

تمرین های روحانی

نوشته: ایگناتیوس لویولا

ترجمه از اسپانیایی به آلمانی: پتر کناور (ا.ع.)
برمبنای دستنوشته اسپانیایی

عنوان این کتاب در فهرست کتابشناسی کتابخانه ملی آلمان درج شده است.

انتشارات اشتر

چاپ سوم 2015

چاپ اول: انتشارات اشتر، 2008

نسخه چاپی از: پ. کناور

طرح جلد: پتر هلموند

صفحه عنوان: یت. مارنفه، ورا افیگیس سانکتی ایگناتی، از سال 1980 در

اختیار انجمن عیسی در بروکسل

چاپ و صفحه بندی:

فریدریش پوستت، رینگزبورگ

شابک: 978-3-429-03035-3

Geistliche Übungen / Ignatius von

Loyola. Nach dem span. Autograph

übers. von

Peter Knauer

Echter Verlag Würzburg 2008

3. Aufl. 2015

اختصارات

ا.ع. انجمن عیسی

گ.ز. ایگناتیوس لویولا، گزارش زائر، درج شده در متون بنیادی یسوعیان،
شماره های 1 تا 84.

ن.ت. ایگناتیوس لویولا، نامه ها و تعالیم، ترجمه شده توسط پتر کناور، انتشارات
اشتر، وورتسبورگ، 1993

MI Epp. Monumenta Historica Societatis Jesu, Monumenta Ignatiana, SANCTI IGNATII DE LOYOLA, Epistolae et intrusiones, I-XII, Madrid 1903-1911

م.ب.ی. ایگناتیوس لویولا، متون بنیادی یسوعیان، ترجمه از سوی پتر کناور، انتشارات اِشتر، وورتسبورگ 1998

MI Epp. Monumenta Historica Societatis Jesu, Monumenta Ignatia, SANCTI IGNATII DE LOYOLA Epistolae et intrusiones I-XII, Madrid 1903-1011

MI Ex. Monumenta Historica Societatis Jesu, Monumenta Ignatiana, t. 100, SANCTI IGNATII DE LOYOLA Exercitia spiritualia, textuum antiquissimorum nova editio/ Lexicon textus hispana, Rom 1969

PL Patrologiae cursus completus, Series latina, accurante, J.P. Migne, Paris 1844-1855

Sa Ignatius von Loyola, Satzungen der Gesellschaft Jesu, in: GGJ, 580-827
اساسنامه انجمن عیسی

پیشگفتار

اکنون بالغ بر چهار صد و پنجاه سال است که کتاب «تمرین های روحانی»، نوشته ایگناتیوس لویولا (1491-1556) ارزش خود را به عنوان یک متن روحانی بنیادی نشان داده است، نوشته ای که روزآمد بودن خود را همچنان حفظ کرده است و امروزه هنوز هم به تعداد بی شماری از انسان ها برای رسیدن به درکی شخصی از ایمان مسیحی و ریشه گرفتن ژرف تر در این ایمان، یاری می رساند.

نخستین نسخه چاپی لاتین از این اثر در سال 1548 در رم به چاپ رسید. متن اصلی این کتاب به زبان اسپانیایی که نسخه حاضر از روی آن ترجمه شده است، به سال 1544 برمی گردد و برای نخستین بار در سال 1615 به چاپ رسید.

«تمرین های روحانی» چگونه پدید آمد

اینو لویز د لویولا (1491-1556) که بعدها خود را ایگناتیوس نامید، در آغاز اتوبیوگرافی خود با عنوان «گزارش زائر» درباره دوران نقاهتش پس از جراحی که در دفاع از استحکامات پامپلونا در سال 1521 به خود دیده بود، حکایت می کند. در این دوران که رمان های شهسواری مورد علاقه او در قلعه لویولا موجود نبودند، او به مطالعه اثر چهار جلدی «زندگی عیسی»، نوشته لودلف از فرقه کارتوزین (متوفی به سال 1377) و همچنین کتابی درباره قدیسین به نام *Legenda aurea*، اثر جاکومو د وراز (متوفی به سال 1298) از فرقه دومنیکان ها پرداخت. هر دو اثر در اوج قرون وسطی بسیار شناخته شده و مورد ارج و قرب بودند. اینو با مطالعه این آثار دست به نخستین تجربه های تعمق زد. او به تدریج آغاز به آن کرد که در مقایسه با اندیشه ها و تلاش های خود در سایر موارد، با «گوناگونی جوهره ها» (گ.ز. 8، 5) آشنایی پیدا کند، جوهره هایی که انسان از آنها تأثیر می پذیرد. از نظر او، همه تأثیراتی که از خارج بر انسان وارد می شوند، یا جوهره نیک و یا جوهره شر دارند (ش. 32، 3)¹، یعنی بر این مبنا که انسان را به سوی نیکی سوق می دهند و یا این که ویرانگر هستند. آن روزها او همچنین آغاز به آن کرد که «برخی نکته های اساسی از زندگی مسیح و قدیسین را به اختصار یادداشت برداری» کند (گ.ز. 11، 2). این سرآغازی برای شکل گیری کتاب «تمرین های روحانی» او در آینده بود.

اینو پس از بهبودی، راهی سفری زیارتی به اورشلیم می شود. او در مانرزا، شهری کوچک در کاتالونی، توقف هایی طولانی انجام می دهد و به تمرین های متعددی در زمینه توبه و همچنین به نیایش می پردازد. اما تلاش برای این که پیوسته مدت زمانی بیشتر از اوقاتی که در اختیار دارد، به طور واقعی به تمرین های نیایشی بپردازد، سلامتی جسمی اش را به خطر می اندازد و او را به چنان تردید های شدیدی دچار می سازد که حتی تا فکر خودکشی پیش می رود؛ او باید همچنین این را تجربه می کرد که در محیط پیرامونش در آن زمان، هیچکس قادر نبود به او کمک کند (گ.ز. 22، 4).

ایگناتیوس بعدها تعریف می کند که پس از این مرحله، خدا چگونه او را به سوی درکی بهتر هدایت کرد، «به این ترتیب که با او همان گونه رفتار کرد که یک معلم زمانی که شاگردی را آموزش می دهد، با او رفتار می کند» (گ.ز. 27، 4). او با برخورداری از تجربه تفاوت گذاری میان جوهره ها، به شناخت هایی رسید که آنها را به بیداری از یک رویا تشبیه می کند (گ.ز. 25، 7). شناخت بنیادی او باید قاعدتاً این نکته باشد که فیض خدا، نه هدف تلاش های ما، بلکه بیشتر، نقطه سرآغاز آن است؛ خدا در عیسی مسیح به عنوان مصلوب (ش. 53) از مدت ها پیش به نزد ما آمده است و در کلام و آیین های فیض بخش خود - یعنی نشانه های پذیرش کلام - پیوسته حضور دارد (گ.ز. 9). ایگناتیوس از راه گفت و گو با دیگران به انتقال تجربه خود به آنان می پردازد.

او پس از سفر خود به اورشلیم به این شناخت می رسد که برای این که بتواند به شکل موثری به انسان های دیگر کمک کند، باید به تحصیل در رشته الهیات شناسی بپردازد. او در سی و سه سالگی زبان لاتین می آموزد و در آکالا بخش فلسفی تحصیلات دانشگاهی اش را آغاز می کند. او همزمان می کوشد، دیگران را به این سو هدایت کند که برای تعمق، آزمایش وجدان و ایجاد نظم در زندگی شخصی، بر اساس تفاوت گذاری میان جوهره ها به «تمرین» بپردازند. دستگاه تفیش عقاید بارها او را زیر نظر می گیرد. ایگناتیوس یک بار در آکالا به مدت

¹ این شماره ها به شماره های مندرج در متن «تمرین های روحانی» مربوط می شوند.

42 روز و یکبار هم در زالامانکا به مدت 22 روز در حبس موقت به سر می برد. اما نمی توانند این را اثبات کنند که او به گمراه ساختن مردم پرداخته است. ایگناتیوس در پایان تحصیلات دانشگاهی اش در پاریس توانست بسیاری از هم دانشجویان خود را که در این شهر با او بودند، بویژه از راه «تمرین های روحانی» به شکل دوستانی ماندگار برای راه خود نگاه دارد. یکی از این اشخاص، فرانسیسکو زاویر بود که بعدها در هند و ژاپن به امور بشارتی پرداخت.

لوئیز گنزالیس داکامار که ایگناتیوس بعدها خاطرات حفظ شده در «گزارش زائر» را برای او حکایت کرد، در پایان چنین می نویسد: «پس از آن که او اینها را تعریف کرد، من [...] از زائر درباره تمرین ها پرس و جو کردم [...] می خواستم ببینم او اینها را چگونه نگارش کرده است. او به من گفت که تمرین ها را یکبار تدریس نکرده، بلکه به نظرش رسیده است که برخی مواردی که او در روح خود مشاهده کرده و آنها را مفید دانسته است، می توانند برای دیگران هم مفید باشند؛ و به همین ترتیب نیز آنها را یادداشت کرده است» (گ.ز. 99، 1 و ادامه).

در سال 1536 ایگناتیوس در نامه ای از ونیز به مانوئل میونا که پیش از آن، پدر اقرارنیوش او بود، توصیه می کند که او نیز «تمرین های روحانی» را انجام دهد؛ او در نامه خود این تمرین ها را «بهترین چیزی که می توانم در این زندگی بیاندیشم، احساس کنم و درک کنم»، می خواند، هم به این دلیل که انسان می تواند خود از آنها استفاده برد و هم این که آنها می توانند ثمربخش باشند و به عده بسیار دیگری نیز یاری رسانند و به حالشان مفید واقع شوند. («ن.ت»، ص. 32 و ادامه [نامه شماره 10]). از سوی دیگر ایگناتیوس نسبت به ارائه تمرین ها به شکل کامل در یک دوره سی روزه به کسانی که ممکن است برای آنان این تمرین ها مبالغه آمیز باشد، هشدار می دهد (ش. 18).

ایگناتیوس و گروه یاران پاریسی او در سال 1539 در رم فرقه «یسوعی» را بنیان نهادند که بویژه در بشارت ایمان، نظام آموزشی، مددکاری های اجتماعی و تبلیغ های دینی گوناگون به کلیسا خدمت می کند. این فرقه، بنا بر معنویت حاکم بر «تمرین های روحانی» حیات یافته است؛ شعار سرلوحه این فرقه چنین است: «همه چیز در راستای ستایش بیشتر خدا»؛ خدمت به خدا، فقط عبادت به معنای واضح کلمه نیست، بلکه هر عملکرد پرمهر و ناشی از توجه که براساس پیوند با مسیح شکل گرفته باشد، خدمت به خدا محسوب می شود. عنوان «یسوعی» در نهایت این هدف را دنبال می کند که عمدتاً درک مشخصی از مسیحی بودن ارائه دهد که چنین است: مسیحی بودن یعنی همراه با عیسی در پیشگاه خدا ایستادن و در ارتباط او با خدا، سهم داشتن (مقایسه کنید با 1 قرتیان، 1، 9).

درباره این متن ترجمه شده

متنی که در اینجا از آن برای ترجمه به آلمانی استفاده شده است، متن اسپانیایی مربوط به سال 1544 (MI Ex., 140-416) است. این متن، رونوشتی تهیه شده از سوی بارتولومئو فارائوی منشی است که تصحیحات شخص ایگناتیوس را به خط خودش دربردارد و به همین دلیل نیز «دستنویسته» نامیده می شود. در نسخه ای که در دست دارید، زیر این تصحیحات خط کشیده شده

است. به رغم آن که متن اسپانیایی تازه مدت ها بعد به چاپ رسید، باید گفت که این نسخه، نسخه اصلی ایگناتیوسی به شمار می رود² در ترجمه این اثر به زبان آلمانی، پیوژه دقت شده است که اصطلاحات واحدی که در بخش های گوناگون این اثر آمده اند، به شکل یکدست ثبت و ضبط شوند و از به کار بردن توضیحات روشنگرانه بیشتر خودداری شده است (مقایسه کنید با برای نمونه ش. 2، 231). ایگناتیوس اغلب بسیار مختصر و به اشاره می نویسد و این را به خواننده واگذار می کند که آنچه را که در جملاتش نیامده است، تکمیل کند؛ پس چرا خواننده ترجمه این اثر نباید بتواند چنین کاری کند؟ اصطلاحات لاتین در دستنوشته اسپانیایی به خط شکسته ضبط شده اند. تقسیم بندی تخصصی بندها، اغلب با عناوین مجزایی که به شکل شکسته یا با خط درشت نوشته شده اند، آورده شده است.

ترجمه حاضر - همراه با دیگر نوشته های ایگناتیوسی - پیش از این در سال های 1978 تا 1988 در سه چاپ از سوی دو انتشارات سن بنو در لایپزیگ و استیریا گراتس - وین - کلن با عنوان «تمرین های روحانی و متون تشریحی» به چاپ رسیده است. برای این چاپ جدید، روی ترجمه اندکی کار شد. در داخل بندهایی که با شماره مشخص شده اند، سطرشماری های جدید بین المللی نیز اعمال شده اند.

در حاشیه سمت چپ نیز در مواردی به بخش های مشابه در داخل متن «تمرین های روحانی» اشاره شده است (علامت + به این معناست که در بخش مزبور، به موارد مشابه دیگری در متن نیز اشاره می شود). این اشارات باید در خدمت تحقق بخشیدن به نقش یک تفسیر کوتاه باشند. اگر در بندی، بارها به بخش مشابه دیگری اشاره شده باشد، این اشاره معمولاً فقط یکبار نمایش داده می شود. شماره های مربوط به اشاره به بخش های مشابه که با کاما از هم جدا شده اند، به اصطلاحات و مفاهیم متفاوت مربوط می شوند.

پانوشته ها شامل توضیحات مترجم درباره متن و همچنین توضیحات مربوط به نکات الهیات شناختی هستند.

در پایان کتاب «تمرین های روحانی» دعاها و شفاهی که در این کتاب از آنها ذکری به میان آمده و همچنین متن ده فرمان آورده شده است.

هدف از «تمرین های روحانی»

ایگناتیوس اصطلاح «تمرین های روحانی» را اغلب به معنای وسیع کلمه برای هر نوع فعالیت روحانی به کار می برد. به همین منوال است که او این اصطلاح را در آغاز کتاب «تمرین های روحانی» خود نیز به کار می بندد (ش. 1). هدف از این کتاب در ابتدا این است که به طور کلی به «تمرین های روحانی» یاری رساند. اما در مرحله بعد، این کتاب یک «روش و نظام» نیز برای «تمرین های روحانی» ساختار بندی شده ارائه می دهد که در هدف نهایی این است که این تمرین ها به تعمیقی در ایمان به عیسی مسیح منجر شوند که در کلیه لایه های وجودی شخص نفوذ می کند. ایگناتیوس این ایمان را سهم داشتن در روح عیسی می داند (مقایسه کنید با ش. 2، 365).

در عصر ما، دیتریش بُنهوفر، معنای همه تعمق های مسیحی را به بهترین نحو ممکن چنین توصیف کرده است: «هر آنچه ما مجاز هستیم از خدا انتظار داشته باشیم یا طلب کنیم، در عیسی مسیح یافت می شود. خدای عیسی مسیح با

² ترجمه موسوم به نسخه لاتین، به شکل صفحه به صفحه در مقابل نسخه اسپانیایی می آید در: م.ب.ی.، 269-93.

آنچه که یک خدا، بنا به تصور ما، می باید یا می تواند انجام دهد، سر و کاری ندارد. ما باید پیوسته برای مدت زمانی طولانی و با آرامش بسیار در زندگی، سخنان، کارها، رنج ها و مرگ عیسی ژرف اندیشی کنیم تا دریابیم که خدا چه نوید می دهد و چه چیز را به تحقق می رساند.³

نحوه شکل گیری «تمرین های روحانی»
«تمرین های روحانی» یا «Exerzitien»، یک دوره چهارهفته ای از دمخور شدن پیگیر و تعمق آمیز با کلام خدا هستند؛ آنها همزمان به قصد جست و جو برای یافتن تصمیمی مبتنی بر همین کلام برای زندگی فرد صورت می گیرند. این «هفته ها» را باید به عنوان مفهومی کلی از زمان و ساختار درک کرد؛ آنها می توانند براساس ضرورتی که برای فرد اجراء کننده «تمرین های روحانی» دارند، کوتاه تر یا بلندتر شوند (مقایسه کنید با ش. 4، 8-4).

در آغاز متن، مجموعه ای دستورالعمل های کاربردی (ش.ها. 1 تا 20) برای زن یا مرد همراهی دهنده تمرین ها در مراوده با فردی که می خواهد این تمرین ها را انجام دهد، آورده شده است.

نقطه سرآغاز «تمرین های روحانی» «اصل و بنیان» (ش. 23) است. این، متنی کوتاه است که این نکته را پیش چشم قرار می دهد که انسان با همه واقعیت وجودی خود به عنوان مخلوق خدا، از همان ابتدا با تمام هستی خود با خدا سر و کار دارد. در این بنیان تشریح می شود که شناخت نسبت به مخلوق بودن، انسان را از این می رهاند که بخواهد به هر بهای ممکن در این جهان به چیزی چنگ زند و متوسل شود.

در هفته نخست تمرین ها، انسان درباره تجربه لزوم رستگاری اش تعمق می کند. در اینجا نکته های بسیار مفیدی هم درباره یک آزمایش وجدان مثبت ارائه می شود (ش.ها. 24 تا 44). هفته های دوم تا چهارم به تعمق در زندگی عیسی اختصاص داده شده اند؛ در این مرحله، نگرش های مربوط به «ندای پادشاه» (ش.ها. 91 تا 99) و همچنین «دو بیرق» (ش.ها. 136 تا 148) از یک سو و مذاقه درباره «سه گروه انسانی» (ش.ها. 149 تا 157) و اندیشه درباره «سه روش فروتنی» (ش.ها. 164 تا 168)، از سوی دیگر، نوعی کلید برای درک متن های قابل مطالعه انجیل در این زمینه و تعمق درباره موقعیت شخص خود در پرتو این متون ارائه می گردد. این نگرش های کلیدی شاخص درک ایگناتیوسی از متون مقدس هستند.

در هفته دوم، درباره انسان شدن و تولد پسر خدا، زندگی او در خفا در ناصره و عملکرد علنی او تعمق می شود. مضمون هفته سوم، رنج های عیسی است. در هفته چهارم، شخص درباره رستاخیز و صعود عیسی به آسمان تعمق می کند. در کتاب «تمرین های روحانی» برخی تعمق ها بیشتر به شکل مورد به مورد به تفصیل بررسی می شوند، بویژه تعمق های مربوط به انسان شدن مسیح در هفته دوم و همچنین ملاحظات مربوط به راه پر رنج و درد مسیح مربوط به هفته سوم. سپس در ضمیمه ای با عنوان «رازهای زندگی مسیح، خداوند ما»، در کنار اشاره به بخش هایی از کتاب مقدس که در آیین های عبادی قرائت می شوند، اغلب سه نکته برجسته اشاره می شود که فرد باید در تعمق های خود، دقت نظر بیشتری به آنها داشته باشد (ش.ها. 261 تا 312).

³³ . دیتریش بنهوفر، مقاومت و تسلیم - نامه ها و یادداشت های زندان، منتشره از سوی ابرهارد بتگه، مونیخ، 1990، صفحه 210 [یادداشت 1944.8.21].

علاوه بر آن، این کتاب شامل مجموعه های متعددی از نکات تکمیلی و قواعد برای وضعیت های گوناگون است. مهم ترین اینها، قواعد مربوط به تفاوت گذاری میان جوهره ها، چگونگی برخورد با دودلی ها (ش.ها. 345 تا 351) و قواعد مربوط به همبستگی یا کلیسا («شناخت راستین») (ش.ها. 352 تا 370) هستند. حتی قواعدی برای آداب غذا خوردن وجود دارد (ش.ها. 210 تا 217).

دو گروه مربوط به «قواعد تفاوت گذاری میان جوهره ها» که برای هفته اول و دوم تمرین ها مقرر شده اند (ش.ها. 313 تا 327 و 328 تا 336) از اهمیتی ویژه برخوردارند. قواعد مربوط به هفته اول، توجه انسان را به تفاوت میان آن دسته از وسوسه های باطنی که به نیکی منجر می شوند و آنها که ویرانگر هستند، جلب می کنند؛ اینگناتیوس در اینجا از «تسلا» و «یاس» سخن می گوید. در هفته دوم این تفاوت گذاری به مرحله تمیز و تشخیص می رسد؛ فرض بر این گذاشته می شود که ممکن است انسان تحت لوای نیکی هم وسوسه شود و بیان می شود که چگونه می توان این فریب را تا حدودی تشخیص داد.

در پایان تعمق های «تمرین های روحانی» و بویژه به عنوان بنیانی نو برای زندگی روزمره، «تأمل به منظور دستیابی به محبت» (ش.ها. 230 تا 237) قرار دارد. این نگرش برای درک اصل اینگناتیوسی «یافتن خدا، خداوندان در همه چیز» نقشی اساسی دارد. اینگناتیوس می آموزد که چگونه ایمان مسیحی را به گونه ای درک کنیم که مبتنی بر سرچشمه گرفتن انسان از خدا باشد. بر این اساس، کلیه فعالیت های دنیوی نیز که البته از سر ایمان رخ می دهند، به منظور ستایش خدا صورت می گیرند.

در ادامه این بخش، توصیه هایی برای انواع و اقسام گوناگون عبادت صورت می گیرد، برای نمونه این که روی تک تک واژه های یک دعای خاص، برای نمونه دعای «ای پدر ما» مدت بیشتری تعمق و تدبر کنیم (ش. 252).

در «تمرین های روحانی» مضمون اصلی، «تمرین» طولانی تر و مکررتر چیزی است که بعد از آن در زندگی روزمره می توان آن را «بهتر و کامل تر» به کار بست (ش. 162، 3). هرچه فرد بیشتر با کلام خدا آشنا باشد، دعای او به همان نسبت ساده تر می شود و بیشتر به «توجه همراه با محبت» به شکل کاملاً ساده منتهی می شود.

مضمون تمرین در این کتاب فقط دعا نیست. این تمرین ها باید همزمان به این امر یاری رسانند که به فرد بیاموزند و او را تمرین دهند تا دست به «گزینش» صحیح بزند، یعنی به تصمیم گیری هایی منجر شوند که می توان بر سر آنها پایدار ماند. همزمان باید گفت که در کتاب «تمرین های روحانی» پیش از هر چیز، درباره گزینش جایگاه زندگی آدمی اندیشه می شود؛ لیکن دستورالعمل های منجر به آن را می توان اصولاً برای همه تصمیم گیری ها به کار بست.

گزینش در «تمرین های روحانی»

اینگناتیوس میان سه - به قول خودش - «مرحله گزینش» یا سه وضعیت گزینشی تفاوت قائل می شود. در مرحله گزینش نخست (ش.ها. 175، 330، 336) خدا به شکل مستقیم و به شیوه ای که تحت هیچ شرایطی حتی با دلیل و برهان نمی توان در آن تردید ورزید، این شناخت را ایجاد می کند که تصمیم صحیح کدام است. این که تردید در این مرحله به کل ناممکن است، از نظر اینگناتیوس معیار اصلی برای تشخیص بروز مرحله نخست گزینش است. از دید او، یک چنین حکم باطنی درباره صحت تصمیم که به معنای دقیق کلمه تردید

ناپذیر باشد، یعنی درواقع حکمی که ناشی از تدبیر شخصی نیست، باید قطعاً از خدا به شکل مستقیم صادر شود. نکته مهم، قطعیت ایمان است که آن را می توان نه به استدلال های عقلی و نه به قدرت اراده انسان نسبت داد. نمونه هایی که در این کتاب آورده می شوند، به این نکته اشاره دارند: دعوت از متی برای برعهده گرفتن رسالت مسیح (متی، 9، 13-9) و نیز دعوت از پولس (اعمال رسولان، 9، 1-19) (ش. 175، 3). این قطعیت براساس جنبه اخلاقی که دارد، از یک ایده جبری قابل تشخیص است: گرایش به تردید، بی پایه و اساس و از این رو خودکامانه و در نتیجه گناه تلقی می شود (مقایسه کنید با گ.ز. 28، 5).

با این حال، ایگناتیوس خواستار آن است که انسان با کمال هوشیاری، این برهه درواقع «تسلای بلاواسطه» را که به شکل منفعل دریافت می کند، از مرحله ای که پس از آن می آید و به عملکردهای عقلی و ارادی انسان مربوط می شود، تمیز دهد تا مانع این خطر گردد که درباره الهامات الهی قضاوت های شخصی صادر کند (ش. 336).

در خارج از مرحله گزینش نخست، یعنی زمانی که نه ایمان به شکل بلاواسطه، بلکه تجربه و دانش مطرح باشد، باید به مرحله گزینش دوم استناد کرد. در این برهه، انسان بنا به تجربه مربوط به تسلا و یاس و همچنین بر اساس تمیز قائل شدن میان جوهره ها (ش.ها. 176، 313-336)، به شناخت و روشن بینی دست می یابد. آدمی با بهره مندی از تجربیات گوناگون تسلا و یاس، تاحدودی می کوشد «بازتاب» روح به حرکت درآمده از سوی خدا را در رویارویی با گزینه های گوناگون در حوزه تصمیمی که باید اتخاذ گردد، با حواس خود دریابد؛ این تجربیات هر بار گوناگون هستند و به آن بستگی دارند که آیا گزینه موجود، پیشبرنده یا ویرانگر است (یا بیش از آن، «بر جوهره نیک یا بر جوهره شر منطبق است») و نیز بر اساس آن که آیا روح در مسیر نیکی به سمت بهبودی پیش می رود یا خیر. معیار آخر که با آن اصالت تسلا را می سنجند، همخوانی آن با جهت گیری بنیادی به سمت خداست که در پسر انسان شده اش، خود را آشکار ساخته است. این همخوانی در «درجه سوم از فروتنی» (ش. 167)، یعنی آمادگی برای پیروی از صلیب، به نهایت کمال خود می رسد.

مرحله سوم گزینش (ش.ها. 177 تا 188) مکمل مرحله دوم است و مرحله دوم پیش شرط آن به شمار می آید. در مرحله دوم انسان براساس وضعیت روحی خود در رویارویی با گزینه های گوناگون در یک تصمیم گیری پیش می رود، اما ابتدا باید دانست که هر یک از گزینه های منتهی به یک گزینش اصولاً دارای چه معنا و محتوایی هستند. از این رو، بسیار مهم است که استدلال های «عینی» و غیرجانبدارانه در قبول و یا رد هر یک از گزینه های قابل تصور برای تصمیم گیری در برابر هم به سنجش گذاشته شوند تا آنچه کامل تر و با اراده خدا همخوان تر است، یافت شود.

اغلب، اتخاذ یک تصمیم، چنانچه انسان در مرحله دوم گزینش به شفافیت نرسیده باشد، دستکم در ابتدا فقط در مرحله سوم گزینش امکان پذیر است. بر این اساس، ایگناتیوس در سال 1556 در نامه ای به آلونزو رامیرز د ورگارا که در مرحله یک تصمیم گیری شغلی قرار داشت، چنین می نویسد: ساز و کار چشیدن با قلب و با لطافت آن چیزی را به اجراء درآورد که عقل حکم می کند بیشتر از هر چیز دیگر در خدمت تجلیل خداست، روح القدس بهتر از هر کس دیگر تعلیم می دهد، هرچقدر هم که این نکته حقیقت داشته باشد که برای

پیروی کردن از امور بهتر و کامل تر، تکانه ای که بتواند رضایت بخش باشد، همان تکانه عقل است. و تکانه دیگر، مربوط به اراده نیز می تواند، حتی اگر پیش شرط تصمیم گیری و عمل قرار نگیرد، به سهولت این تکانه عقلی را پیروی کند، به این ترتیب که خدا، خداوند ما، اعتمادی را که انسان به تقدیر او دارد و همچنین چشم پوشی کامل از خود و رد تسلاهای بشری را با رضایتمندی و شوق فراوان پاداش می دهد و همچنین با تسلاهای معنوی به همین نسبت سرشار و فراوان، به شرطی که انسان به همان نسبت کمتر در صدد کسب آنها باشد و به همان نسبت با خلوص بیشتری، در صدد جلال بخشیدن خداوند و جلب رضایتمندی او باشد» («ن.ت.»، ص. 874، [نامه 6327]).

پیش شرط این مرحله سوم از گزینش هم، ویژگی بی طرفی به عنوان یک رفتار بنیادی برای گزینشگران است که پیشاپیش در بحث بنیان (ش. 23) مطرح می گردد. درست به همین سبب است که مرحله سوم گزینش معمولاً بار دیگر به مرحله دوم منتهی می شود که اغلب فقط به منزله تأییدی بر این مرحله است. اما در صورتی که دیدگاه بنیادی بی طرفی هنوز حاصل نشده باشد یا فردی هنوز از یک وابستگی نادرست به چیزی رهایی نیافته باشد، ایگناتیوس حتی به شکل معکوس می خواهد که شخص، دستکم در ابتدا به هیچ وجه بنا به وضعیت روحی خود جهت گیری نکند، بلکه بیشتر بر این مبنا تصمیم بگیرد که گویی ناگزیر است به «انسانی که هرگز ندیده و هرگز نشناخته است» اندرزی بدهد؛ این همان «روش دوم در مرحله گزینش سوم» است که ایگناتیوس آن را آخرین گزینه خوانده است (ش.ها. 184 تا 188).

عمل کردن به «تمرین های روحانی»

کتاب «تمرین های روحانی» را می توان به بهترین شکل، نوعی کتاب دستورالعمل تلقی کرد. این کتاب بویژه به شکل تعلیمات برای فردی در نظر گرفته شده است که به فردی دیگر تمرین می دهد و نگرش ها و اشارات دسته بندی شده را تک تک به او ارائه می کند.

مشخصه بارز «تمرین های روحانی» به شیوه ایگناتیوسی، تمرین های روحانی به شکل انفرادی یا در گروه های بسیار کوچک و محدود است، به گونه ای که راهنمای تمرین ها می تواند با تک تک شرکت کنندگان همکاری کند. در صورتی که امکان داشته باشد، فرد از زندگی عادی روزمره کناره گیری می کند و روزهای اختصاص داده شده به «تمرین های روحانی» را در سکوت کامل، جز ارتباط کلامی با راهنمای خود به سر می برد. برای این نوع «تمرین های روحانی» باید شخص دستکم پنج تا هشت یا ده روز وقت صرف کند. به این ترتیب، کل تمرین ها که شامل مدت زمان چهار هفته می شوند، در طول این مدت و در مضیقۀ زمانی گنجانده نمی شوند، بلکه هر بار فرد تمرین کننده به آن بخشی می پردازد که لازمه وضعیت شخصی او در آن برهه زمانی است.

ایگناتیوس در عین حال، برای «تمرین های روحانی روزمره» هم امکانی در نظر گرفته است که طی آن، فرد در وضعیت زندگی عادی خود باقی می ماند و «تمرین های روحانی» را در مدت زمان طولانی تری به انجام می رساند، به این صورت که در طول روز حدود یک تا یک ساعت و نیم وقت به آن اختصاص می دهد (ش. 19) و می تواند به باقی وظایف روزمره خود نیز برسد.

این کتاب می تواند برای کسی که یک بار «تمرین های روحانی» را همراه با راهنما انجام داده است نیز بر اساس تجربه هایش، یاری دهنده باشد تا تمرین

ها را به تنهایی نیز انجام دهد یا اصولاً بارها و بارها برای عملکرد های ایمانی خود از آن الهام بگیرد.

وظیفه راهنمای تمرین های روحانی این است که تمرین کننده را با «بنیان واقعی تاریخ»، یعنی با کلام خدا که در متون مقدس و در هر یک از بشارت های ایمانی نهفته است، مواجه سازد. اما از آن پس، او باید «اجازه دهد که خالق به شکل مستقیم بر مخلوق و مخلوق به نوبه خود بر ممنوع خود و خداوندگار خود تأثیرگذار گردد» (ش. 15، 7). این عملکرد «مستقیم» خالق در حق مخلوق، بویژه به این شکل به تحقق می رسد که او با کلامش بر مخلوق تأثیر گذارد. یکی از این موارد به شکل ویژه، تأثیرگذاری کلام خدا در سکوت است. خدا در کلام خود، روح القدس را به انسان هدیه می کند.

از این رو، قاعده اصلی برای راهنمای «تمرین های روحانی» این است که تا آنجا که میسر است، راهنمایی های خود را به شکل خلاصه و موجز ارائه دهد (ش. 2، 1)؛ فرد تمرین کننده به نوبه خود موظف است به او گزارش دهد که در انجام هر یک از تمرین ها، بر او چه گذشته است (ش. 6). این جبر گزارش دادن به راهنما، کمک بزرگی به آن می کند که تمرین ها با دقت انجام شوند؛ این کار همچنین به فردی که «تمرین های روحانی» را راهنمایی و همراهی می کند نیز یاری می رساند تا در انتخاب متون مربوط به تعمق، وضعیت و حال و هوای فرد تمرین کننده را بهتر و دقیق تر در نظر داشته باشد.

شاید بتوان تفاوت اجرای تمرین های روحانی با عملکردی نظیر گوش دادن به سخنرانی ها را این گونه بیان کرد که شاگرد کلاس رانندگی [در اینجا مجری تمرین های روحانی]، فقط مربی خود را موقع هدایت کردن خودرو با فرمان تماشا نمی کند، بلکه - همراه با گوش دادن به راهنمایی های او - خود هم خودرو را هدایت و رانندگی می کند. بنا به دیدگاه ایگناتیوس، آن فردی از این تمرین ها بهره بیشتری می برد که مضمون تعمق را «مستقلاً بررسی و در آن اندیشه کند» و به این ترتیب به درک عمیق تری از آن برسد؛ این بهتر از آن است که فرد تمرین دهنده همه چیز را «پیش از حد توضیح و بسط دهد». «چرا که نه بسیار دانستن، بلکه باطناً مضامین را حس کردن و چشیدن است که روح را سیراب و راضی می سازد.» (ش. 2، 4-2)

اما امر تعیین کننده در تمرین ها این نیست که انسان در خلال دعا به شناخت های بسیاری دست یابد، بلکه این که کلام خدا در فردی که در آن تعمق می کند، ریشه عمیقی بداند تا بعدها در او همچنان اثرگذار باشد. از این رو نمی توان گفت که مراقبه یا تجزیه و تحلیل تازه زمانی مفید است که بتواند به تسلاها و یا روشنگری های فراوانی منجر شود، بلکه آنچه پیش از هر چیز اهمیت دارد این است که انسان بیشتر و بیشتر با کلام خدا دمخور شود. ایگناتیوس آموزش می دهد که باید همواره از نو و به شکل یک «تفسیر وجودشناختی» به معنا و مفهوم کلام مورد نظر در درک شخصی توجه کرد. او این اطمینان را برای فرد تمرین کننده قائل است که بتواند خود شخصاً در تعمقش، کلام خدا را عمیق تر از آن درک کند که ممکن است از تفسیرها و توضیحات خارج از وجود شخص او برآید. البته در اینجا آنچه هم که دیتریش بُنهوفر در ارتباط با دعا فرمولبندی کرده است، مصداق دارد: «اما برای تجزیه و تحلیل خود، در تعمق همان اندازه کم وقت باقی می ماند که در زندگی مسیحی به طور کلی. ما باید توجه خود را معطوف به کلام کنیم و همه چیز را به اثرگذاری کلام واگذاریم [...]» خدا و نه شادی را بجوی - این قاعده اصلی در همه تعمق ها است. اگر فقط خدا را

بحیوبی، شادی را هم نصیب خواهی بُرد، این مژده برخاسته از کلیه تعمق هاست.»⁴

«تمرین های روحانی» همواره به طرز شگفت انگیزی مناسب آن هستند که سرزندگی فرد تمرین کننده را بسط و گسترش دهند. کتاب «تمرین های روحانی» به جای ناگزیر کردن فرد تمرین کننده به استفاده از روش هایی خاص، بیشتر به منزله دستورالعملی است که بر مبنای آن فرد تمرین کننده شخصاً درمی یابد که چه شیوه ای از زندگی روحانی بیشتر از همه مناسب حال اوست (مقایسه کنید با ش.76ج). شاید ویژگی خاص «تمرین های روحانی» نیز همین باشد که آنها در وجود فرد تمرین کننده، این توانایی را گسترش می دهند که خارج از فضای «تمرین های روحانی» نیز نسبت به وضعیت های کاملاً متفاوت، با هوشیاری و دقت عمل کنند.

پرسش های بنیادی الهیات شناختی

ایگناتیوس «تمرین های روحانی» را دوره ای می داند که در آن «خالق به طور مستقیم بر مخلوق تأثیرگذار است و مخلوق هم با خالق و خداوندگار خود کار می کند و از او تأثیر می پذیرد» (ش. 15، 6). این را بی شک نباید در زمره تجربیات غیرعادی دانست. عملکرد مستقیم خدا بر انسان، به معنای مخاطب قرار گرفتن از سوی کلام خدا که در بشارت مسیح نهفته است و دمخور شدن انسان با این کلام است. کلام خدا که انسان در بشارت روایت شده ایمان با آن مواجه می گردد، در وجود انسانی که نسبت به آن توجه نشان می دهد و با عشق و علاقه به آن گوش می سپارد، آغاز به «اثرگذاری» می کند و شخص را در درکی که از خود دارد و در حوزه «خود» به تدریج دگرگون می سازد.

مسئله اساسی الهیات شناختی که «تمرین های روحانی» مطرح می کنند، چنین است: چگونه تضمین می گردد که انسان بتواند از راه دعا، زندگی عیسی را نه تنها به تصویر درآورد، بلکه با شخص او ملاقات کند؟ ملاقات واقعی با عیسی مسیح، با کلام بشارت مسیح که انسان در حال با آن مواجه می شود، پیوند خورده است، بشارتی که نه فقط درباره او سخن می گوید، بلکه شخص او و سهم داشتن در رابطه او با خدا را نیز به آدمی انتقال می دهد. به تصور درآوردن محتوای ایمانی به تنهایی نمی توانست کافی باشد. آنچه بیشتر نقش سرنوشت ساز دارد، این است که شخص، فردی را که دیگر انسان ها در واقعیت تاریخی شاهدان او هستند، ملاقات کند. این که انسان های دیگر برای فردی ایمان را شهادت دهند، تنها از راه به تصویر درآوردن و یا حتی اثرگذاری صرف امکان پذیر نیست. بنابراین، این جزئی از ماهیت ایمان مسیحی است که این ایمان «شنیده شود» (رومیان، 10، 17). فقط در صورتی که امروز، بشارت ایمانی ملاقات شده، قلب را متقاعد سازد، از طریق آن می توان به شخص عیسی مسیح دسترسی پیدا کرد. انسان در این ایمان، به ارتباط با سایر انسان ها و به این ترتیب به کلیسا وابسته است. کلیسا به عنوان رخداد دائمی انتقال کلام خدا بنیان نهاده شده است. تمرین دهنده، کلام خدا را با ارائه دستورالعمل و ماده و مصالح برای تمرین ها، بشارت می دهد. او در این کار به نمایندگی از سوی کلیسا عمل می کند.

هنگامی که به شکلی بی بدیل از خدا به عنوان قادر مطلق سخن گفته می شود، براستی هم سخن فقط از خدا است: خدا «بی او هیچ است» خوانده می شود.

⁴. دیتریش بُنهوفر، زندگی در اشتراک، منتشره از سوی ایرهارد یتگه، گوتنبرو، 1997، ص. 72.

در اینجا براستی مصداق دارد که هیچ چیز را نمی توان بزرگ تر از رازگشایی از خدا فرض کرد که در انتقال ایمان از راه کلام به هموعان رخ می دهد. این تصور که از خدا بیش از کلام او انتظار می رود، نمی تواند در خور چنین ایمانی باشد.

دعا در مسیحیت را باید پاسخگویی به کلام خدا دانست. خدا در عیسی همه آن چیزی را که برای گفتن به ما دارد، بیان کرده است، یعنی این که او ما را با آن محبتی به خود می پذیرد که از ازل با آن به او به عنوان پسرش روی آورده است. او روح پسر خود را به قلب های ما فرستاده است که در آن، ما فریاد «ای پدر» سرمی دهیم (رومان، 8، 15) و این اطمینان خاطر را داریم که با دعايمان به خدا می رسیم و می توانیم در پیوند با او زندگی کنیم. این ایمان، انسان را از قدرت ترس های پیرامونش که خود، ریشه همه نامردمی های بشری است، نجات می دهد.

باور معنوی ایگناتیوسی بر این دیدگاه مبتنی است که خدا در عیسی مسیح، انسان شده و جهان پیش از آن نیز «در مسیح آفریده شده است». از این رو، فیض خدا به منزله بنیانی است که فرد ایماندار آن را پیش فرض خود قرار می دهد. لازم نیست که او ابتدا به این فیض برسد، بلکه این فیض، سرآغاز هر چیز دیگری است. ایگناتیوس در اصل بنیادی خود «یافتن خدا، خداوندان در همه چیز» همین را مدنظر دارد. به این ترتیب، جدایی ناخجسته میان حوزه دینی و سایر بخش های زندگی قابل برطرف شدن است. در این حال، پیوند با خدا، برای سراسر زندگی امری بنیادی است. هدف از «تمرین های روحانی» گسترش و انتقال این درک کلی از ایمان مسیحی است.

«تمرین های روحانی» برای چه کسانی است؟

ایگناتیوس شخصاً به عنوان پیش شرط بنیان خود (ش. 23) و به این ترتیب درواقع به عنوان «بنیان بنیان»، قاعده ای را به نگارش درمی آورد که نه فقط برای «هر مسیحی نیک»، بلکه برای هر انسانی مصداق دارد:

«شروط لازم برای این که هم فردی که تمرین های روحانی را ارائه می دهد و هم آن که آنها را دریافت می دارد، بهره بیشتری از آنها ببرند، این است که :
- هر مسیحی نیک باید آماده باشد، به جای رد کردن گفته هموع خود، آن را بپذیرد؛

- چنانچه نتواند آن را بپذیرد، پرس و جو کند و ببیند آن دیگری آن را چگونه درک می کند؛

- و اگر آن دیگری آن را به غلط درک کند، او را با محبت تصحیح کند؛
- و اگر این فایده بخش نبوده، همه ابزار مناسب برای این کار را به کار بندد تا نهایتاً آن دیگری را، بنا به درک صحیحی که از گفته اش دارد، پذیرا شود.» (ش. 22)

آخرین شرط برای «تمرین های روحانی»، آمادگی برای گوش سپردن با عشق و محبت و درک دقیق است. پدر پتر هانس گلون باخ، مدیر عامل ارشد انجمن عیسی، در تاریخ 27 سپتامبر 1991 به مناسبت چهارصدمین سالگرد تصویب انجمن عیسی از سوی پاپ اعلام کرد که «تمرین های روحانی»، «قلب ها و زندگی های بسیاری را متحول ساخته و تحولات اجتماعی و فرهنگی مهم و بسیاری را به جریان انداخته اند. این تمرین ها، یک نظام بسته و متحجرانه نیستند، بلکه برعکس، انعطاف پذیر هستند و می توانند با افراد در مراحل

گوناگون از مسیر معنوی شان و همچنین با اشکال گوناگون از زندگی های انسان امروزی همخوان شوند. تجربه می آموزد که مسیحیان غیرکاتولیک هم می توانند از این تمرین ها بهره هایی ببرند و حتی این تمرین ها چنان تطبیق پذیر هستند که به غیرمسیحیان نیز کمک می کنند. من شخصاً متقاعد شده ام که ما چیزی بهتر از آنها برای ارائه نداریم.»

در آماده سازی این مجلد، مایلم بویژه از آندره آس فالکنر، گوندیکار هُک، الکساندر لِفِرانک، نتیما نکانزا، اِفا ماریا پیلر و گوتتر سویتک کمال سپاسگزاری را به جای آورم.

فرانکفورت آم ماین، 19 مارس 1998

پتر کناور (ا.ع.)