

شش هفته تا تصمیم آگاهانه

۳۰ سؤال کلیدی برای شناخت شریک زندگی، سنجش ارزش‌ها و اهداف مشترک

و تصمیم‌گیری آگاهانه با هدایت خداوند

نویسنده: فرشته بهرامی

کتابچه راهنمای آشنایی

Dating & Compatibility Workbook

مخصوص مسیحیان

نام نویسنده: فرشته بهرامی

سال انتشار: ۲۰۲۵

© 2025- تمامی حقوق این اثر متعلق به فرشته بهرامی است.

کپی برداری، انتشار یا استفاده از مطالب این کتاب بدون دریافت اجازه کتبی از نویسنده مجاز نمی باشد. این کتاب برای آموزش، رشد روحانی و راهنمایی مسیحی تهیه شده است و جایگزین مشاوره شبانی یا مشاوره حرفه‌ای روان‌شناختی نیست.

پیشگفتار

این کتابچه در پاسخ به نیاز بسیاری از جوانان و ایمانداران نوشته شد؛ کسانی که می‌خواستند پیش از ورود به رابطه‌ای عاطفی، با حکمت، صلح و هدایت الهی قدم بردارند اما ابزار و ساختار مشخصی برای شناخت نداشتند. امید من این است که این راهنما به شما کمک کند راهی روشن‌تر، بالغ‌تر و خداپسندانه‌تر در تصمیم‌های مهم زندگی بپیمایید.

هدف این کتابچه آن است که روند آشنایی پیش از ازدواج را به‌صورت سالم، مرحله‌به‌مرحله و مطابق ارزش‌های کتاب مقدسی هدایت کند. این راهنما برای ایماندارانی نوشته شده است که می‌خواهند با تشخیص، دعا و حکمت الهی درباره آینده رابطه خود تصمیم بگیرند. ساختار شش‌هفته‌ای این کتابچه فرصتی فراهم می‌کند تا هر دو طرف بتوانند بدون فشار یا احساسات زودگذر، شناختی تدریجی و عمیق به‌دست آورند.

نحوه استفاده از این کتاب ساده است:

هر هفته تنها یک بخش را مطالعه کنید،

سؤالات را در فضایی آرام مطرح کنید،

و پاسخ‌ها را با دعا، صلح و مشورت شبانی بررسی کنید.

فهرست مطلب :

بخش اول – مبانی و مقدمه

۱. مقدمه: چرا شناخت در شروع رابطه ضروری است؟
۲. شناخت سالم یعنی چه؟
۳. ساختار دوره شش هفته‌ای آشنایی
۴. مرزها، پاکی و دوره شناخت رسمی

بخش دوم – آماده‌سازی درونی و خودشناسی

۵. قدم اول: ۱۰ سؤال ضروری پیش از شروع رابطه
۶. قدم دوم: پیش از شروع دوره شناخت با یک نفر
۷. قدم سوم: دعای آغاز مسیر شناخت

بخش سوم – اصول و قوانین دوره آشنایی

۸. قدم چهارم: قبل از پیام یا تماس، این اصل را به یاد داشته باش
۹. قدم پنجم: قوانین دوره شناخت (در آشنایی مسیحی)
۱۰. قدم ششم: روش استفاده از سؤالات در شش هفته

بخش چهارم – سؤالات شش هفته‌ای آشنایی

۱۱. سؤالات هفته اول - شناخت ابتدایی و محترمانه
۱۲. سؤالات هفته دوم - ایمان و ارزش‌های مسیحی
۱۳. سؤالات هفته سوم - شخصیت و سبک روان‌شناختی
۱۴. سؤالات هفته چهارم - سبک ارتباط و تعامل
۱۵. سؤالات هفته پنجم - اهداف و انگیزه‌ها
۱۶. سؤالات هفته ششم - سازگاری و آینده رابطه

بخش پنجم - تشخیص، تصمیم و پایان دوره

۱۷. قدم هفتم: چگونه بعد از شش هفته برای ادامه تصمیم بگیریم؟
۱۸. چه چیزهایی معیار تصمیم‌گیری برای ادامه رابطه نیست؟
۱۹. تصمیم نهایی با دعا
۲۰. چگونه پاسخ منفی را محترمانه اعلام کنیم؟
۲۱. اگر پاسخ‌ها متفاوت باشد (یکی مثبت، دیگری منفی)
۲۲. سخن پایانی: اعتماد به اراده و زمان‌بندی خدا

مقدمه

چرا شناخت در شروع رابطه ضروری است؟

ورود به یک رابطه به‌ویژه رابطه‌ای که ممکن است به ازدواج ختم شود، فقط تجربه‌ای احساسی یا هیجان‌انگیز نیست. این یک تصمیم روحانی، عاطفی و عملی است. در ایمان مسیحی، ازدواج صرفاً یک قرارداد اجتماعی نیست، بلکه عهده‌ی مقدس است که خداوند آن را بنا کرده است:

'از این سبب مرد پدر و مادر خود را ترک کرده، با زن خویش خواهد پیوست و یک تن خواهند بود.'

پیدایش ۲:۲۴

به همین دلیل، انتخاب شریک زندگی نمی‌تواند بدون شناخت، حکمت و تشخیص انجام شود. کتاب مقدس ما را دعوت می‌کند که تصمیم‌های مهم را با حکمت بگیریم:

'و اگر از شما کسی محتاج به حکمت باشد، سوال بکند از خدایی که هر کس را به سخاوت عطامی کند و ملامت نمی‌نماید و به او داده خواهد شد.' یعقوب ۱:۵

'زمان را دریافته، پیش اهل خارج به حکمت رفتار کنید.' کولسیان ۴:۵

حکمت چیزی فراتر از احساسات لحظه‌ای است. احساسات می‌توانند تغییر کنند، اما شناخت صحیح کمک می‌کند بفهمیم چه کسی می‌تواند همراه سالم و وفاداری برای آینده‌مان باشد. بسیاری از افراد در آغاز رابطه تنها بر جذابیت ظاهری یا احساسات سریع تکیه می‌کنند، اما کتاب مقدس به ما یاد می‌دهد که:

'همه چیز را تحقیق کنید، و به آنچه نیکو است متمسک باشید.' ۱ تسالونیکان ۵:۲۱

خدا ما را دعوت نکرده که تنها با حس و حدس تصمیم بگیریم، بلکه با دعا، شناخت و مشورت وارد رابطه شویم.

ازدواج مسیحی یعنی چه ؟

ازدواج مسیحی عهدی مقدس، پایدار و خدا محور است که میان یک مرد و یک زن بر اساس اراده خدا بسته می‌شود؛ عهدی که در آن دو نفر تصمیم می‌گیرند در محبت، وفاداری و خدمت متقابل، زندگی خود را با یکدیگر پیوند دهند و "یک تن" شوند. ازدواج مسیحی یک قرارداد انسانی نیست، بلکه یک پیمان روحانی است که خدا خود شاهد، ضامن و بنیان آن است.

کتاب مقدس می‌فرماید: 'از این سبب مرد پدر و مادر خود را ترک کرده، با زن خویش خواهد پیوست و یک تن خواهند بود.' پیدایش ۲:۲۴

در ازدواج مسیحی، محبت تنها یک احساس نیست، بلکه تصمیمی روزانه برای محبت کردن مانند مسیح است: 'ای شوهران زنان خود را محبت نمایید، چنانکه مسیح هم کلیسا را محبت نمود و خویشتن را برای آن داد.' افسسیان ۵:۲۵

و هدف ازدواج فقط همراهی یا رفع نیاز عاطفی نیست، بلکه:

- ساختن یک خانوادگی الهی
- رشد روحانی و قدوسیت
- انعکاس محبت و وفاداری خدا در رابطه
- مشارکت در رسالت و دعوت الهی خانواده

در این عهد، هر دو نفر متعهد می شوند:

- در وفاداری بمانند
 - در محبت و احترام متقابل رشد کنند
 - با بخشش و فروتنی اختلافات را حل کنند
 - در مسیر شباهت به مسیح یکدیگر را تقویت کنند
- کتاب مقدس ازدواج را بخشی از اراده و طراحی خدا برای انسان معرفی می کند و آن را پیوندی می داند که هیچ کس نباید به سادگی بشکند:
- "پس آنچه را خدا پیوست انسان جدا نسازد" متی ۱۹:۶

چرا یک ایماندار نباید با فرد غیرایماندار ازدواج کند؟

ازدواج در مسیحیت فقط یک رابطه عاطفی یا قراردادی نیست؛
یک عهد روحانی است که دو نفر را در مسیر، ارزش‌ها، ایمان و هدف زندگی «یک‌تن» می‌کند. به همین دلیل،
 هم‌جهت بودن در ایمان امری بنیادی است، نه جزئی.

کتاب مقدس به روشنی می‌فرماید: 'زیر یوغ ناموافق با بیایمانان مشوید، زیرا عدالت را با گناه چه رفاقت و نور را با ظلمت چه شراکت است؟' ۲قرن‌تیا ۱۴:۶

آیه فقط یک قانون خشک نیست؛ بلکه یک حکمت عمیق روحانی است.

در ادامه دلایل کتاب مقدسی و عملی توضیح داده می‌شود:

• ایمان جهت زندگی است؛ نه یک سلیقه شخصی

ایمان ما فقط یک مراسم یا اعتقاد ذهنی نیست. ایمان، سبک زندگی، تصمیم‌گیری، محبت کردن، بخشش،
تربیت فرزند و اولویت‌های زندگی را تعیین می‌کند. وقتی یک نفر با خدا زندگی می‌کند و نفر دیگر نه، یعنی
 دو مسیر مختلف انتخاب شده است.

زیرا عدالت را با گناه چه رفاقت و نور را با ظلمت چه شراکت است؟ ۲قرن‌تیا ۱۴:۶

• دو نفر باید در یک هدف و ارزش مشترک زندگی کنند

ازدواج شراکت در همه ابعاد زندگی است.

وقتی ایمان مشترک نباشد، اختلاف‌نظرها در موارد زیر به وجود می‌آید:

• نحوه مدیریت تعارض

- نقش دعا و کلام خدا در تصمیم‌ها
- نگاه به پاکی و وفاداری
- نحوه تربیت فرزند
- ارزش‌های اخلاقی
- اولویت‌های مالی و زمانی
- خدمت و کلیسا

این‌ها مسائل کوچک نیستند؛ این‌ها ستون‌های زندگی مشترک هستند.

- ازدواج مسیحی یک «عهد سه نفره» است

در ازدواج مسیحی:

زن + مرد + خدا = یک عهد کامل

اگر یکی از زوجین رابطه زنده و فعال با خدا نداشته باشد، این مثلث روحانی ناقص می‌شود.

'اگر کسی بر یکی از ایشان حمله آورد، هر دو با او مقاومت خواهند نمود. وریسمان سه لا بزودی گسیخته نمی شود.' جامعه ۴:۱۲

• دایره ارزش‌ها و اصول متفاوت، ریشه اختلاف می‌شود

ایمان، نوع نگاه ما به:

- بخشش
- خشم
- صداقت
- فروتنی
- مواجهه با مشکلات
- سبک زندگی
- مرزبندی‌ها
- هدف ازدواج

را تعیین می‌کند.

اگر یک نفر این معیارها را از کلام خدا می‌گیرد و نفر دیگر از منطق انسانی یا فرهنگ دنیا، در تصمیم‌های مهم زندگی اختلاف‌های عمیق ایجاد می‌شود.

• تربیت فرزندان بدون ایمان مشترک، زمینه تنش دائمی است

پدر و مادر باید یک‌صدا باشند.

وقتی یک نفر می‌خواهد فرزندانش خدا — دعا — کلیسا — ارزش‌های کتاب مقدسی را بشناسند، اما طرف مقابل اهمیت نمی‌دهد یا مخالف است، تربیت کودک دچار دوگانگی و تنش می‌شود.

' بلکه ایشان را به تادیب و نصیحت خداوند تربیت نمایید. ' افسسیان ۴:۶
این امر تنها با والدین هم‌جهت در ایمان ممکن است.

• یک نفر نمی‌تواند دیگری را نجات دهد

بعضی می‌گویند:

✗ با او ازدواج می‌کنم، شاید بعدها ایمان بیاورد

اما کتاب مقدس هرگز ازدواج را راه نجات فرد دیگر معرفی نکرده است.

نجات کار روح‌القدس است، نه نتیجه رابطه عاطفی.

ازدواج هرگز ابزار «تبدیل» نیست؛ بلکه نیازمند دو فرد تبدیل‌شده است.

• آرامش، صلح و رشد روحانی در خطر قرار می‌گیرد

وقتی ایمان مشترک نباشد:

• عبادت مشترک دشوار می‌شود

• تصمیم‌ها دوگانه می‌شود

• اهداف زندگی ناهماهنگ می‌شود

• شخص ایماندار احساس تنهایی روحانی می‌کند

آرامشی که خدا وعده داده است در ازدواجی با «یوغ نامساوی» به راحتی از بین می‌رود.

جمع‌بندی:

ازدواج مسیحی یعنی دو نفر با یک روح، یک ایمان، یک هدف و یک مسیر متحد شوند.

نه برای ایجاد محدودیت؛ بلکه برای محافظت از قلب، آینده، ایمان و خانواده شما.

شناخت سالم یعنی چه؟

✓ پرسیدن سؤال‌های درست

✓ بررسی ایمان، ارزش‌ها و سبک زندگی

✓ مشاهده شخصیت فرد در عمل، نه فقط در حرف

✓ تشخیص اینکه آیا هر دو نفر از نظر مسیر روحانی و عملی هم‌جهت هستند یا نه؟

پیش از آنکه قلب و احساسات ما در رابطه عمیق شود، لازم است بدانیم آیا این رابطه ظرفیت رشد، سلامت و آینده دارد یا نه؟

این ۳۰ سؤال کمک می‌کنند که:

- آگاهانه انتخاب کنیم، نه عجولانه
- تفاوت‌های مهم را قبل از تبدیل شدن به مشکل بشناسیم
- هماهنگی ارزش‌ها، هدف‌ها و سبک زندگی را بسنجیم
- از گمان‌زدن و حدس‌زدن دور شویم و با شفافیت تصمیم بگیریم
- از دل‌خوری‌ها، پشیمانی‌ها و شکست‌های احساسی پیشگیری کنیم

شناخت، دشمن عشق نیست، محافظ عشق است.

شناخت باعث نمی‌شود احساسات سرد شوند؛ بلکه کمک می‌کند احساسات در جای درست، سالم و پایدار رشد کنند. شناخت آزادی ما را محدود نمی‌کند؛ بلکه ما را قادر می‌سازد که با آرامش، ایمان و حکمت انتخابی درست و خداپسندانه داشته باشیم. وقتی با دعا + حکمت + شناخت جلو می‌رویم، قدم‌هایمان بر اساس اراده آشکار خدا محکم‌تر می‌شود: 'در همه راه‌های خود او را بشناس، و اوطریقه‌ایت را راست خواهد گردانید.' امثال ۶:۳

توضیح مهم درباره ساختار این دوره شش هفته‌ای

این شش هفته تنها برای آن طراحی شده‌اند که به شما دیدی اولیه و پایه‌ای بدهد تا تشخیص دهید آیا می‌توانید با فرد مقابل وارد یک رابطه عاطفی سالم و یک مسیر شناخت عمیق‌تر برای ازدواج شوید یا خیر؟!

این دوره، جایگزین شناخت کامل و طولانی مدت نیست.

لطفاً تصمیم‌های مهم زندگی خود را تنها بر اساس این شش هفته بنا نکنید!

* این دوره صرفاً آغاز راه است؛ نه پایان آن *

" **پس از پایان شش هفته شناخت،** در صورتی که هر دو نفر تصمیم به ادامه مسیر داشته باشید، ضروری است ادامه این شناخت را با نظارت و همراهی شبانان، مشاوران روحانی و رهبران کلیسایی دنبال کنید. تصمیمی که در پایان این دوره گرفته می‌شود، تنها این است که آیا می‌خواهید وارد یک دوره جدی‌تر و عمیق‌تر شناخت شوید و رابطه‌ای عاطفی را با این شخص آغاز کنید یا خیر! "

روند شناخت باید مرحله به مرحله عمیق‌تر شود و هر دو نفر در هر گام نیاز دارید که در رشد شخصی، شفافیت، و درک عملی‌تر از شخصیت، ایمان، ارزش‌ها و مسیر زندگی یکدیگر پیشرفت کنید.

این دوره برای آن طراحی شده است که به شما کمک کند **آغاز درستی** داشته باشید؛ اما تداوم یک رابطه سالم و خداپسندانه تنها زمانی ممکن است که با **همراهی کلیسا، دعا، مشورت و شناخت عمیق‌تر** همراه باشد.

این شش هفته تنها **آغاز دوره شناخت** است. پس از تصمیم‌گیری برای ادامه مسیر، لازم است شناخت شما **عمیق‌تر، جدی‌تر و مسئولانه‌تر** ادامه پیدا کند. گفتنِ «بله» برای ورود به دوره رسمی شناخت به **این معنی نیست که شما نامزد شده‌اید؛** بلکه تنها به این معناست که فرد مقابل، **کاندیدای مناسبی برای شناخت بیشتر** ارزیابی شده است.

در این مرحله، هر دو نفر نسبت به صداقت، احترام و وفاداری در مدت شناخت متعهد هستند تا بتوانند با آرامش و شفافیت به تصمیم نهایی برسند.

با این حال، باید به خاطر داشت که در این مرحله هنوز هیچ عهد رسمی یا تعهد قطعی وجود ندارد و تصمیم نهایی تنها پس از دوره شناخت رسمی گرفته می‌شود.

به همین دلیل، هرگونه ارتباط فیزیکی، صمیمیت جنسی یا رفتاری که قلب و تشخیص شما را تحت تأثیر احساسات قرار دهد، ممنوع است.

کتاب مقدس ما را دعوت می‌کند که پاکی خود را حفظ کنیم و در انتخاب‌هایمان حکیمانه قدم برداریم:

'از زنا بگریزید. هر گناهی که آدمی میکند بیرون از بدن است، لکن زانی بر بدن خود گناه می‌ورزد.' ۱ قرن‌تیا ۶:۱۸
'زیرا که این است اراده خدا یعنی قدوسیت شما تا از زنا بپرهیزید. تاهرکسی از شما بداند چگونه باید ظرف خویشتن را در قدوسیت و عزت دریابد،' ۱ تسالونیکان ۳:۴

'دل خود را به حفظ تمام نگاه دار، زیرا که مخرج های حیات از آن است.' امثال ۲۳:۴

'و همشکل این جهان مشوید بلکه به تازگی ذهن خود صورت خود را تبدیل دهید تا شما دریافت کنید که اراده نیکوی پسندیده کامل خدا چیست.' رومیان ۲:۱۲

این آیات به ما یادآوری می‌کنند که تصمیم‌گیری در مسیر آشنایی باید بر اساس پاکی، حکمت، آرامش و هدایت روح القدس باشد، نه بر اساس هیجان، نیاز یا وابستگی احساسی.

دوره رسمی شناخت فرصتی است برای:

- مشاهده رفتار واقعی یکدیگر
- سنجش ارزش‌ها و ایمان در عمل
- شناخت خانواده‌ها
- بررسی سازگاری در مسیر زندگی
- و آماده شدن برای یک تصمیم مسئولانه

این مسیر هنگامی مبارک و سالم خواهد بود که با حکمت، شفافیت، مرزبندی و اطاعت از اراده خدا پیش برده شود.

قدم اول:

۱۰ سؤال ضروری که پیش از شروع یک رابطه باید از خود پرسید!

پیش از آنکه به شناخت «فرد مقابل» بپردازید، لازم است ابتدا خودتان را بشناسید. بسیاری از چالش‌های ازدواج نه از انتخاب طرف مقابل، بلکه از ناآگاهی نسبت به هویت، انگیزه‌ها و آمادگی‌های درونی خود فرد آغاز می‌شود.

ازدواج سالم و خداپسندانه زمانی شکل می‌گیرد که دو انسان بالغ، آگاه و هدفمند، نه از سر تنهایی یا نیازهای عاطفی زودگذر، بلکه با آمادگی روحانی و درونی و با طلب هدایت خداوند قدم به این مسیر بگذارند.

در پاسخ‌گویی به این پرسش‌ها، کاملاً صادقانه با خود گفتگو کنید.

۱. آیا من هویت خودم را در مسیح می‌شناسم؟

آیا ارزش و امنیت درونی من بر رابطه‌ام با خدا بنا شده است، یا انتظار دارم شخص دیگری مرا کامل و ارزشمند کند؟

۲. انگیزه اصلی من برای ازدواج چیست؟

آیا به دنبال دریافت عشق و توجه هستم، یا می‌خواهم خانواده‌ای مبتنی بر محبت، خدمت و مسئولیت بنا کنم؟

۳. آیا توانایی مدیریت احساسات، خشم و رفتارهای خود را دارم؟

رابطه سالم نیازمند پختگی در کنترل هیجانات است. بدون این توانایی، محبت آسیب می‌بیند و ارتباطات دچار تنش می‌شود.

۴. آیا می‌توانم ببخشم، گفت‌وگو کنم و برای آشتی پیش‌قدم شوم؟

زندگی مشترک بدون بخشش و فروتنی پایدار نمی‌ماند. آیا من آماده رشد در این زمینه هستم؟

۵. آیا نگاه من به ازدواج واقع‌بینانه است؟

آیا ازدواج را سفری همراه با رشد، تعهد، چالش و زیبایی می‌بینم؟

یا آن را یک احساس دائمی «هیجان و عاشقی» تصور می‌کنم؟

۶. آیا از نظر مالی، احساسی و ذهنی به استقلال نسبی رسیده‌ام؟

آیا می‌توانم مسئولیت‌های زندگی خود را بپذیرم، یا به دنبال فردی هستم که مشکلاتم را حل کند و جای خالی‌های درونی مرا پر کند؟

۷. ارزش‌ها، باورها و رؤیای من برای آینده یک خانواده چیست؟

آیا می‌دانم چه نوع خانواده‌ای می‌خواهم بنا کنم؟

آیا این رؤیا با اصول کتاب مقدس و دعوت خدا برای زندگی من هماهنگ است؟

۸. آیا رابطه‌ام با خانواده خودم سالم و ترمیم‌شده است؟

زخم‌های عاطفی حل نشده اغلب وارد ازدواج می‌شوند. آیا نسبت به گذشته‌ام آشتی و بلوغ یافته‌ام؟

۹. آیا من آماده فداکاری، خدمت و بخشیدن هستم؟

عشق مسیحی تنها دریافت کردن نیست؛ بلکه مشارکت، بخشش و خدمت متقابل است. آیا سبک زندگی من با این حقیقت هماهنگ است؟

۱۰. آیا در انتخاب شریک زندگی از خدا هدایت می‌طلبیم؟

آیا با دعا، مشورتِ شبانی و مطالعه کلام خدا مسیرم را می‌سنجم؟
یا تصمیمات خود را تنها بر احساسات لحظه‌ای بنا می‌کنم؟

پاسخ صادقانه به این پرسش‌ها، قدم نخست برای ورود به شناختی سالم، عمیق و خداپسندانه است.
شناخت «خود» پایه شناخت «دیگری» است و به شما کمک می‌کند رابطه‌ای بسازید که نه از کمبود،
بلکه از بلوغ، آگاهی و هدایت الهی شکل می‌گیرد.

قدم دوم:

پیش از شروع دوره شناخت: اول این پرسش‌ها را از خودت بپرس!

گاهی یک رابطه از احساسات و جذابیت اولیه آغاز می‌شود و به تدریج با عنوان «هدایت الهی» ادامه پیدا می‌کند، در حالی که ممکن است ما هیجان خود را با هدایت خدا اشتباه گرفته باشیم.

کتاب مقدس ما را دعوت می‌کند که در تصمیم‌های مهم، با تشخیص، حکمت و دعا عمل کنیم:

'واگر از شما کسی محتاج به حکمت باشد، سوال بکند از خدایی که هر کس را به سخاوت عطامی کند و ملامت نمی‌نماید و به او داده خواهد شد.' یعقوب ۱:۵

'در همه راههای خود او را بشناس، و او طریقه‌هایت را راست خواهد گردانید.' امثال ۳:۶

'همه چیز را تحقیق کنید، و به آنچه نیکو است متمسک باشید.' ۱ تسالونیکان ۵:۲۱

این پرسش‌ها برای زمانی طراحی شده‌اند که فردی را دیده‌اید و در روزهای ابتدایی رابطه قرار دارید زمانی که هیجان زیاد است و تشخیص گاهی دشوار.

برای داشتن یک شروع سالم، این پرسش‌های کلیدی را با صداقت کامل از خود بپرسید:

(۱) آیا برای این تصمیم دعا کرده‌ام؟

آیا واقعاً از خدا خواسته‌ام که اراده‌اش را نشان دهد، یا فقط دعا کرده‌ام که همین فرد «همان نفر» باشد؟

(۲) چند وقت است که این فرد را می‌شناسم؟

آیا به خاطر ظاهر، رفتار مهربان یا توجهش جذب شده‌ام؟ شناخت واقعی زمان می‌خواهد، نه هیجان لحظه‌ای.

۳) آیا به احساساتم فرصت داده‌ام تا آرام شوند؟

آیا دارم در هیجان تصمیم می‌گیرم؟ یا بعد از روزها تفکر و آرامش؟

۴) آیا انگیزه‌ام برای شروع شناخت، رفع تنهایی است؟

وقتی انسان تنهاست، بیشتر مستعد اشتباه به اسم عشق می‌شود.

۵) آیا از خدا خواسته‌ام اگر این رابطه برای من مناسب نیست، در را ببندد؟

یا فقط از خدا خواسته‌ام رابطه را به هر شکلی برقرار کند؟

۶) آیا درباره ارزش‌ها و ایمان مشترک فکر کرده‌ام؟

فقط مهربان بودن کافی نیست. آیا ایمان، سبک زندگی و نگاهش به آینده با من قابل سازگاری است؟

۷) آیا عجله دارم؟

عجله معمولاً نشانه هدایت روح القدس نیست، نشانه هیجان نفس انسانی است.

۸) آیا آماده‌ام اگر خدا جوابش «نه» بود، با آرامش عقب بکشم؟

اینجا صداقت با خودت مشخص می‌شود. آیا دنبال اراده خدا هستم یا دنبال رسیدن به همان فرد؟

۹) آیا با یک دوست یا مشاور روحانی بالغ مشورت کرده‌ام؟

مشاوره مسیحی یعنی شخصی خارج از هیجانات من از بالا نگاه کند و به حقیقت کمک کند.

۱۰) اگر این فرد «نه» بگوید، آیا عزت نفس من فرو می‌ریزد؟

اگر پاسخ «نه» روح تو را می‌شکند، یعنی ممکن است رابطه برای تو تبدیل به «نجات‌دهنده» شده باشد، نه شریک زندگی.

قدم سوم :

دعای آغاز مسیر شناخت

اگر به پرسش‌های خودشناسی با صداقت پاسخ داده‌ای و نیت قلبی‌ات برای شروع یک رابطه، از روی ایمان، صلح و احترام به اراده خداست، پس اکنون زمان آن است که با هم دعا کنیم.

این لحظه، آغاز یک رابطه نیست؛ بلکه آغاز سپردن مسیر به دست‌های خداست.

وقتی راه خود را به او می‌سپاریم، هرچه در این مسیر پیش آید، می‌تواند برای ما سلامتی، رشد و برکت به‌همراه داشته باشد.

خداوندا، تو آفریننده قلب منی و بهتر از هر کسی می‌دانی چه چیزی برای زندگی من نیکوست.

نمی‌خواهم از روی تنهایی، عجله، ترس یا نیاز عاطفی تصمیم بگیرم.

کمکم کن تا نه با خواسته‌های نفس، بلکه با اراده و هدایت تو وارد این مسیر شناخت شوم.

ای پدر، اگر این راه از توست، درهای درست را بگشا؛

و اگر این رابطه برای آینده و ایمان من مناسب نیست، در محبت خود راه را ببند

و آرامشی عطا کن تا اراده‌ات را بپذیرم.

ای روح‌القدس، افکارم را روشن کن و احساساتم را در تعادل نگاه دار.

چشم و گوش مرا بگشا تا نشانه‌ها و صدای تو را تشخیص دهم

و قوتی عطا کن تا تصمیم‌هایم را بر اساس حقیقت و محبت تو بگیرم، نه هیجان لحظه‌ای.

خداوندا، این مسیر آشنایی را به دست‌های تو می‌سپارم.

می‌خواهم هر نتیجه‌ای که باشد، در یقین زندگی کنم که خواست تو انجام شده است.

در نام عیسی مسیح،
آمین.

قدم چهارم :

قبل از پیام یا تماس، این اصل را همیشه به یاد داشته باش

تو وارد رابطه عاطفی نمی شوی؛ تو وارد یک دوره آشنایی و شناخت می شوی.

در این مرحله هیچ چیز قطعی نیست.

او نه نامزد توست و نه همسر تو، و در حال حاضر هیچ تعهد رسمی میان شما وجود ندارد. این تنها یک دوره شناخت است؛ فرصتی که هر دو طرف بتوانند بدون فشار، انتظار یا وابستگی، یکدیگر را بهتر بشناسند.

طبیعی است که در چنین مرحله‌ای ممکن است مسیر ادامه پیدا نکند و این به معنای شکست نیست، بلکه بخشی از فرآیند تشخیص و حکمت است.

به همین دلیل وقتی پیام می دهی، در جایگاه یک خواستگار رسمی یا فردی که انتظار «بله» برای ازدواج دارد نیستی.

تنها انتظاری که منطقی و سالم است این است که گفت‌وگو محترمانه، روشن و پیوسته باقی بماند تا این دوره شناخت به خوبی طی شود.

در این مرحله:

- احساسات ضروری نیست که شکل بگیرند؛
شکل‌گیری احساس تنها پس از شناخت کافی و هدایت خدا ارزش دارد.
- هیچ تعهدی داده نمی‌شود؛
تعهد زمانی معنا دارد که شناخت کامل‌تر باشد.

- هیچ قولی برای آینده رد و بدل نمی شود؛
این زمان «تصمیم گیری» نیست، بلکه «ارزیابی» است.

- هیچ آینده ای پیش بینی نمی شود؛
تنها بررسی می کنید که آیا ارزش دارد شناخت ادامه یابد یا خیر.

این مرحله، هنوز «رابطه عاطفی» نیست؛
این یک فرصت برای تشخیص است.

'دل خود را به حفظ تمام نگاه دار، زیرا که مخرج های حیات از آن است. ' امثال ۲۳:۴

قدم پنجم:

قوانین دوره شناخت (در آشنایی مسیحی)

۱. شناخت قبل از احساس

تا زمانی که هنوز مطمئن نیستی ارزش ادامه دادن دارد، هیچ احساس یا تصور جدی درباره آینده شکل نده. احساس طبیعی است، اما نباید جلوتر از تشخیص و حکمت حرکت کند.

- اول شناخت
- سپس تصمیم
- بعد احساس سالم

۲. جلسه‌های کوتاه، هدفمند و محدود

به طور معمول بهتر است هر جلسه بین ۳۰ تا ۴۵ دقیقه باشد و حداکثر هفته‌ای ۲ تا ۳ بار.

گفت‌وگوها باید درباره موضوعات مشخص و مهم باشند. شناخت با حرف‌های طولانی و بی‌هدف به دست نمی‌آید.

۳. احترام به حریم خصوصی یکدیگر

پرسیدن سؤال‌های مربوط به شناخت → بله
کنجکاوی در گذشته، کنترل، یا سؤال‌های خصوصی و جنسی → خیر
هر سؤال باید محترمانه، ضروری و برای شناخت باشد—نه برای قضاوت یا فشار.

۴. ارتباط بیش از حد ممنوع

ارتباط بسیار زیاد باعث می‌شود:

- احساسات پیش از شناخت فعال شوند
 - تصمیم‌گیری احساسی شود
 - مرزها از بین برود
- کیفیت گفت‌وگو مهم‌تر از مقدار حرف‌زدن است.

۵. گفت‌وگو دوطرفه است، نه بازجویی

شناخت یعنی پرسش و پاسخ دوطرفه.
هیچ‌کس نباید فقط سؤال‌کننده یا فقط پاسخ‌دهنده باشد.
فضا باید محترمانه، شفاف و بدون فشار باشد.

۶. دنبال کمال نباش، دنبال تناسب باش

هیچ کس کامل نیست.

سؤال این نیست: «آیا بی نقص است؟»

سؤال این است: آیا از نظر ایمان، شخصیت و ارزش ها با من تناسب دارد؟

این اصل مطابق کلام خداست:

«با بی ایمانان یوغ نامساوی نشوید.» (۲ قرنتیان ۶:۱۴)

۷. تصمیم نهایی باید با دعا، آرامش و مشورت باشد

پس از پایان دوره شناخت:

- نه به خاطر ترس از دست دادن
- نه به خاطر هیجان
- نه به خاطر عجله برای ازدواج

به این رابطه "بله" نگو!

تصمیم درست با آرامش روح القدس همراه است، نه اضطراب یا فشار.

و با مشورت شبانان و افراد بالغ روحانی حکیمانه تر می شود. امثال ۱۵:۲۲

قدم ششم

سؤالات این دوره در شش بخش تنظیم شده‌اند.

بهتر است هر هفته تنها بر یک بخش تمرکز کنید تا فرصت کافی برای فکر کردن، دعا کردن و تحلیل پاسخ‌ها داشته باشید. این روند به شما کمک می‌کند با آرامش، صبر و وضوح بیشتری فرد مقابل را بشناسید و مسیر آشنایی به صورت سالم، تدریجی و بدون فشار پیش برود.

سؤالات جلسه اول، برای به دست آوردن یک شناخت کلی و مقدماتی از فردی است که می‌خواهید او را بهتر بشناسید. سؤالات هفته‌های بعد، به مراتب عمیق‌تر و دقیق‌تر خواهند بود. بنابراین ابتدا لازم است همین پرسش‌های ابتدایی مطرح شوند؛ حتی اگر تصور می‌کنید پاسخ برخی از آن‌ها را می‌دانید. در شناخت، حدس جای پرسش را نمی‌گیرد؛ پرسیدن، شفافیت به همراه می‌آورد.

هر دو طرف باید به این پرسش‌ها پاسخ دهند و فرصت کافی برای فکر کردن و توضیح دادن داشته باشند. گفت‌وگو زمانی مفید و سازنده خواهد بود که هر دو نفر در فضایی آرام، بدون عجله و بدون مزاحمت، بتوانند با آرامش و صداقت صحبت کنند.

سؤالات آشنایی در هفته اول

شناخت کاملاً ابتدایی و محترمانه

در شروع این مرحله، اگر نام کامل طرف مقابل را نمی‌دانید، ابتدا آن را بپرسید. سپس می‌توانید این پرسش‌های اولیه و ساده را مطرح کنید. هدف این سؤالات فقط به‌دست آوردن یک تصویر کلی از یکدیگر است.

۱. ممکنه بفرمایید چند سالتون هست؟
۲. این روزها در کدام شهر یا کشور زندگی می‌کنید؟
۳. با چه کسانی زندگی می‌کنید؟ خانواده، تنها یا هم‌خانه؟
۴. سطح یا رشته تحصیلی تون چیه؟
۵. در طول زندگی چه شغل‌هایی داشتید؟
۶. شغل فعلی تون چیه و از چه زمانی مشغول این کار هستید؟
۷. چند خواهر و برادر دارید و رابطه تون با هم چطوره؟
۸. اوقات فراغت تون رو معمولاً چطور می‌گذرونید؟
۹. روز معمولی شما معمولاً چه شکلیه؟
۱۰. آیا تجربه ازدواج قبلی داشته‌اید؟
۱۱. آیا نامزدی یا رابطه جدی قبلاً داشته‌اید؟

۱۲. فرزندى داريد؟

۱۳. عضو کدام کلیسا هستيد و چه مدت در آن جمع حضور داريد؟

۱۴. شبان يا رهبر روحانى شما چه كسى هست؟

۱۵. آیا معمولاً به شكل منظم در جلسات هفتگى کلیسا شرکت مى كنيد؟

۱۶. در يك ازدواج به دنبال چه چیزهاىي هستيد؟

۱۷. ازدواج برای شما چه معنا و مفهومی دارد؟

۱۸. سبك ارتباطی تون چگونه هست چه زمان هاىي ميتونيم صحبت كنيم ؟

۱۹. خودتون رو چگونه توصيف ميكنيد ؟

۲۰. در آخر هر جلسه هر کدام چند دقيقه دعا كنيد تا با نحوه دعای هم و ايمان يكدیگر آشنا شويد !

در اين هفته، شما فقط سؤالات كلى و مقدماتى را مطرح كرديد.

اکنون زمان آن است كه در دعا و تفكر بررسى كنيد آیا مى خواهيد وارد هفته دوم و شناخت عمیق تر شويد يا خير؟!

اگر احساس مى كنيد نمى خواهيد ادامه دهيد، از خود بپرسيد:

آيا دليل من برای عدم ادامه، منطقی و روشن است؟

اگر دليل مشخص و منطقی نداريد،

به خودتان فرصت بدهيد تا هفته دوم را تجربه كنيد.

شناخت سالم نیازمند زمان، صبر و فرصت است.

سوالات هفته دوم

بخش ۲: ایمان و ارزش‌های مسیحی

هدف: شناخت نگاه روحانی یکدیگر و میزان هم‌سوایی در باورها و سبک زندگی مسیحی

ایمان و ارزش‌های مسیحی، یکی از مهم‌ترین پایه‌های یک رابطه سالم و ماندگار است. در این هفته، گفت‌وگوها باید با احترام، دقت و صداقت کامل انجام شود. این شناخت، پایه تصمیم‌گیری هفته‌های بعد خواهد بود.

۱. ایمان تو چه نقشی در زندگی روزمره‌ات دارد؟

نمونه‌ها: دعا، مطالعه کتاب مقدس، حضور در کلیسا، اخلاق و سبک زندگی

۲. چگونه مسیح را ملاقات کردی و عیسی خداوند را پذیرفتی؟

شهادت ایمان یکدیگر را با آرامش و جزئیات بشنوید. این بخش یکی از مهم‌ترین قسمت‌های شناخت روحانی است

۳. کدام ارزش‌های مسیحی برای‌ت غیرقابل چشم‌پوشی هستند؟

برای مثال: حضور منظم در کلیسا، صداقت در روابط، پاکی و وفاداری، بخشش، مسئولیت‌پذیری

۴. چقدر برای‌ت مهم است که شریک زندگی‌ات ایمان و ارزش‌های مشابه داشته باشد؟

^۱ زیر یوغ ناموافق با بیایمانان مشوید، زیرا عدالت را با گناه چه رفاقت و نور را با ظلمت چه شراکت است؟

۲قرن‌تیا ۱۴:۶-۱۶

۵. در کلیسا چه خدمتی انجام می‌دهی یا چه مشارکتی داری؟

نحوه خدمت یک فرد، نگرش او نسبت به خدا، جامعه و مسئولیت را روشن می‌کند.

۶. هنگام تصمیم‌گیری‌های مهم، چگونه هدایت خدا را تشخیص می‌دهی؟

لطفاً چند تجربه شخصی مثال بزنید.

این پاسخ نشان می‌دهد فرد چگونه دعا، مشورت، کلام و تشخیص روحانی را به کار می‌گیرد.

سوالات هفته سوم

بخش ۳: شخصیت و سبک روانشناختی

هدف: شناخت ویژگی‌های رفتاری، ثبات احساسی و نحوه برخورد با چالش‌ها

شناخت شخصیت یک فرد ویژگی‌ها، نقاط قوت، چالش‌ها، واکنش‌ها و سبک مدیریت احساسات در شکل‌گیری یک رابطه سالم و پایدار اهمیت زیادی دارد. این گفت‌وگو باید با احترام، صداقت و بدون قضاوت انجام شود.

۱. سه ویژگی شخصیتی که در خودت می‌پسندی چیست؟

برای مثال: صبوری، مهربانی، صداقت.

۲. چه عادت‌های رفتاری داری که دوست داری آن را تغییر یا بهبود دهی؟

این سؤال به شناخت سطح خودآگاهی و آمادگی فرد برای رشد کمک می‌کند.

۳. وقتی با مشکل یا اختلاف روبه‌رو می‌شوی، معمولاً چگونه واکنش نشان می‌دهی؟

مثلاً: گفت‌وگو، سکوت، نیاز به زمان، درخواست کمک از دیگران.

۴. چه چیزهایی معمولاً باعث اضطراب، ناراحتی یا فشار احساسی در تو می‌شود؟

هدف قضاوت نیست؛ هدف شناخت زمینه‌های حساسیت و نیازهای عاطفی یکدیگر است.

۵. چه چیزهایی به تو انگیزه، انرژی و شادی می‌دهند؟

این سؤال کمک می‌کند بفهمید چه چیزهایی فرد را پیش می‌برد و برایش ارزشمند است.

۶. خط‌قرمزهای تو چیست و چه حریم‌هایی برایت اهمیت دارند؟

حریم عاطفی، زمانی، روحانی، اخلاقی، اجتماعی... هرآنچه برای فرد مهم و غیرقابل مصالحه است.

سوالات هفته چهارم

بخش ۴: سبک ارتباط و تعامل

هدف: شناخت نحوه برقراری ارتباط، شیوه بیان احساسات و مهارت حل تعارض

سبک ارتباط هر فرد، نقش بسیار مهمی در سلامت و پایداری یک رابطه دارد. نحوه صحبت کردن، بیان احساسات، نوع برخورد با تعارضها و کیفیت روابط با دیگران، همه سرنخ‌هایی درباره شخصیت و آمادگی فرد برای یک رابطه عمیق‌تر ارائه می‌دهند.

۱. وقتی ناراحت یا دلخور می‌شوی، معمولاً چگونه رفتار می‌کنی؟

سکوت، گفت‌وگو، دوری کردن، نیاز به زمان، درخواست توضیح و...

۲. چقدر آمادگی داری درباره احساسات و نیازهای خود، صریح و شفاف صحبت کنی؟

توانایی بیان نیازها یکی از پایه‌های رابطه سالم است.

۳. سبک ارتباط تو با خانواده و دوستان چگونه است؟

آیا معمولاً روابط گرم و صمیمی است یا رسمی و محدود؟
این پاسخ، الگوهای رفتاری فرد را روشن می‌کند.

۴. خانواده برای چه معنایی دارد و روابط با خانواده‌ها چگونه است؟

شناخت نگاه فرد به خانواده در تصمیم‌گیری‌های آینده بسیار مهم است.

۵. هنگام بروز اختلاف، معمولاً به دنبال توافق و حل مسئله می‌روی یا وارد بحث و جدل می‌شوی؟

این سؤال نشان می‌دهد فرد چقدر توانایی مدیریت تعارض دارد.

۶. روابط تو با دوستان چگونه است و آن‌ها چه تأثیری بر زندگی تو دارند؟

ارتباطات اجتماعی فرد می‌تواند نشان‌دهنده ارزش‌ها، سبک زندگی و میزان ثبات او باشد.

سوالات هفته پنجم

بخش ۵: اهداف و انگیزه‌ها

هدف: بررسی چشم‌انداز آینده، انگیزه ورود به رابطه و میزان هم‌جهتی مسیر زندگی

شناخت هدف‌ها، آرزوها و انگیزه‌های هر فرد کمک می‌کند تشخیص دهید آیا مسیر آینده‌تان می‌تواند از نظر روحانی، شخصی و عملی با یکدیگر هماهنگ باشد یا نه. این بخش یکی از کلیدی‌ترین قسمت‌های فرایند شناخت است؛ زیرا تفاوت در هدف‌ها و انگیزه‌ها معمولاً به تفاوت در سبک زندگی و انتظارات منجر می‌شود.

۱. هدف یا رویایی که در این فصل از زندگی دنبال می‌کنی چیست؟

این پاسخ کمک می‌کند بفهمید فرد اکنون در چه مسیری حرکت می‌کند و چه چیزی برای او اولویت دارد.

۲. چرا در این زمان می‌خواهی وارد یک رابطه آشنایی شوی؟

تشخیص انگیزه واقعی: رشد، آمادگی روحانی، تنهایی، فشار اطرافیان...؟

۳. چه آرزوها و چشم‌اندازهایی برای زندگی آینده خود داری؟

این سؤال ارزش‌های عمیق و تصویر فرد از آینده را روشن می‌کند.

۴. چقدر آمادگی داری برای رشد و موفقیت یک رابطه تلاش کنی؟

رابطه سالم نیازمند تعهد، انعطاف‌پذیری و آمادگی برای رشد شخصی و مشترک است.

۵. چه فعالیت‌ها یا تجربه‌هایی را دوست داری به صورت مشترک با همسرت انجام دهی؟

سفر، خدمت در کلیسا، فعالیت‌های معنوی، تفریح، یادگیری، پروژه‌های زندگی...

۶. دیدگاه تو درباره ازدواج و زندگی مشترک چیست؟

این سؤال یکی از مهم‌ترین گفتگوهای این بخش است؛ زیرا تفاوت در تعریف ازدواج می‌تواند مسیر رابطه را کاملاً تغییر دهد.

سوالات هفته ششم

بخش ۶: سازگاری و آینده رابطه

هدف: بررسی میزان تناسب، انتظارات، نقش‌ها و چشم‌انداز آینده

در این هفته، گفتگوها به سطحی عمیق‌تر می‌رسد؛ جایی که باید ببینید آیا امکان ساختن یک رابطه پایدار، سالم و خدایسندانه وجود دارد یا نه. این بخش یکی از مهم‌ترین مراحل تصمیم‌گیری است.

۱. چه ویژگی‌ها یا رفتارهایی در شریک زندگی برای غیرقابل چشم‌پوشی است؟

این سؤال ارزش‌محور است و زیرساخت رابطه را آشکار می‌کند.

۲. اگر در آینده با مشکلی جدی روبه‌رو شویم، معمولاً چه رویکردی خواهی داشت؟

آیا فرد در بحران‌ها به سمت گفت‌وگو، مشارکت، دعا و حل مسئله می‌رود یا به سمت عقب‌نشینی، خشم، یا انکار؟

۳. دیدگاه تو درباره تقسیم مسئولیت‌ها و همکاری در زندگی مشترک چیست؟

این سؤال نشان‌دهنده نگاه فرد به مشارکت، عدالت، و نقش‌های عملی در خانه است.

۴. همسر را چگونه می‌بینی و چه انتظاری از او داری؟

برداشت فرد از ازدواج، محبت، مشارکت و نقش همسر در این پاسخ مشخص می‌شود.

۵. وظایف همسر را چه می‌دانی و چه نقش‌هایی برای خودت در رابطه متصور هستی؟

این سؤال اهمیت دارد چون تفاوت در تعریف نقش‌ها می‌تواند به تعارض‌های جدی در آینده منجر شود. نقش‌های روحانی، عاطفی، عملی و مشارکتی.

۶. چه چیزی باعث می‌شود در یک رابطه احساس امنیت، آرامش و اعتماد داشته باشی؟

این پاسخ نشان می‌دهد فرد برای ایجاد ثبات و سلامت رابطه به چه نیازهایی اهمیت می‌دهد.

قدم هفتم :

چگونه بعد از شش هفته برای ادامه تصمیم بگیریم؟

پس از پایان شش هفته شناخت، پیش از آنکه پاسخ «بله» یا «نه» بدهی، لازم است یکبار با خودت صادقانه روبه‌رو شوی.

تصمیم‌گیری پس از شناخت یعنی دیدن واقعیت‌ها، نه دنبال کردن احساسات و نه امید بستن به تغییرات فرضی.

برای جمع‌بندی و تصمیم‌گیری، سه معیار اصلی وجود دارد:

۱. تناسب شخصیت و ارزش‌ها

بپرس:

- آیا در رفتار، سبک زندگی، ایمان، هدف‌ها و مرزها تناسب واقعی وجود داشت؟
- آیا نگاه ما به زندگی، رابطه و آینده قابل هم‌سو شدن است؟
- آیا تفاوت‌ها قابل مدیریت هستند یا نشانه‌های ناسازگاری‌اند؟

نکته مهم:

تصمیم‌گیری بر اساس "پتانسیل تغییر" خطرناک است.

آنچه باید سنجیده شود واقعیت فعلی فرد است، نه تصویری که امیدواریم روزی بشود.

۲. صداقت و ثبات رفتاری

ارزیابی کن:

- آیا حرف‌ها و رفتارهای او با یکدیگر هماهنگ بود؟
 - آیا آنچه می‌گفت، در عمل نیز دیده می‌شد؟
 - آیا در طی این شش هفته ثبات، صداقت و شفافیت وجود داشت یا تناقض؟
- شناخت واقعی در رفتارهای کوچک و تکرارشونده آشکار می‌شود، نه در جملات زیبا.

۳. آرامش روح القدس

در تصمیم‌گیری نهایی، مهم‌ترین امر این است که:

- آیا فکر ادامه‌دادن، در تو آرامش ایجاد می‌کند یا اضطراب؟
- آیا در این مدت با جدیت دعا کرده‌ای و هدایت خدا را جست‌وجو کرده‌ای؟
- آیا شبان یا مشاور روحانی شما تحلیل این شش هفته را شنیده و نظرش را گفته است؟
-

صلح مسیح یکی از نشان‌های اصلی تشخیص هدایت است، نه هیجان و نه ترس.

'سلامتی خدا در دل‌های شما مسلط' کولسیان ۱۵:۳

اگر هنوز شک داری، تصمیم بگیر

شک همیشه به معنی «نه» نیست؛ گاهی یعنی "اطلاعات بیشتری لازم است"

اگر کامل مطمئن نیستی:

- پاسخ قطعی نده
- چند جلسه دیگر به شناخت ادامه بده
- فرصت بده تا نشانه‌ها و واقعیت‌ها بیشتر روشن شوند

تصمیم‌های مهم را نباید در فضای ابهام و فشار گرفت.

شناخت سالم یعنی حرکت با صبر، وضوح و هدایت خدا.

چه چیزهایی معیار تصمیم‌گیری برای ادامه رابطه نیست؟

در پایان دوره شناخت، تصمیم‌نهایی باید بر پایه واقعیت، بلوغ، ایمان و تناسب باشد، نه بر اساس احساسات یا فشارهای بیرونی.

بنابراین موارد زیر نباید معیار تصمیم‌گیری شما باشند:

- جذب اولیه یا هیجان لحظه‌ای
- تنهایی یا نیاز شدید عاطفی
- ترس از دست دادن فرد مقابل
- امید واهی به اینکه "شاید بعداً درست شود"
- توجه به حرف مردم یا قضاوت دیگران
- فرار از خانه، مشکلات شخصی یا شرایط سخت
- تلاش برای جبران شکست‌های عاطفی گذشته
- تحت تأثیر تعریف، محبت یا توجه زیاد قرار گرفتن
- احساس گناه، دلسوزی یا ترحم نسبت به فرد مقابل
- فشار خانواده یا فشار زمانی برای ازدواج
- ترس از ازدواج نکردن یا تنها ماندن
- وابستگی احساسی یا مالی
- شباهت‌های ظاهری بدون بررسی تناسب واقعی

- این تصور که "فعلاً تنها گزینه موجود است"
- عجله برای رسیدن به ثبات یا فرار از بی‌نظمی زندگی

یک اصل مهم: احساس خوب برای ازدواج کافی نیست

- احساس مثبت می‌تواند شروع خوبی باشد، اما مبنای یک عهد و زندگی مشترک نیست.

ازدواج ستون می‌خواهد:

- تناسب
- ایمان مشترک
- بلوغ روحی و عاطفی
- مسئولیت‌پذیری

بدون این ستون‌ها، احساسات هرچقدر هم واقعی و صادقانه باشند، نمی‌توانند یک زندگی سالم و پایدار ایجاد کنند.

تصمیم نهایی با دعا

وقتی همه چیز را به دقت بررسی کردی، لازم است دعا کنی، مشورت بگیری و به صدای قلبت و هدایت روح القدوس گوش دهی .

اگر تمایل به ادامه داری، با آرامش و وضوح قدم بردار.
اگر احساس می کنی این مسیر مناسب نیست، با احترام، صداقت و بدون احساس گناه خداحافظی کن.

نه گفتن به رابطه اشتباه، یعنی بله گفتن به اراده خدا.

چگونه یک «پاسخ منفی» را اعلام کنیم؟

۱. با محبت و ملایمت سخن بگویند

کتاب مقدس می فرماید:

«جواب نرم خشم را برمی گرداند، اما سخن تلخ غیظ را به هیجان می آورد. 'امثال ۱۵:۱

در اعلام پاسخ منفی، لحن شما باید محترمانه، آرام و همراه با تکریم باشد.
هدف این نیست که طرف مقابل دلگیر شود، بلکه این است که حقیقت در عشق گفته شود.

۲. در صداقت، فروتن باشید

کلام خدا می‌فرماید: 'بلکه در محبت پیروی راستی نموده، در هرچیز ترقی نماییم در او که سر است، یعنی مسیح؛' افسسیان ۱۵:۴

۳. در قلب خود خیر خواه بمانید

عیسی فرمود: 'و چنانکه میخواهید مردم با شما عمل کنند، شما نیز به همانطور با ایشان سلوک نمایید.' لوقا ۳۱:۶

از خود بپرس: اگر من جای او بودم، دوست داشتم چگونه با من صحبت شود؟
همان گونه رفتار کن.

۴. با برکت دادن پایان دهید

پولس می‌نویسد: 'برکت بطلبید بر آنانی که بر شما جفا کنند؛ برکت بطلبید و لعن نکنید.' رومیان ۱۲:۱۴
پایان یافتن یک آشنایی، پایان احترام نیست. برکت دادن نشان می‌دهد که دل شما در صلح خداست و مسیر آینده را به دست او می‌سپارید.

• اگر پاسخ شما مثبت است

با شبان یا مشاور روحانی خود تماس بگیرید و اعلام کنید که مایل هستید وارد یک دوره جدی‌تر شناخت شوید. سپس این تصمیم را با احترام به شخص مقابل نیز اطلاع دهید. این مرحله آغاز یک فرایند رسمی‌تر و عمیق‌تر است.

• اگر پاسخ شما منفی است

با فرد مقابل تماس بگیرید، او را برکت دهید، دلیل خود را ساده، محترمانه و صادقانه بیان کنید، و با آرامش و تکریم از یکدیگر جدا شوید. این نحوه پایان دادن، هم خداپسندانه است.

• اگر پاسخ شما مثبت است اما پاسخ طرف مقابل منفی است

با احترام گوش دهید و دلیل او را درک کنید. اگر فکر می‌کنید سوء تفاهمی رخ داده، می‌توانید به آرامی پیشنهاد کنید موضوع در حضور یک شبان یا مسئول روحانی بررسی شود. اگر مشکل قابل حل بود، ادامه دهید؛ اگر نه، با محبت همدیگر را برکت دهید و در صلح جدا شوید. یادتان باشد: رد شدن همیشه رد شدن شخص نیست؛ گاهی رد شدن مسیر است.

☆ سخن پایانی

در پایان این مسیر، چه آشنایی شما به ازدواج ختم شود و چه در نقطه‌ای با احترام پایان یابد، بدانید که هر دو حالت می‌تواند در اراده خدا برای نیکی و رشد شما باشد.

اگر رابطه ادامه پیدا کرد، این آغاز بنای عهدی مقدس است؛ اگر پایان یافت، این نیز محافظتی از سوی خدا برای آینده بهتر شماست. تجربه‌ها، دعاها و درس‌های این دوره را با خود بردارید و مطمئن باشید خداوند همان کسی است که راه‌های نیکو را در زمان درست برای شما می‌گشاید...

تمامی آیات از وب سایت کتاب مقدس برداشته شده است .

برای پیدا کردن آیات میتوانید از این سایت استفاده کنید

<https://www.bible.com/bible/136/JHN.1.POV-FAS>

طبق الگوی زیر میتوانید آیات را پیدا کنید

نام کتاب – فصل (باب) : شماره آیه

این پرسش‌نامه و راهنمای شش هفته‌ای بر پایه اصول روان‌شناسی
و ارزش‌های کتاب مقدسی طراحی و تنظیم شده است.

تهیه و تدوین: فرشته بهرامی

دسامبر ۲۰۲۵



در صورت تمایل می‌توانید به نویسنده کتاب از طریق بارکد بالا هدیه‌ای دهید