

البناء معاً للمتزوجين



تأليف بيل هاورد، درو وكيت كونز،
ويسيك ومجدة غراباوسكي

سلسلة بناؤ البيت للمتزوجين®

البناء معا

للمتزوجين

تأليف بيل هاورد، درو وكيت كونز
ويسيك ومجدة غراباوسكي

"إن لم بين الرب
البيت فباطلا
يتعب البناؤون"
(مزمور ١٢٧: ١)

شروط وأحكام استخدام هذا الكتاب

يمكن استخدام هذا الكتاب مجاناً ضمن الشروط التالية:

- ١- يُسمح بطباعة أو إعادة إنتاج هذا الكتاب للاستخدام الشخصي أو الكنسي فقط.
- ٢- لا يُسمح بتغيير أي شيء في مضمون الكتاب أو شكله بأي شكل من الأشكال.
- ٣- لا يُسمح باستخدام هذا الكتاب للمنفعة المادية.
- ٤- لا يُسمح بطباعة هذا الكتاب لهدف المتاجرة به.
- ٥- لا يُسمح ببيع هذا الكتاب أو توزيعه بهدف المتاجرة به.

نُشر هذا الكتاب أصلاً في الولايات المتحدة الأمريكية

شركة Group Publishing تحت عنوان:

سلسلة بناؤو البيت للمتزوجين: البناء معاً للمتزوجين

وقد شارك في تأليفه عدد من الكتاب

كل الحقوق محفوظة لمؤسسة حياة العائلة © ٢٠٠٠

Dennis Rainey, Executive Director

FamilyLife

5800 Ranch Drive

Little Rock, AR 72223

(501) 223 - 8663

1-800-FL-TODAY

www.familylife.com

www.arabfamilylife.com



Translation & Graphic Design by:

PROJECT NEHEMIAH

Rudy Oates: Project Leader

Paul Raad: Senior Translator & Editor

Abdo Khater: Graphic Designer

Oct1, 2007

فرع من الحملة الجامعية للمسيح

المحتويات

٦	المقدمة
٨	الجلسة الأولى: لماذا نتزوج؟
١٢	الجلسة الثانية: مقاربتان للزواج
١٩	الجلسة الثالثة: قلب النزاع
٢٤	الجلسة الرابعة: أساس كل علاقة
٣٠	الجلسة الخامسة: الحب في العلاقة

تتطلب أكثر المهن الهامة تدريباً مكثفًا. فإننا لن نسمح مثلاً لشخص ما أن يزاوِل مهنة الطب من دون أن يتسجّل أولاً في كلية الطب ويكمل فترة التخصص حيث يتلقى تدريباً طبياً متخصصاً.

لكن هل تدركان أن أكثرية الناس لا يتلقون تدريباً كافياً في كيفية تأدية إحدى أهم المسؤوليات في الحياة؟ عندما يتزوج رجل بامرأة، يقفان أمام غرفة مليئة بالشهود ويعلنان التزامهما بعمر طويل من الحب... من دون أن يدركا في أغلب الأحيان كيف يفيان بوعود الزواج تلك. وعندما يُنجبان حياة جديدة إلى الوجود، يمتلئان بالفخر والفرح، ولكنهما قد لا يمتلكان المعرفة الكافية لتربية هذا المولود الجديد حتى يصبح إنساناً راشداً وناضجاً.

تلبية للحاجة التي نراها في عائلاتنا اليوم، طورت حياة العائلة سلسلة من الدراسات ضمن مجموعات صغيرة تدعى سلسلة بناؤ البيت للمتزوجين. تؤمّن هذه الدراسات مساعدة كتابية لبناء زواجٍ يمجّد الله.

مع أنك قد تكمل هذه الدراسة مع شريك حياتك فقط، فإننا نشجعكما بشدة إمّا لتشكيل مجموعة مع متزوجين آخرين لدراسة هذه المادة نفسها أو للانضمام إلى مجموعة سبق وتشكّلت لهذه الغاية. ستجدان أن الأسئلة في كل دراسة تساعدكما في خلق جوٍّ مميز يغمره الدفاء والتشجيع والشركة، فمن الممتع أن تلتقيا مع الآخرين وتتعلميا كيفية بناء البيت الذي تتمنيانه. أغنت المشاركة في مجموعة بناؤ البيت حياة ملايين الأشخاص حول العالم. وقد تمّت ترجمة واحدة أو أكثر من دراسات سلسلة بناؤ البيت هذه إلى ثلاثين لغة مختلفة.

الكتاب المقدس: المخطط الكتابي لبناء عائلتكما

ستلاحظان وأنتما تتقدمان في هذه الدراسة أن الكتاب المقدس يستخدم في بعض الأحيان كمرجع في قضايا الحياة كالزواج وتربية الأولاد. بالرغم من أن هذا الكتاب كُتب منذ آلاف السنين، فهو ما زال يتكلم بوضوح وقوة عن الصراع الذي نواجهه في عائلتنا.



القواعد الأساسية

لقد صُممت كل جلسة لكي تكون ممتعة ومفيدة ولا تُشعر المشترك بأي تهديد. ستساعدكم القواعد الأربع الأساسية البسيطة التالية على أن يشعر جميع المشتركين بالراحة ويحصلون على أكثر خبرة ممكنة.

١. لا تشارك المجموعة بأي أمر قد يُحرج شريك حياتك أو يُفقد ثقة عائلتك.

٢. ابق ما يخبرك به الآخرون سرًا.

٣. يمكنك أن لا تردّ على أيّ سؤال لا ترغب بالإجابة عنه.

٤. إذا كان ذلك ممكنًا، أكمل قسم التأمّلات كزوجين ما بين جلسات المجموعة.

لماذا نتزوج؟

٣٠ دقيقة



استكشف

يجب على كل زوجين من المجموعة أن:

١. يعرّفا عن نفسيهما.

٢. يصف كل منهما بشكل موجز كيف تعرّف على شريك حياته. أخيرا المجموعة عن الفكرة التي أخذها كل منكما عن الآخر في اللقاء الأول. (تذكر أن لا تقول أمراً قد يهرج شريك حياتك).

٣. يُشاركاً مع المجموعة أمراً مضحكاً حدث في السنة الأولى لزواجهما.



عام ١٩٤٠، قام كاتب فرنسي يدعى اندريه موروا بتصريح هام عن الزواج. كتب قائلاً: "إن الزواج الناجح هو مبنى يجب إعادة بنائه كل يوم."

إن علاقتك بشريك حياتك تختلف عن علاقة أصدقائك وأقربائك بشركاء حياتهم. كل زوجين هما عند محطة مختلفة من علاقتهما الزوجية، فعلاقة البعض مزدهرة والبعض الآخر متدهورة والبعض الأخير مستقرة نسبيًا. لكن هناك أمر واحد صحيح في كل زواج: يمكن أن يكون أفضل مما هو عليه اليوم! من كان زواجهما ناجحًا يعملان كل يوم لبناء "مبنى" أكثر ثباتًا.

إذا أردتما أن تعملتا على تحسين علاقتهما، إليكما نقاش المجموعة هذا!

١. خلال العصور، انتقد العديد من الناس مؤسسة الزواج. كتب الناقد النمساوي كارل كراوس قائلاً: "الزواج هو اتحاد الأنانية مع العذاب." وكتب الكاتب المسرحي الإيرلندي جورج فاركوهار الذي عاش منذ ثلاثمائة سنة قائلاً: "عندما يقود الأعمى أعمى آخر، لا عجب أن يقع الاثنان - في الزواج." وفي إحدى كتاباته الحديثة، قال سزا سزا غابور "إن الرجل الواقع في الحب لا يصبح كاملاً حتى يتزوج، ثم ينتهي أمره."

ومع ذلك، فالواقع هو التالي: كان الزواج ولم يزل حَجْر الزاوية الأساسي في المجتمع. ما هي برأيك بعض الأسباب الرئيسية التي لا تزال تدفع بالناس الى الزواج اليوم؟

٢. ماذا يتوقع الناس برأيك من العلاقة الزوجية؟

٣. ماذا يحصل في الزواج الذي لا تتحقق فيه التوقعات؟

٤. تبدأ معظم العلاقات بتوقعات عظيمة. يختبر المتزوجون حباً ورفقة يمكن أن نصفهما بكلمة "معاً". لكن مع الوقت، يفقد العديد من المتزوجين هذه الميزة التي اختبروها في البداية. قد يفترقان أو يستمران بالعيش في الأسرة ذاتها من دون اختبار هذه الميزة. لم برأيك يفقد المتزوجون صفة المعية (أن يكونا معاً)؟

٥. كتب الملك الحكيم سليمان قائلاً: "اثنان خير من واحد لأن لهما أجرة لتعبهما صالحة، لأنه إن وقع أحدهما يقيمه رفيقه. وويل لمن هو وحده إن وقع إذ ليس ثان ليقيمه. أيضا إن اضطلع اثنان يكون لهما دفء، أما الواحد فكيف يدفأ" (الجامعة ٤: ٩-١٠-١١). كيف يصف هذا القول كون الأزواج معاً في الزواج؟

٦. قال دنيس ريني وهو كاتب اميركي مشهور: "إذا لم يعمل الزوجان على البقاء معاً، فلا شك أن يفترقا عن بعضهما." هل توافقه الرأي أم تخالفه؟ لماذا؟

٧. ما هي برأيك بعض الأمور التي يحتاج أن يفهمها ويعملها المتزوجون لكي يتجنبوا الابتعاد عن بعضهم البعض؟

مبدأ لكي نقندي به:

اختبار الحب والرفقة أو "كون الزوجان معاً" هو توقع أساسي لمعظم العلاقات. على الزوجين أن يعملوا للمحافظة على ميزة كونهما معاً.

إذا ألقيت نظرة على مجتمع أو ثقافة اليوم، أي على الكتب، والأغاني، والبرامج التلفزيونية والأفلام، فسيُتضح لك أمر واحد: يبحث الناس عن الحب والرفقة. يريدون أن يحبوا الآخرين وأن الآخرين يحبونهم. والزواج بالنسبة لأغلب الناس، يُقدم الفرصة الأفضل لاختبار ما يرغبون به بشدة. المشكلة هي أن الكثير من الناس يدخلون في العلاقة الزوجية وهم لا يملكون سوى فكرة ضئيلة عن كيفية المحافظة على ميزة كونهما معًا.



تأملات (حوالي ٣٠ دقيقة - يكمل كل زوجين هذا القسم)

اجتمع مع شريك حياتك وأجيبا معًا عن الأسئلة التالية:

١. أذكر أمرين جذباك الى شريك حياتك قبل ان تتزوجا.

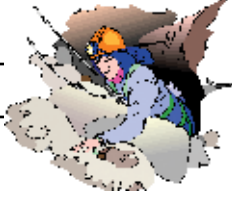


٢. أذكر أمرين يعجبانك في شريك حياتك الآن.

٣. ما هو الامر الذي يمكن أن تفعله كزوجين لتكونا معًا أكثر من قبل (أمر يمكن أن تفعله معًا وليس تغييرًا محددًا في تصرف شريك الحياة)؟

مقاربتان للزواج

٣٠ دقيقة



استكشف

المقاربات المختلفة للحياة

هل تعرفان بعضكما البعض بما فيه الكفاية؟ دوّنا إجاباتكما عن الاسئلة التالية (لا تدع شريك حياتك يرى إجاباتك). ثم شاركا إجاباتكما بصوت عال مع المجموعة.

شريك حياتك

أنت

الطعام المفضل

البرنامج التلفزيوني المفضل

النشاط الترفيهي المفضل

الكتاب المفضل

الوقت الأفضل للنوم

الكاتب المفضل

(تذكّر أن لا تشارك أمراً قد يهزج شريك حياتك)



تحدثنا خلال الجلسة الأخيرة عن حاجة الزوجين في العلاقة ليكونا معًا وعن الحاجة لكي يصلا الى ذلك الهدف. تمامًا كما تحتاج أية محاولة لكي تكون فعالة الى خطة، كذلك نحن نحتاج الى خطة لنعمل على أن نكون معًا.

الخطة الطبيعية

١. لنقل أن لديك ابنًا أو ابنة في الرابعة والعشرين من العمر يفكر أو تفكر جدًّا في الزواج. يقترب أو تقترب منك ويسألك، "كيف تصنع زواجًا ناجحًا؟". ماذا تقول؟ (ليس لهذا السؤال إجابات صحيحة أو خاطئة. أخبر المجموعة فقط عما يخطر في بالك).

إذا سألت أحدًا ما عن كيفية بناء زواج ثابت، ستكون الإجابة على الأرجح: التواصل، فهم شريك حياتك، حل الخلاف وتحسين حياتك العاطفية. مع أنك قد تجمع العديد من الآراء المختلفة، فأساس هذه الاجابات هو الايمان بأن الزواج هو ترتيب على أساس النصف بالنصف (أي تقاسم المسؤوليات بالتساوي). لننظر عن كذب الى هذه المقاربة.

حالة للدراسة

فؤاد وندى متزوجان منذ سنة تقريبًا وقد قضيا نهارًا على الشاطئ مع رفيقيهما سليمان وسناء. لنستمع الى كلٍّ من فؤاد وندى في حديث منفصل.

ندى، في حديثها الى فؤاد: "لقد سئمت من محاولة دفع فؤاد إلي القيام بدوره. من المفترض أن يكون زواجنا على أساس النصف بالنصف لكنني أشعر بأن ٨٠ بالمئة علي و٢٠ بالمئة عليه.

"لقد ظننت أننا سنوزع كل مسؤوليات الأسرة بالتساوي، لكن يبدو لي أنه يتوقع مني القيام بكل ذلك. كلانا يعمل، وعندما نصل الى المنزل، يغضب إذا لم أطهو الطعام وأنظف المطبخ. ينتقديني كيف أن البيت غير مرتب كما لو كان من واجبي أنا أن أحافظ على نظافته بمفردي.

صباح أيام السبت، أستيقظ باكراً وأحاول أن أرتب المنزل. أما هو فينام حتى الساعة العاشرة صباحاً وكل ما يفعله هو الاستلقاء كل النهار ومشاهدة الألعاب الرياضية على التلفاز. أيام الآحاد، يلعب كرة القدم مع رفاقه ويتركني هنا بمفردي.

"نوزع فواتير المنزل بين ماله ومالي. وعندما يفيض القليل من المال من حسابه، يقرر أنه يريد شراء شيء لنفسه. لا يقوم حتى بسؤالي!

"اننا نتحدث عن انجاب الأولاد، لكنني أتساءل في بعض الأحيان عما إذا كان هذا ما يجب أن نفعله حقاً، لأنني لا أرى نفسي إلا وأنا أقوم بكل العمل بينما يجلس هو ويشاهد الألعاب الرياضية."

فؤاد في حديثه الى ندى: "سئمت من التجادل مع ندى عن الموضوع نفسه: من يعمل أكثر. تردد دائماً أن زواجنا هو زواج ٥٠ على ٥٠ وأنا لا أقوم بواجبي.

"من يوازن دفتر الشيكات ويدفع الفواتير؟ من يحافظ على سيارتنا؟ من يملأ تقارير الضرائب؟ من يقوم بالتصليحات في المنزل؟ من يقوم بكل الأعمال في فناء المنزل؟ من بنى الرفوف في المرآب الشهر المنصرم؟ إنه أنا.

"برأيها، إذا كانت تقوم هي بالطهو في أغلب الأحيان، فنحن لا نوزع المسؤوليات بالتساوي. تظن أن هذا تمييز جنسي؟ فأقول لها: "أتودين فعلاً أن تأكلي مما أطهو؟" فتجيب: "أنت لا تفهم قصدي."

"حسناً، أظن أنها هي أيضاً لا تفهم قصدي."

٢. ما رأيك بمقاربة فؤاد وندى من الزواج (أي: أنت تقوم بدورك، وأنا أقوم بدوري)؟

٣. كيف اختبرت بعض المشاكل التي يعاني منها فؤاد وندى؟

٤. ما هي بعض الأسباب التي تجعل من الصعب العيش حقاً بحسب مقارنة النصف بالنصف؟

٥. اليك بعض الأسباب التي نقترحها والتي تظهر أن مصير مقارنة الـ ٥٠ على ٥٠ هو الفشل:

- عدم قدرتي على تحقيق توقعات غير واقعية.
 - استحالة المعرفة بأن شريكي قد سبق ووصل الى نصف الطريق.
 - ميولي الى التركيز على ضعف شريكي.
 - خيبة أمني في شريكي، الأمر الذي يشل أدائي.
 - رغبتني بالانتقام عندما يظلمني شريكي.
- هل تجد إحدى هذه الأسباب دقيقة؟ ما الاقتراحات التي تقدمها لتخطي هذه الأسباب؟

مقاربة مختلفة

أعطانا الرب يسوع ما نَصَفُه بالقاعدة الذهبية: عامل الآخرين كما تريد أن يعاملوك.

٦. كيف نستطيع تطبيق هذه القاعدة في الزواج؟

٧. ما هي النتائج التي نتوقعها؟

٨. في الزواج، نطبّق القاعدة الذهبية كما يلي: عامل شريك حياتك كما يريدك أن تعامله. على سبيل المثال، قد يرغب الزوج بشراء بطاقات لحضور حدث رياضي معيّن، فيخرج ويشترى البطاقات لزوجته، لأنه يود أن تعامله زوجته بهذه الطريقة. لكنها قد لا تكون مهتمة بالألعاب الرياضية. في الزواج، يجب أن يراعي الزوج الطريقة التي تود زوجته أن يعاملها بها. وإذا كانت تستمتع بالافلام اكثر من الالعاب الرياضية، عليه أن يشتري لها بطاقات لمشاهدة الافلام.

اذكر بعض الأمثلة الأخرى التي تُظهر كيف يمكن للزواج والزوجات أن يعاملوا بعضهم بعضاً بحسب القاعدة الذهبية.

٩. بأية طريقة محدّدة تطبّق القاعدة الذهبية في زواجك؟ إذا بدأت بتطبيق ذلك، كيف ستؤثر هذه الطريقة برأيك على علاقتك مع شريك حياتك؟

مبدأ لكي نقتدي به:

غالبًا ما تفشل خطة النصف بالنصف في الزواج. ينجح الزوجان في أن يكونا معًا عندما يأخذان بعين الاعتبار الطريقة التي يود شريك الحياة أن يُعامل على أساسها.

الخلاصة

يولد يوم الزواج شيء مميز. "أنا" و"أنا" أخرى تجتمعان معًا وتتعهدان أن تصبحا "نحن". يعمل الله من خلال الزواج لمساعدة فردين أنانيين حتى يصبحا "نحن" غير أنانية ورغبته هي أن يدوم الزواج لمدى العمر.



يدخل معظمنا الزواج مع هذه الرغبة لكن شيئًا ما يحصل للعديد من الأزواج في الطريق. نعلم ما يجب أن نفعله وما لا يجب أن نفعله. كما لو أننا نحاول اتباع حمية غذائية. تعلم أنك ستشعر بعافية أكبر إذا تناولت الطعام على نحو صحيح وأنت ستفقد الوزن الزائد، لكن من الصعب جدًا اتباع هذه الحمية.

سنناقش في الجلسة المقبلة أحد الأسباب الرئيسية وراء وقوع الأزواج في مشكلة عند اختبار نوع الزواج الذي يريدونه.

تأملات (حوالي ٣٠ دقيقة - يكمل كل زوجين هذا القسم)

اجتمع مع شريك حياتك وأجيبا معًا عن الاسئلة التالية:

١. بأية طرق عكس زواجك خطة النصف بالنصف؟



٢. كيف تريد أن يعاملك شريكك؟

٣. كيف نستطيع أن نقوي التزامنا بمعاملة بعضنا البعض وفق وسائل تجعلنا ننجح في أن نكون معًا أفضل مما كنا في السابق؟

قلب النزاع



٣٠ دقيقة

استكشف

كيف أنتما مختلفان عن بعضكما البعض؟

لكل من الفئات التالية، ضع إشارة ✓ أمام الوصف الذي يلائمك وعلامة ✗ أمام الوصف الذي يلائم شريك حياتك. إذا ظننت أن أيًا منهما لا يلائمكما، انتقل الى المجموعة التالية من الوصف. عندما ينهي الجميع هذا التمرين، شارك إجاباتك مع المجموعة.

يحبّ إضاءة الأنوار في المنزل ___
يحبّ أن يسهر ___
يضيء الأنوار فقط عند الحاجة ___
يحبّ أن يصحو باكرا ___

يتحرر من الضغط بواسطة:

القيام بنشاط جسدي ___
قضاء الوقت برفقة الناس ___
يتناول شيئاً سريعاً قبل المغادرة ___
يتناول فطوراً متوازناً ___
نادراً ما يقرأ ___
يقراً كثيراً ___

يحب الأفلام:

البوليسية ___
الرومنسية ___
الفكاهية ___
أفلام الإثارة ___

يبقى أشياءه:

منظمة ومرتبة ___
غير منظمة ___
يحبّ الخضروات ___
لا يحبّ الخضروات ___
يحبّ ألعاب المنافسة ___
يكره ألعاب المنافسة ___

عندما يقود:

لا يتخطى الحد الأقصى للسرعة ___ يجد صعوبة في البقاء ضمن حدود السرعة ___

تحدثنا في الجلسة الأخيرة عن مقاربتين مختلفتين للزواج:



٦٠ دقيقة

اكتشف

• مقارنة النصف بالنصف التي تركز على: "قم أنت بدورك وأقوم أنا بدوري."

• مقارنة مبنية على معاملة شريك حياتك كما يريدك أن تعامله.

مواقف خلاف مضحكة

١. شارك مع المجموعة بعض الطرق التي تظهر اختلافك عن شريك حياتك. ما هي بعض الأوضاع المضحكة التي تنشأ بسبب هذه الاختلافات؟

٢. كيف ينشأ الخلاف من هذه الاختلافات؟

السبب الأساسي للخلاف

مع أن معظم الصعوبات في الزواج تتأثر بأنواع المحن التي نختبرها كالمرض، والجروح، والصعوبات المالية، الخ...، فإن العدد الكبير من هذه الصعوبات يعود إلى أسباب داخلية.

٣. في الكتاب المقدس، نقرأ في سفر إشعياء ٥٣: ٦، "كلنا كغنم ضللنا ملنا كل واحد إلى طريقه..." كيف ينطبق هذا القول على العلاقة الزوجية؟

٤. بأية طرق تقع في تجربة "الميل إلى طريقك الخاص" في زواجك...

_____ بشكل عام؟

_____ خلال ساعات المساء؟

_____ في عطل نهاية الاسبوع؟

٥. الأنانية هي طريقة أخرى للتعبير عن "الميل إلى طريقك الخاص". لماذا يفشل كثيرون منا في توقع ظهور الأنانية حين نبدأ بإقامة العلاقة؟

٦. هل من الممكن برأيك القضاء على الأنانية في علاقتك مع شريك حياتك؟ اشرح إجابتك؟

نصيحة لحلّ الخلاف

٧. يقول الرب يسوع في متى ٢٢: ٣٩، "...تحبّ قريبك كنفسك." إن قريبك في الزواج هو شريك حياتك. ماذا يعني برأيك ان تحب شريك حياتك كنفسك؟ كيف تطبق هذه الآية في خضم الخلاف؟

٨. يعرض الكتاب المقدس هذا الموضوع بتوسّع في الرسالة الى أهل فيلبي ٢: ٣-٤. "لا شيئاً بتحزّب أو بعجب بل بتواضع حاسبين بعضكم البعض افضل من أنفسهم. لا تنظروا كل واحد الى ما هو لنفسه بل كل واحد الى ما هو لآخرين أيضاً". اذكر وسيلة او وسيلتين لمعاملة الآخرين أفضل من أنفسنا.

٩. كيف يمكنك أن تعرف اهتمامات شريك حياتك وتفهمها؟ لم يُعتبر التواصل مهمًا لحلّ الخلاف؟

١٠. الى أية درجة تعتبر المغفرة مهمة في العلاقة الزوجية وما الدور الذي تلعبه في حلّ الخلاف؟

مبدأ لكي نقتدي به:

إن حلّ الخلاف يبدأ باعترافنا بأنانيتنا. المفتاح لحلّ الخلاف والحفاظ على بقائكما معًا هو في تحقيق اهتمامات شريك الحياة.

الخلاصة

مع أن كل منا يرغب ببناء علاقة زوجية تدوم مدى الحياة، يستحيل أن نتفادى الأنانية التي هي من طبيعة البشر. في النهاية، يعود سبب النزاع في الزواج الى أنانية أحد الزوجين أو الزوجين معًا. يقول الكتاب المقدس إن كل انسان يقع تحت تأثير تركيزه على ذاته. التعامل مع أنانيتك هي الخطوة الأولى نحو حل الخلاف في أي علاقة كانت.



تأملات (حوالي ٣٠ دقيقة - يكمل كل زوجين هذا القسم)

١. اذكر بعض الطرق التي ظهرت أنانيتك من خلالها.



٢. كيف أثر ذلك على زواجك؟

٣. شارك مع شريك حياتك، طريقة واحدة على الأقل يمكن ان تستخدمها (أنت وليس شريك حياتك) لتصبح أقل أنانية.

أساس كل علاقة



٣٠ دقيقة

استكشف

في الجلسات الثلاث الأولى، تحدثنا عن حاجتنا في الزواج لبناء وجودنا معًا. في نهاية الجلسة الثالثة، أدركنا أن أنانيتنا الطبيعية تمنعنا من العطاء ومن اختبار وجودنا معًا على أساس دائم. ولكي نقوّي وجودنا معًا والحب الذي بيننا، نحتاج أن نكتشف المصدر.

١. ما هي بعض المصادر التي يحتاج الناس الى العودة اليها عندما يتعاملون مع الأنانية ويحاولون تقوية وجودهم معًا والحب الذي بينهم؟

٢. يؤمن العديد من الناس بأن الله هو مصدر القوة في التعامل مع الأنانية للمحافظة على الحب. هل تلاحظ كيف أن إقامة علاقة مع الله قد تساعد على تقوية علاقتنا مع الآخرين؟ اشرح اجابتك.



تتطرق العديد من جهات النظر اليوم الى كيفية بناء الإنسان لعلاقته مع الله. وفي هذا القسم، دعونا ننظر الى ما يقوله الكتاب المقدس. يصرع العديد من الأزواج والزوجات ليلتزموا بخطة الله حتى يكون زواجهم ناجحًا لأنهم لم يختبروا خطة الله لهم كأفراد. لا يمكن للزوج والزوجة أن يقبلا بكل ما يهبه الله لهم كزوجين حتى يختبرا هذه الخطة.

خطة الله للزوج والزوجة كافرين

يعلمنا الكتاب المقدس أن الله يحب كل انسان ويقدم له خطة رائعة لحياته. يقدم الله لنا أيضًا وعدًا بالحياة الأبدية معه. تعتبر خطة الله للأفراد أساس الزواج الإلهي. وتتضمن هذه الخطة أربعة مبادئ أساسية:

المبدأ الأول:

الله يحبك ولديه خطة رائعة لحياتك.

محبة الله

لأنه هكذا أحب الله العالم حتى بذل ابنه الوحيد لكي لا يهلك كل من يؤمن به بل تكون له الحياة الأبدية. يوحنا ٣: ١٦

١. لم لا يختبر معظم الأشخاص هذه المحبة وهذا المعنى في حياتهم؟

خطة الله

(المسيح يتكلم) " وأما أنا، فقد أتيت لتكون لهم الحياة وليكون لهم أفضل" (أي أن تكون كاملة ولها معنى). يوحنا ١٠: ١٠

المبدأ الثاني:

الانسان خاطئ ومنفصل عن الله، لذلك لا يمكنه أن يعرف ويختبر محبة الله وخطته لحياته.
الإنسان خاطئ "إذ الجميع أخطأوا وأعوزهم مجد الله."
رومية ٣: ٢٣

٢. كيف أثرت الخطيئة على العلاقات الزوجية؟
الإنسان منفصل "لأن أجرة الخطيئة هي موت"
(الانفصال الروحي عن الله) رومية ٦: ٢٣

يشرح المبدأ التالي الطريقة التي تقودك الى معرفة واختبار محبة الله وخطته لحياتك (ولزواجك)

المبدأ الثالث:

يسوع المسيح هو حلّ الله الوحيد لخطيئة الانسان. يمكنك من خلاله أن تعرف وتختبر محبة الله وخطته لحياتك.
مات بدلا عنا "الله يبني محبته لنا لأنه ونحن بعد خطاة مات المسيح لأجلنا." رومية ٥: ٨

قام من بين الأموات
"ان المسيح مات من اجل خطايانا... وأنه دفن وأنه قام في اليوم الثالث."
١ كورنثوس ١٥: ٣-٦

٣. ماذا تخبرنا الآية في رومية ٥: ٨ عن محبة الله لنا؟
هو الطريق الوحيد الى الله قال يسوع له، "أنا هو الطريق والحق والحياة، لا أحد يأتي الى الآب إلا بي."
يوحنا ١٤: ٦

يجب أن نقبل المسيح
"وأما كل الذين قبلوه فأعطاهم سلطاناً أن
يصيروا أولاد الله أي المؤمنون باسمه."
يوحنا ١: ١٢

علينا، كل على انفراد، أن نقبل يسوع
المسيح مخلصاً ورباً. بعدئذ يمكننا
أن نعرف ونختبر محبة الله وخطته
لحياتنا.

نقبل المسيح بالإيمان
"لأنكم بالنعمة مخلصون بالإيمان وذلك
ليس منكم، هو عطية الله. ليس من أعمال
كيلا يفتخر أحد." أفسس ٢: ٨-٩

يمكن ان نوضح علاقتنا مع المسيح من
خلال متطلبات العلاقة الزوجية. على
سبيل المثال قد يكون رجل ما مقتنعاً
بأن المرأة التي ستصبح زوجته هي
المرأة "المناسبة" له. قد يكون ملتزماً
عاطفياً ويحبها بكل جوارحه. لكن
الزواج يتطلب أكثر من ذلك. يتطلب
أيضاً اتخاذ قرار والعمل عليه. يصبح
الرجل والمرأة زوجاً وزوجة فقط عندما
يتخذان القرار ويلتزمان ببعضهما
البعض أمام رجل دين (أو أمام أي
سلطة أخرى). كلمة "نعم" هي التي
تصنع كل الفرق.

إذاً، إن الحل هو في علاقتنا بالرب
يسوع المسيح. لا يكفي أن نعرف
عن يسوع ونختبر اختباراً روحياً أو
حتى أن نحاول خدمته. مع أن هذه
الأمر كلها صحيحة، لا يصبح الانسان
مسيحياً إلا حين يقرر أنه بحاجة الى
مغفرة الله ويقبل المسيح، بإيمان، في
حياته مخلصاً ورباً.

نقبل المسيح من خلال الصلاة، والصلاة هي التحدث مع الله. إذا أردت حقاً بناء علاقة مع الله بقبول يسوع المسيح، يمكنك أن تفعل ذلك بتلاوة صلاة كهذه:

أيها الرب يسوع، أعلم أنني أخطأت وأنا أحتاج إليك. أشكرك لأنك متّ
عنيّ على الصليب عقاباً على خطاياي. أنا أفتح باب حياتي وأقبلك مخلصاً
ورباً. أشكرك لأنك غفرت خطاياي ولأنك أعطيتني الحياة الأبدية. أملك
على حياتي واجعلني أن أكون الشخص الذي تريده أنت. آمين.

عندما يضع شخص ما إيمانه بيسوع المسيح، يقول الكتاب المقدس إن الروح القدس يأتي ليسكن فيه ويقوده لكي يعيش حياة مختلفة.

"ستنالون قوة متى حلّ الروح القدس عليكم وتكونون لي شهوداً..." أعمال الرسل ١: ٨

"وأما ثمرة الروح فهو: محبة، فرح، سلام، طول أناة، لطف، صلاح، إيمان، وداعة،
تعفف..." غلاطية ٥: ٢٢-٢٣

٤. إن شئت أن تطوّر إحدى الثمار المذكورة في الآية السابقة في حياتك، فأى واحدة تختار منها؟ ما الفرق الذي سيَنُتج عن وجود هذه الثمرة في علاقتك الزوجية؟

مبدأً لكي نقتدي به:

حين نختبر محبة الله، وغفرانه وقوته، نصبح قادرين على
تخطي الأناية في حياتنا الخاصة ومسامحة بعضنا بعضاً
واختبار وجودنا معاً في الزواج.

إذا أدركنا ذلك أم لم ندركه، كلّ منا هو في مسيرة روحية في حياته. عند محطة معينة، كلّ منا سوف يقرر كيف يستجيب لما قاله الله في الكتاب المقدس. إن كنت لا تزال في حيرة بأن تصبح في علاقة شخصية مع المسيح أو لا، ففكر في السؤال التالي:

ما هو العائق الذي يمنعك من الالتزام بعلاقة شخصية بالمسيح؟



تأملات (حوالي ٣٠ دقيقة - يكمل كلّ زوجين هذا القسم)

١. فكر بالسؤال التالي: بما أن الله قد غفر لك خطاياك، هل تستطيع أن تسامح شريك حياتك على المرات التي ظلمك فيها؟



٢. دوّن بعض الأشياء الخاطئة التي تشعر بأن شريك حياتك قد ارتكبها ضدك. اسأل الله بواسطة الصلاة أن يساعدك لكي تسامحه. مرّق الآن اللائحة وانس كلّ هذه الأشياء.

٣. اذكر بعض المرات التي تعلم أنك ظلمت شريك حياتك فيها. أخبره أين أخطأت واسأله أن يسامحك كما سامحه الله.

الحب في العلاقة



٣٠ دقيقة

استكشف

١. ما هو فيلمك الغرامي المفضل؟

٢. ما هي الصورة التي تتبادر الى ذهنك عندما تسمع "يحبها" أو "تحبه"؟

٣. كيف تعرف أن أحداً ما يحبك؟

٤. كيف تعبّر عن حبك للشخص آخر؟



٦٠ دقيقة

اكتشف

في الجلسة الأخيرة، تحدثنا عن قبول حب الله وغفرانه لنا كأفراد. فالقيام بذلك يحررنا لكي نحب ونسامح شريك حياتنا تماماً كما يحبنا الله ويسامحنا. أنها نقطة البداية لبناء علاقة قوية في الزواج على أساس وجودنا معاً.

١. يقول الكتاب المقدس إن الله محبة. لنرى كيف يبرهن الله عن محبته لنا.

"لأنه هكذا أحبَّ الله العالم حتى بذل ابنه الوحيد لكي لا يهلك كل من يؤمن به بل تكون له الحياة الأبدية" يوحنا ٣: ١٦

"ولكن الله بين محبته لنا لأنه ونحن بعد خطاة مات المسيح لأجلنا." رومية ٥: ٨

ماذا تخبرك كل من هذه الآيات عن محبة الله لنا؟ كيف تختلف هذه المحبة عن الرؤية العادية للحب؟

٢. يعطي المقطع التالي من الكتاب المقدس وصفاً لمحبة الله.

"المحبة تتأني وترفق. المحبة لا تحسد. المحبة لا تتفاخر ولا تنتفخ ولا تقبّح ولا تطلب ما لنفسها ولا تحتدّ ولا تظنّ السوء ولا تفرح بالاثم بل تفرح بالحق وتحتمل كل شيء وتصدق كل شيء وترجو كل شيء وتصبر على كل شيء." ١ كورنثوس ١٣: ٤-٧

صف بتعابيرك الخاصة معنى إحدى مميزات الحب التي سبق وذكرت في الرسالة الأولى إلى أهل كورنثوس.

٣. لاحظ أن وصف الحب جاء كوصف شيء تقوم به وليس كشعور تحسّ به. ماذا يعلّمنا هذا عن حقيقة الحب؟

٤. كيف يؤثر نوع الحب هذا على وجود الزوجين معًا في العلاقة الزوجية؟

٥. ما نوع التغييرات التي يمكن أن تتوقعها في زواجك إذا بدأت تحبّ شريك حياتك بهذا النوع من الحب؟

٦. هل تظن أن الله يمكنه أن يساعدك حتى تحبّ شريك حياتك بهذه الطريقة؟ إذا كان جوابك نعم، كيف تظن أنه يستطيع مساعدتك؟ كيف تستطيع أن تطلب مساعده؟

٧. ما الدور الذي تلعبه المشاعر في العلاقة الزوجية؟ هل تكون مشاعر الحب دائماً "طبيعية" و"ثابتة" أم أنّ علينا القيام ببعض الأشياء لمساعدة مشاعرنا نحو بعضنا البعض حتى تصبح أقوى من ذي قبل؟ ماذا يمكننا أن نفعل لنساعد هذه المشاعر على النمو أو لنضرمها من جديد؟

مبدأ لكي نقنّدي به:

أفضل طريقة لبناء الانسجام في الزواج هي في أن تسأل الله أن يقويك لكي تحبّ شريكك بالأفعال وليس بالاعتماد على مشاعر متقلّبة.

لا يمكننا أن نحب شريك حياتنا تمامًا بهذه الطريقة بمفردنا. إذا سبق وقبلت يسوع المسيح، فهو سيمنحك القوة لكي تحب شريكك بهذه الطريقة. اسأل الله بإيمان أن يجعلك قادرًا على أن تبرهن نوع الحب هذا لشريك حياتك. ثم اسرع الى ممارسة هذا الحب بالأفعال. لا تنتظر أن تشعر بشيء معين. فالشعور يتبع الأفعال في تطبيق قدرة الله التي تجعلنا نحب الآخرين.



"والرجاء لا يخزي لأن محبة الله قد انسكبت في قلوبنا بالروح القدس المُعطى لنا."
رومية ٥: ٥

تأملات (حوالي ٣٠ دقيقة - يكمل كل زوجين هذا القسم)

١. بعد قراءة مميزات الحب السابقة، اذكر جانبين او ثلاثة تود تحسينها في زواجك.



٢. شارك هذه النواحي مع شريك حياتك.

٣. طابق كل من هذه المميزات مع موقف من المواقف حيث تحتاج أن تحب شريك حياتك بحسب وصف الله للحب.

٤. نقترح أن تصليا مع بعضكما البعض لكي يساعدكما الله في هذه المواقف.

سلسلة بناؤ البيت للمتزوجين



مقدمة لكتب حياة العائلة

كنا نتمنى ونحن نعلم بالآراء والوجهات النظر المختلفة في الزواج، أن نكتب لكم كتاباً...

- دليل القارئ
- حل النزاع في زواجك
- إدارة المال في زواجك
- البناء معاً للمتزوجين
- تحسين تربيتك للأولاد
- المحافظة على عهدة

سلسلة بناؤ البيت لتربية الأولاد



هذه الكتب متوفرة في موقعنا على الانترنت
www.arabfamilylife.com



البناء معاً للمتزوجين

يُبنى البيت الورع على معرفة وتطبيق خطة الله للزواج. حين تشارك في أحد مؤتمرات حياة العائلة أو أي نشاط آخر تابع لهذه الخدمة فإنك بذلك تؤكد أنك مهتم بعائلتك.

البناء معاً للمتزوجين هو وسيلة تغيّر الحياة، وهو في الوقت نفسه سهل الاستخدام وعملي جداً. يتضمن هذا الكتاب كل ما تحتاج إليه لكي تقود دراسة ضمن مجموعة صغيرة. ستجد أن الجلسات التالية مليئة بالأفكار الجديدة والمنعشة، كما يمكن لأي زوجين أن يحضرا هذه الجلسات مهما كانت انشغالاتهم اليومية.

■ الجلسة الأولى: لماذا نتزوج؟

■ الجلسة الثانية: مقاربتان للزواج

■ الجلسة الثالثة: قلب النزاع

■ الجلسة الرابعة: أساس كل علاقة

■ الجلسة الخامسة: الحب في العلاقة

السلسلة الكاملة لبناؤ البيت للمتزوجين®

دليل القائد

كيف تبني زواجك

المحافظة على عهدك

حلّ النزاع في زواجك

إدارة المال في زواجك

البناء معاً للمتزوجين

بناء العمل الجماعي في زواجك

بناء ثقة شريك حياتك بنفسه

النموّ معاً في المسيح

تحسين التواصل في زواجك

التغلب على الضغوطات في زواجك

لقد صُمّمت سلسلة بناؤ البيت للمتزوجين® لتقوية الزوجات وإقامة علاقات مع متزوجين آخرين لدعمهم وتقويتهم. إن كنت متزوجاً من فترة طويلة أو إن كنت متزوجاً من فترة قصيرة، فإن هذه السلسلة ستساعدك وتساعد شريك حياتك في اكتشاف مبادئ خالدة من كلمة الله لتطبيقها في زواجكما. لا يوجد طريقة أفضل لبناء زواجك من أن تكون ضمن مجموعة صغيرة ممتعة ولطيفة. لدراسة الكتاب المقدس.

