگارنده داستان رویارویی با دوستی را با خوانندگان در میان میگذارد که میگوید گناه خودش یا همسرش موجب ابتلای دخترش مادلین به بیماری شده است. واکنش شما به این داستان چه بود؟
2. آیا تا به حال برایتان پیش آمده که احساس کنید خدا دارد شما را به خاطر گناهی مجازات می‌کند، یا شاید یکی از دوستانتان این مطلب را به شما گفته باشد؟ اگر پیش آمده، در مورد تجربه خود قدری صحبت کنید.
3. نگارنده خاطر نشان میسازد که بسیاری با این روایت زندگی میکنند که میگوید: «خدا داوری خشمگین است. اگر گناه کنی مجازاتت خواهد کرد.» آیا این روایت

هرگز بر شما تأثیری داشته است؟ اگر داشته، این روایت از کجا سرچشمه گرفته است؟

4. به عقب برگشته به بخش موسوم به «خوبی‌ای که تنها خوبان از آن برخوردارند» نگاهی بیندازید. سنت آگوستین زمانی که مبحث مزبور را از قاعده «علت و معلولی» گناه و رنج دور کرد، به شناختی عالی از مفهوم نیکویی رسید و در عوض چنین تعلیم داد که «نیکویی ویژه» به آنانی تعلق دارد که نیکو هستند، و بدی هم نتیجه بدی است. برای مثال، کسی که در پی خوبی کردن است، برکتی را تجربه خواهد کرد که برای بدکاران ناشناخته است، نظیر خرسندی درونی، حس خوب کمک کردن به دیگری، اعتماد کردن و غیره. اگر وقت اجازه داد، داستان افرادی را بازگو کنید که خودتان میشناسید و به خاطر خوب بودنشان «نیکویی» دریافت کرده‌اند.

پرداختن به کلام [15- 30 دقیقه]

یوحنا 9 را با صدای بلند بخوانید.

1. به عنوان یک تماشاگر، چه میبینید، میشنوید یا احساس میکنید؟
2. با تماشای عیسی در حین عمل در یوحنا 9، از او چه می‌آموزید؟
3. از طریق فریسیان، شاگردان و مردی که کور مادرزاد بود، در مورد طبیعت بشری چه چیزی یاد میگیرید؟
4. آیا در حیطه دیگری از زندگیتان احساس میکنید که خدا شما را مجازات نموده است؟ اگر چنین است، خودتان را جای کور مادرزاد بگذارید. به خودتان اجازه بدهید که سخنان عیسی را چنان بشنوید که گویی آن را خطاب به شما بر زبان می‌آورد.

جمع بندی [5 - 10 دقیقه]

از میان گروه یک داوطلب پیدا کنید تا نقل قول زیر را از فصل دوم بخواند. سپس با هم در سکوت بنشینید و روی این کلمات قدری تعمق نمایید و با همین جلسه را خاتمه بدهید.

عیسی گفت پدرش خوب و نیکوست. او همینطور این ایده را نیز که خدا بر مبنای کارهای خوب یا بد ما، به ما پاداش یا مجازاتی علنی می‌دهد، رد کرد. باران بر سر پارسایان و شریران می‌بارد. گاهی دعا می‌کنیم باران ببارد (برای محصولاتی که کاشته‌ایم) و گاهی نیز دعا می‌کنیم، باران نبارد (چون می‌خواهیم به گردش برویم). باران بر سر پارسایان و شریران، چه بخواهند و چه نخواهند، خواهد بارید. وقتی عیسی بر صلیب بود، با رنج و طردشدگی و جدایی مواجه شد و مردم با تمسخر این را که خدا واقعاً با او بود، زیر سؤال بردند. در آن وقت، عیسی ایمان داشت و امروز هم او برای من ایمان دارد. حتی زمانی که ما نمی‌توانیم ایمان داشته باشیم، او ایمان دارد.

اگر راحت هستید، دعا‌های شکرگزاری و ستایش خود را به خاطر نیکو بودن خدا، تقدیم نمایید.

هفته بعد

در فصل بعد قابل اعتماد بودن خدا را مورد بررسی قرار خواهیم داد. تمرین تربیت نفس برای هفته آینده شمردن برکاتی است که از آنها برخوردار هستید.

فصل 3: خدا قابل اعتماد است

[توجه کنید: در جلسه این هفته بخش تربیت نفس در دنباله مبحث مطالب فصل مورد بررسی قرار می‌گیرد.]

دعای آغاز جلسه [5 دقیقه]

با پنج دقیقه سکوت و در پی آن دعایی مختصر جلسه را شروع کنید.

پرداختن به مطالب فصل ۳ [25-45 دقیقه]

تمرکز اولیه این فصل بر این نکته است که ما میتوانیم به خدا اعتماد کنیم، زیرا عیسی به خدا اعتماد داشت- حتی زمانی که وارد دوره رنجهایش گردید.

1. آیا تا کنون تمرین تیم سازی را انجام داده‌اید؟ اگر انجام داده‌اید، تجربه خودتان را با گروه در میان بگذارید. آیا تمرین مزبور اعتماد به وجود آورد؟ اگر پاسخ مثبت است، در مورد «اعتماد داشتن به اعضای تیمتان» چه احساسی دارد؟

2. نگارنده معتقد است که خدا از این جهت قابل اعتماد است که خدایی که عیسی مکشوف می‌نماید، هرگز کاری نمیکند که به ما آسیبی بزند. خدا هیچ منظور بدخواهانه یا شریرانه‌ای ندارد. این مطلب را چگونه میتوانید با تعریف خودتان از قابل اعتماد بودن مقایسه کنید؟

3. در دعای ربانی با خدایی مواجه میشویم که حاضر است، پاک است، قدرتمند است، مهیا می‌کند، میبخشاید و محافظت میکند. کدامیک از این جنبه‌های خدا بیش از همه برای شما تسلی بخش است؟ درک کدامیک برای شما از همه دشوارتر میباشد؟

4. اگر در گروهی شش نفره یا بیشتر هستید، آن را به گروه‌های سه یا چهار نفره تقسیم کرده روی پرسشهای زیر بحث کنید. [ده تا پانزده دقیقه را به گفتگو و دعا اختصاص دهید].

یک «جام» آن جنبه از زندگی ما است که اعتماد کردن به خدا را برایمان دشوار میسازد.

• آیا میتوانید «جامی» را از زندگی خودتان نام ببرید؟ از طریق آن تجربه چه چیزی را در مورد خدا یا خودتان یاد گرفته‌اید؟

- نگارنده به ما میگوید که عیسی به پدرش اعتماد داشت، و من هم به خدایی که می دانم نیکو است، اعتماد خواهم کرد. دانستن این مطلب که لازم نیست خودتان را «مجبور» به گفتن «همه چیز خوب است» بکنید، چه حسی دارد؟
- چه در میانه یک رویداد غم انگیز باشیم و چه نباشیم، خیلی جالب است که مشاهده کنیم داستانمان با داستان خدا به هم گره خورده. این خبر خوش چگونه دیدگاه شما را برای سپری کردن وقت و انرژی‌تان عوض میکند؟
- اگر راحت هستید، زمانی را به دعا برای یکدیگر بگذرانید، و خدا را دعوت کنید تا داستان شما را به داستان شما گره بزند.

تربیت نفس [10-15 دقیقه]

نزدیک به پایان فصل، تمرکز روی برکاتی که دریافت کرده‌ایم معطوف میشود. اگر گروه به اندازه کافی بزرگ هست، آن را به گروه‌های جدید سه تا چهار نفره تقسیم کنید و پیرامون آنچه که از تمرین تربیت نفس شمردن برکاتتان آموخته‌اید به بحث بپردازید. لازم نیست که حتما فهرست ما را با گروه در میان بگذارید. برای کمک به شروع بحث از پرسشهای زیر استفاده نمایید:

1. از طریق آن تمرین چه چیزی در مورد خدا یا خودتان یاد گرفتید؟
2. چه مواردی در فهرست خود دارید که حتی باعث غافلگیری خودتان هم شدند؟ چرا؟
3. میان فهرست همه اعضای گروه چه تشابهی وجود دارد؟

پرداختن به کلام [10-15 دقیقه]

متی 36:26-44 را با صدای بلند بخوانید.

1. رویدادهای این متن را در ذهن خود به تصویر بکشید. این صحنه چه حسی را در درون شما برمی‌انگیزاند؟

2. این لحظه از زندگی عیسی چگونه بر توانایی شما در اعتماد کردن به خدا تأثیر میگذارد؟

جمع بندی [5 دقیقه]

برای خواندن فهرست شش صفت خدا (خدا حاضر است، خدا پاک است، خدا قدرتمند است، خدا می‌کند، خدا میبخشاید و خدا محافظت میکند) دو یا سه داوطلب پیدا کنید. هر کدام به آهستگی یکی از صفات را نام ببرند و بعد دقایقی را به سکوت بگذرانید.

با این کلمات به سکوت خاتمه دهید: با اطمینان به خدایی بروید که میتوانید بدو اعتماد کنید.

هفته بعد

در فصل بعد سخاوت خدا را مورد بررسی قرار خواهیم داد. تمرین تربیت نفس برای هفته آینده زندگی و استنشاق کردن مزمور 23 است- خوش بگذرد!

فصل 4: خدا سخاوتمند است

دعای آغاز جلسه [5 دقیقه]

از یکی از اعضای گروه بخواهید که از روی فهرست خصوصیات خدا مندرج در فصل سه را بخواند (خدا حاضر است، خدا پاک است، خدا قدرتمند است، خدا می‌کند، خدا میبخشاید و خدا محافظت می‌کند)، و بعد پنج دقیقه را در سکوت سپری نمایید. با دعایی کوتاه به سکوتتان خاتمه دهید.

تربیت نفس [10-15 دقیقه]

در گروه‌های سه یا چهار نفره در مورد تمرین تربیت نفس زندگی و استنشاق کردن مزمور 23 به بحث بنشینید. برای کمک به مکالمات خود از پرسشهای تأمل برانگیز ذیل استفاده نمایید:

1. آیا این هفته توانستید تمرین مورد بحث را انجام دهید؟ اگر توانستید، تعریف کنید که چه کردید و چه احساسی در ارتباط با آن دارید.

2. از طریق آن تمرین چه چیزی در مورد خدا یا خودتان یاد گرفتید؟

3. پرمعناترین آیه یا عبارت مزموور 23 از نظر شما کدام است؟

پرداختن به مطالب فصل ۴ [25-45 دقیقه]

تمرکز اولیه این فصل بر این نکته است که ما محبت، لطف، آمرزش یا پذیرش خدا را به دست نمی‌آوریم. خدا سخاوتمند است و همه اینها را به رایگان به ما میبخشد.

1. روایت نادرست مورد بررسی در این فصل چنین میگوید: «محبت و بخشایش کالاهایی هستند که می‌توان آنها را در ازای عملکردی مناسب به دست آورد. محبت، پذیرش و بخشایش خدا، چیزهایی هستند که برای به چنگ آوردنشان، باید شایستگی داشت، شایستگی‌ای که از طریق درست زندگی کردن میسر می‌شود. خدا بیش از هر چیز از ما انتظار دارد که گناه نکرده، در عوض کارهای نیکو انجام دهیم. این روایت چه تأثیری بر رابطه شما با خدا دارد؟

2. نگارنده خاطر نشان می‌سازد که: «گفتن اینکه گناه پیامدهایی به دنبال دارد، یک چیز است و گفتن اینکه خدا ما را به خاطر گناهانمان به کلی رد کرده، چیزی دیگر». این ایده را که گناه پیامدهایی دارد، اما گناه ما منجر به رد شدنمان از سوی خدا نمیشود را با کلمات خودتان چگونه بیان میکنید؟

3. داستانی که بر سرتاسر کتابمقدس سایه افکنده، آشکار کننده فیض خدا است. برخی روایات فرعی هستند که ممکن است با این روایت غالب و اصلی در تناقض به نظر برسند، اما روایات فرعی را تنها باید در چارچوب محبتی تفسیر کرد که نه انسان سزاوار آن است و نه میتواند به دستش آورد. این روش خواندن کتابمقدس در گوش شما چه طنینی دارد؟ به چه طرقتی در خواندن کتابمقدس به شما کمک میکند؟ از چه جهاتی برای شما راحت نیست؟

4. ما اطمینان داریم که محبت خدا به دست آوردنی نیست، و اینکه آنچه خدا از ما میخواهد فقط همین است که محبتش را بنشاسیم، و این شناخت هم طبیعتاً ما را به ابراز محبت متقابل سوق میدهد. اگر این سخن حقیقت دارد که محبت خدا به دست آوردنی نیست، از فردا چه چیز متفاوتی را انجام خواهید داد؟ چرا؟

5. ای. دبلیو. توزر مینویسد: « وقتی به این فکر میکنیم که خدا مهمترین چیز برای ماست، چه چیزی به ذهنمان خطور میکند». اگر در گروهی شش نفره یا بیشتر هستید، آن را به گروه‌های سه یا چهار نفره تقسیم کنید. برای گروه کوچک خود تعریف کنید که وقتی به خدا فکر میکنید، اولین چیزی که به ذهنتان خطور میکند، چیست. این فکر به چه طرقتی زندگی روزمره شما را شکل میدهد؟

پرداختن به کلام [15- 20 دقیقه]

متی 1:20- 15 را با صدای بلند بخوانید.

1. اگر این تنها داستانی بود که در مورد خدا میدانستید، چه نتیجه‌ای می‌گرفتید؟
2. در سکوت در مورد تجربه خودتان از سخاوتمندی خدا فکر کنید. وقتی رویدادها و برکات به ذهنتان خطور میکنند، آیا متوجه چیزی میشوید که در درونتان تغییر کرده باشد؟

جمع بندی [5 دقیقه]

از میان گروه داوطلبی پیدا کنید تا داستان زیر را با صدای بلند بخواند. سعی کنید در حین شنیدن داستان این صحنه را در ذهن خود مجسم سازید:

همین بهار گذشته، یک روز صبح در سالن خروجی فرودگاهی، توجهم به زوج جوانی جلب شد که کودکی هم با خود داشتند. کودک با دقت به مردم خیره میشد و به مجردی که میدید آن چهره انسانی هم به او خیره شده، بی‌آنکه برایش مهم باشد که صاحب آن چهره کیست، آیا پیر است یا جوان، آیا زشت است یا زیبا، آیا پکر است یا خوشحال یا نگران، با شادمانی کامل به نگاه او پاسخ میداد. صحنه زیبایی بود. سالن کسل کننده فرودگاه تبدیل شده بود به بهشت. در همان حالی که بازی کردن کودک را با بزرگسالان تماشا میکردم، مانند یعقوب وحشتزده شدم، چون دریافتم که خدا هم دقیقاً همین گونه به ما نگاه میکند، به چهره ما خیره میشود تا از دیدن آفریده‌های که خودش ساخته و او را نیکو نامیده، در کنار باقی آفرینش شادمان

گردد. ... به گمان من تنها خدا و کودکان دوست داشتنی هستند که می‌توانند اینگونه ببینند.

در آرامش بروید و با شادمانی در شناخت سخاوتمندی خدا نسبت به خودتان زندگی کنید.

هفته بعد

در فصل بعد محبت تمام عیار خدا را مورد بررسی قرار خواهیم داد. تمرین تربیت نفس برای هفته آینده «رازگهان» *lectio divina* خواهد بود، که در پایان فصل توضیح داده شده است. شاید مایل باشید در هفته آینده *lectio divina* را چندین بار تمرین کنید.

فصل 5: خدا محبت است

دعای آغاز جلسه [5 دقیقه]

با پنج دقیقه سکوت و در پی آن دعایی مختصر جلسه را شروع کنید.

تربیت نفس [10-15 دقیقه]

در گروه‌های سه یا چهار نفره در مورد تمرین تربیت نفس «رازگهان» *lectio divina* به بحث بنشینید. برای کمک به مکالمات خود از این پرسش‌های تأمل برانگیز استفاده نمایید:

1. آیا این هفته توانستید تمرین *lectio divina* را انجام دهید؟ اگر توانستید،

تعریف کنید که چه کردید و چه احساسی در ارتباط با آن دارید.

2. از طریق آن تمرین چه چیزی در مورد خدا یا خودتان یاد گرفتید؟

پرداختن به مطالب فصل [25-45 دقیقه]

تمرکز اولیه این فصل بر این مطلب است که اکثریت مردم معتقدند که محبت مشروط است، یعنی به رفتار شخص مقابل بستگی دارد. بدین ترتیب، اکثر آدمها اعتقاد دارند که خدا ما را تنها زمانی دوست دارد که خوب باشیم. عیسی از خدایی سخن گفت که بدون قید و شرط محبت میکند- خدایی که حتی گناهکاران را دوست دارد.

1. روایت نادرست مورد بررسی در این فصل آن است که خدا تنها وقتی ما را دوست دارد که خوب باشیم. نگارنده تصویری از خدا، نشسته بر صندلی گردان به ما ارایه میدهد که هر وقت ما «خوب» هستیم رویش را به سوی ما میگرداند و وقتی «بد» هستیم از ما رویگردان میشود. شما برای توصیف واکنش خدا به گناهتان چه تصویری را به کار میبرید؟

2. این فصل با نگاه کردن به عبارات گوناگون از کلام خدا، واقعیت محبت خدا نسبت به گناهکاران را باز میکند. از اینکه بدانید خدا درست همان طور که هستید دوستتان دارد، چه حسی به شما دست میدهد؟

3. یوحنا 16:3 به ما میگوید که خدا جهان را محبت میکند، یعنی خدا همه را، اعم از دشمنان ما، آنهایی که به ما زخم زده‌اند و آنانی که ما را میرنجانند، محبت می‌کند. دانستن این موضوع که خدا کسانی را دوست دارد که شما دوستشان ندارید، چه حسی در شما ایجاد می‌کند؟ شما میتوانید در سکوت به کسانی (از جمله خودتان) فکر کنید که با ابراز محبت نسبت بدیشان مشکل دارید.

اگر در گروه‌های شش نفره یا بیشتر هستید، آنها را به گروه‌های کوچک سه یا چهار نفره تقسیم کنید تا بتوانید افکار خویش را در مورد پرسش‌های چهار و پنج مندرج در ذیل، با گروه در میان بگذارید. اگر لازم بود، بخش «پدر و لخرج» و «برادر بزرگتر و من» فصل ۵ را مرور کنید.

4. در مثل پسر و لخرج (پسر گمشده) با کدامیک از پسران بیشتر میتوانید همذات‌پنداری کنید؟ آیا میتوانید با پدر همذات‌پنداری کنید؟ اگر میتوانید، به چه ترتیب؟

5. نگارنده مینویسد: «حق به جانب پنداری خدا را از ما رویگردان نمیکند، بلکه روی ما را از خدا برمیگرداند. این گناه من نیست که مرا از خدا دور میسازد، بلکه عدم پذیرش فیض از سوی من - چه نسبت به خودم و چه نسبت به دیگران - است که از خدا دور میکند». واکنش شما به این عبارت چیست؟ حق به جانب پنداری به چه ترتیبی شما را از خدا دور میسازد؟ چگونه میتوانیم این حق به جانب پنداری را در زندگی‌هایمان تشخیص بدهیم؟

6. اگر به گروه‌های سه یا چهار نفره تقسیم شده‌اید، دوباره جمع شوید و از یکی از اعضای گروه بخواهید شمرده و با صدای بلند شعر «محبت III» را بخواند، و از دیگر اعضا نیز بخواهید این محبت را مجسم کنند.

پرداختن به کلام [15- 20 دقیقه]

lectio divina را میتوان به صورت گروهی نیز انجام داد. متن زیر از کلام خدا را به عنوان مبنای قرائت به کار ببرید (متی 9:12-13). پیش از آنکه شروع کنید، تصمیم بگیرید که هر بار چه کسی قرار است کلام را بخواند.

- اولین باری که آیات خوانده میشوند، بگذارید کلام در ذهنتان بنشیند. چند دقیقهای را در سکوت سپری نمایید.
 - بار دومی که کلام خوانده میشود، به هر کلمهای که به نظر میرسد مورد تأکید خدا است، توجه کنید. پس از دومین قرائت هر یک از اعضای گروه میتوانند کلمه یا عبارتی را که با قلبشان صحبت کرده با دیگران در میان بگذارند، اما نباید به تفصیل توضیح بدهند.
 - برای بار سوم عبارت مورد نظر را بخوانید. این بار به خدا اجازه بدهید که اهمیت این کلام را برای شما آشکار سازد. سه تا پنج دقیقه را در سکوت بگذرانید و با خدا حرف بزنید. پس از سکوت، هر کس که میخواهد میتواند آنچه را که احساس میکند خدا از طریق عبارت مذکور به وی گفته، با جمع در میان بگذارد.
- «بیمارانند که به طبیب نیاز دارند، نه تندرستان. بروید و مفهوم این کلام را درک کنید که "طالب رحمت، نه قربانی." زیرا من برای دعوت پارسایان نیامده‌ام، بلکه آمده‌ام تا گناهکاران را دعوت کنم. (متی 9:12-13)

جمع بندی

به سلامتی بروید و با شادمانی در شناخت محبت خدا نسبت به شما زندگی کنید.

هفته بعد

در فصل بعد قدوسیت خدا را مورد بررسی قرار خواهیم داد. تمرین تربیت نفس برای هفته آینده «حاشیه» است، که در پایان فصل به طور مبسوط توضیح داده شده است. حاشیه چیزی است که تا پیش از گردهمایی دوباره و بحث پیرامون آن یک هفته کامل فرصت نیاز دارید تا رویش تمرین کنید. بنابراین برای خواندن فصل پنجم و بخش تمرین تربیت نفس برنامه ریزی کنید.

فصل 6: خدا قدوس است

دعای آغاز جلسه [5 دقیقه]

با پنج دقیقه سکوت و در پی آن دعایی مختصر جلسه را شروع کنید.

پرورش روح [10-15 دقیقه]

در گروه‌های سه یا چهار نفره در مورد تمرین تربیت نفس ایجاد حاشیه به بحث بنشینید. برای کمک به مکالمات خود از این پرسش‌های تأمل برانگیز استفاده نمایید:

1. آیا این هفته توانستید به هر ترتیب بر حاشیه زندگی خود بیفزایید؟ اگر توانستید، تعریف کنید که چه کردید و چه احساسی در ارتباط با آن دارید.
2. در حالی که سعی میکردید به حاشیه زندگی خودتان اضافه کنید، چه کاری از همه دشوارتر بود؟ چه چیزی از همه مفیدتر بود؟
3. در آینده تصمیم دارید برای اجرای انضباط حاشیه از چه برنامه‌های پیروی نمایید؟
4. از طریق آن تمرین چه چیزی در مورد خدا یا خودتان یاد گرفتید؟

پرداختن به مطالب فصل ۶ [25-35 دقیقه]

تمرکز اولیه این فصل بر این مطلب است که خدا محبت است و خدا قدوس نیز هست. غضب خدا نسبت به گناه یک واکنش است که محبت و قدوسیت او را بازتاب میدهد.

1. فصل شش کتاب از دو روایت نادرست یاد میکند. اولی این است که خدا همیشه نسبت به ما خشمگین و غصبناک است. دومین روایت نادرست آن است که خدا اصلاً به گناه اهمیت نمی‌دهد و بیشتر به یک «عروسک ملوس» میماند. شما با کدامیک از این دو روایت بیشتر همذات پنداری میکنید؟ چرا؟
2. به قول دالس ویلارد، محبت یعنی «خوبی دیگری را خواستن». وقتی این مفهوم از محبت با گناه ما برخورد میکند، نتیجه‌اش برانگیخته شدن غضب خدا است، چون «خدا با هر چیزی که قوم ارزشمندش را به نابودی میکشاند، قویا و شدیداً برخورد میکند». شما به دوستی که می‌خواستید بفهمد چرا خدای پرمحبت میتواند خشمگین شود، چه جوابی میدهید؟
3. نگارنده مثال MADD را به عنوان نمونه‌های نادر از زمانی بیان میکند که میتوان غضب بشر را با غضب خدا مقایسه نمود. آیا نمونه انسانی دیگری را میتوانید به یاد بیاورید؟
4. در کتاب این نقل قول ارزشمندی از جورج مکدانلد آمده: «محبت تا حد پاکی، محبت می‌کند». وقتی به این فکر میکنید که خدا مشتاق آن است که هر چیز ویرانگری را از زندگی شما دور کند، چه حسی پیدا میکنید؟
5. «خدا به گزینشهای ما احترام میگذارد. شاید مردم این را انتخاب کنند که خدا را به زندگی خودشان راه ندهند. در این صورت درهای جهنم از داخل قفل می‌شوند». این تصویری که نگارنده از جهنم ارائه میدهد تا چه اندازه با درک خودتان از جهنم شباهت یا تفاوت دارد؟
6. فصل ششم با این نکته مهم به پایان میرسد که ما اول باید به محبت و بخشایش خدا اعتماد کنیم و بعد شروع به درک قدوسیت خدا نماییم. پنج فصل اول این کتاب به تشریح محبت و نیکویی خدا میپردازند. پنج فصل گذشته چه تأثیری در آماده سازی شما در فهم قدوسیت خدا داشتهاند؟

پرداختن به کلام [15- 20 دقیقه]

عبرانیان 18:12-29 را با صدای بلند بخوانید.

1. این بخش عبرانیان با مقایسه عهدی که در سینا بسته شد، با عهدی که به واسطه خون مسیح منعقد گردید، آغاز میشود. در سرتاسر این بخش، چه تصاویری از قدوسیت خدا مشاهده می‌کنید؟

2. یکی از روشهای تفسیر این بخش آن است که تک‌هایی از زندگیمان را که ممکن است «متزلزل» باشند شناسایی کرده آنها را همچون تک‌هایی که مخالف خدا هستند از خود دور نماییم. از سوی دیگر، پادشاهیای که نصیب ما میشود، پادشاهی تزلزل‌ناپذیر خدا- «زندگی با خدا»- است. آیا تا کنون در زندگیتان زمانی بوده که احساس تزلزل کنید و در نهایت تطهیر شوید؟ آیا در آن موقعیت متوجه شده‌اید که دست خدا در کار بوده است؟ اگر چنین است، بگویید به چه ترتیب؟

3. دانستن اینکه تطهیر شدن در عین حال که میتواند دردناک باشد، در نهایت به صمیمیت عمیقتر با خدا منجر خواهد شد، چه احساسی دارد؟

جمع بندی [5 دقیقه]

از میان اعضای گروه داوطلبی پیدا کنید تا نقل قول زیر را از فصل ششم بخواند. سپس در سکوت بنشینید و در این کلمات غوطه‌ور شوید تا زمانی که زمان جلسه به پایان برسد.

مک دانلد می‌خواهد این را بگوید که خدا مخالف گناه است، زیرا او طرف من است. و اگر من طرف گناه باشم، خدا در برابر آن امیال و خواسته‌ها می‌ایستد، چون امیال و خواسته‌های گناه‌آلود باعث تباهی من میشوند. حالت دیگری وجود ندارد. برای اطمینان بیشتر، من آماده‌ام که گناهم را توجیه کنم یا ضعف‌هایم را منطقی جلوه بدهم، اما خدا خودش را درگیر این بازیها نمیکند. با وجودی که اکنون از طریق مسیح میان من با خدا مصالحه ایجاد شده است، اما خدا نسبت به گناه من بیتفاوت نیست. گناه خدا را ناراحت میکند، زیرا خدا محبت است.

نقش خدا در تغییر رفتار من و ایجاد رفتار بهتر چیست؟ خدا برای این کار هرگز از دادن احساس بد، شرم، ترس و حس تقصیر به عنوان حربه استفاده نمیکند. روش خدا برای ایجاد تغییر برترین همه روش‌ها است. محبت مقدس خدا تفرقه‌گناه را در زندگی ما میسوزاند. این مهربانی خداست که به توبه واقعی میانجامد (رومیان 2:4). به قول مک دانلد: «محبت تا حد پاکی، محبت میکند».

محبت خدا شما را «تا حد پاکی» محبت میکند. در اطمینان از اشتیاق عمیق خدا برای خیریت شما، روانه شوید.

هفته بعد

در فصل بعد فداکاری خدا را مورد بررسی قرار خواهیم داد. تمرین تربیت نفس برای هفته آینده خواندن کل انجیل یوحنا است. برای این تمرین به زمان کافی نیازمند هستید (یک تا سه ساعت). بعضی از گروه‌ها این قرائت را دست جمعی و با صدای بلند انجام داده‌اند؛ شاید شما هم این گزینه را بیسندید.

فصل 7: خدا فداکار است

دعای آغاز جلسه [5 دقیقه]

با پنج دقیقه سکوت و در پی آن دعایی مختصر جلسه را شروع کنید.

تربیت نفس [10-15 دقیقه]

در گروه‌های سه یا چهار نفره تقسیم شده در مورد تجربه خواندن انجیل یوحنا به بحث بنشینید. برای کمک به مکالمات خود از این پرسش‌های تأمل برانگیز استفاده نمایید:

1. با خواندن انجیل یوحنا متوجه چه چیزی شدید که تا پیش از این، هنگام قرائت

این انجیل متوجه‌اش نشده بودید؟

2. تأثیر قرائت این هفته را بر خودتان، چگونه توصیف میکنید؟

3. اگر زمان اجازه می‌دهد، دقایقی را صرف تمرینهای قبلی تربیت نفس کنید. چه تمرینی را هنوز انجام می‌دهید؟ این استمرار در تمرین چه تأثیری بر زندگیتان گذاشته است؟

پرداختن به مطالب فصل ۷ [25-35 دقیقه]

تمرکز اولیه این فصل بر این مطلب است که از خود گذشتگی بخشی ذاتی و جدانشدنی از شخصیت خدا می‌باشد.

1. این فصل با داستانی از عدم اطمینان خواهر نگارنده از ضرورت صلیب، آغاز می‌شود. تا پیش از خواندن این فصل، بگویید که ضرورت مرگ عیسی بر صلیب را چگونه توضیح می‌دادید؟

2. نگارنده بر اساس کتاب **در باب تجسم**، گفتگویی خیالی میان خود و آتاناسیوس ترتیب می‌دهد. دوباره برگشته به این بخش از فصل هفتم نگاهی بیندازید و قسمتهایی را که واقعا از آنها لذت برده‌اید و نیز قسمتهایی را که برایتان پرسش ایجاد کرده‌اند را با گروه در میان بگذارید.

3. نگارنده این ایده را مطرح می‌کند که خدا هم احساس شادی میکند و هم درد. در این مورد که خدا درد را احساس میکند، چه فکر می‌کنید؟ چرا؟

4. «شاید قدرت حقیقی در آسیب پذیری باشد». این نظریه بر خلاف روایتهای فرهنگی است که بسیاری از ما بدانها باور داریم. در زندگیتان چه کسی را دیده‌اید که نمونه قدرت از طریق آسیب پذیری بوده باشد؟

5. «در قلب جهان هستی یک اصل وجود دارد: **فداکاری بزرگترین کار است**. دانه گندم باید بمیرد تا زندگی ببخشد. نظام هستی بازتاب دهنده طبیعت خدایی است که آن را آفریده است». آیا می‌توانید نمونههای دیگری از آفرینش نام ببرید که آشکارکننده این اصل باشند؟ آیا هرگز به فداکاری به عنوان یکی از

خصایص ذاتی خدا توجه کرده‌اید؟ این گفته چه تأثیری بر احساسات شما نسبت به خدا دارد؟

6. واکنش شما به داستان برنان میننگ، به ویژه پس از فهمیدن اینکه عیسی دیگر بیش از این چه باید برای ما میکرد، چه بود؟

پرداختن به کلام [15- 20 دقیقه]

بررسی کتابمقدس زیر از ساختار *lectio divina* پیروی میکند. آیات زیر را به عنوان متن مورد استفاده خویش قرار دهید (فیلیپیان 2:6-11). پیش از شروع، تصمیم بگیرید که هر بار چه کسی متن کلام خدا را بخواند.

- اولین باری که آیات خوانده میشوند، بگذارید کلام در ذهنتان بنشیند. چند دقیقه‌های را در سکوت سپری نمایید.
- بار دومی که کلام خوانده میشود، به هر کلمه‌ای که به نظر میرسد مورد تأکید خدا است، توجه کنید. پس از دومین قرائت هر یک از اعضای گروه میتوانند کلمه یا عبارتی را که با قلبشان صحبت کرده با دیگران در میان بگذارند، اما نباید به تفصیل توضیح بدهند.
- برای بار سوم عبارت مورد نظر را بخوانید. این بار به خدا اجازه دهید که اهمیت این کلام را برای شما آشکار سازد. سه تا پنج دقیقه را در سکوت بگذرانید و با خدا حرف بزنید. پس از سکوت، هر کس که میخواهد میتواند آنچه را که احساس میکند خدا از طریق عبارت مذکور به وی گفته، با جمع در میان بگذارد.

او [عیسی] که همذات با خدا بود،

از برابری با خدا به نفع خود بهره نجست،

بلکه خود را خالی کرد

و ذات غلام پذیرفته،

به شباهت آدمیان درآمد.

چون در سیمای بشری یافت شد

خود را خوار ساخت

و تا به مرگ،

حتی مرگ بر صلیب مطیع گردید.

پس خدا نیز او را به غایت سرافراز کرد

و نامی برتر از همه نامها بدو بخشید،

تا به نام عیسی هر زانویی خم شود،

در آسمان، بر زمین و در زیر زمین،

و هر زبانی اقرار کند که

عیسی مسیح «خداوند» است،

برای جلال خدای پدر. (فیلیپیان 2:6-11)

جمع بندی [5 دقیقه]

از میان اعضای گروه داوطلبی پیدا کنید تا نقل قول زیر را از فصل ششم بخواند. سپس در سکوت بنشینید و در این کلمات غوطهور شوید تا وقتی که زمان جلسه به پایان برسد.

در اینجا یک اصل کلیدی پادشاهی خدا وجود دارد: آنچه را که میگذاریم از دست برود، هرگز گم نمیشود بلکه تبدیل به چیز زیبایی میگردد. عجیب نیست که آخور و صلیب دو نمونه از زیباترین تصاویری هستند که جهان به خود دیده است. در واقعه تجسم، خدا که میلیونها کهکشان در حال گردش را آفریده، آسیب پذیر شدن را انتخاب کرد، و با این کار آسمان به زیر آمد و بر زمین بوسه داد. در رویداد صلیب،

خدا که نامیرا بود، خویشتن را تابع مرگ ساخت، و با این کار کل جهان را نزد خود بر افراشت.

خدا آنقدر شما را دوست دارد که حاضر شد به خاطر شما آسیب پذیر شود. با این خبر فوقالعاده خوش روانه شوید.

هفته بعد

در فصل بعد چگونگی تبدیل ما توسط خدا را مورد بررسی قرار خواهیم داد. تمرین تربیت نفس برای هفته آینده عزلت‌گزینی است. لازم است وقتتان را برای این تمرین برنامه‌ریزی نمایید و به کسان دیگری که در زندگیتان هستند و ممکن است این برنامه روی آنها تأثیری داشته باشد، خبر بدهید که قرار است دست به چنین کاری بزنید.

فصل 8: خدا تبدیل میکند

دعای آغاز جلسه [5 دقیقه]

با پنج دقیقه سکوت و در پی آن دعایی مختصر جلسه را شروع کنید.

تربیت نفس [10-15 دقیقه]

به گروه‌های کوچک سه یا چهار نفری تقسیم شده، ده تا پانزده دقیقه را به بحث در مورد تجربه خودتان از عزلت بپردازید. برای کمک به مکالمات خود از این پرسش‌های تأمل‌برانگیز استفاده نمایید:

1. با این شروع کنید که وقتتان در هنگام عزلت چگونه گذشت. به یاد داشته باشید که این انضباط برای بعضیها میتواند بسیار دشوار و حتی دلسردکننده، و برای گروهی دیگر بسیار انرژی‌زا باشد.
2. یکی از اهداف زمان عزلت توانایی بخشیدن به شما برای «برداشتن نقابتان» و روبرو شدن با خود حقیقتان در حضور خدا است. این یک ایده نیرومند و پیچیده است، از این رو شاید خوب باشد به توضیحی که در بخش «تربیت نفس» فصل

۸ آمده، مراجعه نمایید. آیا این توصیف کننده تجربه شما از تمرین عزلت هست؟
توضیح دهید.

3. از طریق آن تمرین چه چیزی در مورد خدا یا خودتان یاد گرفتید؟

پرداختن به مطالب فصل ۸ [25-45 دقیقه]

تمرکز اولیه این فصل بر این مطلب است که رستاخیز عیسی ما را به موجوداتی تازه (که مسیح در درونشان ساکن است) بدل میسازد. و همین به ما قدرت میبخشد و هدایتان میکند تا همچون مسیحیان ایماندار زندگی کنیم.

1. نگارنده این فصل را با داستان یکی از دوستانش به نام کری آغاز میکند که نمیخواست گناه کند، با این وجود به گناه کردن ادامه میداد. آیا میتوانید با کشمکش کری برای غلبه بر گناه همذات پنداری کنید؟ آن تلاشها تا چه اندازه مؤثر بوده اند؟

2. این را با صدای بلند بخوانید: «در مسیح من دیگر با گناه تعریف نمیشوم. من با خدا آشتی داده شده‌ام. گناه شکست خورده». معنای ضمنی این عبارت در زندگی روزمره شما چیست؟

3. «مسیحیان کسانی هستند که مسیح در آنها ساکن است». به صورت گروهی دقایقی را در سکوت سپری کنید. پس از سکوت، اگر راحت بودید با دیگران در میان بگذارید که این واقعیت برایتان چه معنایی دارد.

4. شما به عنوان کسانی که «مسیح در وجودشان ساکن است»، دیگر زیر شریعت نیستید؛ با این حال، همه چیز برای ما «مفید» نیست. دیگر این تصمیمات ما نیستند که هویتان را تعریف میکنند؛ حالا این ما هستیم که در پرتو هویتان تصمیم می‌گیریم. روی بیست و چهار ساعت گذشته زندگیتان تأمل کنید. چه تصمیماتی گرفته‌اید که «تعیین کننده هویتتان باشد»؟ «در پرتو هویتان» چه انتخابهایی کرده‌اید؟ اگر در پرتو هویتان دست به انتخاب زده بودید، روزتان چقدر تفاوت پیدا میکرد؟

5. نگارنده تعارضی عجیب را به ما خاطر نشان می‌شود: «ما در عین ضعف و شکستگی خدمت می‌کنیم. دیگران را از طریق آسیب‌پذیری خودمان شفا می‌دهیم، چون این درست همان جایی است که مسیح بیشتر از همیشه می‌درخشد». ما از چه جهاتی ضعیف و شکسته هستیم؟ نور مسیح چگونه می‌تواند از طریق زخمهای ما بدرخشد؟

پرداختن به کلام [15-20 دقیقه]

یوحنا 1:15-5 را با صدای بلند بخوانید.

1. نگارنده این تعریف را از «ماندن در مسیح» ارایه می‌دهد: «ماندن در مسیح یعنی آرام و قرار گرفتن و تکیه کردن بر عیسی، همان عیسیایی که بیرون از وجود ما نیست تا داوریمان کند، بلکه در درون ماست تا به ما نیرو بخشد. هرچه عمیقتر نسبت به هویت خودمان در مسیح و حضور و قدرت او در خود آگاه باشیم، طبیعتاً بیشتر میتوانیم در او بمانیم. باید روایت درست را انتخاب کنیم، به تمرین‌های روحانی بپردازیم و آگاهیمان از حقیقت عمق بیشتری پیدا کند. در آخر این راه هم اضافه کنم که راه عیسی آسان است. خود او گفت که یوغش راحت و بارش سبک است (متی 11:30). معمولاً ما سعی میکنیم با قوت خودمان آن کاری را انجام دهیم که فکر میکنیم عیسی از ما میخواهد بکنیم- درست مثل تو که آن دستبند را به دستت بستهای. اما این کار نشدنی است. در عوض، ما "قدرت هر چیز را داریم در او که ما را نیرو می‌بخشد" (فیلیپیان 4:13)». بر اساس تعریف نگارنده، تعریف خودتان را از مفهوم «ماندن» در مسیح بنویسید. اگر راحت هستید، تعریف خودتان را با گروه در میان بگذارید.

2. یوحنا 4:15-5 را دوباره بخوانید. در زندگیتان دست به چه اقداماتی می‌زنید تا به «ماندن»تان در مسیح کمک کند؟

جمع بندی [5 دقیقه]

با گفتن این کلمات خبر خوش به یکدیگر به جلسه خاتمه بدهید: قرار بر این بوده که شما مسکن پری خدا باشید.

هفته بعد

در فصل بعد فرایند آهسته دگرپرسی روحانی را مورد بررسی قرار خواهیم داد. تربیت نفس برای هفته آینده کاستن از سرعت زندگی است.

فصل 9: چگونه خیارشور درست کنیم

دعای آغاز جلسه [5 دقیقه]

با پنج دقیقه سکوت و در پی آن دعایی مختصر جلسه را شروع کنید.

تربیت نفس [10-20 دقیقه]

به گروههای کوچک سه یا چهار نفری تقسیم شده، ده تا پانزده دقیقه را به بحث در مورد تجربه خودتان از کاستن از سرعت زندگی بپردازید. برای کمک به مکالمات خود از این پرسشهای تأمل برانگیز استفاده نمایید:

1. کاستن از سرعت در روزگار ما امری ضد فرهنگی به شمار میرود. توضیح بدهید که با چه چالشهایی روبرو هستید. آیا در آینده هم به تلاش برای کاستن از سرعت زندگی ادامه خواهید داد؟
2. سطح عجله را در زندگی خودتان چگونه توصیف میکنید؟ عجله کردن چه تأثیری بر زندگی‌تان، در روابط شما با خدا و دیگران دارد؟
3. از طریق آن تمرین چه چیزی در مورد خدا یا خودتان یاد گرفتید؟

پرداختن به مطالب فصل [25- 40 دقیقه]

تمرکز اولیه این فصل بر این مطلب است که برای داشتن یک زندگی مسیحی اصیل و مؤثر، ما می باید از سرعت روند زندگی خویش بکاهیم و نسبت به لحظه حال آگاه و هشیار باشیم.

1. بخشهای اول این فصل به بررسی این نکته میپردازد که چطور نگرش ما به زمان در اثر «غول فوریت» دگرگون شده و حتی به انسان نیز به دیده یک ماشین طراحی شده برای تولید با کارایی بالا نگاه میکنیم. در مورد تجربه خودتان از بودن در محیط کار، و انتظاراتی که از شما برای انجام وظایف کاریتان دارند، بحث کنید.

2. نگارنده به ما یادآور میشود که «ما نمیتوانیم با عجله محبت کنیم، فکر کنیم، بخوریم، بخندیم و یا دعا کنیم». با برگشتن به عقب و نگاه کردن به هفتهای که گذشت، برای پرهیز از عجله در کارهایی که نمیتوان آنها را با عجله انجام داد، چه تلاشی کردهاید؟ چه زمانی از سرعتتان کاسته‌اید و برکات ناشی از کاستن سرعت را تجربه نموده‌اید؟

3. «خیلی از ما سعی میکنیم بدون گوش دادن به خدا، او را خدمت نماییم. زمان برای خدمت کردن فراخواهد رسید، اما گوش دادن به سخنان عیسی همیشه بر هر کار دیگری مقدم است». به نظر شما چرا ما وسوسه میشویم که بدون گوش دادن به خدا، او را خدمت کنیم؟ روایت قدیمی شما در ارتباط با خدا، چه تأثیری بر نیازتان به مشغول بودن با کار خدا می‌گذارد؟

4. نگارنده این مثال را از ای. اچ. سترانگ می‌آورد: «دانشجویی از رئیس دانشکده اش پرسید که آیا امکان دارد دوره‌های کوتاه‌تر از دوره تعیین شده بردارد. رئیس گفت: "آه، بله، اما آنوقت بستگی به این دارد که تو میخواهی چه باشی. وقتی خدا میخواهد یک درخت بلوط درست کند، یکصد سال زمان میبرد. ولی وقتی می خواهد یک کدو درست کند، فقط شش ماه وقت میگذارد." سترانگ در ادامه توضیح می‌دهد که رشد روحانی، علاوه بر اینکه فرایندی کند است، یکنواخت هم نیست. شاید برای چند سال رشدی شگرف را تجربه کنیم و بعد تا مدتی تغییرات

بسیار اندک باشند. به گفته سترانگ، یک درخت بلوط تنها دو ماه از سال را به گونه‌ای که بشود اندازه‌گیری کرد، رشد می‌کند. باقی سال، یعنی ده ماه باقی مانده را درخت صرف استحکام بخشیدن به آن رشد می‌نماید». در ضمن تعمق بر سفر روحانیتان در یکسال گذشته، چه زمانی رشد روحانی را تجربه کرده‌اید و چه زمانی قوام یا استحکام را تجربه کرده‌اید؟ در مورد پنج یا ده سال گذشته چطور؟

5. برای خاتمه دادن به بخش پرداختن به مطالب فصل، از یکی از اعضای گروه بخواهید این نقل قول را با صدای بلند بخواند:

چرا حذف کردن عجله از زندگیمان تا این اندازه حیاتی است؟ وقتی ما عجله را حذف می‌کنیم، حاضر می‌شویم، یا به بیان دقیقتر، در لحظه حال با همه جلالش حاضر می‌شویم. از آنچه که در اطرافمان می‌گذرد آگاه می‌شویم. رنگها را میبینیم و بوها را استشمام می‌کنیم؛ خلاصه، «حضور داریم» و پری زندگی را تجربه می‌کنیم. و این شامل حاضر بودن در محضر خدا هم میشود. اگر قرار است که من به عنوان یک مسیحی زندگی کنم، لازم است که پیوسته با خدا در ارتباط باشم. در یک زندگی خوب و درست عجله جایی ندارد.

پرداختن به کلام [15- 20 دقیقه]

لوقا 10:38-42 را با صدای بلند بخوانید.

1. ما غالب اوقات وسوسه می‌شویم که به مارتا و مریم به دیده دو تیپ شخصیتی نگاه کنیم: مارتا فردی است اهل عمل و پرمشغله و مریم کسی است اندیشمند و اهل تفکر. اما بر اساس بینش نگارنده ما میتوانیم مشاهده کنیم که موضوع اصلا بر سر شخصیت آن دو نیست؛ بحث سر انتخابهایی است که آن دو در لحظات خاص بدانها دست میزنند: مارتا خدمت کردن را برگزید، در حالی که مریم گوش دادن را انتخاب کرد. چه روشهایی برای گوش دادن به عیسی به طور مرتب و منظم وجود دارند؟ چه فعالیتهایی هستند که شما را وسوسه کرده از آن اوقات گوش دادن دور میکنند؟

2. راههایی را که افراد یک گروه میتوانند با توسل به آنها یکدیگر را در جهت تداوم گوش دادن به عیسی حمایت و تشویق کنند، نام ببرید.

جمع بندی [5 - 10 دقیقه]

پانزده تا بیست دقیقه را به در میان گذاشتن آنچه که در این سفر گروهی به دست آورده‌اید، با اعضای گروه اختصاص دهید. در مورد این پرسش بحث کنید: در خلال این چند هفته اخیر، این گروه چگونه موجب برکتان شده است؟

نگاه به جلو [15 دقیقه]

مطالعه شما از کتاب **خدای خوب و زیبا** در اینجا به پایان رسید، اما برای گروهتان گزینه‌های بسیاری وجود دارد. یکی از این گزینه‌ها آن است که از هفته آینده، کتاب بعدی از سری کتابهای شاگردی را تحت عنوان **زندگی خوب و زیبا** شروع نمایید. این دو کتاب به گونه‌های طراحی شده اند که به دنبال هم مطالعه شوند. **زندگی خوب و زیبا** به بررسی روایتهای عیسی میپردازد و نشان میدهد که چگونه «خيارشور شدن» در پیغام او انسان را از دست و پنجه نرم کردن با خشم، شهوت، دروغ گویی، حق به جانب پنداری، و غیره آزاد میسازد. این کتاب از نزدیک نگاهی دارد به موعظه سر کوه عیسی مسیح.

گزینه دیگر این است که اعضای گروه فعلی هر کدام گروهی جدید تشکیل داده، از دوستانشان دعوت کنند تا دوره **خدای خوب و زیبا** را با همدیگر بگذرانند. این گزینه دوم روشی عالی برای تداوم «خيارشور شدن» در این روایتها و هرچه عمیقتر دل باختن به خدا میباشد. هر گزینه‌ای که انتخاب کردید، زمان مشخصی را برای شروع کار گروهتان تعیین نمایید.