**การสร้างป้อมปราการเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี
บทความเกี่ยวกับการเตรียมการแต่งงาน**

**Building a Fortress for Wellbeing, An Essay on Marriage Preparation**

**โดย** David Bowers

วัฒนธรรมของเราแทบจะล้างสมองพวกเราในฐานะคนรุ่นเยาว์ให้หมกมุ่นอยู่กับเรื่องเพศและความสัมพันธ์ แน่นอนว่าการหาคู่ครองนั้นเป็นการแสวงหาที่คุ้มค่า แต่เราก็ถูกครอบงำด้วยความปรารถนานี้จนลืมถามว่าจะหาคู่ที่เหมาะสมได้*อย่างไร* ตั้งแต่แรก ความคิดที่ว่าเราควรต้องเรียนรู้สิ่งนี้เป็นสิ่งแปลกใหม่ เราเข้าสู่ความสัมพันธ์เพียงเพื่อที่จะออกไปจากความสัมพันธ์นั้นๆ ทุกคนรู้ดีว่าความสัมพันธ์แทบจะไม่คงอยู่ไปตลอดชีวิตและหลายคนก็หมดความหวังที่พวกเขาจะทำได้ โชคดีที่ฉันได้พบคำสอนของศาสนาบาไฮชึ่งเป็นสิ่งล้ำค่าในการคิดคำตอบต่อวิกฤตแห่งความรักนี้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในแง่ของการช่วยให้คนหนุ่มสาวอย่างผมได้รับอุปนิสัยที่ได้ถูกขัดเกลาเพื่อเป็นรากฐานที่มั่นคงสำหรับการแต่งงาน เช่นเดียวกับความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาทของครอบครัวในโลก ซึ่งทั้งสองอย่างนี้จะช่วยรับประกันถึงความสัมพันธ์ที่มีความสุขที่เราปรารถนาอย่างยิ่ง

ผู้คนในปัจจุบันมักพูดถึงความรักราวกับว่ามัน “บังเอิญเกิดขึ้น” ราวกับว่าเราต้อง “ตามหาคนที่ใช่” และค้นพบ “คู่ที่เกิดขึ้นในสวรรค์” เรามักมองหาความโรแมนติกเป็นเทศกาลที่เต็มไปด้วยความหลงใหลในหัวใจโดย

ไม่ได้คำนึงถึงตรรกะของการค้นหาของเราเลย สุดท้ายเราล้มเหลวในการรับผิดชอบอย่างเต็มที่ต่อสุขภาพชีวิตแต่งงาน

ของเราโดยทำราวกับว่าไม่มีสิ่งใดที่เราสามารถทำได้อย่างกระตือรือร้นเพื่อเตรียมตัวสำหรับการแต่งงาน เรามักจะรอให้มายากลเกิดขึ้นเอง สิ่งนี้ก่อให้เกิดสถานการณ์ที่ลำบากสำหรับคนเหล่านั้นที่ตระหนักว่าพระผู้เป็น

เจ้าอาจจะไม่ส่งมอบการแต่งงานที่ยอดเยี่ยมให้กับพวกเขาหากปราศจากความพยายามในส่วนของพวกเขาเอง เนื่องจากมีเพียงไม่กี่คนที่พยายามเรียนรู้วิธีการใช้ชีวิตแต่งงาน คำแนะนำที่มีประสิทธิภาพเกี่ยวกับเรื่องนี้จึง

เป็นสิ่งที่หายากที่สุด ***“การกดขี่” ใดหรือที่สาหัส***  พระบาฮาอุลลาห์ผู้ก่อตั้งศาสานาบาไฮตรัส ***สาหัสกว่าการที่วิญญาณดวงหนึ่งซึ่งแสวงหาสัจธรรม  และปรารถนาจะเข้าถึงความรู้ของพระผู้เป็นเจ้า  ไม่รู้ว่าจะไปหาที่ไหนและแสวงหาจากใคร?  เพราะความคิดเห็นแตกต่างกันอย่างยิ่ง  และหนทางเข้าถึงพระผู้เป็นเจ้าทวีจำนวนขึ้น***” (*The Kitáb-i-Íqán*, น. 31)

เราเห็น "คำแนะนำ" มากมายเกี่ยวกับความสัมพันธ์ที่โปรยปรายลงมาให้เราอยู่ตลอดเวลา แต่ความเข้าใจที่แท้จริงนั้นหายากเหมือนน้ำจืดในมหาสมุทร

ในการพลิกกลับแนวโน้มนี้ เราต้องเปลี่ยนมุมมองของเราอย่างรุนแรง คำสอนบาไฮระบุว่าการแต่งงานที่

ประสบความสำเร็จนั้นเกี่ยวข้องกับความพยายามอย่างมีสติของเราในการได้มาซึ่งคุณลักษณะของพระผู้เป็นเจ้ามากกว่าที่จะเป็นไปตามโชคชะตา พระผู้เป็นเจ้าไม่ได้ทำให้ “คนที่ใช่” ปรากฏให้เราเห็นอย่างน่าอัศจรรย์โดยที่

เราไม่ได้ดำเนินการใดๆ แต่พระผู้เป็นเจ้าทรงแนะนำเราผ่านความพยายามที่เราทำในหนทางของพระองค์ พระบาฮาอุลลาห์ตรัสว่าการแต่งงานเป็น “***ป้อมปราการแห่งความผาสุกและความรอดพ้น”.***

ของขวัญที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของพระผู้เป็นเจ้าคือการให้เราทำงานในการสร้างป้อมปราการนี้ด้วยอิฐที่ละก้อน พระองค์จะไม่มีวันทำเพื่อเรา เพื่อนคนหนึ่งของฉันเคยบอกฉันว่า ***“พระผู้เป็นเจ้าไม่สามารถบังคับรถที่จอดอยู่ได้”***

แทนที่จะถามตัวเองว่า *“ฉันจะหาคนที่ใช่ได้อย่างไร”* เราอาจพบว่าการไตร่ตรองที่มีผลมากกว่านั้นคือ *“ฉันจะเป็น คนที่ใช่ได้อย่างไร”* เห็นได้ชัดว่า รากฐานของป้อมปราการแห่งการแต่งงานซึ่งเป็นลักษณะบุคลิกที่

น่ายกย่องนั้นถูกวางไว้ในหัวใจของคู่สมรสทั้งสองมานานก่อนที่พวกเขาจะหมั้นกันและโดยปกติแล้ว ก่อนที่พวกเขาจะพบกันด้วยซ้ำ หากเราเข้าใจสิ่งนี้ เรามีโอกาสอันล้ำค่าที่จะแสดงให้เห็นกระบวนการค้นพบ

ตัวเองผ่านการสวดมนต์ การทำสมาธิและการปรับแต่งตนเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่เราต้องทำก่อนที่จะเราจะพร้อม

สำหรับการแต่งงาน

หลังจากได้รับคุณสมบัติที่จำเป็นหลายประการสำหรับการแต่งงาน ในขั้นตอนนี้ เราก็สามารถรับรู้คู่ที่มี

ศักยภาพที่ได้รับคุณสมบัติที่จำเป็นแล้วด้วยเช่นกัน จากนั้นคำถามของการค้นหาจะง่ายมากขึ้น สำหรับฉันกระบวนการนี้หมายถึงการได้รับความคิดที่ชัดเจนว่าคุณสมบัติใดที่มีประโยชน์มากที่สุดในชีวิตสมรส จากนั้นจึงตัดสินใจที่จะได้มาซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นเวลานานก่อนที่จะมองหาการแต่งงานด้วยตัวเอง เราต้องตรวจสอบความยากลำบากต่างๆ ที่ผู้คนมีในชีวิตสมรส พยายามทำความเข้าใจว่าอะไรมักจะนำพวก

เขามาสู่สิ่งนั้น และเตรียมตัวให้พร้อมสำหรับการเอาชนะสิ่งเหล่านั้น ความรู้สึกอ่อนน้อมถ่อมตนอันผ่องใสจะกระตุ้น

เราในทางของเราเช่นกัน เราไม่มีทางรู้ทุกอย่างเกี่ยวกับเรื่องนี้และเอาจริงๆ เราไม่จำเป็นต้องรู้เช่นนั้น พระผู้เป็นเจ้าทรงทราบทุกสิ่ง เราต้องเชื่อมโยงกับพระองค์ให้มากที่สุดแล้วแสวงหา

ความรู้นั้นผ่านความสัมพันธ์ของเรากับพระองค์

หลักการทั่วไปของฉันคือ ภรรยาในอนาคตของฉัน (ไม่ว่าเธอจะเป็นใคร) และฉันจะอยู่ด้วยกันคล้ายๆ กับเมื่อเราห่างกัน ถ้าเราแต่ละคนรักษานิสัยที่มีความสุข เราก็คงจะมีความสุขด้วยกัน หากเราแต่ละคนมองหาสิ่งที่ดีที่สุดในทุกคนที่เราพบเจอและประสบความสำเร็จในการรักมนุษยชาติทุกคนในแต่ละวัน เราก็น่าจะรักกันได้อย่างดี หากเราสองคนมีความคิดริเริ่มในการรับใช้มนุษยชาติอย่างเป็นธรรมชาติ ถ้าเราต่างคนต่างกันมากพอที่จะเติมเต็มซึ่งกันและกันในการรับใช้นี้และถ้าเราทั้งคู่รับมือกับความยากลำบากอย่างมีวุฒิภาวะและความสงบ เราก็อาจจะได้รับประโยชน์อย่างยิ่งต่อโลกด้วยกัน เราควรมีความรักอย่างแรงกล้าของ

ตัวเราเองต่อพระผู้เป็นเจ้า เราแต่ละคนควรมีเป้าหมายที่คล้ายกันในชีวิตทางโลกนี้เช่นเดียวกับวิถีชีวิตที่กลมกลืนกัน วิธีการมองโลก การจัดการและนิสัย เราทั้งคู่ควรมีความเชี่ยวชาญในการเข้าสังคมมากพอที่จะรู้วิธีที่จะทำให้อีก

ฝ่ายพึงพอใจทางอารมณ์ ทำให้เขาสบายใจ ทำให้เขาหัวเราะและบอกให้เขารู้ถึงความรักที่ลึกซึ้งและจริงใจต่อพวกเขา

ในแต่ละวันและเราควรจะทำสิ่งนี้เพื่อเพื่อนและครอบครัวคนอื่นๆ ของเราอยู่แล้ว ถ้าเราไม่เป็นเช่นนี้ เราก็คงจะไม่ทำเพื่อกันและกัน ในที่สุดเราทั้งสองควรมีความรู้สึกดึงดูดทางร่างกายของกันและกันและรู้สึกสบายใจ

ในอ้อมแขนของกันและกันเป็นเวลาหลายชั่วโมง

ในประเด็นสุดท้ายนี้ ฉันพบว่าแรงดึงดูดทางกายในบุคคลที่เป็นผู้ใหญ่มีส่วนเกี่ยวข้องกับคุณสมบัติทางจิตใจ

และจิตวิญญาณของคนที่คุณรักพอๆ กับลักษณะทางกายภาพของพวกเขา นอกจากนี้แล้ว เมื่อเราปฏิเสธให้

สังคมบอกเราว่าความงามควรมีลักษณะอย่างไร เราจะพบว่าคุณลักษณะที่หลากหลายทำให้คนส่วนใหญ่มีเสน่ห์มาก

การบรรลุทั้งหมดนี้ต้องอาศัยการทำงานกับตนเองนอกเหนือจากในความสัมพันธ์ที่โรแมนติก เราต้องเรียนรู้คุณสมบัติเหล่านี้โดยอาศัยอยู่ในชีวิตประจำวันก่อนที่เราจะคิดที่จะใช้คุณสมบัติเหล่านี้ในการแต่งงานหรือในความรัก เป็นเรื่องน่าเสียดายที่สังคมของเราไม่เคยสอนคุณสมบัติเหล่านี้ให้เราอย่างเป็นระบบและสนับสนุนให้เรา “ฝึกปฏิบัติ” กับความสัมพันธ์โรแมนติกแทน การปฏิบัติเช่นนี้มีแนวโน้มที่จะสร้างความสับสนให้กับปัญหาบ่อยกว่าที่

จะช่วยเราได้เพราะมันเน้นเราไปที่ความสัมพันธ์ที่เฉพาะเจาะจงมากขึ้นแทนที่จะเน้นไปที่ทักษะในการใช้ชีวิตที่กว้างซึ่งเราจำเป็นต้องมีให้ความสัมพันธ์ได้ผล เรามีส่วนร่วมในฐานะคนรักก่อนที่เราจะสร้างความสุขให้ตัวเองด้วยซ้ำ เราพยายามเติมเต็มความว่างเปล่าในชีวิตด้วยคนใหม่แทนที่จะเป็นทัศนคติใหม่

ความสัมพันธ์ไม่สามารถ *“ทำให้เรามีความสุข”* ได้มากเท่ากับการเติมความสุขที่เรามีอยู่แล้ว ความโรแมนติกที่ไม่มีความพร้อมจะนำมาซึ่งความทุกข์ยากเช่นเดียวกับความโรแมนติกที่มีความพร้อมแทบจะไม่สิ้นสุด

ขอฉันพูดนอกเรื่องเล็กน้อย ลองพิจารณาสักครู่ว่าเราจะสามารถสอนคุณสมบัติเหล่านี้ให้กับเด็กๆ ตั้งแต่เนิ่นๆ มันยากกว่ามากสำหรับคนอายุ 23 ปีเช่นตัวฉันที่จะพัฒนาคุณสมบัติในตัวเองมากกว่าคนอายุ 10 หรือ 11 ปี หากเรา "ผู้ใหญ่" ได้รับการสนับสนุนให้ใฝ่หาความสุขและความเป็นผู้ใหญ่อย่างละโมบเมื่อเป็นเด็ก เราจะแต่งงานอย่างฉลาดได้ง่ายกว่ามากแม้จะอายุยังน้อย หากในทางกลับกัน เรามองไปที่อนาคตของลูกๆ ที่เราให้การศึกษา เราอาจเห็นพวกเขาขอบคุณเราอย่างมากที่ได้สอนวิธีการมีความสัมพันธ์ที่ดีก่อนที่คำถามใหญ่ๆ เกี่ยวกับ "ความรัก" จะเกิดขึ้น ในขณะที่คนรอบข้างเริ่มทำความผิดพลาดกับเพศตรงข้ามอย่างรุนแรง พวกเขาก็จะพร้อมที่จะปกป้องตัวเองและใช้ความรู้ในการช่วยเหลือผู้อื่นอยู่แล้ว

การเปลี่ยนแปลงที่ลึกซึ้งอีกประการหนึ่งที่คำสอนของบาไฮเรียกร้องคือ มุมมองของเราเกี่ยวกับธรรมชาติและจุดประสงค์ของการแต่งงาน เรามักคิดว่าการแต่งงานเป็น *“ป้อมปราการแห่งความผาสุก” (ของเราเอง)* มุมมองนี้เป็นสิ่งที่โดดเด่นในสังคมของเราคือแนวทางที่

ยึดตัวเองเป็นศูนย์กลาง คำสอนบาไฮบอกเป็นนัยว่าพระผู้เป็นเจ้าทรงสร้างการแต่งงานเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นของ

เผ่าพันธุ์มนุษย์ทั้งหมด หากเราไม่ตระหนักถึงสิ่งนี้ความพยายามที่จะทำให้ตัวเองมีความสุขมีแต่จะนำไปสู่ความ

ทุกข์ยากของเรา

โดยทั่วไปป้อมปราการไม่ใช่สถานที่แห่งความสงบและร่มเย็น ป้อมปราการมักเป็นฐานที่มั่นคงในสนามรบซึ่งมักเป็นจุดที่ถูกเลือกขึ้นอย่างมียุทธศาสตร์โดยเฉพาะในภูมิประเทศที่ต้องการการป้องกันจากกองกำลังของศัตรู ตามที่ฉันเข้าใจวิสัยทัศน์ของบาฮาอุลลาห์สำหรับระเบียบโลกแห่งจิตวิญญาณ ไม่มีโรงเรียนใดสำคัญไปกว่าครอบครัวไม่มีครูที่จำเป็นมากไปกว่าแม่และพ่อและไม่มีนักเรียนที่คุ้มค่าและสำคัญไปกว่าลูกๆ จุดยุทธศาสตร์บนภูมิทัศน์นั้นไม่ใช่ใครอื่นนอกจากอนาคตของเด็กๆ เหล่านี้

เป็นความรับผิดชอบของครอบครัวที่จะต้องปกป้องลูกๆ ของพวกเขาจากพลังแห่งความชั่วร้ายมากมายในโลกโดย

ทำให้พวกเขามีความรักของพระผู้เป็นเจ้าและความรู้เกี่ยวกับคำสอนของพระองค์สำหรับวั

นนี้ ในทางกลับกัน เด็กเหล่านี้จะเติบโตขึ้นเพื่อเป็นผู้ชดใช้มนุษยชาติ ผู้เบิกอรุณแห่งอารยธรรมโลกที่สงบสุข

ผู้ก่ออิฐแห่งสันติภาพอันยิ่งใหญ่เหนือความฝันอันยิ่งใหญ่ของเรา เนื่องจากความท้าทายและความยากลำบากของโลกที่พวกเขาได้รับมรดกจากเราจะต้องเพิ่มขึ้น ดังนั้นเราจึงต้องเสริมพลังให้พวกเขาก้าวข้ามความสูงที่เราไม่เคยฝันถึงและเหนือกว่าเราในทุกเส้นทางแห่งการรับใช้พระผู้เป็นเจ้าและมนุษยชาติ นั่นคือเป้าหมายหลักของ“ ป้อมปราการ” แห่งนี้เพื่อ “ความผาสุก” ของเผ่าพันธุ์มนุษย์ทั้งหมด

หากเข้าใจบทบาทของป้อมปราการแห่งนี้อย่างถูกต้องแล้ว ป้อมปราการควรอุทิศตนเพื่อประโยชน์สุขของทุกคนอย่าง

ต่อเนื่อง สมาชิกแต่ละคนในครอบครัวต้องตระหนักถึงพันธกิจของตนในฐานะผู้รับใช้

ของพระผู้เป็นเจ้าและมนุษยชาติและทำงานเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันกับคนอื่นๆ เพื่อขยายพรมแดนของ

ประเทศแห่งความรักของพระผู้เป็นเจ้า โดยธรรมชาติแล้ว ครอบครัวที่ใฝ่หาธรรมะนั้นจะรวมตัวกันเพื่อส่งเสริม

ความคิดและการกระทำทาง จิตวิญญาณ ลูกๆ สามารถได้รับการสนับสนุนอย่างต่อเนื่องในการแบ่งปันธรรมะกับ

เพื่อนมนุษย์ตั้งแต่ตอนที่พวกเขาสามารถพูดและหาเหตุผลได้เป็นครั้งแรก พ่อแม่สามารถนำทางบุตรของตนโดยเป็นตัวอย่างก่อนจากนั้นจึงแนะนำอย่าง

เป็นระบบถึงวิธีการที่พ่อแม่ใช้กระทำ การกระทำเป็นหลักสูตรหลักในโรงเรียนนี้และคำพูดเป็นเพียงแค่ส่วนเสริม

โดยสรุปแล้ว เราไม่จำเป็นต้องแสวงหาในตอนแรกเพื่อ “หาใครสักคน” แต่ต้องการที่จะ “เป็นใครสักคน” โดยการนำมุมมองทางจิตวิญญาณมาใช้อย่างต่อเนื่องและการได้รับทักษะแห่งความรักเหล่านั้นที่ช่วยให้เรามีความสุข ไม่เห็นแก่ตัวและเป็นผู้ใหญ่ เราจะสามารถแยกแยะได้ดีที่สุดถึงคู่ที่ดีจากคนที่แย่และจะสร้าง "ป้อมปราการสำหรับความผาสุก” เราจะทำให้แน่ใจถึงความสุขของตัวเราเองในการแสวงหาที่จะรับ

ใช้มนุษยชาติและเลี้ยงดูอนาคตของลูกๆ ของเรา เมื่อเราเข้าใจถึงบทบาทของเราในประวัติศาสตร์ในฐานะพ่อแม่

และนักการศึกษาว่ามีความศักดิ์สิทธิ์และมีความสำคัญอย่างหาที่เปรียบไม่ได้ เราจะมอบของขวัญอันล้ำค่าผ่านการกระทำของเราให้กับมนุษย์หลายพันรุ่นที่ยังมาไม่ถึง

***หมายเหตุเกี่ยวกับผู้เขียน:***

David Bowers เกิดในสหรัฐอเมริกา แต่ตั้งแต่เขียนบทความนี้ในปี 2546 เขาใช้เวลาหลายปีในการเป็นครูในต่างประเทศซึ่งส่วนใหญ่อยู่ในประเทศจีน เขาแต่งงานในปี 2552 และตอนนี้มีลูกชายสองคนเกิดในปี 2010 และ 2015

“a fortress for well-being and salvation.” *“****ป้อมปราการแห่งความผาสุกและความรอดพ้น”.***

**NOTE: This translation has not yet been reviewed and revised. If you make any corrections in the translation please share with Diana and Tim Schaffter timschaffter@gmail.com**