



# КАК ПЕРЕСТАТЬ ИСКАТЬ ПРАВИЛЬНУЮ ПОЛОВИНКУ И, НАКОНЕЦ, СТАТЬ ПРАВИЛЬНОЙ ПОЛОВИНКОЙ?

Ещ<mark>ё</mark> в школе мы начинаем верить в миф, что всё, что нам нужно дл<mark>я</mark> счастья в личной жизни – это правильная пол<mark>овинка.</mark> По<mark>то</mark>му что наличие парня или девушки в твоей жизни – это не <mark>т</mark>олько вопрос романтики, но и определённого прес<mark>тижа. То,</mark> ка<mark>к тебя во</mark>спринимают другие, так часто зависит от то<mark>го, с кем</mark> <mark>ты встреча</mark>ешься или не встречаешься. И вот уже мы у<mark>беждаем</mark> <mark>себя</mark>, что тот самый замечательный мальчик, с кото<mark>рым мы</mark> по<mark>зн</mark>акомились летом в лагере, или та самая сим<mark>патичная</mark> но<mark>ве</mark>нькая девочка, которая недавно появилась в <mark>школе, и</mark> есть наша половинка. Встречаемся, влюбляемся, ходим в кино, ме<mark>чтаем, р</mark>азочаровываемся и, расставаясь, вновь <mark>надеемся,</mark> что совсем скоро точно повезёт... «И я смогу найти ту самую единственную и неповторимую или того замечательного, умного и красивого, благодаря которому всё в м<mark>оей жизни</mark> изменится». При этом в нашем поиске мы ни на <mark>секунду не</mark> задумываемся о том, что у всех этих неудавшихся <mark>отношений</mark> есть единый знаменатель - это мы.

Чем раньше мы расстанемся с мечтой найти правильную половинку и начнём задумываться о том, как самим стать правильной половинкой, тем быстрее изменятся клучшему наши взаимоотношения с противоположным полом. Книга «Песнь песней» – это настолько горячая коллекцией романтических поэм, что в древности её разрешалось читать только с 13 лет. В этих стихотворениях мы видим, как развивается любовь между мужчиной и женщиной от первых этапов ухаживания до бракосочетания и укрепления отношений в браке. Изучая это произведение, мы открываем для себя секреты того, как влюбляться и хранить верность, ходить на свидания и быть уязвимым, развивать отношения и ссориться. Другими словами, мы открываем для себя, как быть «правильной половинкой», вместо того, чтобы ждать, когда же правильная половинка появится в нашей жизни.

# ПОЛОВИНКОЙ НУЖНО БЫТЬ, A H E И C K A T Ь E Ë

- 1. ВЛЕЧЕНИЕ: СКОНЦЕНТРИРУЙТЕСЬ НА ТОМ, ЧТОБЫ БЫТЬ, И ИСКАТЬ БУДЕТ ЛЕГЧЕ.
- **2. СВИДАНИЯ:** ХОДИТЬ НА СВИДАНИЯ ДОЛЖНО БЫТЬ ЛЕГКО, ПОТОМУ ЧТО В БРАКЕ ВСЁ НЕПРОСТО.
- **3. БЛИЗОСТЬ:** ОГОЛЯЯ ТЕЛО, МЫ ОБНАЖАЕМ ДУШУ.
- **4. ОБЩЕНИЕ:** КОНФЛИКТЫ МОГУТ УКРЕПИТЬ ОТНОШЕНИЯ.
- 5. ЛЮБОВЬ: РАБОТА НАД ОТНОШЕНИЯМИ НЕ НАПРАСНА, БЛАГОДАРЯ ЕЙ В БРАКЕ ВСЁ СОГЛАСНО.

2



# СКОНЦЕНТРИРУЙТЕСЬ НА «БЫТЬ» И ТОГДА ИСКАТЬ БУДЕТ ЛЕГЧЕ

#### КАК ВЫБРАТЬ СПУТНИКА ЖИЗНИ?

Как люди понимают, что встретили свою единственную или своего неповторимого? Как выделяют их из толпы? Обычно ответом становится неуловимое «влечение» или «искра», проскочившая между двоими. Вы не можете описать это словами, это нужно чувствовать, пережить, а вы уверены, что никто и никогда этого не испытывал и вас не поймёт. Вы верите, что никто и никогда не любил так, как любите вы сейчас. Все пары в это верят. Особенно те, кто ещё не закончил школу.

Проблема в том, что эта «искра» проскакивает довольно часто. У некоторых людей она случается с такой периодичностью, что невольно возникает подозрение, не превратилось ли сердце вашей подруги в сплошное короткое замыкание. Неминуемо, превратившись в пламя страсти, искра становится золой, и вновь люди ищут «свою половинку», повторяя по кругу одни и те же ошибки, оставляя в душе шрамы на всю нашу жизнь. Чтобы поменять этот сценарий и разорвать порочный круг, нам нужно сконцентрироваться на том, чтобы быть правильной половинкой, отложив поиски до того времени, как мы закончим школу, то есть до того этапа жизни, когда мы готовы будем создать семью.

#### ЛЕДОКОЛ:

**БУТЫЛОЧКА ПОЛОВИНОК.** Сядьте в круг, положите в центр бутылочку, всё, как в легендарной игре, только без поцелуев. Теперь раскрутите её. Тот, на кого покажет горлышко называет одну характеристику, что он ищет в девушке, с которой хотел бы встречаться. Постарайтесь быть максимально конкретны в вашем ответе. Тот, на кого указывает донышко бутылочки рассказывает об одной черте характера, которую он хотел бы исправить в себе.

#### ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ И РАЗМЫШЛЕНИЯ:

- Если вспомнить популярные фильмы, сериалы, книги, каковы сейчас правила, по которым развиваются отношения? Как в этих фильмах или сериалах люди понимают, что встретили свою единственную или своего неповторимого? Как ваши одноклассники выделяют из толпы своего избранника?
- Прочитайте Книгу Песнь Песней 1:1-3, 14-15. На что обращают внимание влюблённые в первых трёх стихах? Чему они уделяют внимание в 14-м и 15-м стихе первой главы? Искра, первоначальное влечение к вашему спутнику чрезвычайно важна, но для успешного развития отношений важна не только она. Суламита обращает внимание на то, как прекрасно имя её возлюбленного. Именно имя отражает нашу репутацию, и то, как мы ведём себя до брака, определяет, как мы будем поступать в браке. Из каких именно поступков складывается репутация во взаимоотношениях? Бывают ли случаи,
  - когда девушки начинают встречаться в школе с парнями с не очень хорошей репутацией? Случается ли, что парни выбирают девушек с не очень хорошей репутацией? Почему это происходит?
- 3. Прочитайте Книгу Песнь Песней 1:4-7. Суламита предстаёт перед нами как девушка, жертвующая даже своей красотой, потому что вместо того, чтобы ухаживать за своей кожей, она работала в винограднике. Ни для кого не секрет, что есть очень красивые, умные или религиозные молодые люди или девушки, у которых всё сердце занято исключительно только собой. В сердце Суламиты есть место для другого, потому что она не думает только о себе. Но она не просто работает, она ещё и целенаправленно ищет, как разделить свой труд со своим возлюбленным. Как определить, есть ли в моём сердце место для другого, ведь сердце может быть занято учёбой, служением, хобби, социальными сетями, и в нём просто не остаётся места для взаимоотношений с другим человеком?
- 4. Прочитайте Книгу Песнь Песней 1:6, 2:3-7. Суламита страстно любит Соломона, но при этом она не собирается поступаться своими принципами. Что это за принципы? Как позиция Суламиты помогает заложить фундамент крепких взаимоотношений? Насколько сильно давление в вашей школе, подталкивающее ребят к сексу до брака?
- 5. Каким бы замечательным, каким бы идеальным ни был Соломон в глазах своей возлюбленной, она не рассчитывает, что именно он «спасёт её». Мы же постоянно допускаем именно эту ошибку. Прошлый опыт неудавшихся отношений научил нас тому, что мы далеки от совершенства. Попытки самостоятельно изменить свой характер убедили нас в том, что мы не в силах сделать это сами. Поэтому мы ищем «правильную половинку». Ищем того, кто сможет стать единым целым с нами, сможет нас «починить», рядом с кем мы будем лучше, мудрее, сдержаннее, кто сможет нас... СПАСТИ. Мы сперва идеализируем наших спутников, а затем неминуемо демонизируем их, разочаровавшись. Насколько важно в вашей школе, чтобы у вас был парень или девушка? Как это влияет на статус в классе? Что помогает вам удержаться от этой ошибки и не ожидать, что ваш спутник, его наличие в вашей жизни, каким-то образом может вас «спасти»?

# ОСНОВНЫЕ ИДЕИ ЗАНЯТИЯ:

СКОНЦЕНТРИРУЙТЕСЬ НА ТОМ, ЧТОБЫ «БЫТЬ» И ТОГДА ИСКАТЬ БУДЕТ ЛЕГЧЕ. ВЕДЬ ИСКРА ВАЖНА, НО НУЖНА НЕ ТОЛЬКО ОНА. ПОЭТОМУ МЫ ОБРАЩАЕМ ВНИМАНИЕ НА.

- СВОЮ РЕПУТАЦИЮ
- СВОЁ СЕРДЦЕ
- СВОЮ РАБОТУ
- СВОИ ПРИНЦИПЫ
- СВОЮ ВЕРУ



Являетесь ли вы человеком, с которым захочет встречаться тот, с кем вы хотите встречаться?





# ХОДИТЬ НА СВИДАНИЯ ДОЛЖНО БЫТЬ ЛЕГКО, ПОТОМУ ЧТО В БРАКЕ ВСЁ БУДЕТ НЕПРОСТО

#### КАК УХАЖИВАТЬ И ХОДИТЬ НА СВИДАНИЯ?

В какой момент поход молодого человека и девушки в кино превращается в свидание? Ещё 10-15 лет назад ответ был очевиден – это и есть свидание, но сегодня всё совсем непросто. Сегодня границы взаимоотношений настолько размыты, что совершенно непонятно, когда именно можно считать, что они зародились, когда друзья превращаются в пару, и когда в паре люди имеют право задавать вопросы о друзьях противоположного пола, ведь у вас тоже всё начиналось с дружбы и искры. Как следствие, ухаживание превратилось в вымирающее искусство сродни каллиграфии. Но в книге «Песнь песней» мы видим совсем иную картину, глядя на которую, мы открываем для себя, насколько важны свидания не только до, но и во время брака. Изучая эту древнюю романтическую поэму, мы учимся ухаживать и ходить на свидания.

#### ЛЕДОКОЛ:

ТУПОЙ И ЕЩЁ ТУПЕЕ: Ни для кого не секрет, что парни или девушки могут так нервничать, приглашая кого-то на свидание, что у них пересыхает в горле, и слова, наполненные романтикой, становятся чем-то ужасным и пугающим. Поэтому сейчас сядьте в круг. Выберите ведущего, который начнёт. Он поделится первым ужасным приглашением на свидание. Следующему человеку в круге нужно будет переплюнуть его, предложив ещё более странное приглашение на свидание. Например, ведущий говорит: «Ты, наверное, работаешь на фабрике пылесосов, потому что меня так и тянет к тебе». После чего следующий игрок должен придумать ещё более нелепую фразу.

#### ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ И РАЗМЫШЛЕНИЯ:

.. Что такое свидание? Как отличить «свидание» от просто встречи двух друзей разного пола? С какого возраста как вы думаете можно начинать встречаться с парнем или девушкой? Что думают об этом ваши родители? Какая позиция вашего пастора?

## ОСНОВНЫЕ ИДЕИ ЗАНЯТИЯ:

ХОДИТЬ НА СВИДАНИЯ ДОЛЖНО БЫТЬ ЛЕГКО, ПОТОМУ ЧТО В БРАКЕ ВСЁ БУДЕТ НЕПРОСТО. ДЛЯ ЭТОГО МЫ ДОЛЖНЫ ПОНИМАТЬ:

- ПОЧЕМУ СВИДАНИЯ УШЛИ В ПРОШЛОЕ?
- ЗАЧЕМ НУЖНЫ СВИДАНИЯ?
- КТО ЯВЛЯЕТСЯ ИНИЦИАТОРОМ СВИДАНИЙ?
- ЧТО ПРОИСХОДИТ НА СВИДАНИЯХ?
- КАКУЮ ОПАСНОСТЬ ТАЯТ В СЕБЕ СВИДАНИЯ?
- Прочитайте Книгу Песнь песней 2:8-13. Кто проявляет инициативу в этом отрывке? В чём это выражается? Почему девушки сегодня думают, что им нужно всё брать в свои руки и приглашать ребят на свидания? К чему это может привести? Почему мужчины так часто занимают пассивную позицию?
  Популярная культура говорит сегодня, что свидание это промежуточный шаг между знакомством и близостью. Успешное свидание в этом смысле заканчивается сексом. В книге «Песнь песней» мы видим, что цель свиданий заглянуть друг другу в душу узнать друг другу проявлением страсти.
- свидание в этом смысле заканчивается сексом. В книге «Песнь песней» мы видим, что цель свиданий заглянуть друг другу в душу, узнать друг друга лучше. Если воспринимать свидания таким образом, то они станут не только проявлением страсти и безудержного желания. Хотя стоит повторить ещё раз, что «искра важна, просто нужна не только она». Суламита любит Соломона, а тот жаждет быть с Суламитой, но у них более глубокие отношения. Поэтому в их случае свидания становятся промежуточным шагом между знакомством и помолвкой созданием семьи. Из-за этого стоит всерьёз задуматься, а стоит ли вообще ходить на свидания, если вы не готовы ещё к браку. Достаточно дружить в большой компании. Чтобы учиться общаться с противоположным полом совсем не обязательно уединяться. Умение целоваться не самое сложное из искусств, и учиться ему лучше вместе с мужем или женой. Создавая семью, никто никогда не ворчит, что нужно больше «бывших», потому что количество бывших прямо влияет на крепость семьи. Для Соломона и Суламиты свидания это привычная практика, которая, как можно увидеть в остальной книге, не заканчивается и после свадьбы. Что помогает нам лучше узнавать наших избранников и избранниц? Можно ли добиться этого, не ходя с человеком на свидания?
- 4. Прочитайте Книгу Песнь песней 2:15, 3:1-5. Любовь очень хрупкий цветок, который может и не расцвести. Поэтому очень важно обращать внимание на опасности, упоминаемые в этом отрывке. Например, на маленькие конфликты, способные перерасти в большие ссоры («лисички, портящие виноградник»). На невысказанные опасения, которые приводят к тому, что мы не спешим знакомить наших избранников или избранниц с родителями, в отличие от Суламиты, которая не может дождаться того дня, когда приведёт Соломона в дом своей матери. Или на то, чтобы не будить любовь раньше времени. Что значит «будить любовь раньше времени»? Почему мы склонны игнорировать эти предупреждения? Как практически мы можем не давать маленьким конфликтам перерастать в большие ссоры? Почему иногда мы не спешим рассказывать нашим родным и близким о том, что нам кто-то нравится в классе? С кем вы можете обсудить такие вопросы?
- 5. Прочитайте 1-е Послание Петра 3:1-7. Тим Келлер пишет: «Быть любимым, но не узнанным приятно, хоть и поверхностно. Быть узнанным, но не любимым, вот наш величайший страх. Быть узнанным такими, как мы есть и любимым до глубины души, наверное, на это способен только Бог. Но именно такая любовь и нужна нам более всего». Благодаря этой любви изменяется наше поведение по отношению к нашей «половинке». Глядя на 1-е Послание Петра, как вы думаете, в чём это выражается практически? Какие аспекты этого нового поведения заметны лишь в браке? Что из упомянутого Петром проявляется уже на этапе свиданий?



Не спешите со свиданиями. Попробуйте узнать другого лучше, не оставаясь наедине с ним или с ней. Помните о простом правиле, что каждый шаг на пути к близости с другим человеком будет практически невозможно обратить вспять. Намного легче не переступать незримую черту, чем, переступив её, вернуться к прежним отношениям. Так можно друга потерять, а избранника не обрести.



### ОГОЛЯЯ ТЕЛО, МЫ ОБНАЖАЕМ ДУШУ

#### КАК ОБРЕСТИ МАКСИМАЛЬНОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ ОТ БЛИЗОСТИ В БРАКЕ?

На этой встрече лучше всего мальчиков и девочек разбить на две группы, чтобы дать возможность раскрыться в дискуссии.

Как мы смотрим на секс сегодня? Во что мы верим? Спросите у большинства ваших одноклассником, и многие, скорее всего, скажут вам, что секс – это естественная физиологическая потребность человека, не более того. Они верят в то, что половая близость помогает нам определиться в выборе нашей половинки, поскольку страстный секс способен решить множество проблем в браке. Наконец, мы зачастую верим, что интимная связь всё упрощает во взаимоотношениях, снимая сексуальное напряжение.

Но если это так, то почему тогда неудачная связь оставляет такие глубокие и незаживающие раны? Почему даже взрослый и сильный мужчина, переживший сексуальное насилие, порой не может справиться с психологическими последствиями этой травмы? Почему именно эта форма насилия оставляет такие глубокие раны? Может быть, секс всё же больше, чем удовлетворение физиологических потребностей и, оголяя тело, мы обнажаем и нашу душу?

#### ЛЕДОКОЛ:

Вместо игры пригласите семейную пару из вашей церкви, который могут рассказать подросткам о том, как они начали встречаться и как хранили себя в чистоте до брака. Убедитесь, что пара, которую вы выбрали, действительно не переступала эту черту до брака, не жила вместе и не занималась сексом до того, как они стали мужем и женой.

#### ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ И РАЗМЫШЛЕНИЯ:

- 1. Прочитайте 1-е Послание Коринфянам 6:15-18. Верите ли вы, что секс это не более, чем просто физиологическая потребность человека? Почему неудачная связь оставляет такие глубокие и незаживающие раны? Почему вы так считаете?
- 2. Прочитайте Книгу Песнь песней 2:3-7, 3:5. Когда мужчина ждёт близости до свадьбы, показывая своей возлюбленной, как сильно он ценит её, сколь велико его уважение к ней, это порождает ответное уважение со стороны женщины она расслабляется, ей легче видеть в мужчине лидера, потому что она видит, что он готов заботиться о ней, ставя её интересы выше своих. Когда мы отказываемся от чего-то сегодня ради получения больших дивидендов завтра это не жертва, а вложение/инвестиции. Почему же так часто мы не готовы ради будущего не торопить настоящее? Почему сегодня нам проще рассматривать отказ от секса как жертву, а не как инвестиции в будущее здоровье нашей семьи?
- б. Прочитайте Книгу Песнь песней 2:16 и 3:11. Наша настоящая половинка это не мифический персонаж, который мы выдумали, это наш муж или жена, и только наш муж или жена, потому что именно им мы обещаем, что в нашей жизни не будет других «мужчин» или «женщин». Чем более исключительны наши отношения, чем больше в них посвящения, тем проще нам будет доверять друг другу, тем больше мы будем получать удовольствие от близости. Что такое брак? Почему, по вашему мнению, этот общественный институт переживает кризис сегодня?
- 4. Согласны ли вы с тем, что именно исключительность отношений порождает настоящую близость с другим человеком? Что, кроме физической измены, может нарушить эту исключительность отношений? Как «весёлые картинки» в интернете могут лишить нас этой исключительности отношений? Как они могут создать у парней нереальные ожидания от своих будущих жён? Как «романы в мягком переплёте», сериалы, или фильмы типа трилогии «Сумерки» создают у девушек нереальные представления о парнях?

## ОСНОВНЫЕ ИДЕИ ЗАНЯТИЯ:

ОГОЛЯЯ ТЕЛО, МЫ ОБНАЖАЕМ ДУШУ. КАК ПОЛУЧАТЬ МАКСИМАЛЬНОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ ОТ БЛИЗОСТИ В БРАКЕ? ИСТИННАЯ БЛИЗОСТЬ И ЧУВСТВЕННОСТЬ РОЖДАЮТСЯ В:

- ТЕРПЕНИИ ОЖИДАНИЯ
- ИСКЛЮЧИТЕЛЬНОСТИ ПОСВЯЩЕНИЯ
- НЕЖНОСТИ ЗАЩИТЫ
- УЯЗВИМОСТИ БЛИЗОСТИ
- ОБЩЕНИИ ПОСТИЖЕНИЯ
- 5. Прочитайте Книгу пророка Исайи 53:4-6. Многие из нас, слушая романтическую поэзию книги «Песнь песней», думают о том, что всё это, конечно, мило, но слишком поздно для меня, слишком много шрамов, слишком много ран. Творец Вселенной, сотворивший наше сердце, стал уязвимым, пришёл в этот мир младенцем, умер на кресте ради одного чтобы разгладить наши морщины и шрамы, чтобы дать нам «будущность и надежду». Чтобы подарить нам самый дорогой подарок чистый лист, с которого мы можем начать совсем другую жизнь. Какую историю вы бы хотели написать на этом листе бумаги?



Однажды все мы рассказываем нашим избранникам историю наших предыдущих отношений. Это может быть очень непростой разговор. Решите для себя сегодня, какую историю однажды вы хотите рассказать своей «половинке».



### ЕСЛИ РУГАТЬСЯ ПРАВИЛЬНО. ТО И КОНФЛИКТЫ БРАК СКРЕПЛЯЮТ

#### КАК ССОРИТЬСЯ, НЕ РАЗРУШАЯ ДРУГ ДРУГА?

Хотим мы того или нет, но уже сейчас, задолго до того, как у нас появится собственная семья, мы закладываем фундамент того, как в ней мы будем решать конфликты. То, как мы сегодня ссоримся с родителями, вырабатывает устойчивую модель поведения, которая потом повторяется в уже наших семьях. Более того, какие-то вещи не нравятся нам в том, как ссорятся родители, но это не означает, что мы будем иначе вести себя в браке – в кризисной ситуации, а любая ссора – это мини-кризис, мы склонны вести себя не как надо, а как мы привыкли.

Весьма распространён миф, что счастливые пары не ссорятся, что у них нет конфликтов. Но это не так! Ссорятся все! Некоторые лишь научились замалчивать это, и их конфликты спрятаны весьма глубоко. Поэтому нужно целенаправленно учиться ругаться, и конфликтовать таким образом, чтобы ссоры приводили к укреплению взаимоотношений. Мы начинаем учиться уже сейчас на том, как мы ссоримся не только с нашими избранниками, но и как конфликтуем с нашими родителями. Практически четверть книги Песнь песней посвящена конфликту между возлюбленными, изучая который, мы видим принципы того, «как правильно ругаться».

#### ЛЕДОКОЛ:

- Представьте себе, что дома вас ждёт ссора с родителями. Как вы доберётесь домой? На сверхзвуковом самолёте, мотоцикле, вёсельной лодке, кибитке или пойдёте пешком, но задом наперёд? Почему? Что если, вы знаете, что вас ждёт ссора в школе?
- В ссоре мы все ведём себя, как птицы. Одни это ястребы, другие страусы, третьи голуби, четвёртые колибри, а пятые гордо реющие чайки. Какая птица описывает вас лучше всего в конфликте и почему?

### ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ И РАЗМЫШЛЕНИЯ:

- Всё, что мы обсуждаем, не должно покинуть этой комнаты. Мы не делимся тем, что нам кто-то рассказал на группе, с родителями, не обсуждаем другие семьи. Это всё истории, что остаются здесь. Как выглядят обычно ваши ссоры с родителями? Что является их источником?
- Прочитайте Книгу Песнь песней 5:2-3, Послание Римлянам 12:21 и Откровение 3:20. Любой конфликт начинается с эгоизма. В чём проявляется эгоизм Суламиты в этом отрывке? Какой реакции вы бы ожидали от царя Соломона в этом случае? Как он отвечает Суламите? Как действия царя Соломона показывают Суламите отношение Господа к людям?
- Прочитайте книгу Песнь песней 5:5-16 и Послание Римлянам 12:14-20. Как Суламита реагирует на благодать и милость, которые видит в ответе Соломона? Во время ссоры всегда есть внутреннее искушение нажаловаться кому-нибудь
  - и внешнее ожидание от друзей или подруг, которые подталкивают нас к тому, чтобы разоткровенничаться. Идя на поводу у этих тенденций, мы, на самом деле, усложняем себе жизнь. Чем больше мы жалуемся, тем больше обращаем внимание на негативные тенденции, рассматривая их под увеличительным стеклом. Какой вопрос задают Суламите «девушки
  - Иерусалима» в 9-м стихе, и как она отвечает на этот вопрос? Как вы думаете, почему она так поступает, несмотря на то, что они только что разругались с Соломоном? Как мы можем следовать этому примеру в конфликтах с нашими родителями?
- Прочитайте книгу Песнь песней 6:1-3. Разница между зарегистрированным браком и гражданским заключается не в посвящении, а в том, что во втором случае всегда открыт чёрный ход. Сожители специально не усложняют себе жизнь письменными или юридическими обязательствами, чтобы в случае серьёзного конфликта отношения было проще разорвать. В этом смысле наши ссоры с родителями напоминают нам о том, что мы не можем просто взять и уйти из семьи. Как меняется наше восприятие конфликта, когда мы понимаем, что не можем просто хлопнуть дверью и уйти из семьи, что нам нужно решать наши проблемы?
- Прочитайте книгу Песнь песней 6:4-12. Обратите внимание на 5-й стих, где Соломон просит Суламиту отвести взгляд. Он мирится с ней не потому, что теперь он получит близость. Его прощение не основано на том, что он получит от неё. Оно безусловно и именно поэтому оно ведёт к восстановлению отношений, делая их глубже. Как сегодня мы можем практиковать это безусловное прощение по отношению к нашим родителям? Как мы можем мириться с ними не потому, что мы что-то от этого получим, но просто так, безусловно? Что может помочь нам начать делать первые шаги в примирении с родителями? Как вы думаете, это повлияет на привычку мириться с супругами в будущем?

## ОСНОВНЫЕ ИДЕИ ЗАНЯТИЯ:

ЕСЛИ РУГАТЬСЯ ПРАВИЛЬНО, ТО И КОНФЛИКТЫ БРАК СКРЕПЛЯЮТ. ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ССОРИТЬСЯ НЕ ПЕРЕСТУПАЯ ЧЕРТУ,

- ОТВЕЧАТЬ, НО НЕ РЕАГИРОВАТЬ (5:2-4)
- ЛЮБИТЬ, А НЕ МЕНЯТЬ (5:5-8)
- ГОРДИТЬСЯ, А НЕ ЖАЛОВАТЬСЯ (5:9-16)

ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ НЕ ПРОСТО МИРИТЬСЯ, НО ВОССТАНАВЛИВАТЬ ОТНОШЕНИЯ, ПОДНИМАЯ ИХ НА НОВЫЙ УРОВЕНЬ,

- **ПОМНИТЬ О ЗАВЕТЕ (6:1-3)**
- ПОМНИТЬ О БЛАГОДАТИ (6:4-9)
- ПОМНИТЬ О ЛЮБВИ (6:10-12)



Во время вашей следующей ссоры постарайтесь, сохраняя спокойствие, понизить накал страстей тем, чтобы разделить причину, приведшую к конфликту, на факты (что случилось), чувства (как это заставило вас себя чувствовать), мысли (что вы в результате этого подумали), чтобы вместе прийти к конструктивному решению конфликта (что теперь по этому поводу делать).

Объединять людей в общении с Богом и друг другом



# РАБОТА НАД ОТНОШЕНИЯМИ НЕ НАПРАСНА, БЛАГОДАРЯ ЕЙ В СЕМЬЕ ВСЁ СОГЛАСНО

#### КАК РАБОТАТЬ НАД ТЕМ, ЧТОБЫ БЫТЬ ПРАВИЛЬНОЙ ПОЛОВИНКОЙ?

Глядя на счастливые семейные пары, мы нередко думаем, что они сумели сохранить теплоту отношений просто потому, что с самого начала так сильно любили друг друга. Всё это далось им автоматически из-за той страсти, что была «от начала». Во всех остальных случаях мы практически ожидаем, что любовь увянет, страсть пройдёт – и брак превратится в унылую рутину.

Глядя на седьмую и восьмую главы книги Песнь песней, мы замечаем, насколько эти утверждения неверны. В этом отрывке влюблённые смогли не только сохранить страсть от той первой весны, когда они встречались, до новой весны, когда они уже муж и жена, но и сделать их отношения глубже и крепче. На их примере мы видим, что работа над отношениями не напрасна, благодаря ей в семье всё согласно. Но привычка работать над отношениями не появляется просто так. Она развивается вместе с привычкой работать над собой и своим характером, когда мы перестаём искать «правильную»

. половинку и уже стремимся быть правильной половинкой.

#### ЛЕДОКОЛ:

**«ОТКРОЙ, ПОЖАЛУЙСТА ОКНО»:** Группа делится на две команды и начинается с того, что одна команда просит другую «открыть окно». Вторая команда должна придумать какое-то условие, при котором они откроют окно. Например, услышав просьбу, они отвечают: «*Мы откроем окно, если вы выбросите мусор*». Соответственно после этого первая команда должна придумать свою отговорку: «*Мы выбросим мусор, если вы помоете пол*». Повторять отговорки нельзя. Каждая из них должна быть реальным действием, которое можно совершить. Ведущий прерывает игру после нескольких минут, чтобы объяснить, что часто во взаимоотношениях, вместо того, чтобы следить за собой, мы начинаем придумывать отговорки и оправдания тому, почему мы не ходим меняться.

## ОСНОВНЫЕ ИДЕИ ЗАНЯТИЯ:

РАБОТА НАД ОТНОШЕНИЯМИ НЕ НАПРАСНА, БЛАГОДАРЯ ЕЙ В СЕМЬЕ ВСЁ СОГЛАСНО. ЭТА РАБОТА ТРЕБУЕТ УСИЛИЙ МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ. И НАЧИНАЕТСЯ ОНА ЗАДОЛГО ДО ТОГО, КАК ПАРЕНЬ ДЕЛАЕТ ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЕВУШКЕ. РЕБЯТАМ СТОИТ УЧИТЬСЯ ПРОЯВЛЯТЬ УВАЖЕНИЕ К ДЕВУШКАМ, ПОТОМУ ЧТО НЕЛЬЗЯ УВАЖАТЬ СВОЮ ЖЕНУ, ЕСЛИ ТЫ НЕ УВАЖАЕШЬ ВСЕХ ОСТАЛЬНЫХ ЖЕНЩИН. НЕЛЬЗЯ ОТНОСИТСЯ С УВАЖЕНИЕМ К МУЖУ, ЕСЛИ ТЫ НИКОГДА НЕ ПРОЯВЛЯЛА УВАЖЕНИЯ К ПАРНЯМ.

#### ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ И РАЗМЫШЛЕНИЯ:

- 1. Знаете ли вы по-настоящему счастливые семейные пары? Как вы думаете, что отличает такие семьи? Что муж и жена делают для того, чтобы не просто сохранить брак, но чтобы отношения были более крепкими и глубокими, чем даже во время их медового месяца?
- 2. Делая комплимент своей жене, Соломон первым делом отмечает её ступни, то есть ту часть тела, которой большинство девушек скорее стесняется, чем гордится: «Как красивы ноги твои в сандалях твоих, дочь знатного рода» (Песнь песней 7:2). Эта маленькая деталь говорит читателям о том, что Соломон очень хорошо знает свою жену, и это знание перерастает в обожание. Как меняется отношение к жизни у девушки, которая чувствует, что её знают, принимают такой, какая она есть, и обожают? Что помогает мужчинам узнавать своих избранниц лучше? Почему так часто девушки встречаются с парнями, которым безразлично, что происходит в их жизни?
- 3. Прочитайте Притчи 18:22, 19:14 и 31:10-12, Послание Колоссянам 3:19 и Послание Ефесянам 5:25-29. Соломон выражает своё уважение к Суламите, называя её «дочерью знатного рода», она его принцесса. Невозможно уважать свою жену, если ты относишься с пренебрежением к другим девушкам. Как парни могут проявлять уважение к девушкам? Что девушки могут делать, чтобы не позволять пренебрежительно относиться к себе?
- 4. Продолжая осыпать Суламиту комплиментами, Соломон говорит, что она вино и пшеница образ благословенного весеннего и осеннего урожая в Израиле она благословение от Господа для него. Суламита это башня, обращённая к Дамаску, то есть источник безопасности для Соломона, он не ждёт от неё подвоха. Она оазис, озёра в Хешбоне у ворот Бат-Раббима, то есть в оживлённом торговом месте, в процветающем городе, известным шумом и гамом рынков и базаров, она его источник отдыха и покоя, а не стресса и переживаний. Как меняется поведение девушек, когда они осознают, как много они значат для своих избранников, и понимают, как сильно те их уважают? Что, наоборот, происходит с женщиной, когда она понимает, что её муж её не ценит?
- 5. Прочитайте Книгу Притч 15:17 и 21:19,1 Послание Петра 3:1-6 и Послание Колоссянам 3:18. Часто люди заблуждаются, считая, что, если муж знает свою жену, обожает её и гордится ей, это автоматически приведёт к тому, что и жена будет отвечать ему взаимностью. Это, к сожалению, не так. Что могут девушки делать уже сейчас, как могут работать над своим характером, чтобы однажды стать таким благословением для своего мужа? Чем уважение к парню в классе отличается от уважения к мужу? Как отношения с папой или отсутствие таковых могут повлиять на отношение к будущему мужу?



Прочитайте 1-е Послание Тимофею 5:1-2. Начните уже сейчас работать над тем, чтобы проявлять уважение к противоположному полу до того, как вы начнёте встречаться.



# ПОДРОСТКОВОЕ СЛУЖЕНИЕ

# ВИДЕНИЕ ПОДРОСТКОВОГО СЛУЖЕНИЯ «СТОВОСЕМЬДЕСЯТ»:

Объединять подростков в общении с Богом и друг другом, так, чтобы они обрели личные взаимоотношения со Христом, росли и развивались в них.

## ФИЛОСОФИЯ ВОСКРЕСНОЙ ШКОЛЫ И ДИСКУССИОННЫХ ГРУПП:

Наши встречи направлены на вовлечение ребят в обсуждение Библейских принципов и истин. Занятия воскресной школы не должны быть лекциями, направленными на передачу определённых знаний. Мы стремимся помочь ребятам (а) задуматься над истинами Писания, (б) увидеть, как они могут применить их в своей жизни и (в) предоставить конкретные пути для обсуждения этих истин с их родителями, так чтобы родители были непосредственно вовлечены в процесс духовного становления их подростков.

## ПЯТЬ ЦЕЛЕЙ ВОСКРЕСНОЙ ШКОЛЫ:

Мы стремимся объединять подростков в (1) прославлении, (2) общении, (3) ученичестве, (4) благовестии и (5) служении, соблюдая баланс всех пяти целей в их жизни и нашем служении.

# ЗАДАЧИ ВОСКРЕСНОЙ ШКОЛЫ:

- Заинтриговать тех, кто пришёл в первый раз, чтобы они вернулись вновь,
- Помочь задуматься тем, кто пришёл во второй раз, чтобы им захотелось узнать больше в следующий раз,
- Показать всем, какой шаг они могут сделать на пути познания Господа. Для одних это может быть личное решение доверить свою жизнь Богу, для других это может быть крещение, для третьих рассказ о их вере своим друзьям и одноклассникам.

## ДИСКУССИОННЫЕ ГРУППЫ «СТОВОСЕМЬДЕСЯТ»:

То, что происходит в нашей душе оказывает огромное влияние на наши взаимоотношения с другими людьми. Подросткам не всегда легко это выразить словами. Например, если в его душе бушует ураган это не может не сказаться на том как учится или общается с родителями и одноклассниками. Дискуссионные группы или занятия воскресной школы призваны помочь ему заложить фундамент Христианских ценностей, примерив их к своей жизни в ходе обсуждения в дружелюбной атмосфере.

## ЦЕЛЬ ДИСКУССИОННОЙ ГРУППЫ:

Формат дискуссионной группы в корне отличается от лекции или семинара. Как следствие основная цель заключается не в донесении определенной информации, а в живом обсуждении того, как каждый из нас применяет или может применить тот или иной Библейский принцип или отрывок Священного Писания к нашей жизни.

ВЕДУЩИЙ ДИСКУССИЮ НИКОГДА НЕ ДОЛЖЕН ТЕРЯТЬ ИЗ ВИДУ, ЧТО ЦЕЛЬ ДИСКУССИОННОЙ ГРУППЫ ПОМОЧЬ УЧАСТНИКАМ ПРИМЕНИТЬ БИБЛЕЙСКИЙ ПРИНЦИП ИЛИ ОТРЫВОК СВЯЩЕННОГО ПИСАНИЯ К ЖИЗНИ.

# ГРАФИК ДИСКУССИОННОЙ ГРУППЫ:

ГРУППА НЕ ДОЛЖНА ВЫХОДИТЬ ЗА РАМКИ 2 ЧАСОВ.

- 25 МИНУТ ЛЕДОКОЛ, ОБЩЕНИЕ И МОЛИТВА.
- 5 МИНУТ ОБСУЖДЕНИЕ ТОГО КАК УЧАСТНИКИ ГРУППЫ ПРИМЕНИЛИ НА ПРОШЕДШЕЙ НЕДЕЛЕ ОСНОВНОЙ ПРИНЦИП ПРЕДЫДУЩЕГО ЗАНЯТИЯ.
- 5 МИНУТ КРАТКОЕ ИЗЛОЖЕНИЕ ОСНОВНОЙ ИДЕИ ПРЕДСТОЯЩЕГО ЗАНЯТИЯ.
- 60 МИНУТ ОБСУЖДЕНИЕ 5 ВОПРОСОВ, ПРЕДСТАВЛЕННЫХ В МАТЕРИАЛАХ ЗАНЯТИЯ
- 5 МИНУТ ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ЗАНЯТИЯ И РАССКАЗ О ТОМ, КАК УЧАСТНИКИ МОГУТ ПРИМЕНИТЬ МАТЕРИАЛЫ ЗАНЯТИЯ В ИХ ЖИЗНИ НА ПРЕДСТОЯЩЕЙ НЕДЕЛЕ.
- 20 МИНУТ ОБЩЕНИЕ ПОСЛЕ ГРУППЫ

## ГРАФИК ВОСКРЕСНОЙ ШКОЛЫ:

ВОСКРЕСНАЯ ШКОЛА ДЛИТСЯ 45-60 МИНУТ:

- 15 МИНУТ ЛЕДОКОЛ.
- 05 МИНУТ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ТЕМЫ ЗАНЯТИЯ
- 20 МИНУТ ОБСУЖДЕНИЕ ВОПРОСОВ ЗАНЯТИЯ
- 05 МИНУТ ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ И ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ПРИМЕНЕНИЯ

ЗАНЯТИЕ НЕ ДОЛЖНО ДЛИТЬСЯ ДОЛЬШЕ ОДНОГО ЧАСА.

### РАСПИСАНИЕ:

- Расписание можно всегда найти в общем доступе (гугл-документ, сайт церкви или что-то ещё).
- В том случае, если вы понимаете, что вы не можете участвовать в воскресной школе в тот день, на который вы подписались, вы стараетесь договориться с другими добровольцами служения о том, чтобы поменяться датами и ставите об этом в известность координатора воскресной школы.

 $\Pi$  A M  $\Re$  T K A

# ЗАДАЧИ ВЕДУЩЕГО ДИСКУССИОННОЙ ГРУППЫ:

Есть старая шутка о великолепном ресторане, построенном на луне: «Еда потрясающая, но нет атмосферы». Первая задача ведущего – это создать атмосферу непринужденного и веселого общения. Реятам будет намного проще погрузится в размышления о том, как слова Писания могут изменить их жизнь, если они прочитают эти слова в располагающей обстановке. Подобный настрой создается до группы, комната должна быть готова к проведению встречи, чашки расставлены, чай или кофе сварены. Проведение группы в кафе тоже помогает решить эту проблему. Но также важно помнить, что атмосферу необходимо поддерживать и во время встречи. Давать ребятам высказаться и следить за тем, чтобы дискуссия ни в коем случае не переходила на личности. Подростки часто замкнуты. Для того, чтобы помочь им расслабиться в материалах есть раздел «Ледокол». Начните встречу с него. Заранее подготовиться к группе, прочитав материал занятия и если необходимо ознакомившись с толкованиями и любой другой справочной литературой. Во время занятия ведущий должен последовательно сделать 5 вещей:

- 1. Проведя «Ледокол», спросить, как прошла неделя. Узнав о молитвенных просьбах, провести общее время молитвы перед началом группы.
- 2. Познакомить участников с основным принципом занятия, который можно найти в заглавии и коротком объяснении в материалах дискуссионных групп.
- 3. Узнать, как участники группы применили принцип предыдущего занятия на прошлой неделе.
- 4. Провести обсуждение по 5 вопросам, представленным в материалах.
- 5. Подвести итог занятия, еще раз напомнив об основном принципе, заложенном в обсуждавшемся отрывке Писания. Рассказав участникам о применении на предстоящую неделю, завершить встречу молитвой.

### МАТЕРИАЛЫ:

- Материалы находятся в свободном доступе на сайте церкви. Скачайте весь цикл занятий, чтобы быть в курсе не только вашего урока, но и того, что было до вас и что будет после вашего занятия.
- Все материалы включают в себя: (а) ледокол, который поможет растопить лёд в начале встречи, (б) краткое описание основной идеи занятия, (в) пять вопросов для обсуждения, (г) применение и (д) домашнее задание для родителей.
- Материалы составлены таким образом, чтобы включать в себя больше вопросов, чем можно пройти в отведённое время. Не старайтесь пройти весь материал. У вас есть свобода какие-то вопросы не затрагивать, предложив ребятам обсудить эти вопросы дома с родителями.
- Материалы являются скелетом, который поможет вам провести урок. Если вы только начинаете вести, не чувствуете в себе силы или у вас нет времени, чтобы добавлять что-то дополнительное, просто следуйте материалам.

## ОБЯЗАННОСТИ КООРДИНАТОРА ВОСКРЕСНОЙ ШКОЛЫ:

**ЦЕЛЬ СЛУЖЕНИЯ КООРДИНАТОРА ВОСКРЕСНОЙ ШКОЛЫ:** Вовлекать добровольцев, таким образом, чтобы они были успешны в служении, возрастая в любви и познании Господа.

#### РАСПИСАНИЕ:

- Координатор воскресной школы заранее (минимум на месяц вперёд) составляет расписание, распределяя даты между всеми добровольцами, посвятившими себя подростковому служению.
- Составив расписание, координатор связывается с добровольцами и уточняет у них подходят ли им предложенные даты.
- Координатор воскресной школы сам ведёт занятия минимум раз в три месяца, чтобы оставаться вовлечённым и быть личным примером для других ведущих.

#### ИНФОРМИРОВАНИЕ:

За неделю до ведения воскресной школы координатор напоминает ведущему и помощнику о том, что они записались вести занятия на этой неделе. Просит их в среду вывесить в группе в социальных сетях описание занятия в воскресенье. В понедельник координатор составляет и отправляет в рассылку письмо с (а) описанием воскресной школы на этой неделе, (б) домашним заданием предыдущего воскресенья и (в) анонсом предстоящих событий в жизни церкви и подросткового служения. Во вторник координатор вывешивает на стене группы в социальной сети название занятия (тему) и отмечает ведущего воскреной школы и его или её помощника. Следит за тем, чтобы в среду ведущий или помощник поделились описанием занятия и вывесили картинку к нему, чтобы ребятам было проще приглашать своих друзей. Раз в три месяца собирает всех добровольцев, участвующих в служении, для того, чтобы выразить им благодарность.

 $\Pi$  A M  $\Re$  T K A

# ОБЯЗАННОСТИ ВЕДУЩЕГО ВОСКРЕСНОЙ ШКОЛЫ:

#### ЦЕЛЬ СЛУЖЕНИЯ ВЕДУЩЕГО:

Донести материал занятия таким образом, чтобы:

- 1. Ребята захотели обсудить его с родителями,
- 2. Попытались применить принципы занятия в жизни и
- 3. Не просто захотели бы вернуться в следующий раз, но и
- 4. Пригласили бы своих друзей и одноклассников.

#### ПЯТЬ ЗАДАЧ ДО ЗАНЯТИЯ:

- 1. ЗАПИШИТЕ: Узнав о дне, когда вы ведёте воскресную школу внесите, пожалуйтста, эту дату в свой календарь и установите напоминание себе.
- 2. ПОДГОТОВЬТЕСЬ: (a) Созвонитесь с помощником и вместе с ним или с ней уделите 15-20 минут молитве за предстоящую воскресную школу, по возможности, упоминая всех ребят поимённо. (б) Скачайте заранее материалы с сайта и ознакомьтесь с ними. (в) При необходимости обсудите со своим помощником, что именно вам понадобится в воскресенье и распределите, кто что приносит.
- 3. ПРИГЛАСИТЕ: (а) Вывесив краткую информацию о теме воскресной школы (первый параграф материалов), пригласите ребят присоединиться к вам в воскресенье. (в) Ободрите их к тому, чтобы они приглашали своих друзей. Ребята стесняются и не знают как это сделать, хотя в глубине души, каждый хочет видеть своих друзей на этой встрече. Помогите им, рассказав, что они могут просто скопировать текст или картинку, описывающую занятие и поделиться этим у себя на стене в социальных сетях. Ребята могут скачать картинку и вывесить её у себя в инстаграмме. Подскажите ребятам как именно они могут пригласить своих друзей и какие слова использовать.
- 4. ПОМОЛИТЕСЬ: Придите за 15 минут до начала богослужения, чтобы встретиться с вашим помощником и ещё раз помолиться за воскресную школу, отдав её и её результаты в руки Творца.
- 5. ПРИВЕДИТЕ: После основного сета прославления выйдите вперёд, чтобы забрав всех подростков, отвести их на воскресную школу.

#### ПЯТЬ ЗАДАЧ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЯ:

Во время занятия ведущий должен последовательно сделать 5 вещей:

- 1. РАСТОПИТЕ ЛЁД: Спросить, как прошла неделя. (б) Узнайте помнит ли кто-то о домашнем задании, которое было в прошлый раз. Если нет, напомните им о нём и узнайте пробовал ли кто-то его применить. (в) В ваших материалах есть ледокол. Эту часть занятия проводит ваш помощник.
- 2. ПРЕДСТАВЬТЕ МАТЕРИАЛ: После ледокола в ваших материалах есть «переход к занятию», используйте это описание, что ребята уже видели в социальных сетях и рассылке, чтобы познакомить их с тем, что будет обсуждаться сегодня на группе.
- 3. ОБСУДИТЕ ВОПРОСЫ: Скорей всего у вас не хватит времени, чтобы обсудить все пять вопросов, что есть в ваших материалах. Пусть это вас не беспокоит. Материалы специально составлены таким образом, чтобы включать в себя больший объём, чем вы сможете обсудить за 45 минут занятия. Оставшиеся вопросы можно всегда предложить ребятам обсудить с их родителями.
- 4. ПОДВЕДИТЕ ИТОГ: (a) Суммируйте всё, что ребята услышали сегодня на занятии и подведите итог, предложив применение занятия. (б) Поинтересуйтесь у ребят есть ли у кого молитвенные просьбы, предложив им написать их на листочках бумаги. В последствии передайте эти просьбы координатору воскресной школы, чтобы он поделился ими со следующим ведущим.
- 5. ПРИВЕДИТЕ: после окончания воскресной школы соберите всех ребят и отведите их в Собор.