

**یک جسم- یک دل**  
دروسی از کلام خدا  
برای نامزدها و زوجهای متأهل



آیا مایلید که یک نسخه از این کتاب را برای استفاده شخصی داشته باشید؟  
یا مایلید که آنرا در دستگاههای الکترونیکی خود دانلود کنید؟

همه این درسها را می توانید به فارسی و زبانهای دیگر،  
به صورت رایگان از [www.learnhisways.com](http://www.learnhisways.com) دانلود کنید.

یهوه خدا فرمود: " نیکو نیست آدم تنها باشد،  
پس یآوری مناسب برای او می سازم."

پیدایش ۲ : ۱۸ ترجمه هزاره نو

## فهرست مطالب

- پیش از آنکه شروع کنید..... ۶
۱. ازدواج از کجا آمد؟ پایه کتاب مقدسی برای ازدواج..... ۸  
این درس به اولین کلماتی می پردازد که در کتاب مقدس در مورد ازدواج مطرح شده است. توصیه می شود که در ابتدا به این درس رسیدگی کنید.
۲. طرح و نقشه خدا برای یک خانه شاد..... ۱۱  
پولس رسول دستورالعملهای خاصی برای بنای یک ازدواج مسیحی ارائه داده است. در طول ۲۰۰۰ سال، زنان و شوهران حکیم، به کلام او توجه زیادی کرده اند.
۳. عیسی را خداوند خانه خود بسازید..... ۱۴  
وقتی زن و شوهر، هر دو، عیسی را خداوند زندگی خود می سازند، آنها به راهنمایی او در استفاده از پول، وقت، شغل، و همه جنبه های زندگیشان اعتماد می کنند. آیا عیسی، خداوند خانه شماست؟
۴. رابطه نزدیک و محرمانه در ازدواج: نقشه خوب خدا..... ۱۸  
رابطه نزدیک و محرمانه جنسی، هدیه زیبای خدا به یک زن و شوهر است. آنها چگونه می توانند برای یک عمر آن را به صورت خاص نگاه دارند؟
۵. برای ازدواج خود ارزش قائل شده و از آن محافظت کنید..... ۲۲  
چقدر ازدواج شما برایتان مهم است؟ چگونه می توانید ازدواج خود را از زنا، طلاق، و گناهان جنسی در ذهن و فکر خود، محافظت کنید.
۶. بخشش: کلیدی برای ازدواج شاد و طولانی..... ۲۶  
ممکن است یک ازدواج با روابط عاشقانه آغاز شود، اما بخشش، عشق یک زوج را در طول سالها، محکم نگاه می دارد. یادگیری بخشش و طلب بخشش کردن، راحت نیست، اما اینها اعمال محبت آمیزی می باشند که هر زوجی باید آنرا یاد بگیرد.
۷. محبت کردن را انتخاب کنید، حتی وقتی که چنین احساسی را ندارید: برطرف کردن مشاجره در ازدواج..... ۳۲  
فراتر از یادگیری بخشش، زوجها باید یاد بگیرند که روزانه محبت بی قید و شرط را به یکدیگر نشان دهند. وقتی یکی از طرفین آزاده می شود یا وقتی یک زوج شدیداً با هم مخالفند، چگونه می توانند با محبت، کلافگی خود را با یکدیگر در میان بگذارند و با قلب باز به یکدیگر گوش بدهند؟
۸. با هم در خدا رشد کنید..... ۳۹  
ما می توانیم به راحتی رابطه خود را با خدا به یک موضوع خصوصی تبدیل کنیم. خوشی بیشتر زمانی وارد خانواده می شود که آنها یاد بگیرند با هم خدا را پرستش و خدمت کنند. این درس ترفندهای مفیدی را به شما خواهد داد تا روزانه محبت خدا را در مرکز خانه خود قرار دهید.
- آیا می خواهید این کتاب را به زبان دیگری ترجمه کنید؟..... ۴۳

## پیش از آنکه شروع کنید...

اگر شما این دوره را می گذرانید، به این معناست که یا ازدواج کرده اید یا به زودی ازدواج خواهید کرد. تبریک می گویم! شما به طیف گسترده ای از نوع بشر که در تمام فرهنگها، در تمام دنیا، در تمام دورانها، در آداب و رسومی که به اندازه نوع بشر قدمت دارد، می پیوندید. اما به چه چیزی پیوسته اید؟ فکر ازدواج از کجا آمد؟ آیا این برای راحت تر و لذت بخش تر کردن زندگی من به وجود آمده، یا هدف بالاتری وجود دارد؟

اکثر مردان و زنان با امید زیادی به آنچه که آینده برای آنها در نظر دارد، وارد ازدواج می شوند. اما واقعیت امروز این است که بسیاری از ازدواجها با شکست مواجه می شوند. در ازدواجهای دیگر، افراد با هم می مانند، اما خوشی یا محبت حقیقی اندکی میان زن و شوهر وجود دارد. چرا؟ چه اتفاقی برای رویاهای آنها افتاده است؟ آیا هرگز امکان دارد که رابطه ای عمیق و گرم و پر از حیات داشته باشیم که تا پایان عمر باقی بماند؟

پاسخ این است.... **پله!** برای افرادی که می خواهند نقشه خدا را مطابق کتاب مقدس دنبال کنند، امید زیادی به داشتن یک ازدواج غنی وجود دارد. این دوره به گونه ای طراحی شده تا به شما کمک کند که پاسخ سوالات بالا را دریافته و وارد تمام اهداف شگفت انگیز خدا برای ازدواجتان شوید.

برای اینکه از هر جلسه بهره کامل را ببرید، در اینجا پیشنهادهای مطرح شده است:

- **اگر ممکن است، این دوره را به عنوان یک زوج به تنهایی انجام ندهید.** یک زوج ایماندار پیدا کنید، ترجیحاً کسانی که چندین سال با هم ازدواج کرده اند، افرادی که بتوانند به عنوان راهنما در طول این درسها با شما همراهی کنند. یا شاید بخواهید که با یک گروه کوچکی از زوجها، به همراه یک زوج مسن تر که به عنوان رهبران به شما خدمت می کنند، این دوره را سپری کنید. همچنین بسیار مهم است که زن و شوهر، هر دو (یا زن و شوهر آینده) با هم شرکت کنند. هر درسی مطالبی دارد که برای مردان و زنان مناسب است.
- **تکالیف یادداشت برداری مربوط به هر درس را انجام دهید.** این بسیار مهم است. هر شخصی (نه فقط هر زوجی) باید یک نوع دفتر یادداشت یا دفترچه داشته باشد تا بتواند یادداشتها و تکالیفش را در آن بنویسد. لازم نیست که این دفتر، گران قیمت باشد، اما باید یک دفتر مخصوص برای این دوره باشد که شما بتوانید آنرا برای مدت زمان طولانی نگاه دارید. بعد از هر جلسه، مطالبی هست که باید در روزهای بعد، پیش از شروع جلسه بعدی، بر روی آنها کار کنید. **اگر این کارها را انجام ندهید، بسیاری از مطالبی را که این دوره به شما ارائه می دهد، از دست خواهید داد!** انجام این کارها نیاز به زمان دارد، اما ارزش این سرمایه گذاری را دارد. در طول سالها، شاید بخواهید به مطالبی که یادداشت کرده اید، نگاه کنید و همچنین شاید بخواهید نظرات جدیدی را که به مرور زمان یاد گرفته اید، به آنها اضافه کنید.
- **دفتر یادداشت و کتاب مقدس خود را ( کتاب یا نسخه الکترونیک آن) در هر جلسه به همراه داشته باشید.** در هر جلسه، به کلام خدا نگاهی می اندازیم. بهترین حالت این است که هر شخص کتاب مقدس خودش را داشته باشد تا بتواند با دقت به مطالب مورد بحث نگاه کند... همچنین، بارها از شما خواسته می شود که نکاتی را در دفتر یادداشت خود بنویسید. و در ابتدای هر جلسه فرصت دارید که در مورد تکالیف درس گذشته که بر روی آنها کار کرده اید، بحث و گفتگو کنید.

باشد که خدا این سرزمین را با نسل تازه ای  
از خانواده های الهی برکت دهد که فرزندان الهی را  
برای جلال او تربیت می کنند!

## ۱. ازدواج از کجا آمد؟ پایه کتاب مقدسی برای ازدواج

### بحث و گفتگوی آغاز جلسه:

به کلمه "ازدواج" فکر کنید. این کلمه برای شما چه مفهومی دارد؟ چه چیزی ازدواج را از هر رابطه دیگری متفاوت می سازد؟

### مقدمه:

ازدواج به نوعی، جزئی از هر جامعه بر روی کره زمین می باشد. اما ازدواج چیست؟ از کجا آمد؟ با کمک این درس متوجه خواهید شد که کتاب مقدس چگونه به این سوالات پاسخ می دهد.

در پیدایش ۱ می خوانیم که چگونه خدا آسمانها و زمین را آفرید، خورشید، ماه، و ستارگان، و گیاهان و حیوانات. بعد در آیه ۲۶ در مورد تاج خلقت او می خوانیم.

### پیدایش ۱: ۲۶ - ۳۱ را بخوانید.

۱. آیه ۲۷ را دوباره بخوانید. دو چیزی که در این آیه در مورد خلقت انسان می بینید، چیست؟ به نظر شما مفهوم اینکه ما به صورت خدا آفریده شده ایم، چیست؟

۲. به آیه ۳۱ نگاه کنید. خدا در مورد تمام چیزهایی که آفریده بود، چه احساسی داشت؟ پیدایش ۲ جزئیات بیشتری را در مورد آفرینش اولین مرد و زن به ما می دهد.

### پیدایش ۲: ۷ و ۱۵ - ۲۵ را بخوانید.

۳. آیه ۷ را دوباره بخوانید. تفاوت میان چگونگی آفرینش آدم و چگونگی آفرینش تمام حیوانات دیگر چیست؟ (به پیدایش ۱: ۲۰ و ۲۴ هم نگاهی بیندازید).

۴. در پیدایش ۲: ۱۸، خدا می گوید که چه چیزی نیکو نیست؟ خدا می گوید که چه کاری انجام خواهد داد؟

۵. دوباره آیات ۲۱ - ۲۲ را بخوانید. توصیف کنید که خدا چگونه یآوری برای آدم می آفریند.

### زن به عنوان یک یاور

در آیه ۱۸، خدا می گوید که او "یاوری مناسب" برای آدم می سازد. دوباره در آیه ۲۰ می گوید که در میان حیوانات هیچ "یاور مناسبی برای او" یافت نشد. مفهوم کلمه "یاور" چیست؟ در عبری (زبان اصلی عهدعتیق) کلمه ای که به کار رفته، یعنی، شخصی که یاری شونده را تکمیل می کند. یعنی، آنها کمبودهای شخص دیگر را پر کرده یا تدارک می بینند. یاور، پایین تر از شخص یاری شونده نیست. ارزش آنها با هم برابر است، اما آنها متفاوت هستند. هر یک از آنها چیزی را فراهم می کند که دیگری آنها را ندارد.

همچنین می گوید که یآوری "مناسب" یا "شایسته" برای آدم بود. زن همان چیزی بود که آدم به آن نیاز داشت! هیچ حیوانی نتوانست جایگاهی را که زن به طور منحصر به فرد، برای آن آفریده شده بود، پر سازد. اگر هر زن و شوهری این حقایق را درک می کردند، به نظر شما چگونه این مسأله می توانست محیط خانه شان را تغییر دهد؟

۶. دوباره آیه ۲۳ را بخوانید. در این آیه آدم چگونه زن را توصیف می کند؟ آیا به نظر شما او احساس می کند که زن یک یاور مناسب برای اوست؟ پاسخ خود را توضیح دهید.



(نکته: کلمه عبری برای زن (ishah) رابطه نزدیکی با کلمه عبری برای مرد (ish) دارد. بنابراین، در زبان عبری، این کلمات به تنهایی رابطه میان زن و مرد را نشان می دهند.)

۷. حالا به اولین توصیف ازدواج در کتاب مقدس می رسم. آیه ۲۴ را بخوانید. ازدواج چگونه توصیف شده است؟ مطابق این آیه، سه چیزی که ازدواج را تشکیل می دهند، چیست؟

۸. بدیهی است که آدم هیچ پدر و مادری نداشت که ترکشان کند، در این صورت، این الگویی بود برای نسلهای بعدی. به نظر شما چه مفهومی دارد که مرد، پدر و مادر خود را ترک کند و به زن خویش بپیوندد؟ چرا این مسأله مهم است؟

۹. آیا فکر می کنید که ممکن است شوهر از نظر جسمانی والدین خود را ترک کند، به این معنا که به خانه متفاوتی نقل مکان کند، اما همچنان تحت اقتدار آنها باشد؟ چگونه؟ چرا مهم است که شوهر کاملاً سر خانواده خود شود؟

#### طرح و نقشه خدا برای واحد خانواده جدید

از همان ابتدا، می بینیم که این نقشه خدا بود که وقتی یک مرد و یک زن به عنوان زن و شوهر به هم می پیوندند، یک واحد خانواده جدید را تشکیل می دهند، جدا از خانه ای که در آن بزرگ شده اند. هیچ مطلبی در مورد اینکه زن، والدین خود را ترک کند، بیان نشده، احتمالاً به خاطر اینکه در آن زمان انتظار داشتند که زن والدین خود را ترک می کند و به شوهر خود می پیوندد. ولی اغلب اوقات شوهر در زمینی که متعلق به خانواده اش بود به زندگی خود ادامه می داد. بنابراین، ممکن بود که از نظر جسمانی نزدیک به آنها زندگی می کرد. ولی نباید تحت اقتدار آنها باقی می ماند. وقتی مرد ازدواج می کرد، باید سر خانواده جدید می شد. او مسئول تدارک دیدن، محافظت کردن، و آموزش دادن به آنها می شد، باید به آنها تعلیم می داد که خداوند و راههای او را دنبال کنند. اگرچه شوهر می توانست همچنان از حکمت و تجربه والدین خود استفاده کند، اما حالا او و زنش یک واحد جدا بودند که باید تصمیمات خودشان را بگیرند و مسئول فرزندان خودشان باشند. در این مورد که چگونه این طرز فکر می توانست به تقویت خانواده ها در کشور شما کمک کند، بحث و گفتگو کنید.

اگر شما زوجی هستید که باید برای مدتی با والدین زندگی کنید، چه کاری می توانید انجام بدهید تا خودتان به عنوان یک خانواده جدا باشید، حتی زمانی که در خانه والدین خود زندگی می کنید؟

۱۰. دوباره آیه ۲۴ را بخوانید. کلمه اصلی در عبری که به پیوستن مرد به زن خویش اشاره می کند، به این معناست که او باید " محکم به او بچسبد" یا " در رابطه نزدیک و تنگاتنگ به دنبال او باشد". این مسأله در مورد پایداری ازدواج به شما چه می گوید؟

۱۱. در بعضی از جوامع امروز، عده ای از افراد در مورد مفهوم ازدواج بسیار سردرگم هستند. عده ای می گویند که مرد می تواند با یک مرد دیگر ازدواج کند یا زن می تواند با یک زن دیگر ازدواج کند. عده ای می گویند که مرد می تواند با بیش از یک زن ازدواج کند. چه چیزی را در این آیات پیدایش به عنوان طرح و نقشه خدا برای ازدواج می بینید؟

۱۲. به پیدایش ۱ : ۲۸ برگردید. اولین فرمانی که خدا به انسان می دهد، چیست؟ خدا انتظار دارد که ثمره ازدواج چه چیزی باشد؟

شما متوجه خواهید شد که اولین بخش این آیه می گوید که خدا اولین زن و مرد را برکت داد. بخش مهم این برکت این بود که: "...بارور و کثیر شوید و زمین را پر سازید..." در این آیه، ما دلیل مهم دیگری را می بینیم که چرا خدا ازدواج را آفرید. چگونه طرح و نقشه خدا برای یک مادر و پدری که با هم برای یک عمر متعهد شده اند، محیط محکم و استواری را برای فرزندان ما ایجاد می کند؟

### جشن ازدواج

در جوامع مختلف در سراسر جهان، جشن ازدواج بسیار متفاوت می باشد. بعضی از فرهنگها، آیینهای پیچیده و دقیق و جشنهایی دارند که چند روز طول می کشد. بعضی از جوامع اصلاً جشن نمی گیرند. در یک فرهنگ قدیمی، مرد فقط به نئوی [نوعی تخت بافته شده از طناب که دو طرف آن به درخت بسته می شود.م.} زن می رود تا با او بخوابد، و انتظار می رود که آنها یک عمر نسبت به هم وفادار بمانند. به پیدایش ۲۴ : ۶۷ نگاه کنید. اسحاق چگونه با ریکا، همان زنی که خادم پدرش برای او پیدا کرده بود، ازدواج کرد؟

در هر دو مورد که در بالا مطرح شد، جامعه این زوج را به عنوان افرادی که فقط به یکدیگر تعلق دارند، می شناخت، اگر چه هیچ مراسم یا اسناد دولتی وجود نداشت. این تصدیق و شناسایی، بخش مهمی از مفهوم ازدواج می باشد. امروزه، بسیاری از دولتها، سندی را می خواهند که ازدواج را تصدیق می کند. این مسأله مهم است، مخصوصاً برای محافظت از فرزندان.

در طول قرنهای بعد از مسیح، ایمانداران سعی کرده اند که راههایی برای مراسم عروسی پیدا کنند که انعکاسی از تعالیم کلام خدا باشد؛ اینکه ازدواج از جانب خداست؛ اینکه ازدواج مقدس است؛ اینکه ازدواج باید تا پایان عمر یکی از همسران پایدار بماند؛ و اینکه ازدواج تصویری از رابطه ما با مسیح می باشد. امروزه، در فرهنگهایی که ریشه های محکم مسیحی دارند، این سنت برای عروس و داماد وجود دارد که با هم عهد می بندند به این صورت که در مقابل خانواده و دوستان به هم قول می دهند که یک عمر یکدیگر را دوست داشته و از هم مراقبت خواهند کرد. از آن جایکه خدا، زن و مرد را به عنوان زن و شوهر به هم پیوند می دهد، به نظر شما چرا مهم است که آنها در ملاءم تعهد خود را نسبت به یکدیگر اعلام کنند؟ دقایقی را به بحث و گفتگو در این مورد اختصاص دهید که چگونه این عمل می تواند ازدواج شما را مستحکم کند. (نمونه ای از عهدهای ازدواج را می توانید در ضمیمه الف، صفحه ۴۴ ببینید).

**دعا:** به هدیه شگفت انگیز ازدواج که خدا به انسان داده، فکر کنید. حالا دعا کنید، خدا را به خاطر نامزد/ همسر خود شکر کنید. دعا کنید که فیض خدا را دریافت کنید تا یک ازدواج مادام العمر داشته باشید که پُر از محبت مسیح گونه نسبت به یکدیگر باشد.

### پیش از جلسه بعدی....

...زمانی را به آیتی که امروز مطالعه کردید، اختصاص دهید، دوباره بخوانید و در مورد آن تفکر کنید.

- در یک دفتر یادداشت یا دفترچه بنویسید که از این آیات چه چیزهایی را در مورد ازدواج یاد گرفته اید.
- بنویسید که می خواهید از الان تا ۲۰، ۳۰، یا ۵۰ سال آینده، ازدواج شما به چه شکلی باشد.

به این نقل قول توجه کنید: " انسانها هیچگاه به اندازه زمانی که با یکدیگر عهد می بندند، به شباهت خدایی که عهد خود را نگاه می دارد، نمی باشند. " ( از کتاب مقدس تعلیمی اصلاح اساسی، پیدایش ۲ : ۲۴ )

- در دفتر یادداشت خود بنویسید که به نظر شما مفهوم این نقل قول چیست.
- زمانی را به دعا اختصاص دهید، از خدا بخواهید که شما را برای این تعهد جدی و مادام العمر آماده کند- یا اگر ازدواج کرده اید، از او بخواهید که به شما کمک کند تا هر روزه این تعهد را زندگی کنید.

**( فراموش نکنید که دفتر یادداشت و کتاب مقدس خود را برای جلسه بعدی به همراه داشته باشید. )**

## ۲. طرح و نقشه خدا برای یک خانه شاد

"... باری، هر یک از شما نیز باید زن خود را همچون خویشتن محبت کند،  
و زن باید شوهر خویش را حرمت نهد." افسسیان ۵ : ۳۳

پیش از آنکه این جلسه را آغاز کنید:

دقایقی را به بحث و گفتگو در مورد مطالبی که هفته گذشته در دفترتان یادداشت کرده اید، اختصاص دهید، در مورد آیاتی که در جلسه ۱ مطالعه کردید، خواسته هایتان برای ازدواج، و در مورد این نقل قول (سعی کنید در ۵ دقیقه این بخش را تمام کنید تا زمان کافی برای ادامه درس داشته باشید).

بحث و گفتگوی آغاز جلسه:

در رساله به فیلیپیان، پولس به ایمانداران، در مورد نوع رفتاری که باید با یکدیگر داشته باشند، دستور العملهایی می دهد. فیلیپیان ۲ : ۱ - ۴ را بخوانید. دقایقی را به بحث و گفتگو در مورد نصیحتهایی که پولس به پیروان عیسی در این آیات می دهد، اختصاص دهید. به نظر شما، مطالبی که در این آیات یافت می شود، چگونه می تواند پایه خوبی برای یک خانه شاد باشد؟

حال بیایید نگاهی بیاندازیم به دستور العملهایی که پولس به زنان و شوهران می دهد.

افسسیان ۵ : ۲۱ - ۳۳ را بخوانید.

۱. آیه ۲۱ به ما می گوید که همه باید به حرمت مسیح تسلیم یکدیگر باشند. با شروع آیه ۲۲، پولس به طور خاص می گوید که مفهوم آن برای شوهران و زنان چیست، تا هماهنگی و شادی در خانه وجود داشته باشد. دوباره آیه ۲۲ را بخوانید. رفتار زن با شوهرش باید به چه شکلی باشد؟

۲. آیات ۲۳ - ۲۴ را بخوانید. بر طبق آیه ۲۳، چرا زن باید چنین رفتاری داشته باشد؟ پولس رابطه این زن/شوهر را با چه چیزی مقایسه می کند؟

(نکته: کلمه "کلیسا" در اینجا، به همه ایمانداران در همه جا و در تمام نسلها اشاره می کند. در این آیات به آنها به عنوان بدن مسیح هم اشاره شده است.)

در آیه ۲۴، پولس این تسلیم را چگونه توصیف می کند؟  
سوالی برای زنان: فکر می کنید که چنین تسلیمی چگونه امکانپذیر است؟

۳. آیات ۲۵ - ۲۷ را دوباره بخوانید. رفتار شوهر با زنش باید چگونه باشد؟ پولس این رفتار را با چه چیزی مقایسه می کند؟ مطابق این آیات، مسیح چگونه محبت خود را به کلیسا نشان داد؟ هدف مسیح از کاری که برای کلیسا انجام داد، چه بود؟ (آیات ۲۶ - ۲۷)

۴. حالا آیات ۲۸ - ۳۰ را بخوانید. در آیه ۲۸، پولس در مورد چگونگی محبت شوهر نسبت به زنش چه مطالب دیگری را مطرح می کند؟ به نظر شما منظور پولس از اینکه می گوید: "آن که زن خود را محبت می کند، خویشتن را محبت می نماید." چیست؟

در آیات ۲۵ و ۲۹ - ۳۰، پولس به ما می گوید که مسیح چگونه محبت خود را به ما نشان داده است و چگونه به طور پیوسته از طریق تغذیه و مراقبت از ما، عروسش، این محبت را نشان می دهد. و حالا مسیح، شوهران را فرا می خواند تا چنین محبتی را نسبت به زنشان داشته باشند.

سؤالی برای شوهران: وقتی به مسئولیت بزرگی که خدا به شما داده، فکر می کنید، چه احساسی به شما دست می دهد؟ اکنون از نظر عملی، چه کاری می توانید انجام دهید تا این محبت فداکارانه را در زندگی روزانه به زن خود نشان دهید؟

۵. دوباره آیات ۳۱-۳۳ را بخوانید. در آیه ۳۱ پولس از پیدایش ۲ : ۲۴ نقل قول می کند، که ما آنرا در جلسه قبلی خواندیم. خدا از همان ابتدا نقشه ای داشت- پیش از آنکه گناه وارد جهان شود- که ازدواج مفهوم عمیقی را به همراه داشته باشد.

در آیه ۳۲، راز برجسته ای که پولس به آن اشاره می کند، چیست؟ چگونه یکی شدن زن و شوهر، تصویری از رابطه ما (کلیسا)، با مسیح را نشان می دهد؟

چون این مسأله حقیقت دارد، چه چیزی را در مورد اهمیت حفاظت از رابطه ازدواج به ما می گوید؟

۶. در آیه ۳۳، پولس چگونه دستورالعملهای خود به زنان و شوهران را به طور خلاصه مطرح می کند؟ به نظر شما چرا دستورالعملهایی که پولس به شوهران می دهد، متفاوت از دستورالعملهایی می باشد که به زنان می دهد؟

#### احترام و محبت در ازدواج

تحقیقات جدید نشان داده که گرچه زن و شوهر، هر دو تمایل دارند که مورد محبت و احترام قرار بگیرند، اما عمیقترین احتیاجاتشان با هم تفاوت دارد. برای شوهر، مهمترین چیز این است که احساس کند مورد احترام قرار گرفته است. اگر او توسط شخصی که از همه به او نزدیکتر است، مورد احترام قرار نگیرد، شدیداً احساس شرم و بی لیاقتی خواهد کرد. این مسأله مخصوصاً زمانی به حقیقت می پیوندد که زنش در مقابل دیگران به او بی احترامی کند، اما در خانه هم چنین چیزی حقیقت دارد. برای زن، مهمترین چیز این است که احساس کند مورد محبت قرار گرفته است. اگر او احساس نکند که مورد محبت شوهر خود قرار گرفته، شدیداً احساس شرم و بی لیاقتی خواهد کرد. اگر او بداند که مورد محبت قرار گرفته، این مسأله به او کمک می کند که در وجود خود، احساس امنیت و اعتماد به نفس بکند.

۷. حالا به این موضوع توجه کرده و در مورد آن بحث و گفتگو کنید: اگر زن تسلیم شوهرش شود، به همان طریقی که کلیسا تسلیم مسیح می شود، این مسأله چگونه شوهرش را تشویق می کند که او را محبت کند؟ اگر شوهر، زنش را به طریقی محبت کند که مسیح کلیسا را محبت کرد، این مسأله چگونه به زن کمک می کند که تسلیم شوهرش شود؟ چگونه این دو چیز با هم کار می کنند تا یک خانه شاد و منظم به وجود آورند؟

۸. به خواسته های خود برای خانه تان فکر کنید. دوست دارید چه تغییری در شما ایجاد شود تا این خواسته ها انجام شوند؟ به عنوان یک زن، آیا گاهی اوقات کنترلر یا سرکش هستید؟ به عنوان یک مرد، آیا گاهی اوقات خشن و طلبکار هستید.

#### خانه را یک پناهگاه بسازید

خانه ای که از طرح و نقشه خدا پیروی می کند، تصویر زیبایی از ملکوت خدا خواهد بود. البته که هیچ کس نمی تواند این کار را به طور کامل انجام دهد! بنابراین مهم است که ما هم یاد بگیریم که خود را فروتن کنیم و وقتی شکست می خوریم، طلب بخشش کنیم، و به سرعت یکدیگر را ببخشیم. به این ترتیب، خانه پناهگاه آرامی برای ما و فرزندانمان خواهد بود که خدا به ما می دهد. (این موضوع با جزئیات بیشتر در درس ۶ مورد بحث و گفتگو قرار خواهد گرفت.)

**دعا:** اکنون زمانی را به دعا اختصاص دهید و از خدا بخواهید که شما را با فیض خود تغییر دهد تا بتوانید مطابق طرح و نقشه زیبای او زندگی کنید. در دل خود، متعهد شوید که راههای او را یاد بگیرید. به این ترتیب، در خانه خود آرامش و هماهنگی خواهید داشت، حتی وقتی که با شرایط دشوار مواجه می شوید.

### پیش از جلسه بعدی....

- ... زمانی را به مطالعه مجدد آیاتی اختصاص دهید که در این درس مطالعه کردید و در مورد آنها فکر کنید.
- در دفتر یادداشت خود بنویسید که از این آیات، در مورد نقش خود به عنوان زن یا شوهر چه چیزی یاد گرفتید.
  - همچنین در مورد چیزهایی بنویسید که می خواهید در شما تغییر کنند تا شوهر یا زنی باشید که برای خدا خوشایند است.

زمانی را به دعا در مورد این مسائل اختصاص دهید.  
اگر وقت دارید، خوب است که اول پطرس ۳ : ۱ - ۷ را هم بخوانید و در مورد آن فکر کنید.

( فراموش نکنید که دفتر یادداشت و کتاب مقدس خود را برای جلسه بعدی به همراه داشته باشید. )

### ۳. عیسی را خداوند خانه خود بسازید " ... اما من و خاندانم، یهوه را عبادت خواهیم کرد." یوشع ۲۴: ۱۵

پیش از آنکه این جلسه را آغاز کنید:

دقایقی را به بحث و گفتگو در مورد مطالبی که از درس جلسه ۲ در دفتر یادداشت خود نوشته اید، اختصاص دهید. ( ۵ دقیقه)

#### بحث و گفتگوی آغاز جلسه:

در یوشع ۲۴، یوشع می خواهد قوم اسرائیل را رهبری کند تا وارد سرزمینی شوند که خدا به آنها وعده داده و آن سرزمین را تصرف کنند. در آیه ۱۵ آنها را به چالش می کشاند: اگر آنها نمی خواهند که خدای زنده را عبادت کنند، پس باید انتخاب کنند که چه خدایی را عبادت خواهند کرد. به هر حال یوشع تصمیم خود را گرفته بود، و او این اعلامیه را مطرح می کند: " اما من و خاندانم، یهوه را عبادت خواهیم کرد."

برای دقایقی به طور مختصر در این مورد بحث و گفتگو کنید که به نظر شما عبادت خداوند، به عنوان یک خانواده، چه مفهومی دارد.

#### لوقا ۶: ۴۶-۴۹ را بخوانید.

۱. در آیه ۴۶ عیسی چه سوالی را مطرح می کند؟  
آیا مغایرتی در این مورد می بینید که کسی را "خداوند" ( یا "استاد" ) خطاب کنید و بعد از آنها اطاعت نکنید؟ پاسخ خود را توضیح دهید.

۲. آیه ۴۷ را دوباره بخوانید. عیسی در مورد افرادی صحبت می کند که سه کار را انجام می دهند. آن سه کار چیست؟  
مطابق آیه ۴۸، عیسی، شخصی را که این کارها را انجام می دهد به چه چیزی تشبیه می کند؟ توصیف کنید که این مرد چگونه خانه خود را می سازد و چه اتفاقی برای آن می افتد.

۳. حالا آیه ۴۹ را بخوانید. در این آیه، تفاوت میان این شخص (نه این خانه)، با شخصی که در آیه ۴۷ ذکر شد، چیست؟  
خانه این شخص را توصیف کنید و بگویید که چه اتفاقی برای آن می افتد.

۴. در مورد این دو خانه فکر کنید. درحالیکه خانواده جدیدی را آغاز می کنید، کدامیک از این دو خانه را می خواهید بنا کنید؟  
مطابق آیات ۴۶ - ۴۷، چگونه می توانید چنین خانه ای را بنا کنید؟

حالا ببینید به چند قسمت خاص پردازیم که برای زندگی شما به عنوان یک زوج مهم است. شاید شخصاً در مورد این چیزها فکر کرده باشید، اما حالا در مورد این بحث و گفتگو کنید که چه مفهومی دارد که به عنوان یک خانواده، عیسی را خداوند هر یک از این قسمتها بسازید.

#### پول

۵. آیات زیر را بخوانید.  
" کیست که نخست چیزی به من داده باشد که باید به او بازپس دهم؟ هر آنچه زیر تمامی آسمانها است از آن من است." ( خدا با ایوب صحبت می کند. ایوب ۴۱: ۱۱ )

" چه کسی چیزی به خدا بخشید تا به او بازپس داده شود؟ زیرا همه چیز از او، و به واسطه او، و برای اوست. او را تا ابد جلال باد. آمین." ( رومیان ۱۱: ۳۵ - ۳۶ )

آیا تا بحال به این فکر کرده اید که هر آنچه که شما دارید، از جانب خداست و حقیقتاً متعلق به اوست؟ به نظر شما دانستن این مطلب چگونه می تواند بر نحوه استفاده شما از پول و متعلقات دیگر تأثیر بگذارد؟

۶. این سه عبارت را در مورد پول، از کتاب مقدس بخوانید.

" **خداوند** را با دارایی خود حرمت دار و با نوبرهای همه محصول خویش؛ آنگاه انبهارهایت به وفور نعمت پر خواهد شد و چرخشتهایت از شراب تازه لبریز خواهد گشت. " (امثال ۳ : ۹ - ۱۰)

"هیچ کس دو ارباب را خدمت نتواند کرد، زیرا یا از یکی نفرت خواهد داشت و به دیگری مهر خواهد ورزید، و یا سرسپرده یکی خواهد بود و دیگری را خوار خواهد شمرد. نمی توانید هم بنده خدا باشید، هم بنده پول. " (متی ۶ : ۲۴)

"پس نگران نباشید و نگویید چه بخوریم یا چه بنوشیم و یا چه بپوشیم. زیرا اقوام بت پرست در پی همه این گونه چیزهایند، اما پدر آسمانی شما می داند که بدین همه نیاز دارید. بلکه نخست در پی پادشاهی خدا و عدالت او باشید، آنگاه همه اینها نیز به شما عطا خواهد شد. " (متی ۶ : ۳۱ - ۳۳)

حالا آیات بالا را یک به یک، دوباره بخوانید. بعد از هر آیه، بگویید چرا- مطابق آن آیات- شما به عنوان یک زوج باید عیسی را خداوند پول خود بسازید.

#### تصمیمات در مورد پول

بسیاری از مباحثات زوجهای متأهل، در مورد پول است. چه پول در خانه کم باشد یا زیاد، همه باید در این مورد تصمیم بگیرند که پولشان را برای چه کاری استفاده خواهند کرد. گاهی اوقات زنان و شوهران در مورد این تصمیمات با هم توافق ندارند. در اینجا چند سؤال مهم مطرح شده که می توانید در مورد آنها فکر کنید:

- آیا هر دوی شما می خواهید که عیسی را خداوند پول خود بسازید؟
- آیا واقعاً باور دارید که خدا به نیازهای شما اهمیت می دهد و نیازهای خانواده شما را فراهم خواهد کرد؟
- اگر شما با هم دعا می کنید که چگونه از آنچه که خدا به شما داده، استفاده کنید، این عمل چگونه می تواند شما را از مباحثات در مورد پول محافظت کند؟

#### تصمیم گیری

۷. عبارت زیر را بخوانید.

"با تمام دل خود بر **خداوند** توکل کن، و بر عقل خویش تکیه منما؛ در همه راههای خود او را در نظر داشته باش، و او طریقههایت را راست خواهد گردانید. " (امثال ۳ : ۵ - ۶)

"وہ کہ چه ژرف است دولت و حکمت و علم خدا؛ تقدیرهای او کاوش ناپذیر است و راهپایش درک ناشدنی. زیرا کیست که فکر خداوند را دانسته و یا مشاور او بوده باشد؟ " (رومیان ۱۱ : ۳۳ - ۳۴)

بر اساس این آیات، فکر می کنید چرا برای شما به عنوان یک زوج، عاقلانه است که در هنگام مواجهه با تصمیمات مهم، اول به خدا نگاه کنید؟

حالا آیه زیر را از لوقا بخوانید.

.... دعا کرد: " ای پدر، اگر اراده توست، این جام را از من دور کن؛ اما نه خواست من، بلکه اراده تو انجام شود. " (عیسی در شبی که به او خیانت شد، شب پیش از مصلوب شدنش، نزد پدر خود دعا می کرد. لوقا ۲۲ : ۴۲)

دعای عیسی چگونه به شما الهام می بخشد تا اراده خدا را بر اراده خود ترجیح دهید، با وجود بهایی که به همراه دارد؟

## شغل

۸. بگویید که چگونه عبارات زیر شما را تشویق می کند که تصمیمات خود در مورد شغل را به خدا تسلیم کنید، و خودتان را برای اهداف خدا، به او بسپارید.

" و اما شما که می گویید: "امروز یا فردا به این شهر یا آن شهر خواهیم رفت و سالی را در آنجا به سر خواهیم برد و به تجارت خواهیم پرداخت و سود فراوان خواهیم کرد، " خوب گوش کنید: شما حتی نمی دانید فردا چه خواهد شد. زندگی شما چیست؟ همچون بُخاری هستید که کوتاه زمانی ظاهر می شود و بعد ناپدید می گردد. پس باید چنین بگویید: " اگر خداوند بخواهد، زنده می مانیم و چنین و چنان می کنیم." (یعقوب ۴: ۱۳ - ۱۵)

"پس ای برادران، در پرتو رحمت‌های خدا، از شما استدعا می کنم که بندهای خود را همچون قربانی زنده و مقدس و پسندیده خدا تقدیم کنید که عبادت معقول شما همین است. و دیگر همشکل این عصر مشوید، بلکه با نو شدن ذهن خود دگرگون شوید. آنگاه قادر به تشخیص اراده خدا خواهید بود؛ اراده نیکو، پسندیده، و کامل او." (رومیان ۱۲: ۱ - ۲)

۹. بعد از بحث و گفتگو در مورد آیات بالا، آیات زیر را بخوانید.

"پس آن غلام امین و دانا کیست که اربابش او را به سرپرستی خانواده خود گماشته باشد تا خوراک آنان را به موقع بدهد؟ خوشا به حال آن غلام که چون اربابش بازگردد، او را مشغول این کار ببیند." (عیسی در مورد بازگشت خود در آخر زمان صحبت می کند. متی ۲۴: ۴۵ - ۴۶)

خدا به عنوان یک خانواده چه تکالیفی را به شما داده است؟ آیات بالا چگونه شما را تشویق می کنند که به کار ملکوت مشغول شوید، به صورت حکیمانه، از وقت خود استفاده کنید؟

### **مفهوم غلام امین و دانا بودن، چیست؟**

همه ما به عنوان ایماندار خوانده شده ایم که خادمان تمام وقت خدا باشیم. به این معنا که با خدمت به خانواده خود یا خدمت به دیگران در خانه خود، خدا را خدمت خواهیم کرد؛ ما با کار در محل کار خود، او را خدمت خواهیم کرد؛ همچنین در محیط‌های گوناگونی که خدا ما را هدایت می کند، او را خدمت خواهیم کرد؛ با در میان گذاشتن کلام خدا از طریق کلمات و اعمال خود. ما نباید خودمان را با دیگران مقایسه کنیم یا نباید سعی کنیم که دقیقاً همان کاری را انجام دهیم که خدا دیگران را برای آن فراخوانده است. هر زوجی باید تعیین کند که خدا از آنها می خواهد که چه کاری را انجام بدهند و نسبت به این خواندگی مطیع باشند؟

"هر آنچه کنید، چه در گفتار و چه در کردار، همه را به نام خداوند عیسی انجام دهید، و به واسطه او خدای پدر را شکر گزارید." (کولسیان ۳: ۱۷)

۱۰. به عنوان یک زوج با هم در این مورد بحث و گفتگو کنید که چه کار خواهید کرد تا اول ملکوت خدا و عدالت او را بطلبید. در کدام یک از قسمتهایی که در مورد آن بحث و گفتگو کردیم، برای شما دشوار است که به خدا اعتماد کنید و او را خداوند بسازید؟

**دعا:** آیا تا بحال به عنوان یک زوج خود را به عنوان قربانی زنده به خدا تقدیم کرده اید، تا اراده او را انجام دهید. هر آنچه که باشد؟ رومیان ۱۲: ۱ - ۲ را دوباره بخوانید. پولس در این آیات می گوید که با تقدیم کردن خود به خدا، حقیقتاً او را پرستش می کنیم. اکنون زمانی را به دعا در این مورد اختصاص دهید.



## پیش از جلسه بعدی...

... به تنهایی، زمانی را به مطالعه مجدد این مطالب اختصاص دهید و در مورد هر یک از آیاتی که مطالعه کرده اید، فکر کنید. در کدام قسمت نیاز به کمک خدا دارید تا شخصاً رشد کنید و بتوانید خدا را اول قرار دهید؟

- در دفتر یادداشت خود، افکار و اشتیاقان را برای رشد بنویسید. به عنوان یک زوج با هم صحبت کنید که چگونه می توانید با هم در این قسمتهایی که امروز در مورد آن صحبت کردیم، خدا را اول قرار دهید. حتماً سوالات مورد بحث در کادر بالا، در مورد پول، را هم مورد توجه قرار دهید.

- در دفتر یادداشت خود راههای خاصی را بنویسید که توسط آن عیسی را در هر یک از این قسمتها، خداوند خواهید ساخت. با هم زمانی را به دعا اختصاص دهید و از خدا بخواهید که به شما راههای خاصی را نشان دهد که برای خانواده شما در نظر گرفته تا او را خدمت کنید.

- در دفتر یادداشت خود، هر آنچه را که خدا در دعا با یکدیگر به شما نشان می دهد، یادداشت کنید.

( فراموش نکنید که دفتر یادداشت و کتاب مقدس خود را برای جلسه بعدی به همراه داشته باشید. )

#### ۴. روابط نزدیک و محرمانه در ازدواج : نقشه خوب خدا

(نکته: برای اکثر افراد راحت تر است که در این درس، زن و مرد به صورت جداگانه شرکت کنند- داماد آینده با یک شوهر بالغ باشد، و عروس آینده با یک زن بالغ، یا گروههای جداگانه کوچک برای زنان و مردان.)

##### پیش از آغاز این جلسه:

دقایقی را به بحث و گفتگو در مورد مطالبی که هفته گذشته، از درس جلسه ۳، عیسی را خداوند خانه خود بسازید، در دفتر یادداشت خود نوشته اید، اختصاص دهید. ( ۵ دقیقه)

##### بحث و گفتگوی آغاز جلسه:

همه عاشق داستانی هستند که در آن زن و مرد عاشق یکدیگر می شوند، ازدواج می کنند و در تمام طول زندگی خود خوشحال هستند. متأسفانه، برای بسیاری از زوجها، داستان به این شکل نیست. شاید آنها با هم بمانند، اما خوشی و رابطه نزدیک و محرمانه می میرد. فکر می کنید یک زن و شوهر چه کاری می توانند انجام دهند تا در تمام عمرشان، عاشق هم بمانند؟

بباید به آنچه که کتاب مقدس در مورد رابطه نزدیک و محرمانه در ازدواج می گوید، نگاهی ببینیم.

##### پیدایش ۱ : ۲۷ - ۲۸ را بخوانید.

۱. دو چیزی که آیه ۲۷ در مورد چگونگی آفرینش انسان توسط خدا می گوید، چیست؟  
آیا تابحال به این فکر کرده اید که چرا خدا انسان را زن و مرد آفرید؟ چرا او ما را مثل آمیب ها نیافرید (موجودات تک سلولی) که هیچ رابطه جنسی با هم ندارند و فقط به دو قسمت تقسیم می شوند تا تکثیر شوند؟ افکار خود را مورد بحث و گفتگو قرار دهید.

۲. اولین فرمانی که به انسان داده شد، چه بود؟ ( آیه ۲۸ )

##### پیدایش ۲ : ۲۴ - ۲۵ را بخوانید.

۳. آیه ۲۴ ماهیت ازدواج را برای ما توصیف می کند. سه چیزی که شامل آن می شود، چیست؟  
سومین بخش این آیه می گوید: "...و یک تن خواهند شد." این توصیف رابطه جنسی می باشد که زن و شوهر در ازدواج با هم دارند. در مورد این توصیف فکر کنید. "یک تن" شدن، در رابطه با میزان نزدیکی و صمیمیتی که خدا می خواهد بین زن و شوهر اتفاق بیفتد، به شما چه می گوید؟

۴. آیه ۲۵ را دوباره بخوانید. در این زمان، زن و مرد اولیه هنوز گناه نکرده بودند، بنابراین آنها شرم نداشتند. آیا فکر می کنید که وقتی زن و مرد ازدواج می کنند، مانند آدم و حوا در این آیه، دوباره این هدیه شرم نداشتن در مقابل یکدیگر را دریافت می کنند؟ پاسخ خود را توضیح دهید.

##### پیدایش ۱ : ۳۱ را بخوانید.

۵. از آیاتی که تا بحال خوانده ایم، واضح است که ایده مربوط به رابطه نزدیک و محرمانه جنسی از خدا سرچشمه گرفته است: او آنها را زن و مرد آفرید؛ آن دو، یک تن خواهند شد؛ و در نتیجه فرزندان متولد خواهند کرد.

در آیه ۳۱، خدا در مورد همه چیزهایی که آفریده بود، چه احساسی داشت؟ فکر می کنید خدا در مورد رابطه جنسی چه احساسی دارد؟

عده ای فکر می کنند که همه روابط جنسی، کثیف یا ناپاک هستند. اگر رابطه جنسی هدیه ای است که خدا به زوجهای متأهل داده، آیا به نظر شما چنین طرز فکری خدا را خشنود می سازد؟

#### پیدایش ۴ : ۱ را بخوانید.

۶. چگونه کلام حوا در این آیات، درک او را از این مطلب نشان می دهد که به عنوان انسان، آنها برای آفرینش با خدا همکاری می کردند؟

حالا بیایید به عهدجدید مراجعه کنیم و مطالبی را بخوانیم که پولس رسول در مورد رابطه جنسی در ازدواج به قرنطیان می گفت.

#### اول قرنطیان ۷ : ۱ - ۵ را بخوانید.

۷. آیه ۱ را دوباره بخوانید. متوجه خواهید شد که در بخشی از این نامه، پولس از نامه ای که قرنطیان به او نوشته بودند، نقل قول می کند. به نظر می رسد که آنها فکر کردند به خاطر بی عفتیهای بسیاری که وجود داشت، افرادی که کاملاً از روابط جنسی اجتناب می کردند، مقدس تر از افرادی بودند که از آن اجتناب نمی کردند. بنابراین، آنها فکر کردند که شاید حتی در ازدواج هم باید از روابط جنسی اجتناب کرد. در آیات ۲ - ۴ پولس چگونه به این مسأله پاسخ می دهد؟

۸. آیات ۳ - ۴ را دوباره بخوانید. پولس از چه کلماتی در آیه ۳ استفاده می کند تا مسئولیت زن و شوهر را نسبت به یکدیگر توصیف کند؟  
او در مورد اختیار آنها بر بدن خود چه می گوید؟ (آیه ۴)

۹. آیه ۴ را دوباره بخوانید. پولس می گوید که زن و شوهر مسئولیت دارند که از نظر جنسی به یکدیگر خدمت کنند. بنابراین، آیا درست است که یکی از آنها از روابط جنسی خودداری کند تا دیگری را آزار دهد؟ آیا درست است که از رابطه جنسی به عنوان ابزاری برای تحت نفوذ درآوردن همسر خود استفاده کنند تا به آنچه که می خواهند برسند؟ پاسخ خود را توضیح دهید.

۱۰. در جلسه ۲ ما از رسالات دیگر پولس، مطالبی را در مورد رفتار زن نسبت به شوهرش و رفتار شوهر نسبت به زنش خواندیم. آیات زیر را بخوانید.

"ای زنان، تسلیم شوهران خود باشید، همان گونه که تسلیم خداوند هستید." (افسیان ۵ : ۲۲)

"ای شوهران، زنان خود را محبت کنید، آن گونه که مسیح نیز کلیسا را محبت کرد و جان خویش را فدای آن نمود." (افسیان ۵ : ۲۵)

حالا اول قرنطیان ۷ : ۲ - ۴ را دوباره بخوانید، و در مورد این آیات، به همراه آیاتی که از افسسیان خواندید، فکر کنید. در مورد مطالب درون کادرهای زیر بحث و گفتگو کنید.

**یک نکته، مخصوصاً برای خانمها:** اگر زنی به شوهر خود احترام بگذارد و با تمام قلبش تسلیم او شود، آیا امتناع خواهد کرد که از نظر جنسی در دسترس شوهرش باشد؟

غالباً حقیقت دارد که مردها نسبت به زنها، اشتیاق و نیاز بیشتری به رابطه جنسی دارند، مخصوصاً وقتی پیرتر می شوند. یک زن با محبت به دنبال این خواهد بود که شوهرش را خشنود کند، حتی وقتی که خودش چنین اشتیاقی را ندارد. در اینجا مسأله مهمی وجود دارد که زنان باید به یاد داشته باشند: اگر نیازهای جنسی شوهر شما در خانه تأمین شود، او خیلی کمتر وسوسه خواهد شد که در جای دیگر به دنبال تأمین آن باشد.

**یک نکته، مخصوصاً برای مردان:** آیا شوهری که زنش را، آن گونه که مسیح کلیسا را محبت کرد، محبت کند، هرگز خودش را به زنش تحمیل می کند؟ او چگونه از نظر جنسی با زنش رفتار خواهد کرد، مخصوصاً زمانی که او باردار است یا حالش خوب نیست؟

اول پطرس ۳ : ۷ می گوید: "به همین سان، شما نیز ای شوهران، در زندگی با همسرانتان باملاحظه باشید و با آنان چون جنس ظریفتر با احترام رفتار کنید، ... ملایمت و ملاحظه کردن بسیار مهم است و کمک می کند که زن شما عمیقاً احساس کند که مورد محبت قرار گرفته است. چنانکه پطرس می گوید، او یک "جنس ظریفتر" است، بنابراین با ملایمت با او رفتار کنید. گاهی اوقات ممکن است که آمیزش جنسی برای او دردناک باشد، مخصوصاً در آغاز آن. به او گوش کنید و به احساسات او توجه کنید. زن شما برای تقدیم خود به شما هیجان زده تر خواهد بود اگر این تجربه برای او هم به اندازه شما لذت بخش باشد.

وقتی زن و شوهر، هر یک به چگونگی خشنود کردن شریک خود توجه می کنند، هر دو فرصت فوق العاده ای برای نشان دادن محبت غیر خودخواهانه نسبت به یکدیگر دارند. چگونه این نوع مراقبت دو طرفه نسبت به یکدیگر کمک می کند که عشق را در ازدواجشان زنده نگاه دارند؟

۱۱. اول قرنیتیان ۷ : ۵ را دوباره بخوانید. پولس در این آیه به آنها چه توصیه ای می کند؟ چرا پولس می گوید که آنها باید با رضایت یکدیگر، فقط برای مدت زمان کوتاهی از رابطه نزدیک و محرمانه جنسی خودداری کنند؟

گاهی اوقات زوجها تصمیم می گیرند که کاملاً از داشتن رابطه محرمانه جنسی در ازدواجشان خودداری کنند، چون می ترسند که باردار شوند. بر اساس این آیات، آیا فکر می کنید که این نظر خوبی است؟ افکار خود را توضیح دهید.

#### اهداف زیبای خدا برای رابطه محرمانه جنسی در ازدواج

اتحاد جنسی به عنوان یک هدیه به انسان داده شد تا در ارتباط محافظت شده ازدواج، در امنیت تعهد مادام العمر، زن و شوهر بتوانند عمیقترین سطح ممکن برای رابطه نزدیک و محرمانه بر روی زمین را بشناسند. به شکل محدودی، این تصویر رابطه نزدیک و محرمانه میان پدر، پسر و روح القدس می باشد، و همچنین تصویر رابطه نزدیک و محرمانه میان مسیح و کلیسا می باشد که به عنوان عروسی توصیف شده است. البته، اینها روابط جسمانی نیستند؛ آنها روحانی هستند، اما همچنان بسیار واقعی هستند. و در نتیجه این عمیقترین سطح رابطه نزدیک و محرمانه، زندگی جدید آفریده می شود. خدا این امتیاز غیر قابل توصیف را به ما داده تا در آفرینش چیزی شرکت داشته باشیم که با ارزشترین چیز در تمام دنیا می باشد. یک انسان زنده جدید! به این موضوع فکر کنید: وقتی اسپرم پدر به تخمک مادر می پیوندد، حالا تمام احتمالات ژنتیکی که در دی ان ای (DNA) پدر قرار دارد، با تمام احتمالات در دی ان ای (DNA) مادر ترکیب می شود. بنابراین، هر بچه ای که متولد می شود، یک شخص منحصر به فرد است، بی شباهت به هر شخص دیگری که تا بحال زندگی کرده است. چقدر خدای ما در نقشه خود برای ما، حکیم است!

چون شیطان پتانسیل موجود در رابطه جنسی را برای داشتن رابطه نزدیک و محرمانه و برای آفرینش درک می کند، تمام تلاش خود را می کند تا آنرا بد جلوه دهد و نابودش کند. همان چیزی که قدرت زندگی و آفرینش را دارد، قدرت بالقوه بسیاری برای نابودی ما هم دارد. به همین دلیل امثال ۴ : ۲۳ ما را نصیحت می کند: "دل خویش را با مراقبت تمام پاس بدار، زیرا سرچشمه امور حیاتی است." گاهی اوقات دعا کنید که خدا شما را نسبت به توطئه های شیطان هوشیار سازد و با قوت خود، شما را قوی سازد تا بر ضد آنها بایستید. و اگر با وسوسه جنسی در کشمکش هستید، بدون معطلی به دنبال برادر یا خواهر بالغی باشید که بتواند با شما در این نبرد بایستد.

**دعا:** حالا دقایقی را به دعا اختصاص دهید و برای عطای رابطه محرمانه جنسی در ازدواج از خدا تشکر کنید. از او بخواهید که به شما کمک کند تا مفهوم آن را از دیدگاه او درک کنید و کاملاً از آن لذت ببرید.

### پیش از جلسه بعدی...

.... زمانی را به مطالعه کلّ غزل غزلها اختصاص دهید. (اگر هنوز ازدواج نکرده اید، آنرا با هم نخوانید، بلکه باید آنرا به تنهایی بخوانید.) در این کتاب ما هدف دیگری را برای عطای رابطه جنسی می بینیم- خوشی و لذت ما! توجه کنید که عروس و داماد چگونه از عشق جسمانی لذت می برند و چقدر آزادانه آنرا با کلمات ابراز می کنند. آیا فکر نمی کنید که خدا از زوجهای متأهل لذت می برد، زوجهایی که کاملاً از عطای اتحاد جنسی که او به آنها داده است، لذت می برند؟

- در دفتر یادداشت خود بنویسید که چه چیزی در غزل غزلها بیش از همه، شما را تحت تأثیر قرار می دهد.
- در دفتر یادداشت خود، نظرات خود را درباره اهداف خدا برای عطای این هدیه به ما، بنویسید.
- همچنین هر چیز دیگری را که از این درس یاد گرفته اید، بنویسید.

اگر در گذشته فکر می کردید که رابطه جنسی کثیف است، یا اگر از آن می ترسید، زمانی را به دعای منظم اختصاص دهید، از خدا بخواهید که افکار شما را تغییر دهد تا شما آنرا به همان شکلی ببینید که او می بیند- یک تعبیر زیبا از عمیقترین سطح رابطه نزدیک و محرمانه!

**( فراموش نکنید که دفتر یادداشت و کتاب مقدس خود را برای جلسه بعدی به همراه داشته باشید. )**

## ۵. برای ازدواج خود ارزش قائل شده و از آن محافظت کنید " ... پس آنچه را که خدا پیوست، انسان جدا نسازد." (متی ۱۹: ۶)

### پیش از آغاز این جلسه:

دقایقی را به بحث و گفتگو درباره مطالعات خود که هفته گذشته، در جلسه ۴، در دفتر یادداشت خود نوشته اید، اختصاص دهید. همچنین، مطالبی را که درباره غزل غزلها نوشته اید، می توانید به راحتی در میان بگذارید. (۵ دقیقه)

### بحث و گفتگوی آغاز جلسه:

یکی از فرمانهایی که خدا به موسی داد این بود که "زنا نکنید." چگونه زنا به طور کلی به خانواده ها، فرزندان و جامعه آسیب می رساند؟

### متی ۱۹: ۱ - ۱۲ را بخوانید.

۱. فریسیان در شریعتی که موسی به قوم اسرائیل داده بود، متخصص بودند، اما عیسی، غالباً آنها را به ریاکاری متهم می کند. در اینجا می گوید که آنها می خواستند عیسی را بیازمایند. به عبارت دیگر، آنها می خواستند او را در بیان پاسخ اشتباه به دام بیندازند. آنها از او چه سوالی کردند؟ (آیه ۳)

۲. به یاد دارید که در جلسه ۱ ما به سرچشمه ازدواج پرداختیم. در جلسه ۴ در مورد ماهیت ازدواج صحبت کردیم. در ابتدا این نظر چه کسی بود که دو نوع جنسیت داشته باشیم؟ (پیدایش ۱: ۲۷) فکر ازدواج از کجا آمد؟ (پیدایش ۲: ۲۴)

۳. متی ۱۹: ۴ - ۶ را دوباره بخوانید. در این آیات، عیسی از عباراتی در پیدایش نقل قول می کند که در بالا نشان داده شد. اکنون او می خواهد به طور واضحتر بیان کند که ازدواج، مقدس، با ارزش، و سزاوار محافظت می باشد. وقتی یک زوج با هم ازدواج کرده اند، عیسی می گوید که چه کسی آنها را به هم پیوسته است؟ (آیه ۶)

۴. به نظر شما چرا غالباً به عنوان یک عهد به ازدواج اشاره می شود؟  
به نظر شما، با یک عهد به یکدیگر متصل شدن، چه مفهومی دارد؟

۵. به افسسیان ۵: ۳۱ - ۳۲ نگاه کنید. از جلسه ۲، در مورد "راز عظیمی" که پولس در مورد آن صحبت می کرد، چه چیزی را به یاد می آورید؟

۶. در متی ۱۹: ۶، منظور عیسی از بیان "...انسان جدا نسازد"، چیست؟ این مطلب در مورد طلاق چه می گوید؟  
دقایقی را به بحث و گفتگو در این مورد اختصاص دهید که چرا طلاق با توجه به کلام خدا در این آیات، بسیار جدی می باشد.  
چرا وقتی یک زوج طلاق می گیرند، شوهر، زن، و فرزندان درد زیادی را متحمل می شوند؟ (در مورد این سؤال بحث و گفتگو کنید و بعد کادر زیر را بخوانید).

### درد طلاق

امروزه بسیاری از افراد فکر می کنند که اگر از همسرشان راضی نیستند، طلاق راه آسانی برای حل مشکلاتشان می باشد. اما خدا چه می گوید؟ وقتی دو نفر ازدواج می کنند، کلام خدا می گوید که آنها "یک تن" می شوند. به شکلی مرموز و روحانی، خدا آنها را به هم پیوند می دهد. اگر چه آنها همچنان دو فرد متفاوت هستند، اما به شکل واقعی، آنها اکنون یک واحد هستند. همانطور که نمی توانید یک بخش از بدن خود را قطع کنید، بدون اینکه عصبهایتان در معرض درد زیاد این زیان قرار بگیرند، شما نمی توانید یک زوج را که یک تن شده اند، بدون درد و زیان زیاد از هم جدا کنید. همچنین نمی توانید به ضد کاری که خدا انجام داده عمل کنید و عواقب شدیدی را متحمل نشوید.

۷. فریسیها می دانستند که به نظر عیسی، طلاق، اشتباه است. پس سؤال دیگری را از او پرسیدند. آیه ۷ را دوباره بخوانید. آنها از عیسی چه سؤالی کردند؟

۸. بر اساس آنچه که عیسی می گوید، چرا موسی اجازه داد که طلاق بدهند؟ ( آیه ۸ ) آیا سختدلی خدا را خشنود می سازد؟ با توجه به آیات ۴ - ۶ و آیه ۸، خواست خدا برای افراد متأهل چیست؟

۹. آیه ۹ را دوباره بخوانید. یکی از دلایلی که عیسی می گوید که مرد می تواند زن خود را طلاق دهد، چیست؟ اگر او زن خود را به هر دلیل دیگری طلاق دهد و بعد با شخص دیگری ازدواج کند، مرتکب چه گناهی می شود؟

در اینجا عیسی به طور خاص با مردان صحبت می کند، اما فکر می کنید که این قاعده برای زنان هم حقیقت دارد؟ چرا فکر می کنید که بی عفتی جنسی دلیلی برای طلاق گرفتن است؟ دقایقی به این فکر کنید که چگونه زنا، عهد ازدواج را می شکند. این موضوع در مورد اهمیت وفاداری در ازدواج، به شما چه می گوید؟

#### ازدواج می تواند شفا بیابد

اگرچه عیسی گفت که اگر یکی از شرکا مرتکب زنا شود، می توانند طلاق بگیرند، اما این مسأله به این معنا نیست که اگر چنین چیزی اتفاق بیفتد، زوجها همیشه باید طلاق بگیرند. به خاطر مرگ عیسی بر روی صلیب، خدا بخشش کامل را به همه افرادی می دهد که حقیقتاً توبه کرده و به سوی او بازمی گردند. اول یوحنا ۱ : ۹ می گوید: "ولی اگر به گناهان خود اعتراف کنیم، او که امین و عادل است، گناهان ما را می آمرزد و از هر نادرستی پاکمان می سازد." نمونه های بسیاری وجود داشته که در آن زنان و شوهران از گناه خود توبه کرده اند و همسرشان آنها را بخشیده است. اگر چه این یک فرایند دردناکی بوده و نیاز به زمان داشته، اما خدا ازدواجشان را شفا داده است. آنها در میان این سختیها، با وجود اینکه در گناه افتاده اند، اما در مسیر خود با خدا رشد کرده اند. ( درس ۶ بیشتر در مورد بخشش گفتگو خواهد کرد.)

#### وفاداری در ازدواج

۱۰. هر یک از آیات زیر را بخوانید و بگویید که این آیات در مورد وفاداری در ازدواج چه می گویند؟

**نکته:** بی عفتی جنسی به هر فعالیت جنسی خارج از ازدواج، از جمله زنا، اشاره می کند.

"زنا مکن." ( این یکی از ده فرمانی است که خدا به موسی داد. خروج ۲۰ : ۱۴ )

"از بی عفتی بگریزید! هر گناه دیگر که انسان مرتکب شود بیرون از بدن اوست، اما کسی که مرتکب بی عفتی می شود، نسبت به بدن خود گناه می کند. آیا نمی دانید که بدن شما معبد روح القدس است که در شماست و او را از خدا یافته اید، و دیگر از آن خود نیستید؟ به بهایی خرید شده اید، پس خدا را در بدن خود تجلیل کنید." ( اول قرنثیان ۶ : ۱۸ - ۲۰ )

"اراده خدا این است که مقدس باشید: خود را از بی عفتی دور نگاه دارید. هر یک از شما باید بدانند که چگونه در پاکی و برازندگی، بدن خود را تحت تسلط نگاه دارد. نباید همانند قومهایی که خدا را نمی شناسند، دستخوش امیال شهوانی باشید. هیچ کس نباید در این امر دست تجاوز یا طمع به حریم برادر خود دراز کند. چنانکه پیشتر به شما گفتیم و هشدار دادیم، خداوند همه این کارها را کینفر خواهد داد. زیرا خدا ما را نه به ناپاکی، بلکه به قدوسیت فرا خوانده است. پس، هر که این تعلیم را رد کند، نه انسان، بلکه خدایی را رد کرده که روح قدوس خود را به شما عطا می فرماید." ( اول تسالونیکیان ۴ : ۳ - ۸ )

بر اساس آیات بالا، چرا بسیار مهم است که زن و شوهر تا آخر عُمر فقط نسبت به یکدیگر وفادار بمانند؟

## وفاداری در ذهن

۱۱. عیسی به پیروان خود یاد داد که وفادار بودن از نظر جنسی، فقط انجام ندادن عمل جسمانی نیست. عدم وفاداری در ذهن و قلب آغاز می شود. آیات زیر را بخوانید.

"مباد که در میان شما از بی عفتی یا هر گونه ناپاکی یا شهوت پرستی حتی سخن به میان آید، زیرا اینها شایسته مقدسین نیست." (افسیان ۵ : ۳)

"شنیده اید که گفته شده، "زنا مکن." اما من به شما می گویم، هر که با شهوت به زنی بنگرد، همان دم در دل خود با او زنا کرده است." (متی ۵ : ۲۷ - ۲۸)

"در پایان، ای برادران، هر آنچه راست است، هر آنچه والا است، هر آنچه درست است، هر آنچه پاک است، هر آنچه دوست داشتنی و هر آنچه ستودنی است، بدان ببندید. اگر چیزی عالی است و شایان ستایش، در آن تأمل کنید." (فیلیپیان ۴ : ۸)

بگویید که هر یک از آیات بالا در مورد پاک نگاه داشتن قلب و ذهن خود، چه می گوید.

۱۲. به نظر شما این آیات در مورد نگاه کردن به تصاویر مستهجن یا شهوترانی در فیلمها و تلویزیون، چه می گوید؟

۱۳. شیطان دائماً سعی دارد که ازدواجها را نابود کند. اگر ازدواج کرده اید، یا می خواهید به زودی ازدواج کنید، آیا هر دو با هم و جداگانه برای استحکام ازدواج خود و برای اینکه ازدواجتان در برابر استراتژیهای شرارت آمیز شیطان تحت محافظت باشد، دعا می کنید؟

در اول پطرس ۵ : ۸ - ۹، پطرس رسول این کلمات را نوشت:

"هشیار و مراقب باشید، زیرا دشمن شما ابلیس همچون شیری غران در گردش است و کسی را می جوید تا بلعد. پس در ایمان راسخ باشید و در برابر او بایستید، زیرا آگاهید که برادران شما در دنیا با همین زحمات رو به رویند."

چگونه این آیات می تواند به شما کمک کند که ازدواج خود را محکم و قوی نگاه دارید؟

**دعا:** حالا با هم برای ازدواج خود دعا کنید. فیض خدا را بطلبید تا وقتی مشاجراتی در ازدواج به وجود می آید، با وسوسه جدایی مقابله کنید.

## **پیش از جلسه بعدی...**

... امثال ۵ را بخوانید. این باب، به طور خاص به مردها اشاره می کند، اما قطعاً، قاعده وفاداری در ازدواج برای زنها هم کاربرد دارد.

- در دفتر یادداشت خود، دلایل گوناگونی را که در این باب برای وفاداری نسبت به همسر خود می ببینید، یادداشت کنید.



زمانی را به مرور ۴ درس قبلی اختصاص دهید. آیا درسهایی گرفته اید که ازدواج شما را در مقابل طلاق، مستحکم کند؟

- این مطالب را در دفتر یادداشت خود بنویسید.

همچنین، زمانی را به بازخوانی متی ۱۹ اختصاص دهید. به جدی بودن تعهدی فکر کنید که در هنگام ازدواج برقرار می کنید. وقتی زوجها طلاق می گیرند، باعث ایجاد درد عمیقی در زن و شوهر، و همچنین در فرزندان می شود. حال، تصمیم بگیرید که با هر مشکلی که مواجه شوید، با یکدیگر با آنها برخورد خواهید کرد.

در دل خود و به نامزد یا همسر خود قول بدهید که با کمک خدا، هرگز از کلمه "طلاق"، به عنوان پیشنهادی برای حلّ مشاجرات در ازدواج خود، استفاده نخواهید کرد.

- قول خود را در دفتر یادداشت خود بنویسید.

با هم زمانی را به دعا برای ازدواجتان اختصاص دهید.

**(فراموش نکنید که دفتر یادداشت و کتاب مقدس خود را برای جلسه بعدی به همراه داشته باشید.)**

## ۶. بخشش:

### کلیدی برای ازدواج شاد و طولانی

#### پیش از آغاز این جلسه:

دقایقی را به بحث و گفتگو در مورد مطالبی که هفته گذشته در دفتر یادداشت خود، درباره امثال ۵ و چگونگی مستحکم کردن ازدواج خود نوشته اید، اختصاص دهید. (۵ دقیقه)

#### بحث و گفتگوی آغاز جلسه:

وقتی کسی ما را می رنجاند یا خطایی نسبت به ما مرتکب می شود، اکثر افراد چه واکنشی نشان می دهند؟ شما در این مورد چه فکری می کنید؟

همه ما، در زمانهای مختلف در ازدواج خود، متوجه می شویم که نسبت به همسر خود خطا کرده ایم. گاهی اوقات هم آنها نسبت به ما خطا کرده اند. برای اینکه ما در عشق و محبت خود نسبت به یکدیگر رشد کنیم، باید یاد بگیریم که چگونه طلب بخشش کنیم و چگونه ببخشیم. بیایید با نگاهی بر آنچه که عیسی در مورد اهمیت بخشش گفت، آغاز کنیم.

#### متی ۱۸: ۲۱-۳۵ را بخوانید.

۱. دوباره آیات ۲۱ - ۲۲ را بخوانید. به نظر شما، منظور عیسی این است که هر بار که کسی را می بخشیم، حساب آنرا نگاه داریم؟ منظور عیسی چیست؟

۲. وقتی تعداد دفعات بخشش خود نسبت به یک نفر را حساب می کنیم، این مسأله چه چیزی را در مورد طرز رفتار ما آشکار می کند؟ آیا فکر می کنید که چنین کاری بخشش حقیقی و قلبی را نشان می دهد؟

۳. آیه ۲۴ را دوباره بخوانید. این خادم، چقدر به این ارباب بدهکار بود؟

۴. این ارباب می خواست که این مرد و خانواده اش را بفروشد تا طلب او را وصول کند. این خادم چه کار کرد؟ (به آیه ۲۶ نگاه کنید.)  
آیا فکر می کنید که او هرگز می توانست این طلب را وصول کند؟  
این ارباب نسبت به التماس خادمش چه واکنشی نشان داد؟ (آیه ۲۷)

۵. دوباره آیات ۲۸ - ۳۰ را بخوانید. این خادم بعد از بخشیده شدن و آزادی، چه کار کرد؟ (آیه ۲۸)  
همکارش چقدر به او بدهکار بود؟

۶. آیات ۳۲ - ۳۴ را دوباره بخوانید. وقتی این ارباب در مورد این اتفاقات شنید، چه کار کرد؟ آیا فکر می کنید که اعمال این ارباب درست بود؟ پاسخ خود را توضیح دهید.

۷. آیه ۳۵ را بخوانید. عیسی در پایان این مثل، چه گفت؟

در اینجا عیسی یک بیانیه بسیار جدی را مطرح می کند. در قسمتهای دیگری از عهدجدید، عیسی همین قاعده را تعلیم می دهد. متی ۶: ۱۴ - ۱۵ را بخوانید. این آیات چه چیزی را به ما یاد می دهند؟

۸. مهمترین بخش این مثل در متی ۱۸: ۳۳ می باشد. آن را دوباره بخوانید. اگر ما حقیقتاً باور نکنیم که خدا گناهان ما را بخشیده، بخشش دیگران برای ما دشوار خواهد بود. آیا شما باور دارید که خدا دوستان دارد و به خاطر مرگ عیسی برای شما، گناهانتان را می بخشد؟

۹. دوباره به این مثل نگاه کنید. چگونه قرض گناه ما نسبت به خدا، مانند قرض این خادم نسبت به این ارباب می باشد؟ چگونه بخشش طلب این خادم توسط این ارباب، مانند بخشش خدا نسبت به ما می باشد؟ حالا که ما بخشیده شده ایم، خدا چه انتظاری از ما دارد؟

حالا می پردازیم به اینکه چگونه می توانیم این تعلیم بخشش را در ازدواج خود به کار ببریم.

همة ما باید یاد بگیریم که ببخشیم، اما بسیاری از اوقات بخشیدن همسرمان بسیار دشوار است، چون درک نمی کنیم که بخشش چیست.

### مفهوم بخشیدن چیست؟

**الف. بخشش، یعنی اینکه من این عمل اشتباه و این آزردهی را در دستان خدا می گذارم.** وقتی من انتخاب می کنم که همسر را ببخشم، من نمی گویم که عمل او اشتباه نبوده، و نمی گویم که او مرا آزار نداده است. اگر هیچ آزار یا عمل اشتباهی نبوده، نیازی به بخشیدن نیست. اما من به دنبال این نخواهم بود که متقابلاً او را آزار بدهم. من به خدا اعتماد می کنم که در قلب همسر کار کند.

رومیان ۱۲ : ۱۹ - ۲۱ را بخوانید.

{ ۱۹ } ای عزیزان، انتقام مگیرید، بلکه آن را به غضب خدا واگذارید. زیرا نوشته شده که "خداوند می گوید: "انتقام از آن من است؛ من هستم که سزا خواهم داد." { ۲۰ } برعکس، "اگر دشمنت گرسنه است، به او خوراک بده! و اگر تشنه است، به او آب بنوشان! اگر چنین کنی، اخگرهای سوزان بر سرش خواهی انباشت." { ۲۱ } مغلوب بدی مشو، بلکه بدی را با نیکویی مغلوب ساز.

۱) دوباره به آیه ۲۰ نگاه کنید. چگونه خوراک دادن به "دشمن" خود و آب دادن به او، ثمره بخشش حقیقی را نشان می دهد؟ (البته، همسر شما، واقعاً "دشمن" شما نیست، اما گاهی اوقات اگر کاری انجام داده که باعث آزار شما شده، ممکن است که چنین احساسی بکنید!)

۲) وقتی انتخاب می کنید که ببخشید، به جای اینکه به دنبال راهی برای تلافی کردن باشید یا رنجش را در خود نگاه دارید، چگونه این عمل شما مانند عمل کسی است که از روی صلیب گفت: "ای پدر اینها را ببخش؛ زیرا نمی دانند چه می کنند؟"

۳) در مورد این موضوع فکر کنید: آیا شما واقعاً باور دارید که خدا آنقدر بزرگ است که می تواند قلب همسران را تغییر دهد و به او نشان دهد که عملش یا کلامش، اشتباه است؟ اگر فکر می کنید که خودتان می توانید رفتارها یا اعمال اشتباه همسران را تغییر دهید، اکثر اوقات شما در اشتباه هستید.

**ب. بخشش یعنی من متوجه می شوم که خدا نسبت به من بسیار رحیم بوده، پس من هم رحیم خواهم بود.** به آنچه که هم اکنون در متی ۱۸ مطالعه کردیم، فکر کنید. در اینجا ما یک حقیقت بسیار جدی را می بینیم. اگر ما می خواهیم که خدا قرض همه گناهی را که نسبت به او مرتکب شده ایم، ببخشد، باید چه رفتاری نسبت به افرادی داشته باشیم که به ضد ما مرتکب گناه می شوند؟

"خوشا به حال رحیمان، زیرا بر آنان رحم خواهد شد." (متی ۵ : ۷)

**پ. بخشش یعنی من اجازه نمی دهم که قلبم، سرد و تلخ شود.** بخشش کاری نیست که من فقط برای همسر انجام می دهم، بلکه کاری است که من برای خودم هم انجام می دهم. اگر من به تلخی و خشم بچسبم، این کار، مرا نابود خواهد کرد. ممکن است او هرگز

از من طلب بخشش نکند. اگر او این کار را انجام ندهد، در این صورت این فقط بین من و خداست. من به حضور خدا می روم و به او می گویم که می خواهم همسر من را ببخشم و فیض او را می طلبم تا به من کمک کند که این مسأله را به او بسپارم.

{۸} باری، همه شما یکنل و همدرد و برادر دوست و دلسوز و فروتن باشید. {۹} بدی را با بدی و دشنام را با دشنام پاسخ مگویید، بلکه در مقابل، برکت بطلبید، زیرا برای همین فرا خوانده شده اید تا وارث برکت شوید. (اول پطرس ۳ : ۸ - ۹)

(۱) به نظر شما چگونه رفتاری که در این آیات مطرح شده، به شما این توانایی را می دهد که نسبت به همسران دلگرم باشید، حتی وقتی که او نسبت به شما خطایی را مرتکب می شود؟ آیا ممکن است که او را برکت بدهید و همزمان خشم و تنفر را در دل خود نگاه دارید؟ پاسخ خود را توضیح دهید.

(۲) آیه ۹ می گوید که اگر بدی را با بدی پاسخ ندهید، بلکه در مقابل، برکت بطلبید، چه چیزی را دریافت خواهید کرد؟

**دعا:** اکنون با هم دعا کنید و برای بخشش کامل گناهانتان که از خدا دریافت کرده اید، او را شکر کنید. از او بخواهید که به شما قلبی نرم و فروتن بدهد. از او بخواهید که به شما یاد بدهد که یکدیگر را برکت بدهید و ببخشید، حتی وقتی که با شما بد رفتاری شده است.

#### کاربرد عملی بخشش

حال اگر ممکن است، در بخش بعدی این درس، **طلب بخشش و بخشیدن** را بخوانید. یا شاید بخواهید که با یک گروه در یک جلسه جداگانه آنرا بخوانید. اگر به عنوان یک گروه این بخش را مورد بحث و گفتگو قرار نمی دهید، پس زن و شوهر یا نامزدها باید به عنوان یک زوج پیش از جلسه بعدی این بخش را بخوانند. **این بخش را حذف نکنید!** اطلاعات مفید زیادی در اینجا وجود دارد.

همچنین این بخش عملی باید در دسترستان باشد تا بتوانید در هر زمانی در آینده که نیاز به بخشیدن یا طلب بخشش دارید، به آن مراجعه کنید.

#### پیش از جلسه بعدی...

...مئل متی ۱۸: ۲۱ - ۳۵ را دوباره بخوانید. بعد بقیه این درس را بخوانید.

- در دفتر یادداشت خود دلایل گوناگونی را در مورد اهمیت بخشیدن همسران بنویسید.
  - اگر بخش مربوط به **طلب بخشش و بخشیدن** را با یک گروه خوانده اید، یا اگر آنرا نخوانده اید، دوباره زمانی را به خواندن آن به عنوان یک زوج یا به صورت فردی، اختصاص دهید.
  - در دفتر یادداشت خود، چند مورد از مهمترین مسائلی را که در این قدمها یاد گرفته اید، بنویسید.
  - همچنین بنویسید که انجام چه کاری برای شما بسیار دشوار است، و زمانی را به دعا در این مورد اختصاص دهید.
- اگر ازدواج کرده اید یا هنوز نامزد هستید، آیا مسائلی وجود دارد که به خاطر آنها باید از نامزد یا همسر خود طلب بخشش کنید؟ آیا این هفته، این کار را انجام خواهید داد؟
- آیا مسائلی هست که در دل خود نگاه داشته اید و باید به خاطر این مسائل، همسر خود را ببخشید؟ آیا این کار را هم انجام خواهید داد، حتی اگر او از شما طلب بخشش نکند؟ این دو قدم در مستحکم ساختن ازدواجتان در مقابل حملات دشمن، تأثیر زیادی خواهد داشت!
- (فراموش نکنید که دفتر یادداشت و کتاب مقدس خود را برای جلسه بعدی به همراه داشته باشید.)**

## طلب بخشش و بخشیدن

### ۱. طلبیدن

شاید سخت ترین کلمه ای که بتوانید بگویید، این است: "من اشتباه کردم؛ لطفاً مرا ببخش." اما اگر می خواهید عشق را در ازدواج خود زنده نگاه دارید، این کلمات، با ارزشترین کلمات می باشند. چگونه می توانید چنین کاری را انجام دهید؟ در اینجا چهار قدم برای طلب بخشش از همسران، وجود دارد.

**الف. خود را فروتن سازید.** به خودتان و خدا اعتراف کنید که کلام یا عملتان اشتباه بوده است. همه ما غرور داریم و اگر می خواهیم در ازدواجمان از راه خدا پیروی کنیم، باید آن غرور را بشکنیم. وقتی که خطا می کنیم، اگر خود را فروتن نکنیم و آنرا-اول به خودمان، بعد به خدا و بعد به همسرمان، اعتراف نکنیم، نمی توانیم رابطه خوبی را که خدا برای ما می خواهد، با همسرمان داشته باشیم.

**ب. آنرا به خدا و همسران اعتراف کنید.** وقتی به خدا اعتراف می کنم، باید باور داشته باشم که بخشش او را دریافت کرده ام. اول یوحنا ۱ : ۹ می گوید: "ولی اگر به گناهان خود اعتراف کنیم، او که امین و عادل است، گناهان ما را می آمرزد و از هر نادرستی پاکمان می سازد." آیا این موضوع را باور دارید؟ پیش از آنکه به سراغ قدم بعدی بروید، اطمینان حاصل کنید که شما به بخشش کامل مسیح برای تمام گناهانتان ایمان دارید. با ایمان آنرا دریافت کنید.

بعد، من باید عمل خطای خود نسبت به همسران را اعتراف کنم، **گناهان را نام ببرم.** در اینجا چند نمونه مطرح شده است: "امروز من با عصبانیت صحبت کردم؛ من با کلماتم تو را آزار دادم." "من دروغ گفتم که.....". "من عصبانی بودم و تو را زدم. این اشتباه بود." "من به تو احترام نگذاشتم، وقتی آن چیزها را در مقابل اقوامت، به تو گفتم." یا "من نسبت به تو وفادار نبوده ام." **مسئولیت کامل گناه خود را به عهده بگیرید!** مسائل را به صورت کلی مطرح نکنید.... به عنوان نمونه: "من، زن یا شوهر بدی هستم!" شاید همسران با شما موافق باشند، اما این مسأله کمی نمی کند تا از گناه خاصی آزاد شوید. همچنین، کمی به همسران نمی کند تا از تلخی و رنجش حرف یا عمل شما، رهایی یابد. مهم است که به طور خاص، گناه خود را مطرح کنید.

همچنین، در این زمان، در مورد **گناه همسران** صحبت نکنید. به عنوان نمونه، نگوید که: "من می دانم که اشتباه کردم که با فریاد، لعنتهای زشتی را بر تو اعلام کردم، اما تو هم همان چیزها را به من گفتی!" اجازه بدهید که خدا به عمل خطای آنها رسیدگی کند. شما فقط مسئول کلام و اعمال خودتان هستید. اغلب اوقات متوجه می شوید که وقتی خودتان را فروتن می کنید و گناهان را اعتراف می کنید، همسران از کاری که انجام داده، شرمند می شود و در عوض از شما طلب بخشش خواهد کرد. بعد، لحظه زیبای شفا، در رابطه شما اتفاق می افتد. اما، حتی اگر همسران به خطای خود اعتراف نکنند، اجازه بدهید که روح القدس، کار خود را در وقت خود انجام دهد. **شما نمی توانید دیگران را تغییر دهید؛ بلکه فقط می توانید خودتان را تغییر دهید!**

**نکته ای برای احتیاط:** اگر گناه مخفی در زندگی شما وجود دارد که همسران هیچ اطلاعی از آن ندارد، ممکن است اعتراف شما شوک بزرگی برای او باشد. شاید اولین عکس العمل او، خشم و آزردهی عمیق باشد. به عنوان نمونه، اگر شما زنا کرده اید یا اگر درگیر تصاویر مستهجن هستید، این می تواند خیر بسیار دردناکی برای شوهر یا زن باشد. اما مهم است که در زیر نور گام برداریم. (به اول یوحنا ۱ : ۵ - ۷ نگاه کنید). پیش از آنکه برای چنین چیزی از همسران طلب بخشش کنید، فیض خدا را برای او بطلبید. با او ملایم و صبور باشید، چنانکه در قدم بعدی در مورد آن گفتگو خواهیم کرد.

**پ. طلب بخشش کنید.** بهترین راه برای طلب بخشش از شریک خود، این است که این کلمات را بگویید: "آیا مرا می بخشی؟" این کار، چیز مشخصی را به آنها می دهد که می توانند به آن پاسخ بدهند. حالا حق انتخاب با اوست. آیا او می گوید "بله"، و شما را می بخشد، یا این کار را نمی کند؟ مهم است که بدانید، شاید برای همسران بسیار دشوار باشد که بگوید، "بله". به طور خاص این مسأله زمانی حقیقت دارد که شما عمل بسیار دردناکی را نسبت به او انجام داده اید، مانند زنا، یا اگر بارها برای یک چیز تکراری از او

طلب بخشش کرده اید. اگر او نتواند بلافاصله "بله" بگوید، به او فرصت بدهید و از خداوند بخواهید که کمکش کند. در این مدت، شما باید به طور جدی قدم بعدی را دنبال کنید.

**ج. تغییر کنید.** بارها و بارها یک گناه را تکرار نکنید؛ "پس ثمری شایسته توبه بیاورید." (متی ۳ : ۸) در مورد غلاطیان ۵ : ۱۶ – ۲۵ تفکر کنید. خدا از شما نمی خواهد که دندانهایتان را برهم بفشارید و خودتان را تغییر دهید. بلکه باید عمیقاً به قربانی عیسی اعتماد کنید که تمام گناهان شما را بردارد. هر روزه دعا کنید که خدا شما را با روح القدس پُر سازد و میوه روح را در زندگی شما تولید کند. به همسران ثابت کنید که به طور جدی می خواهید عادات بد را در زندگی خود تغییر دهید.

با کمک روح خدا، می توانید یاد بگیرید که خشم و زبان خود را کنترل کنید؛ می توانید یاد بگیرید که حقیقت را اعلام کنید؛ می توانید یاد بگیرید که وفادار باشید، حتی در افکار خود؛ و می توانید یاد بگیرید که از افراد و مکانهایی که شما را وسوسه می کنند که مرتکب عمل بدی شوید، اجتناب کنید.

"پس مگذارید گناه در بندهای فانی شما فرمان براند تا امیال آن را اطاعت کنید. اعضای بدن خود را تسلیم گناه نکنید تا ابزار شرارت باشند، بلکه همچون کسانی که از مرگ به زندگی بازگشته اند، خود را تسلیم خدا کنید. و اعضای بدن خود را به او بسپارید تا ابزار پارسایی باشند. زیرا گناه بر شما فرمان نخواهد راند، چون زیر شریعت نیستید بلکه زیر فیضید." (رومیان ۶ : ۱۲ – ۱۴)

با توجه به این آیات، سهم فعالی که ما برای رهایی از شرارت در زندگی خود داریم، چیست؟

این موضوع چگونه شما را تشویق و دلگرم می کند، که گناه بر شما فرمان نمی راند و شما زیر شریعت نیستید، بلکه زیر فیضید؟

## ۲. بخشیدن

وقتی همسران نزد شما می آید، به گناه خود اعتراف می کند و طلب بخشش می کند، شما باید بدانید که او کار بسیار دشواری را انجام می دهد. نحوه پاسخ شما به او، بسیار مهم است. باید چند موضوع مهم را در این شرایط به یاد داشته باشیم.

**الف. گوش کنید: کاملاً به آنها توجه کنید!** به شستن ظرفها یا هر کاری که انجام می دهید، ادامه ندهید. به او احترام بگذارید. برای مدتی از کار خود دست بکشید و به خوبی به او گوش کنید. مستحکم نگاه داشتن رابطه تان، بسیار مهمتر از کارهای دیگری است که باید انجام دهید. به حرف دل او گوش کنید، نه فقط به کلامش. شاید کلام او کامل نباشد- شاید او مشوش باشد، اما سعی دارد چه چیزی را بگوید؟

**ب. نیاز خود به رحم خدا را به یاد بیاورید.** با رفتار غرورآمیز مقابله کنید، رفتاری که فکر می کند: "تو خیلی بدی، و من خیلی خوبم. من هرگز کاری را که تو انجام دادی، انجام نخواهم داد!" یک دقیقه به مثلی فکر کنید که پیش از این مطالعه کردیم، در مورد خادمی که طلبش بخشیده شد، طلبی که او هرگز نمی توانست آنرا وصول کند. همه ما در جایگاه این خادم هستیم. (دوباره متی ۱۸ : ۳۲-۳۳ را بخوانید.) چگونه می توانیم از رحم کردن به دیگران خودداری کنیم، درحالیکه خدا به طور کامل ما را بخشیده است؟

"پس همچون قوم برگزیده خدا که مقدس و بسیار محبوب است، خویشتن را به شفقت، مهربانی، فروتنی، ملامت و صبر ملبس سازید. نسبت به یکدیگر بردبار باشید و چنانچه کسی نسبت به دیگری کدورتی دارد، او را ببخشاید. چنانکه خداوند شما را بخشد، شما نیز یکدیگر را ببخشایید. و بر روی همه آنها محبت را در بر کنید که همه چیز را به هم می پیوندند و شما را کامل می گرداند." (کولسیان ۳ : ۱۲ – ۱۴)

**پ. کلام بخشش را اعلام کنید.** چیز خوبی که می توانید بگویید، این است: "ممنونم که این را گفتی. من تو را می بخشم. من تو را دوست دارم."

## نگویید:

"آه، اینکه چیزی نبود!" این حقیقت ندارد. اگر او برای طلب بخشش نزد شما می آید، پس یعنی در ذهن او، این چیز مهمی بود.

## یا

"بیا در موردش صحبت نکنیم. فقط فراموشش کن! این در گذشته اتفاق افتاده؛ نگران آن نباش!" او باید در مورد آن صحبت کند. او باید توسط کلام بخشش شما، از این احساس تقصیر آزاد شود، و شما باید بدانید که گذشته همچنان بر هر دوی شما تأثیر خواهد گذاشت، مگر اینکه از طریق بخشش آن را به خدا بسپارید.

## یا

"خدا تو را ببخشد." البته که ما می خواهیم خدا او را ببخشد، اما عیسی هم به ما تعلیم می دهد که ببخشیم. اگر ما همان کسی هستیم که رنجیده ایم، پس ما هم باید همان کسی باشیم که می بخشیم.

*آنها باید کلام بخشش شما را بشنوند!*

**ج. از خودتان و خدا بپرسید: "آیا من هم تا حدودی خطا کرده ام؟"** به عنوان نمونه، اگر شوهر کلمات زشت و آزار دهنده ای را با فریاد بر زنتش اعلام کرده، شاید فقط به خاطر این نیست که او بداخلاق است. شاید به خاطر این بوده که زن دائماً از او عیبجویی و انتقاد کرده است. این مسأله عمل شوهر را تبرئه نمی کند، اما زن باید بداند که او هم خطاکار است، و قتیکه به شوهرش احترام نمی گذارد. شاید مسأله ای هست که زن هم باید به خاطر آن از شوهرش طلب بخشش کند. با قلبی باز و فروتن به خدا گوش کنید، آماده باشید که هر آنچه را که او به شما می گوید، بشنوید.

**چ. به یاد داشته باشید که بخشش یعنی پذیرش ۱۰۰٪!** شاید مدت زمانی طول بکشد تا شما دوباره احساس کنید که می توانید به همسران اعتماد کنید، اما وقتی همسران را می بخشید، باید قلب خود را به سوی او باز کنید. رحم شما، جایی برای رشد به او می دهد. رابطه شما باید بر روی فیض بنا شود، نه شریعت. نسبت به همسران فیض داشته باشید، چنانکه مسیح نسبت به شما فیض داشت. (نمونه خدا را برای ما در مزامیر ۱۰۳: ۸ - ۱۲ و رومیان ۱۵: ۷ ببینید.)

"یهوه رحیم و فیاض است، دیرخشم و آکنده از محبت. تا ابد محاکمه نخواهد کرد، و همیشه بغض نخواهد داشت. او با ما مطابق گناهانمان رفتار نمی کند و به ما بر حسب تقصیراتمان سزا نمی دهد. زیرا به اندازه ای که آسمان از زمین فراتر است، به همان اندازه نیز محبت خدا نسبت به ترسندگان او عظیم است! به اندازه ای که مشرق از مغرب دور است به همان اندازه نیز نافرمانیهای ما را از ما دور کرده است." (مزامیر ۱۰۳: ۸ - ۱۲)

"پس همان گونه که مسیح شما را پذیرفت، شما نیز یکدیگر را بپذیرید تا خدا جلال یابد." (رومیان ۱۵: ۷)

وقتی همسران را بخشیدید، دیگر نباید در مورد خطای او صحبت کنید. آن را در گذشته رها کنید و به خدا بسپارید. اعتماد کنید که خدا احساسات شما را تغییر خواهد داد، چنانکه شما هر وقت گذشته را به یاد می آورید، آن را به خدا می دهید.

**ح. با هم، برای ضعفهای یکدیگر دعا کنید.** با هم- برای ازدواجتان دعا کنید! آیا باور دارید که خدا می خواهد این دعاها را بشنود و جواب بدهد؟ قطعاً او می خواهد که این کار را بکند! باور کنید. اغلب اوقات با هم دعا کنید که، "ما را در آزمایش میاور، بلکه از آن شریر رهاییمان ده."

**به یاد داشته باشید،** عدم بخشش، ازدواجها را نابود می کند؛ بخشش، ازدواجها را شفا می دهد- و محبت خدا را وارد زندگی ما می کند. چشمان ما را به سوی راههای خدا باز می کند.

## ۷. محبت کردن را انتخاب کنید، حتی وقتی که چنین احساسی را ندارید:

### برطرف کردن مشاجره در ازدواج

پیش از آغاز این جلسه:

دقیقی را به بحث و گفتگو در مورد مطالبی که هفته گذشته در دفتر یادداشت خود، درباره دلیل اهمیت بخشش در ازدواج یادداشت کرده اید، اختصاص دهید. ( ۵ دقیقه)

بحث و گفتگوی آغاز جلسه:

به نظر شما ویژگیهای عشق حقیقی چیست، عشقی که یک عمر باقی می ماند؟

مقدمه:

امروزه برای بسیاری از افراد، عشق، اساساً یک احساس است. سرودهایی سروده می شوند و شعرهایی نوشته می شوند که "آتش بازی" را تمجید می کنند- آن احساسات عاشقانه هیجان انگیزی که وقتی جوانان "عاشق می شوند"، آنرا احساس می کنند. اما حقیقت این است که احساسات می آیند و می روند. در هر ازدواجی، زمانهایی وجود دارد که در آن یکی از طرفین یا هر دو، نسبت به یکدیگر، احساس گرمی و عشق نمی کنند. آیا به این معناست که عشق از بین رفته و شما فقط باید شخص جدیدی را پیدا کنید که نسبت به شما احساس عاشقانه داشته باشد؟

در اول قرنیتان باب ۱۳ پولس به ایمانداران قرنتس می نویسد و به آنها تصویر زیبایی از محبت حقیقی و طرز رفتار آن، ارائه می دهد. او در مورد محبتی صحبت می کند که بسیار عمیقتر از احساسات است، محبتی که نیاز به از خود گذشتگی دارد. آن نوع محبتی که خدا در عیسی مسیح به ما نشان داده است.

اول قرنیتان ۱۳ : ۴ - ۷ را بخوانید.

۱. این ۴ آیه را دوباره بخوانید. در دفتر یادداشت خود، دو فهرست تهیه کنید. در فهرست اول، همه چیزهای مثبت را در مورد محبت و کاری که انجام می دهد، بنویسید. در فهرست دوم، همه چیزهای منفی را که محبت نیست یا انجام نمی دهد، بنویسید.

یک دقیقه به فهرست چیزهای مثبتی که نوشته اید، نگاه کنید. اگر در هر یک از این راهها رشد کنید، این مسأله چگونه بر ازدواج شما تأثیر خواهد گذاشت؟

۲. حالا یک دقیقه به فهرست چیزهای منفی نگاه کنید. آیا شما مرتکب این ویژگیهای بی محبتی شده اید؟

۳. دوباره به آیات بالا نگاه کنید. آیا در اینجا چیزی می بینید که نشان دهد محبت یک احساس عاشقانه می باشد؟ به نظر شما، آیا ممکن است که این رفتارهای محبت آمیز را انتخاب کرد، حتی وقتی که چنین احساسی را ندارید؟ پاسخ خود را توضیح دهید.

۴. حالا آیات ۴ - ۷ را دوباره بخوانید، اما این بار، هر جا که کلمه "محبت" را می بینید، به جای آن، نام خود را بخوانید. به عنوان نمونه، "(مریم/ آرش) بردبار و مهربان است؛ (مریم/ آرش) حسد نمی برد یا فخر نمی فروشد، و غیره..." چطور به نظر می رسد؟

۵. در هر ازدواجی، زمانهایی وجود دارد که مشاجراتی ایجاد می شود. بدون شک، زمانهایی وجود خواهد داشت که شما از دست همسران عصبانی می شوید. آیات زیر را بخوانید.



"خشمگین باشید، اما گناه مکنید. مگذارید روزتان در خشم به سر رسد، و ابلیس را مجال ندهید. (افسیان ۴: ۲۶ - ۲۷)

چطور ممکن است که خشمگین باشید، اما گناه نکنید؟ اول قرننیا ۱۳: ۴ - ۷ را دوباره بخوانید. چگونه به کار بردن این آیات به شما کمک می کند که در طول مشاجرات، گناه نکنید؟

۶. به نظر شما چرا خوب است که شب، پیش از رفتن به تختخواب، از خشم خود خلاص شوید؟ اگر این کار را نکنید، چگونه چنین چیزی می تواند به ابلیس مجال بدهد؟

(نکته: گاهی اوقات برطرف کردن مشاجره نیاز به زمان دارد و شاید نتوانید پیش از به پایان رسیدن شب، به نتیجه رضایت بخشی برسید. اما اگر خود مشکل هم حل نشده، شما می توانید در صورت نیاز، یکدیگر را ببخشید، و با هم در دعا، این مشکل را به خدا بسپارید.)

۷. آیات زیر را بخوانید.

{۱۴} زیرا تمام شریعت در یک حکم خلاصه می شود و آن اینکه "همسایه ات را همچون خوشتن محبت کن." {۱۵} ولی اگر به گزیدن و دریدن یکدیگر ادامه دهید، مواظب باشید که به دست یکدیگر از میان نروید. (غلاطیان ۵: ۱۴ - ۱۵)

چگونه زوجها، گاهی اوقات "یکدیگر را می درند و می گزند"؟ وقتی این کار را انجام می دهند، چه اتفاقی می افتد؟ به جای آن، باید چه کاری انجام بدهند؟ (آیه ۱۴)

**حالا بیایید به نقش زبان در برقراری محیط محبت آمیز در خانه، نگاهی بیندازیم.**

۸. آیات زیر را بخوانید.

"جواب نرم خشم را برمی گرداند، اما سخن تند غضب را برمی انگیزد." (امثال ۱۵: ۱)

"زبان شفابخش، درخت حیات است، اما زبان کج، روح را در هم می شکند." (امثال ۱۵: ۴)

"مرگ و زندگی در قدرت زبان است آنان که دوستش می دارند، از میوه اش خواهند خورد." (امثال ۱۸: ۲۱)

"هستند که سخنان باطلشان چون ضرب شمشیر است، اما زبان حکیمان شفا می بخشد." (امثال ۱۲: ۱۸)

"دهان خود را حکیمانه می گشاید، و تعلیم محبت آمیز بر زبان اوست." (این آیه در مورد "زن شایسته" صحبت می کند. امثال ۳۱: ۲۶)

"سکونت در بیابان بی آب و علف، به از زندگی با زن ستیزه جو و بدخلق." (امثال ۲۱: ۱۹)

آیات بالا را دوباره بخوانید. در دفتر یادداشت خود، دو فهرست تهیه کنید. در فهرست اول، تمام تأثیرات مثبتی را که کلامتان می تواند در خانه ایجاد کند، بنویسید. در فهرست دوم، در مورد تأثیرات منفی که می تواند ایجاد کند، بنویسید.

۹. حالا این دو فهرست را با هم مقایسه کنید. با هم در این مورد بحث و گفتگو کنید که این آیات در مورد کلام ما و چگونگی بیان آن، به ما چه می گویند.

۱۰. آیات زیر را بخوانید.

"برادران عزیز من، توجه کنید: هر کس باید در شنیدن، تند باشد، در گفتن، کند و در خشم، آهسته! زیرا خشم آدمی پارسایی مطلوب خدا را به بار نمی آورد." (یعقوب ۱: ۱۹ - ۲۰)

این آیات را دوباره بخوانید. سه چیزی که یعقوب از ما می خواهد که انجام بدهیم، چیست؟ اگر هر زوجی، در زمان عدم توافق با یکدیگر، این توصیه را اجرا کنند، به نظر شما چگونه این عمل می تواند از بحثهای تلخ جلوگیری کند؟

۱۱. کلام پولس به افسسیان (در زیر) خلاصه خوبی از چگونگی رفتار زن و شوهر نسبت به یکدیگر می باشد.  
"هر گونه تلخی، خشم، عصبانیت، فریاد، ناسزاگویی و هر نوع بدخواهی را از خود دور کنید. با یکدیگر مهربان و دلسوز باشید و همان گونه که خدا شما را در مسیح بخشوده است، شما نیز یکدیگر را ببخشایید." (افسسیان ۴: ۳۱ - ۳۲)

**دعا:** اکنون با هم دعا کنید، از خدا بخواهید که به شما کمک کند تا در به کار بردن محبت حقیقی و غیرخودخواهانه در رفتار خود نسبت به یکدیگر، رشد کنید- حتی وقتی که با هم توافق ندارید.

### پیش از جلسه بعدی...

... به فهرستی که پیش از این از اول قرنهای ۱۳ نوشته اید، در مورد اینکه محبت چه چیزی هست و چه چیزی نیست، نگاه کنید. دعا کنید و از خدا بخواهید که به شما نشان دهد که در کدام یک از این ویژگیها باید رشد کنید. البته که همه ما در طول زندگی، به رشد خود در همه این موارد ادامه خواهیم داد، اما آیا یک یا دو مورد خاصی وجود دارد که خدا در این زمان، توجه شما را به آن جلب می کند؟

• در دفتر یادداشت خود بنویسید که می خواهید خدا چگونه به شما کمک کند تا تغییر کنید. از او بخواهید که به شما کمک کند تا در این قسمتها رشد کنید.

حالا به فهرستی که در مورد زبان تهیه کرده اید، نگاه کنید. آیا چیزی هست که باید در روش صحبت کردن خود تغییر دهید؟

• همچنین در دفتر یادداشت خود بنویسید که چگونه می خواهید کلام خود را تغییر دهید، و زمانی را به دعا در این مورد اختصاص دهید.

همچنین، دو نمونه ای را بخوانید که در ادامه این درس آمده و قدمهایی را نشان می دهد که می توانید برای برطرف کردن مشاجره بردارید.

• در دفتر یادداشت خود، هر فکر یا سوالی که درباره این نمونه ها دارید، یادداشت کنید و در جلسه بعدی آنها را مطرح کنید.

**(فراموش نکنید که دفتر یادداشت و کتاب مقدس خود را برای جلسه بعدی به همراه داشته باشید.)**

## چگونه می توانیم مشاجره را در ازدواج برطرف کنیم؟

اگر همه ما، در هر زمانی، همه ویژگیهای محبت را که در اول قرنهای ۱۳ مطرح شده، زندگی کنیم، هرگز در ازدواجمان، مشاجره نخواهیم داشت! متأسفانه، هیچ کس نمی تواند چنین کاری را انجام دهد. بنابراین، ما می دانیم که زمانهایی در زندگی مشترک ما وجود دارد که در آن یکدیگر را آزار می دهیم، و زمانهایی که با هم توافق نداریم و نمی دانیم که چگونه این عدم توافق را برطرف کنیم. وقتی چنین مسائلی اتفاق می افتد، باید چه کار کنیم که همدیگر را با کلام تنفرآمیز یا حتی آزار جسمی، یا رها کردن زندگی مشترک، نابود نکنیم؟ آیا راهی هست که بدون منفجر شدن، احساسات خود را مطرح کنیم؟ آیا راهی هست که حقیقت را اعلام کنیم تا رابطه مان رشد کند؟ بیایید به دو نمونه از مشاجره احتمالی در خانه و قدمهایی برای برطرف کردن آنها، نگاهی بیندازیم.

### نمونه # ۱ : زوجها چگونه می توانند به احساس خشم یا آزدگی نسبت به یکدیگر، رسیدگی کنند؟

مریم و آرش، زن و شوهر هستند. مریم سعی می کند که زن خوبی باشد، اما او آشپز خوبی نیست و خودش هم این موضوع را می داند. هر بار که آنها برای شام به خانه والدین آرش می روند، آرش آشپزی او را با آشپزی مادرش مقایسه می کند. او شوخی های کوچک زیادی می کند و همه می خندند. اما مریم، تحقیر می شود. مریم به خدا گفته که شوهرش را می بخشد، اما شوهرش دوباره این کار را تکرار می کند و او عمیقاً آزرده شده است. آخرین باری که شوهرش این کار را کرد، او ۳ روز با شوهرش صحبت نکرد. به عنوان کسی که پیرو عیسی است، او می داند که این راه درستی برای رسیدگی به امور نیست، اما نمی داند که با احساس خشم و آزدگی خود چه کار کند. او تصمیم گرفته که سکوت بهتر از این است که بر سر شوهرش فریاد بزند.

مریم باید در این شرایطی که بارها در ازدواجش اتفاق می افتد، چه کار کند؟ در اینجا، مریم تنها این دو راه را برای برخورد با احساسات منفی خود نسبت به آرش، در هنگام مقایسه او با مادرش، می شناسد.

۱. او می تواند خشم خود را آزاد کند و منفجر شود. می تواند با کلمات آزاردهنده و بلند به شوهرش بگوید که در این مورد چه احساسی دارد؟ آیا این کار کمکی می کند؟
۲. او می تواند چیزی در مورد آزدگی خود نگوید و فقط در مورد آن دعا کند. گاهی اوقات به نظر می رسد که این یک کار روحانی می باشد، اما اگر این شوهر نداند که کلامش چه تأثیری بر زنش می گذارد، و اگر زنش چیزی در این مورد به او نگوید، چگونه تغییر ایجاد می شود؟ کم کم چیزی در درون مریم- و در ازدواجشان- می میرد. احتمالاً مریم متوجه می شود که بی احترامی می کند، و شاید حتی شوهرش را خوار بشمارد. شاید آنها طلاق نگیرند؛ به زندگی خود در یک خانه ادامه بدهند، اما روابطشان سرد می شود.

### آیا مسیر دیگری وجود دارد که به سوی حیات و دوستی عمیق در ازدواج هدایت کند؟

بله! در ازدواجی که هر دو طرف توافق کرده اند که یاد بگیرند که گوش کنند و با هم رشد کنند، پتانسیل زیادی برای یک ازدواج شاد وجود دارد. نکته سوم به شما کمک خواهد کرد که از خشم منفجر شونده یا رنجش خاموش دوری کنید.

۳. مریم می تواند یاد بگیرد که احساسات منفی خود را با محبت حقیقی بیان کند- نه اینکه سعی کند آرش را مجبور به تغییر کند، بلکه باید به آرش کمک کند که نیازها و احساسات او را درک کند. مریم می تواند با محبت، حقیقت را اعلام کند. او چگونه می تواند این کار را انجام بدهد؟

بیایید به قدمهایی نگاه کنیم که مریم می تواند برای بیان مشکلش بردارد و قدمهایی که آرش می تواند برای پاسخ محبت آمیز بردارد.

## ۱) زمان خوبی را پیدا کنید

مریم باید زمانی را پیدا کند که بتواند به تنهایی با آرش صحبت کند. او باید به شوهرش بگوید که می خواهد در مورد چیزی که برایش مهم است، با او صحبت کند. ترجیحاً، باید زمانی باشد که آنها بیش از اندازه خسته نیستند و همچنین زمانیکه بچه ها در کنارشان نیستند. شاید بتوانند یک شب، بچه ها را زودتر به تختخواب ببرند. همچنین نباید در زمانی اتفاق بیفتد که مریم از شوهرش عصبانی است و از درون می سوزد. او باید بعد از آرام شدن، زمانی را برای این کار پیدا کند.

## ۲) مریم صحبت می کند

مریم باید صادقانه و بی پرده، با صدای آرام به آرش بگوید که چه احساسی دارد. (امثال ۱۵ : ۱ و ۴) مریم نباید شوهرش را متهم کند که عمدتاً سعی داشته با او نامهربانی کند. او نمی داند که در دل شوهرش چه می گذرد. فقط باید به شوهرش بگوید که وقتی مهارتهای او را با مادرش مقایسه می کند و در مورد آن شوخی می کند، چه تأثیری بر او می گذارد.

## ۳) آرش گوش می کند

آرش باید با فروتنی به همه حرفهای زنش گوش کند، بدون اینکه حرف او را برای دفاع از خودش قطع کند. (یعقوب ۱ : ۱۹ - ۲۰) شاید آرش احساس کند که هیچ خطایی نکرده است. به هر حال، مریم آزرده شده است. اگر آرش می خواهد ازدواج خوبی داشته باشد، باید این موضوع را درک کند. وقتی او گوش می کند، باید از خدا بخواهد که به او نشان بدهد که در کدام قسمت، نسبت به زنش رفتار محبت آمیزی نداشته است.

## ۴) آرش صحبت می کند و مریم گوش می کند

بعد از اینکه مریم، دلش را نزد آرش خالی کرد، باید در مقابل، به آرش هم فرصت حرف زدن بدهد. نیاید حرف او را قطع کند، بلکه باید به او اجازه بدهد که پاسخ کاملی به حرفهایش بدهد. آرش هم باید مراقب باشد که با آرامش و بدون متهم کردن، صحبت کند. وقتی مریم گوش می کند، حالا نوبت اوست که از خدا بخواهد که خطایش را نشان بدهد. شاید او زیادی حساس است و باید یاد بگیرد که به خودش بخندد.

## ۵) بحث و گفتگو، بخشش، و تغییر

بعد از اینکه هر دو این فرصت را داشتند که با صداقت و محبت، حرف دل خود را مطرح کنند، می توانند در مورد پس و پیش این شرایط بحث و گفتگو کنند. دوباره می گویم که آنها باید به یاد داشته باشند که آرام باشند و حرف یکدیگر را قطع نکنند و دیگری را متهم نکنند. (یعقوب ۱ : ۱۹) هر دو باید آماده باشند که به خاطر خطای خود طلب بخشش کنند، و یکدیگر را ببخشند. همچنین باید به هر طریقی که لازم است، آماده تغییر باشند.

## ۶) دعا

باید بحث و گفتگوی خود را با دعا برای یکدیگر و برای ازدواجشان، به پایان برسانند. اگر در این زمان نمی توانند مشکل را حل کنند، باید جداگانه، زمانی را به دعا و تفکر اختصاص بدهند، و بعد از چند روز دوباره در مورد آن با هم صحبت کنند. زن و شوهر، هر دو باید محبت خود را نسبت به یکدیگر ابراز کنند، حتی اگر با هم به توافق نرسیده اند. (اول قرنیتان ۱۳ : ۷)

البته، هر زمان که آرش از کارهای مریم عصبانی یا آزرده می شود، باید به همین روشی که مریم به سراغش می رود، او هم به سراغ مریم برود. مریم و آرش باید به یکدیگر اجازه بدهند که این قدمها را برای برطرف کردن مشاجره بردارند.

چنانکه در این نمونه دیده می شود، هر بار که یکی از طرفین نیاز دارند که آزرده‌گی یا کلافگی خود را نسبت به دیگری ابراز کنند، می توانند از فرایند برطرف کردن مشاجره استفاده کنند. وقتی مخالفت‌هایی وجود دارد که برطرف کردن آن برایشان دشوار است، می توانند قدم‌های مشابهی را بردارند. بیایید به یک نمونه دیگر نگاهی بیندازیم.

## نمونه # ۲ : زوجها چگونه می توانند مخالفتها را برطرف کنند؟

آرش و مریم در مورد خرید یک ماشین با هم صحبت می کردند. مریم می خواهد هر چه سریعتر یک ماشین بخرند، او خسته شده از اینکه با دو بچه سوار اتوبوس شود. مشکل این است که آنها در حال حاضر، پول خرید یک ماشین را ندارند. مریم فکر می کند که باید این پول را از دوستان یا شاید از بانک قرض بگیرند. آرش موافق است که آنها به یک ماشین نیاز دارند، اما او می خواهد صبر کند تا زمانی که آنها کل این پول را داشته باشند. او نگران این است که آنها نتوانند این پول را پس بدهند و نمی خواهد که بهره زیادی بپردازد. این موضوعی می شود که بارها در مورد آن بحث می کنند. مریم احساس می کند که آرش به نیازهای او فکر نمی کند، و آرش احساس می کند که مریم در مورد پول محدودی که دارند، عاقلانه عمل نمی کند. آنها چه قدم‌هایی را می توانند بردارند تا از این مباحثات داغ اجتناب کنند و به توافقی برسند که هر دو از آن راضی باشند؟

### (۱) زمان خوبی را پیدا کنید.

آنها باید قدم ۱ را مانند نمونه بالا دنبال کنند و یک زمان آرام و بدون مزاحمت را برای بحث و گفتگو پیدا کنند.

### (۲) افسسیان ۵ : ۲۲ و ۲۵ را به یاد بیاورید.

وقتی با چیزی برخورد می کنند که نمی توانند در مورد آن به توافق برسند، هر دو باید دستورالعملهای پولس را در افسسیان ۵ : ۲۲ و ۲۵ به یاد بیاورند.

"ای زنان، تسلیم شوهران خود باشید، همان گونه که تسلیم خداوند هستید." (آیه ۲۲)

"ای شوهران، زنان خود را محبت کنید، آن گونه که مسیح نیز کلیسا را محبت کرد و جان خویش را فدای آن نمود." (آیه ۲۵)

وقتی وارد بحث و گفتگو می شوند، رفتار هر یک از آنها باید به چه صورتی باشد؟ اگر آنها، هر دو، این دستورالعملها را به یاد بیاورند، چگونه به آنها کمک خواهد کرد که به این مشکل رسیدگی کنند؟

### (۳) به نوبت صحبت کرده و گوش کنید.

چنانکه در نمونه # ۱ مطرح شد، هر یک باید به دیگری این فرصت را بدهد که حرف دل خود را بیان کند، بدون اینکه حرفش را قطع کنند. (این کار از جانب شنونده نیاز به انضباط دارد!) هر یک از آنها باید با آرامش صحبت کنند، بدون اینکه دیگری را متهم کنند. (این کار از جانب سخنگو، نیاز به انضباط دارد!)

### (۴) دعا.

آنها باید با یکدیگر در مورد این شرایط دعا کنند.

• اگر آنها به چیزی نیاز دارند (به عنوان نمونه، یک ماشین) باید از خدا بخواهند که آنها فراهم کند. "بخواهید، که به شما داده خواهد شد؛ بجویید، که خواهید یافت؛ بگویید، که در به رویتان گشوده خواهد شد. زیرا هر که بخواهد، به دست آورد و هر که بجوید، یابد و هر که بگوید، در به رویش گشوده شود. کدام یک از شما اگر پسرش از او نان بخواهد، سنگی به او می دهد؟ یا اگر ماهی بخواهد، ماری به او می بخشد؟ حال اگر شما با همه بدسیرتی تان، می دانید که باید به فرزندان خود هدایای نیکو بدهید، چقدر بیشتر پدر شما که در آسمان است به آنان که از او بخواهند، هدایای نیکو خواهد بخشید." (متی ۷ : ۷ - ۱۱)

• اگر در مورد یک تصمیم‌گیری نمی‌توانند به توافق برسند، باید از خدا طلب حکمت کنند.  
"اگر از شما کسی بی بهره از حکمت است، درخواست کند از خدایی که سخاوتمندانه و بدون ملامت به همه عطا می‌کند، و به وی عطا خواهد شد." (یعقوب ۱ : ۵)

در این شرایط، آنها یک نیاز جسمانی دارند (یک ماشین) و نیاز به حکمت (آیا باید این پول را قرض کنند یا باید صبر کنند؟) در دعا با یکدیگر، آنها باید هر دو مورد را از خدا بخواهند. خدا می‌تواند به شکل ماوراء الطبیعه، ماشینی برای آنها فراهم کند. اما شاید درسه‌های ارزشمندی هم برای آنها داشته باشد که می‌خواهد آنها یاد بگیرند که بردبار باشند، صبر کنند و اعتماد کنند.

به یاد داشته باشید که خدا گفته که شوهر، سر خانواده است. (افسیان ۵ : ۲۳) بنابراین اگر مریم می‌خواهد که از کلام خدا اطاعت کند، باید تسلیم شوهرش شود و به او اجازه بدهد که تصمیم‌نهایی را بگیرد. و او باید به خدا اعتماد کند که از طریق شوهرش برای خیریت او عمل خواهد کرد، حتی اگر او با شوهرش مخالف باشد. اگر واقعاً احساس می‌کند که شوهرش تصمیم‌حکیمانه ای نمی‌گیرد، باید در دعا، آنرا به حضور خدا ببرد و از خدا بخواهد که با شوهرش صحبت کند. غر زدن، گزینه ای نیست که خدا در کلامش به زنها داده باشد!

در مورد سهم آرش، اگر او می‌خواهد محبت مسیح را به مریم نشان بدهد، به حرفهای او گوش خواهد کرد و نیازهای او را در تصمیم‌گیری، در نظرخواهد گرفت. و او با تمام وجود دعا کرده و حکمت و تدارک خدا را برای خانواده خود خواهد طلبید، چون او مسئول رفاه آنها می‌باشد.

اگر زن و شوهر، هر دو به دنبال پیروی از خدا باشند، و اگر با هم برای همه چیزهایی که نگرانیشان می‌کند، دعا کنند، مشاجراتی که اتفاق می‌افتد، برطرف خواهد شد، و در خانواده نظم و آرامش برقرار خواهد شد.

به یاد داشته باشید: پیگیری این فرایند، کار آسانی نیست! دو عنصر کلیدی، **فروتنی** و **محترمانه گوش کردن**، نسبت به یکدیگر و نسبت به خدا می‌باشد. اگر با فروتنی به همسر خود گوش کنید، شاید متوجه شوید که خداوند از طریق او با شما صحبت می‌کند. بسیار زیباست که دریابید که خداوند می‌خواهد از طریق کلام سودمند همسرتان، شما را تغییر دهد.

در این محیط محترمانه بحث و گفتگو، محبت و اعتماد، عمیقاً رشد می‌کند. وقتی فرزندان به خانواده می‌پیوندند، آنها هم از نمونه شما درس می‌گیرند. اگر چه ممکن است در بیرون از خانه، مشکلات و سختیهای زیادی داشته باشید، اما در درون چهار دیواری خانه تان، امن و شاد خواهید بود. شما به عنوان زن و شوهر، بهترین دوست یکدیگر خواهید بود، و خدا از طریق زندگی شما، جلال خواهد یافت.

## ۸. با هم در خدا رشد کنید

### پیش از شروع این جلسه:

دقایقی را به بحث و گفتگو در مورد مطالبی که هفته گذشته درباره چگونگی رشد در محبت مسیح گونه، در دفتر یادداشت خود نوشته اید، اختصاص دهید. همچنین نظر خود را در مورد چگونگی برطرف کردن مشاجره بیان کنید. ( ۵ دقیقه)

### بحث و گفتگوی آغاز جلسه:

به یک یا دو زوجی که به نظر شما ازدواج خوبی دارند، فکر کنید. به نظر شما چه چیزی ازدواج آنها را خوب می سازد؟ چه چیزهایی را در ازدواج آنها می بینید که مایلید آنها را در ازدواج خودتان هم ببینید؟

### مقدمه:

اکثر ما احتمالاً در مورد اهمیت اینکه ایمانداران باید یک زمان شخصی و تنها با خدا داشته باشند، کتابهایی خوانده یا شنیده ایم. ما می دانیم که به چنین چیزی نیاز داریم تا جان خود را تغذیه کنیم و دلگرمی و قوتی را به دست آوریم که به آن نیاز داریم تا بتوانیم به عنوان پیرو عیسی در این دنیای خصومت آمیز زندگی کنیم. اگر رابطه شخصی ما با خدا، از طریق عیسی، برای ما ارزشمند است، زمانی را به آن اختصاص خواهیم داد تا در محبت و خدمت خود برای او شکوفا شده و رشد کنیم.

اما آیا می دانستید که رابطه ای که شما و همسرتان، با هم، با خدا دارید، نیز می تواند پاداش عظیمی داشته باشد؟ از این به بعد، شما و همسران با هم زندگی کرده و زندگی روزانه را با هم قسمت خواهید کرد. چه فرصت منحصر به فردی دارید تا یکدیگر را بنا کنید! بیاید با هم به آیتی نگاه کنیم که به شما کمک خواهد کرد که ببینید چگونه می توانید این کار را انجام دهید.

**کولسیان ۳ : ۱۶ - ۱۷ و افسسیان ۵ : ۱۸ - ۲۱ را بخوانید.** ( اینها دو عبارت مشابه در نامه های پولس می باشند).

*کولسیان ۳ : ۱۶* { کلام مسیح به دولت مندی در شما ساکن شود؛ و با مزامیر، سرودها و نغمه هایی که از روح است، با کمال حکمت یکدیگر را بند و تعلیم دهید؛ و با شکرگزاری و از صمیم دل برای خدا بسرایید. } *۱۷* { و هر آنچه کنید، چه در گفتار و چه در کردار، همه را به نام خداوند عیسی انجام دهید، و به واسطه او خدای پدر را شکر گزارید. }

*افسسیان ۵ : ۱۸* { مست شراب مشوید، که شما را به هرزگی می کشاند؛ بلکه از روح پر شوید. } *۱۹* { با مزامیر، سرودها و نغمه هایی که از روح است با یکدیگر گفتگو کنید و از صمیم دل برای خداوند بسرایید و ترنم نمایند. } *۲۰* { همواره خدای پدر را به نام خداوند ما عیسی مسیح برای همه چیز شکر گوید. } *۲۱* { به حرمت مسیح، تسلیم یکدیگر باشید. }

۱. در مورد راههای مختلفی که پولس ایمانداران را نصیحت می کند تا یکدیگر را در زندگی روحانی تشویق کنند، بحث و گفتگو کنید. در دفتر یادداشت خود، فهرستی از این مطالب تهیه کنید. فهرست شما باید شامل حداقل ۵ یا ۶ مورد متفاوت باشد.

چگونه می توانید این آیات را در خانه خود به کار ببرید، اول به عنوان یک زوج، و بعد با دخیل کردن فرزندان که خدا به شما می دهد؟ برای دقایقی با هم در این مورد بحث و گفتگو کنید.

### نصیحت موسی به اسرائیل

در کتاب تثنیه، زمانی که قوم اسرائیل می خواهند سرزمینی را که خدا به آنها وعده داده، تصرف کنند، موسی دستورالعملهای جدی به آنها می دهد. موسی می دانست که این قوم به راحتی می توانند از پیروی خدایی که آنها را از بردگی آزاد کرده، منحرف شوند. امروزه برای ما هم هیچ فرقی ندارد. ما هم به راحتی از نجات دهنده خود، که ما را از بردگی گناه آزاد کرده، منحرف می شویم. شما به عنوان یک زوج چگونه می توانید به یکدیگر و به فرزندان آینده کمک کنید تا در مسیر درست بمانید و از فریبهای دشمن اجتناب کنید؟ و چگونه می توانید به یکدیگر کمک کنید که با هم در بلوغ در مسیح رشد کنید؟ بیاید به کلام موسی نگاهی بیندازیم.

۲. تثنيه ۶ : ۵ - ۹ را بخوانید.  
آیه ۵ را دوباره بخوانید. محبتی را که آنها باید نسبت به خدا داشته باشند، توصیف کنید. (عیسی از این آیه در متی، مرقس، و لوقا به عنوان مهمترین فرمان نقل قول می کند.)

۳. آنها باید با این دستورالعملهایی که موسی به آنها می دهد، چه کار کنند؟ (آیات ۶ - ۸)

۴. به آیه ۷ دوباره نگاه کنید. دفعات متعددی را که آنها باید درباره کلام خدا گفتگو کنند، نام ببرید.  
بر طبق این آیات، مسئولیت والدین در انتقال حقیقت به نسل بعدی چیست؟

۵. آیا فکر می کنید که در این آیات، دستورالعملهای موسی به اسرائیل، هنوز هم برای ما در زمان حال معتبر می باشند؟  
برای دقایقی در این مورد بحث و گفتگو کنید که شما چگونه می توانید این آیات را در خانواده خود، قبل و بعد از بچه دار شدن، به کار ببرید.

اگر شما به طور پیوسته کلام خدا را در مرکز خانواده خود قرار دهید، چنانکه در این آیات توصیه شده است، چگونه این کار به خانواده تان کمک خواهد کرد که خدا را با تمام دل خود محبت کنند؟

#### نکته ای در مورد آیه ۸

عده ای از یهودیان این آیه را به صورت تحت اللفظی در نظر گرفتند و جعبه های کوچکی ساختند که آیات نوشته شده از کتاب مقدس را در آن گذاشته و آنرا به دست یا پیشانی خود می بستند. این کار زمانی مفید است که شخص از آن به عنوان وسیله ای برای کمک به حفظ و یادآوری کلام خدا استفاده کند. اما هیچ چیز جادویی در حمل آیات کتاب مقدس بر بدن خود، وجود ندارد! نکته مهم در اینجا، آیه ۶ می باشد. اینکه کلام خدا بر دل ما باشد، و این همیشه به عنوان جزء لازم در زندگی روزانه مان باشد.

۶. دستورالعملهای موسی چه شباهتی به دستورالعملهای پولس دارند، دستورالعملهایی که ما در کولسیان و افسسیان خواندیم؟

به عنوان خانواده های ایماندار، به نوعی، شما یک بدن کوچک مسیح در جمع مشارکت بزرگتری هستید که در آن شرکت می کنید.

۷. عبرانیان ۱۰ : ۲۳ - ۲۵ را بخوانید.

{۲۳} بیابید بی تزلزل، امیدی را که به آن معترفیم همچنان استوار نگاه داریم، زیرا وعده دهنده امین است. {۲۴} و در فکر آن باشیم که چگونه می توانیم یکدیگر را به محبت و انجام اعمال نیکو برانگیزانیم. {۲۵} و از گرد آمدن با یکدیگر دست نکشیم، چنانکه بعضی را عادت شده است، بلکه یکدیگر را بیشتر تشویق کنیم- بخصوص اکنون که شاهد نزدیکتر شدن آن روز هستیم.

این آیات را از عبرانیان ۱۰ دوباره بخوانید، با در نظر داشتن اینکه چگونه این آیات می توانند در خانواده شما به کار روند. تمام زوجها، با زمانهایی مواجه می شوند که در آن یکی از طرفین دلسرد می شود یا ایمانش ضعیف است. بر اساس این آیات، در این زمانها چگونه می توانیم به یکدیگر کمک کنیم؟

۸. آیه ۲۴ را دوباره بخوانید. کلام خدا، خیلی زیاد در مورد مراقبت از فقیران، مهمان نوازی، و کمک به افرادی که نیازهای گوناگونی دارند، صحبت می کند. متمرکز کردن خانواده خود بر بیرون، بر نیازهای دیگران، به شما و فرزندان تان کمک خواهد کرد که خودخواه نشوید. این بخش مهمی در طلبیدن ملکوت خدا، پیش از هر چیز می باشد. دقایقی را به بحث و گفتگو در مورد چند "عمل نیکو" اختصاص دهید (آیه ۲۴) که شما به عنوان یک خانواده می توانید در آنها شرکت داشته باشید.



حالا می پردازیم به اینکه زوجها چگونه می توانند در دعا با یکدیگر، رشد کنند.

۹. آیات زیر را بخوانید.

"باز به شما می گویم که هر گاه دو نفر از شما بر روی زمین درباره هر مسئله ای که در خصوص آن سؤال می کنند با هم موافق باشند، همانا از جانب پدر من که در آسمان است برای ایشان به انجام خواهد رسید. زیرا جایی که دو یا سه نفر به نام من جمع شوند، من آنجا در میان ایشان حاضرم." (متی ۱۸: ۱۹ - ۲۰)

"پس نزد یکدیگر به گناهان خود اعتراف کنید و برای یکدیگر دعا کنید تا شفا یابید. دعای شخص پارسا، با قدرت بسیار عمل می کند." (یعقوب ۵: ۱۶)

چگونه این آیات شما را به عنوان زن و شوهر تشویق می کند که غالباً زمانی را به دعا با یکدیگر، اختصاص دهید؟ این آیات می گویند که نتیجه دعاهای شما چه خواهد بود؟

۱۰. فیلیپیان ۴: ۶ - ۷ را بخوانید.

"برای هیچ چیز نگران نباشید، بلکه در هر چیز با دعا و استغاثه، همراه با شکرگزاری، درخواستهای خود را به خدا ابراز کنید. بدین گونه، آرامش خدا که فراتر از تمامی عقل است، دلها و ذهنهایتان را در مسیح عیسی محفوظ نگاه خواهد داشت."

اگر شما این آیات را به همراه آیات بالا از متی ۱۸ و یعقوب ۵ به کار ببرید (با هم در دعا موافق باشید و برای یکدیگر دعا کنید)، این مسأله چگونه کمک خواهد کرد که یک محیط امن و آرامی در خانه ایجاد کنید؟

**دعا:** در زیر، راههایی پیشنهاد شده که شما به عنوان یک زوج، و بعدها با فرزندان خود، می توانید آنها را به کار ببرید تا کلام خدا و حیات روح را به طور پیوسته پیش رو داشته باشید. حالا این فهرست را بخوانید. بعد به عنوان یک زوج، زمانی را به طور خاص به صحبت در این مورد، اختصاص خواهید داد. حالا دعا کنید و از خدا بخواهید که به شما کمک کند تا یاد بگیرید که یکدیگر را بنا کنید و کلام خدا را در مرکز خانه خود قرار دهید.

**نکته:** این یک فهرست قوانین برای خانواده های مسیحی نیست. اینها فقط نظرانی برای کمک به شما می باشد که فکر کنید چگونه می توانید به هر یک از اعضای خانواده کمک کنید که از نظر روحانی رشد کنند. انعطاف پذیر باشید. هر کاری که انجام می دهید، اگر به یک برنامه عادی شریعتگرا تبدیل شود، خسته کننده خواهد شد. برای اینکه این کارها حیات بخش باشند، باید از حیات مسیح در درون شما جاری شوند. از اشتیاق به شناخت خدا و راه رفتن روزانه با او.

"هر که به من ایمان آورد، همان گونه که کتاب می گوید، از بطن او نهرهای آب زنده روان خواهد شد. این سخن را درباره روح گفت، که آنان که به او ایمان بیاورند، آن را خواهند یافت." (یوحنا ۷: ۳۸ - ۳۹)

**پیشنهاداتی برای بکارگیری آیات مطالعه شده در این جلسه:**

- ۱) در خانه خود و ماشین و غیره، موزیک روحانی روشن کنید.
- ۲) آیات کتاب مقدس را حفظ کنید، آنها را در اطراف خانه خود بچسبانید.
- ۳) زمانی را به پرستش خانوادگی منظم و به خواندن یا مطالعه کتاب مقدس اختصاص دهید.
- ۴) صبحها، پیش از رفتن به محل کار/ مدرسه/ غیره، با هم آیات کتاب مقدس را بخوانید و دعا کنید.
- ۵) در طول روز، چند لحظه دست از کار بکشید تا از خدا برای پاسخهای خاصی که به دعاپتان داده، تشکر کنید.
- ۶) در طول روز، دست از کار بکشید تا برای مشکلات و نیازهایی که پیش می آید، دعا کنید.

- ۷) قبل از غذا، برای لحظاتی از خدا برای تدارکاتش تشکر کنید.
- ۸) سرودهای ستایشی بخوانید و با هم پرستش کنید.
- ۹) با هم کتابهای الهام بخش بخوانید.
- ۱۰) در خانه خود کتاب مقدس صوتی روشن کنید.

### بعد از این جلسه آخر....

... با هم زمانی را به بحث و گفتگو در این مورد اختصاص دهید که چگونه به عنوان یک زوج می توانید یکدیگر را تشویق کنید که از نظر روحانی رشد کنید. شاید بخواهید که دوباره به فهرست بالا نگاهی بیندازید. ممکن است نظرات دیگری هم داشته باشید که بخواهید به این فهرست اضافه کنید.

- در دفتر یادداشت خود، چیزهایی را که می خواهید بخشی از زندگی خانواده خود بسازید، بنویسید.

آیا در مورد چگونگی رشد خود در مسائل روحانی، به عنوان یک زوج، دعایی در دلتان هست؟

- دعای خود را در دفتر یادداشت خود بنویسید. شاید بخواهید گاهی اوقات به این یادداشتها نگاهی بیندازید و شاید حتی به دعای خود، چیزهایی را اضافه کنید.

- در هفته ها و ماههای آینده، در دفتر یادداشت خود چیزهایی را که در مورد ازدواج یاد می گیرید، یادداشت کنید. همچنین چیزهایی را که در ازدواج خود برای آنها دعا می کنید، یادداشت کنید. دفتر یادداشت خود را به عنوان گزارش خاصی نگاه دارید که بتوانید گاهی اوقات به آن نگاهی بیندازید.

### کلام نهایی:

همه زوجهایی که از عیسی مسیح پیروی می کنند، باید با اطمینان بدانند که او برای خانواده آنها می جنگد. او ضعفهای شما را می داند. او از جنگ شیطان به ضد شما آگاه است. او از فشارهای زندگی، که هر روزه با آن مواجه می شوید، آگاه است. اما او از همه این چیزها بزرگتر است و می خواهد که شما در راحتیا و در سختیها به او اعتماد کنید. وقتی متعهد می شوید که او را خداوند خانواده خود بسازید، او به شما کمک خواهد کرد که سهم خود را در آوردن حیات و حقیقت او به زندگی روزانه انجام بدهید. آیه زیر برای شما می باشد که دعا می کنید و کاری می کنید که خانواده تان، یک حضور مسیحی در این دنیا باشد:

" پس، برادران عزیزم، ثابت و استوار بوده، همواره با تمام وجود به کار خداوند مشغول باشید، زیرا می دانید رحمت شما در خداوند بیهوده نیست." (اول قرنیتیان ۱۵ : ۵۸)

## آیا می خواهید این کتاب را به زبان دیگری ترجمه کنید؟ آنرا به این صورت انجام دهید:

۱. با مراجعه به وب سایت [www.learnhisways.com](http://www.learnhisways.com) با ما تماس بگیرید. به ما بگویید که می خواهید این کتاب را به چه زبانی ترجمه کنید. آدرس ایمیل خود را به ما بدهید تا ما بتوانیم با شما تماس بگیریم. شاید فرایند ترجمه به زبانی که شما می خواهید آنرا ترجمه کنید، در حال اجرا باشد. اگر اینطور باشد، ما به شما اطلاع خواهیم داد، تا شما کار یک نفر دیگر را دوباره انجام ندهید.
۲. ترجمه باید از زبان اصلی انجام شود- انگلیسی. نسخه انگلیسی این کتاب را می توانید در وب سایتی که در بالا ذکر شد، پیدا کنید.
۳. لطفاً از مترجم بخواهید که بخش " اگر شما مایلید که این کتاب را ترجمه کنید" (صفحه ۵۴) را در نسخه انگلیسی بخواند. نسخه انگلیسی را می توان از وب سایت [www.learnhisways.com](http://www.learnhisways.com) دانلود کرد.
۴. وقتی ترجمه مطابق این راهنماییها به پایان رسید، از طریق این وب سایت با ما تماس بگیرید. ممکن است که ما ترجمه شما را در وب سایت قرار دهیم تا دیگران به رایگان آنرا دانلود کنند.

## ضمیمه الف

### عهدهای ازدواج

کادری که در درس اول با عنوان "جشن ازدواج" می باشد، در مورد عهدهایی صحبت می کند که میان عروس و داماد بسته می شود. عهد بستن با یکدیگر، در مقابل دوستان و خانواده، یک سنت قدیمی می باشد که صدها سال پیش شکل گرفته است. این عهدها بر پایه تعلیم کتاب مقدس می باشد که می گوید، زن و شوهر باید نسبت به یکدیگر وفادار باشند و تا آخر عمر به یکدیگر خدمت کنند. عهد زیر، روش رایجی می باشد که در مراسم ازدواج مسیحی در بعضی از قسمتهای دنیا، بیان می شود. معمولاً عروس و داماد، به نوبت، این قولها را به هم می دهند، اول داماد به عروس می گوید، و بعد عروس همان مطالب را به داماد می گوید.

من {نام} تو را {نام} به عنوان {شوهر/زن} خود اعلام می کنم.  
من امروز در حضور خدا و خانواده و دوستانمان قول می دهم،  
که در بیماری و در سلامتی، چه غنی باشیم یا فقیر؛  
در خوشی و در غم، در زمانهای خوب و بد، به تو وفادار باشم.  
با کمک خدا، من قول می دهم که بدون قید و شرط  
تو را دوست داشته باشم، به تو افتخار کرده و احترام بگذارم،  
و تا زمانیکه هر دو زنده باشیم، تو را نزدیک قلب خود نگاه دارم.