

# عشق، رابطه جنسی و زندگی مشترک در آیین بهائی

نویسنده: جوآن بارستو هرناوندز

ترجمه: تبنا حائری

برای تمام کسانی که آرزومند زندگی مشترک موفق و متعالی  
هستند و بر این باورند که آموزه‌های حضرت بهاء‌الله می‌تواند  
راهنمای آن‌ها در رسیدن به این آرزو باشد.

## مقدمه مترجم

با سپاس از ایرد مثنان که باردیگر فرصتی دست داد تا با ترجمه این کتاب، مطالبی را که برای جامعه امروز مفید بلکه ضروری به نظر می‌رسد، به زبان فارسی به هم‌وطنان و همه فارسی‌زبانان تقدیم نمایم. امید آن‌که خواندن این کتاب باعث تولد خانواده‌هایی موفق و متعالی گردد.

با سپاس فراوان از جناب فاروق ایردی‌نیا که بدون همکاری ایشان چاپ این کتاب میسر نبود و تقدیم به:

دوستم

همکارم

شریکم

آرام‌بخش‌م

شادی‌ام

همسرم

پیام شایگان

## فهرست مندرجات

	مقدمه مترجم
۱-۲	مقدمه نویسنده
۳-۵	خلاصه‌ای کوتاه از احکام و تعالیم دیانت بهائی
	قسمت اول: آمادگی برای ازدواج
۶-۷	دیدگاهی جدید نسبت به ازدواج
۸-۲۴	اساس روحانی ازدواج
۲۵-۳۳	آشنایی با شخصیت یکدیگر
۳۴-۴۲	پرورش صفات روحانی
۴۳-۶۱	عفت و عصمت
۶۲-۶۷	قوانینی که بر ازدواج حاکمند
	قسمت دوم: پس از ازدواج
۶۸-۹۱	زندگی مشترک
۹۲-۱۰۳	امتحانات
۱۰۴-۱۰۸	ارتقاء معنویت در زندگی مشترک
۱۰۹-۱۱۴	تلاش برای اجتناب از طلاق
۱۱۵-۱۱۸	اهمیت اطاعت از احکام حضرت بهاء الله
۱۱۹-۱۲۱	لوح ازدواج
۱۲۲-۱۲۹	پرسش‌نامه

## مقدمه نویسنده

عشق و ازدواج و سعادت که به همراه می‌آورد، همواره موضوع جالب توجه و دغدغه جوانان و بزرگسالان بوده و هست. جوانان، رویای یک عشق ایده‌آل را در سر دارند و بسیاری از مردان و زنان متأهل، چه آنان که از زندگی مشترک خود راضیند و چه آنان که نیستند، همواره به دنبال روش و راهکاری هستند که زندگی آن‌ها را به زندگی سعادت‌مندان‌ای که مطابق معیار و باورهای آن‌ها از عشق واقعی است، تبدیل نماید. کتاب‌ها، فیلم‌ها و آثار هنری مختلفی در این زمینه تولید می‌شود و تولیدکنندگان مطمئنند که این مسئله، همواره مخاطبان زیادی خواهد داشت.

راهنمایی‌های ارائه شده در این کتاب بر پایه آثار دیانت بهائیت، یعنی بر اساس الهامات پیامبر و مؤسس این دیانت، حضرت بهاء‌الله، تبیینات جانشینان رسمی او، حضرت عبدالبهاء و حضرت شوقی افندی، و قوانین ساختار اداری آن بیت‌العدل اعظم می‌باشد.

اساس تعالیم حضرت بهاء‌الله، وحدت عالم انسانی است، این مسئله بر تمامی جوانب زندگی انسان احاطه دارد و آغاز آن خانواده است.

آثار بهائی نه تنها ازدواج و زندگی مشترک را اساس جامعه می‌داند، بلکه راهنمایی‌های روشنی را در این زمینه ارائه می‌دهد. صفاتی را به ما معرفی می‌کند که پرورش آن‌ها به ما کمک می‌کند که ازدواجی سعادت‌مندانه و ابدی داشته باشیم.

هر فرد، چه بهائی و چه غیربهائی چنان‌چه تعالیم حضرت بهاء‌الله را صادقانه به کار گیرد، دستورالعمل‌هایی را در این تعالیم خواهد یافت که می‌تواند راهنمای او در دستیابی به سعادت ابدی در ازدواج و زندگی باشد.

این کتاب، شامل راهنمایی‌هایی است که به کارگیری آن‌ها کمک می‌کند، ازدواج و خانواده منشاء تکامل فرد گردد. این کتاب روابط میان زن و شوهر و والدین و فرزندان را با تأکید بر پرورش صفات و عادات روحانی مورد بررسی قرار می‌دهد. عادات روحانی هم‌چون مشورت، گفتگوی صادقانه و مؤذبانه که تعالیم بهائی آن را در تمام انواع روابط انسانی توصیه می‌کند) چرا که مشورت نقش مهمی در حل مشکلات دارد.

این کتاب، هم‌چنین بر لذتی که زن و شوهر از فداکاری برای یکدیگر و برای خدمت به بشریت تجربه می‌کنند، تأکید می‌کند. چنین خدمتی که با روح وحدت و گذشت همراه است، رابطه زن و شوهر را قوی‌تر و عمیق‌تر ساخته و سعادت بیشتری را برای آنان به ارمغان می‌آورد.

این کتاب، رابطه بین عفت و ازدواج را توضیح می‌دهد و بر اهمیت پرورش خویشتنداری با احترام به امیال جنسی فرد و فواید حفظ و نگهداری رابطه جنسی به عنوان صمیمی‌ترین شکل شراکت در زندگی زناشویی تأکید دارد.

این کتاب، هم‌چنین به بررسی عملی نیازها و مشکلاتی که جوانان در انتخاب همراه زندگی‌شان دارند، می‌پردازد که هم‌چنین شامل پیشنهادات مخصوص جهت رسیدن به شناختی صحیح و عمیق و دوطرفه قبل از ازدواج و راهنمایی‌هایی در مورد صفات خاصی است که زن و شوهر معمولاً باید برای یک ازدواج موفق دارا باشند. به طور خلاصه، این کتاب، تعالیم بهائی در مورد زندگی مشترک را مطابق با علم روان‌شناسی روز به طور عملی و کاربردی بیان کرده و راهنمایی‌هایی را برای هر فرد با هر موقعیتی که در عشق دارد، عرضه می‌کند.

## خلاصه‌ای کوتاه از احکام و تعالیم دیانت بهائی

شخصیت‌های خاص و برجسته دیانت بهائی که آثار و بیاناتشان مکرراً در این کتاب عنوان شده، حضرت بهاءالله، حضرت عبدالبهاء و حضرت شوقی افندی می‌باشند.

در سال ۱۸۶۳ مؤسس آیین بهائی، اظهار نمود که جدیدترین مظهر ظهوری است که خداوند در هر عصری برای هدایت و پیشرفت روحانی و اجتماعی انسان می‌فرستد. در اعصار گذشته، حضرت کریشنا، حضرت بودا، حضرت موسی، حضرت عیسی و حضرت محمد، هر کدام حامل کلام الهی برای عصر و دوره خود بودند. اکنون حضرت بهاءالله ظهور نموده تا کلام خداوند را برای دوره و عصر ما اعلام و اظهار نماید.

تعالیم او علاوه بر این که اصول اساسی معنوی را که به وسیله پیامبران الهی گذشته تأکید شده، تجدید می‌کند، تعالیم اجتماعی لازم برای تأسیس مدنیتی جهانی و آموزه‌هایی برای حل مشکلاتی که جامعه امروز به آن دچار است را عرضه می‌نماید.

برای حفظ دیانت بهائی از انشقاق به شاخه‌ها و طبقات مختلف، مانند آنچه که برای ادیان گذشته اتفاق افتاده، حضرت بهاءالله پیش از درگذشتن در یکی از آثارشان به نام کتاب عهدی، شخصاً حضرت عبدالبهاء را به عنوان جانشین و مبین مصون از خطای تعالیم و آثارشان اعلام فرمودند و همه بهائیان، حضرت عبدالبهاء را به این عنوان پذیرفته‌اند. هم‌چنین حضرت عبدالبهاء، مثل اعلای (نمونه کامل) تعالیم بهائی می‌باشند. ایشان نمونه واقعی تقوای الهی بودند و مشی آن حضرت در سبیل روحانی تمام افرادی را که با ایشان ملاقات کرده‌اند، تحت تأثیر قرار داد و امروزه الهام‌بخش میلیون‌ها انسان است.

ایشان، پیش از درگذشتنشان در سال ۱۹۲۱ حضرت شوقی افندی را به عنوان ولی امر بهائی و مبین آثار بهائی اعلام فرمودند. تحت هدایات حضرت شوقی افندی نظم اداری بهائی در عالم تاسیس گشت.

هیأت اصلی این نظم اداری بیت‌العدل اعظم است که مقرش در کوه کرمل حیفا در اسرائیل می‌باشد و در حال حاضر بهائیان را در بیش از ۳۵۰ کشور جزایر و سرزمین‌های مختلف هدایت می‌نماید.

بهائیان، آثار حضرت بهاء‌الله، حضرت عبدالبهاء و حضرت شوقی افندی را به عنوان منابع احکام الهی پذیرفته و معتقدند که این آثار شامل راهنمایی‌های خداوند برای زندگی امروز است. این راهنمایی‌ها بسیار وسیع هستند و حضرت بهاء‌الله به تنهایی بیش از صد جلد اثر که دربردارنده تمامی جوانب زندگی انسان در ابعاد اجتماعی و فردی است به جای گذارده‌اند. حضرت شوقی افندی به اختصار احکام دین بهائی را چنین بیان می‌نمایند:

«امر بهائی، معتقد به وحدانیت الهیه، مصدق وحدت انبیای ربّانیه، و مروج وحدت و تمامیت کلّ نوع بشر است. امر بهائی، لزوم و قطعیت اتحاد نوع بشر را اعلام می‌کند و تصریح می‌نماید که تدریجاً به این هدف واصل خواهد شد، و مدّعی است که هیچ امری جز روح منحول‌کننده الهی، که از طریق مظهر منتخب ظهورش در این یوم عمل می‌کند، نهایتاً قادر نیست آن را تحقق بخشد. مضافاً، امر بهائی، وظیفه اساسی تحویلی حقیقت بدون ادنی محدودیتی را برای پیروانش لازم می‌شمارد؛ جمیع تعصبات و خرافات را محکوم می‌کند؛ مقصود از دین را ترویج الفت و محبت اعلام می‌کند؛ تطابق آن با علم را ضروری می‌شمارد؛ و آن را عامل اصلی صلح و ترقی منظم و مرتب جامعه بشری می‌داند. امر بهائی، بدون ادنی ابهامی، معتقد به اصل برابری حقوق، فرصت‌ها و امتیازات بین رجال و نساء است. بر تعلیم و تربیت اجباری اصرار می‌ورزد؛ فقر و ثروت فاحش و مفرط را از میان می‌برد؛ مؤسسه روحانیت آکشیس، هاخام و امثالهم را منسوخ می‌کند؛ بردگی، ریاضت، تکذبی و رهبانیت را ممنوع می‌کند؛ تک‌همسری را تجویز، طلاق را تقبیح، لزوم اطاعت از حکومت متبوعه را تأکید می‌نماید؛ اشتغال به کار را که



با روح خدمت انجام شود تا حدّ عبادت تعالی می‌بخشد؛ اختراع یا انتخاب لسان بین‌المللی را تشویق، و خطوط اصلی و رئوس تشکیلات و مؤسسه‌های را که باید صلح عمومی بین نوع بشر را تأسیس کنند و تداوم بخشند؛ ترسیم می‌نماید.  
(ترجمه - بیانیه ۱۹۴۷ حضرت ولی‌ام‌الله خطاب به کمیته ویژه سازمان ملل متحد در امور فلسطین)

فلسفہ لاول

آٹھویں حصہ

## دیدگاهی جدید نسبت به ازدواج

ازدواج، باید رابطه‌ای انسانی، عمیق، پرمعنا و رضایت‌بخش باشد. این رابطه، می‌تواند منشاء اتحاد، سعادت و درک متقابل گردد، می‌تواند مأمنی استوار و کانون قدرت و اتکا در زمان مواجهه با مشکلات باشد. ازدواج، می‌تواند فضای مناسبی برای ترقی ایجاد نموده و محزون و حامی فرد در پرورش استعدادات نهفته‌اش باشد. زندگی مشترک، می‌تواند پایگاهی ایجاد کند که هر یک از طرفین بتوانند در آن رشد و ترقی کرده و متدرجاً بر محدودیت‌ها و نواقص خود چیره شوند. زندگی مشترک می‌تواند فردوس محبت گردد.

زندگی مشترک می‌تواند بر عکس این نیز باشد. می‌تواند گرفتار اختلاف، عدم اعتماد، خشونت، مجادله، حسادت و عدم تفاهم گشته و موجب عذاب گردد.

متأسفانه، امروزه اندک‌اندک خانواده‌هایی که بتوان حقیقتاً آن‌ها را متحد و سعادتمند نامید. طلاق به وفور در جامعه دیده می‌شود. روابط جنسی خارج از حیطه ازدواج روز به روز افزایش می‌یابد و در روابط کسانی که به ظاهر زندگی مشترک خود را حفظ کرده‌اند نیز مشکلات بی‌شماری به چشم می‌خورد. تقریباً اکثر شیوه‌ها و آرمان‌ها و روش‌هایی که امروزه در جامعه ارائه می‌شود، کارآمد نیست و نمی‌تواند ضامن ازدواج‌های موفق باشد.

هر روز افراد بیشتری از وضعیت خویش ناامید شده و به جستجوی راه‌های جدید هستند. اکثر اوقات، این جستجوها بر اساس معیارهای غلطی از عشق و آزادی است و فقط منجر به نارضایتی بیشتر شده و فرد را نسبت به حقیقت وجودش بیگانه‌تر می‌کند.

حضرت بهاء‌الله به ما می‌آموزند که آزادی حقیقی و سعادت ابدی تنها از طریق اطاعت از احکام خداوند به دست می‌آید. ایشان از جانب خداوند، آموزه‌ها و تعالیم جدیدی در رابطه با ازدواج، عشق و خانواده به ما عرضه می‌کنند. این تعالیم، ممتاز از باورهای رایج

امروز است و پیروی از این تعالیم، مستلزم ایجاد برخی تغییرات اساسی در رفتار انسان می‌باشد. حضرت شوقی افندی صعوبات و در کنار آن نتایج فوق‌العاده‌ای را که فرد در اطاعت از تعالیم حضرت بهاء‌الله به دست می‌آورد، بیان می‌نماید:

انجام دادن کارها، نه به علت بسیار مشکل بودن آنها، بلکه به علت بسیار متفاوت بودن آنها با آنچه که قبلاً انجام می‌دادیم، غالباً برای ما مشکل است ... بالاترید، احکامی ... وجود دارد که در رهله اولی درک آنها و عمل به موجب آنها مشکل است؛ اما ... اگر این احکام برای ما منافع عظیمه در بر نداشت، ابتدا حضرت بهاء‌الله آنها را به ما عنایت نمی‌فرمودند؛ مانند اطفالی که آن قدر منطقی هستند که متوجه شوند پدرشان عاقل است و آنچه را که به مصلحت آنها است، انجام می‌دهد، ما نیز باید اطاعت از این احکام را بپذیریم حتی اگر در ابتدای امر لزوم اجرای آنها را متوجه نشویم. موقعی که از این احکام اطاعت کنیم، تدریجاً منافی را که از آنها عاید ما می‌شود؛ درک خواهیم کرد.» (ترجمه - مکتوب ۱۶ مارس ۱۹۴۹ از طرف حضرت ولی‌امراه به یکی از احبّاء)

همه ما به عنوان عضوی از جامعه، تحت تأثیر ارزش‌های منحط تمدن مدرن قرار می‌گیریم. فیلم‌ها، برنامه‌های تلویزیونی، تبلیغات، اعمال و افکار اطرافیان، همه و همه بر نحوه تفکر و عملکرد ما تأثیرگذار است. به همین دلیل ممکن است در نگاه اول تعالیم حضرت بهاء‌الله به نظرمان افراطی، آرمان‌گرایانه و عمل به آن‌ها دشوار باشد.

آنان که به حضرت بهاء‌الله به عنوان مظهر ظهور خداوند اقبال کرده‌اند و با ایمان کامل به اوامر و احکامش عمل می‌کنند، تصمیم قاطع می‌گیرند و جهد بلیغ به کار می‌بندند تا زندگی خود را با این تعالیم منطبق سازند. در این روند، آن‌ها حکمت و تأثیرگذاری تعالیم بهائی را در می‌یابند و به طور ناخودآگاه در مسیر رشد و ترقی قرار می‌گیرند و در زندگی خود سعادت واقعی را می‌یابند. چنین افرادی نمونه‌ای پویا از قدرت حضرت بهاء‌الله در تبدیل و بهبود زندگی بشری ارائه می‌دهند:

«اجساد طالب ارواح است باید نفوس ملکوتیه به نفعات کلمه الهیه اجساد را به ارواح تازه زنده نمایند.» (توقیعات مبارکه خطاب به احبّای شرق، ص ۵۰۴)

## اساس روحانی ازدواج

اولین قدم برای ازدواجی موفق و سعادتمند، درک هدف ازدواج و آگاهی از خصوصیتاتی است که در سعادت و اتحاد خانواده نقش دارد.

حضرت بهاءالله مؤسس آیین بهائی و حضرت عبدالبهاء مبین آثار حضرت بهاءالله این هدف را واضح و روشن بیان می فرمایند. حضرت بهاءالله می فرمایند:

«تَرَوُجُوا يَا قَوْمِ لِيُظَهَرَ مِنْكُمْ مِنْ يَلْكُزْنِي بَيْنَ عِبَادِي ...» (کنجینه حدود و احکام، ص

۱۵۹)

و حضرت عبدالبهاء توضیح می فرمایند:

«بین بهائیان مسئله ازدواج این است که مرد و زن جسماً و روحاً متحد باشند تا در

جمع عوالم الهی اتحادشان ابدی باشد و حیات روحانی یکدیگر را ترقی دهند،

این است اقتران بهائی» (فضایل اخلاق، ص ۹۸)

هم چنین می فرمایند:

«... پس باید اهل بهاء چون رابطه ازدواج در میان آید، اتحاد حقیقی و ارتباط معنوی و

اجتماع جسمانی و روحانی باشد تا در جمیع مراتب وجود و در جمیع عوالم الهی این

وحدت حاصل گردد؛ زیرا این وحدت حقیقی جلوه‌ای از نور محبت الله است.» (کنجینه

حدود و احکام، ص ۱۶۰)

همسر شما نه تنها از لحاظ جسمانی، بلکه از لحاظ روحانی و معنوی و نه تنها در این

دنیا، بلکه در کلیه عوالم الهی نیز همراه زندگی شماست. اتحاد روحانی و معنوی که

اساس ازدواج است، غالباً نادیده گرفته شده؛ اما ضرورتی حایز اهمیت است. این مهم

تنها زمانی تحقق می‌یابد که هر یک از طرفین با اخلاص برای ترقی روحانی خود تلاش کرده، به درجات روحانی نائل گشته، این مدارج و ترقی‌ات معنوی را با فرد مقابل تقسیم نمایند، بنابراین، بهترین و ضروری‌ترین آمادگی لازم برای ازدواج رشد معنوی هر یک از طرفین است.

قبل از اخذ تصمیم به ازدواج، بررسی دقیق و منصفانه صفات و اعمال و رفتار طرف مقابل در مواجهه با موقعیت‌های سخت و دشوار بسیار مهم است. از آن‌جایی که ترقی روحانی مهم‌ترین عامل در ازدواج سعادت‌مند و ابدی است، ما باید معیارهای قدیمی را که غالباً وسیلهٔ سنجش افراد بود، اصلاح کنیم، یعنی معیارها و موازینی هم‌چون زیبایی، ثروت، جایگاه اجتماعی که به خودی خود نمی‌تواند گویای شخصیتی مطلوب باشند را کنار بگذاریم چنان‌چه در ازدواج فقط این موارد در نظر گرفته شود، زندگی مشترک با مشکلات زیادی مواجه خواهد شد.

در آیین بهائی، ازدواج بین دو فرد با نژادهای مختلف، ملیت‌های متفاوت و یا طبقه اجتماعی مختلف منع نشده؛ چرا که در رابطه میان زوجی که به بلوغ روحانی رسیده‌اند، مشکلاتی که ناشی از این تفاوت‌ها باشد، به راحتی حل شده، حتی عامل رشد و پیشرفت بیش‌تر آنها می‌گردد. در واقع دیانت بهائی از این نیز فراتر رفته، به وضوح ازدواج میان نژادها و ملیت‌های مختلف را تشویق می‌نماید.

در مکتوبی به بهائیان آمریکا حضرت عبدالبهاء توصیه می‌فرماید:

«حتی المقدور این دو جنس، سفید و سیاه، را در یک محفل جمع کنید، و آن‌چنان قلوبشان را مشحون از محبت سازید که نه تنها متحد شوند؛ بلکه اقتران فیما بین صورت گیرد. اطمینان داشته باشید که در اثر آن اختلافات و مناقشات بین سفید و سیاه منسوخ گردد. مضافاً، اراده الهی بر آن تعلق خواهد گرفت. این خدمتی عظیم به عالم انسانی است.» (ترجمه)

حضرت عبدالبهاء در صحبت‌هایشان با یک آمریکایی شمالی در مورد تأثیرات مفید چنین ازدواج‌هایی فرمودند:

«ازدواج بین دو جنس طریقی مطلوب برای از میان بردن اختلافات است. اولاد قوی، جمیل، هوشمند و مدبر از آن حاصل شود.» (ترجمه)

بنا بر این، شباهت‌ها و تفاوت‌های ظاهری بین زن و شوهر حایز اهمیت نبوده و آنچه که اهمیت دارد، تحکیم وحدت روحانی حقیقی است. فداکاری هر یک از زوجین برای رشد معنوی خود و حمایت از همسر در پیشرفت روحانی و معنوی و مساعی هر یک از طرفین برای ارائه صفات روحانی در زندگیشان، مهم‌ترین اساس یک ازدواج ابدی است.

صفات روحانی و سنوحت رحمانی را می‌توانیم در عملکرد اطرافیان در حیاتشان ببینیم. محبت‌الله، صداقت، درستکاری، امانت‌داری، سخاوت، گذشت، سرور، فروتنی، تواضع، خلوص، پاکدامنی، انصاف، صبر، ادب و مهربانی و درک، صفاتی هستند که به نحوی محسوس نه تنها در گفتار، بلکه در اعمال فرد نیز نمایان می‌شود. می‌توانیم این صفات را در زندگی افرادی که به آن‌ها علاقه‌مندیم (هم در ارتباط آن‌ها با خودمان و هم در روابطشان با دیگران) ببینیم.

حضرت بهاء‌الله می‌فرمایند: «به اعمال خود را بیارایید نه به اقوال.» (کلمات مبارکه مکنونه، فرازه)

هم‌چنین، معنویت، خود را در مجهودات فرد در راستای پرورش فضایل روحانی ظاهر می‌نماید، حضرت عبداله‌بهاء خطاب به یکی از زائرین در ارض اقدس فرمودند:

«اراده، مرکز درک بشر است. باید اراده کنیم تا به عرفان الهی نائل شویم، درست همان‌طور که باید اراده خود را به کار ببریم تا از حیاتی که او [مظهر ظهوراً] به ما عنایت کرده بهره‌مند شویم. اراده بشر باید تحت استیلا و تربیت اراده الهی قرار گیرد. قدرت عظیم از اراده قوی نشأت می‌گیرد، اما قدرتی اعظم از آن لازم تا اراده ما در اراده الهی مستحیل گردد. اراده آن کاری است که ما انجام می‌دهیم، اما ادراک، عبارت از آن چیزی است که ما بر آن وقوف داریم.» (ترجمه)

هم‌چنین حضرت بهاء‌الله به رابطه بین اراده و رشد و ترقی استعدادات انسان تأکید کرده؛ می‌فرمایند:

«قَدْر لِكُلِّ نَفْسٍ مَقَادِيرُ الْأَمْرِ... وَلَكِنْ يَظْهَرُ كُلُّ ذَلِكَ بِإِرَادَاتِ أَنْفُسِكُمْ.» (منتخباتی از آثار حضرت بهاء الله، طبع اول، ص ۱۰۱)

ترقی روحانی هر یک از ما تا حدّ زیادی منوط به پرورش محبت الله در وجودمان است. ارتباطی که با خالقمان برقرار می‌کنیم و جهد خالصانه‌ای که برای اطاعت از احکام و اوامرش انجام می‌دهیم، نشانه‌ها و بازتاب این ترقی روحانی هستند. در واقع، کوششی که فرد روزانه برای پرورش صفات معنوی و ایجاد عشق عمیق الهی در خود انجام می‌دهد، نشانه‌های مهمی از ترقی روحانی است.

وجود برخی صفات خاص روحانی برای یک ازدواج موفق، حیاتی و ضروری است. صفات دیگر اگر چه واجب و حیاتی نیستند، اما رابطه میان زوجین را ارتقاء داده و باعث سعادت بیش‌تر و وحدت و اتفاق در خانواده می‌گردد.

اکنون برخی از این صفات روحانی را که نقش حیاتی در ازدواج داشته و وجودشان برای یک زندگی موفق لازم است بررسی می‌کنیم.

### صداقت و درستکاری

ترقی روحانی، اساس ازدواج موفق و صداقت اش اساس ترقی روحانی است. حضرت عبدالبهاء بر نقش حیاتی صداقت در رشد روحانی تأکید کرده، می‌فرماید:

«صدق و راستی اساس جميع فضایل انسانی است، اگر نفسی از آن محروم ماند، از ترقی و تعالی در کلیه عوالم الهی ممنوع گردد و چون این صفت مقدس در نفس رسوخ نماید، سایر صفات و کمالات قدسیه بالطبع حاصل شود و فرد کامل گردد.» (ظهور عدل الهی، ص ۵، ترجمه مصوب)

فردی که از راست‌گویی فاصله گیرد، نه تنها به دیگران دروغ می‌گوید، بلکه تدریجاً خودش هم این دروغ‌ها را باور می‌کند و قدرت تمیز و تشخیص بین صحیح و غلط، کذب و حقیقت، فضیلت و رذیلت را از دست می‌دهد. او با دروغ گفتن به دیگران



نقص های وجود خود را توجیه می کند و دیگر نیازی به اصلاح خود و پیشرفت احساس نمی کند و در نتیجه مانع ترقی روحانی خود می گردد.

ازدواجی که در آن هیچ یک از طرفین صادق نیستند، مانند خانه ای است که بر روی آب ساخته شود، چرا که عدم صداقت و صمیمیت بی اعتمادی به بار می آورد و ازدواج موفق و سعادتمند بدون اعتماد غیر ممکن است و قطعاً شک و حسادت و عدم درک متقابل بر زندگی مشترک سایه می افکند.

چنانچه شما به همسران اعتماد داشته و مطمئن باشید که او حتی در مواقعی که گفتن حقیقت دشوار است، واقعیت را به شما می گوید، توضیحات او را در مورد اتفاقات ناخواسته و غیرمنتظره راحت تر پذیرا خواهید بود؛ مثلاً چنانچه او شبی به خانه نیاید؛ اگر شما بدانید که او عادتاً صادق و راستگو است؛ احتمالاً توضیحات او را در مورد کارش می پذیرید؛ اما اگر شریک شما به دروغ گفتن یا اصطلاحاً ظفره رفتن از بیان حقیقت عادت داشته باشد؛ احتمالاً به توضیحاتی که در چنین شرایطی می دهد؛ اعتماد نمی کنید. هر اتفاق مشابه آن در زندگی رفته رفته اساس ازدواج را سست می کند.

اما صداقت به معنای دروغ نگفتن برای ایجاد اتحاد در ازدواج کافی نیست. فردی که دروغ نمی گوید؛ اگرچه دروغ نمی گوید؛ اما می تواند بسیاری از عمیق ترین افکار و احساساتش را با بیان نکردن آن ها پنهان نماید.

معمولاً زوج ها از بیان احساسات منفی خود نسبت به یکدیگر هراس دارند؛ چرا که نمی خواهند همسرشان را برنجانند و سعی دارند از بروز اختلافات جلوگیری نمایند؛ اما این احساسات منفی ناگفته معمولاً به طور غیرمستقیم در قالب اظهارات، حرکات و اعمال ناخوشایند بروز می کنند؛ حتی هنگامی که این احساسات کاملاً مخفی نگه داشته می شوند؛ صرف وجودشان سدی نامرئی بین زوجین ایجاد می کند که به احساس بیگانگی بین آن ها منجر می گردد.

از طرف دیگر، بیان صریح اما مؤذبانه احساسات منفی و صحبت و مشورت در مورد آن ها، معمولاً سوء تفاهات را از میان برده، جوراً شفاف می سازد. اگرچه این کار ممکن است به نظر دشوار و آزاردهنده بیاید؛ اما پس از مدتی احساس عمیق صمیمیت و یکی

بودن بین زوجین حاکم می‌شود. خلوص کامل و صداقت محض و بیان مؤدبانه و با ملاحظه، کلید اتحاد و هم‌بستگی زوجین است.

البته بیان صادقانه نباید محدود به احساسات منفی باشد، بلکه باید بیش‌تر و مخصوصاً شامل نظرات، امیدها و احساسات مثبت، رویاها و آرزوها و تجلیل و تحسین‌ها باشد. در یک رابطه سالم، هریک از طرفین مطمئنند که چنان‌چه افکار و احساساتشان را با اعتماد کامل برای دیگری بازگو کنند، طرف مقابل استقبال کرده و عاشقانه او را درک می‌کند یا حداقل برای رسیدن به چنین درکی تلاش می‌کند. هر قدر هریک از زوجین، احساسات و افکار خود را عمیق‌تر و بیش‌تر با دیگری در میان گذارد، احساس صمیمیت و اتحاد بیش‌تری را تجربه خواهند کرد. چنان‌چه زوجی فقط در سطح ظاهری، مسائل و احساساتشان را در میان گذارده و خود را به صحبت در مورد مسایل روزمره محدود کنند، هرگز احساس اتحاد و صمیمیت ناشی از در میان گذاشتن عمیق‌ترین و واقعی‌ترین افکار، آرزوها، امیدها و ترس‌ها را (حتی آن‌هایی که به نظر خود او غیرممکن، احمقانه، متناقض به نظر می‌رسد) تجربه نخواهند کرد.

### گوش دادن به صحبت‌های طرف مقابل و درک او

گوش دادن و تلاش برای درک طرف مقابل ویژگی لازم در کنار صداقت و خلوص است. برای آن که فرد بتواند عمیق‌ترین احساسات و مسایلی را که ممکن است برای طرف مقابل ناخوشایند باشد بیان کند، لازم است این اطمینان را داشته باشد که طرف مقابل به او گوش داده و برای درک او تلاش می‌کند.

چنان‌چه فرد تلاش کند که احساسات واقعی خود را بیان کند، اما طرف مقابل پاسخ او را با تصحیح کلامش، توجیه، انتقاد و یا بی‌تفاوتی بدهد، کمتر احتمال دارد که فرد بار دیگر احساسات عمیق خود را با او در میان بگذارد.

برای برخی افراد، اصل و مبنای دوست‌داشته شدن عبارت از آن است که احساس کنند طرف مقابل آن‌ها را درک می‌کند. هنگامی که فردی احساس کند که درکش می‌کنند، او

نیر متقابل ذهن و قلبش پذیرای افکار و عقایدی می‌شود که با اندیشه و عقیده او متفاوت است.

در زندگی مشترک، اظهار درک متقابل، وسیله‌ای مهم جهت اثبات عشق و نیز احترام به تفاوت‌های طرف مقابل است و مسیر توافق زوجین را هموار کرده و رضایت آن‌ها را فراهم می‌آورد.

اساساً تفاهم به این معنی است که وقتی طرف مقابل صحبت می‌کند، بتوان به دقت گوش داد. دیدگاه او را درک کرد و نسبت به آن همدلی نشان داد و به نحوی مؤثر این درک و همدلی را بیان کرد. درک کردن، لزوماً به معنای موافقت با نظرات طرف مقابل نیست؛ مثلاً چنانچه شوهری می‌خواهد همسر خود را درک کند، باید موقتاً اعتقادات خود و نمایش به قضاوت و ارزیابی دیدگاه‌های او را کنار بگذارد. سپس با علاقه و توجه واقعی گوش دهد تا بتواند به احساسات و دغدغه‌هایی که محرک سخنان همسرش است، پی ببرد. به جای آن که با عقاید و نظرات خود، مخصوصاً اگر مخالف نظرات همسرش باشد، جواب دهد، می‌تواند ابتدا اظهارنظر کوتاهی بکند که نشان دهد احساسات او و نیز اهمیتی را که موضوع مزبور برای او دارد، درک کرده است. تصدیق احساسات او به جای صرفاً پاسخ دادن به محتوای مکالمات، به نحوی چشم‌گیر به او کمک می‌کند که احساس نماید درک شده است.

چنانچه این شوهر، احساسات همسرش را به درستی فهمیده باشد و به طور مؤثری به وی منعکس کند، همسر او به ادامه صحبت تشویق می‌شود و سعی می‌کند احساسات عمیق و واقعی‌اش را بیش‌تر و عمیق‌تر بیان نماید؛ هم‌چنین احساس درک شدن به او کمک می‌کند که اشتباهاتش را دریابد در ضمن اطمینان داشته باشد که به خاطر این اشتباهات مورد قضاوت قرار نگرفته و سرزنش نخواهد شد.

به این ترتیب، حس درک شدن به فرد کمک می‌کند که حقایقی را در مورد خودش کشف کند که به رشد معنوی و تقویت احساسات مثبت او نسبت به فردی که او را در این جریان یاری کرده، کمک کند.

در ازدواج، چنانچه هر یک از طرفین این نوع گوش دادن فعال و درک کردن متقابل را در رابطه خود با دیگری تمرین کنند، هر دوی آنها از نظر معنوی رشد کرده و عشق و قدردانی ایشان نسبت به یکدیگر عمیق تر خواهد شد. حتی اگر طرف مقابل به طور مسلم در اشتباه است، همسرش باید با دقت به او گوش دهد و به او نشان دهد که صحبت هایش را گوش داده و درک می کند و نباید فوراً صحبت های او را نقض کرده و اشتباهاتش را گوشزد نماید. حضرت عبدالبهاء تبخّر خاصی در این روش گوش دادن داشتند و می فرمایند:

«هر چه طرف مقابل می گوید ولو هر قدر وهم و بی معنی باشد، باید اذعان نمود و خود و طرف مقابل را مشغول به دلیل اقامه نمودن ننمود که آخرش هم منجر به لجاج و عناد می شود، زیرا خود را متهور و مغلوب مشاهده می نماید و بر عنودتش می افزاید. باید ذکر نمود و صحیح است این قسم هم ملاحظه فرمایید صواب است یا خطا. البتّه به ادب و محبت و ملاحظت طرف مقابل گوش می دهد و به فکر جواب ساختن و دلیل پرداختن مشغول نمی شود و مطلب را اذعان می نماید و چون ملاحظه نمود که مقصود مجادله و غلبه نیست، مقصود القای کلمه حقّ و صدق است و اظهار انسانیت و رحمانیت؛ البتّه انصاف می کند و گوش و چشم و دل فطرت اصلیه اش باز می شود و به فضل الله خلق جدید و صاحب بصر جدید و سمع تازه می شود ...»

غصن اعظم هر صحبتی را چنان گوش می دهند که طرف مقابل می گوید از من می خواهد استفاضه نماید و خرده خرده از راهی که نمی داند او را مشعر و مدرک می نماید. (بهجت الضدور، طبع آلمان، ص ۲۲۲)

از آن جایی که بسیاری از احساسات منفی که در زندگی مشترک به وجود می آیند، ناشی از تحقیر یا کوچک شمردن عقاید یکی توسط دیگری است، اگر بتوانیم مانند حضرت عبدالبهاء عمل کنیم، اعم از آن که نظریه های همسرمان صحیح یا نادرست باشد، قادر خواهیم بود اتحاد خود را در زندگی مشترک عمیق تر کنیم.

### قابلیت اعتماد و مسئولیت پذیری

قابل اعتماد بودن به معنای صداقت و درستکاری است. به معنای عمل به وعده‌ها و ایفای مسئولیت‌هاست. شخص قابل اعتماد به آن‌چه که وعده داده، عمل می‌کند و سعی می‌کند به خوبی از عهده آن برآید، چه در خانواده، چه در تحصیلات، چه در کار و چه در خدمات. حضرت عبدالجباء می‌فرمایند:

«اگر چنان‌چه معاذالله یکی ذره‌ای خیانت کند و یا در امور موکوله خویش تهاون و سستی نماید و یا خود مقدار دیناری بر رعیت تعدی کند و یا آن‌که منفعت خصوصی خویش جوید و فواید شخصی طلبد، البته محروم از فیوضات حضرت پروردگار شود.» (امروخلق، ج ۳، ص ۲۸۷)

در ازدواج، قابل اعتماد بودن و مسئولیت‌پذیری، به این معنا است که هر یک از طرفین مشتاقانه بار مسئولیتی را که لازم است برای داشتن زندگی مشترک به دوش گیرند، بپذیرند. مشورت دوستانه و صریح کمک می‌کند که طرفین دقیقاً بدانند که چه مسئولیت‌هایی را بر عهده دارند. آثار بهائی نُه وضوح تأکید می‌نماید که:

«وظیفه تربیت و پرورش کودک بهائی ... مهم‌ترین مسئولیت مادر است. امتیاز منحصر به فرد مادر در حقیقت آن است که بهترین موقعیت را در خانه خود برای رفاه و پیشرفت مادی و معنوی طفل ایجاد نماید که در اجرای این مسئولیت مادر به حمایت همسرش نیازمند است.» (نامه مؤرخ ۱۳ نوامبر ۱۹۴۰ از جانب حضرت ولی‌ام‌الله خطاب به یکی از ارحماء)

اما این به معنای یک تقسیم‌بندی حتمی و منحصر به فرد کارها نیست. بیت‌العدل اعظم توضیح می‌فرماید:

«اگرچه مادر ازل مرتبی کودک است و بیش‌ترین تأثیر را در پیشرفت و رشد او دارد، اما پدر نیز مسئولیت تربیت فرزندان را به عهده دارد. این مسئولیت پدر بسیار سنگین بوده تا آن‌جا که حضرت بهاء‌الله فرموده‌اند که پدری که در انجام این مسئولیت قصور کند، حق پدری از او سلب می‌گردد. به همین شکل، اگرچه مسئولیت اصلی تأمین اقتصادی خانواده بر دوش پدر است؛ اما این مطلب به

هيچ عنوان به اين معنا نيست كه جا يگانه زن محدود به داخل خانه است، بلكه حضرت عبدالبهاء مي فرمايند: در اين ظهور، زنان در كنار مردان حركت مي كنند، آن ها در هيچ حركتي عقب نخواهند ماند. حقوق آن ها برابر است. آن ها در كلّيّه شعب اداري سياست وارد خواهند شد. آن ها به چنان مدارجی واصل خواهند شد كه بالاترين مقام عالم انساني محسوب خواهد شد و در جميع امور شركت خواهند كرد. (ترجمه)

مختصر آن كه، آثار بهائي نقش مادر را به عنوان اولين مرئي كودك تصريح کرده و بيان مي نمايد كه مادر براي آن كه بتواند به خوبي از عهده اين امر برآيد، به حمايت همسرش نيازمنند است. هم چنين در اين آثار بر مسؤليتي كه پدر در قبال تربيت فرزندان دارد تاكيد شده، علاوه بر اين، به حق و توانايي كه زن براي كار در خارج از منزل و ايفاي نقش در امور اجتماع دارد، اشاره کرده و بر تاثيرات مفيدی كه اين مسئله بر جامعه دارد، تاكيد مي نمايد. اين راهنمايي هاي گسترده، به هر زوجی اين امكان را مي دهد كه از طريق مشورت به توافقي در مورد تقسيم مسؤليت ها بر اساس شرايط خاص خود برسند. توافقي كه در آن هر دو طرف مساوي و برابر در نظر گرفته شده و نسبتاً زمان كاري برابر (شامل كارهاي بدون مزد مانند كارهاي خانه و مسؤليت هاي داوطلبانه) و اوقات آزاد برابري نيز داشته باشند.

مشورت، همان طور كه حضرت عبدالبهاء توضيح فرموده اند، عبارت است از گفتگوي مؤدبانه و خالصانه و صادقانه اي كه طی آن، بيان نظرات مختلف منجر به كشف حقيقت و رسيدن به يك توافق مي گردد. در مشورت، هر يك از زوجين مي توانند خواسته ها، احساسات، برنامه ها و نيازهايش را بيان کرده و همين مسائل را در مورد طرف مقابل شنيده و بررسي كند و تقسيم مسؤليت نمايند. براي جلوگیری از اختلافات ناشي از توقعات گوناگون، مشورت در مورد تقسيم مسؤليت ها بايد پيش از ازدواج صورت گيرد.

پس از ازدواج، زوجين بايد هر چند وقت يك بار تقسيم مسؤليت ها را مرور كنند تا در صورت نياز، تغييرات لازم را اعمال نمايند؛ در مواردی هم چون تولد فرزند، شغل جديد،

میل به ادامه تحصیل، انتخاب شدن برای مسئولیت‌های امری و یا تغییرات دیگر، تغییراتی که هر یک از طرفین ممکن است در مسئولیت‌های خود خواهان باشند.

مسئولیت‌پذیری و قابل اعتماد بودن، شامل بلوغ در اداره هزینه و درآمد نیز هست. شخص قابل اعتماد هرگز در مورد مسائل اقتصادی دروغ نمی‌گوید. چنان‌چه فردی به بلوغ فکری کافی رسیده باشد، در مورد مخارج زندگی، یک رویه متعادل در پیش می‌گیرد، نه فردی که ولخرج است و بدون در نظر گرفتن آینده پول خرج می‌کند و نه فردی که در مورد هر ریال از پولش حساسیت به خرج می‌دهد و از خرج کردن آن حثی برای مسائل ضروری امتناع می‌ورزد، هیچ‌کدام رویه‌ای مسئولیت‌پذیرانه نسبت به مسائل مالی ندارند.

اگر زوجین نمی‌خواهند که پول، همواره به موضوع ستیز و جز و بحث در زندگیشان تبدیل شود، باید هر دو برای رسیدن به یک تعادل اقتصادی تلاش نمایند. نیازها و نقطه نظرات یکدیگر را در نظر بگیرند و از مشورت برای هر مشکلی که پیش می‌آید استفاده کنند، نه آن‌که با متهم کردن یکدیگر مشکل را بدتر و بدتر نمایند. بی‌اعتمادی و بی‌مسئولیتی در زندگی، مشکلات جدی به بار می‌آورد. چنان‌چه یکی از زوجین غیر قابل اعتماد و بی‌مسئولیت باشد، طرف مقابل احساس می‌کند که همه بار زندگی مشترک بر دوش او قرار گرفته، به این ترتیب، ممکن است رنجش و بیگانگی بین زوجین پدید آید و چنان‌چه هر دو طرف مسئولیت‌پذیر نباشند، زندگی مشترک ممکن است در مدت کوتاهی از هم پاشیده شود.

## ادب و تواضع

صفت دیگری که حضرت بهاء‌الله تأکید بسیار بر آن نموده‌اند، ادب و تواضع است. ایشان می‌فرمایند:

«یا حزب‌الله، شما را به ادب و وصیت می‌نمایم و اوست در مقام اول سید اخلاق.  
طوبی از برای نفسی که به نور ادب منور...» (امر و خلق، ج ۳، ص ۵۳)

ادب واقعی، چیزی فراتر از صرف استفاده از عبارات مؤدبانه در موقعیت های اجتماعی است. اگرچه بدیهی است که شامل این هم می شود در صورتی که صادقانه بیان شود. ادب به معنای اهمیت دادن به احساسات دیگران در عمل و گفتار است. رعایت ادب اهمیت خاصی در خانواده دارد. جایی که معمولاً به آن اهمیت داده نمی شود، معمولاً افراد می گویند: «خانه من تنها جایی است که من می توانم خودم باشم و احساسات منفی ام را بروز دهم. خانواده ام ضعیف های مرا می شناسند و موظف اند مرا آن طور که هستم، بپذیرند. من مجبور نیستم سعی کنم با خانواده ام مؤدب باشم یا سایر صفاتی را که رعایت آن ها هنوز برایم دشوار است، داشته باشم.» در نتیجه این قبیل افراد برای تسلط بر عادات نامطلوب خویش و ملاحظه نیازهای دیگران در خانواده، ابداً به اندازه خارج از خانواده تلاش نمی کنند.

هم چنین در خانواده ممکن است به سادگی اعمال محبت آمیز و با ملاحظه دیگران امری عادی و مسلم فرض شود؛ مثلاً چنانچه خانمی همیشه در تایپ کردن گزارش های شوهرش به او کمک کند، معمولاً در مواقعی که همسرش از سرکار آمده و خسته است، بچه ها را به پارک ببرد، طرف مقابل غالباً پس از مدتی دیگر از او تشکر نکرده، این لطف او را امری عادی و مسلم تلقی می کند و حتی اگر یک بار خانم این کار را انجام ندهد، عصبانی می شود.

به دلیل چنین تمایلاتی، تلاش جدی برای رعایت ادب در منزل حایز اهمیت است. برای مثال، یک فرد مؤدب هنگامی که از خانه خارج می شود به اعضای خانواده می گوید که کجا می رود و تقریباً چه زمانی باز می گردد، برنامه ها و مشکلاتش را با سایر اعضای خانواده در میان می گذارد، در مورد تصمیماتی که بر زندگی سایرین هم مؤثر است با آن ها مشورت می کند و صادقانه می کوشد راه حل هایی را که برای همه قابل قبول باشد، بیابد. از احتیاجات، خواسته ها، علایق و حساسیت های سایر اعضای خانواده آگاه است و آن ها را مدنظر قرار می دهد، به طور هوشمندانه ای سعی در تحکیم وحدت و تفاهم خانواده می نماید. او هر از چندگاهی از سایر اعضای خانواده به خاطر زحماتشان تشکر و قدردانی می کند. این قدردانی می تواند بابت مسئولیت ها در کار، مدرسه، یا امور امریه یا به خاطر کمکی که به شما شده و یا کار مثبتی که انجام شده، تلاشی که در



جهت رسیدن به رشد فردی مبدول شده و یا به خاطر ابراز عشق و توجه و درک متقابل باشد. قدردانی همواره با ارزش است. این قدردانی محرک تلاش بیشتر بوده و عشق و اتحاد را در خانواده بیشتر می‌کند. حضرت عبدالبهاء توصیه می‌فرمایند:

«... جر خیر یکدیگر نبینند و جر نعت یکدیگر نشنوند و به جر مدح و ستایش یکدیگر کلمه‌ای بر لسان نرانند» (منتخباتی از مکاتیب، ج ۱، ص ۲۲۳)

تمام مسائلی که در مورد ادب و تواضع در خانواده عنوان شد، اهمّیت خاصّ و مضاعفی در روابط زن و شوهر دارد؛ چنانچه هر دوی آن‌ها ادب و تواضع واقعی را بر اساس اهمّیت و احترامی که نسبت به تلاش‌ها و احساسات فرد مقابل دارند، در حقّ یکدیگر مجرّی دارند، از بسیاری از اختلافات جزیی که معمولاً شعله عشق را فرو می‌نشانند جلوگیری می‌شود؛ حتّی به رشد و ترقّی شجر محبّت کمک کرده و آن را آبیاری می‌نماید.

### فروتنی

فروتنی، نقطه مقابل خودپرستی است که حضرت بهاء‌الله، خودپرستی را مدموم شمرده و مخزّب همه فضایل می‌دانند و می‌فرمایند:

«خودپرستی صفت غریبی و سبب معدوم شدن بسیاری از نفوس مهمّه عالم است. اگر نفسی حایز جمیع صفات مرضیه باشد؛ اما خودپرست باشد؛ کلّیه فضایل دیگر از بین برود و نهایتاً وضعیّت او وخیم‌تر گردد.» (ترجمه)

خودپسندی یا انانیت به معنای اغراق در اهمّیت دادن به خود است. فرد خودپسند بیشتر از آن‌چه که به دیگران می‌دهد، به آن‌چه که به دست می‌آورد، علاقمند است. او بهترین‌ها را برای خود می‌خواهد. او می‌خواهد مهمّ‌ترین باشد. او می‌خواهد فرمانده باشد. او از خود دفاع می‌کند و نمی‌خواهد مورد مخالفت قرار گیرد. نمی‌خواهد مشورت کند و یا احتیاجات و خواسته‌های دیگران را در نظر بگیرد. تمام این خصصت‌ها در زندگی مشترک ایجاد مشکل می‌کند.

ازدواج موفق بر اساس فروتنی و از خودگذشتگی است. پیوندی است که در آن زن و شوهر هر دو به یکدیگر کمک کرده و از هم کمک می‌گیرند. برای آن‌که ازدواجی با کامیابی همراه شود، هر یک از زوجین باید بیشتر به فکر خدمت کردن به دیگری باشد تا خدمت گرفتن از او. بیشتر به فکر این باشد که نقشی در خوشحال کردن طرف مقابل داشته باشد تا این‌که انتظار داشته باشد همسرش او را خوشحال کند. هر یک باید سعی کنند بیش از سهم خود همکاری نمایند. اگر هر دو طرف این‌طور فکر و عمل نمایند، هر دو آزادانه به یکدیگر کمک می‌کنند و در مقابل از یکدیگر کمک می‌گیرند. به این ترتیب، هر دو نسبت به یکدیگر احساس قدرشناسی داشته و زندگی‌شان ترقی و پیشرفت می‌کند. هر اندازه که هر یک از زوجین بتواند بر خودپسندی خود فایق آید و از خودگذشتگی را تمرین کند، لذت بیش‌تری در خدمت کردن به همسرش می‌یابد تا در خدمت گرفتن از او. این روح خدمت‌سور و اتحاد را در زندگی مشترک افزایش می‌دهد. حضرت شوقی افندی اشاره می‌فرماید:

«حذف تاّم و تمام نفس اماره سبب حصول کمال می‌شود. کمالی که هرگز انسان نمی‌تواند به طور کامل به آن واصل شود، اما می‌تواند و باید نفس اماره را به نحوی فرابنده مظهر نفس نورانی انسان ساخت. ترقی روحانی به این معنی است.»  
(ترجمه)

### بلوغ فکری در مواجهه با مشکلات

با وجود تلاش‌هایی که هر یک از زوجین برای ترقی صفات روحانی خود انجام می‌دهند، همواره مشکلات و مصایبی در زندگی مشترک به وجود می‌آید که زوجین باید با آن‌ها روبرو شوند. برخی از این مشکلات، ریشه در خود ازدواج دارد، چرا که همواره تفاوت‌هایی در نظرات، خواسته‌ها و عادت‌های طرفین وجود دارد و همین‌طور هر یک از طرفین نقص‌هایی دارند که ممکن است موجب رنجش یا ناسازگاری گردد. برخی دیگر از مشکلات ممکن است از خارج از زندگی مشترک نشئت بگیرد. در هر حال، زن و شوهر باید روی بهترین راه‌حل برای فایق آمدن بر مشکلاتشان توافق کنند. توانایی برخورد

صحیح در مواجهه با مشکلات اهمیّت بسیار زیادی در زندگی مشترک دارد. فردی که به بلوغ معنوی نرسیده، در مواجهه با مشکلات سعی می‌کند به جای آن‌که با آن روبرو شود و آن را حلّ نماید، از مشکل فرار کند. منتظر است که شخص دیگری آن را حلّ کند یا مشکل به خودی خود از سر راهش کنار رود. چنان‌چه مرتکب اشتباهی شده باشد، سعی می‌کند تقصیر را به گردن دیگری اندازد. اگر دیگری مرتکب اشتباه شده باشد، خطای او را بسیار بزرگ و با اهمیّت جلوه داده و برای بخشیدن این اشتباه به زمان زیادی نیاز دارد. به جای آن‌که برای یافتن راه حلّ مشکل تلاش کند، بر روی دلیل بروز مشکل تمرکز می‌کند و سعی می‌کند سایر افراد و شرایط محیط را در ایجاد مشکل مقصر بداند و تقصیرات خود را نادیده بگیرد. بالعکس، فردی که به بلوغ روحانی رسیده، سعی می‌کند در نهایت آرامش و اراده با مشکلات روبرو شود. او اشتباهاتی که ممکن است مرتکب شده باشد و نقشی که در بروز مشکل داشته تشخیص داده و می‌پذیرد و اشتباهات دیگران را نیز پذیرفته و می‌بخشد. او خود را درگیر صحبت در باره این‌که چه کسی مشکل را به وجود آورده نمی‌کند و انرژی خود را برای دفاع از خود به هدر نمی‌دهد، بلکه بر روی یافتن یک راه حلّ مناسب تمرکز می‌کند. دعا کرده و از خداوند طلب راهنمایی می‌کند. تفکر می‌کند. با دیگران مشورت می‌کند؛ سپس مشناقانه در انجام کارهایی که برای حلّ مشکل لازم است، همکاری می‌نماید.

در ازدواجی که طرفین آن به بلوغ فکری و روحانی نرسیده‌اند، مشکلات اجتناب‌ناپذیر زندگی به سرعت منجر به ناسازگاری می‌گردد، در حالی‌که در مورد زوج‌هایی که به این بلوغ رسیده‌اند، اگر چه مشکلات ممکن است دردناک باشد، اما مقابله با آن و همکاری برای جستجوی یک راه حلّ مناسب وسیله مهمی در جهت ترقی روحانی هر دو است.

### محبت الله

تمام صفاتی که تا این‌جا ذکر شد: صداقت، درک متقابل، مسئولیت‌پذیری، قابل اعتماد بودن، ادب و تواضع، از خودگذشتگی و برخورد صحیح با مشکلات، همگی در ساختن یک زندگی مشترک قوی و موفق و جلوگیری از وقوع مشکلاتی که بسیاری از روابط به آن

دچار می‌شوند، مؤثر است. در واقع، این صفات هم برای کسانی که به خدا ایمان ندارند و هم آن‌هایی که از صمیم قلب به خداوند معتقدند مفید و کارآمد است.

این صفات عوامل بیگانگی بین زوجین را کاهش داده و احساس عشق میان آن‌ها را افزایش می‌دهد.

اما خصوصیت دیگری که از همه این‌ها مهم‌تر بوده و اساس عشق عمیق و سرور و سعادت است که همگان آرزوی آن را دارند، محبت‌الله است. هنگامی که زوجین تمام صفات روحانی خود را در عشق به خداوند بنیان می‌نهند به مراتب بیش از زوج‌هایی که فاقد محبت‌الله هستند از مسرت و محبت نصیب می‌برند.

هرچه این عشق به خداوند، در زوجین قوی‌تر باشد، سعادت آن‌ها و محبت ایشان نسبت به یکدیگر بیشتر می‌گردد. حضرت عبدالبهاء رابطه بین عشق به خداوند و عشق انسان را توضیح می‌فرماید:

«محبت حقیقی جز با توجه به خداوند و انجذاب به جمال او مستحیل و محال» (ترجمه) وقتی که حاصل گردد، «هر یک از آن‌ها انعکاس جمال ابهی را در نفس دیگر مشاهده نمایند و با کشف این وجه تشابه با محبت تمام مجذوب یکدیگر شوند، این محبت سبب توافق حقیقی گردد و اساس وحدت واقعی است» (ترجمه)

عشق به خداوند عمیق‌ترین و والاترین احساسی است که فرد می‌تواند تجربه کند. فردی که چنین عشقی را در دل دارد، هنگامی که همین عشق الهی را در قلب فرد دیگری منعکس می‌بیند به سوی آن فرد جذب می‌شود. این عشق و کشش معنوی می‌تواند به راحتی بین هر دو نفری که عشق الهی را در دل دارند، صرف‌نظر از سن و جنسیت و عوامل دیگر پدید آید. هنگامی که زن و شوهر عشق عمیق به خداوند را با هم سهیم می‌شوند، این عشق و کشش معنوی بر عشق انسانی آن‌ها نیز می‌افزاید و عشق آن‌ها را فراوان‌تر می‌کند و آن‌ها را از بزرگ‌ترین عشق و سعادت که می‌توان در زندگی مشترک تجربه کرد لبریز می‌کند. حضرت عبدالبهاء می‌فرماید: «محبت‌الله موجب مسرت لایتناهی گردد».

هم‌چنین تأکید می‌فرمایند:

«مسرت روحانی، ابدی و عمیق است. این نوع مسرت با محبت الهی در فرد ایجاد شود و به خود اجازه می‌دهد به فضایل و کمالات عالم انسانی نایل گردد.»  
(ترجمه)

عشق به خداوند، روح را سرشار از سرور می‌کند و باعث ترقی صفات روحانی می‌شود که نقش مهمی در زندگی مشترک دارد، و هر یک از زوجین را قادر می‌سازد که حتی در زمانی که صفات و خصوصیات منفی طرفین بروز پیدا می‌کند با محبت و بردباری بیشتر با یکدیگر رفتار کنند. در چنین شرایطی فردی که عشق الهی را در دل دارد سعی می‌کند همسرش را از دید خداوند بنگرد و همانند حضرت عبدالبهاء عمل نماید و مجرای برای عشق خداوند به همسرش باشد. هر اندازه در این امر موفق‌تر گردد بیشتر قادر خواهد بود خود را از احساسات و خواسته‌های خود جدا کرده به احساسات همسرش نزدیک‌تر شده او را درک کند. سپس می‌تواند به گونه‌ای عمل کند که به نفع هر دو طرف باشد. به جای آن که مانند یک زندانی، اسیر عکس‌العمل‌های غیر ارادی خود باشد، این آزادی را به خود می‌دهد که مسیر عملکردش را مشخص کند.

به طور خلاصه، محبت متقابل به خداوند در زوجین نه تنها منبعی پایان‌ناپذیر از سرور و انجذاب و عشق میان آن‌ها به وجود می‌آورد، بلکه محرکی قوی برای ترقی، تحکیم و تقویت صفات مرضیه خواهد بود که در سعادت و اتحاد زوجین نقش بسزایی دارند. اگرچه عشق به خداوند را نمی‌توان اندازه‌گیری کرد؛ اما آثارش را می‌توان در این جهان دید. معمولاً فردی که عشق عمیق به خداوند را در دل دارد، وجد و سرور و اشتیاق معنوی در او دیده می‌شود. عادات و سبک زندگی‌ش منعکس کننده عشقش به خداوند و اشتیاقش به قربیت الهی است.

عادت او به خواندن دعا و مطالعه و تعمق در آثار مقدسه، کیفیت و کمیت خدماتی که در راه خدا انجام می‌دهد، کمکی که به اطرافیان می‌نماید، اطاعت او از اوامر دینی و خصوصیات روحانی که از طریق این اطاعت در خود می‌پرورد، محبتی که نسبت به همه انسان‌ها دارد، تمام این‌ها در کنار هم گویای عشق واقعی او به خداوند است.

## آشنایی با شخصیت یکدیگر

یک ازدواج موفق، بستگی به میزان ترقی روحانی طرفین دارد. ما می‌توانیم با تلاش در جهت پیشرفت صفات روحانی خود برای ازدواج آماده شویم. هم‌چنین باید قادر باشیم عقیده‌ای نسبتاً عینی و عملی در مورد میزان رشد روحانی فردی که ممکن است با او ازدواج کنیم داشته باشیم. برای این کار، لازم است بیاموزیم که چگونه ارتباطی را ایجاد کنیم که منتج به شناختن عمیق فرد مقابل گردد، حضرت عبداله‌بهاء راهنمایی می‌فرمایند:

«... ولی باید نهایت دقت بنمایند و بر اخلاق همدیگر واقف شوند و عهد وثیق ارتباط ابدی حاصل شود.» (منتخبانی از مکاتیب، ج ۱، ص ۱۱۵)

متأسفانه، امروزه بسیاری از ازدواج‌ها بر اساس یک شناخت دو طرفه غیر واقعی و توهمی فریبنده آغاز می‌شود. توهمی که به سرعت زیر فشار زندگی روزمره درهم می‌شکند. یک رابطه سطحی توأم با خواسته‌های شخصی و احساس علاقه، باعث ایجاد ذهنیت و تصویری آرمانی از شخصیت فرد مقابل می‌شود. ذهنیتی که با شروع زندگی مشترک، که به هنجاری عادی تبدیل می‌شود درهم می‌شکند. حال چطور می‌توانیم از این تصورات ذهنی فراتر رفته و پیش از آن‌که برای ازدواج با او تصمیم‌گیری کنیم، با واقعیت شخصیت طرف مقابل آشنا شویم؟

آشنایی از طریق یک دوستی ساده به جای یک رابطه خاص عاشقانه

همه ما می‌دانیم که انگیزه‌های جنسی ما تا چه حد می‌توانند قوی باشند، هنگامی که به فردی احساس علاقه داریم، طبیعی است که مایلیم این علاقه را به صورت جسمی و

فیزیکی ابراز نماییم شاید ابتدا با درآغوش گرفتن، یک بوسه، گرفتن دست او و نزدیکی یکدیگر نشستن ... به هر حال اگر این ابراز علاقه ابتدایی و جسمی تکرار و تشدید شود و نقش برجسته تری در رابطه ایفا کند، می تواند به نیرویی تبدیل شود که طرفین را از لحاظ احساسی به یکدیگر گرفتار کرده و باعث می شود که نتوانند بی طرفانه و منصفانه خصوصیات و صفات یکدیگر را بررسی نمایند.

برای آن که بهتر تاثیر این دلبستگی احساسی را بفهمیم، نمونه برخی از تفاوت های بین رابطه دوستانه را با رابطه زوج هایی که رابطه «عاشقانه» و تماس فراینده جسمی دارند، بررسی می نماییم.

در میان دوستان، فرد می کوشد شخصیت حقیقی اش را داشته باشد، سعی نمی کند ضعف هایش را بپوشاند و تظاهر به برخورداری از فضیلت هایی کند که حقیقتاً هنوز دارا نیست و او غالباً رفتاری طبیعی دارد چرا که سعی نمی کند کسی را تحت تاثیر قرار دهد یا ترس گسیخته شدن رابطه ای را ندارد. خوب یا بد، او مطمئن است که همان طوری که هست، پذیرفته می شود، بنا بر این، احساس آزادی و راحتی می کند و سعی می کند خودش باشد بدون این که از عواقبش ترسی داشته باشد. در روابط دوستانه جزو بحث ها، اختلاف نظر ها و اصطکاک های جزئی منجر به عکس العمل های شدید نمی گردد. دوستان ممکن است مدتی از هم جدا شوند و سپس روابطشان را از نو شروع کنند بدون این که مشکلی احساسی پیش آید. در دوستی ها، حس خودخواهی یا وابستگی احساسی بر رابطه غالب نیست، بنا بر این دوستان می توانند صادقانه خودشان باشند و در نتیجه یکدیگر را همان طور که هستند بشناسند.

اما در روابط عاشقانه، شرایط متفاوت است. از آن جایی که رابطه ای خاص و انحصاری در میان است، ترس از دست دادن این رابطه نیز وجود دارد. هم چنین حس صمیمیت ناشی از رابطه عاشقانه و رابطه جسمی باعث می شود که شخص بیش تر سعی کند طرف مقابل را خشنود نماید و بکوشد او را راضی نگه دارد.

این دو عامل، یعنی تمایل به خشنود کردن دیگری و ترس از گسیخته شدن رابطه باعث می‌شود که فرد رفتار نرمال و طبیعی خود را نداشته باشد.

به طور کلی، هر یک از طرفین تلاش می‌کند دیگری را راضی و خشنود کرده، بهترین صفات و توانایی‌هایش را بروز دهد و خصایص منفی‌اش را کنترل و حتی مخفی نماید. هم‌چنین سعی می‌کند نقایص و ضعف‌های طرف مقابل را نادیده گرفته یا توجیه نماید و بر صفات خوب او تأکید نماید، مخصوصاً اگر اطرافیان نظر موافقی نسبت به این رابطه نداشته باشند. این مسائل، مسلماً مانع شناخت واقعی طرفین می‌گردد.

علاوه بر این‌ها، از آن‌جایی که در این نوع رابطه، سرمایه‌گذاری احساسی صورت گرفته، چنان‌چه اختلافی پیش آید، زوجین آسیب عاطفی می‌بینند. اگر زوج تصمیم به جدایی بگیرد، معمولاً حداقل یکی از طرفین ضربه روحی سختی را تجربه خواهد کرد. بنا بر این ممکن است فرد حساس یا وابسته ترجیح دهد یک رابطه نه چندان خوشایند را ادامه دهد تا این‌که ضربه جدایی را متحمل شود. و با وجود عشق و علاقه شدیدی که بین آن‌ها ابراز می‌شده، زوج‌هایی که از هم جدا می‌شوند، به ندرت قادرند دوستان معمولی خوبی برای یکدیگر باشند.

معمولاً ماهیت احساسی رابطه باعث می‌شود که پس از جدایی احساسات قوی عاشقانه تبدیل به احساسات منفی بی‌تفاوتی، خیانت و بیگانگی شود. به طور خلاصه، میزان وابستگی احساسی و روابط جسمی که معمولاً در روابط خاص عاشقانه وجود دارد شرایطی را ایجاد می‌کند که در آن احساسات، مانع رسیدن به شناختی واقعی و بی‌طرفانه می‌گردد. بنا بر این، چنان‌چه به هر دلیلی، مثلاً به دلیل شرایط سنتی، اقتصادی و یا دلایل دیگر، موضوع ازدواج در میان نباشد، عاقلانه‌تر این است که از این نوع روابط خاص عاشقانه دوری شود. اما رابطه دوستانه نزدیک که در آن فرد بتواند تجربه آشنایی با اشخاص مختلف را داشته باشد، کمک بیشتری به آمادگی فرد برای ازدواج می‌کند.



### کارکردن در کنار یکدیگر

کارکردن در کنار یکدیگر مخصوصاً کار در شرایط دشوار یکی از بهترین راه‌ها برای شناخت یکدیگر است.

بسیار خوب است که با یکدیگر تفریح کنید، هیچ اشکالی در سینما رفتن، مهمانی یا پیک‌نیک رفتن یا قدم‌زدن و صحبت کردن با یکدیگر نیست به شرطی که بیش‌تر زمانی را که با هم هستید، صرف این کارها نکنید. از آنجایی که این فعالیت‌ها تفریحی بوده و جنبه تفریحی دارند، عملاً نمی‌توانند فرصت کافی برای شناخت صفات روحانی یکدیگر ایجاد نمایند. هم‌چنین، در چنین فعالیت‌هایی موقعیت و شرایط دشوار و پیچیده‌ای پیش نمی‌آید تا نقاط ضعف و قوت طرفین محک زده شود و در این شرایط، همه قادرند خود را به بهترین شکل جلوه دهند. علاوه بر این، تفریحات باعث افزایش احساس صمیمیت و تماس جسمی می‌شود که همان‌طور که توضیح دادیم، راه مناسبی برای شناخت طرفین نیست.

برعکس، کارکردن در کنار یکدیگر به هر فردی این فرصت را می‌دهد که دیگری را در عمل ببیند. کار در خانه، در مدرسه، در محل کار و یا در خدمات امری، در این شرایط توانایی‌ها به چالش کشیده می‌شود و صفات و ویژگی‌ها و اشتباهاتمان نمایان می‌گردد. حضرت عبدالبهاء می‌فرماید:

«در آسایش، امن و امان، صحت، موفقیت و مسرت، هر نفسی تواند مسرور و محبوب باشد؛ اما اگر نفسی بتواند در شداید و بلا و احاطه امراض و رزایا مسرور و راضی باشد، دلیل بر شرافت و علو طبع است.» (ترجمه)

### شناخت یکدیگر در شرایط مختلف و در کنار افراد متفاوت

حتی اگر شما رابطه خاصّ دوستانه با فرد خاصی دارید، عاقلانه‌تر است که مقداری از وقتی را که با هم می‌گذرانید، با حضور و همراهی سایرین باشد. به این ترتیب، شما

موقعیت‌های صمیمیت را که منجر به افزایش روابط جسمی می‌شود، کاهش می‌دهید و توانایی فرد مقابل را در برخورد با افراد و موقعیت‌های مختلف مشاهده می‌کنید. این امر به شما کمک می‌کند که بیش‌تر با شخصیت او آشنا شوید. مشاهده رفتار او با بقیه، شما را از علایق و صفات او و طریق برخوردش با کسانی که رابطه خاص با آن‌ها ندارد، آگاه می‌سازد.

علاوه بر این، به این طریق راحت‌تر می‌توانید از ضعف‌ها و نقایص او (مانند دروغ‌گویی، که مخاطب او شخص ثالث است و نه خود شما) آگاه شوید.

آشنا شدن با دوستان فرد مقابل و تلاش برای پی بردن به نقاط اشتراکی که با یکدیگر دارند نیز نقش مهمی در شناخت او دارد. دوستان، معمولاً ارزش‌های مشترک دارند. بنا بر این، اگر شما ویژگی‌ای را در دوست او نمی‌بینید که فکر می‌کنید در خود او می‌بینید، ممکن است این بدین معنا باشد که او را به خوبی نشناخته‌اید یا این‌که در مورد او تصویری ایده‌آل و غیر واقعی دارید.

تا آن‌جا که می‌توانید با فرد مورد نظر، در فعالیت‌های مختلف شرکت کنید چرا که بعضاً افراد در برخی جمع‌ها و فعالیت‌ها تظاهر به داشتن صفاتی می‌کنند که در سایر موقعیت‌ها و شرایط، آن ویژگی را دارا نیستند. به طور خلاصه، هر اندازه بیشتر بتوانید با طرف مقابل در فعالیت‌های مختلف در کنار انسان‌های مختلف شرکت کنید، فرصت بیشتری برای شناخت وجوه مختلف شخصیت طرف مقابل و آگاهی از خصایص خوب و بد او خواهید داشت.

### هنگامی که تصمیم به ازدواج دارید

زمانی که مسئله ازدواج برایتان مطرح است و شما نسبت به فرد خاصی احساس علاقه می‌کنید، نکات دیگری وجود دارد که باید در نظر بگیرید.

تجربه حاصله از شناخت شخصیت دوستان طرف مقابل کمک ارزشمندی است.

کاهش ابراز احساسات به صورت جسمی، کارکردن با یکدیگر، در کنار هم بودن به همراه افراد مختلف و در موقعیت‌های مختلف بسیار مهم هستند. اما به همین محدود نمی‌شود؛ زیرا این خود دو نفر هستند که باید تصمیم بگیرند که آیا می‌توانند زندگی‌های متفاوت خود را با هم هماهنگ کنند و چگونه می‌خواهند این کار را انجام دهند. هم‌چنین باید سعی کنند به‌همند و مطمئن شوند که آیا این حس پایدار خواهد بود.

احساس عشق و کشش نسبت به یک فرد، ممکن است بر اثر عوامل مختلف به وجود آید. عواملی هم‌چون تحسین صفات روحانی، وابستگی احساسی یا ذهنی و فکری، وجود علایق و سلاطین مشترک، نزدیکی جسمی، نیاز به محبت، شباهت جسمی یا روحی طرف مقابل به والدین شخص یا سایر عزیزانش و بسیاری عوامل دیگر. هنگامی که چند مورد از این عوامل در ایجاد علاقه نقش داشته باشد، حس علاقه و عشق، قوی‌تر خواهد بود. در هر حال چنان‌چه قرار است این احساس پایدار و ابدی باشد، باید علاقه نسبت به صفات روحانی و ویژگی‌های معنوی و وابستگی حسی و ذهنی، بیکر اصلی عشق را تشکیل دهد و بقیه عوامل نیز در صورت وجود، عشق را تشدید می‌نماید.

هنگامی که در فردی صفات روحانی را می‌بینید که در نظر شما قابل تحسین است، به سادگی ممکن است به او جذب و علاقمند شوید و هنگامی که این فرد نه تنها این صفات روحانی را داراست، بلکه صفات روحانی بالقوه شما را نیز می‌بیند و باور دارد و به شما در پرورش این صفات کمک می‌کند، این عشق شدت می‌یابد.

در هر حال، عشق در ازدواج باید دو جانبه باشد. این کافی نیست که شریک شما، شما را دوست داشته و به رشد معنوی شما کمک کند و شما فقط به این عشق پاسخ دهید. شما هم باید قادر باشید که استعداد بالقوه او را کشف کنید و در پرورش این استعدادات به وی کمک کنید.

در چنین شرایطی، عشق شما دو جانبه خواهد بود و وسیله‌ای برای تقویت زندگی روحانی هر دو طرف خواهد شد، این یکی از اهداف اصلی ازدواج است که در آثار بهائی بسیار بر آن تأکید شده.

حضرت عبدالبهاء می‌فرماید: «قربیت عبارت از مشابهت است» در زندگی مشترک به مرور زمان و بر اثر رابطه و تعامل پایدار روزمره، حالات و عادات و ویژگی‌های طرفین به یکدیگر شباهت پیدا می‌کند. آیا دوست دارید که به شریک زندگی خود شبیه باشید؟ تنها از یک جهت یا جمیع جهات؟ چنانچه شریک شما از جهات مختلف برای شما الگوی معنوی مطلوبی است که دوست دارید مانند او شوید و اگر همراهی با او به شما در ترقی معنویتان کمک می‌کند، بنا بر این احتمالاً عشق شما به وی پایدار خواهد بود. اگر او هم در مورد شما همین‌طور فکر می‌کند، بنا بر این ازدواج شما قوی‌ترین پایه ممکن را برای ابدی بودن داراست؛ اما از طرف دیگر، اگر عشق شما یک جانبه باشد، مشکلاتی به مرور پیش خواهد آمد که در نهایت باعث نارضایتی دو طرف می‌گردد.

مشورت جدی در مورد فعالیت‌ها، اهداف و برنامه‌های مهم زندگی هر یک از طرفین از اهمیت حیاتی برخوردار است.

آیا خانم، قصد کار کردن در خارج از خانه را دارد؟ هر کدام از زوجین چند فرزند می‌خواهند؟ چه زمانی می‌خواهند اولین فرزند را داشته باشند؟ آیا خدمت به امرالله برای یکی از زوجین بیش از دیگری حایز اهمیت است؟ امنیت اقتصادی برای هر یک چقدر اهمیت دارد؟ در مورد خرج و پس‌انداز، هر یک از زوجین چه نظرانی دارند؟ در مورد تحصیل چگونه فکر می‌کنند؟ (هم در مورد ادامه تحصیل خودشان و هم در مورد تحصیل فرزندان)، هر یک انتظار دارند در ازدواج چه چیزهایی به دست آورند؟ چه چیزهایی می‌توانند در ازدواج به دیگری بدهند؟ هر یک در مواقع ناراحتی و عصبانیت چه عکس‌العملی نشان می‌دهند؟ طرف مقابل چگونه با این مسئله برخورد می‌کند؟ هر یک از طرفین چه تلاش‌هایی برای عادت به عفت و عصمت انجام می‌دهند؟ در باره اطاعت از اوامر دینی چگونه از عهده امتحانات زندگی برمی‌آیند؟ برای حل مشکلات چه می‌کنند؟

۱. توضیح مترجم: این عبارت در متن فارسی خطابه وجود ندارد و مترجم هیکل مبارک افزوده است. نگاه کنید به جلد دهم خطابات مبارکه، ص ۹۴.

مشورت در مورد این سوالات و یا مسائل دیگری که برای طرفین حائز اهمیت است، به زوجین کمک می‌کند که مشکلات احتمالی آینده را پیش‌بینی کنند و تصمیم بگیرند که آیا واقعاً مایلند با یکدیگر ازدواج کنند؟ اما این مشورت و آگاهی از عقاید یکدیگر فقط از طریق صحبت کردن کافی نیست، کار کردن با طرف مقابل و توجه به عمل و عکس‌العمل‌های او این آگاهی را به ما می‌دهد که آیا اعمالش واقعاً مطابق گفتارش هست یا خیر. در حال حاضر چقدر به امرالله خدمت می‌کند؟ در مواجهه با مشکلات چه عکس‌العملی از خود نشان می‌دهد؟ پول‌هایش را صرف چه چیزهایی می‌نماید؟ در زندگی روزانه‌اش تا چه حد صداقت، اعتماد، از خودگذشتگی، ادب و عشق به خداوند به چشم می‌خورد؟ چنانچه اختلاف جدی بین گفتار و اعمالش وجود دارد این حاکی از آن است که به حد کافی نسبت به خود شناخت ندارد و به شما هشدار می‌دهد که در مورد ازدواج با او باید پیش‌تر تفکر کنید. حضرت بهاءالله می‌فرماید:

رأس الايمان هو الثقل في القول والتكثير في العمل و من كان اقواله ازید من اعماله فاعلموا عدمه خیر من وجوه و فئانه احسن من بقائه (ادعیه محبوب، طبع طهران، ص ۴۳)

به زندگی خانوادگی طرف مقابل توجه کنید. معمولاً همه ما به طور ناخودآگاه والدین خود را به عنوان الگویی برای زندگی مشترک خود قرار می‌دهیم و یک تصور قاطع از نقش خودمان و نقش طرف مقابلمان بر اساس آن‌چه والدین ما انجام داده‌اند در ذهنمان ایجاد می‌کنیم و سپس زمانی که همسرمان بر خلاف تصور ما عمل می‌کند، متعجب و ناراحت می‌شویم.

شناخت و آشنایی با والدین یکدیگر و صحبت با طرف مقابل در مورد والدینش، قبل از ازدواج، باعث می‌شود که از این قبیل ناسازگاری‌ها جلوگیری شود. این کار را با صحبت در مورد آرمان‌ها و تصوراتی که هر یک از طرفین در مورد مسائل مهم زندگی بر اساس رفتار والدینشان در ذهن خود دارند، شروع کنید.

مسائلی هم چون مسئولیت‌های زن، مسئولیت‌های شوهر، تربیت فرزندان، اقتصاد و خانواده، طریقه حل مشکلات خانوادگی، زوجین می‌توانند نظرات خود را بیان نمایند. این

به زوجین کمک می‌کند که از اختلاف نظراتشان آگاه شوند و سپس می‌توانند راه حلی را که مورد قبول هر دو طرف است، برگزینند. علاوه بر این، با این کار عادت مشورت را بین خود تقویت می‌کنند، عادتی که از اهمیت بسیار زیادی در زندگی زناشویی برخوردار است.

در موارد ازدواج دوّم، صحبت کردن با همسر آینده‌تان در مورد مسائلی که با همسر قبلی‌اش داشته، مفید است؛ چرا که این مسائل می‌تواند شما را از امیدها و انتظاراتی که او از شما خواهد داشت، آگاه سازد. اگر ازدواج قبلی به طلاق منجر شده، خوب است که مشکلات اساسی، ویژگی‌های شخصیتی و عکس‌العمل‌هایی را که منجر به طلاق شده، کشف کنید و بفهمید که طرف مقابلتان از زندگی گذشته‌اش چه تجربه‌هایی آموخته.

یک دلیل دیگر برای شناخت شریک زندگیتان در قالب خانواده این است که، برخی افراد در داخل خانه یک شخصیت دارند و خارج از خانه شخصیتی دیگر ممکن است فرد، رفتاری را که امروز در خانواده فعلی‌اش بروز می‌دهد، پس از ازدواج در زندگی مشترکش نیز از خود نشان دهد. هر اندازه که فرد صفاتی همچون ادب، صداقت، تحسین، عشق، اعتماد و از خودگذشتگی و درستکاری در خانواده‌ای که اکنون با آن‌ها زندگی می‌کند نشان می‌دهد، احتمالاً در آینده این صفات را به همان میزان در زندگی مشترک با همسرش نشان خواهد داد.

در نهایت، بسیار مهم است که یک حدّ متوسط میان ایده‌آل و واقعیت بیابیم. هر اندازه صفات روحانی هر یک از طرفین بیش‌تر باشد، ازدواج موفق‌تر خواهد بود. در هر حال هیچ‌کس کامل نیست و هیچ زندگی مشترکی همیشه شاد و مسرور نخواهد بود، بلکه زندگی مشترک ایده‌آل، زندگی است که در آن زوجین هر روز ترقی بیش‌تری در خدمت به خداوند و تلاش مضاعفی برای شناخت بیش‌تر و پذیرش یکدیگر نمایند.

این رشد و ترقی، گاهی سخت و دشوار است؛ اما چنان‌چه هر یک از طرفین سعی در پیشرفت مداوم صفات روحانی خود نمایند و دیگری را درک کرده و او را در رشد روحانی‌اش حمایت نمایند، ارزش سختی کار را دارد.

## پرورش صفات روحانی

هنگامی که در انتظار یافتن شریک زندگی‌تان هستید، (شریکی که هم شخصیت و زندگی شما را کامل می‌کند و هم خودش به درجه‌ای از شخصیت و ترقی روحانی رسیده است)، بهترین راه کسب آمادگی برای ازدواج، پرورش و ارتقای صفات روحانی و عشق به خداوند در خودتان است. در واقع، چه پیش از ازدواج و چه پس از ازدواج، تنها کسی که می‌توانید تغییرش دهید و اصلاحش کنید؛ خودتان هستید؛ بنا بر این هر اندازه زودتر عادت به پرورش و ترقی روحانی را در خود ایجاد کنید و هر اندازه بیشتر در این زمینه تلاش و فداکاری نمایید؛ بیشتر قادر خواهید بود که از این ترقی و سعادت در موفقیت زندگی مشترکتان بهره بگیرید.

فردی که به درجاتی از کمال معنوی نایل شده، مایل است با فردی ازدواج کند که او هم صفات و ویژگی‌های روحانی را دارا باشد. به علاوه، طبعاً او به سمت کسانی که این صفات روحانی را دارند؛ جذب شده و تمایلی به کسانی که پیشرفت و ترقی معنوی ننموده‌اند؛ ندارد؛ بنا بر این بهترین راه برای جذب فردی که دارای صفات روحانی است این است که این صفات را در خودتان پرورش دهید.

ترقی واقعی روحانی، مسلماً شما را به فردی جذاب‌تر تبدیل می‌کند و شما نه تنها کسانی را که با شما در یک سطح روحانی هستند، جذب می‌کنید؛ بلکه ممکن است حتی کسانی را که در این سطح معنوی نیستند، جذب خود نمایید. چنانچه روابط خود را به دوستان نزدیکتان محدود کرده، تلاش کنید که هر یک را به طور جداگانه و بی‌طرفانه بررسی نمایید، می‌توانید با صفات و ویژگی‌های هر یک از آن‌ها بیشتر آشنا شده و در نتیجه، انتخاب عاقلانه‌تری نمایید. خودداری از روابط عاشقانه نابهنگام و ناپخته، از جمله تجربیات جنسی، شما را از گرفتار شدن به ازدواج با کسی که نمی‌تواند به ترقی

روحانی شما کمک کند و ممکن است شما را درگیر امتحانات زیادی در زندگی نماید، محافظت می‌کند.

### فرایند ترقی روحانی

ترقی روحانی با تمایل و اشتیاق رسیدن به آن شروع می‌شود. چنان‌چه شما با تمام قلب و روح خود، خواهان معنویت باشید، این تمایل و اشتیاق شما مانند مغناطیس عمل کرده و تأییدات الهی را جذب می‌نماید. هم‌چنین، این اشتیاق شما را ترغیب و تشویق می‌کند که تلاش‌های گسترده‌تری در زمینه به کارگیری صفات روحانی در زندگی خود بنمایید. دعا، تعمق و تفکر، خدمت به امرالله، اتحاد با احباء، مبارزه روحانی با طینت نفسانی و تلاش برای برخورداری از حیات بهائی، همگی ابزاری برای این رشد و ارتقای روحانی هستند. اشتیاق شما را برای پیشرفت روحانی هر چه بیشتر و سلوک در سبیل الهی افزایش می‌دهد. حضرت بهاءالله می‌فرماید:

«اولین قدم، ایجاد طلب روحانیت در قلب است و بعد دارا شدن حیات بهائی و سلوک در سبیل الهی، حیات بهائی، حیات بهائی، حیات بهائی. طریقه به دست آوردن این عطش، تفکر و تعمق در باره حیات جاودانی یعنی دار عقبی است. کتب مقدسه و کلمات انبیاء را بخوانید و تحصیل کنید و تفکری مخصوص در آیات حضرت بهاءالله نمایید. دعا و تفکر، این دو عامل مهم را فراموش ننمایید. خیلی وقت صرفاً این دو کار ننمایید. البته رفته‌رفته آن عطش و طلب در قلب شما جاگیر خواهد شد و فقط پس از تحصیل این کیفیت است که می‌توانید دارای زندگانی بهائی گردید.»

### دعا

خواندن ادعیه و مناجات حتی اگر در ابتدا صرفاً جهت رفع تکلیف انجام شود، اما رفته‌رفته باعث افزایش تمایل فرد به تلاوت هر چه بیشتر دعا و مناجات می‌گردد. حضرت بهاءالله بیان می‌فرماید:



«... و من یقرء آیات الله فی بیته وحده لینشر نجاتها ملائكة الناشرات الی کلّ الجهات و ینقلب بما کلّ نفس سلیم ولو یشعر فی نفسه ولكن ینظر علیه الفضل فی یوم من الايام.» (مانده اسمانی، ج ۴، ص ۴۵)

حضرت عبدالبهاء می فرماید:

«انظری عندّ مناجاتک الی الله و تلاوتک کیف ینتز قلبک و یترنح روحک من روح محبّة الله و منجذب فؤادک الی ملکوت الله فیهدہ الانجذابات تزداد السعة و الاستعداد. و اذا اتسع الاناء زاد الماء و اذا زاد العطش عذب فی ذوق الانسان فیض الغمام. هدا سّر المناجاة و حکمة طلب الحاجات.» (بهاء الله و عصر جدید، ص ۱۰۸)

برای شروع، مهم است که با عادت به تکرار روزانه ۹۵ بار ذکر «الله ایهی» و یکی از نمازهای سه گانه حضرت بهاء الله آغاز کنیم؛ چرا که اینها احکامی هستند که انجام آنها بر هر فرد بهائی واجب است. متدرجاً تمایل شما به دعا افزایش می یابد و فواید آن را تجربه می کنید. ممکن است بخواهید روزانه، زمان و مکان خاصی را به این کار اختصاص دهید و هر روز در زمان مشخص بدون عوامل حواس پرتی و مزاحمت با خدای خود گفتگو کنید.

### تعمق در آثار بهائی

حضرت بهاء الله می فرماید:

«... اغتمسوا فی بحر بیانی لعلّ تظلمعون بما فیہ لنالی الحکمة و الاسرار.» (کتاب مستطاب اقدس، بند ۱۸۲)

یکی از راه هایی که می توانید خود را در آثار حضرت بهاء الله غوطه ور سازید، تفکر هرچه عمیق تر بر روی این آثار است. حضرت عبدالبهاء توضیح می فرماید:

«قوة تعقل و تفکر به منایه مرآت است؛ اگر در مقابل اشیاء زمینی قرار دهید، اشیاء زمینی را منعکس سازد... اما اگر مرآت روح را به سوی ملکوت متوجه سازید ...

اشعه شمس حقیقت در قلوب شما متجلی گردد و فضایل ملکوت حاصل شود. (ترجمه خطابه مبارک موزع ۱۲ ژانویه ۱۹۱۳، لندن؛ ص ۱۷۶ Paris Talks)

حضرت بهاء الله به ما توصیه می فرمایند که آثارشان را هر شب و روز بخوانیم. تعالیم بهائی حاوی هیچ روش خاصی برای چگونگی تفکر بر آثار نیست، آنچه مهم است، این است که بر روی یک کلمه یا یک عبارت یا یک جمله از آثار تفکر کرده و در مورد معنی و مفهوم آن عمیق شویم.

حفظ کردن آثار حضرت بهاء الله و حضرت عبدالبهاء و حضرت اعلی در کنار دعا و تفکر بر آن، باعث تقویت عشق انسان به خداوند می گردد. هنگامی که ادعیه و آثار حفظ می شوند و بارها از حفظ تکرار می گردند، در وجود انسان، درونی نهادینه می شوند و به صورت یک ابراز طبیعی عشق به خداوند و یک یادآوری و تلذکر همیشگی در مورد نحوه زندگی در می آید. حضرت اعلی می فرمایند:

«... هر صدی که کلمات او را حفظ نماید، خداوند مملو فرماید او را از محبت خود.» (منتخبات آیات از آثار حضرت نقطه اولی، ص ۶۹)

شرکت در حلقه های مطالعاتی که اساس آن ها مطالعه و حفظ آثار می باشد نیز راه عملی مناسب دیگری است برای مطالعه و تعمق فرد در کلام الهی.

### خدمت

اگر فردی زیاد بخورد اما ورزش نکند، ضعیف شده و به راحتی مریض می شود. به همین شکل، ما پس از تغذیه روحانی خود از طریق دعا و تعمق در آثار، باید آن را از طریق تبلیغ امر الهی و خدمت به دیگران به جامعه ارائه دهیم تا بتوانیم از سلامتی روحانی کامل برخوردار گردیم. حضرت شوقی افندی ولی امر بهائی می فرمایند:

«هیچ امری به اندازه خدمت به امرالله موقتیت در بر ندارد. خدمت، مغناطیس تأییدات الهیه است. در این صورت، وقتی شخص فعال باشد، روح القدس او را تأیید می کند.» (نمونه حیات بهائی، ص ۴۵)

تبلیغ امرالله به صورت کلامی و عملی، بزرگ‌ترین خدمتی است که می‌توانیم به هم‌نوعان ارائه دهیم، چرا که به این طریق، آن‌ها را با هدف از خلقشان آشنا می‌کنیم. علاوه بر این، تبلیغ وسیله جذب تأییدات الهی نیز هست. حضرت عبدالبهاء می‌فرمایند:

«اعظم موهبت الهی، تبلیغ است و سبب تأیید و اول تکلیف ماست؛ چگونه از این موهبت بازمانیم؟» (ایام تسعه، ص ۴۸۳)

هم‌چنین می‌فرمایند:

«بساط تبلیغ باید در جمیع احیان ممدود گردد، زیرا تأیید الهی موکول بر آن. اگر نفسی به جان و دل در نهایت همت کمر بر تبلیغ امرالله نبندد، البته از تأیید ملکوت ابهی محروم ماند.» (مانده آسمانی، ج ۵، ص ۷۷)

خدمت به خداوند شامل خدمت عاشقانه و از صمیم قلب به هم‌نوعان نیز هست؛ حضرت عبدالبهاء می‌فرمایند:

«آیا مایلی به خدا خدمت کنی؟ باید به خلق خدا خدمت کنی، چه در آنان صورت و مثال الهی را می‌یابی.» (درگه دوست، فصل ششم)

توجه و اهمّیت به احساسات و احتیاجات دیگران و تمایل مشتاقانه به کمک و خدمت، نشانه‌های فردی هستند که در مسیر ترقی روحانی قدم گذارده است. حضرت عبدالبهاء تأکید می‌فرمایند:

«خدمت به عالم انسانی اساس و مبنای کل وجود است.» (ترجمه)

هم‌چنین می‌فرمایند:

«واجبای الهی باید ... همیشه به این فکر باشند که خیری به نفسی رسانند و محبت و رعایتی و موذت و اعانتی به نفسی نمایند.» (مانده آسمانی، ج ۵، ص ۲۷۳)

۱. این عبارت در متن فارسی خطابه مبارکه ۱۲ اکتبر ۱۹۱۲ وجود ندارد. اصل عبارت «این قرن، قرن خدمت به عالم انسانی است» می‌باشد. نگاه کنید به خطابات مبارکه، ج ۲، ص ۳۱۷-م

### معاشرت با ابرار

اگرچه ما می‌توانیم به همه بشر خدمت کنیم؛ اما افرادی که آن‌ها را برای بیان احساسات، امیدها و آرمان‌هایمان انتخاب می‌کنیم، دوستان مخصوص ما هستند که تأثیر خاصی بر طرز تفکر و رفتار ما و در نتیجه بر ترقی روحانی ما دارند. حضرت بهاء‌الله بر تأثیری که دوستان می‌توانند داشته باشند تأکید نموده، می‌فرماید:

های پسر من، صحبت اشرار غم بیفزاید و مصاحبت ابرار رنگ دل برداید. من اراد  
ان یأس مع الله فلیانس مع احبائه و من اراد ان یسمع کلام الله فلیسمع کلمات  
اصفیائه. (کلمات مکتوبه فارسی، فقرة ۵۶)

فرد بهائی که با علاقه دعا می‌خواند، آثار امری را مطالعه کرده و بر روی آن‌ها تفکر و تعمق نموده و حفظ می‌نماید و سعی می‌کند آن‌ها را در زندگی به کار بندد، عاشقانه و به طور دایم خدمت می‌کند و سعی می‌کند بر ضعف‌هایش چیره شود، چنین فردی می‌تواند تأثیر شگرفی بر دوستانش داشته باشد. این فرد، نمونه زنده‌ای است که به ما ثابت می‌کند که می‌توان به درجات بالاتر روحانی نیز دست یافت و زیبایی زندگی او، امید ما را برای ادامه تلاش قوی‌تر می‌سازد. هر اندازه بیش‌تر به چنین فردی نزدیک شویم و هر اندازه آزادانه‌تر و صادقانه‌تر امیدها، دغدغه‌ها و علائقمان را با او در میان گذاریم، تأثیر او بر ما بیش‌تر خواهد بود.

### مبارزه با نفس در جهت ترقی روحانی

حضرت شوقی افندی به طور واضح و صریحی، الگوی متمایزی که بهائیان باید در زندگی از خود ارائه دهند به تصویر می‌کشد. ترجمه این بیان در پیام مارس ۱۹۹۷ (۱۵۴ بدیع) معهد اعلی درج شده است:

«ایاران برگزیده ... باید نظر به پستی محیط خود و دنوا اخلاق و سوء رفتار نفوس در  
حول خود نمایند و راضی به امتیاز و تفوق نسبی نگردند؛ بلکه باید نظر را به اوج  
مرتفع نمایند و نقطه نظرگاه را تعالیم و نصایح قلم اعلی قرار دهند. آن وقت معلوم

شود که هنوز از برای کُل در وادی سلوک مراحل عدیده باقی مانده و طوین مسافتات نکرده به سرمنزل مقصود که نخلق به اخلاق و شیم الهیّه است، هنوز وارد نگشته ایم.»

هنگامی که فردی صادقانه برای پرورش فضایل در زندگیش تلاش می‌کند، سریعاً به نقاط ضعف و قوتش پی می‌برد، معمولاً ابتدا نمی‌تواند آن‌طور که باید این فضایل را به طور کامل در زندگیش ارائه دهد. نفس فرد سعی در ترغیب او برای ادامه عادات مضرت می‌نماید. در این زمان، فرد باید شروع به مبارزه با نفس خود در جهت ترقی روحانی نماید. حضرت بهاء‌الله می‌فرماید:

«ان تحب نفسی فاعرض عن نفسک وان ترد رضایی فاعمض عن رضائک لتکون فی فانیاً واکون فیک باقیاً.» (کلمات مکتونه عربی، لفره ۷)

در این مبارزه میان نفس برتر و نفس پست‌تر خویش، فرد پی می‌برد که حقیقتاً چقدر ضعیف است و چقدر نیازمند تشبث به ذیل غمیص (قمیص) عزّ بهاء‌الله می‌باشد چرا که متوسل شدن به کلام الهی و طلب کمک از او تجلی و بیان عمیق و پر معنایی از تمایل فرد به تقلیب روحانی می‌باشد. چرا که در نهایت فقط رحمت خداوند قادر است چنین تقلیب روحانی را در عمق وجود ما ایجاد نماید. تقلیبی که ما را به خلق جدید تبدیل می‌نماید.

تمایل شدید ما به این تقلیب روحانی که با دعا، تعمق و تفکر، خدمت، مبارزه با نفس و تأثیر دوستان معنوی شعله‌اش فزون‌تر گشته، روح ما را برای این تجربه آماده می‌کند. هنگامی که این اتفاق می‌افتد، شک ما به یقین تبدیل می‌گردد و فرد مؤمن خود را «صاحب چشم جدید و گوش بدیع و قلب و فؤاد تازه می‌بیند.» (کتاب مستطاب ابقان، ص ۱۵۱)

اگر چه جریان ترقی روحانی دایم و پایان‌ناپذیر است، اما هر گامی که در این مسیر برداریم تأثیر مستقیمی بر ازدواج ما و بر اتحاد و سعادت که در زندگی مشترکمان خواهیم داشت، دارد.

### داستان تأثیر و نتیجه دعا

تام و سوسال‌ها با هم در خدمت به امرالله همکاری می‌کردند، بعدها هر کدام به کشور جداگانه‌ای رفتند. زمانی رسید که هر کدام به این فکر افتادند که زمان آن رسیده که برای ترقی روحانی و خدمت به امرالله اقدام به ازدواج کنند. هر یک به طور جداگانه شروع به دعا و مناجات کردند و از خدا خواستند که آن‌ها را به سوی فردی که برای ازدواجشان مناسب است، هدایت نماید، اگر خواست خدا چنین است. یک روز حین دعا ناگهان به ذهن سو رسید: «چرا فکر می‌کنم نام کسی است که باید با او ازدواج کنم؟» سپس قسمتی را به دعایش اضافه کرد: «ای خدا، اگر تو می‌خواهی که من با تام ازدواج کنم، کاری کن که او نیز این را بفهمد.»

مدتی بعد در ماه صیام این فکر به ذهن تام رسید: «البته فکر می‌کنم باید با سو ازدواج کنم» و نامه‌ای به عنوان تقاضای ازدواج برای سو نوشت.

### دعا برای طلب هدایت

بسیاری از افراد، تمایل به ازدواج دارند و احساس می‌کنند که به بلوغ معنوی لازم برای ازدواج رسیده‌اند، اما شخصی را که عمیقاً به سویش کشش داشته باشند و دارای صفات روحانی لازم برای یک ازدواج مناسب باشد، نیافته‌اند. در این مورد، وقتی که قصد ازدواج حقیقتاً قوی است، دعا بسیار مفید می‌باشد. باید خالصانه تمام خواسته‌های قلبی را با خداوند در میان گذاشت و از او طلب کمک و هدایت کرد. هر اندازه و با هر میزان اشتیاق که می‌خواهید، دعا کنید؛ اما یاد بگیرید که به پاسخ خداوند اعتماد کنید. او ما

را بیش از خودمان می‌شناسد و عمیقاً دوستانه دارد. پاسخ او اعم از آن که مثبت یا منفی باشد، یا امر به صبر و بردباری نماید، مطمئناً مصلحت ماست. در این ضمن به دعا و مناجات ادامه دهید و بر روی ترقی روحانی تمرکز کنید.

اگر به جای آن که طالب اجرای اراده الهی باشیم و مشتاقانه آن را بپذیریم، نفس ما بر آورده شدن خواسته خود ما اصرار ورزد، شاید خداوند خواسته ما را بپذیرد، اما بعدها ممکن است بفهمیم که نتیجه آن چقدر تلخ بوده. دقیقاً مانند کودکی که با اصرار از پدرش می‌خواهد که اجازه دهد طعم دارویی بسیار تلخ را بچشد؛ چرا که فکر می‌کند آن داروی تلخ، شکلات است، هنگامی که به خواسته‌اش برسد با تأسف به اشتباهش پی می‌برد. حضرت بهاء‌الله می‌فرماید:

«یا ابن الزوج لا تطلب متیماً لانحبه لنفسک ثم ارض بما فضا لوجهک لا انما  
ینفعک هذا ان تکن به راضیاً» (کلمات مکتونه عربی، فراز ۱۸)

در داستان واقعی صفحه قبل، دعا باعث هدایت دو فرد در دو کشور مختلف به سوی ازدواج با یکدیگر شد. دعا برای طلب هدایت در مواردی که شما احساس کشش و علاقه شدید نسبت به یک فرد می‌کنید، اما در مورد ازدواج با او مطمئن نیستید نیز توصیه می‌شود. در این مورد باید با نهایت انقطاع دعا کرده و خالصانه خواست خدا را جستجو کنید. به خاطر داشته باشید که یک ازدواج واقعاً مناسب، ازدواجی است که به نفع همه افرادی که در آن نقش دارند و هم‌چنین به نفع امرالله باشند.

از خدا بخواهید که شما را به سوی آنچه که اراده‌اش است، هدایت نماید سپس تا زمانی که اطمینان کامل در قلبتان ایجاد نشده، اقدام به تصمیم‌گیری نهایی نکنید. هم‌چنین، صحبت در مورد شک‌ها و تردیدهایتان با فرد فهیم و دانایی که دارای ارزش‌های معنوی باشد و بداند که چگونه به صحبت‌های شما گوش دهد؛ اما سعی نکند برای شما تصمیم‌گیری کند نیز بسیار مفید خواهد بود. صحبت در مورد این مسئله به شما کمک می‌کند که احساساتتان برای خودتان روشن‌تر شود و اساس علاقه‌تان نسبت به آن فرد را بفهمید و نقاط ضعف و قوت رابطه خود را بشناسید و دریابید که آیا این اساس می‌تواند یک پایه قابل اعتماد برای ازدواجی موفق باشد.

## عفت و عصمت

تمام تلاش‌هایی که در زمینه آمادگی برای یک ازدواج موفق نموده‌اید، در صورتی بسیار مفید و مؤثر خواهد بود که در کنارش تصمیمی قاطع برای متصف شدن به یک صفت بسیار مهم به نام عفت بگیرید و تلاش خالصانه‌ای در این راه نمایید. حضرت شوقی افندی رابطه میان عفت و ازدواج را توضیح می‌فرماید:

«نظر بهائیان درباره روابط جنسی این است که باید عفت و عصمت شدیداً هم در زن و هم در مرد رعایت شود. نه تنها به این دلیل که از نظر اخلاقی بسیار مقبول است؛ بلکه به سبب آن که این روش تنها راه برای زندگی زناشویی شاد و موفقیت‌آمیز است. روابط جنسی به هر شکل که باشد، بدون ازدواج مجاز نیست.» (انوار هدایت، شماره ۱۱۵۷)

روحیه خانم، همسر حضرت شوقی افندی، توضیح می‌فرماید که عفت و عصمت چیست و چگونه در سعادت زندگی مشترک ایفای نقش می‌نماید:

«پاکدامنی، به معنای حفظ قوای جنسی کماب‌ترین گوهر اخلاقی در جهان امروز است. پاکدامنی، طبیعتاً بسیار عمیق و قادر به اعطای زیبایی به زندگیتان است اگر بجا به شریکتان، همدستان، کسی که در خانه، فرزندان و همه شادی‌ها و بارهای غم زندگی شریکتان خواهد شد، ابراز شود. نجابت، پاک‌معنوی ازدواج و انسانیت ضروری حاصل از آن، با پاکدامنی از جانب مرد و زن قبل از ازدواجشان هزار مرتبه بالاتر افزایش می‌یابد و شانس آنها در داشتن ازدواج موفق نیز خیلی بیشتر است؛ زیرا آن وقت دیگر از همه جهات در زندگی جدیدی که قصد آن را کرده‌اند؛ با هم شریک خواهند بود. مقایسه‌ای در کار نخواهد بود. امیال بیش از حد تأکید شده، از جانب این یا آن که ممکن است ایجاد مانع کند، تقویت نشده است و بالاتر از همه، روابط جنسی را در جای مناسب خودش قرار خواهند داد. جایی که به جای سرکوب کردن احساس طبیعی (هم‌چنان که در حال حاضر به



مقدار قابل ملاحظه‌ای نشان داده شده) فرد، عمل طبیعی خود را در به چرخش درآوردن زندگی و همراهی با نظام طبیعت و سلامت ناشی از آن انجام می‌دهد. (دستورالعمل زندگی، ص ۸۱)

کف نفس که لازمه عفت است، به تقویت قوه اراده کمک می‌کند، در نتیجه نقش مهمی در ترقی صفات روحانی ما دارد؛ چرا که ترقی روحانی، منوط به تصمیمی است که فرد برای اطاعت از احکام خداوند می‌گیرد و بستگی به اعمال قدرت اراده و غلبه صفات روحانی بر ویژگی‌های مادی فرد دارد. دکتر الکسیس کرل، محقق مشهور پزشکی و برنده جایزه نوبل، بر این نتیجه حاصله از عفت و عصمت تأکید می‌نماید:

«قبل از ازدواج، عفت و پاکدامنی، پسندیده‌ترین سجایای انسانی محسوب و حصول عفت، موکول بر آن است که شخص در سنین ازلتیه زندگی، کسب کمالات اخلاقی نماید و این عفت مظهر عالی نظم و انضباط در امور شخصی است. احتراز و خودداری از مباشرت به امور جنسی در طی دوره جوانی از لحاظ تأمین سعادت زندگی و بیش از هرگونه سعی و کوشش اخلاق و جسمانی مؤثر و مفید خواهد بود.» (هدیه ازدواج، ص ۲۵)

بالعکس فعالیت‌های جنسی در دوران جوانی مانع پیشرفت شخصیتی کلی فرد می‌گردد و تمایل و انرژی که فرد می‌تواند مستقیماً صرف ترقی اجتماعی، احساسی و ذهنی کند را به خود مصروف می‌دارد. حضرت شوقی افندی می‌فرماید:

«... خارج از محدوده نکاح و روابط همسری، هیچ‌گونه کاربردی سالم و صحیح برای غریزه جنسی، قابل تصور نیست. ضروری است جوانان بهائی، از یک جهت درس کنترل و کف نفس را که اگر مورد توجه و عمل واقع بشود، بدون تردید و به‌طور کلی تأثیر بسزا در اصلاح رفتار و تکمیل شخصیت آنان خواهد داشت، آموخته و از جهت دیگر، هدایت و دلالت و حتی تشویق و ترغیب شوند، مادامی که هنوز در بجهت جوانی و صاحب قوای کامل‌تر جسمانی هستند، ازدواج نمایند.» (انوار هدایت، شماره ۱۳۲۰)

نهایتاً، عفت و عصمت باعث پیشبرد روابط دوستی عمیق و نزدیک با افراد مختلف، چه مرد و چه زن می‌گردد؛ بیت‌العدل اعظم می‌فرماید:

«عفت و عصمت به هیچ‌وجه دال بر قطع روابط انسانی نیست؛ بلکه نفوس انسانی را از سیطره فراگیری دایمی روابط جنسی رهایی می‌بخشد. شخصی که بتواند کف نفس نموده، محرک‌های جنسی خود را تحت تسلط خود درآورد، قادر خواهد بود روابط دوستانه عمیق و مستمر با بسیاری از نفوس، اعم از رجال و نساء برقرار نماید، بی‌این‌که آن پیوند بی‌مثیل و عدیل را که سبب اتحاد مرد و همسراو می‌شود، ملوث سازد» (ترجمه - مکتوب ۸ مه ۱۹۷۹ بیت‌العدل اعظم به یکی از احبباء؛ مندرج در جلد اول *Compilation of Compilations*، ص ۵۱)

یادگیری، ایجاد روابط نزدیک بر اثر تعاملات روحانی، ذهنی و احساسی، درحالی‌که ابراز احساسات فیزیکی و نزدیک تحت کنترل باشد، به انسان کمک می‌کند که صفات و ویژگی‌هایی را که برای یک رابطه نزدیک و عمیق و ابدی در ازدواج لازم است در خود بپرورد.

ازدواج سعادت‌مند، کف نفس، اراده قوی، ترقی اخلاق و شخصیت و توانایی برقراری رابطه دوستانه نزدیک بر اساس تعاملات روحانی، ذهنی و احساسی همه و همه منوط به رعایت عفت است؛ به همین دلیل حضرت ولی‌ام‌الله می‌فرماید:

«طهارت و تقدیس باید اخذ مسلم و میران مکمل رفتار و اطوار باران در روابط اجتماعی آنان با اعضای داخل جامعه هم‌چنین در تماس و ارتباطشان با عالم خارج باشد» (ظهور عدل الهی، ص ۶۲)

زندگی بر اساس این استانداردها در جامعه امروز کار ساده‌ای نیست. تمایلات شخصی و نقاط ضعف ما در کنار جامعه مدرن امروز با جهت‌گیری افراطی نسبت به مسائل جنسی، گفتار و رفتار دوستان و بزرگ‌ترها، همگی ما را به سوی تجربیات جنسی سوق می‌دهد. بنا بر این، باید تلاش مضاعفی برای ارائه عفت و عصمت در زندگیمان نماییم.

باید علت وجود چنین حکمی را درک کرده و عواقب سرپیچی از آن را بدانیم و تصمیمی جدی در مورد رفتار و سلوکمان اخذ نماییم.

### عشق و رابطه جنسی

تمایلات جنسی، یکی از قوی‌ترین تمایلات وجود انسانی است. یکی دیگر از امیال اساسی، میل به عشق و مهربانی است. این دو تمایل، بسیار به هم نزدیکند چرا که در ازدواج، روابط جنسی از ابزار بسیار قوی ابراز عشق و محبت دو جانبه محسوب می‌گردد، اما باید دقت کنیم که عشق را با رابطه جنسی اشتباه نگیریم. عشق واقعی از بسیاری راه‌های غیرجنسی نیز ابراز می‌گردد. برای مثال، با علاقه خالصانه‌ای که فرد نسبت به نظرات، مشکلات و ایده‌آل‌های طرف مقابل نشان می‌دهد، با حمایتی که از رشد شخصیتی روحانی دیگری می‌نماید، یا با لذتی که از همکاری و خدمت با یکدیگر می‌برند.

طبیعی است که در یک رابطه عاشقانه و محبت‌آمیز میان یک زن و یک مرد، احساسات جنسی طرفین نسبت به یکدیگر افزایش می‌یابد. در چنین شرایطی، آن‌ها مایلند که احساس خود را به صورت جسمی ابراز دارند، مخصوصاً زمانی که با یکدیگر تنها هستند؛ این جریان معمولاً به مرور زمان پیش‌تر می‌رود. از گرفتن دست یکدیگر، تا درآغوش گرفتن، تا بوسیدن، نوازش کردن و سایر راه‌های شخصی ابراز عشق که امیال جنسی را بیش‌تر و بیش‌تر بر می‌انگیزد. نتیجه نهایی این صمیمیت‌های فزاینده جنسی، معمولاً روابط نامشروع پیش از ازدواج و یا تصمیم به ازدواج بدون در نظر گرفتن صفات روحانی فرد، که تنها اساس مطمئن ازدواج سعادت‌مند است، خواهد بود.

هنگامی که فردی را دوست داشته و نسبت به او احساس کشش جنسی دارید، می‌توانید با جلوگیری از گذراندن اوقات تنهایی، بدون حضور دیگران در کنار یکدیگر، وسوسه‌ها را به حداقل برسانید، به‌خاطر داشته باشید که ابراز انگیزه‌های جنسی، هر اندازه هم که قوی باشد قابل کنترل است. آن در آغوش کشیدن‌ها، بوسیدن‌ها، و حتی رابطه جنسی

دلیل و نشانه عشق نیست. بالعکس ممکن است که هیچ ارتباطی با عشق واقعی نداشته باشد. گاهی این ابراز عشق جسمی باعث نادیده گرفته شدن اختلافات فکری، فرهنگی می‌گردد.

رابطه فیزیکی باعث افزایش ابراز رفتارهای عاشقانه در رابطه جنسی می‌شود و این به علت احساس صمیمیتی است که در ابتدا در رابطه جنسی با فرد جدید به وجود می‌آید. این مسئله ذهنیت غلطی در مورد چگونگی رابطه پس از ازدواج در فرد ایجاد می‌کند.

ابراز عشق و علاقه به صورت غیرفیزیکی و غیرجسمی، نشانه واقعی‌تری از عشق عمیق فرد نسبت به دیگری است؛ چرا که عشق چیزی فراتر از کشش جسمی و احساسی است. عشق واقعی به این معناست که آن‌چه را که واقعاً برای طرف مقابل خوب است آرزو مند باشیم و هر آن‌چه در توان داریم برای حمایت از رشد روحانی، ذهنی و احساسی او انجام دهیم تا در پرورش استعدادات و توانایی‌های نهفته‌اش کمک کنیم. عشق واقعی به این معناست که عقاید، آرزوها، غصه و مشکلاتمان را آزادانه با او در میان گذاریم. عشق واقعی به معنای فدا کردن مشتاقانه آرزوها و عقاید و رفاه شخصی برای آن‌چه که به نفع هر دو طرف است، می‌باشد. به معنای این است که دیگری را به عنوان وجودی معنوی ببینیم و از او برای ترقی روحانیش حمایت کنیم. به معنای اعتماد به یکدیگر، درک خالصانه و کمک و همراهی دو جانبه است. به معنای یک همراهی همیشگی است. عشق فقط یک کشش سطحی نیست؛ بلکه شامل از خودگذشتگی و همراهی ابدی است.

اگر چنین عشق عمیقی بر اساس شناخت دو طرفه و پذیرش صفات معنوی و ضعف‌های طرف مقابل به همراه کشش جسمی بین دو نفر ایجاد شود، زوجین باید برای تصمیم به ازدواج اقدام نمایند. چنین زوجی نمی‌خواهند از حکم خداوند سرپیچی کرده و با تسلیم شدن در برابر تمایلات جسمی ترقی روحانی خود را به تعویق اندازند. بنا بر این تا زمانی که بتوانند ازدواج کنند، بهترین راه اثبات عشق و اهمیت واقعی آن‌ها برای سعادت ابدی یکدیگر، احترام متقابلی است که برای یکدیگر قایل می‌شوند. برعکس باور

و عملکرد جامعه رو به انحطاط امروزی که در آن رابطه جنسی خارج از ازدواج یکی از بهترین راه‌های ممکن برای ابراز عشق واقعی است.

### تفاوت میان عشق و کشش جسمی

این روزها، معمولاً عشق و رابطه جنسی با یکدیگر اشتباه گرفته می‌شوند؛ حضرت عبدالبهاء می‌فرمایند:

«امروز، دو نفس را آشکارا در کمال مودت و رفاقت مشاهده می‌کنید و روز بعد ممکن است وضعیت به کلی تغییر کرده باشد. دیروز، هر دو آماده بودند جان فدای یکدیگر نمایند؛ اما امروز از معاشرت با یکدیگر احتراز دارند. این عشق نیست، این عبارت از تسلیم قلب به حوادث و اتفاقات حیات است. وقتی علت و موجد این (عشق) معدوم شود، عشق مبرور نیز از میان برود؛ این عشق حقیقی نه.» (ترجمه)

هنگامی که این نوع کشش بین زوجین به وجود می‌آید، آن‌ها احساس می‌کنند که از نظر جسمی به سوی یکدیگر جذب می‌شوند هر چند که معمولاً امیال جسمی خود را در قالب کلمات و احساسات عاشقانه پنهان می‌کنند چنین زوجینی نه به آن چه که حقیقتاً برای طرف مقابل خوب است می‌اندیشند و نه به ترقی و رشد روحانی دو طرف و نه به سعادت آینده زندگی مشترک در این میان، هیچ تعهد عمیق و مسئولانه‌ای وجود ندارد. در این رابطه، هر کدام از طرفین به سادگی به خود اجازه می‌دهد که بر اساس امیال و احساساتش و بر اساس کششی که نام آن را عشق گذارده و بر اساس میلی که به بیان این عشق دارد، عمل نماید و این‌طور می‌انگارد که با ابراز احساسات به این شکل، حس خشنودی و سعادت را به طرف مقابل می‌دهد؛ چرا که رضایت جنسی را با سعادت و خشنودی یکسان می‌پندارد. آن‌ها قادر نیستند که تفاوت عمیق میان لذت زودگذر و سعادت ابدی را تشخیص دهند.

دو فردی که این نوع رابطه را با یکدیگر دارند؛ چنانچه تصمیم به ازدواج بگیرند، این کشش و رابطه جنسی بوده که آن‌ها را تحریک به این ازدواج کرده است و معمولاً این تصمیم بر اساس اطمینان محکم از وجود صفات روحانی لازم برای ازدواج در طرفین نیست. حتی اگر تلاش کنند که با صفات روحانی یکدیگر آشنا شوند؛ چیرگی رابطه جنسی، این شناخت بی‌طرفانه را غیر ممکن می‌سازد و با حداقل آن را سخت می‌نماید. آن‌ها معمولاً پس از ازدواج به علت نبود شناخت دو طرفه و عدم آگاهی روحانی با امتحانات شدید مواجه می‌شوند.

#### فرزندان ناخواسته

علاوه بر این‌ها، چنانچه احتیاط کافی در روابط جنسی خارج از ازدواج صورت نگیرد، ممکن است منجر به وجود فرزندان ناخواسته شود. کودکی که در قالب زندگی زناشویی متولد می‌شود، معمولاً به عمیق‌تر شدن پیوند و عشق والدینش کمک می‌کند؛ اما خارج از حیطه ازدواج برخورد مادر و نیز پدر نسبت به خبر بارداری حداقل در ابتدا عبارت از احساس نگرانی است و آن را نمی‌پذیرند و بعدها چنین فرزندی به آسیب‌های روانی مبتلا می‌شود که منشاء آن در این است که فرزند ناخواسته بوده است. معمولاً از همان لحظه تشکیل نطفه، کودک از محبت، عشق، درک، حمایت و دعای والدین بهره‌مند می‌گردد و این باعث ایجاد فضای گرم و امن و عاشقانه که نقش مهمی در ترقی روحانی، اخلاقی، احساسی و ذهنی کودک دارد، می‌شود. به طور خلاصه، کودکان در خانه‌ای با والدینی که عاشق یکدیگر، عاشق خداوند و عاشق فرزندانشان هستند و سعی می‌کنند فضایی عاشقانه و روحانی در خانه ایجاد کنند، به بهترین نحو پیشرفت می‌کنند.

حضرت شوقی افندی تأکید می‌فرمایند کسی که خارج از ازدواج رابطه جنسی دارد در پیشگاه حق مسئول است. حال مسئولیت فردی که فرزندی را خارج از چارچوب ازدواج به وجود می‌آورد در پیشگاه حق چقدر سنگین‌تر خواهد بود.

فرزند ناخواسته‌ای که در شرایطی فاقد عشق و تعهد دو طرفه زندگی می‌کند، از مشکلات زیادی رنج می‌برد. رنجی که هر یک از والدین مسئول آن هستند. چنانچه این زوج در مورد این موضوع قبل از این که غیرمسئولانه تسلیم غرایز خود شوند، تفکر کنند، از فکر کردن به ارتکاب چنین عملی که می‌تواند عذاب‌های بسیاری را برای انسانی دیگر که فرزند خود آن‌هاست به بار آورد، شرمسار می‌شوند.

حل کردن مشکل فرزند ناخواسته به وسیله سقط جنین از لحاظ روحانی بیش‌تر سراوار سرزنش است. حضرت بهاء‌الله صراحتاً توضیح می‌فرمایند که از همان ابتدای تشکیل نطفه، روح به جسم تعلق می‌گیرد. سقط جنین حتی در اولین مراحل بارداری سلب حیات از یک انسان محسوب می‌گردد؛ بیت‌العدل اعظم مؤکداً اظهار می‌فرمایند:

«سقط جنین صرفاً به منظور جلوگیری از تولد یک کودک ناخواسته، در امرالله به شدت نهی می‌شود.» در عین حال توضیح می‌دهند: «ممکن است که استثنائاتی وجود داشته باشد که به علل طبی سقط جنین مجاز باشد.» (انوار هدایت، شماره

۱۱۵۴)

حتی تصمیم به ازدواج به خاطر فرزند هم راه‌حل مناسبی نیست؛ چرا که این بدین معناست که اگر به خاطر فرزند نبود، والدین تصمیم به ازدواج نمی‌گرفتند و این که اساس ازدواج آن‌ها علاقه به صفات معنوی یکدیگر و همراهی برای تلاش جهت رشد روحانی یکدیگر از طریق ازدواج نیست. بالعکس، در واقع این که زوجین تسلیم امیال جسمی خود شده و پیش از ازدواج رابطه جنسی داشته‌اند، نشانه عدم بلوغ معنوی آن‌هاست. در آینده نیز چنانچه در زندگی مشترک سعادتمند نباشند، که معمولاً هم نیستند، ممکن است یکی از والدین یا هر دوی آن‌ها، کودک را مقصر بدانند و مستقیم یا غیرمستقیم به او این حس را القا می‌کنند که اگر به خاطر تو نبود، من با پدر یا مادر تو ازدواج نمی‌کردم و از مشکلاتی که هم‌اکنون دارم؛ رنج نمی‌بردم.

## نیاز به تصمیم‌گیری

اگر خالصانه خواهان اطاعت از احکام خداوند و خواهان ترقی روحانی و ابقای نقش در سعادت آینده زندگی مشترک هستید، باید عفت و پاکدامنی را در زندگی رعایت کنید. برای این کار، ابتدا باید تصمیم بگیرید که در لحظات امتحانات و وسوسه‌هایی که مطمئناً با آن‌ها روبرو خواهید شد، چطور و چگونه برخورد خواهید نمود. از آنجایی که امیال جنسی بسیار قوی هستند، باید انتظار داشته باشید که گاهی در شرایط وسوسه‌آمیز قرار گیرید، در طول زندگی ممکن است به دفعات در شرایطی قرار گیرید که فرصت رابطه جنسی با فردی را داشته باشید که با او ازدواج نکرده‌اید. اگر آن را رد کنید، ممکن است طرف مقابل، شما را مورد تمسخر قرار دهد و یا تلاش کند که شما را تسلیم نماید. امیال خود شما نیز ممکن است شما را تحریک به پیش‌رفتن و برقراری این رابطه نماید. برای جلوگیری از تضعیف روحانی و به خطر افتادن ترقی معنویتان، اکنون شروع به فکر کردن در مورد این مسئله کنید که در رویارویی با چنین امتحاناتی چه عکس‌العملی نشان داده و چه خواهید کرد؟ نمی‌توانید تصمیم ضعیف یا ناتمام بگیرید. این کافی نیست که بگویید «خوب است تا زمان ازدواج صبر کنم» یا با خود فکر کنید «دوست دارم از احکام خداوند اطاعت کنم» این نوع تصمیمات ضعیف بوده و امیال نفسانی شما ممکن است بر آن‌ها فایز آیند. لازم است بدون هیچ شرط و شکی، تصمیم قاطع و از صمیم قلب بگیرید. با خود بگویید: به خاطر اطاعت از حکم الهی و به خاطر مصلحت خودم هرگز با هیچ فردی خارج از حیطه ازدواج به هیچ‌وجه رابطه جنسی نخواهم داشت.

چنانچه در این مورد احساس ضعف می‌کنید، مکرراً و خالصانه ادعیه بهائی را خوانده، از خدا بخواهید شما را تأیید کند «علی مقاومة النفس والهوی و اثباع نور الهدی» (الواج وصایا، ایام تسعه، ص ۴۷۱)

حضرت بهاء‌الله و حضرت عبدالبهاء با آگاهی و علیبی که از ضعف‌های ما دارند، تعداد بسیاری از این قبیل ادعیه تازل فرمودند که می‌توانیم از آن‌ها برای طلب صیانت در مقابل امیال پست نفسانی استفاده کنیم. هنگامی که این ادعیه را می‌خوانیم، باید این اعتماد را



داشته باشیم که «اگر دعا با حالت اضطراب تلاوت شود، خداوند به دعای کَلْبَه پندگان جواب خواهد داد.» (ترجمه - خطابه ۵ اوت ۱۹۱۲)

هم‌چنین، باید از عقل و خرد خود استفاده کنیم، قدرت غریزه جنسی خود را بدانیم و از موقعیت‌هایی که می‌تواند به راحتی منجر به صمیمیت مفرط گردد، بپرهیزیم. اگر خود را در چنین موقعیتی دیدید و یا موقعیت در حال ایجاد شدن بود، قدرت اراده خود را به کار گیرید و فوراً از چنین شرایطی خارج شوید. خودداری کردن و مانع رابطه شدن، قبل از شروع، راحت‌ترین راه برای جلوگیری از مشکلات است؛ چرا که هرچه صمیمیت جنسی بیش‌تر پیش رود، عقب کشیدن سخت‌تر است و عواقب این ضعف اراده شدیدتر.

هنگامی که مجبورید قدرت اراده‌تان را به کار گیرید، تصمیم فاطمی که برای رعایت عفت گرفتید، شما را مساعدت و حمایت می‌کند. اگر تصمیمتان واقعاً قاطع باشد، یک لحظه هم تردید نمی‌کنید، نه به خود اجازه می‌دهید که درگیر شک شوید که «آیا این کار را بکنم یا نه» و نه به خاطر این که نمی‌دانید چطور از شرایط خارج شوید، تسلیم این کار می‌شوید؛ بلکه بر عزم خود راسخ می‌مانید، به خدا روی می‌آورید و تصمیم می‌گیرید که چه باید بکنید و عمل می‌کنید. اگر چنین کنید، امیال شما قادر نخواهند بود بر شما غالب شوند و خداوند شما را در پیروی از احکامش یاری خواهد کرد.

### عفت محض و کامل

عفت در دین بهائی فقط شامل خودداری از روابط جنسی خارج از ازدواج نیست، اگرچه این امر بسیار لازم و واجب است. حضرت شوقی افندی می‌فرمایند:

«آن‌چه منظور مبارک حضرت بهاء‌الله از عفت و عصمت است، یقیناً شامل بوسه متداول در جامعه‌های مدرن نمی‌شود. این نوع بوسه، برای اخلاق جوانان زیان‌آور است و اغلب آن‌ها را به بیراهه می‌برد یا امیالی را برمی‌انگیزاند که شاید، به طور قانونی و مشروع از طریق ازدواج ارضاء نشوند و سرکوب آن‌ها نیز برای آن فرد دشوار است، موازین امریّه بسیار رفیعند، علی‌الخصوص وقتی که با اخلاق کاملاً

فاسد امروزی مقایسه می‌شوند. این موازین مردمی سالم‌تر، شادتر و شریف‌تر پدید می‌آورد و سبب ازدواج‌های استوارتر خواهد شد. (انوار هدایت، شماره ۱۲۱۰)

این موازین والا، تا حد بسیار زیادی با عملکردی که امروزه در جامعه پذیرفته شده متفاوت است، مخصوصاً بین افرادی که رابطه عاشقانه با یکدیگر دارند، زیرا رابطه عاشقانه معمولاً شامل ابراز جسمی علاقه و احساس از طریق بوسیدن، در آغوش گرفتن، نوازش کردن و این قبیل کارهاست. این اعمال باعث افزایش و تحریک میل جنسی دو طرف شده و به مرور زمان آن‌ها را به سوی ابراز عمیق‌تر و شدیدتر احساس و امیالشان سوق می‌دهد. اگر این جریان در نقطه‌ای متوقف نگردد، متدرجاً منجر به رابطه نامشروع جنسی می‌گردد.

حتی اگر زوجین از برقراری رابطه نامشروع جنسی خودداری کنند و جریان صمیمیت جنسی را قبل از رسیدن به این مرحله متوقف سازند، هم‌چنان مجبور به تحمل عواقب رشد امیال و کشش‌های جنسی خواهند بود. هر اندازه تعامل جسمی و فیزیکی آن‌ها بیش‌تر و شدیدتر باشد، کشش احساسی و جنسی در رابطه بیش‌تر خواهد شد؛ این کشش توانایی شناخت بی‌طرفانه یکدیگر را کاهش می‌دهد؛ هم‌چنین دیگر علاقه به صفات روحانی یکدیگر اساس و پایه عشق و اتحاد در رابطه نخواهد بود. (حتی اگر در ابتدا چنین بوده) بلکه کشش فزاینده جنسی باعث می‌گردد که طرفین با وجود ضعف‌ها و اشکالاتی که در یکدیگر می‌بینند، هم‌چنان در کنار یکدیگر بمانند.

این کشش جنسی در زندگی مشترک نقش بسیار مهمی را ایفا می‌کند، کمک می‌کند که با وجود مشکلاتی که هر یک در زندگی روزانه با آن مواجه هستند، هم‌چنان با یکدیگر متحد بمانند. بهتر است قبل از انتخاب همراه زندگی، این نیرو را که باعث می‌شود رابطه را کورکورانه ادامه دهید، به حداقل برسانید.

اگر بر مفاهیم موازین بهائی تفکر کنیم، درمی‌یابیم که بهتر است رابطه‌های سطحی عاشقانه را با دوستی‌های صمیمی خالصانه جایگزین نماییم، دوستی‌هایی که بر اساس محبت و مهربانی بنا شده و در آن ابراز محبت به گونه‌ای نیست که امیال جنسی را تحریک نماید. چنین دوستی‌هایی نه تنها آگاهی از صفات واقعی یکدیگر را آسان‌تر

می‌سازد؛ بلکه احترام عمیق را بین طرفین ایجاد می‌کند و به زوجین کمک می‌کند که بیش‌تر بر روی حمایت از رشد روحانی و ذهنی و احساسی یکدیگر تمرکز کنند.

ایجاد یک رابطه دوستی خالصانه، به جای برقراری سریع یک رابطه عاشقانه از یک مشکل دیگر هم جلوگیری می‌کند. امروزه تصمیمی که افراد برای با هم بودن می‌گیرند معمولاً بر اساس یک کشش سطحی بین طرفین و شناخت بسیار اندک از صفات روحانی یکدیگر است. در این رابطه اگر مشکل جدی پیش نیاید (که معمولاً در ابتدا پیش نمی‌آید) چرا که طرفین در شرایط دشوار در کنار یکدیگر کار نکرده‌اند) و اگر ملاحظات سنی، اقتصادی و ... مانع ازدواج نشود، وابستگی‌های عاطفی که بر اثر رابطه نزدیک به وجود آمده، زوج را به سمت ازدواج با یکدیگر سوق می‌دهد. در این شرایط، تصمیم به ازدواج عموماً بر اساس شناخت دو طرفه و اطمینان از وجود صفات روحانی لازم برای ازدواج در طرفین نیست؛ بلکه عموماً بر اساس این حقیقت است که آن‌ها اکنون با هم رابطه داشته و نسبت به یکدیگر کشش جنسی دارند که می‌خواهند آن را منجر به ازدواج کنند. نهایتاً مانند تمام ازدواج‌های دیگری که بر اساس شناخت دو طرفه از شخصیت یکدیگر و صفات روحانی یکدیگر نیست، ناسازگاری‌های پس از ازدواج در راه است.

نهایتاً مراحلی که در روابط مرسوم امروزه منجر به ازدواج می‌شود، به طور خلاصه عبارتند از کشش، روابط عاشقانه، تجربه جنسی و شناخت سطحی، تصمیم به ازدواج و ازدواج (معمولاً با تأکید بر رابطه فیزیکی). تعالیم بهائی گویای آن است که مراحل بهتری که می‌تواند منجر به ازدواج سعادت‌مند گردد؛ عبارت است از کشش، دوستی خالصانه، شناخت نسبتاً بی‌طرفانه، تصمیم به ازدواج، نامزدی، ازدواج (با تأکید بر شناخت صفات معنوی یکدیگر). احکام بهائی قید می‌کند که دوران نامزدی نباید بیش‌تر از ۹۰ روز باشد (هرچند که این مسئله هنوز برای بهائیان غیرایرانی قابل اجرا نیست) تمام این‌ها به معنای تغییری ریشه‌ای در تفکر و عملکرد امروزی است. برای آن‌که بتوانیم بر اساس این آرمان‌ها زندگی کنیم باید عمیقاً در مورد آن‌ها تفکر نماییم و سپس یک تصمیم قاطع بگیریم. هم‌چنین لازم است در تمام فعالیت‌های زندگی نیتی خالص و منزه داشته باشیم، چرا که آن‌چه که در ذهن ما می‌گذرد، در عملکرد ما منعکس می‌گردد. حضرت

شوقی افندی می‌فرمایند: چنین تقدیس و تقوایی متضمن حیا و طهارت و خویش‌شننداری و ادب و پندار نیک است و طالب اعتدال در جمیع شئون در لباس و پوشاک و ادای الفاظ و تفریحات و در جمیع مظاهر و هنر و ادبیات است و لازمه‌اش مواظبت روزانه در تسلط بر شهوات نفسانی و تمایلات شیطانی و اجتناب از سبک‌سری است که غالباً خود منجز به کسب لذات رذیل و غیرمشروع می‌شود. این تقدیس و تقوا، خواهان پرهیز و احتراز از هرگونه مشروبات الکلی و از تریاک و مخدرات و اعتیادات شبیه آن‌ها است. اجتناب از سوءاستفاده و به فحشا کشیدن هنر و ادبیات است و پرهیز از برهنه‌جویی و هم‌خانگی بدون ازدواج و از خیانت در زندگی زناشویی و از هر نوع بی‌عفتی و معاشرت‌های بی‌بند و بار و از روابط نامشروع جنسی است. این تقدیس و تقوا هرگز با فریضه‌ها و معیارها و عادات عصر منحنط سازش نمی‌یابد؛ برعکس با قوه ذاتی خود نمایان می‌سازد که چنان فریضه‌ها و چنان معیارها همگی فاسد و نادرست است و چنان دعوی‌ها ناچیز و بی‌مقدار و چنان عادت‌ها منحرف و تباه و چنان افراط کارهای‌ها از طریق صواب و تقدیس بیرون است. باید در نظر داشت که حفظ و رعایت حدود و موازین عالیته اخلاقی به هیچ‌وجه نباید با اصل عزلت و ترک دنیا و خشک‌مقدسی به نحو افراط اشتباه نمود معیاری که حضرت بهاء‌الله در این مقام مقرر فرموده، مستلزم آن نیست که احدی از حقوق مشروع و بهره‌مندی از لذات و زیبایی‌ها و تمتعات مجاز و سالم که خداوند مهربان به وفور در این جهان خلق فرموده، خود را محروم و ممنوع سازد؛ زیرا حضرت بهاء‌الله چنین فرموده است:

هان الّدی لن یمنعه شیء عن الله لایأس علیه لویزین به حلال الارض و زینتها و ما خلق فیها لأنّ الله خلق کلّ ما فی السموات و الارض لعباده الموحّدين کلوا یا قوم ما احل الله و لا تحرّموا انفسکم عن بدایع نعمانه ... (ظهور عدل الهی، ص ۶۹)

برای آن که بتوانیم راحت‌تر بر اساس این معیارها زندگی کنیم و از لذات آن در عین رعایت استانداردهای اخلاقی بهره‌بریم، خوب است به طور مکرر با خلوص نیت در فَعَالِیَّت‌های امری، محلی، منطقه‌ای، ملی (حتی بین‌المللی شرکت نماییم؛ زیرا که فَعَالِیَّت‌ها و جمع‌های بهائی از معدود موقعیت‌هایی هستند که می‌توان در آن‌ها دوستی‌های عمیق و خالصانه با افرادی از جنس مخالف داشت بدون آن که سوءتفاهم و

برداشتی پیش آید. علاوه بر این، چنین فعالیت‌ها و جمع‌ها فرصتی فراهم می‌آورند که می‌توانیم با افراد مختلف، نه فقط یک نفر دوستی برقرار کنیم و به ما کمک می‌کند که کشش و جاذبه مقطعی را با عشق اشتباه نگیریم. در این جمع‌ها، ممکن است هم‌زمان به سمت چندین نفر کشش داشته باشیم، هم چنین می‌توانیم جذب صفات خوب هر یک از آن‌ها شده و این صفات را تحسین و تقدیر نماییم؛ اما این جذب شدن را به سادگی عشق نمی‌نامیم و احساس نخواهیم کرد که تنها مرد یا زن زندگی خود را یافته‌ایم چرا که با دیگران هم رابطه مشابهی داریم.

### برخورد با احساس کشش جسمی

حال، هنگامی که نسبت به فردی از جنس مخالف احساس کشش شدید می‌کنید، چه باید کرد؟

توصیه می‌شود ابتدا دعا کنیم و از خدا بخواهیم آنچه را که برای رابطه‌مان و برای احساسمان می‌خواهد، انجام دهد. چنانچه این احساس دو طرفه باشد و فرد مقابل شروع به بیان احساساتش به صورت جسمی و فیزیکی کرده، بخواهد با شما رابطه‌ای عاشقانه داشته باشد، می‌توانید برای او توضیح دهید که مایلید ابتدا با او در مورد احساساتتان و شکل رابطه‌ای که طالب آن هستید، صحبت کنید. سپس می‌توانید خالصانه احساسی را که نسبت به او دارید و تمایلی را که برای شناخت بهتر احساس می‌کنید، تصدیق نمایید؛ هم چنین برای او توضیح دهید که رابطه عاشقانه و بیان احساسات و محبت از طریق رابطه جنسی مانع شناخت صحیح یکدیگر است. عکس‌العمل طرف مقابل نسبت به این توضیح شما می‌تواند گویای احساسات واقعی او نسبت به شما باشد. چنانچه قبلاً این اصول را نیاموخته و نشنیده باشد، ممکن است با شما مخالفت کند؛ اما چنانچه شما اعتقاد خود را با قاطعیت بیان کنید و طرف مقابل احترام خالصانه‌ای برای شما قایل باشد، خواسته شما را خواهد پذیرفت. اگر او تمایلی به داشتن رابطه ساده دوستی نداشت و بر برقراری رابطه عاشقانه پافشاری نمود، این مسئله

گویای عدم علاقه او به شناخت واقعی شما به عنوان یک انسان است. پس بهتر است رنج نداشتن رابطه با او را متحمل شوید تا این که خود را برای پذیرفتن شخصی که شانس کمی برای سعادت‌مند کردن شما دارد تحت فشار قرار دهید.

در این مسئله هم بیان شفاهی احساسات مثبت نسبت به طرف مقابل و هم بیان عقایدتان در مورد نوع رابطه مهم هستند. چنانچه فقط عقاید راسختان در مورد نوع رابطه را بیان کنید و از بیان احساسات محبتتان نسبت به فرد مقابل بپرهیزید، احساس علاقه و محبت شما نسبت به او به شکل غیرکلامی و احتمالاً جسمی بروز پیدا می‌کند؛ و اگر پس از آن که به فرد گفته‌اید که مایلید فقط با او رابطه ساده‌دوستانه داشته باشید، برای نشان دادن علاقه‌تان شروع به در آغوش کشیدن و بوسیدن او نمایید، ممکن است فرد مقابل احساس سردرگمی کرده و به آن‌چه که گفته‌اید توجه نشان ندهد. به همین ترتیب، اگر شما فقط در مورد احساس علاقه‌تان صحبت کنید و این‌که واقعاً رعایت عفت اکید در رابطه چقدر برایتان اهمیت دارد را توضیح ندهید؛ به سادگی شروع به ابراز جسمی احساساتتان خواهید کرد.

از سوی دیگر، اگر احساساتتان را پنهان کنید و آن‌را نه به صورت کلامی و نه به صورت جسمی بروز دهید، فرد مقابل احساس خواهد کرد که به او رابطه او اهمیت نمی‌دهید و در نتیجه، رابطه شما از بین خواهد رفت. به طور خلاصه، احساسات شما، اصول اخلاقی شما، بیان و کلام شما و عملکرد شما باید با یکدیگر هماهنگی داشته باشد. بنا بر این، محبتتان را به صورت کلامی ابراز نمایید. دلایلتان را در مورد ترجیح رابطه دوستی سالم توضیح دهید و با اعمالتان ترکیبی از دوستی، تحسین و تقدیر، علاقه و در کنارش عفت را ارائه دهید. هنگامی که دو فردی که نسبت به یکدیگر احساس کشش دارند هر دو عفت کامل را درک کرده و آن‌را رعایت کرده، به مورد اجرا می‌گذارند، احتمالاً نیازی به صحبت‌های ابتدایی برای روشن کردن این موازین اخلاقی نیست. در این مورد بیان احساس محبت و علاقه ایشان بستگی به نوع رابطه و شدت احساسات هر یک از طرفین دارد. شاید بهتر باشد که در ابتدا اجازه دهید رابطه به طور طبیعی پیش رود. هنگامی که اعتماد کافی برای تبادل صادقانه و خالصانه احساسات شخصی ایجاد شد، ممکن

است این مسئله خود به خود به وجود آید که هر یک از طرفین احساس نمایند که لازم است رابطه و انتظاراتشان را روشن و واضح نمایند.

### دوستی های خاص

رابطه دوستی مطلوب و مترقی، دارای ویژگی های آزادی، درک و صداقت است، نباید سعی کنید رابطه ای منحصر به فرد برقرار کنید، هرچند که طرف برای شما یک فرد خاص باشد، نباید او را از داشتن رابطه دوستی با سایر افراد از جنس مخالف منع کنید و نباید چنین رابطه ساده دوستی را از او پنهان کنید و نباید در مورد آن دروغ بگویید. شما باید دوستی خود را بر این اساس استوار کنید که شناخت واقعی هیچ کس ممکن نیست مگر این که او را در افکار و احساسات و عملکردش مطابق با نظرات و احساسات و ارزش هایش آزاد گذارید. اگر واقعاً مایلید که درست شناخته شوید و فرد مقابل را نیز درست بشناسید، تلاش می کنید که آزادانه احساسات و نظرات و ارزش ها و روابطتان را با او در میان گذارید. درون خود را پنهان نخواهید کرد و به خاطر ترس از عکس العمل او به دروغ متوسل نخواهید شد. سعی می کنید کاملاً در رابطه خالص باشید و اجازه می دهید که واقعاً آن طور که هستید شناخته شوید.

هم چنین به علت ترس از اختلاف، سعی نمی کنید با هر آن چه که دوستان می گوید یا انجام می دهد، بدون هیچ سؤالی موافقت کنید، در حالی که نظر شما با او مخالف است. شما باید عقایدتان را با او در میان گذارید؛ اما آن ها را فقط به عنوان نظر خود بیان کنید بدون این که سعی کنید این نظرات را به طرفتان تحمیل نمایید یا بخواهید به او بگویید که چگونه عمل نماید. ملامت هایی هم چون «نبايد اين كار را انجام دهی» و یا تهدیداتی از قبیل «اگر می خواهی با هم دوست بمانیم بهتر است این کار را انجام ندهی» باعث تقویت رابطه نمی شود.

دوست ها سعی نمی کنند رفتارهای یکدیگر را کنترل کنند. بالعکس تبادل احساسات و عکس العمل های شخصی به حالتی غیر اتهامی مانند «وقتی این کار را می کنی چنین

احساسی دارم» باعث درک متقابل و عمیق‌تر و اهمیت‌تر به احساسات یکدیگر و رابطه نزدیک‌تر می‌شود، بهترین کار این است که احساسات و ارزش‌ها و نظرات خود را بیان کنید و سپس او را در تصمیم‌گیری آزاد گذارید.

هم‌چنین سعی کنید که شنونده خوبی باشید. پیش از بیان نظرات خود با دقت به صحبت‌های طرف مقابل گوش دهید. به جای آن‌که وسط صحبت‌هایش بپرید، سعی کنید او را تشویق کنید که کاملاً احساساتش را بیان کند. به او اجازه دهید که صحبت‌هایش را ادامه دهد و به وسیله خلاصه کردن آخرین عباراتش یا به وسیله تکرار گفته‌هایش به بیان خودتان، او را تشویق به ادامه صحبت نمایید.

پس از آن‌که دوستان آن‌چه را که در نظر دارد کاملاً بیان کرد و شما درک خود را از این صحبت‌ها ابراز نمودید، می‌توانید احساس و نظر خود را نسبت به مسئله بیان کنید، همواره تأکید کنید که آن‌چه می‌گویید صرفاً نظر و عقیده شماست و او مختار است آن‌ها را بپذیرد یا رد کند. اگر چنین عمل کنید، او هم متقابلاً هنگامی که شما نظراتتان را با او در میان می‌گذارید، با درک و علاقه بیشتری به شما گوش می‌دهد.

از طریق این نوع رابطه، دو نفر تدریجاً شناخت عمیق‌تری نسبت به یکدیگر پیدا می‌کنند سپس ممکن است احساس کشش اولیه‌ای که نسبت به یکدیگر داشته‌اند تثبیت و تصدیق گردد و یا ممکن است یکی از طرفین یا هر دو دریابند که ذهنیتی که از طرف مقابل داشته‌اند، صحیح نبوده و رابطه باید در سطح دوستی عادی باقی مانده و بهتر است منجر به ازدواج نگردد.

امتحان کنید و ببینید! اگر شما اعتقادات راسخ و پایبندی اخلاقی لازم برای رعایت عفت کامل و هم‌چنین عشق و خلوص و شهامت لازم را برای ایجاد دوستی عمیق مبنی بر خلوص و درک و آزادی را داشته باشید، طولی نمی‌کشد که پی‌خواهید برد چنین دوستی‌هایی می‌تواند بسیار مسرت‌بخش‌تر از روابط کوتاه عاشقانه باشد.

اما روشن کردن این مطلب، بسیار مهم است که روابط عاشقانه یا انحصاری، حتی هنگامی که موضوع ازدواج در میان نیست، به خودی خود برخلاف احکام دین بهائی



نیست، بلکه آن چه که باید از آن پرهیز کرد، تماس های جسمی است که منجر به تحریک تمایلات جنسی می گردد و آن چه که مسلماً و مؤکداً ممنوع می باشد، روابط جنسی با فردی است که با او ازدواج نکرده اید. هر قدر به شناخت همسر آینده خود، از طریق دوستی ساده و خالصانه نزدیک تر شوید، شانس بیش تری برای دست یابی به ازدواج سعادت مند، معنوی و ابدی خواهید داشت.

### رابطه جنسی در ازدواج

وجود چنین معیارها و موازین والا در مورد رابطه جنسی خارج از ازدواج نباید باعث شود که فکر کنید دین بهائی با نفس رابطه جنسی مخالفت دارد. بالعکس، این موازین از این روست که ما بتوانیم از این غریزه به گونه ای استفاده کنیم که هم برای خودمان و هم برای جامعه مفید باشد و ما را از مشکلاتی که استفاده غلط از این غریزه به بار می آورد، حفظ نماید. به بیان حضرت شوقی افندی:

«دیانت بهائی، ارزش و اهمیت غریزه جنسی را به رسمیت شناخته، اما بروز و صدور آن را به طریق و صورتی غیر صحیح و غیر قانونی، محکوم نموده ... کاربرد استفاده صحیح از غریزه جنسی، حق طبیعی هر فردی است، و دقیقاً برای همین مقصود است که مؤسسه اقتران یا ازدواج، تأسیس گشته. اهل بهاء به تنظیم و کنترل غریزه جنسی اعتقاد دارند و نه به حذف و کشتن آن.» (انوار هدایت، شماره ۱۲۲۰)

حضرت روحیه خانم اضافه می فرماید:

«وقتی عشق را با رابطه جنسی در مکان مناسب که یک خانه است، متحد سازیم، از آن، یک چشمه پایدار شادی و قدرت رسم می کنیم. رابطه جنسی به عشق نیرو می بخشد؛ عشق می تواند رابطه جنسی را تا یک ارتباط معنوی بالا ببرد؛ لذتی برای روح هم چنان که برای جسم.» (دستور العمل زندگی، ص ۷۹)

به این ترتیب، با این که ما به عفت محض در روابط خارج از ازدواج امر شده ایم؛ اما بهائیان می‌توانند و باید پس از ازدواج از یک زندگی طبیعی جنسی به طور کامل بهره‌برند و تصور نکنند که پس از ازدواج هم کنترل افراطی مسائل جنسی نوعی تقوا و فضیلت محسوب می‌گردد. حتی حضرت بهاء الله توصیه می‌فرمایند که کشیش‌ها و راهبه‌ها نیز کلیساها را ترک کرده و ازدواج نمایند: «لیظهر الله منهم من یذکر الله». (مجموعه الواح، ص ۱۱۹)

خداوند، اگر می‌خواست، قادر بود تولید مثل را بدون رابطه جنسی ممکن سازد و از آن جایی که این کار را نکرده، پس این رابطه در چارچوب ازدواج، هدیه‌ای از سوی خداوند است. فرد مردوح بهائی باید از زندگی جنسی خود با همسرش لذت برد، درک و تفکرش از رابطه جنسی را از آن چه که حیوانات درک می‌کنند؛ فراتر برد. خود را آزاد گذارد که بدون ترس از تنبیه و بدون این تفکر که رابطه جنسی آلوده و گناه است، لذت برده، باید زندگی جنسی خود را با معنویت و تشکر از خداوند و تذهیب ذهن کامل کند. به این ترتیب، رابطه جنسی نوعی ابراز عشق عمیق تلقی می‌گردد و هنگامی که با اهمیت دادن به تمایلات و نیازهای هر دو طرف همراه باشد، عاملی لازم برای اتحاد بوده و باعث تقویت و بهبود رابطه می‌گردد. حضرت شوقی افندی تصریح می‌فرمایند:

«روابط جنسی (در ازدواج) امری طبیعی است و باید یکی از مواهب کثیره الهیه محسوب گردد.» (ترجمه)

## قوانینی که بر ازدواج بهائی حاکمند

هنگامی که یک فرد بهائی تصمیم به ازدواج می‌گیرد، کاملاً بر او واجب است که عقد بهائی داشته و از تمام احکام و قوانین بهائی مربوط به ازدواج اطاعت و پیروی کند. در غیر این صورت، فرد از حقوق اداری خود در امر بهائی محروم می‌گردد. وجود چنین دستور و چنین ضمانت اجرایی بر اهمیت بسیار زیاد اطاعت از این احکام تأکید می‌کند.

### ازدواج با فرد غیر بهائی

عتن هنگامی که فرد بهائی با فرد غیر بهائی ازدواج می‌کند، باید مراسم عقد بهائی انجام شود و از تمام احکام و قوانین بهائی پیروی کند. چنانچه فرد مقابل، تمایل و اصرار بر اجرای مراسم ازدواج مذهبی خودش داشته باشد این کار بلامانع است؛ اما فرد بهائی باید قبلاً به آخوند یا کشیش توضیح دهد که او بهائی است و نمی‌تواند در طول مراسم به هیچ‌وجه متدین یا متعهد به دین دیگری اعلام شود. مثلاً نمی‌تواند غسل تعمید داده شود، یا اقرار و اعتراف کند یا سوگند یاد کند که فرزندان را طبق دین دیگری پرورش می‌دهد و در تشریفات مذهبی ادیان دیگر شرکت نمی‌کند. این مراسم و مراسم بهائی و در صورت لزوم مدنی و قانونی باید در طول یک روز یا در یک بیست و چهار ساعت و قبل از انجام مراسم عروسی انجام شود. البته چنانچه فرد غیر بهائی اصراری برای انجام مراسم مذهبی خود نداشت، فقط مراسم ازدواج بهائی (و در صورت لزوم مراسم مدنی و قانونی) لازم و کافیهست.

## ازدواج دو فرد بهائی

هنگامی که طرفین ازدواج هر دو بهائی هستند؛ فقط باید مراسم ازدواج بهائی و مراسم عقد مدنی صورت گیرد که هر دو باید در یک روز انجام شود. دو فرد بهائی نباید حتی برای رضایت و خشنودی والدین غیر بهائیشان مطابق مراسم مذهب دیگری ازدواج نمایند؛ و نباید ازدواج ایشان را در کلیسا یا محل پرستش و عبادت سایر ادیان برگزار نمایند.

## رضایت والدین

پس از آن که زوجی تصمیم به ازدواج گرفتند، اولین مرحله برای ازدواج بهائی رضایت والدین است. این رضایت فقط شامل موافقت با نفس این ازدواج است و نیازی به ابراز موافقت با دین بهائی و تعالیمش و یا حتی موافقت با ازدواج بهائی نیست.

برای آن که ازدواج بهائی انجام پذیرد، رضایت هر چهار والدین طبیعی طرفین مسلماً واجب است؛ البته اگر در قید حیات باشند و از محل وجودشان مطلع باشیم. این رضایت واجب و لازم است حتی اگر زوجین به سن قانونی رسیده باشند و حتی در مواردی که والدین بهائی نیستند و یا والدین که جدا شده‌اند؛ کسب این رضایت حتی در مواردی که والدین فرزند را به فرزندخواندگی گرفته‌اند؛ فرزند؛ والدین طبیعی‌اش را نمی‌شناسد و در مورد فرزنددی که پدرش از تولد وجودش آگاهی ندارد نیز در صورت اطلاع از محل وجود والدین طبیعی‌اش لازم الاجراست و هر اقدامی که ممکن است و منع قانونی ندارد؛ باید برای یافتن آن‌ها انجام شود. حضرت شوقی افندی توضیح می‌فرمایند:

«مظهر الهی (حضرت بهاء‌الله) این قانون مهم را به جهت استحکام ساختار جامعه اجتماعی و تحکیم روابط خانوادگی و القاء احترام و امتنان والدین در قلوب فرزندان وضع فرموده‌اند. والدینی که به آنان حیات بخشیده، نفوس و ارواحشان را در مسیر سفر جاویدان به سوی بارگاه آفریدگار جهان، پرواز آموخته‌اند.» (انوار هدایت، شماره ۱۲۳۵)

عموماً رضایت کتبی هر یک از والدین باید قبل از تاریخ ازدواج به محفل روحانی که ازدواج در حوزه آن صورت می‌گیرد، ارائه گردد؛ هرچند که در موارد خاص، محفل می‌تواند اجازه دهد که رضایت به طریق دیگری اعلام گردد؛ مثلاً به صورت شفاهی به کسی که محفل او را تعیین کرده است.

چنانچه والدین به این ازدواج رضایت ندهند، زوج نمی‌توانند ازدواج کنند، مگر آن‌که بعداً والدین نظرشان را تغییر داده، رضایت دهند. هنگامی که والدین از اعطاء رضایت امتناع می‌ورزند، زوج فقط می‌توانند دعا کنند و سعی کنند که با اعماشان به والدین ثابت کنند که به بلوغ کافی برای ازدواج رسیده و زوج مناسبی برای یکدیگرند. آن‌ها می‌توانند این را از طریق پایداری و ثبات در عشقشان به یکدیگر، احترام و اطاعت نسبت به والدینشان و بلوغ ذهنی، روحانی در اعمالشان نشان دهند. در بسیاری از موارد، یک صحبت دوستانه با والدین و فهمیدن دلایل مخالفتشان می‌تواند بسیار مفید باشد؛ چنانچه تمام تلاش‌ها ناموفق بوده والدین با قاطعیت به مخالفت ادامه دهند، زوج باید از یکدیگر جدا شده و این اطمینان را داشته باشند که حکمت الهی در این جدایی وجود داشته. مسلماً آن‌ها نباید بدون ازدواج، با یکدیگر زندگی کنند و یا خارج از دین بهائی با یکدیگر ازدواج کنند، چرا که این اعمال با احکام بهائی منافات دارد. اطاعت از این حکم ممکن است در مواردی بسیار سخت و دشوار به نظر رسد؛ اما می‌تواند تأثیرات عظیم شخصی و روحانی و اجتماعی داشته باشد. بیت‌العدل اعظم توضیح می‌فرماید:

«در مورد قانون بهائی که مستلزم رضایت والدین در امر ازدواج است، این آتام، اغلب والدین غیربهائی، به دلیل سرسختی و تعصب نوادی و غیره، از اعطای رضایت امتناع می‌ورزند؛ اما ما بارها اثر عمیق استحکام ایمان و اعتقاد این فرزندان را به قانون مذکور، در روی چنین پدر و مادرائی مشاهده کرده‌ایم، تا آن‌جا که نه تنها نهایتاً در بسیاری از موارد رضایت مطلوب حاصل شده؛ بلکه رفتار والدین نیز تحت تأثیر قرار گرفته و روابطشان با فرزندان خود نیز تا حد زیادی تقویت و بهبود یافته است. بنا بر این، با رعایت قوانین و مقررات امری، در مقابله با جمیع مشکلات مستولی، ما نه تنها اعمال و رفتار خود را تقویت و اصلاح می‌کنیم، بلکه اطرافیان را نیز تحت تأثیر مثبت قرار می‌دهیم.» (انوار هدایت، شماره ۱۷۴۲)

## پیمان ازدواج

پس از آن که رضایت والدین اعلام شد، مراسم بهائی بسیار ساده است. تنها چیزی که لازم است، این است که عروس و داماد با حضور دو شاهد که قبلاً به وسیلهٔ محفل روحانی تأیید شده‌اند، شخصاً با صدای بلند آیتین ازدواج را تکرار نمایند: «اَنَا كُلُّ لَهِ رَاضُونَ» و «اَنَا كُلُّ لَهِ رَاضِيَاتٌ» (گنجینهٔ حدود و احکام، ص ۱۷۳)

«این دو تن شاهد را ممکن است محفل روحانی و یا خود زوجین انتخاب نماید، اما به هر حال، بایستی مورد تأیید و قبول محفل روحانی باشند. ممکن است آنان، رییس و منشی محفل و یا دو عضو دیگر آن، و یا دو فرد دیگر، چه بهائی و چه غیر بهائی و یا ترکیبی از آنان باشند ... شاهدان می‌توانند هر دو نفس مورد اعتمادی باشند که شهادتشان از طرف آن محفل روحانی که ازدواج تحت نظارت و اشراف آن انجام می‌شود، قابل قبول باشد.» (انوار هدایت، شماره ۱۲۹۶)

## اجتناب از مشروبات الکلی

از آن جایی که نوشیدن هر نوع مشروبات الکلی مخالف احکام دینات بهائی است، واضح است که چنانچه عروس و داماد بهائی هستند، در هیچ یک از مهمانی‌هایی که پس از ازدواج برگزار می‌شود، نباید مشروبات الکلی پذیرایی شود؛ چنانچه یکی از زوجین غیر بهائی است و اصرار بر پذیرایی با مشروبات الکلی دارد، باید ابتدا با برهان و استدلال مسئله را برایش توضیح دهید اما نه در حدی که باعث اختلاف گردد؛ در چنین مواردی بهتر است که مهمانی را از مراسم ازدواج بهائی جدا برگزار کنید و خود عروس و داماد باید نمونهٔ خودداری از مصرف مشروبات الکلی باشند. در حال حاضر، این‌ها تنها احکامی هستند که بر ازدواج بهائی حاکمند. زوجین می‌توانند سایر جزییات مراسم ازدواج را با کمک و همکاری محفل روحانی برنامه‌ریزی کنند. از آن جایی که آخوند و کشیشی برای هدایت مراسم وجود ندارد، معمولاً خود زوجین ادعیه و قسمت‌هایی از آثار بهائی را که در رابطه با ازدواج است، برمی‌گزینند و سپس از دوستان می‌خواهند که آن‌ها را در طول

مراسم بخوانند. گاهی نیز زوجین مایلند که اشعار و آوازه‌ایی که به نظرشان مناسب است، خوانده شود.

حتماً لازم نیست که عروس لباس سفید بپوشد؛ اما منع نیز نشده. به علاوه، استفاده از حلقه نه واجب شده و نه ممنوع گردیده؛ به همین ترتیب داشتن مهمانی هم که شامل موسیقی و رقص باشد، منع نشده و واجب نیز نگردیده؛ هم‌چنین پیروی از سایر رسوم رایج اجتماعی نیز اختیاری است. حضرت شوقی افندی توصیه می‌فرمایند که مراسم در حد امکان ساده باشد و بیش‌تر بر جنبه روحانی موضوع تأکید گردد. قطعاً هیچ‌کس نباید به خاطر برگزاری مراسم مجلل عروسی زیر بار قرض و بدهی برود. ازدواج حضرت شوقی افندی ساده‌ترین ازدواج بود.

### ازدواج حضرت شوقی افندی

روحیه خانم، همسر حضرت شوقی افندی چنین شرح می‌دهند:

«هیکل مبارک بعد از ظهر ۲۵ مارچ ۱۹۳۷ اتومبیل سوار شده برای زیارت بهجی عازم شدند خوب به یاد دارم که لباس سیاه و یک کت سفید روی آن پوشیده بودم، با آن که از غرب بودم میل مبارک این بود که خود را مناسب حیات بیت مبارک سازم و چون آرزوی دیگر جز اطاعت اوامر مبارک نداشتم به راحتی هر چه فرمودند انجام دادم همین که داخل روضه مبارک شدیم، فرمودند انگشتری را بدهید... انگشتری را تقدیم کردم و با دست خودشان آن را در دست راست من گذارند و این تنها کاری بود که انجام شد و مراسم ازدواج به همین‌جا خاتمه یافت بعد داخل ضریح مقدس مظهر ظهور الهی شده، و از طرفی نقره‌ای گل‌های خشک آن مقام مبارک را در دستمالی پر کرده، برداشتند بعد از تلاوت زیارت‌نامه مراجعت به حیفا کردیم و مستقیم به اتاق حضرت ورقه مبارکه علیا رفتیم و آن‌جا بود که عقد صورت گرفت. این کمیته جز در دو موقع، یکی در مسافرخانه و دیگری هنگامی که مرا به محضر مبارک خود احضار و اعلان زناشویی فرمودند هرگز با ایشان تنها نبودم و این ازدواج ما هرگز با مراسم دعوت‌ها و ضیافت‌ها و

جشن‌ها و البسه مخصوصه و غیره توأم نگردید بلکه در همان شب پدر و مادر  
 هیکل مبارک طبق اوامر حضرت بهاءالله ورقه عقد را که دلیل رضایت ایشان بود  
 امضاء کردند و بعد من رفتم مسافرخانه غربی پدر و مادر من در این مراسم  
 نبودند حضرت ولی‌امرالله هم تشریف بردند به اتاق کار خودشان برای رسیدگی به  
 امور جاریه امریه موقع شام تشریف آوردند و پدر و مادر من بی‌نهایت اظهار عنایت  
 کردند و تبریک گفتند، آن دستمال گلی که از روضه مبارکه آورده بودند با  
 لبخندی الهی به مادر عنایت کردند ... پدر و مادر من هم ورقه ازدواج را امضاء  
 نمودند و بعد از شام ... به خانه خصوصی حضرت ولی‌امرالله رهسپار شدند ...»  
 (گوهر یکتا، ص ۲۲۵ - ۲۲۴)



فلسفہ حقیقی

پس از ازواج

## زندگی مشترک

روحیه خانم می‌فرمایند:

«امر ازدواج را باید از نقطه نظر ارتباط آن با فرد و اجتماع مورد مطالعه دقیق قرارداد. وقتی می‌توان از شیء، حدّاکثر استفاده را نمود که از کیفیات و جزئیات آن مطلع گردید. اصولاً امر ازدواج باید یک رابطه دایمی تلقی شود؛ زیرا محتمل است شریک زندگی شما بیش از سایر خویشاوندان و اقوام دوام و بقا یابد. معمولاً پدر و مادر شما قبل از شما خواهند مرد. اطفال شما بزرگ شده و زندگانی علیحده برای خود تشکیل خواهند داد و برادران و خواهران و دوستان شما، خویشاوندانی در زندگی پیدا می‌کنند که طبعاً به آن‌ها خواهند پرداخت؛ لکن شریک زندگی شما یعنی زن یا شوهر شما همیشه مصاحب شما بوده و با شما خواهند بود. در غم و شادی با هم شرکت خواهید داشت. در خانه و اطفال و عواید و ناخداً زیادی در خوشی‌ها و تفریحات شریک و سهیم خواهید بود. در این صورت، قبل از اقدام به امر ازدواج باید متوجه این نکات بوده و فکر کنید که آیا شما دو نفر می‌توانید تمام این مراحل را به نحوی رضایت‌بخش با هم طی نمایید یا خیر.»

«از ازدواج خیلی زیاد یا خیلی کم انتظار نداشته باشید. آب نمی‌تواند بالاتر از سطح خودش بیاید. ازدواج شما نمی‌تواند چیزی بیش از آن‌چه شما دو نفر برای آن تلاش کرده‌اید؛ ایجاد کند.» (دستورالعمل زندگی، ص ۸۰)

نقش و تأثیری که می‌توانید بر زندگی مشترکتان داشته باشید به مقدار بسیار زیادی بستگی به میزان پیشرفت و ترقی روحانی خودتان دارد. صفات مهمی که باید در فرد تقویت شود و تمریناتی که به ایجاد و تقویت این صفات کمک می‌کند، به ترتیب در قسمت‌های «اساس روحانی ازدواج» و «پرورش صفات روحانی» توضیح داده شد.

پس از ازدواج باید حتی بیش از قبل برای ترقی این صفات روحانی تلاش کنیم.

## وفاداری

اساس ازدواج اتحاد است. حضرت عبدالبهاء تأکید می‌فرمایند:

«عقد حقیقی بهائیان اینست که باید بین طرفین روحاً جسماً التیام تام حاصل گردد تا در جمیع عوالم الهی اتحاد ابدی داشته باشند ... اینست عقد بهائی، (منتخباتی از مکاتیب، ج ۱، شماره ۸۶)

هم چنین اشاره می‌فرمایند که اساس اتحاد در ازدواج، وفاداری و صداقت است.

«قوی‌ترین علقه‌ای که قلوب زن و شوهر را به یکدیگر متحد می‌نماید، صداقت و وفاداری است. هر دو باید صداقت و وفاداری را به منتهی درجه نسبت به هم مُجرئ دارند.» (هدیه ازدواج، ص ۱۳)

ازواج، رابطه‌ای است که می‌تواند سعادت بسیار زیادی را برای طرفین به ارمغان آورد. برای رسیدن به این سعادت، دو طرف باید فضایل روحانی را در خود پرورش داده و بیاموزند که چگونه با مشکلات اجتناب‌ناپذیر زندگی مواجه شوند و آن‌ها را حل نمایند. هر قدر که ایمان، وفاداری و تعهد آن‌ها نسبت به زندگی مشترک و نسبت به یکدیگر، که باعث پیوند آن‌ها به یکدیگر می‌گردد، بیش‌تر باشد، به همان نسبت تلاش بیش‌تری برای حل این مشکلات کرده و بیش‌تر با هم متحد می‌گردند.

خیانت، یک تفکر باطل برای فرار از مشکلات به جای روبرو شدن با آن‌هاست. خیانت، خود باعث به وجود آمدن مشکلات جدی‌تری می‌گردد، رابطه زوجین را بدتر می‌کند و گاهاً موانع و شکست‌های جبران‌ناپذیری در رشد معنوی و روحانی فرد خیانتکار ایجاد می‌نماید.

درک فواید وفاداری و صداقت و داشتن تعهد کامل به اجرای آن، فکر باطل فرار از مشکل را از ذهن پاک می‌کند. چنان‌چه زوجین این مفاهیم را عمیقاً درک کرده باشند، از متوثر

شدن به سایر ابزارهای فرار مانند سرگرم کردن خود به فعالیت‌های دیگر، صرف نظر کردن از مشکل و پس کشیدن و بی تفاوتی خودداری می‌نمایند. آن‌ها برای بهبود رابطه خودشان سعی می‌کنند با مشکلاتی که نیاز به حل شدن دارند، روبرو شوند. نقش مواجهه با این مشکلات، نقش مهمی در رشد روحانی طرفین دارد، بنا بر این وفاداری و تعهد به رابطه نیازهای اساسی یک زندگی مشترک معنوی و سعادت‌مند هستند. وفاداری کامل باید در تمام جنبه‌های زندگی نمودار گردد. هم در گفتار و هم در عمل، رفتار هر یک از طرفین باید بسیار والا و در سطحی باشد که نتوان از آن برداشت و استنباط اشتباه کرد.

این بدین معنا نیست که شما نباید دوستی‌های نزدیک با افراد جنس مخالف داشته باشید بلکه در این دوستی‌ها باید در مورد عشق و تعهدتان نسبت به شریک زندگیتان و عدم علاقه عاشقانه به هر یک از افراد دیگر، واضح و روشن عمل کنید. شما باید از هر نوع عمل یا حرفی (هر چند به شوخی) که می‌تواند به وسیله شخص سوم به عنوان نوعی بیان عاشقانه تلقی شود، بپرهیزید. هم چنین باید سعی کنید که همسران را در این دوستی‌ها دخالت دهید به طوری که احساس کند چیزی از این رابطه و دوستی است و دوستان و رابطه‌های شما را بشناسد.

به علاوه، شما باید به احساسی که همسران نسبت به رابطه و دوستی‌های شما دارد، توجه نموده و چنانچه مجبور به انتخاب هستید، همیشه همسران را در اولویت قرار دهید. مهم‌تر این که در روابط و دوستی‌هایتان نباید چیزی وجود داشته باشد که شما احساس کنید باید از همسران پنهانش کنید. چنانچه این راهبردها را به کار گیرید، قادر خواهید بود دوستی‌های نزدیکتان را داشته باشید، بدون این که عکس العمل حسادت‌آمیز همسران را برانگیزید. چنانچه با رعایت تمام این احتیاط‌ها، فهمیدید که یکی از دوستان جنس مخالف شما نسبت به شما احساس عاشقانه‌ای دارد و به همسر و روابط زناشویی شما احترام نمی‌گذارد، باید دوستی خود را با او قطع کنید؛ هر قدر هم که برایتان سنگین باشد. هم چنین این مسئله کمک می‌کند که نیروهایی را که گاهی منجر به خیانت می‌شود، بشناسید.

بسیار مهم است که بیاموزید چگونه به صورت مناسب با مشکلاتی که ممکن است در زندگی مشترک با آن‌ها مواجه شوید، برخورد کنید، پیش از آن‌که این مشکلات منجر به حس عمیق بیگانگی و رنجش در هر یک از طرفین گردد، چرا که گاهی عصبانیت و رنجش منجر به خیانت می‌گردد.

«بهبش یاد می‌دم که نمی‌تونه با من این طوری رفتار کنه» یا «حالا که اون منو درک و تحسین نمی‌کنه چرا با کس دیگه‌ای که منو درک می‌کنه و خوبی‌هامو تحسین می‌کنه نباشم؟» این‌ها افکار پیش‌پا افتاده‌ای هستند که به ذهن فردی که در زمان خشم غیر قابل کنترل و رنجش نسبت به همسرش مرتکب خیانت می‌شود، خطور می‌کند. در میان گذاشتن مشکلات زندگی زناشویی با فردی از جنس مخالف احمقانه است. در هر زندگی مشترکی مسلماً مشکلاتی وجود دارد چرا که هیچ‌گاه هر دو طرف انسان‌های کاملی نیستند و نقص‌هایی دارند. شخص سوّم ممکن است به نظر بسیار فهیم بیاید و به نظر برسد که بسیار با شما توافق نظر دارد، چرا که او در جریان کامل همه زندگی شما نیست، اما اگر فکر کنید که مشکل به طور کامل تقصیر همسران است و این‌که شخص سوّم، بسیار خوب شما را در این زمینه درک می‌کند؛ شما به زودی در دام خطرناکی گرفتار خواهید شد.

شما باید این مسئله را درک کنید که مشکلاتی که در زندگی مشترک به وجود می‌آید، ناشی از ضعف‌ها و نقایص شخصیتی هر دوی شماست. هم شما و هم شریک شما، سپس باید سعی کنید با آرامش کامل با همسران مشورت کنید. سعی کنید دلایل بروز مشکل را روشن کرده و راه‌حل‌هایی را که برای هر دوی شما قابل قبول است، بیابید، چنان‌چه با این روش با مشکلات برخورد نکنیم و اگر خارج از زندگی مشترک به دنبال تسلی خاطر بگردیم، فقط مشکلات زندگی خودمان را بدتر کرده‌ایم و اگر این مسئله منجر به خیانت شود، منجر به شکست در ترقی روحانی نیز خواهد شد. حضرت بهاء‌الله به وضوح می‌فرماید:

«ارتکاب زنا، مانع از ارتقاء روح در عالم بعد است؛ معصیتی عظیم است.»  
(مکتوب ۳۰ سپتامبر ۱۹۹۹)

و حضرت شوقی افندی می‌فرمایند:

«عفت و عصمت، به قبل و بعد از ازدواج مربوط می‌شود. قبل از ازدواج، عفت و عصمت مطلق و بعد از آن وفاداری صرف به همسر. وفاداری در روابط زناشویی و وفاداری در قول و عمل.» (انوار هدایت، شماره ۱۲۱۲)

در واقع بهترین محافظت در مقابل خیانت، پرورش حس مخالفت شدید با آن بر اساس آگاهی از آسیب‌های روحانی آن تأثیر بدی که بر زندگی مشترک می‌گذارد، است.

اگر با وجود به کارگیری همه توصیه‌های بالا و یا به علت این که آن‌ها را به درستی به کار نگرفته‌اید، همچنان به فردی غیر از همسران کشش شدید احساس می‌کنید، باید بسیار با خودتان صادق باشید و تشخیص دهید که این کشش به چه علت است؟ حقیقت را از خودتان پنهان نکنید، سریعاً شروع به دعای خالصانه کرده و از خدا بخواهید که از شما در مقابل امیال و ذهنیات بیهوده و باطلتان محافظت کند. هم‌چنین می‌توانید بر روی موقعیت، تفکر و تمرکز کنید و سعی کنید دریابید چه چیزی در احساس کشش شما نقش دارد و چه مسائلی این احساسات شما را تشدید و چه مسائلی آن را تضعیف می‌کند؛ سپس باید بر اساس درک‌تان از عواملی که باعث کشش شما به آن فرد می‌شود، بهترین راه را برای حل مشکل بیابید.

معمولاً بهترین عکس‌العمل، هر چند که در همان لحظه به نظر دشوار می‌آید، این است که رابطه خود را تا آن‌جا که می‌توانید با فردی که به سمت او کشش دارید؛ قطع کنید؛ اما چه تصمیم به این کار بگیرید و چه هر راه حل دیگری را برگزیند، دو راهبرد اساسی وجود دارد که بهتر است از آن‌ها پیروی کنید:

۱. این بیان از حضرت بهاء‌الله نیست. تبیین حضرت ولی‌امراه از آثار جمال مبارک است که در مکتوب ۳۰ سپتامبر ۱۹۹۹ خطاب به یکی از اجتهاد ذکر شده است - م

۱. کاری را که دوست ندارید همسرتان با فرد دیگری بکند، انجام ندهید.

۲. کاری را که نمی‌توانید به همسرتان بگویید، انجام ندهید.

هم‌چنین لازم است که کارهای ابتکاری برای تقویت زندگی مشترکتان انجام دهید و از همسرتان بخواهید که در این کار شما را یاری دهد. نکته مهم این‌که، چنان‌چه شما وجداناً از ابتدای ازدواج سعی در پرورش رابطه‌ای نزدیک‌تر با همسرتان کرده و اگر برای پرورش عادات روحانی و زندگی مشترکتان تلاش کرده باشید، این‌ها سعادت و اتحادی را در خانواده ایجاد می‌کند که مشکلاتی که منجر به خیانت گردد؛ در زندگی به وجود نخواهند آمد.

متأسفانه، صرف وفاداری باعث از بین رفتن حس حسادت نمی‌شود. گاهی با وجود تمام تلاش‌هایی که برای دخیل کردن همسران در دوستی‌هایتان کرده‌اید و با این‌که سعی کرده‌اید با اعمال‌تان بی‌منظور بودن دوستی‌های خود با جنس مخالف را نشان دهید، هم‌چنان همسران حسادت نشان می‌دهد که ممکن است ناشی از حس عدم امنیت و تردید در مورد میزان علاقه شما به او باشد. در این صورت، شما باید به این مسئله به عنوان یک نشانه مهم از وجود مشکل در زندگیتان توجه کنید، سپس باید سعی کنید زندگی مشترکتان را تقویت کنید. سعی کنید به همسران بگویید و نشان دهید که چقدر دوستش دارید و چقدر برای شما مهم است. گاهی حتی یک بغل کردن و یک جمله عاشقانه باعث از میان رفتن حس بی‌اساس حسادت شده و باعث می‌شود هر دوی شما به این موضوع بخندید.

چنان‌چه این حسادت ریشه عمیق‌تر داشته باشد، ممکن است مجبور شوید که رابطه خود را با شخص سوّم قطع کنید تا زمانی که همسر شما احساس اطمینان بیش‌تر به عشق شما نسبت به خودش و تعهد شما به اصول روحانی از جمله وفاداری پیدا کند. اگر این کار را نکنید، ممکن است حسادت زندگی مشترک شما را نابود کند؛ حضرت عبدالبهاء می‌فرمایند:

«نگذارند ذره‌ای رشک و حسادت در بین ایشان نفوذ کند؛ زیرا این حسادت چون

سعی است که ریشه محبت را فاسد می‌نماید.» (هدیه ازدواج، ص ۱۳)

برای جلوگیری از نفوذ این نیروی مخرب به درون زندگی مشترک باید کاری کنید که هیچ فضایی برای ایجاد چنین حسی به وجود نیاید. هنگامی که زوجین از تمام احکام الهی به خاطر عشق به خداوند اطاعت می‌کنند و تمایل آن‌ها به قرب الهی و ترس آن‌ها از اختلال در ترقی روحانی و تضعیف رابطه آنها با خداوند که نتایج غیرقابل اجتناب سرپیچی از احکام اوست، باعث ایجاد ناخودآگاه حس اعتماد دو جانبه میان زن و شوهر می‌گردد که این اعتماد مانع ایجاد حس حسادت می‌گردد.

هنگامی که یکی از طرفین مطمئن است که همسرش به احکام خداوند متعهد است، به وفاداری او اعتماد خواهد داشت و اطمینان دارد که اصول اخلاقی که همسرش به آن‌ها معتقد است به او اجازه نمی‌دهد که احکام خداوند را زیر پا بگذارد.

یکی دیگر از کارهایی که به جلوگیری از حس حسادت کمک می‌کند، این است که زوجین عادت کنند همه چیز را علنی و صادقانه با یکدیگر در میان گذارند که این باعث اعتماد بیش‌تر بین آن‌ها می‌گردد. این کار نیازمند تلاش هر دو طرف است. ابتدا هر یک از طرفین باید سعی کنند همواره صادق و خالص بوده و حتی کوچک‌ترین جزئیات زندگی شامل عمیق‌ترین افکار و احساساتشان را با همسر خود در میان گذارند. طرف مقابل نیز بیش از پیش تلاش کند که به این اعتماد همسرش احترام بگذارد. او را همان‌گونه که هست با تمام ضعف‌ها و کاستی‌هایش بپذیرد. بسیار مهم است که او را به خاطر آن‌چه که با شما در میان گذاشته، مورد انتقاد قرار ندهید و سعی نکنید به او بگویید که چه کند. بلکه هر یک باید سعی کنند تا آن‌جا که ممکن است با یکدیگر صادق بوده و همدیگر را آن‌طور که هستند بپذیرند.

این پذیرش طرف مقابل به این معنا نیست که وقتی همسرتان چیزی می‌گوید یا کاری می‌کند که باعث ترس یا رنجش یا حسادت شما می‌شود، احساساتان را از او مخفی کنید، در چنین شرایطی شما باید سعی کنید که نحوه بیان احساساتان را کنترل کنید و از حمله کردن، مقصر دانستن و یا انتقاد شدید از همسرتان بپرهیزید. باید سعی کنید که احساساتان را با آرامش برایش توضیح دهید و از او بخواهید که او هم شما را درک کند، سپس یک راه‌حل مناسب برای موقعیت پیدا کنید.



بسیار خوب است که یک زمان مشخص (حداقل هفته‌ای یک بار یا بیشتر) را به در میان گذاشتن این مسائل عمیق اختصاص دهید، چرا که معمولاً چنین فرصتی به خودی خود کمتر پیش می‌آید.

اگر زن و شوهر اعتماد و صمیمیت کافی را برای بیان تمام جنبه‌های زندگی در بین خود پرورش دهند و یکدیگر را آن‌طور که هستند بپذیرند، تمام عوامل مهم حسادت را در بین خود از بین برده‌اند؛ زیرا معمولاً سرچشمه حسادت، ترکیبی است از عدم احساس امنیت، عدم حس اعتماد و ترس از این‌که شخص مقابل چیزی را پنهان می‌کند؛ وقتی که شرایط برعکس این باشد و هر یک از طرفین احساس کند که همسرش را واقعاً می‌شناسد و این اطمینان را داشته باشد که همسرش جوانب مهم زندگی‌اش را با او در میان می‌گذارد؛ حسادت از میان می‌رود. و اگر هم حسادت چیره شود؛ پس از یک مشورت خالصانه این حس زایل می‌گردد.

اگر با وجود آن‌که به ایمان همسران نسبت به خداوند اطمینان دارید و رابطه‌ای صمیمانه نیز برای بیان آزادانه احساساتتان ایجاد نموده‌اید؛ اما همچنان حسادت را در وجود خود احساس می‌کنید، باید در مورد تمام آن‌چه که در مورد همسران، در مورد اخلاقش، رفتارش و تعهدش به اصول روحانی می‌دانید عمیقاً تفکر کرده و بررسی کنید که آیا حس حسادت شما منطقی است یا خیر.

اگر به این نتیجه رسیدید که این حس منطقی نیست، باید صراحتاً بپذیرید که حسادت می‌کنید، مشکل شماست و باید هر کاری که می‌توانید برای کنترل و غلبه بر آن انجام دهید تا این شک بی‌اساس به زندگی مشترک لطمه وارد نکند.

همچنین توصیه می‌شود که مسئله را با همسران در میان گذاشته، اعتراف نمایید که چنین مشکلی دارید و توضیح دهید که نهایت سعی خود را می‌کنید که بر این حس غالب شوید و از او بخواهید که در این کار به شما کمک کند. مثلاً از قرار گرفتن در شرایط یا رابطه‌ای که به ایجاد حس حسادت در شما دامن می‌زند، بپرهیزد و شما را در دوستی‌ها و روابطش وارد سازد و یا در مورد آن‌چه که بین او و دوستانش می‌گذرد برای شما توضیح

دهد. در هر حال، این را بدانید که هر آن چه را که از همسران می‌خواهید انجام دهد، باید چنان چه شرایط مشابهی در مورد او پیش آمده، شما نیز این کارها را برایش انجام دهید.

### مشورت

یکی از کارهایی که نقش مهمی در زندگی مشترک دارد، مشورت است. در زندگی مشترک بهائی، هیچ‌یک از طرفین نباید سلطه داشته باشند. هر دو باید خواست خدا را در نظر گرفته و از آن اطاعت کنند و این از طریق مشورت حاصل می‌گردد. حضرت بهاء‌الله صراحتاً می‌فرماید: «لاخیر ولا سلامة الا بالمشورة»<sup>۱</sup> حضرت عبدالبهاء، مراحل مشورت به طور خلاصه چنین مطرح می‌فرماید:

«اول شرط محبت و الفت تامّ بین اعضای آن انجمن است ... شرط ثانی آن است که اعضا محفل باید توجه به ملکوت اعلیٰ کنند و طلب تأیید از افق ابهتی و در نهایت خلوص و وقار و سکون و آداب در انجمن قرار یابند و به نهایت ادب و ملائمت کلام و اهمّیت خطاب به بیان آراء بپردازند. در هر مسئله‌ای تحزبی حقیقت کنند نه اصرار در رأی، زیرا اصرار و عناد در رأی منجر به منازعه و مخاصمه گردد و حقیقت مستور ماند ... آن‌ها باید به نهایت آزادگی بیان رأی خویش نمایند و ابدأ جایز نه که نفسی تزییف رأی دیگری نماید ...» (مکاتیب عبدالبهاء، ج ۳، ص ۵۰۶)

«اگر دیگری مقاومت می‌کند، ابدأ او مکذّر نشود؛ زیرا تا بحث در مسائل نگردد رأی موافق معلوم نشود و بارقه حقیقت شعاع ساطع از تصادم افکار است.» (خصایب اصحاب شور، ص ۶۳)

هیكل مبارک توصیه می‌فرماید:

«نگذارید امور جزئیّه سبب اختلاف شود ... اگر در مسئله‌ای اتّحاد نمایید و خطا باشد، بهتر از آن است که اختلاف نمایید و صواب باشد؛ زیرا این اختلاف ...

۱. نقل بیان مبارک از انتهای بخش سوم ترجمه بیانته رفاه عالم انسانی - م

مورث هزار خطا است. و اگر اتحاد نمایند و دو طرف در خطا باشند، چون اتحاد است، عاقبت حقیقت منکشف گردد و خطا بدل به صواب شود.<sup>۱</sup>

بنا بر این، پیش از آغاز مشورت، هر دو باید به سوی خدا دعا کرده و طالب هدایات او باشند. سپس با نهایت ادب و مهربانی و وقار و علاقمندی و اعتدال، هر یک از طرفین، نظرات، احساسات و نیازهایش را بیان کند. هم‌چنین هر کدام با دقت و خلوص سعی در درک نظرات و احساسات و نیازهای دیگری کند، حتی اگر این نظرات، مخالف نظر خود او باشد. سپس با هم تلاش نمایند تا به نتیجه‌ای که برای هر دو قابل قبول باشد، برسند و هر دو برای اجرای آن همکاری نمایند.

از لحاظ عملی مشورت به معنای در میان گذاشتن برنامه‌ها و نظراتتان با همسران است. هنگامی که می‌خواهید در مورد مسئله مهمی تصمیم‌گیری کنید، باید در مورد جوانب و احتمالات مختلف مسئله هم‌فکری کنید تا بتوانید به راه‌حل مناسبی دست یابید که رضایت هر دو نفر شما را جلب کند.

در این جریان شما می‌توانید تمام راه‌حل‌هایی که به ذهنتان می‌رسد، بنویسید. (حتی راه‌حل‌هایی که به نظراتان احمقانه یا غیرممکن برسد)، بدون این که آن‌ها را تجربه و تحلیل یا نقد کنید. این کار باعث می‌شود که ذهنتان در اتخاذ تصمیم بازتر و خلاق‌تر باشد، سپس می‌توانید با هم به یادداشتتان مراجعه کرده و راه‌حل‌هایی که به نظر هر دو تن قابل قبول‌تر می‌آید برگزینید.

هنگامی که در خانواده بچه‌هایی هم وجود دارند که این تصمیم‌گیری بر آن‌ها تأثیر خواهد گذاشت، باید آن‌ها هم در مشورت دخالت داده شوند و نظرات و ایده‌هاشان در نظر گرفته شود.

چنانچه رسیدن به توافق به نظر غیرممکن می‌آید، بهتر است تصمیم‌گیری را به زمان دیگری موکول کرده و برای طلب هدایت دعا کنید.

۱. جمله اول ترجمه است؛ از «اگر در مسئله‌ای ... الی آخر عین بیان مبارک است که از ص ۱۹ بیانیه بیت‌العدل

اعظم با عنوان «آزادی‌ها و حقوق فردی» نقل گردید - م

هم‌چنین مشورت برای حلّ اختلاف‌نظرها و مشکلات و سوءتفاهم‌هایی که در زندگی مشترک پدید می‌آید، بسیار مفید است. حضرت عبدالبهاء توصیه می‌فرماید:

«هر وقت اختلاف نظری بین ایشان تولید شود، باید منتهی درجه سعی نمایند که آن را بین خود حلّ کنند و نگذارند خبر آن به خارج سرایت کند؛ زیرا مردم مستعدّ هستند که ذرّهٔ صغیر را جبل کبیر نمایند. و نیز هرگاه به علت پیش‌آمدی، رنجشی از یکدیگر حاصل نمودند، نباید آن را در دل نگاه دارند؛ بلکه بالطبع باید آن را برای یکدیگر شرح و توضیح دهند و کوشش کنند هرچه زودتر این نفاق و کدورت برطرف شود.» (هدیهٔ ازدواج، ص ۱۳)

در چنین موقعیت‌هایی باید مشورت با دقّت خاصّ صورت گیرد، سعی نکنید در زمانی که بین شما رنجش عمیق پدید آمده و یا یکی از شما بسیار عصبانی است، مشورت را صورت دهید. حضرت عبدالبهاء توضیح می‌فرماید:

«ممکن است بین نفوس کدورت حاصل شود. باید چنان سلوک نمود که کدورت ابتدا زایل شود، در این صورت کلام تأثیر کند.» (ترجمه)

هنگامی که رنجش و بیگانگی بین شما ایجاد شده باید با دقّت و اهمّیت زیادی خود را برای مشورت آماده کنید. قبل از آغاز مشورت باید از اشتباهات خود و از تقصیراتی که در ایجاد مشکل داشته‌اید، آگاهی یافته و آن‌ها را بپذیرید.

هم‌چنین باید صادقانه خواهان درک همسران و آشتی و صلح با او باشید، سعی کنید از تویخ کردن او و تحمیل خواسته‌هایتان به وی خودداری نمایید. رسیدن به چنین شرایطی با دعا و مناجات و تفکّر بر آثار بهائی میسر خواهد بود.

سعی نمایید حالت دفاعی و جبهه‌گیری را در خود از بین برده و آن را با حسن‌علاقه و تمایل به شنیدن و درک کردن و فهمیدن دلایل واقعی عملکرد همسران جایگزین نمایید. این کار به شما کمک می‌کند که ذهن بازتر و پذیراتری داشته باشید.

زمانی که شما و همسرتان هر دو از لحاظ روحانی احساس آمادگی کردید، می‌توانید با آرامش و احترام سعی در توضیح احساسات و نظرات و ترس‌هایی که باعث شده هر یک چنین رفتاری داشته باشید نمایید.

اگرچه ممکن است جریان اندکی دشوار باشد؛ اما درک دو طرفه‌ای که این گفتگوی صادقانه به ارمغان می‌آورد باعث می‌شود که موانع و مشکلات سر بسته، آشکار شده و از بین بروند و باعث ایجاد حس گرمی و صمیمیت بیشتر می‌گردد. فقط زمانی که دو طرف احساس کنند که به خوبی توسط طرف مقابل درک شده‌اند و حس عمیق صمیمیت به وجود آمده یافتن راه حل مناسبی که مورد قبول دو طرف باشد ممکن و میسر خواهد بود.

زمانی که دلایل اصلی بروز مشکل را بیابید و احساسات و نیازهای یکدیگر را درک نمایید، مادر خواهید بود مشکلات مشابهی که ممکن است در آینده رخ دهد را پیش‌بینی کرده و از بروز آن‌ها جلوگیری کنید.

هنگامی که می‌کوشید از مشورت برای حل اختلافات استفاده نمایید، سعی کنید از سرزنش کردن یکدیگر و تکرار دوباره و دوباره کل داستان و این که چه کسی چه کاری کرده، خودداری نمایید. مقصود دانستن و سرزنش یکدیگر و تکرار مجدد آن باعث تحریک مجدد حس عصبانیت و ایجاد حالت دفاعی در طرفین شده و به جای حل مشکل، شرایط را بدتر می‌کند. تمام تلاش‌ها باید در راستای درک بیش‌تر احساسات و انگیزه‌های یکدیگر و رسیدن به شناخت و درک متقابل بوده و مرحله بعد، تلاش برای یافتن راهکار مناسب برای حل مشکل و جلوگیری از مشکلات آینده است. در همه مشورت‌ها، شما باید گفته‌هایتان را واضح، صادقانه، با عشق و با ادب و مهربانی و تعادل بیان کرده و از صمیم قلب برای درک طرف مقابل تلاش نمایید.

مشورت، هم‌چنین می‌تواند و باید برای تبادل آمل، امیدها، آرزوها و برای حمایت یکدیگر و در راستای پیشرفت مادی، حرفه‌ای و روحانی به کار گرفته شود. حضرت عبدالبهاء می‌فرماید:

«شما باید تمام تصوّرات و افکار عالی و آسمانی خود را به یکدیگر بگویید.» (هدیه آسمانی، ص ۱۴)

هر قدر که از مشورت بیش تر در چنین شرایط مثبتی استفاده کنید، کمتر مجبور به استفاده از آن برای حل مشکلات و اختلافات خواهید بود.

### روابط خانواده

«مطابق تعالیم حضرت بهاء الله به لحاظ این که خانواده یک واحد انسانی است، باید برونق موازین و قوانین تقدیس و تنزیه، هدایت و تربیت شود، کلیّه فضایل و کمالات باید به آن تعلیم گردد و جامعیت روابط داخلی آن، مستمراً تحت مراقبت و مواظبت قرار گیرد و حقوق افراد عضو، محافظت و صیانت شود. حقوق اولاد، پدر و مادر هیچ یک نباید مورد تخطی و تجاوز واقع شود. هیچ کدام نباید مستبدانه عمل کنند ... کلیّه این حقوق و امتیازات باید رعایت شده، در عین حال وحدت و جامعیت خانواده محفوظ ماند.» (ترجمه)

برای رسیدن به این کمال مطلوب، باید سعی کنیم شرایط و محیطی که باید در خانه وجود داشته باشد و مسئولیت های هر یک از اعضای خانواده نسبت به یکدیگر را بشناسیم و درک کنیم.

### رابطه میان زن و شوهر

حضرت عبدالبهاء می فرماید:

«ای دو مؤمن بالله، خداوند بی مانند زن و مرد را آفریده که با یکدیگر در نهایت الفت آمیزش نمایند و زندگانی کنند و حکم یک جان داشته باشند زن و مرد دو رفیق انیس هستند که باید در غم یکدیگر شریک باشند چون چنین باشد در نهایت خوشی و آسایش دل و جان در این جهان زندگی کنند و در ملکوت آسمانی

مظهر الطاف الهی گردند و الا در غایت تلخی به سر برند و هر دم آرزوی مردن نمایند و در جهان آسمانی نیز شرمسار باشند.» (ازدواج بهائی، ص ۱۵)

هم چنین تأکید می فرمایند:

«در این امر، حیات عائله باید مثل حیات ملائک سماء باشد. روحانیت و سرور باشد. اتحاد و اتفاق باشد. موافقت جسمانی و عقلانی باشد. خانه منظم و مرتب باشد. افکارشان مانند اشعه های شمس حقیقت و ستاره های روشن سماء باشد ... همیشه پر فرح و سرور باشند و سبب سرور قلب دیگران شوند. برای دیگران سرمشق باشند. برای یکدیگر محبت صمیمی حقیقی داشته باشند. اطفال خود را خوب تربیت نمایند تا سبب افتخار و اشتهاار عائله گردد.» (کنجینه حدود و احکام، ص ۱۶۱)

باید هدف‌تان ایجاد خانه ای لبریز از عشق و محبت و سرور باشد به طوری که زن و شوهر بتوانند کلام حضرت عبدالبهاء را تکرار نمایند که می فرمایند:

«خانه من، خانه صلح و آرامش است. بیت من، بیت سرور و حبور است. منزل من، منزل خنده و وجد و شعف است. هر نفسی که از ابواب این بیت وارد شود، باید با قلبی طافح از سرور و حبور خارج شود. این خانه نور است؛ هر نفسی بدان ورود نماید؛ باید نورانی گردد.» (ترجمه)

اگر می خواهید در زندگی مشترکتان به این کمال مطلوب نزدیک شوید، لازم است که مکرراً این بیانات را خوانده و در موردشان تفکر نمایید، سپس با همسران در باره راهکارهایی که می تواند کیفیت رابطه تان را بهبود بخشد صحبت کنید.

### رابطه میان والدین و فرزندان

حضرت بهاء الله می فرمایند:

«تزوجوا یا قوم لیظهر منکم من یدکرنی بین عبادی هذا من امری علیکم انخلوه لانفسکم معیناً.» (کنجینه حدود و احکام، ص ۱۵۹)

این بیان بدین معناست که هدف اصلی ازدواج داشتن فرزندان و تربیت زنی است. آن‌هاست، این جریان هم‌چنین نقش مؤثری در سعادت و خوشبختی والدین دارد. حضرت عبدالبهاء توضیح می‌فرماید:

«تأسیس عائله خیلی مهم است، تا انسان جوان است، از غرور جوانی ملتفت نمی‌شود ولی چون پیر شد، خیلی افسوس می‌خورد...» (کنجینه حدود و احکام، ص ۱۶۱)

تربیت فرزندان، می‌تواند در ترقی والدین هم نقش داشته باشد، حضرت روحیه خانم می‌فرماید:

«داشتن اولاد ... از جنبه روحانی نیز موجب سعادت است. تولید نسل و یا موجود ذی‌روحی که از شما به وجود آمده ... بچه‌دار شدن، طبیعی‌ترین فرایند زندگی است. داشتن بچه نه فقط از نظر جسمانی مفید به حال ماست، بلکه برای حفظ جامعه به طور کلی انجام دادن این کار ضروری است. ولی در عین حال می‌تواند نعمتی روحانی برای ما تلقی گردد. به وجود آوردن حیاتی جدید، حیاتی چون زندگی خود شما که از شما سرچشمه گرفته و وابسته به شما باشد، مستلزم مجموعه کاملی از عواطف جدید منبعت از روح شما می‌باشد. قلب انسانی که با لمس دست فرزندش شدیدتر نمی‌تپد، به راستی مرده است. بچه‌دار شدن مقدار زیادی از خودخواهی‌های ما را که زیر بار سنگینی‌اش کمر خم کرده‌ایم برطرف می‌سازد. بچه‌دار شدن علاقه‌ای جدید و شدید نسبت به زندگی ایجاد می‌نماید و به احساس جدید مسئولیت منجر می‌شود. بچه‌دار شدن انسان را به اندیشیدن به خود و شرافت خویش دعوت می‌کند. داشتن فرزند، مستلزم نوع جدیدی از عشق یعنی عشقی است که لاجرم توأم با ایثار و شکیبایی و انکار نفس است. فی‌الواقع داشتن فرزند می‌تواند و باید عامل تهذیب نفس برای والدین باشد. این موضوع، شوق جدیدی نسبت به زندگی ایجاد می‌کند. داشتن فرزند رسالت خطیری است و انسان جدیدی که از این اقتران حاصل می‌شود، باید حمایت شود، پشتیبانی شود، مساعدت شود، تربیت شود و آموزش یابد. او پیوند محکم‌تری بین پدر و مادر ایجاد می‌کند و چشمه عشق ایشان را سرشار می‌سازد و



برگ‌های سبز بر شجره ازدواج می‌رویاند. گذشته از همه، بیشترین بخش خلایق را که دوران پیری با خود می‌آورد با خود می‌برد.» (ترجمه)

اما مسئله فقط داشتن فرزند نیست؛ والدین مسئولیت سنگینی در مورد تعلیمات روحانی، اخلاقی، احساسی و ذهنی فرزندانشان دارند. این مسئله به قدری حایز اهمیت است که حضرت عبدالبهاء می‌فرمایند:

«البته، طفل را اگر بکشند بهتر از این است که جاهل بگذارند، زیرا طفل معصوم، گرفتار نقایص گوناگون گردد و در نزد حق مؤاخذ و مسئول و در نزد خلق مدموم و مردود.» (انوار هدایت، شماره ۴۸۶)

این بیان، به ما کمک می‌کند که مسئولیت خطیری که والدین نسبت به فرزندانشان دارند را بهتر درک کنیم. این مسئولیت، از ابتدای نوزادی و حتی می‌توان گفت از دوران جنینی بر عهده والدین است. به طور خلاصه: «تکلیف والدین چنان است که در تعلیم و تربیت اولاد به منتهای جدّ ساعی و کوشا باشند.» (مجموعه آثار در مورد تربیت بهائی، ص ۷۵)

اگرچه پدر و مادر هر دو در این مسئولیت سهیمند؛ اما مادر نقش خاصی در پرورش و تربیت فرزند دارد. او اولین مربی کودک است که بیش‌ترین تأثیر را از همان سال‌های اولیه بر او دارد. سال‌های سازنده‌ای که در رشد و پیشرفت کودک بسیار حایز اهمیت هستند. حضرت شوقی افندی بیان می‌دارند:

«... مسئولیت اساسی تربیت طفل بهائی به عهده مادر است. یگانه وظیفه مادر ایجاد شرایطی در محیط خانه می‌باشد که به نحو اتمّ و احسن به سعادت و ترقی طفل در عالم مادی و معنوی بیانجامد.» (انوار هدایت، شماره ۴۹۷)

هم‌چنین حضرت عبدالبهاء مادران را در این امر تشویق نموده و بر اهمیت والای این مسئله تأکید می‌فرمایند:

«ای مادران مهربان، این را بدانید که در نزد یردان، اعظم پرستش و عبادت تربیت کودکان است به آداب انسانیت.» (امر و خلق، ج ۳، ص ۳۴۰)

این تأکید بر مسئولیت بنیادی مادر، در تعلیم و تربیت فرزندان به هیچ عنوان به این معنا نیست که پدر باید جمیع امور را به مادر واگذارد، بالعکس حضرت عبدالبهاء به طور اخص در مورد نقش خاصی که پدر در تعلیم و تربیت فرزندان برعهده دارد صحبت فرموده‌اند:

«پدر باید همواره بکوشد که پسر را تربیت کرده، با تعالیم آسمانی آشنا نماید. باید همیشه او را نصیحت نموده، تشویق و ترغیب کند. اعمال و کردار ممدوحه پسندیده به او بیاموزد و جهت حصول تعلیم و تربیت در مدرسه، کمک و مساعدتش نماید. خلاصه کلام، باید فضایل و کمالات انسانی را در ذهن و روحش القاء کند. بالاتر از همه این‌ها، او باید مستمراً فرزند را به ذکر الهی متذکر دارد، به نحوی که عروق و شریان نباضش به محبت الهی مرتعش شود...» (انوار هدایت، شماره ۷۶۶)

در نتیجه، هم پدر و هم مادر، باید فرزندانشان را با عشق و علاقه تعلیم و تربیت نمایند و توجه خاص نسبت به پرورش صفات روحانی فرزندان مبذول دارند.

مسئلاً، فرزندان نیز مسئولیت‌های معینی در قبال والدین دارند. حضرت عبدالبهاء توضیح می‌فرماید:

«... پسر باید نهایت اطاعت و انقیاد را نسبت به پدر مجری دارد و چون بنده‌ای مطیع و منقاد، رفتار کند. شب و روز بکوشد و سعی نماید که سبب آسایش پدر مهربور گردد و در جهت کسب رضایتش عمل کند. او باید از راحتی و رضای خود چشم پوشیده، مدام بکوشد سبب سرور قلوب پدر و مادر خود شود، تا این که بدین وسیله رضای الهی حاصل نموده، مشمول تأییدات و عنایات جنود غیبی واقع شود.» (انوار هدایت، شماره ۷۶۶)

در موردی دیگر به فرزندگی توصیه می‌فرماید:

«در تأمین آسایش مادر بکوش و سعی کن آن‌چه را که سبب مسرت قلبی او شود، انجام دهی.» (ترجمه)

خود حضرت بهاء الله نیز بر مسئولیت خطیری که فرزندان در قبال والدینشان دارند، تأکید می‌فرمایند:

«والدین خود را توقیر و تکریم کنید ... مبدا مرتکب شوید آن چه را که سبب کدورت و اندوه قلوب آباء و ائمهات گردد ... اگر نفسی شما را مختار نماید که از میان دو فرصت، یکی جهت تقدیم خدمتی به حق و دیگری ارائه خدمتی به والدین یکی را انتخاب کنید، خدمت به آنان را انتخاب کنید و بگذارید این خدمت، سبیلی باشد برای وصول به من ...» (انوار هدایت، شماره ۷۶۸)

همان طور که والدین مسئولیت مقدّس، عشق ورزیدن، اهمیت دادن و تعلیم و تربیت فرزندان شان را بر عهده دارند، فرزندان هم موظفند که این عشق و توجه را با اطاعت، از والدین و انجام هر کار ممکن برای سعادت و خوشبختی آن‌ها پاسخ دهند.

### وحدت در کثرت

تعهد به اصول روحانی و ترقی معنوی به همراه حمایت متقابل میان اعضای خانواده، اساس و بنیادی است که یک زندگی مشترک موفق و یک خانواده سعادت مند بر آن بنا می‌گردد.

اگر هر یک از اعضای خانواده خواهان رشد و ترقی روحانی، اخلاقی، ذهنی، هنری، احساسی و جسمی خود هستند، پس لازم است که اصول آزادی، اتحاد و نظم در خانواده وجود داشته باشد.

پذیرش صمیمانه و پیروی از اصل وحدت در کثرت می‌تواند چنین اعتدالی را ایجاد کند. احترام به تنوع و گوناگونی اعضای خانواده و تشویق این تفاوت‌ها موجب تأمین و حفظ استقلال فردی شده و منشاء ابتکار در زندگی خانوادگی می‌گردد.

هم زن و هم شوهر باید یکدیگر را در تقویت علائق و روابط و دوستی‌های فردی تشویق نمایند. اگر هر کدام چنین عمل کنند، بیش‌تر قادر خواهند بود که استعدادات خاص

خود را پرورش دهند و بیش‌تر احساس رضایت و سرور و احساس استعداد و لیاقت می‌نمایند. بیش‌تر می‌توانند برای خدمت به بشریت آماده شوند و در ایجاد مدنیت مرفه‌تری نقش داشته باشند. هم‌چنین در چنین شرایطی هر یک از اعضاء، مسایل بیشتری برای تقسیم کردن با خانواده دارند چرا که هر کدام نظرات و علایق دوستانش را با خانواده در میان می‌گذارد. هم‌چنین والدین باید فرزندان را تشویق نمایند که هر یک به دنبال علایق و استعدادات خاص خود باشند. بدون این احترام برای تفاوت‌ها و بدون حمایت صمیمانه از استقلال فردی اعضاء خانواده، کم‌کم اتحاد به سمت سکون، بی‌حاصلی و یک‌نواختی آزاددهنده‌ای تنزل خواهد کرد. شرایطی که در آن زوجین از یکدیگر خسته شده و فرزندان سرکش می‌شوند. اما برای آن که تفاوت‌ها میان افراد موجب بی‌علاقگی و تفرقه بین اعضاء خانواده نگردد، باید خانواده گاهی با صداقت کامل در مورد برنامه‌ها، نیازها، احساسات و علایقشان با یکدیگر به شور بنشینند. به عنوان نوعی ابزار محبت، هر یک می‌تواند با طیب خاطر، علایق و دغدغه‌هایش را با سایرین در میان گذارد؛ سایرین نیز در پاسخ به این محبت می‌توانند به دغدغه‌ها و مسائلیش توجه کرده و گاهی یکدیگر را در فعالیت‌های فردی همراهی کنند.

مشورت مکرر و صادقانه و تبادل افکار، کلید ایجاد وحدت است. توافق قلبی در مورد اصول بنیادی و اساسی نیز لازم است. حضرت عبدالبهاء تأکید می‌فرماید:

«الیوم، جر قوه کلیة کلمة الله که محیط بر حقایق اشیاء است، عقول و افکار و قلوب و ارواح عالم انسانی را در ظل شجره واحد جمع نتواند...» (منتخباتی از مکاتیب عبدالبهاء، ج ۱، ص ۲۸۰)

اتساع اساس اتحاد در خانواده، تسلیم در برابر اراده خداوند و پذیرش قلبی موازین و ارزش‌هایی که به وسیله او مشخص شده و اطاعت از احکام اوست. چنان‌چه همه افراد خانواده و بیش از همه والدین، زندگی خودشان را بر اساس کلام و احکام خداوند بنا نهند، پایه اتحادی ابدی در خانواده ایجاد می‌گردد.

هر یک از طرفین باید دائماً تلاش مضاعف برای تقدیم و تسلیم کامل زندگی خود به خداوند و پرورش صفات روحانی نمایند. هم‌چنین هر یک از طرفین قادر است با عشق،

مهربانی و صداقت، همسر و فرزندان‌ش را در پرورش این صفات معنوی حمایت، کمک و تشویق نماید، چنان‌چه هر دوی والدین بر اساس این کمالات و ایده‌آل‌ها زندگی کنند، اساس اتحاد در زندگی مشترک و در خانواده روز به روز محکم‌تر شده و سعادت ابدی آن‌ها تأمین می‌گردد. حضرت عبدالبهاء توضیح می‌فرماید:

«ملاحظه نمایید چون اتحاد و اتفاق در میان خاندانی واقع شود، چقدر امور سهل و آسان گردد و چقدر ترقی و علویت حاصل شود. امور منتظم گردد و راحت و آسایش میسر شود؛ خاندان محفوظ ماند؛ مقام محفوظ شود؛ سبب غبطه عموم گردد روز به روز بر علویت و عزت ابدیه بیفزاید...» (منتخبانی از مکاتیب عبدالبهاء، ج ۱، ص ۲۶۷)

«اگر محبت و وفاق در خانواده‌ای استقرار یابد، آن عائله ترقی خواهد کرد؛ نورانی و روحانی خواهد شد؛ اما اگر عداوت و انزجار در آن موجود باشد، انهدام و اضمحلالش قطعی و حتمی است.» (انوار هدایت، شماره ۷۳۱)

پرورش عادات روحانی در خانواده، محیط مساعدی برای رشد و ترقی معنوی افراد خانواده ایجاد می‌کند که نقش اساسی در اتحاد بیش‌تر خانواده دارد. حضرت شوقی افندی این اطمینان را به ما می‌دهند:

«قوة الهی، کاملاً قادر بر تقلیب اخلاق ما می‌باشد، می‌تواند ما را به کلی به نفوس جدیدی که غیر از آن‌چه قبلاً بوده‌ایم، تبدیل نماید. دعا و مناجات و اتباع احکام و اوامر نازل از جانب حضرت بهاء‌الله و هم‌چنین تریاید و تداوم خدمت در سبیل الهی وسیله این تقلیب است.» (ترجمه)

«وصول به این مواهب روح از طریق دعا، تفکر و تعمق، مطالعه آثار و بیانات مبارکه و خدمت به امر الهی میسر است.» (ترجمه)

## اطاعت از خداوند

اطاعت، کلید رشد معنویت. هنگامی که فردی به حضرت بهاء الله به عنوان مظهر ظهور الهی این دور اقبال می‌کند و شروع به اطاعت از تعالیمش می‌نماید، به او نعمت روح ایمانی عطا می‌گردد. روح ایمانی مجرایی برای ارتباط میان انسان و روح القدس است. از این طریق است که فردی می‌تواند بینش درون، اطمینان قلب، صفات روحانی و سعادت معنوی را در خود ایجاد کند. هر اندازه فرد کامل‌تر و با طیب‌خاطر بیشتر اطاعت نماید، این مجرا وسیع‌تر می‌گردد در نتیجه او نه تنها صفات روحانیش را می‌پرورد؛ بلکه سعادت و سرور و بصیرت و اطمینانش نیز افزایش می‌یابد. حضرت عبدالبهاء توضیح می‌فرمایند:

«روح ایمانی ... قوه‌ایست که انسان ارضی را سماری کند و انسان ناقص را کامل نماید. کنیف را پاک کند؛ ساکت را ناطق نماید؛ اسیر شهوات نفسانیته را مقدّس و منزّه کند؛ جاهل را عالم نماید» (مفاوضات مبارک، ص ۱۰۹)

فردی که این حقیقت را درک کند، می‌کوشد تا هرچه بیشتر و مشتاقانه‌تر از احکام الهی در تمام جوانب زندگیش اطاعت کند. این اطاعت موجب ترقی روحانی و سعادت بیشتر او گشته و به او در درک سایرین از جمله همسرش کمک می‌کند که نهایتاً منجر به تقویت زندگی مشترک او شده و سعادت بیشتر تری در خانواده او به ارمغان می‌آورد.

## دعا

دعا، اساس روحانیت و در نتیجه بنیاد اصلی یک خانواده معنوی است. هر یک از زوجین از طریق دعا و مناجات مرتب و منظم، می‌توانند عشق و اعتماد خود را نسبت به خداوند پرورش دهند، به طوری که به صورت طبیعی و ناخودآگاه و از روی عادت، همه شادی‌ها و غم‌هایشان را با خدا در میان گذاشته و در صورت نیاز از او کمک می‌طلبند و در هر شرایطی او را شکر گذارند. تدریجاً هر یک از آن‌ها خداوند را به عنوان صمیمی‌ترین دوست خود تلقی کرده و لحظاتی را که روزانه به گفتگو با او اختصاص می‌دهند، ارج می‌نهند.

علاوه بر دعا‌های فردی، بسیار خوب است که خانواده، روزانه جمع دعا برگزار کنند و با اعتماد کامل، درونی‌ترین آرزوها، آمال و اندوه‌هایشان را با دوست یکتا و هم‌چنین با یکدیگر در میان گذارند. می‌توان با انتخاب یک زمان منظم روزانه، این جمع را به اجتماعی منظم و ثابت تبدیل کرد. هم‌چنین باید اعضای خانواده در هر زمان آماده روی آوردن به خداوند باشند چرا که او بزرگ‌ترین کمک در حل هر مشکلی است که در زندگی به وجود می‌آید. هنگامی که محیط خانواده با مناجات و دعا پر باشد، باعث ایجاد شرایط مناسب، جهت ترقی روحانی همه اعضای خانواده می‌گردد. حضرت عبدالبهاء می‌فرماید:

«بدان، در هر منزلی که ستایش و نیایش الهی بلند گردد و اسرار ملکوتیش اعلان شود، آن خانه، روضه الهی و فردوس سعادت ابدی است.» (انوار هدایت، شماره ۸۳۱)

#### مطالعه و تعمق بر آثار مقدسه

در کنار دعا و مناجات، رشد و ترقی روحانی ما تا حد بسیار زیادی منوط به شناخت احکام و تعالیم خداوند و پیروی از آن‌هاست. ما باید ابتدا این تعالیم و احکام را دقیقاً بشناسیم؛ اما صرف شناخت این احکام کافی نیست. این تعالیم باید ملکه ذهن ما گردد؛ به طوری که در زمان امتحانات الهی فوراً هدایات روحانی مقتضی را به خاطر آورده و سعی کنیم این تعالیم و هدایات را الگوی عملکرد خود قرار دهیم. به جای آن که به خود اجازه دهیم که تسلیم عکس‌العمل‌های غریزی و خودخواهانه خودمان گردیم، می‌توانیم به وسیله خواندن روزانه آثار بهائی و تعمق و تفکر بر مفاهیم آن‌ها تدریجاً به این کمال مطلوب نایل گردیم. حضرت بهاء الله می‌فرماید:

«اغتسموا فی بحر بیانی لعل تظلمعون بما فیہ من لثالی الحکمة و الاسرار» (کتاب مستطاب اقدس، بند ۱۸۱)

یکی دیگر از کارهای مفیدی که می‌توانیم در راستای روحانیت بخشیدن به حیاطان انجام دهیم، حفظ کردن و به خاطر سپردن و تعمق بر آثاری است که حاوی مفاهیم عمیق روحانی و اخلاقی می‌باشند، آثاری هم‌چون کلمات مکنونه که حضرت شوقی افندی آن را «جوهر تعالیم الهی و زبده نصایح آسمانی که برای تلطیف ارواح و ارتقای حقایق بشر به عز روحانیه از قلم مالک‌البریه نازل شده» توصیف می‌فرمایند. حضرت عبدالبهاء می‌فرماید:

«کلمات مکنونه را باید حفظ کنیم (ترجمه) ... باید کلمات مکنونه فارسی و عربی لیبلاً و نهاراً قرائت نماییم ... (مانده آسمانی، ج ۵، ص ۱۹۹) ... مطمئن شو که طبق کلمات مکنونه که به فارسی و عربی نازل شده، سلوک می‌کنی تا مشعل نار محبت‌الله گردی، تجسم خضوع، خشوع و محویت و فنا شوی.» (ترجمه)

علاوه بر مطالعات فردی و تفکر بر آثار بهائی که باعث ترقی روحانی هر یک از افراد می‌گردد، خوب است خانواده خود را عادت دهند که روزانه دور هم جمع شده و چند پاراگراف از آثار بهائی را خوانده و نظرات و افکارشان را در مورد آن‌ها با یکدیگر در میان گذارند. این عادت چندین فایده دارد:

۱. با استفاده از نظرات و توضیحات سایر اعضای خانواده می‌توانید دیدگاهی جدیدتر و درکی عمیق‌تر نسبت به مطلب مورد مطالعه پیدا کنید.
۲. بیان برداشت خودتان از مطلب به شما کمک می‌کند که درک خود از مسئله را روشن کنید و این باعث می‌شود که این درک و برداشت در ذهنتان تأثیر گذاشته و باقی بماند.
۳. در این جمع، افکارتان را خالصانه بیان می‌کنید و افکار و نظرات همسر و فرزندان‌تان را نیز با احترام می‌شنوید، این مکالمه نقش مهمی در شناخت متقابل عمیق‌تر اعضای خانواده نسبت به هم و تشویق و تحسین روحانی یکدیگر دارد.
۴. خواندن تعالیم و صحبت در باره آن‌ها حتی برای مدّت کوتاهی در روز، کمک می‌کند که هر یک از اعضای خانواده، این احکام و تعالیم را به اقتضای موقعیت و شرایط خود



## امتحانات

مطالعه و اجرای تعالیم بهائی در مورد وفاداری، مشورت، روابط خانوادگی، وحدت در کثرت، اطاعت، دعا و ذکر و خدمت باعث تقویت اتحاد و روحانیت در زندگی مشترک می‌گردد. اما با این حال جز و بحث و سوء تفاهم، تفاوت‌ها و اختلاف نظرات ممکن است هم‌چنان بین شما و همسران پیش آید. اگر گاهی چنین چیزهایی پیش می‌آید، متعجب و دل‌سرد نگردید. یک زندگی مشترک نمی‌تواند کامل‌تر از زن و مردی باشد که آن را تشکیل می‌دهند. هیچ‌کس کامل نیست، همه ما نقایصی داریم، همواره این نقایص آن‌قدر واضح و مشهود نیستند که مشکلات جدی را در رابطه ما با عموم افراد ایجاد کنند؛ اما در ازدواج و زندگی مشترک؛ این ضعف‌ها و نقایص بدیهی‌تر و مشهودترند؛ چرا که در ازدواج زندگی هر فرد صمیمانه و عمیقاً با زندگی همسرش پیوند می‌خورد و به هم بافته می‌شود و در زندگی مشترک رابطه نزدیک، شخصی و احساسی وجود دارد. اعمال هر کدام از طرفین بر دیگری تأثیر می‌گذارد و به عکس‌العمل‌های مثبت یا منفی از سوی او منتج می‌گردد. علاوه بر این بیان نقاط ضعف و اختلافات شخصیتی طرف موجب می‌گردد که او نیز برای دفاع از خود، ضعف‌های طرف مقابل را به رخ کشیده و به این ترتیب اختلافات بالا می‌گیرد و همان صمیمیتی که در ازدواج موجب احساس عشق می‌گردد؛ باعث پر رنگ شدن ضعف‌ها و ویژگی‌های آزار دهنده طرفین نیز می‌شود. در رابطه عادیمان با دیگران چنان‌چه مسئله‌ای باعث رنجش خاطرمان گردد به سادگی سعی می‌کنیم مدتی از فردی که از او رنجیده‌ایم؛ فاصله بگیریم تا مشکلات و اختلافات بیش‌تر پیش نیاید و رنجش به وجود آمده؛ بهبود یابد؛ اما در رابطه خود با همسرمان چنین چیزی ممکن

نیست و در موارد رنجش و دلخوری نمی‌توانیم چند روزی از او دوری کنیم. بسیاری از زوجین در چنین شرایطی از نظر احساسی از همسر خود فاصله گرفته، خود را سرگرم کار، تلویزیون، کتاب و سایر فعالیت‌ها می‌کنند؛ با ایجاد دیواری از بی‌تفاوتی تصنعی خود را از آسیب پیش‌تر حفظ نمایند؛ اما نه جدایی و فاصله جسمی و نه دوری و فاصله احساسی هیچ مشکلی را حل نمی‌کنند. این کارها نه کمکی به بهبود روابط می‌کنند و نه باعث افزایش صمیمیت می‌گردند، بلکه تدریجاً شکاف‌های عمیقی از سوء تفاهم و رنجش بین زوجین ایجاد کرده و آن‌ها را از هم دور ساخته و منجر به مشکلات جدی‌تر و عمیق‌تری می‌گردد.

بنا بر این، طبیعت صمیمی بودن و ابدی بودن رابطه ازدواج، باعث به وجود آمدن مشکلات و مانع فرار از این مشکلات است. به همین خاطر است که گاهی به نظر می‌رسد داشتن رابطه خوب با هر فرد دیگری در این دنیا آسان‌تر از رابطه خوب با همسر انسان است.

اگر چه چنین موقعیتی به نظر ناامید کننده و دل‌سرد کننده می‌رسد؛ اما می‌توانیم آن را به عنوان انگیزه‌ای ارزشمند برای پیشرفت معنوی تلقی کنیم. تمایل شما به حفظ و افزایش عشق و اتحاد میان شما و همسران باعث می‌شود که سعی نمایید آن دسته از ویژگی‌هایتان را که در به وجود آمدن اختلافات و مشکلات نقش دارند، تغییر داده و یا حداقل کاهش دهید. هیچ انگیزه قوی‌تری نمی‌تواند محرک شما در این راه باشد. متأسفانه این جریان به صورت خود به خود صورت نمی‌گیرد؛ فقط زمانی می‌توانید از مشکلات خود درس بگیرید که به این مشکلات به عنوان امتحانات و وسیله‌ای برای ترقی روحانی بنگرید. سپس باید به اندازه کافی با وجدان باشید که به جای آن که بر روی تقصیرات همسران تمرکز و تأکید نمایید؛ تقصیرات خود را تشخیص داده و مسئولیت آن‌ها را بر عهده بگیرید. هم‌چنین باید این شهادت را داشته باشید که احساسات خود را صادقانه با همسران در میان گذارید.

این نکته بسیار مهم است که شما قلباً بفهمید و بپذیرید که هر قدر هم شکایت و غر و لند کنید و هر اندازه هم تلاش نمایید، نمی‌توانید همسران را تغییر دهید. او فقط خودش می‌تواند خود را تغییر دهد. در واقع، تمایل و تلاش شما برای تغییر دادن او فقط مقاومت و مخالفتی را در او برمی‌انگیزد که ایجاد هرگونه تغییری را دشوارتر می‌سازد. شما فقط سه کار می‌توانید انجام دهید:

۱. همسران را دوست بدارید و او را از عشق خود مطمئن سازید.
۲. احساساتتان را کاملاً صادقانه با او در میان گذارید. دقت کنید که این کار را بدون زیر سؤال بردن و سرزنش اعمال او انجام دهید.
۳. عکس‌العمل خودتان را تغییر دهید تا بتوانید مشکلاتتان را کاهش دهید به جای آن که آن‌ها را بدتر کنید. این راهکارها مکمل یکدیگرند.

### عشق

محبت و عشق، کلید حل مشکلات میان افراد است. حضرت شوقی افندی می‌فرماید:

«مسلماً محبت قوی‌ترین اکسیر است که می‌تواند شرورترین و دنی‌ترین اشخاص را به نفوسی آسمانی تبدیل نماید.» (ترجمه)

عشق، نیروی اساسی خلقت است. قسمتی از طبیعت ما و طبیعت جهان است. تا آنجا که می‌توانید به همسران عشق بورزید. سعی کنید او را همان‌طور که هست درک کنید و بپذیرید. او را دوست داشته باشید و از او لذت ببرید. هر آن‌چه را می‌توانید برای شاد کردنش انجام دهید و تحسین و تقدیرتان را نسبت به صفات و اعمال مثبتش ابراز دارید. حضرت عبدالبهاء در توصیه به خانمی که از همسرش بسیار آزار می‌دید، فرمودند:

«شوهرت را عزیز بشمار و بدون توجه به این‌که او تا چه حد بداخلاق است، همواره با خلق خوش با وی مواجه شو. حتی اگر محبت و مهربانی تو او را جری‌تر

کند، مهربانی و ملامت بیشتری اراده نما. بیشتر او را دوست بدار و اعمال ظالمانه و رفتار سیئه‌اش را تحمل کن.» (ترجمه)

حضرت ولی‌ام‌الله به منطبق موجود در این اعمال اشاره می‌کنند: «محبت و مهربانی به مراتب بیش از تنبیه بر اصلاح رفتار و سلوک انسانی تأثیر می‌گذارد.»

هم‌چنین می‌فرمایند: «اختلاف نظر و عقیده بین زن و شوهر بسیار تأسف بار است ... اما راه‌حل، رفتاری که باعث بیگانگی طرف مقابل گردد، نیست ... حضرت عبدالبهاء در چنین مواردی رعایت خواسته‌های طرف مقابل و توسل به دعا و مناجات را توصیه می‌فرمایند.»

هم‌چنین هشدار می‌دهند که «اگر مجهودات شما ثمرات فوری نبخشند، مأیوس نگردید.»

در موردی دیگر از اختلافات خانوادگی، بیت‌العدل اعظم توصیه می‌فرمایند که «بر خصوصیات خوب افراد تمرکز کنید» و اضافه می‌فرمایند: «مداومت در دعا این قدرت را به شما می‌دهد که به تلاش‌های خودتان ادامه دهید.»

بدون توجه به این‌که همسران با شما چطور رفتار می‌کند، شما رفتارش را با عشق پاسخ دهید و سعی کنید که او را بهتر شناخته و بیش‌تر درکش کنید. همیشه به دنبال راهی برای انجام اعمال حیات‌بخش در رابطه خود باشید. عشق یعنی آن‌چه را که همسران برای پیشرفت نیاز دارد به او ارائه دهید نه آن‌چه را که ارائه‌اش برای شما راحت‌تر است. می‌توانید لیستی از موارد علاقه و عدم علاقه همسران تهیه کنید. این لیست می‌تواند شامل دلایل این علاقه‌ها و عدم علاقه‌ها نیز باشد. سپس می‌توانید واضح‌تر تشخیص دهید که چه کارهایی می‌توان برای نشان دادن محبت و خدمت به او انجام داد.

هنگامی که همسران اعمال یا گفتار منفی از خود بروز می‌دهد، به خودتان یادآوری کنید که این نشانه‌های احساس بدی است که او نسبت به خودش دارد نه لزوماً عکس‌العملی

نسبت به شما. در هر حال، اگر حس بدی نسبت به این رفتارها دارید، عشق حکم می‌کند که احساسات را با طرف مقابل در میان گذارید و به او کمک کنید که خودش و نتیجه اعمالش را واضح‌تر و بهتر ببیند و بررسی کند و به این طریق به رشد او کمک کنید.

### صداقت

اعتراف صادقانه به احساسات منفی به از بین رفتن آن‌ها کمک می‌کند، هنگامی که به همسران می‌گویید که چنین احساسی دارید، تدریجاً این احساسات منفی کاهش یافته و راه را برای احساسات مثبت و ابراز محبت و صمیمیت باز می‌نماید. اما تفاوت زیادی میان خالی کردن احساسات منفی به وسیله خشم و دعوا و ابراز آن به وسیله بیانی هم‌چون «می‌خواهم با تو احساس نزدیکی کنم، اما اکنون واقعاً ناراحتم چون ... می‌توانی برابم در مورد آن‌چه که پیش‌آمد توضیح دهی؟»

روش اول فقط منجر به جبهه‌گیری و رنجش، و روش دوم باعث ایجاد صمیمیت بیشتر می‌گردد. رمز کار در این است که به طور هم‌زمان صادق و عاشق باشید. بیان احساسات منفی بدون خشم، کار دشواریست. ممکن است طرف مقابل، توضیحات شما را به عنوان نوعی مخالفت با خود تلقی کرده و جبهه‌گیری نماید و در صدد دفاع از خود برآید. برای جلوگیری از این مسئله و کاهش ترس، می‌توانید از تکرار جملاتی نظیر من خیلی تو را دوست دارم، می‌خواهم در مورد احساساتم با تو صادق باشم تا بتوانیم رابطه خودمان را بهبود بخشیم، در میان توضیحاتتان استفاده کنید.

چنان‌چه بکوشید عاشقانه اما غیرصادقانه عمل کنید و در حالی که در درونتان احساسات منفی نسبت به همسران می‌پرورید به او ابراز عشق نمایید؛ این نوعی ریاکاری و دورنگی است و همسران نیز این مسئله را احساس خواهد کرد حضرت عبدالبهاء می‌فرمایند:

«اگر کسی را شریر پندارید، اما به ظاهر به او محبت ورزید، این تظاهر است و تظاهر  
 ابداً ممدوح و پسندیده نیست، بلکه حرام است. بایستی دشمنان را دوست و  
 بدخواهان را خیرخواه بدانید و به همین نحو با آنها معامله کنید.» (دیانت بهائی  
 آیین فراگیر جهانی، ص ۲۶۲)

هنگامی که می‌کوشید احساسات واقعی خود را صادقانه جستجو کنید و از آن مهم‌تر  
 احساسات همسران را کشف نمایید، طرق روحانی بیش‌تری برای حل مشکلات  
 خواهید یافت، چنان‌چه همسران از همکاری با شما در کشف و حل مشکلات مضایقه  
 می‌کند، خودتان به تنهایی و تا آن‌جا که می‌توانید عمیق و صادقانه بر روی دلایل،  
 عکس‌العمل‌ها و احساساتان تفکر نمایید. در هر حال، تأمل صادقانه با همسران بهتر  
 است؛ چرا که شرایط را روشن و واضح کرده و باعث می‌شود احساس نزدیک‌تر و  
 صمیمانه‌تری داشته باشید، هر چند که ممکن است این کار به نظر دشوار آید.

چنان‌چه همسران مرتکب اشتباهات جدی شده، در چنین شرایطی عشق به این مفهوم  
 نیست که تظاهر کنید چنین اشتباهاتی وجود ندارد. شما باید با عشق و محبت سعی  
 نمایید او را با اشتباهات و عملکردهای غلطش روبرو کنید و به این ترتیب به رشد او  
 کمک نمایید. این‌که به خود اجازه دهید که فریب‌خورده و ساده‌لوح باشید عشق نیست.  
 حضرت عبدالبهاء می‌فرماید:

«... کاذب را آن‌چه ملاحظت نمایی، بر دروغ بی‌فرایند؛ گمان می‌کند نمی‌دانی.»  
 (گنجینه حدود و حکام، ص ۴۴۰)

هنگامی که فرد، آشکارا نقایص و نقطه ضعف‌هایش را درمی‌یابد و احساس می‌کند که با  
 این وجود شما هنوز دوستش دارید؛ تلاش بیش‌تری برای تغییر کردن می‌کند؛ هیچ‌انگیزه  
 قوی‌تری نمی‌تواند وجود داشته باشد. عشق و صداقت تنها پاسخ مشکلات زندگی  
 هستند و به شما اجازه می‌دهند به ترقی روحانی خود ادامه دهید. اگر با مشکلات زندگی  
 با خشم و رنجش برخورد کنید و افسرده شده و نسبت به خودتان احساس دلسوزی کنید،

به خودتان آسیب زده و خود را از رشد و ترقی و لذت در زندگی باز می‌دارید. به علاوه به همسران این قدرت را می‌دهید که احساسات و عکس‌العمل‌های شما را کنترل کرده و در نتیجه بر شما ریاست کند. همسران نمی‌توانند باعث شود که شما احساس عصبانیت، ناراحتی یا گناه کنید مگر این که خودتان به خود این اجازه را بدهید که نسبت به اعمال او چنین عکس‌العمل‌هایی داشته باشید. به خودتان بگویید: «آیا می‌خواهم حس بدی نسبت به آن چه اتفاق افتاده، داشته باشم؟ متأسفم که من ناراحت هستم؛ اما این مشکل من است که تصمیم گرفته‌ام ناراحت باشم.» سپس تصمیم بگیرید که در مورد این موقعیت و شرایط پیش آمده چه باید بکنید و چگونه می‌توانید به خودتان کمک کنید تا احساس بهتری داشته باشید؛ سپس دست به کار شده و آن را انجام دهید. علاوه بر این‌ها، تشکر و قدردانی از خداوند در مواقع مشکلات، تأثیر قوی بر روح انسان دارد. حضرت عبدالبهاء توصیه می‌فرمایند:

«افکار خود را متوجه محبت و اتحاد کند. هر وقت فکر جنگ خطور کند، با فکری قوی‌تر که صلح است، آن را مقاومت نماید. خیال و فکر عداوت را باید با فکری قوی‌تر که محبت است، محو کرد.<sup>۱</sup> فکر جنگ هرگونه اتحاد و اتفاق، رفاه و آسایش و رضایت را معدوم سازد. فکر محبت موجد اخوت، صلح، مودت و سعادت است.» (ترجمه)

اگر بیاموزید که منقطع باشید، می‌توانید با همسران صادق و مهربان باشید، به این دلیل که شما تصمیم به این کار گرفته‌اید و صادق و مهربان بودن به شما حس خوبی می‌دهد نه به این دلیل که همسران لیاقت آن را دارد یا ندارد. همسران نیز مسئولیت رفتارشان را به عهده خواهد گرفت، اگر شما آشفته نباشید او نمی‌تواند از عکس‌العمل شما به عنوان بهانه‌ای برای کارهایش استفاده کند.

۱. ترجمه عبارات تا این قسمت از ص ۱۸۴ بهاء‌الله و عصر جدید نقل و بقیه ترجمه شد - م

برای آن که بتوانید دیگری را در شرایط دشوار و سخت هم دوست داشته باشید، باید، ابتدا به خودتان محبت و علاقه داشته باشید. هیچ کس نمی‌تواند چیزی را که خود ندارد، به دیگری بدهد. پس آنچه را که دوست دارید و از آن لذت می‌برید، برای خود انجام دهید. از خود بپرسید: «واقعاً چه کاری می‌خواهم انجام دهم؟» سپس آن را انجام دهید. با خودتان با عشق و اهمّیت رفتار کنید. هر روز حداقل یک کار را که از آن لذت می‌برید برای خودتان انجام دهید.

مفهوم اهمّیت زندگی خود را بر پایه رابطه خود با خداوند بنا نهد نه بر اساس رابطه با همسران.

#### احساس امّیت و اهمّیت ناشی از رابطه با خداوند

حضرت بهاء‌الله مکرراً بر عشق عمیقی که خداوند نسبت به هر یک از ما دارند، تأکید نموده و در کلمات مبارکه مکنونه می‌فرماید:

«كنت في قدم ذاتي وازلية كينونتي عرفت حبي فيك خلقتك والقيت عليك مثالي واطهرت لك جمالي.» (کلمات مکنونه عربی، فراز ۳)

هم‌چنین تأکید می‌نمایند که، انسان زمانی به هدف و غایت واقعی خود نایل می‌گردد که او نیز متقابلاً این عشق را نسبت به خداوند داشته باشد:

«يا ابن الانسان، احببت خلقك فخلقك فاحببني كي اذكرك وفي روح الحياة اثبتك.» (کلمات مکنونه عربی، فراز ۴)

و بیان می‌دارند که خداوند تنها کسی است که قادر است نیازهای ما را به طور کامل برآورده نماید.



«يا ابن الانسان، اكف بنفسى عن دونى ولا تطلب معيناً سوائى لانّ ما دونى لن يكفيك ابدأه» (كلمات مکتونه عربى، فراز ۷)

اگر انسان سعی کند به جای خداوند تکامل و هدفش را در انسان دیگری بیابد، مرتکب خطای بزرگی شده.

«يا ابن المنظر الاعلى، اودعت فيك روحاً متى لتكون حبيباً لى لم ترتكنى و طلبت محبوباً سوائى» (كلمات مکتونه عربى، فراز ۱۹)

و هم چنین می فرمایند که تمام آن چه در زندگی برای ما اتفاق می افتد، قسمتی از نقشه خداوند برای رشد و تعالی روحانی ماست.

«لا تطلب منى ما لانّ حبه لنفسك ثم ارض بما قضينا لوجهك لانّ ما ينفكك هذا ان تكن به راضياً» (كلمات مکتونه عربى، فراز ۱۸)

این بیانات، مشخص می نماید که خداوند بیش از آن چه که هر انسانی بتواند، ما را دوست دارد. او کسی است که باید کاملاً به او اعتماد نماییم. هر آن چه که در این کره خاکی برای ما اتفاق می افتد، قسمتی از نقشه الهی برای رشد و تعالی معنوی ماست؛ البته اگر قادر باشیم که آن را با عشق و رضایت بپذیریم و درک کنیم.

اگر می خواهید حتی در مواقعی که فکر می کنید دیگری شما را دوست ندارد، او را دوست بدارید، باید عمیقاً حقیقت عشق خداوند به انسان را درک کنید و بدانید که او منشاء اصلی امنیت و آرامش و معنای زندگیست. اگر این واقعیت را بپذیریم و ادعیه و کلمات مکتونه را دائماً بخوانیم و عمل کنیم و در مواقعی که احساس تنهایی می کنیم به آن ها متوسل شویم و بیاموزیم که حقایق آن ها را در ارتباط با خداوند تجربه کنیم، آن گاه قادر خواهیم بود که نزدیکانمان را دوست داشته و به آن ها کمک کنیم و بدون توجه به این که آن ها با ما چگونه رفتار می کنند، منشأ حیات بخش برای رشد و ترقی آن ها و خودمان باشیم. هنگامی که این واقعیت را به درستی درک کنیم، می فهمیم که کیفیت زندگی و

سعادت ما به شریک زندگی ما با تمام نواقص انسانی‌اش بستگی ندارد؛ بلکه فقط منوط به خودمان، افکارمان، اعمالمان و ارتباطمان با خداوند است.

زمانی که اعتماد، اهمّیت و مفهوم زندگی خود را بر پایه ارتباط با خداوند قرار دهیم، قادریم عمیقاً شریک زندگیمان را دوست داشته و نیازهایش را تأمین نماییم و به او کمک کنیم که او نیز احساس امنیت کرده و خود را فردی مفید بداند.

### تبدیل ضعف‌ها به نقاط قوت

علاوه بر تلاشی که برای دوست داشتن همسران می‌کنید؛ شما باید مسئولیت کامل اشتباهات خود را به عهده گیرید، نه سعی کنید اشتباهاتتان را توجیه کنید و نه این‌که به خاطر احساس گناه ناشی از ارتکاب اشتباه؛ خود را آزار دهید. به سادگی اشتباهات را تشخیص داده و از خداوند طلب بخشش کنید. روی سایر راهکارهای مثبت عملی تمرکز کنید و بر اساس آن‌ها اقدام نمایید. هر کاری که می‌توانید برای جبران اشتباهی که مرتکب شده‌اید و ایجاد راهکارهای جدید عملی برای آینده انجام دهید.

چنان‌چه عادت بد یا ویژگی منفی دارید که باعث اختلاف و دلسردی در زندگی مشترکتان می‌شود، سعی کنید که عادت و ویژگی بر عکس آن را که عادت مثبت است با تمرین در خود ایجاد کنید. اگر اشتباه شما دروغ گفتن است، سعی کنید صداقت پیشه کنید. اگر خساست است، سخاوت را در خود پرورش دهید. سعی کنید از طریق مطالعه آثار بهائی و توجّه به نمونه بارز حضرت عبدالبهاء یک تصویر واضح از صفات و ویژگی‌های خوبی که می‌خواهید دارا شوید، در ذهنتان مجسم کنید. سپس کم‌کم و قدم به قدم شروع به ایجاد این تغییرات کنید هم‌چنین می‌توانید عبارات مثبت مانند «من هر روز سعی می‌کنم محبّت و عشق بیش‌تری را نسبت به همسر و فرزندانم ابراز کنم» را با

خود تکرار کنید. این عبارات مثبت در کنار تجسّماتان از مسیری که مایلید در آن قدم بردارید، تأثیر به سزایی بر روی شما خواهد داشت.

معمولاً تغییرات به کندی صورت می‌گیرد پس در تلاش‌هایتان دلسرد نشوید. آن قدر استقامت کنید تا عادت جدید در شما تثبیت شود. به قدم‌های کوچکی که به پیشرفت شما به سمت هدف‌تان کمک می‌کند، بیاندیشید. اهداف بزرگ با مراحل کُلی معمولاً عملی و مفید نیستند. دقیقاً تصمیم بگیرید که چه کاری را چه زمان، کجا و با چه کسی و چگونه انجام خواهید داد. یک نمونه از هدف ساده و واقعی می‌تواند چنین باشد «هر روز پس از ناهار، مدّت پانزده دقیقه به اتّاقم، جایی که هیچ‌کس مزاحم نشود، می‌روم و آثار بهائی را در مورد محبّت و مهربانی مطالعه کرده و در مورد آن‌ها تأمل می‌کنم و سپس در مورد رفتاری که در بیست و چهار ساعت گذشته داشته‌ام، تفکّر و تعمّق می‌نمایم».

اختصاص دادن چند دقیقه در روز به تفکّر در باره اعمال، شامل آن‌چه انجام داده‌اید و آن‌چه انجام نداده‌اید و تنظیم اهداف معنوی برای روز آینده به شدّت توصیه می‌شود. حضرت بهاء‌الله توصیه می‌فرماید: «حاسب نفسک فی کلّ یوم من قبل ان تحاسب ...» (کلمات مکتونه عربی، فراز ۳۱)

اگر با ضعف‌هایتان روبرو نشده و سعی در اصلاح و تبدیل آن‌ها به فضیلت‌ها ننمایید، این ضعف‌ها تدریجاً مشکلات جدیدتری در زندگیتان ایجاد می‌کنند. حضرت عبدالبهاء می‌فرماید:

«همان امتحان، اعظم از قبل، تکرار شود تا ضعف و نقصان قبلی به قوت بدل شود و قدرت غلبه بر شرّتمکن نام پذیرد.» (ترجمه)

هر فردی که آمال معنوی دارد، دیر یا زود مجبور است که با ضعف‌هایش روبرو شده و تدریجاً برای اصلاح آن‌ها تلاش کند. هر اندازه که در این کار موفق‌تر باشد، اتّحاد بیش‌تری با همسرش و سایرین خواهد داشت. به خاطر مشکلاتی که در زندگی مشترکتان

پیش می‌آید برای خود متأسف نشوید چرا که، «از تن پروری جز نومیدی دارین نیابید.»  
(رساله‌ مدنیّه، طبع ۱۳۲۹، ص ۱۲۴)

این را بدانید که مشکلات، بخشی از زندگی و مخصوصاً روابط نزدیک انسان‌ها است؛ سعی کنید از آن‌ها به عنوان محرّکی برای رشد روحانی استفاده کنید. هنگامی که مشکلی پیش می‌آید، از خود بپرسید: «آیا می‌خواهم وقت و انرژی و شادیم را با عصبانی شدن و احساس تأسف برای خودم (رفتارهایی که فقط منجر به بدتر شدن شرایط می‌گردد) هدر دهم؟ یا می‌خواهم به خداوند روی آورده، به او اعتماد کنم و سپس یک کار سازنده و حیات‌بخش برای زندگی خود و شریکم انجام دهم؟» انتخاب با شماست.

## ارتقاء معنویت در زندگی مشترک

پرورش عادات و فضایل معنوی در زندگی مشترک می‌تواند نسبتاً ساده و یا نیازمند یک عمر عشق، حوصله، اراده و تلاش باشد. این بستگی به میزان رشد و بلوغ معنوی هر یک از زوجین دارد. مهم نیست که چه پیش می‌آید، دلسرد نشوید. در تلاش هایتان استقامت کنید تا تدریجاً عادات و رفتارهای روحانی را در زندگی مشترکتان ایجاد نمایید.

روزی فردی از حضرت عبدالبهاء پرسید: «چطور می‌توان به اهداف والای روحانی رسید؟» ایشان در پاسخ فرمودند: «قدم به قدم و اندک، اندک» در مورد رسیدن به زندگی مشترک روحانی نیز به همین صورت باید عمل کرد.

گاهی دو فرد بهائی که با هم ازدواج می‌کنند، هر کدام امید دارند دیگری او را در پرورش عادات دعا، تفکر بر آیات، خدمت و سایر فضایل یاری دهد و به این امید است که همسرش بتواند محرکی برای ترقی کامل صفات روحانی او باشد. اما معمولاً زندگی به این سادگی نیست، در زندگی مشترک، هر یک از زوجین باید هم‌چنان به تلاش برای ترقی روحانی فردی خود ادامه دهند. میزان رشد روحانی و بلوغ معنوی در رابطه، انعکاسی از ترکیب میزان بلوغ روحانی هر یک از طرفین است.

**زندگی با همسری که با آرمان‌های روحانی شما همراه نیست**

چنان‌چه همسران اهمیت ایجاد صفات روحانی در زندگی خانوادگی را درک نمی‌کند، عشق، صبر و درک در رابطه را عملاً به او نشان دهید. نمونه زنده برداختن به دعا و مطالعه

روزانه آثار بهائی در زندگی خود باشید. عشقتان به خداوند را از طریق خدمت به امرالله نشان دهید (این خدمت باید در تعادل با خدمت به همسر و سایر اعضای خانواده خود باشد). با همسران در مورد نظرات و برنامه‌هایتان مشورت کنید و آزادانه علایق و فعالیت‌هایتان را با او در میان گذارید؛ حتی اگر با شما مشورت نمی‌کند؛ سعی کنید از مشکلاتی که در زندگی پیش می‌آید بدون آن که بر اشتباهات همسران تأکید کنید درس بگیرید. هم چنین می‌توانید دائماً به خداوند روی آورده و از او بخواهید که همسر شما را از لحاظ معنوی بیدار نماید. به او عشق بورزید و نشان دهید که او را همان‌گونه که هست درک کرده و می‌پذیرید. از سرزنش و ملامت او به خاطر عدم توجه به روحانیت بپرهیزید. تفکر و تعمق بر این اندرزهای حضرت عبدالبهاء و حضرت شوقی افندی به شما کمک می‌کند که به این تلاش و رفتار خود ادامه دهید.

«خلق را از برای خدا دوست دارید نه برای خود. چون برای خدا دوست می‌دارید هیچ وقت مکدر نمی‌شوید؛ زیرا انسان کامل نیست. لاهذ هر انسانی نقصی دارد. اگر نظر به نفوس نمایید همیشه مکدر می‌شوید. اما اگر نظر به خدا نمایید چون عالم حق عالم کمال است، رحمت صرف است، لذا برای او همه را دوست می‌دارید. به همه مهربانی می‌کنید. پس به قصور کس نظر ننمایید؛ جمیع را به نظر عفو ببینید؛ زیرا چشم خطابین نظر به خطا کند؛ اما نظر خطاپوش به خالق نفوس بنگرد.» (خطابات مبارکه، ج ۲، ص ۵۸)

«تحت چنین شرایطی بود که حضرت عبدالبهاء از احبباء خواستند که محبت بی‌حد و حصر داشته باشند و فوق‌العاده مطیع شوهران خویش باشند. این قبیل افراد باید به واسطه اعمال مشاهده نمایند که امر الهی برای نقض علقه‌های عاتله نیامده، بلکه برای تقویت این پیوندها ظاهر شده است؛ ظهورش برای ازاله محبت نبوده بلکه جهت تقویت آن بوده است.» (مرفومه ۱۴ اکتبر ۱۹۲۸ از طرف حضرت ولی‌امرالله - ترجمه)

و اما قرینک الکریم یقتضی ان تعاملیه احسن معامله و تواظیبی علی رضائیه و المداراه معه فی کل الأحوال حتی یری بانک بنوعجهک الی ملکوت الله زادت یافتک معه و محبتک لله و مراعاتک لرضائیه فی کل حال» (منتخباتی از مکاتیب، ج ۱، ص ۱۱۹)

چنانچه عشق و درک عمیقی نسبت به همسران نشان دهید و هم چنین صفات روحانی را در زندگی خود پرورش دهید؟ مطمئناً همسران به موقع به عشق شما پاسخ خواهد داد. بسته به شرایط روحانیتش ممکن است شروع به نشان دادن علاقه بیش‌تری به عقاید و مسائلی که برای شما مهم است نماید. سپس در زمان مقتضی می‌توانید با محبت و حکمت عنوان کنید که دوست دارید با هم دعا بخوانید، با هم به یک جلسه خاص بروید و یا در یک سفر روحانی خاص شرکت کنید؛ اگر پذیرفت؛ سعی کنید که نهایت تلاشتان را بکنید که این تجربه تا آنجا که ممکن است برایش لذت بخش باشد؛ حتی اگر مجبورید طریق انجام همیشگی کارهایتان را تغییر دهید؛ اگر نپذیرفت پافشاری نکنید. به خاطر داشته باشید که حضرت عبدالبهاء تأکید می‌نمایند:

«کمال انسان به عمل خیر اختیاریست نه به عمل خیر اجباری و مواسات خیر اختیاریست.» (منتخباتی از مکاتیب، ج ۱، ص ۱۱۲-۱۱۱)

اگر همسران فقط به اصرار شما و صرفاً به خاطر شما در فعالیتی شرکت کنند، شما موفقیتی کسب نکرده‌اید، بالعکس، با وجود شرکت در فعالیت ممکن است بیش از پیش احساس بیگانگی کند. هر کاری که انسان آن را برخلاف میلش انجام دهد، به احساسات واقعی او آسیب می‌زند و در ضمن این احساس که شما او را تحت فشار قرار داده‌اید، باعث برانگیخته شدن حس سرکشی و مخالفت بیش‌تر او می‌گردد. در حالی که عشق به خداوند و خدمت به امرالله نیازمند اراده و خواست آزادانه فرد است. عشق و سرسپردگی به خداوند در صورتی ابدی خواهد بود که به میل خود فرد از صمیم قلبش

باشد. خود او به این نتیجه برسد که این زیباترین احساس در دنیاست. چنین دیدگاهی هرگز با اصرار و فشار اطرافیان به وجود نمی‌آید.

اگر از این که همسران به درخواست شما برای شرکت در فعالیت‌های امری پاسخ منفی داده است، احساس ناراحتی می‌کنید، صادقانه این احساسات را به او بگویید. این کار را با محبت و آرامش انجام دهید و به راحتی احساسات را با او در میان گذارید. سعی نکنید قصدتان برای تغییر دادن ذهنش را به عنوان یک راز از او پنهان کنید؛ یا به خاطر این که احساس ناراحتی کرده‌اید؛ خود را مقصر بدانید. هم‌چنین بکوشید احساسات او را درک نموده و به او نشان دهید که درکش می‌کنید.

این تلاش‌ها را با عشق، صداقت و دعا ادامه دهید و خود نمونه کاملی از صفات و ویژگی‌های بهائی در زندگیتان باشید این کار به رشد و ترقی معنوی خود شما کمک می‌کند. امید داشته باشید که همسران پس از چند سال بیدار شده و از فواید این ویژگی‌ها و عادت‌ها آگاهی می‌یابد؛ اما دقت داشته باشید، کاری که انجام می‌دهید را یک فداکاری در حق همسران تلقی نکنید، چون در این صورت از این که او به کندی به تلاشهایتان پاسخ می‌دهد؛ خواهید رنجید. خود شما کسی هستید که اکنون از رفتار و اعمال مثبت و عادات روحانیان بهره‌مند می‌شوید.

هر اقدامی که آن را با عشق و اطاعت از تعالیم الهی انجام دهید، تأثیرات عمیقی در عوالم روحانی داشته و در زمان مقرز به ثمر می‌نشیند. مهم نیست که همسران چگونه برخورد می‌کند، هر اندازه که شما پیش‌تر این تعالیم را اجرا کنید، ترقی روحانی بیش‌تری را تجربه خواهید نمود و امکان انجذاب روحانی همسران را نیز افزایش می‌دهید. حضرت عبدالبهاء در صحبت با خانم جوانی که نامزدش بهائی نبود، توضیح فرمودند:

«این ازدواج مجاز است، اما خانم ... بایستی نهایت کوشش را مبذول دارد که شوهر خویش را هدایت نماید.» (درگه دوست، فصل هفتم)



و در مورد مشابهی حضرت شوقی افندی می‌فرمایند:

«اقبال او به امر مبارکی که عاشقانه عزیز می‌دارید؛ نهایتاً منوط به طرز تلقی و ملاحظه شما نسبت به او است.» (ترجمه)

هم‌چنین ایشان تذکر دادند: «تحت هیچ شرایطی نباید سعی کنید اعتقادات دینی شخصی خود را جبراً به او تحمیل نمایید.» (ترجمه)

در صورتی که با چنین فردی ازدواج کرده‌اید و او اهمیت پرورش عادات و ویژگی‌های روحانی خانواده را درک نمی‌کند، این وظیفه شماست. در هر حال، اگر هنوز ازدواج نکرده‌اید، بسیار عاقلانه‌تر است که همسری را که با ایده‌ها و عقاید روحانی‌تان همراه است برگزینید.

### ثمرات اتحاد روحانی

اگرچه دست‌یابی به یک زندگی مشترک روحانی ممکن است نیازمند سال‌ها تلاش و ممارست باشد، اما نتیجه فوق‌العاده‌ای که از این پشتکار نصیب زوجین می‌گردد، نه تنها شامل سعادت و اتحاد و سرور در زندگی مشترک آن‌ها در این دنیا است؛ بلکه شامل یگانگی و توازن و سرور و رابطه عمیق در تمام عوالم الهی است.

حضرت عبدالبهاء می‌فرمایند:

«چون این اتحاد و اتفاق، هم جسمانی و هم روحانی گردد، آن وقت اتحاد حقیقی صورت گیرد؛ بنا بر این ابدی گردد و اگر ارتباط فقط جسمانی باشد؛ محقق است که موقتی و در نهایت افتراق قطعی است.» (نقل ترجمه از فصل هشتم کتاب درگاه دوست)

همان‌طور که یکی از احبباً توضیح داده، و حضرت عبدالبهاء می‌فرمایند:

«خداوند چنان اتحاد و اتفاقی بین زن و شوهر خلق نموده است که هیچ‌کس نمی‌تواند در این دنیا، بالاتر از این اتحادی را تصور کند.» (هدیه ازدواج، ص ۱۴)

## تلاش برای اجتناب از طلاق

«... اساس ملکوت الهی الفت و محبت است؛ اتحاد است نه اختلاف؛

علی‌الخصوص بین زوج و زوجه ...» (هدیه ازدواج، ص ۹)

اگر این ویژگی‌های اساسی در زندگی مشترک وجود نداشته باشد، هر یک از این زوجین باید برای پرورش این اصول تلاش نمایند و برای این کار از دعا و مناجات و مشهبت و درک مقابل و صداقت و عشق کمک گیرند. اگر با وجود کوشش‌های بسیار هم چنان رابطه رو به وخامت پیش برود «امری اجباری پیش آید که محبت و ائتلاف را غیرممکن سازد» یا «... امری پیش آید که به سبب انزجار از یکدیگر به جدایی مجبور شوند» (انوار هدایت، شماره ۱۳۰۶)

در چنین شرایطی، چنانچه راهکارهای دیگر با شکست مواجه شده باشد، زوجین می‌توانند به جدایی به عنوان آخرین راهکار متوسل شوند. در هر حال حضرت بهاء‌الله می‌فرماید:

«لازال وصل واتصال لدی الله محبوب و فصل و انفصال مبغوض.» (امر و خلق، ج

۴، ص ۱۸۵)

حضرت شوقی افندی نیز تأکید می‌فرماید:

«ازدواج در کتاب مستطاب اقدس، پیوندی بسیار مقدس و متحد کننده است و بهائیان باید توجه نمایند که طلاق آخرین راه حل مشاهده شود در صورت امکان باید به هر قیمتی که شده از آن احتراز شود و نباید به سهولت به آن متوسل شد.» (ترجمه)

در ادامه، شرایط خاصی را که در تفکر در مورد طلاق باید و یا نباید در نظر گرفته شود را روشن می‌فرمایند. در رابطه با هماهنگی جنسی می‌فرمایند:

«تعالیم مبارکه امر بهائی ... در حالی که طلاق را مجاز می‌شمارد، آن را عملی قبیح تلقی کرده که بایستی، صرفاً، در شرایطی استثنایی و هنگامی که موارد بسیار حادی مطرح باشد، بدان متوسل شد. شرایط و مواردی بسیار مهم‌تر و حادتر از چنین ملاحظاتی مثل، فقدان جداییت ظاهری و یا عدم هماهنگی و تطابق جنسی و امثال ذلک می‌باشد. مؤسسه ازدواج آن طور که توسط حضرت بهاء‌الله تأسیس گشته، در عین اهمیت دادن به زمینه جسمانی روابط زناشویی، این زمینه را تابع و تحت الشعاع آن مقاصد و وظایف اخلاقی و روحانی که حکمت و محبت خداوند یکتا، بدان عطا فرموده است، در نظر می‌گیرد ...» (انوار هدایت، شماره ۱۲۸۰)

در رابطه با خدمت به امرالله می‌فرمایند:

«... آن حضرت معتقدند، هیچ نفس مؤمنی، تحت هر شرایطی، هرگز نمی‌تواند امر الهی و یا خدمت به آستان ربّانی را، به عنوان علت و دلیلی جهت ترک زندگی مشترک، مطرح نماید.» (انوار هدایت، شماره ۱۳۱۱)

در حالی که فرزندان نیز در زندگی مشترک حضور دارند، حضرت شوقی افندی می‌فرمایند:

«... حضور فرزندان، به عنوان عاملی تعیین کننده، نمی‌تواند نادیده انگاشته شود، زیرا این واقعیت، مسئولیت اخلاقی به مراتب بزرگ‌تری را بر دوش والدین تحمیل می‌کند. تحت چنین شرایطی، طلاق دیگر به زن و شوهر و تمنیات و احساسات آنان مربوط نمی‌شود، بلکه اقدامی به حساب می‌آید که تمامی زندگی آینده فرزندان و جهت‌گیری آنان را نسبت به ازدواج، تحت تأثیر قرار خواهد داد.» (انوار هدایت، شماره ۱۳۰۹)

چنانچه در مورد این نصایح تفکر و تأمل نماییم درمی یابیم که فقط در موارد بسیار معدودی طلاق موجه است. در اغلب موارد چنانچه زوجین حقیقتاً تلاش کنند، قادرند زندگی مشترک خود را حفظ نمایند. حضرت شوقی افندی ما را به این کار دعوت می فرماید:

«از آنجا که حضرت بهاءالله بسیار با طلاق مخالف بودند (اگرچه آن را مجاز می شمارند) و ازدواج را مسئولیتی بسیار مقدس محسوب می فرمایند، احبنا باید هر آنچه که در قوه دارند، معمول نمایند که زندگی مشترکی را که پیمان بسته اند حفظ کنند و آن را به اتحادی نمونه منبعث از شریف ترین سائقه های باطنی تبدیل کنند.» (ترجمه)

در صورتی که عشق و اتحاد بین زوجین وجود ندارد، طرفین باید راهکارهایی برای پرورش این ویژگی های اساسی و مواجهه و غلبه بر مشکلاتی که باعث ایجاد بیگانگی بین آن ها گشته، جستجو کنند. چنانچه هر دو طرف خالصانه خواهان بقای زندگی مشترکشان باشند و هر دو برای این هدف بکوشند، معمولاً قادرند زندگی مشترکشان را حفظ نمایند. چنانچه زوجین به تنهایی از حل اختلافاتشان عاجز و ناتوانند، می توانند با محفل روحانی محلی یا اعضای هیأت معاونت ملاقات کنند. این اعضا با زوجین هم فکری کرده و توصیه های لازم را می نمایند و راهنمایی هایی برای بهتر شدن شرایط به زوجین ارائه می دهند. ممکن است محفل از زوجین درخواست ملاقات های مرتب نمایند تا آن ها را در تلاش هایشان تشویق نموده و موفقیت های ایشان را بررسی کرده، در صورت نیاز توصیه های جدید ارائه دهند. ممکن است این جریان طولانی و نیازمند گفتگوهای مکرر با محفل باشد. در هر حال، اگر هر دوی زوجین خالصانه در اطاعت از توصیه ها و نظرات این مؤسسه الهی سعی نمایند، تقریباً همیشه نتیجه مثبت خواهد بود.

در هر حال، چنانچه هم چنان رابطه رو به وخامت گذارد و به نظر غیرقابل تحمل برسد، راه دیگری در پیش گرفته می شود. محفل می تواند یک تاریخ یک ساله برای زوجین تعیین کند تا در این یک سال صبر و تأمل نمایند؛ بیت العدل اعظم می فرماید:

«در چنین شرایطی، نخستین وظیفه محفل روحانی، جهد و کوشش در جهت حصول صلح و آشتی بین زن و شوهر است. اگر محفل روحانی یا لجنه مربوطه، متوجه شد که انجام این کار برایش مقدور نیست، مبادرت به تعیین زمان شروع سنه تریص می‌نماید و تا آن‌جا که شرایط اجازه داده و حکمت اقتضا می‌کند، در طول این سنه، به تلاش‌های خود در مسیر صلح و دوستی ادامه می‌دهد. یکی از وظایف این لجنه آنست که نظارت و دقت نماید که شرایط و ضروریات قانونی امری حاکم بر سنه تریص رعایت گردد.» (ترجمه)

در طول این یک سال، زوجین باید جدا از یکدیگر زندگی کرده و از روابط جنسی بپرهیزند. هم‌چنین هر کدام باید از روابط عاشقانه با فرد سوم اجتناب نمایند، بلکه باید به جستجو برای یافتن راه‌حل اختلافات و به پیروی از راهنمایی‌های محفل ادامه دهند.

این یک سال نباید صرفاً به عنوان یک پیش‌نیاز برای انجام طلاق تلقی شود، بلکه این مدت، فرصتی برای تفکر معنوی است که هر یک از زوجین باید از این فرصت برای تفکر در مورد دلایل اختلافاتی که در زندگی مشترک ایشان ایجاد شده، استفاده کنند. اشتباهات و خطاهای خود را تشخیص دهند و صفات و ویژگی‌های مثبتی که فاقد آن هستند را در خود بپروند. به این ترتیب جستجو و کشف راهکارهای عملی برای مشکلات زندگی مشترک و فایز آمدن بر آن‌ها ساده‌تر خواهد بود.

بنا بر این، این یک سال فرصتی روحانی است که می‌تواند برای ترقی معنوی و مواجهه با مشکلات زندگی زناشویی و حل آن‌ها مورد استفاده قرار گیرد. مشکلاتی که زوجین در طول زندگی مشترکشان موفق نشده‌اند راه‌حل رضایت‌بخشی برای آنها بیابند. در پایان سال تریص:

«... اگر چنانچه عذر شرعی موجود و اتحاد و ائتلاف به هیچ وجه من الوجوه ممکن نه و تنفر شدید و اصلاح و دفع آن محال، طلاق و افتراق را (اعضای محفل) تصویب نمایند.» (کنجینه حدود احکام، ص ۲۷۷)

حضرت عبدالبهاء هشدار می‌دهند که:

«اگر یکی از این دو طرف سبب طلاق شود، البته در مشکلات عظیمه افتد و به صدمات شدیدة گرفتار آید و پریشان و پشیمان گردد.» (کنجینه حدود و احکام، ص ۲۷۸)

تمام این مراحل با تأکید شدیدی که بر ترویج صلح و آشتی دارند، نمایانگر اهمّیت امر ازدواج و طلاق در دیانت بهائی هستند. لیدی بلامفید یکی از زیرین اولیّه توضیح داده‌اند که در طول سال‌های اقامت حضرت عبدالبهاء و حضرت بهاء‌الله در ارض اقدس، هیچ طلاقى در میان بهائیان صورت نگرفت و هم‌چنین بیان کرده‌اند که حضرت عبدالبهاء فرموده‌اند:

«مقصود این نیست که طلاق با سهولت بیشتر جاری شود؛ بلکه در ازدواج باید دقت کرد که با مسامحه صورت نگیرد.» (ترجمه)

به عبارت دیگر ازدواج یک تعهد جدی است که نباید بدون تفکر دقیق انجام گیرد. چنانچه پیش از ازدواج دقت کافی در انتخاب همسر مناسب و لایق مبدول گردد، زوجین در زندگی مشترک با مشکلاتی که منجر به طلاق گردد، روبرو نخواهند شد. حتی اگر مشکلات جدی پیش آید؛ زوجین باید برای اتحادشان تلاش کنند نه این که از طلاق به عنوان وسیله‌ای برای فرار از مشکل استفاده نمایند. در واقع بسیار مهم است که زوجین آگاهانه با مشکلاتشان روبرو شوند، چرا که در واقع کاستی‌ها و نقایص شخصی هر یک از آنهاست که باعث ایجاد مشکلات شده. حضرت روحیه خانم یادآوری می‌فرمایند:

«از ازدواج خیلی زیاد یا خیلی کم انتظار نداشته باشید. آب نمی‌تواند بالاتر از سطح خودش بیاید. ازدواج شما نمی‌تواند چیزی بیش از آن چه شما دو نفر برای آن تلاش کرده‌اید، ایجاد کند. اگر شما پر از نقایص، بی‌تحمل، عجول، سختگیر، مستبد، سفاک، شکاک، رودرنج و خودخواه هستید، تصور نکنید که این خصوصیات ازدواج شما را سعادتمند خواهد ساخت یا با تغییر شریک زندگی،

ازدواج جدید قرین موفقیت بیشتر خواهد شد. (دستورالعمل زندگی، نسخه  
تاپسی، ۱۵۸ بدیع، ص ۸۰)

بهترین راه مقابله با مشکلات جدی در زندگی مشترک، پیشگیری از بروز آن هاست. تلاش برای پرورش صفات معنوی در زندگی شخصی، آشنایی کامل با فردی که مایل به ازدواج با او هستید، و این که پیش از اتخاذ تصمیم نهایی، از خودتان بپرسید که آیا این فرد با این خصوصیات و ویژگی‌ها مناسب زندگی مشترکی که من خواهان آن هستم، می‌باشد.

اگر ازدواج کرده‌اید، رشد و ترقی روحانی خود را ادامه دهید. برای همسران و پیشرفت معنوی پیوندتان دعا کنید. او را تا آن جا که می‌توانید دوست داشته باشید و پیش از آن که بر اثر غفلت شما کوهی از مشکلات در زندگیتان ایجاد شود، هر مشکلی را با مشورت دوستانه حل کنید.

### ازدواج مجدد

در دیانت بهائی، فردی که طلاق گرفته، می‌تواند مجدداً ازدواج کند؛ در چنین شرایطی باید از همان قوانین ازدواج اول پیروی نماید. از آن جایی که چنین شخصی در زندگی مشترک اولش مرتکب اشتباهات جدی شده، باید تلاش مضاعفی برای پرورش ویژگی‌های روحانی خود بنماید؛ مخصوصاً برای اصلاح ضعف‌هایی که باعث ایجاد مشکل در زندگی اولش شده‌اند و به این ترتیب شانس موفقیت بیش‌تری در ازدواج دومش خواهد داشت. هم‌چنین باید با هوشیاری و آگاهی کامل تلاش کند تا با شخصیت فردی که قصد دارد با او ازدواج کند، آشنا شود و ویژگی‌ها و خصوصیات او را به طور عمیق مورد تأمل و بررسی قرار دهد. این هوشیاری و آگاهی به علت تنهایی که فرد پس از طلاق احساس می‌کند، بسیار حایز اهمیت است؛ چرا که ممکن است این احساس تنهایی او را به سوی یک ازدواج عجولانه و شتابزده سوق دهد و باعث شود که یک بار دیگر بدون آمادگی معنوی لازم، اقدام به ازدواج نماید. بهتر است اجازه دهید مدتی از طلاق بگذرد و سپس به ازدواج مجدد بیاورید.

## اهمیت اطاعت از احکام حضرت بهاء الله

تمام اصولی که در این کتاب توضیح داده شد، کمک بزرگی در دستیابی شما به زندگی مشترک سعادت‌مند و ابدی خواهند بود؛ اما برخی از این اصول جزو احکامند و برخی دیگر تعالیم.

تعالیم در مورد ویژگی‌ها و اعمال و خصوصیتاتی هستند که می‌توان آن‌ها را به طور نامحدود پرورش داد و محدودیتی در مورد آن‌ها وجود ندارد. صفاتی هم‌چون صداقت، ادب، فروتنی و اعمالی از قبیل دعا و مناجات، وحدت در کثرت، مشورت و خدمت که همواره می‌توانند کامل‌تر و بیش‌تر گردند و هر قدر که فرد این ویژگی‌ها را بیش‌تر در خود به‌پرورد و بیش‌تر به این عادات خو کند، فواید بیش‌تری نصیبش خواهد گشت؛ اما هرگز به کمال مطلق در این صفات نخواهد رسید و می‌تواند در تمام طول زندگی خود در این موارد ترقی نماید.

بالعکس، اطاعت از احکام باید مطلق و قطعی باشد. نمی‌توان آن‌ها را به طور نسبی رعایت کرد. هر فرد یا از احکام اطاعت می‌کند یا نمی‌کند؛ حدّ وسطی وجود ندارد. احکام بهائی مذکور در این کتاب عبارتند از:

- نماز: ادای یکی از نمازهای سه‌گانه در هر روز

- ذکر: ۹۵ بار الله ابهی در هر روز

- عفت: اجتناب از رابطه جنسی قبل یا خارج از چارچوب ازدواج



- مراسم ازدواج بهائی؛ فرد بهائی باید عقد بهائی انجام دهد، فقط در صورتی که فرد مقابل متدین به دین دیگری بوده و خواستار اجرای مراسم ازدواج دین خودش باشد، اجرای مراسم مذهب دوم بلا مانع است.

- رضایت والدین در قید حیات برای ازدواج

- اجتناب کامل از مشروبات الکلی

- وفاداری؛ پرهیز از زنا، وفاداری به همسر در گفتار و کردار

- سال تربص؛ مطرح کردن مشکلات حاد با محفل روحانی و اطاعت از توصیه های محفل برای بهبود موقعیت، چنانچه محفل طلاق را توجیه پذیر بداند، روحین باید به مدت یک سال از آغاز تاریخ تربص جدا از هم زندگی کرده و به دنبال راه های ممکن برای آشتی باشند و فقط پس از پایان یک سال اجرای حکم طلاق جایز است.

هر فردی می تواند به روش خود صفات و خصوصیات روحانی را در خود بپرورد؛ اما اطاعت از احکام بهائی برای تمام بهائیان الزام آور است. عُلّت آن را بیت العدل اعظم توضیح می فرمایند:

«انجام دادن کارها، نه به عُلّت بسیار مشکل بودن آنها؛ بلکه به عُلّت بسیار متفاوت بودن آنها با آنچه که قبلاً انجام می دادیم، غالباً برای ما مشکل است ... بلا تردید احکامی ... وجود دارد که در وهله اولی، درک آنها و عمل به موجب آنها مشکل است؛ اما ... اگر این احکام برای ما منافع عظیمه در بر نداشت، ابداً حضرت بهاء الله آنها را به ما عنایت نمی فرمودند؛ مانند اطفالی که آن قدر منطقی هستند که متوجه شوند پدرشان عاقل است و آنچه را که به مصلحت آنها است؛ انجام می دهد؛ ما نیز باید اطاعت از این احکام را بپذیریم؛ حتی اگر در ابتدای امر؛ لزوم اجرای آنها را متوجه نشویم. موقعی که از این احکام اطاعت کنیم، تدریجاً منافی را که از آنها عاید ما می شود؛ درک خواهیم کرد.» (ترجمه - مکتوب ۱۶ مارس ۱۹۴۹ از طرف حضرت ولی امرالله به یکی از اجنباء)

## نیاز به اراده و عمل

اطاعت از احکام بهائی و پیشرفت و ترقی معنوی تنها با آگاهی از این احکام حاصل نمی‌گردد؛ بلکه نیازمند عزم و اراده و عمل است. ممکن است شما این کتاب را بخوانید و با احکام و تعالیم مذکور در آن موافق باشید؛ اما اگر به آگاهی از این اصول پسندیده کرده و از مرحله دانش و آگاهی فراتر نروید؛ هم‌چنان مرتکب بسیاری از اشتباهات رایج در دنیای امروز می‌شوید. حضرت عبدالبهاء اشاره می‌فرماید:

«اما هر چیزی مجزود دانستن کفایت نکند. جمیع می‌دانیم عدالت خوب است اما قوه اجرائیه لازم.» (خطابات مبارکه، ج ۲، ص ۶۸)

و هم‌چنین تأکید می‌فرماید:

«بی‌عدالتی هم‌چنان در عالم وجود خواهد داشت چه که همه فقط از منویات عالیته صحبت می‌کنند و ابدأ سعی نمی‌کنند آن‌ها را به مرحله عمل درآورده، اجرا کنند.» (ترجمه)

اگر مایلید که از دانشی که از این کتاب به دست آورده‌اید، برای ایجاد تغییرات محسوس در زندگیتان بهره‌گیرید، این مراحل را انجام دهید:

به ابتدای کتاب بازگردید و یک بار دیگر آن را مطالعه کنید، هر بار یک قسمت. پس از خواندن هر قسمت بر روی اصولی که توضیح داده شده، تفکر و تأمل کرده و توجه خاص و دقیقی به بیانات نمایید؛ سپس رفتاری که در حال حاضر دارید را بر اساس آنچه مطالعه کردید؛ تحلیل و بررسی کنید و در نهایت برای دست‌یابی به اهداف واقعی در راستای رشد شخصیت خود تصمیم بگیرید. مجبور نیستید که لزوماً این تجدید نظر را از ابتدای کتاب آغاز کنید. چنان‌چه در حال حاضر از یکی از احکام و تعالیم اطاعت نمی‌کنید، آن را در اولویت قرار داده و هرچه زودتر تغییرات لازم را در زندگیتان برای اطاعت از آن حکم اعمال نمایید.

اگر می‌دانید که در یکی از صفات و فضایل ضعیف هستید، کار را با آن شروع کنید و اگر ترجیح می‌دهید که از ابتدای کتاب آغاز کنید، همواره به خاطر داشته باشید که برای

خود اهداف کوچک، محسوس و واقع‌بینانه در نظر بگیرید و تا رسیدن به آنها تلاش و استقامت کنید.

## لوح ازدواج<sup>۱</sup>

قوی‌ترین علقه‌ای که قلوب زن و شوهر را به یکدیگر متحد می‌نماید، صداقت و وفاداری را به منتهی درجه نسبت به هم مجری دارند و نگذارند ذره‌ای رشک و حسادت در بین ایشان نفوذ کند؛ زیرا این حسادت؛ چون سمی است که ریشه محبت را فاسد می‌نماید.

زن و شوهر باید معلومات خود را و استعدادات خود و ذوق خود و سعادت و دولت خود و مقام و مرتبه خود و جسم و جان خود را در مرحله اول به حضرت بهاء‌الله و سپس به یکدیگر نثار نمایند. باید افکارشان عالی و آمالشان نورانی و قلوبشان روحانی و ارواحشان مطلع انوار شمس حقیقت باشد. نباید به جهت اتفاقات و تصادفات فانی این زندگی تغییرپذیر نسبت به هم بدبین شوند و خلق‌تنگی نمایند. قلوبشان باید وسیع و منشرح و به وسعت جهان الهی باشد. هر وقت اختلاف‌نظری بین ایشان تولید شود، باید منتهی درجه سعی نمایند که آن را بین خود حل کنند و نگذارند خبر آن به خارج سرایت کند؛ زیرا مردم مستعد هستند که ذره صغیر را جبل کبیر نمایند. و نیز هرگاه به علت پیش‌آمدی، رنجشی از یکدیگر حاصل نمودند، نباید آن را در دل نگاه دارند؛ بلکه بالطبع باید آن را برای یکدیگر شرح و توضیح دهند و کوشش کنند هرچه زودتر این نفاق و

---

۱. طبق مرقومه دارالتحقیق بین‌المللی که در 'The American Baba'، سال ۲۳، شماره ۱۴ به تاریخ ۲۷ سپتامبر ۱۹۹۲ درج شده. این مطلب از الواح حضرت عبدالبهاء نیست؛ بلکه یادداشت احمد سهراب از بیانات شفاهی حضرت عبدالبهاء خطاب به او است - م

کدورت برطرف شود. باید یگانگی و یاری را بر حسادت و ریا و ترجیح دهند و مانند دو آینه صافی باشند تا انوار ستارگان محبت و جمال را در یکدیگر منعکس سازند.

شما باید تمام تصورات و افکار عالی و آسمانی خود را به یکدیگر بگویید. هیچ امر مخفی در بین خود نداشته باشید. خانه خود را محل راحتی و صفا نمایید. مهمان نواز باشید و در منزل خود را به روی آشنا و بیگانه باز گذارید. هر تازه واردی را با رویی متبسم استقبال کنید و خوش آمد گویید و طوری با ایشان رفتار نمایید که احساس کنند که در خانه من هستند. خداوند، چنان اتحاد و اتفاق بین زن و شوهر خلق نموده است که هیچ کس نمی تواند در این دنیا بالاتر از این اتحادی را تصور کند. شما یاد دایماً شجر الفت و اتحاد خود را با آب علاقه و محبت آبیاری نمایید تا در تمام فصول زندگانی، سرسبز و خرم ماند و شیرین ترین اثمار را برای شفای آلام ملل و اقوام به بار آورد.

خلاصه، شما دو نفر باید طوری زندگانی نمایید که خانه شما جلوه ای از ملکوت ابهین شود تا هر کس قدم گذارد، روح و صفا و نزهت را احساس نماید و بی اختیار فریاد برآورد که این جا آشیانه محبت است؛ این جا گلستان محبت است و شما دو نفر چون دو طپر خوش خوان باید بر روی بلندترین شاخه های شجر حیات بنشینید و فضا را مملو از نغمات عشق و سرور کنید.

تا آن جا که می توانید، سعی نمایید اساس محبت خود را در روح و وجدان خویش مستقر سازید و نگذارید که این اساس متزلزل گردد.

وقتی که خداوند به شما اطفال شیرین و نازنین عطا می کند، خود را وقف تربیت و تعلیم ایشان نمایید تا گل های جاودانی گلزار الهی و بلبلان خوش الحان بهشت آسمانی گردند و خادمان عالم انسانی و اثمار شجر زندگانی شوند.

در زندگانی چنان مشی و سلوک نمایید که دیگران آن را نمونه و سرمشق گیرند و با یکدیگر بگویند که ببین چگونه ایشان چون دو کبوتر با عشق و اتحاد و توافق کامل در یک

آشیانه مقرر یافته‌اند؛ گویی که خداوند حقیقت وجودشان را از ازل برای دوست داشتن یکدیگر سرشته است. وقتی که چنین حالتی وجود داشت و چنین آمال و هدف‌هایی اختیار شد، آن وقت از حیات جاودانی سهم بزرگی نصیب برده‌اید و از سرچشمه نوشیده‌اید و ایام خود را در بهشت شکوه و جلال در جمع‌آوری ازهار اسرار الهی صرف نموده‌اید. نسبت به یکدیگر چون عاشقان الهی و حبیبان معنوی باشید. حیات خود را در بهشت محبت بگذرانید. آشیانه خود را بر روی شاخه‌های پرپرگ شجر محبت بنا کنید. در فضای باصفای محبت پرواز کنید. در بحر بیکران محبت شنا کنید. در گلزار جاودان محبت مشی کنید. در ظل اشعه تابان شمس محبت حرکت کنید. در طریق محبت، ثابت و مستقیم باشید. مشام خود را با نفعه جان‌بخش ازهار محبت معطر کنید. گوش‌های خود را به آهنگ‌های روح‌نواز محبت آشنا کنید. از شراب محبت بنه‌شید و سرمست شوید. بگذارید تا آمال و افکار شما چون دسته‌ای از گل‌های محبت و سخنان شما چون درجی ارثالی بحر محبت باشد.

## پرسش نامه

این پرسش نامه برای کمک به شما جهت شناخت بهتر خودتان طراحی شده. بر روی شخصیت و رفتارهای خود تفکر کرده و هر قسمت را با صداقت کامل پاسخ دهید. می‌توانید در هر قسمت بیش از یک پاسخ را علامت بزنید. شرایطی را که در آن عکس العمل خاصی نشان می‌دهید را قید کنید و یا چنانچه پاسخ مورد نظران در لیست پاسخ‌های موجود قید نشده، آن را ذکر کنید. اگر به این ترتیب عمل کنید؛ می‌توانید با دقت و صحت بیش‌تری حقیقت شخصیت خود را بررسی نمایید. سپس پاسخ‌های خود را مرور کرده و مواردی را که لازم است در آن‌ها ترقی کنید انتخاب نموده و برای خود اهداف روشن و قطعی معین کنید.

### صداقت

الف. همیشه حقیقت را می‌گویم.

ب. دروغ نمی‌گویم، اما گاهی حقیقت را پنهان می‌کنم یا به چیزی غیر واقعی تظاهر می‌کنم.

ج. در مورد مسایل مهم، حقیقت را می‌گویم، اما گاهی در مورد مسایل جزئی دروغ می‌گویم.

د. زمانی که مناسب و به نفعم باشد حقیقت را می‌گویم.

ه. معمولاً در محیط شغلی خود دروغ می‌گویم، اما به طور کلی در خانه حقیقت را می‌گویم.

و هم به اعضای خانواده ام و هم به سایرین دروغ می گویم.

### گوش کردن و درک کردن سایرین

الف. به گفته های طرف مقابل به دقت و بدون این که میان کلامش بپریم گوش می دهیم؛ سپس در صحبت های خودم احساسات و افکار او را به گونه ای بازگو و منعکس می کنم که او به تفکر و تأمل عمیق تر در مورد آن ها تشویق شود.

ب. پس از این که حرف های طرف مقابل را با دقت شنیدم، نظرات خود را در مورد موضوع مطرح می کنم.

ج. هنگامی که به مشکلات طرف مقابل گوش می دهیم، سعی می کنم به محض این که احساس کردم مشکلتش را فهمیدم صحبتش را قطع کرده و نظرم را بگویم.

د. دوست ندارم دیگران با مطرح کردن مشکلات خود مواجم من شوند.

### مسئولیت پذیری

الف. مسئولیت هایم را انجام می دهم و هر چه را که وعده می دهم، عمل می کنم.

ب. در برخی شرایط مسئولیت هایم را انجام داده و در شرایط دیگر انجام نمی دهم (شرایط مورد نظر را توضیح دهید).

ج. می گذارم دیگران کار را انجام دهند.

د. بهتر است روی من حساب نکنید.

### کار

الف. شغلم را به عنوان خدمت تلقی کرده و آن را با عشق و تعهد به بهترین نحو انجام می دهم.



- ب. کار می‌کنم چون به من حس تکامل می‌دهد.  
 ج. به شدت کار می‌کنم تا مشکلاتم را فراموش کنم.  
 د. کار می‌کنم چون به پول نیاز دارم و در غیر این صورت ترجیح می‌دادم که کار نکنم.

## پول

- الف. پولم را برای هر آنچه که به آن علاقه و تمایل دارم خرج می‌کنم.  
 ب. گاهی پولم را برای چیزهای زاید خرج می‌کنم. (چه چیزهای زایدی)  
 ج. معمولاً در مورد مخارجم دقت می‌کنم.  
 د. فقط برای چیزهایی که به نظرم ضروری هستند پول خرج می‌کنم.  
 ه. همیشه در مورد مخارج شکایت می‌کنم حتی در مورد ضروری‌ترین آن‌ها.

## ادب

- الف. هم در عمل و هم در گفتارم ادب را رعایت می‌کنم.  
 ب. ادب را بیش‌تر در مورد سایر افراد رعایت می‌کنم تا در مورد افراد خانواده‌ام.  
 ج. به طور کلی مؤذبانانه صحبت می‌کنم، اما گاهی در اعمال و رفتارم ادب را رعایت نمی‌کنم.  
 د. زیاد به رعایت ادب توجه نمی‌کنم.

## تصمیم‌گیری و مشورت

- الف. معمولاً قبل از اتخاذ هر تصمیمی با دیگران مشورت می‌کنم.

- ب. معمولاً قبل از اتخاذ هر تصمیمی که مستقیماً یا غیرمستقیماً بر دیگران تأثیر داشته باشد، با آن‌ها مشورت می‌کنم.
- ج. به طور کلی ابتدا تصمیم‌گیری می‌کنم؛ سپس کسانی که تحت تأثیر این تصمیم قرار خواهند گرفت را آگاه می‌کنم.
- د. معمولاً برنامه‌ها و تصمیمات خود را با دیگران مطرح نمی‌کنم.

### وقتی احساس ناراحتی می‌کنم

- الف. دعا کرده، آثار بهائی را مطالعه می‌کنم و به خداوند روی می‌آورم.
- ب. خود را مشغول فعالیت‌هایی می‌کنم تا مشکلاتم را فراموش کنم. (چه نوع فعالیت‌هایی؟)
- ج. در خود فرورفته و از صحبت کردن اجتناب می‌کنم.
- د. به دیگران در مورد رفتاری که با من شده شکایت می‌کنم.
- ه. احساس بدم را سر افراد خانواده خالی می‌کنم.
- و. بیرون رفته و مشروب می‌خورم.

### در مواجهه با مشکلات

- الف. دعا کرده و سپس با ادب و محبت به مشورت می‌پردازم.
- ب. سعی می‌کنم نقطه نظرات دیگران را درک کرده و نظرات خود را با آنان در میان گذارم.
- ج. در مورد مشکلات با آرامش صحبت می‌کنم.
- د. در مورد مشکلات با حالت خشم و غضب صحبت می‌کنم.

ه. در مورد مشکلات با خشم و غضب صحبت کرده و گاهی به خشم و برخورد فیزیکی متوسل می‌شوم.

### بخشش و گذشت

الف. به راحتی می‌بخشم.

ب. پس از چندین ساعت عصبانیت و ناراحتی، می‌بخشم.

ج. برایم بسیار دشوار است که ببخشم و معمولاً تا مدّت طولانی کینه در دل دارم.

### نقش زن

الف. شوهر باید به طور عادلانه با همسرش در تمام مسئولیت‌های پرورش فرزندان و امور خانه همکاری کند.

ب. برای آن که زن بتواند در فعالیت‌های امری، مطالعه و کار شرکت کند، شوهر باید مایل باشد تا حدی در امور مراقبت از فرزندان و امور خانه به او کمک کند.

ج. خوب است که زن در فعالیت‌های امری و مطالعه و کار شرکت کند، بنا بر این اشکالی ندارد که گاهی از امور فرزندان و خانه و خانواده غافل شده و در انجام آن‌ها اهمال نماید.

د. این حقّ زن است که در این فعالیت‌ها شرکت کند، اما فقط در صورتی که کسی را داشته باشد که کار مراقبت از فرزندان و امور خانه را همان‌طور که خود او انجام می‌دهد، انجام دهد.

ه. جای زن در خانه است.

## انضباط و تأدیب فرزندان

الف. بهتر است که به فرزندان آزادی داده شود و هیچ گونه انضباط و محدودیتی در مورد آن‌ها اعمال نگردد.

ب. بهتر است که صفات اخلاقی را به آنان بیاموزیم و زمانی که آنان این صفات را از خود نشان می‌دهند آنان را تحسین کنیم و به این ترتیب نیازی به اعمال انضباط و تأدیب نخواهیم داشت.

ج. بهتر است انضباط و تأدیب را در مورد فرزندان با توضیح و منطق و با محروم کردن آن‌ها از چیزهایی که ارتباط منطقی با رفتاری که کرده‌اند دارند اعمال نماییم.

د. بهتر است که با آن‌ها فوراً با عصبانیت و سرزنش برخورد کنیم تا بفهمند که چقدر عصبانی هستیم.

ه. اگر با کلام نمی‌فهمند بهتر است آن‌ها را کتک بزنیم.

## دعا

الف. روزانه با تمرکز و تعلق خاطر دعا می‌کنم.

ب. اغلب روزها دعا می‌خوانم، اما اندکی طوطی‌وار و بدون توجه.

ج. فقط در جلسات بهائی دعا می‌خوانم.

د. به ندرت دعا می‌خوانم.

## مطالعه امری

الف. هر روز قسمتی از آثار بهائی را خوانده و بر روی آن‌ها تفکر می‌کنم.

ب. بیش از هفته‌ای یک بار متونی از آثار بهائی را خوانده و بر روی آن‌ها تأمل می‌کنم.

- ج. هر از چند گاهی یک متن را خوانده و بررویش تأمل می‌کنم.  
د. تقریباً تا کنون هیچ‌یک از آثار امری را به تنهایی نخوانده‌ام.

### خدمت به امرالله

- الف. تقریباً تمام وقت آزادم را وقف خدمت به امرالله می‌کنم.  
ب. قسمتی از وقت آزادم را خدمت به امرالله کرده و بقیه‌اش را به امور مفیده دیگر می‌پردازم (مثال بزنید).  
ج. هر از گاهی کاری برای امرانجام می‌دهم.  
د. هرگز به امرالله خدمت نمی‌کنم. (توضیح دهید زمانی که خدمت نمی‌کنید به چه کاری می‌پردازید).

### اطاعت از احکام

(هر سؤال را با همیشه، معمولاً، گاهی و یا هرگز پاسخ دهید.)

- الف. آیا نماز می‌خوانید؟  
ب. آیا روزه می‌گیرید؟  
ج. آیا از نوشیدن مشروبات الکلی و مصرف مواد مخدر اجتناب می‌کنید؟  
د. آیا عفت (یا وفاداری به همسر) را در روابط خود با جنس مخالف رعایت می‌کنید؟  
ه. آیا از زمانی که بهائی شده‌اید، تغییری کرده‌اید؟ چه تغییراتی؟  
پس از این که با صداقت کامل به پرسش‌نامه پاسخ دادید، باید در مورد پاسخ‌های خود تفکر کرده و تصمیم بگیرید که آیا می‌خواهید برخی از عادات و رفتارهایتان را تغییر دهید. سپس اهداف روشنی برای رشد و ترقی خود معین کنید.

## برای افراد مجزّد

۱. از پرسش‌نامه قبل، خصوصیات و ویژگی‌هایی که به نظرتان برای ازدواج و زندگی مشترک مهم‌تر است را برگزینید.
  ۲. با توجه به این ویژگی‌ها، به نظرتان حدّ اقلّ رعایت این خصوصیات برای داشتن زندگی مشترک سعادتمند چه میزان است؟
  ۳. قبل از ازدواج چطور می‌توانید بفهمید که طرف مقابل شما تا چه حدّ این صفات و ویژگی‌ها را داراست؟
  ۴. آیا خودتان این ویژگی‌ها را به میزان حدّ اقلّی که ذکر کردید، رعایت می‌کنید؟
  ۵. لیستی از ویژگی‌ها و خصوصیات که در مورد همسر آینده خود برایتان حایر اهمیت است، تهیه کنید.
  ۶. چنانچه کسی را برای ازدواج در نظر دارید:
- الف. تحلیل و بررسی نمایید که چه عواملی شما را به سوی این فرد جذب کرده و این عوامل تا چه حدّ برای سعادت زندگی مشترک اهمیت دارد.
  - ب. ویژگی‌هایی را که احساس می‌کنید طرف مقابل شما دارا می‌باشد، بیان کنید و با او در مورد این مسئله صحبت کنید که آیا او نیز خودش را همان‌طور که شما می‌بینید، می‌داند و بالعکس. نقاط قوت و نقاط ضعف هر کدام از شما و اهمیتی که این خصوصیات برای هر کدام از شما دارد با یکدیگر مقایسه کنید.
  - ج. بررسی نمایید که هر یک از طرفین تا چه حدّ صفاتی را که برای طرف مقابل در زندگی مشترک آینده مهم است، دارا می‌باشد.