

۷ قدم به سوی آزادی

THE FREE WOMAN

## قدم نخست: بهای خود را دریابیم

در دورانی که زنها ارزش واقعی خود را در خانواده ، کار و اجتماع پیدا کرده اند و همردیف مردان در تمام موقعیتهای اجتماعی به بالاترین مقام رسیده اند، چرا در مملکتی که دارای تمدن تاریخی دورانها می باشد ، زنان و دختران نه تنها در پایین ترین موقعیت اجتماعی قرار دارند ، بلکه این چنین شخصیت آنها زیر پا گذاشته می شود؟

آیا تا به حال با خود فکر کرده اید که هیچ ارزشی ندارید؟ ژانویه سال ۲۰۱۶ مجله فوربز از پژوهشی که توسط دکتر ویبک بلیدورن انجام شده بود ، گزارشی منتشر نمود . در این پژوهش ، پس از یک بررسی هشت ساله و پردازش داده هایی که از نهصد و هشتاد و پنج هزار نفر مرد و زن که از ۴۸ کشور بدست آمده بود ، اینطور مشخص شد، در کشورهای غربی و صنعتی، شکاف طبقاتی بین آنچه زنان در مورد خود می اندیشند و اعتماد به نفس مردان، بسیار بیشتر از آن چیزی است که در کشورهای جهان سوم و خاورمیانه مشاهده می شود.

شاید با نگاه کردن به داده های علمی که این گروه مورد ارزیابی قرار دادند، گمان کنیم که شاید این نتیجه باید کاملاً برعکس باشد و زنانی که در کشورهای خاورمیانه مانند ایران زندگی می کنند باید این شکاف را بیشتر دیده و احساس کنند. اما حقیقت امر این است که اگر چنین شکافی حس کرده و مشاهده می شود به این خاطر است که زنان غربی در جامعه ای زندگی می کنند که آزادی برای

رشد و شکوفایی زنان وجود دارد اما ، سلب چنین موقعیت و آزادی از زنان در خاورمیانه و پایمال کردن هویت ایشان ، باعث شده تا زنان آینده ای همسو و برابر با مردان را برای خود طالب نباشند.

این حقیقتی است که زنان ایرانی با آن دست و پنجه نرم می کنند. روایت ما مانند داستان همان قورباغه ای است که داخل آب ولرمی افتاده و افزایش تدریجی درجه حرارت آب را احساس نمی کند تا در نهایت به جایی می رسد که در آب جوش می پزد. سرکوبهای اجتماعی، بی اعتنایی و خوار شماری زنان ایران زمین (و کشورهای همسایه همچون افغانستان و تاجیکستان) جوی را ایجاد نموده که برخی از زنان چون کبوترهایی شده اند که پرواز کردن را از خاطر برده اند.

نخستین پرسشی که همواره از خود می پرسیم ، در باب شناخت هویت خویش است. من، به عنوان یک زن ، که هستم؟ ارزش من چیست و نقش من در جامعه چگونه می باشد؟

نخستین قدم برای آزادی، شناخت این حقیقت است که باید نگرش خویش را در مورد اینکه که هستیم ، تغییر کند. باید تمام پیش فرضها و تعاریفی را که جامعه بر ما اعمال کرده را ارزیابی کنیم و شاید در بسیاری از موارد آنها را به چالش بکشیم.

اخیرا سارا احساس خارش شدیدی در چشمشانش داشت و احساس سوزشی که به آن اضافه شده بود، زندگی را برای او به تنگ آورده بود. به همین خاطر سارا نمی توانست لنزهایی را که هر روزه به چشم می زد را ، استفاده کند. او تصمیم گرفت تا زمانی که یک چشم پزشک چشمان وی را معاینه کند، از این لنزها استفاده ننماید. سارا گمان می کرد که احتمالا آلرژی و یا شاید میکروبی این ناراحتی را در چشمش بوجود آورده است. اما پس از معاینه، پزشک به او می گوید که مشکل اصلی لنزهایی است که او هر روزه استفاده می کند. آنها کج شده اند و تغییر در حالت لنزها نه تنها باعث ایجاد درد در ناحیه چشم سارا شده ، بلکه سوی چشمش را نیز تغییر داده است. برای اینکه سارا

بتواند دید گذشته خویش را بدست آورد و از دست سوزش و خارش بی امان راحت شود، باید لنزهای تازه ای را به چشمان خود بزند.

داستان ما، زنان ایرانی هم چندان دور از داستان سارا نیست. لنزهایی که بر چشمان خود زده ایم، دنیایی را که آن طرف لنز هست را برای ما تعریف می کند. این لنزهای روحانی که جهانبینی ما را تعیین می کنند، خدا و خلق او را برای ما به نوعی که می خواهند به تصویر می کشند. و البته به یاد داشته باشید، این لنزها، معرف هایی است که جامعه ما، به ما بخشیده است.

برای اینکه بتوانیم زندگی سالم و شاد با بازدهی بالایی داشته باشیم، برای اینکه بتوانیم آن زنی باشیم که خدا می خواهد باشیم، باید بدانیم که خدا کیست؟ و ما که هستیم؟

این شناخت باید از طریق لنزهایی صورت بگیرد که سالم هستند.

دنیای اطرافمان را بد می بینیم و نظری دون نسبت به خود داریم، بدون اینکه متوجه باشیم که ما بد نیستیم و دنیا زیباست. خود را ناتوان می انگاریم و ارزشی برای خود قائل نمی شویم، بدون اینکه دریابیم که من توانا هستم و نزد خدا گوهری ارزنده شمرده می شوم.

آنچه جامعه به ما بخشیده، جهان بینی شکسته ای است که جای چندانی برای من و شما باقی نگذاشته است. تصویری که از زنان برای ما ترسیم شده، نمایانگر شما نیست. و اجازه بدهید این را هم به شما بگویم ، هویتی که این سیستم برای شما منظور داشته، خود واقعی شما نیست. این دروغی است که برخی از ما زنان برای مدت‌ها باور کرده ایم. دروغی که ما را از پرواز باز داشته، دروغی که تمایل به رشد، شکوفایی و درخشیدن در جامعه را از ما ربوده است. به همین خاطر است که در بسیاری از جوامع شرقی، بسیاری از زنان خود را شایسته حقوق مساوی با مردان نمی دانند.

اما نظر جامعه ، نظر خدا نیست. لنزهایی که جامعه از آن طریق به ما می نگرد، آن چیزی نیست که خدا می بیند. نه تنها خدا من و شما را انسانهای با ارزشی می داند ، بلکه تمایل دارد تا ما نیز بهای خود را بدانیم.

در کتاب اول پطرس، آیه زیبایی وجود دارد که در خصوص عزت نفس عیسی مسیح صحبت می کند. ارزش مسیح، بوسیله افراد جامعه و کسانی که او را مؤاخذه کرده و با او مخالف بودند ، تعیین نمی شد ، بلکه عیسی مسیح خود را از چشمان خدا می دید.

پس به سوی او، یعنی آن سنگ زنده که مردم رد کردند، اما در نظر خدا برگزیده و گرانبهاست بیایید. (اول پطرس ۲: ۴)

عیسی مسیحی که کتاب مقدس ، او را خالق آدمیان معرفی می کند ، توسط مخلوق خود تحقیر می شود و بسیاری او را بی ارزش می گمارند، اما بهای واقعی او بوسیله آدمیان تعیین نمی شد. او هرگز به دروغ های اطراف خود تن در نداد. او می دانست که نزد خدا با ارزش است و برای او همین کافی بود. اگر مردم جامعه ای که



مسیح در آن زندگی می کرد ، ارزش واقعی او را نمی دانستند، دلیل به بی ارزشی او نمی شد. شخصی به نام نتنائیل، پیش از اینکه او را ملاقات کند در مورد مسیح که اهل ناصره بود، چنین گفت:

آیا می شود که از ناصره چیز خوبی بیرون بیاید؟ (یوحنا ۱: ۴۶) اما پس از اینکه مسیح را از نزدیک ملاقات کرد، متوجه شخصیت زیبای وی گشت.

شاید صداهایی که از اطراف به گوشمان می آید ما را ناچیز می شمارند، اما نظر مردم هر آنچه باشد، مقام زن را نزد خدا که خالق آسمان و زمین است ، پایین نمی آورد. در حقیقت هم ما و هم جامعه ما، باید دید خود را در مورد شان و مقام زن تغییر دهد. اما این تغییر باید از ما شروع شود.

**قدم دوم: در طلب رهایی باشیم**

نخستین شرط رستگاری، تشخیص ارزش و بهایی است که در وجود ما توسط آفریدگار نهاده شده و پذیرش این حقیقت که حصارها از بیرون، یعنی از جامعه به ما تحمیل شده و این محدودیتها و فشارها، طبیعت خارجی دارند و نه ذاتی. به این معنا که می توان ، بر خلاف این نیرو های بیرونی بپا خواست و آنها را پس زد.

اناجیل به ما در مورد عیسایی خبر می دهند که ارزش و جایگاه زن را ارج می نهاد. او، بر خلاف بسیاری در جامعه ای که در آن زندگی می کرد، برای من و شما فرصت کافی داشت. او شنونده درخواستها و دردهای زنان درمانده ای

بود که می دانستند که عیسی توانایی و تمایل کمک کردن به آنها را دارد.

مرقس ، از احوال زنی به ما گزارش می دهد که بخاطر وضعیت حاد جسمی خود رنج می کشید. او دچار خونریزی بود که مدت دوازده سال ، زندگی را به کام او تلخ کرده بود. توجه داشته باشید که این زن ، در جامعه زندگی می کرد که زنان از جایگاه مناسبی برخوردار نبودند. دعای یک مرد یهود در صبحگاهان این بود که خدا را شکر می کرد که خدا او را سگ و یا زن نیافریده است. زنان، اجازه مصاحبت با مردان را نداشتند و فرهنگ حاکم بر آن زمان، این اجازه را به زنان نمی داد که حتی به تنهایی در کوچه های شهر خود تردد کنند. زنی که مرقس از او صحبت می کند، افزون بر تمام محدودیتها و تحقیرهایی که جامعه بر او وارد می ساخت که البته برای بسیاری طبیعی می نمود، دچار خونریزی بود که او را منزوی تر از پیش می ساخت. بر طبق قانون شریعت، به خاطر ضعف جسمی وی، این زن نجس

بود و اجازه هیچ گونه تماس و ارتباط با کسی و یا چیزی را نداشت.

اما آنچه را که مایل هستم به آن توجه کنید، دردها و محدودیتها و حقارت هایی که این زن تجربه می کرد نیست، زیرا که خود نیز، بر خلاف تمام این شرایط نامناسب، چیز دیگری را در خود و در عیسی می دید. در او امید بود. او هدف داشت و این زن به دنبال رستگار شدن بود. او تسلیم شرایط روزگار نشد و آنچه را که جامعه و روزگار بر او تحمیل کرده بود را نپذیرفت و برای آزاد شدن، دست به کاری زد که شاید زنان دیگر جرات انجام آن را نداشتند.

او به سوی عیسی رفت و ردای او را لمس کرد. حدس می زنید چه اتفاقی افتاد؟ خونریزی او بلافاصله باز ایستاد. او شفا یافت. او از این شرم و حزن آزاد شد. او الان می توانست چون زنان دیگر، در مشارکتهای زنانه خود شرکت کند. او اکنون می توانست به بازار برود و برای خانواده خود طبخ کند. او آزاد شد. اما، گزینه ای دیگر نیز برای این زن وجود داشت و آن پذیرش این وضعیت به عنوان سرنوشت

دائمی وی بود. او می توانست به خود بگوید که این سرنوشت من است و دست روزگار این را برای من رقم زده است و باید آن را بپذیرم. خیر! او ایستاد و آن شعله امید و آرزوی درونش را شعله ور ساخت. او تصمیم گرفت تا آزاد گردد. و برای آزادی، نزد کسی رفت که توانایی رهایی از بندهایش و بخشیدن ارزش و بهای حقیقی به او را داشت. او نزد عیسی رفت و آزاد شد.

آیا شما هم از خونریزی هویتی و شخصیتی رنج می برید؟ آیا خود را در آینه ای می بینید که جامعه جلوی روی شما نهاده است و یا تصمیم دارید تا بهای واقعی خود را در مسیح و آنگونه که او شما را می بیند، بدست آورید؟ آیا مایل هستید این خونریزی پایان یابد؟

نزد عیسی بروید و به او بگویید که از این خونریزی خسته شده اید. به او بگویید که شما را تازه سازد و آرامش الهی و وقار یک زن واقعی را که او برای شما ساخته، به شما عطا نماید. به نزد وی بروید و از او بخواهید که همان چیزی را به

شما بگوید که به آن زن فرمود: به سلامت برو و برای همیشه از این بلا خلاص شو.

خواهر عزیز من، فرصت آن رسیده که بجای اینکه کسی دیگر برای من و شما تصمیم بگیرد، ما برای خود تصمیم بگیریم. فرصت آن رسیده که نزد عیسی رفته، هویت واقعی و حقیقی خود را در شخص عیسی مسیح پیدا نماییم. شرم و احساس گناه و حقارت، بندهایی هستند که در بخشش الهی و فیضی که عیسی مسیح بر ما نمایان ساخته، گسسته می شوند. کلام خدا به ما وعده داده است که در مسیح خلقت نویی خواهیم شد. آنچه کهنه، پوسیده و بی مصرف است، تبدیل به وجودی نو خواهد شد. مسیح ما را اینگونه می بیند. آیا ما نیز ارزش واقعی خود را می بینیم و برای بدست آوردن او، نزد تنها کسی که قادر است گذشته ما را بخشیده، شکستگی های ما را شفا داده و آینده ای نو برای ما بسازد خواهیم رفت؟ زمانی که تصمیم گرفتیم که دست رهایی بخش مسیح را در زندگی

خود تجربه کنیم، موقعی خواهد بود که می توانیم در این هویت تازه ای که خدا به ما داده زندگی کنیم. اجازه بدهید این را هم به شما بگویم. زمانی که نسبت به خود دیدی تازه پیدا کردید، بهای واقعی خود را یافته و مطابق آن زندگی کردید، اطرافیان شما هم شاهد این تبدیل خواهند بود و مطابق آنکه هستید با شما رفتار خواهند کرد ، و نه بر اساس آنچه ایشان گمان می برند شما هستید و یا باید باشید.

آرزوها تنها زمانی به واقعیت تبدیل می شوند که جامه عمل بپوشند و ما برای تحقق آنها، گامی برداریم. تنها زمانی بخشیده می شویم که به اشتباه خود پی برده، از انجام آن پشیمان بوده و برای آن طلب بخشش کنیم. تنها زمانی می توانیم زندگی پر بار و سرشار از امید و انرژی و شادی داشته باشیم که هویت واقعی خود را دانسته و مطابق آن زندگی کنیم.

خواهر عزیز، این هویت ارزنده و این زن واقعی و آزادی که من و شما به دنبال آن هستیم، خارج و منفک از عیسی

مسیح قابل دریافت نمی باشد. آن کسی که به ما عزت  
نفس می بخشد و ما را در چشمان خود و دیگران، بالا می  
برد، عیسی مسیح است.

**قدم سوم: باید خود را به رهننده بسپاریم.**



تغییر آسان نیست. فرایند دگرگونی، مراحل مختلفی دارد که باید از میان آنها بگذریم. صرف دانستن این که ما زنان ارزش و بهایی داریم و اینکه باید برای این بها قدمی برداریم کافی نیست.

اجازه دهید به داستان دیگری از کتاب مقدس نگاه کنیم. داستان خروج . نویسنده کتاب خروج ، حکایت از قومی را برای ما به قلم در آورده است که خدا آنها را انتخاب می کند. اما پیش از اینکه بتوانیم عمق تلاطم و جدیت چالش هایی را که این قوم متحمل می شدند را بدرستی در یابیم، باید کمی به گذشته برگردیم. به زمانی که خدا با ابراهیم ملاقات می کند. ابراهیم شخصی گمنام بود و البته پیش از این داستان، نامی دیگر داشت: "ابرام" که معنای آن پدر متعال است. خدا به او می گوید:

به آسمان نگاه کن و بکوش ستاره ها را بشماری. فرزندان تو به همین اندازه زیاد خواهند شد. من خداوندی هستم که تو را از اور کلدانیان بیرون آوردم تا این سرزمین را به تو بدهم که مال خودت باشد. (پیدایش ۱۵: ۵ و ۷)

کتاب پیدایش، تحقق این وعده را به ما نشان می دهد. نسل ابرام رشد کرده و حتا نام تازه ای به او بخشیده می شود: ابراهیم که معنای آن، "پدر بسیاری" می باشد.

خدا ابراهیم را به نام می خواند و به او هویتی می بخشد که از آن وی بود. اما داستان نسل ابراهیم که نام و عزت او را بر خود داشتند، به جای دیگری کشیده می شود. شرایط بیرونی و حوادث غیرمنتظره و فساد انسانی، عزت آنها را به ذلت تبدیل می کند.

آنها بخاطر قحطی که سرزمین ایشان را فراگرفته بود، مجبور به ترک وطن می شوند و مردم کشور جدید، حرمت و اکرام ابراهیم و فرزندان ایشان را به فراموشی سپرده، با دیدی دون به ایشان می نگرند. شرایط چنان تغییر می کند که فرزندان ابراهیم که خدا آنها را مبارک ساخته بود، تبدیل به برده

هایی کم ارزش و حقیری شدند که تنها ارزش آنها خدمت به اربابانشان بود. کتاب مقدس به ما می گوید که این وضعیت اسفناک به مدت چهل سال به طول می انجامد. تا اینکه خدا، رهاننده ای را برای قوم خود، یعنی نسل ابراهیم می فرستد تا آنها را از این وضعیت آزاد ساخته، رخت حرمت و عزت را بار دیگر به تن ایشان کند.

زمانی که موسی، نوید رهایی که بزودی اتفاق می افتاد را به قوم می دهد، فرزندان ابراهیم، باید تصمیم می گرفتند. آنها باید برای تحقق این وعده، به رهاننده خود اعتماد می کردند. موسی به ایشان گفته بود که بازوی توانای خدا، از طریق موسی، زنجیرهای بردگی را از دستانشان خواهد شکست، اما این اتفاق زمانی می افتاد که این قوم، به دعوت موسی و خدایش، که خدای ایشان نیز بود، لبیک می گفتند. و این اعتماد و اطمینان باید به شکلی در زندگی آنها جلوه می یافت.

آیا گمان می کنید، میزبان آنها یعنی مصریان، با خوش رویی با تصمیم ایشان برخورد کردند؟ مطمئن هستم، قوم

اسرائیل با تمسخر از طرف اربابان خود روبرو شدند. نه تنها سرکوفت‌ها و بی‌حرمتی‌ها کم‌نگشت بلکه مصریان بر آن شدند تا زندگی را برای برده‌ها سخت‌تر کنند تا اینکه ایشان فراموش نکنند که چه کسی هستند.

مصریان، فرزندان ابراهیم را برده می‌دیدند اما اسرایلی‌ها خود را قوم خدا می‌دانستند. آنها ارزش خود را که خدا به ایشان بخشیده بود می‌دانستند و از این حقیقت آگاه بودند که نظر افراد جامعه و کسانی که به زور بر آنها، خواست و نظر خویش را تحمیل می‌کنند، واقعیتی نیست که باید پذیرفته شود و آزادی آنها، بسته به این حقیقت است که خود را به رهاننده خویش سپرده، اجازه دهند تا موسی برای آنها بجنگد. و البته موسی برای آنها به پا خواست، قوم اسراییل را از مصر آزاد نمود.

موسی، در کتب عهد عتیق، تصویر و سمبلی از یک شخص دیگر است. زندگی و اعمال وی در حقیقت، پیکانی است که به سوی نجات‌دهنده‌ای قدر نشانه‌رفته است تا دیدگان ما

را بر وی قرار دهد. موسی، سایه آن حقیقتی بود که باید می آمد: عیسی.

آیا باور دارید که عیسی مسیح می تواند شما را از بندگی حقارت‌هایی که چه جامعه اطراف و چه زندگی پیشین ما، بر ما نهاده است، رهایی دهد؟ آیا می توانید به او اعتماد کنید که او توانایی این را دارد تا رخت شکستگی و شرم را و بندهای عجز و بی حرمتی را از شما کنده، و لباس نویی که برارنده دختر خدا است، به تن شما کند؟

مانند فرزندان ابراهیم به خود بگویند که بر خلاف آنچه که ظاهراً دیده می شود و بر خلاف آنچه اکنون بر من تحمیل شده است، من یک برده و شخص حقیر و ناتوان نیستم. من زن آزادی هستم که نزد خدا حرمت دارم. من زن توانایی هستم که نه تنها آینده ای روشن دارم، بلکه می توانم الهام بخش دیگران نیز باشم. هر چند زیر بار گناهان گذشته و بی رحمی دنیا شکسته ام، اما عیسی مسیح توانایی این را دارد تا مرا از نو بسازد. من به او اعتماد می کنم و اجازه خواهم داد تا کوزه گر آسمانی، از من ظرفی زیبا

بسازد. ظرفی که مقصود خاصی دارد. ظرفی ملوکانه که در دستهای پادشاه است.

## **قدم چهارم: باید تعهد داشته باشیم**

مطمئن هستم شما با من هم عقیده هستید که اگر شخص بیماری قصد بهبودی دارد، باید نخست این حقیقت را

بپذیرد که کسالت دارد و برای رفع این کسالت باید قدمی بردارد و نزد پزشک رفته، این وضعیت ناخوشایند را با او در میان بگذارد. اما هرچقدر که این دکتر، با تجربه بوده و توانایی تشخیص و تجویز داروهای مناسب را داشته باشد، کاری از پیش نخواهد برد، مگر اینکه بیمار به او اعتماد کند. اما داستان به اینجا ختم نمی شود و ضعف جسمانی این شخص، خود به خود رفع نمی گردد. دکتر نسخه را می نویسد، راهنمایی های لازم و مهم را به او تجویز می کند و حالا ، این بیمار است که باید سهم خود را به انجام برساند. او برای خرید داروها باید نسخه را به داروخانه برده و مهمتر از آن، باید در سر زمان مناسب، به تعدادی که نیاز است، داروهای تجویز شده را مصرف نماید. افزون بر این، رژیم خوراکی و استراحت لازم را نیز نباید فراموش کند. همانطور که می بینید، آزادی از درد و رنج، فرایند شفا و نجات مانند یک مکالمه دو طرفه است.

فرزندان ابراهیم، برای اینکه طعم رهایی را بار دیگر بچشند و عزت و حرمت سرکوب شده خویش را بازیابند، باید به فرامین موسی گوش داده و آنها را اجرا کنند.

البته فهرست درخواستهای موسی کوتاه نبود. او از قوم می خواهد تا دید خود را تغییر دهند. هر چند در بند بودند اما باید چون یک آزاده رفتار کنند. هر چند هنوز در مصر اسیر هستند، اما باید نخستین قدمهای آنها، مانند کسانی باشد که اختیار و اقتدار تام دارد. آنها در شبی مشخص که موسی برای آنها مقرر کرده بود، در جشنی منحصر بفرد شرکت کردند. جشن آزادی را برپا کردند در حالی که هنوز غبار اعمال شاقه روز پیش بر روی آنها باقی بود. آنها خوردند و نوشیدند اما نه به این خاطر که از فرط مستی، گذشته و درد و حال خود را به فراموشی بسپارند، بلکه تا روزهای روشنی را که در پیش داشتند را با آغوشی باز بپذیرند. و سپس قوم اسرائیل همانطور که موسی به ایشان فرموده بود، از مصری ها زینت آلات، طلا، نقره و لباس گرفتند و کلام خدا می گوید که خداوند بنی اسرائیل را در نظر مصری ها عزیز گردانیده



بود و هر آنچه می خواستند به آنها می دادند آنگاه، قوم اسرائیل سرزمین بندگی را ترک کردند.

اگر شما هم، برای شکستگی های خود، گناهان و ضعفهای خویش و همینطور سرکوفت و حقارتی که جامعه بر شما نهاده است، نزد پزشک آسمانی، و رهاننده بندگی ها، عیسی مسیح رفته اید، باید بدانید که او گناهان شما را آمرزیده و شما را از خاکستر بلند کرده، تاج عزت را بر سر ما نهاده است. بلند شوید ، بخورید ، بیاشامید و این زندگی تازه را جشن بگیرید. اما داستان هنوز ادامه دارد و رستگاری شما باید جلوه ای تازه در زندگی شما پیدا نماید.

فرصت آن رسیده است تا عزت و احترام خود را بازپس گیرید. زمان آن رسیده که چون یک انسان آزاد رفتار کنید و آماده کوچ کردن باشید.

این سفر، یک مسافرت یک روزه نیست. این ترک سرزمین بندگی، خروجی است که شاید تا آخر عمر ادامه یابد.

زمانی که قوم اسرائیل سرزمین مصر را ترک کردند، طولی نکشید که لشکر مصر، به قصد هلاکت آنها به دنبالشان

رفتند. اما قوم اسرائیل، تسلیم ترس و ناامیدی نشد. بلکه به مقصود آزادی و سرمنزل رهایی به پیش رفت. خداوند تاج عزت را بر سر ما نهاده است، و حال نوبت ما است که این تاج را بر سر خود نگاه داریم. مسیح ارزش و مقام ما را به ما بازگردانده است و حال سهم ما این است که این ارزشها را باور داشته در ابعاد مختلف زندگی خود بکار بریم.

بیاد داشته باشیم که این "ما" هستیم که تغییر کرده و دنیا هنوز در پذیرش ایمان تازه ما، تعهد ما به والا زیستن و حرمت داشتن، در چالش است و تصویری که اکنون از خود برای دنیای اطراف خود رسم کرده ایم با آنچه جامعه برای ما در نظر دارد، زمین تا آسمان فرق می کند.

نقاب‌پوشی را که سیتسم و تصورات نادرست اطرافیان بر صورت ما زده بود را به کنار زده و چهره واقعی خود را به همه نشان می دهیم. این چهره، نتیجه لحظه ای شور و هیجان گذرایی نیست. این حرمت نفسی که برای خویش می طلبیم، محصول تلقین ها و یا دروغ های دیگری نیست،

بلکه نماها فروریخته و دختر مسیح نمایان شده است. حال باید این را زیست کنیم. یوحنا به ما می گوید که عیسی به همه کسانی که او را قبول کردند، قدرت داد تا فرزندان خدا شوند. و این فرزندخواندگی، همیشگی و ابدی است. پس چون یک دختر خدا، زندگی کنیم.

**قدم پنجم: شکستن عادات گذشته**

یادم می آید در مزرعه کوچکی که پدرم درست کرده بود، بخشی از این زمین را به کشت هندوانه تخصیص داده بودیم و یکی از مشغولیت‌های ما این بود که هر گاه بوته هندوانه، اثری از میوه در آن نمایان می شد، آن شاخه را در داخل ظرف بزرگ شیشه ای قرار می دادیم تا اینکه این هندوانه در درون این محفظه شیشه ای رشد کند. حتما می توانید حدس بزنید که چه اتفاقی می افتاد. هندوانه هایی که در این ظروف رشد می کردند، بخاطر حصار تنومندی که براحتی شکسته نمی شد، شکل و شمایل این شیشه را بخود می گرفتند. اگر شیشه چهار گوش بود، هندوانه هم با زوایای تند بزرگ می شد و اگر شیشه استوانه بود، نتیجه هندوانه ای استوانه شکل بود.

ما نیز بخش عمده ای از زندگی خود را در بین حصارهایی زندگی کردیم که جامعه ای که در آن رشد کردیم برای ما

تعیین کرده است. خطوط قرمز و تعاریفی که خود خالق آن بوده ایم. دنیای دروغین و اصول ناحقی بر ما اعمال شده که بر خلاف میل درونی و تمایلات ذاتی، مجبور به اطاعت و سرسپردگی بوده ایم. این دیوارها و وزنه های سنگین حقارت که سالها ما را بر زمین میخکوب کرده است، نوعی از زنانگی را در من و شما شکل داده که طبیعی نیست. عادات، تصورات و حتا تمایلاتی را در وجود ما شکل داده که در دنیای تازه ای که مسیح برای ما خلق نموده، جایی ندارد.

جامعه به ما آموخته که زنان چون شهروندان دست دوم این اجتماع هستند و زنده بودن، امتیاز آنهاست و باید ایشان خود را تنها به خدمت به مردان و بدنیا آوردن کودکان و پرورش آنها مشغول کنند. هر زنی که بیشتر و بالاتر و فراتر از آنچه رسم است، اندیشه کند، خیالپردازی های واهی است که نه تنها در این چارچوب کاربردی ندارد، بلکه به زودی تبدیل به معضلی خواهد شد.

چنین تصویر ذهنی است که بسیاری از ما زنان را ، با اینکه شاید اکنون در شرایط کاملا متفاوت و تازه ای زندگی می کنیم، اسیر کرده است. مانند پرنده ای هستیم که از قفس در آمده، اما هنوز گمان می کند پر پرواز ندارد. هر چند اکنون بر روی شاخه درختی نشسته است، اما دنیای او بزرگتر از آن قفسی نیست که پیشتر در آن اسیر بوده است. در طول زندگی به انواع مختلف به ما گفته شده است که هیچ هستیم، آینده ای نداریم و اگر هم آینده ای باشد ، توانایی زیستن در وجود ما نیست. به ما گفته شده است که مسبب همه مشکلات زنان هستیم. از انحرافات جنسی مردان گرفته تا خشکسالی و زمین لرزه های محلی.

آیا در چنین چارچوب فکری و دنیای خیالی که دیواره های آن دروغ است و سقف آن زور و فشار، می توان به چیز دیگری جز اینکه [هیچ هستیم] اندیشید؟

حتا زمانی که این دیوارها برداشته می شوند و سقف به یکباره کناری می رود و اشعه های گرم آفتاب، چهره ما را روشن می سازد، هنوز مایل نیستیم از خانه ای که در فکر

خود ساخته ایم آزاد شویم. اسیر عاداتی شده ایم که ناجوانمردانه برای ما ساخته اند.

اما حال که مسیح ما را آزاد ساخته و به ما گفته اگر راستی را بشناسید، حقیقتاً آزاد خواهید شد، باید دیوارها را کناری زده و هوای تازه ای را که دنیای پر از امید و فرصتها برای ما تهیه کرده، استشمام کنیم.

نخستین قدم برای شکستن عادات پیشین، یافتن کسانی است که مانند ما پر پرواز را یافته اند.

وقتی خدا قوم اسرائیل را آزاد نمود، مردم به سفرهای انفرادی پرداختند، بلکه کاروانی از دل مصر به بیرون عازم شد. این سیاحتی که به پیش داریم، یک سفر یک نفره نیست، بلکه باید با دیگران همگام بود.

کلام خدا می فرماید، دو بهتر از یک است. سفری که تنهایی انجام پذیرد، خسته کننده، ترسناک و گاهی هم خطرناک است. اما وقتی دو نفر با هم قدم می زنند، شانه های یکی، تکیه گاه دیگری خواهد بود. امید یکی، داروی یاس دیگری خواهد بود.

این زندگی تازه ای که یافته ایم، زندگی سرشار از شرم و حقارت نیست که ما را به انزوا بکشاند بلکه این سفر زندگی، سفری با عزت است. این کاروانی که به آن داخل شده ایم از آن صدای جشن و شادی می آید. سروری که ما را با دیگران هم آواز ساخته است.

این فرصتی دوباره، حیاتی نو و خلقتی تازه است. بنابراین، عاداتی نو، افکاری تازه و تلاشی دوباره را نیز می طلبد.

**قدم ششم: شفا از زخمهای گذشته**



یکی از مهمترین قدم ها و در عین حال مرحله ای که کمترین توجهی به آن می شود، فرایند شفا است. با وجود اینکه قدمهای پیشین را با موفقیت برداشته و ارزش خود را به عنوان یک زن در مسیح بازیافته و آن را در زندگی خود اعمال کرده ایم، هر چند عادات گذشته خویش را ترک کرده و امروز تبدیل به زنی نو گشته ایم، اما باید بخاطر داشته باشیم که کار ما هنوز تمام نشده است و این سفری که آغاز کرده ایم، هنوز به پایان نرسیده است.

سالها زندگی تحت فشار، به همراه سرکوب و تحقیر ، زخمهای عمیق و خطرناکی را در ما ایجاد کرده اند. هر چند از میان طوفان گذشته ایم و دنیای ما آرام شده، هر چند از استثمار فرهنگ ناعادلانه آزاده شده و بها و استقلال خود را بازیافته ایم، اما باید به یاد داشته باشیم که این جنگ ناعادلانه روح ما را مضروب ساخته است.

مانند اسیری هستیم که اکنون از بندها فرار کرده و به سوی آزادی می دود ، اما غافل از اینکه پایهای او زخمی و بدن نحیفش ، ضعیف می باشد.

هوای تازه آزادی را استشمام می کنیم اما ریه های ما، توانایی جای دادن آن را ندارد. البته می توان به دویدن ادامه داد اما متاسفانه مسافت طولانی را طی نخواهیم کرد. از اسارت و تحقیر آزاد شده ایم، اما در بند ضعف روحی هستیم و از زخمهای روانی ناشی از آن روزهای تلخ، هنوز خونین هستیم.

پیش از اینکه شکوفا شویم و میوه آوریم، پیش از اینکه به زندگی پر از محصول و غنی خویش بازگردیم، باید جان بگیریم. سرپوش گذاشتن و انکار کردن دردهایی که بر دل داریم، روزی ما را از پا در خواهد آورد. هرچند شاید خود ما حضور این زخمها را احساس نکنیم، اما خانواده ما، همسر ما، با آنها روبرو خواهند شد. اگر مجرد هستیم، این سرپوشها، مانعی خواهند شد تا نتوانیم روابط سالم و ماندنی را ایجاد کنیم. دوستی های ما صدمه خواهد خورد

و دیگر نخواهیم توانست به دیگران اعتماد کنیم. برای کسانی که وارد جامعه می شوند تا در عرصه های اجتماع رشد کنند، این زخمها، از سرعت آنها خواهد کاست.

قلب انسان، ماهیچه ای بسیار قوی است که با ورزش کردن و حفظ رژیم خوراکی سالم، سالمتر و بهتر کار خواهد کرد. بی توجهی و تنبلی جسمانی، تاثیر مستقیمی بر قلب ما دارد. دل روحانی ما نیز دقیقا به همین صورت است. بی توجهی به آن، و عدم فعالیتهای مناسب و رژیم روانی صحیح، جان ما را خسته و روح ما را شکسته می سازد. برای داشتن اشتیاق و شوق، امید و انگیزه، رویا و هدف، باید به روح و روان خود رسیدگی کافی کنیم.

در غیراینصورت، زخمهای گذشته، شریان زندگی ما را مسدود کرده و جریان زندگی را منحل می کنند.

دوستان عزیز، حقیقت امر این است که کسانی که زخمی هستند، دیگران را نیز زخمی می کنند. افراد شکسته، در صدد شکستن دیگران می باشند. کسانی که اسیرند، دیگران را اسیر می سازند.

سفر ما نباید اینگونه به پایان برسد.

بر ما بدی کرده اند، حقوق ما را پایمال کرده اند، انسان و شیطان، جامعه و گناه، ردای ارزش و مقام والای زنانه و تقدس و هویت را از تن ما ربوده اند، اما اکنون که ارزش ما بازیافته شده، حیات به ما بخشیده شده و نزد خدا پذیرفته و بخشیده شده ایم، زمان آن رسیده است که دیگران را نیز ببخشیم. آنانی را که به ما بدی کرده اند، عفو کنیم.

مسیح به ما در دعای ربانی آموخت که اینگونه دعا کنیم. "و گناهان ما را ببخش چنانکه ما نیز، آنانکه بر ما گناه کردند را می‌بخشیم."

با بخشش و عفو دیگران، زخمهای کهنه ما شفا می‌یابد و آخرین دستاویز شریر و جامعه متعرض، برداشته می‌شود. آنگاه که شفا یافتیم، می‌توانیم باعث شفای دیگران شویم. زمانی که بنا شدیم، می‌توانیم دیگران را نیز بنا کنیم. اکنون که مهر و محبت مسیح را دریافت نموده ایم، می‌توانیم دیگران را عاشقانه دوست داشته باشیم. آزاد شده ایم و می‌توانیم نوید آزادی را برای دیگران به ارمغان آوریم.

**قدم هفتم: با کمک دیگران، به زندگی خود معنا  
بخشید**

اشعیا نبی، پس از اینکه تجربه رویارویی با قدوسیت خدا و شکستگی خود را پشت سر گذاشت و پس از اینکه بخشش الهی را تجربه نمود، روی به خدا کرده به او گفت: اینک مرا بفرست!

زمانی که از بندهای گناه، اسارت و حقارت آزاد می شویم و زمانی که پرده از جلوی چشمان ما به کناری زده می شود و دنیا را با تمام کاستی ها و زشتی هایی که در آن اتفاق می افتد می بینیم، متوجه می شویم که من و شما، ماموریتی داریم. زمان آن رسیده است آنانی را که در بند هستند و زیر پتک های تحقیر و بی اعتنایی خرد شده اند، نجات دهیم.

اشعیا نبی، می توانست پس از این ملاقات آسمانی، به خانه خود بازگردد و زندگی آرام خویش را ادامه دهد، اما او تصمیم می گیرد که عامل آزادی باشد. او بر آن می شود که پیامبر بخشش و حیات گردد.

وظیفه من و شما به عنوان یک زن مسیحی که آزاد شده ایم و طعم شیرین رستگاری الهی و ارزش مسیحایی را چشیده ایم، به میان همנוعان خود برویم و به آنها بگوییم که آنها مجبور نیستند تا در این دنیای تنگ و تاریک زندگی کنند. امروز من و شما آن پیامبری هستیم که قرار است تا گستره این آزادی را به دیگر زنان و دختران نیز برسانیم.

زخمهایی که بر خود حمل کردیم، بی فایده و بی هدف نبوده است. دنیا و شیطان، به قصد بدی و شرارت بر ما یورش برده، ما را مضروب ساخت اما خدا، از میان این دردها، فرصتی را مهیا نمود تا دیگران را به همراه ما نجات بخشد. پس از اینکه یوسف، ماجراهای تلخی را که برادرانش برای او به وجود آوردند پشت سر گذاشت، ایشان را ملاقات نمود و به آنها گفت:

"شما درباره من بد اندیشیدید، لیکن خدا از آن قصد نیکی کرد، تا کاری کند که قوم کثیری را احیا نماید، چنانکه امروز شده است." (پیدایش ۵۰: ۲۰)

امروز تجربه های دردناک ما می تواند، به جهت احیای دیگران، بکار رود.

خدا در حکمت الهی و حاکمیت بی نظیر خویش، از سقوط های ما، خیز های بسیاری را بوجود خواهد آورد، از شکستهای ما، موفقیتهای بی همتایی را چه برای ما و چه برای اطرافیان ما خواهد ساخت.

به همین جهت بسیاری از زنان مسیحی، پس از اینکه این هفت قدم را پشت سر می گذارند، به جامعه گذشته خویش باز گشته، تلاش می کنند تا آنانی که مانند آنها گرفتارند را برهانند. معتادین سابق به میان معتادین می روند، زنانی که به خود فروشی مشغول بودند، نوید آزادی را به هموعان خود که در این کار مشغولند می دهند. کسانی که مطرود جامعه بودند، به میان کسانی می روند که امید خود را از دست داده اند تا در کنار هم، آزادی و رستگاری را برای زنان به ارمغان آورند.