

Альфа хэм Омега

БИР-БИРИҢИЗДИ СҮЙИҢЛЕР

6 сабақ



Режеп хэм Лайла Айдын

Альфа хэм Омега

БИР-БИРИҢИЗДИ СҮЙИҢЛЕР

6 сабақ



Режеп хэм Лайла Айдын



KITABI-KNIGI.COM

Пүткіл шаңарағыңыз үшін бийпул электрон кітаптар!
Қәлеген қуылманызға жүктеп алың және өз тилинизде оқың.



KITABI-KNIGI.COM

Бир-бириңизди Сүйиңлер: 6 сабақ

Авторлық хуқық © 2025 Альфа және Омега тәрeпинен. Барлық хуқықлар қорғалған.

alphaomegasilkroad@gmail.com

© 2025 Қарақалпақ тилинде басып шығарылыў. Рухсат пенен аўдарылған. Барлық хуқықлар сақланған.

Иллюстрация хуқықы © 2025 София Филипс тәрeпинен. Барлық хуқықлар қорғалған.

Барлық авторлық хуқықлар сақланған. Барлық аятлар Мухаддес Кітаптан алынған.

Мухаддес Кітап © КркМК22 2022

Курс пенен таныстырыу

Егер бир-бириңизди сүйсеңлер, хәмме усы арқалы сизлердиң Мениң шәкиртлерим екениңизди билип алады (Юхан 13:35).

Бизлер бир-биримизди сүйиўимиз кереклигин билемиз, бирақ көбинесе бул қыйын болып шығады. Бузылған қарым-қатнастар тек ғана жәмәәттиң өмирин бузып қоймастан, ал басқа адамлардың Ийсаға келиўине тосқынлық етеди.

Бул алты сабақ шаңарағыңызда хәм жәмәәтиңизде бир-бириңизди еле де жақсы көриўиңизге жәрдем береді. Сабақлықтағы пикирлерди әмелде ислер екенсиз, буларды қайта-қайта үйрениўиңиз керек болады. Егер сиз буны орынласаңыз, хәмме сизиң шынында да Ийсаның шәкирти екениңизди биледи!

Көп сабақларда сизиң жуўап бериўиңиз ушын бир неше сораўлар бар. Хәр бир сораўдан соң қаўыс ишиндеги санлар сабақлықтың төмениндеги жуўаптың санын билдиреди. Жуўапқа қарамай турып, сораўға жуўап бериўге хәркет етиң.

Егерде Мухаддес Китап аятларына силтеме берилип, **қалың** хәрип пенен белгиленген болса, сабақ ўақтында оларды таўып, оқып шығыў әхмийетли. Егер олар қалың хәрип пенен жазылмаған болса, ўақтыңыз болғанда ямаса сабақты өз бетиңизше қайта көрип шыққаныңызда оларды излеп табыўыңызға болады.

1-Сабақ:

Забур 22-жыр: Жақсы Шопанның изинен жүриў



Бизлер этирапымыздағыларды сүйиўимиз ушын Жақсы Шопанның изинен жүриўге мүтәжбиз. Сонда хеш қандай қайғыға, кеширмеўшиликке ямаса жаман көриўге орын қалмайды. Биргеликте бизлер хәр биримиз сүйикли хәм баҳалы болатуғын жәмийет болыўға бир-биримизге жәрдем бере аламыз!

Этирапымыздағыларды сүйиўимиз ушын, бизлер не ислеўге мүтәжбиз? [1]

Забур 22-жырды оқың.

Бул забурды ким жазды? [2]

Қудай Даўытқа шопан болған ўақтында да, қашқын болып жүрген гезинде де, патша болған дәўиринде де ғамхорлық көрсеткен. Соңғы 3000 жыл даўамында сансыз адамлар бул забурдан үлкен руўхый күш хәм жигер алып келген. Келиңлер, бизлер де сол адамларға қосылайық!

Жаратқан Ийе (1-аят) — бул еврейше *Яхўе* деген сөздің аўдармасы болып, мәниси «Бул Мен» дегенди аңлатады (Шығ. 3:14). Ол пүткил дүньяны жаратқан мәңги Қудай болып, барлық адамларды Өзиниң сүйиспеншилик қағыйдасына бойсыныўға шақыратуғын Қудай. Оның ызамлары еки буйрыққа тийкарланады: Қудайды сүйиў хәм жаныңдағы адамды сүйиў (Марк 12:30—31).

Жаратқан Ийени қандай адам менен салыстырады (1-аят)? [3]

Шопан не қылады? [4]

Бул құдирети күшли Қудай Өз халқының ғамхоршы қорғаушысы хәм жетекшиси! Қудай туұралы Ийшая айтқанындай: *Ол Өз сүриўин шопан киби бағады, Қозыларды қолына алып, Оларды көтерип, байырына басады, Емизийли қойларға ғамхорлық пенен жол көрсетеди* (Ийшая 40:11).

Бул сениң Қудай туұралы түсинигиңе салыстырғанда қандай айырмашылық бар? Қудай сеннен узақта хәм сен хәр бир қәтеге жол қойғаныңда, жазалаўға таяр турыпты, деп ойлайсаң ба? Ямаса сени ғамхорлық пенен қорғап, жетелейтуғын Қудай деп қарайсаң ба?

Ийса

Юхан 10:11–16-аятларды оқың.

Ийса «*Мен Жақсы Шопанман*» деп айтқанда, Ол Өзи ҳаққында нени нәзерде тутты? [5]

Бул аятлар Жақсы Шопанымыз Ийса туұралы және үш нәрсени айтады:

1. **Ол бизлердиң қутқарыўшымыз (10–11-аятлар).** Жақсы шопан урланған қойды қутқарыўы шәрт, солай етип, Ийса бизлерди шайтаннан қутқарыў ушын өмирин бағышлады.
2. **Ол хәр биримиз бенен ҳақыйқый қарым-қатнаста болыўды қәлейди (14-аят).** Жақсы шопан өз қойларын жақсы билетуғыны хәм қойлары да оны таныйтуғыны сыяқлы, Ийса да хәр биримизди жақсы биледи хәм бизлердиң де Оны жақыннан таныўымызды қәлейди.
3. **Ол бизлерди бирлестириўди қәлейди (16-аят).** Қойларға шопанының изине бирге ерип жүриў әҳмийетли болғанындай, Ийса бизлердиң бир жәмийет болып, Оның изинен биргеликте ерип жүриўимизди қәлейди. Ол қойларының басқа қойлардан айырылып, жалғыз өзи Оның изине ере аламан, деп ойлаўын қәлемейди.

Ийса *Жақсы Шопан* туұралы айтқанда, Өзи ҳаққында не айтып атырған еди? [6]

Жаратқан Ийе бизлердиң Шопанымыз екен, бизлер неге мүтәж боламыз (Забур 22:1)? [7]

Жаңа Келисимдеги Хош Хабар — Ийса бизлерге руўхый жарылқаўлардың хәммесин берди (кеширим, Қудай менен қатнастың тиклениўи, мәңги өмир, Мухаддес Руўхы, сүйиспеншилик, қуўаныш, тынышлық, ҳ.т.б.) (Әфеслер 1:3).

Базыда бизлер қәлеўлеримиз бенен мүтәжликлеримизди алжастырамыз. Бизлер үлкен үй, жақсы машина, күйеў/хаял, ул-қызлы болыўды, ҳ.т.б. қәлеймиз. Бизлер қоңсыларымыздан гөре жақсырақ көриниске ийе болыўды қәлеймиз, олардан да жақсырақ болыўды, бирақ олардан гөре жаман көриниске ийе болыўды қәлемеймиз!

Не болса да, Құдай мүтәжликлеримизди биледи — усы материаллық затлардың барлығы кириуи де мүмкин, кирмеуи де мүмкин. Гүлlep-жаснау бизлерди Жақсы Шопанға жақынлатпайды, ал узақластырады (**1 Тим. 6:9–10**).

Ийса материаллық мүтәжликлер тууралы кәуетерленбеуимиз кереклигин айтты. Ол бизлердин неге мүтәж екенимизди биледи хәм *Ең алды менен Құдайдың Патшалығын хәм Оның хақлығын излеңлер! Сонда булардың хәммеси сизлерге қосымша етип бериледи, деп айтады* (Мат 6:33). Ийса менен бирге болсак, бизлер хеш нәрсеге мүтәж болмаймыз!

Мен хеш нәрсеге мүтәж болмайман, деген нени аңлатады (1-аят)? [8]

Ол мени *қай жерге апарып, жатқызады* (2-аят)? [9]

Бул нени аңлатады? [10]

Құдай хәм Оның сөзи менен өзимиз хәм басқалар менен бирге өткерилген уақыт — бул бизлердин рууһый жасыл жайлауымыз болып табылады.

Ол мени қаяққа *жетелейди* (3-аят)? [11]

Терең хәм ағысы күшли суулар қойлардың суу ишиуи ушын кәуипли жер саналады. Олар аңсат ғана сууға ығып кетиуи мүмкин. Усы сыяқлы, Құдай, өзлеримиз хәм басқа адамлар тууралы жалған сөзлерди «қабыл етсек» жүдә кәуипли болатуғынын ескертеди. Бундай жалғанлар жүрегимиз хәм ой- пикиримизди басқалар хаққында пикирлеуимизди жаман тәрепке бурады.

Буған қарама-қарсы айтқанда, Ийса бизлерди тыныш ағын сууға алып барады. Тек ғана Ол бизлерге жанымыздың шөлин басатуғын өмир сууын бере алады (**Забур 42:2; Юхан 7:37–38**). Тек Ол ғана Құдай тууралы, өзлеримиз хәм басқа адамлар хаққында шынлықты бере алады.

Мениң жаным ушын буның нәтийжеси қандай (3-аят)? [12]

Ийса *жанымызды* жаңалағаны сыяқлы, бизлер де басқа адамлардың жанларын жаңалау қолымыздан келеди (Филимон 7-аят).

Бир уақытлары Жақсы Шопан мениң жанымды жаңалағанда, Ол не иследи (3-аят)? [13]

Мен хәр күни Құдайдың сөзин оқып, дууа етип, Ийса менен уақыт өткерер екенмен, Ол маған жолды таңлауда даналық береді, солай етип, мен хеш қашан надурис бағытқа қарай кетпеймен. Бизлердин мақсет қойған мәнзилимиз Жаңа Ерусалим болып, ол жерде Ийса менен мәңги бирге боламыз. Ол жерде Ийса бизлерди хәр қадемде жетелейди!

Бизлер Құдайдың жетелеуін қалай биле аламыз? [14]

Ол дурыс жолдан бизлерди не ушын жетелейди (3-аят)? [15]

Жақсы Шопанымыз бизлерди сүйіспеншилик хәм ийги ислер жолынан жетелер екен, адамлар Құдайға алғыслар айтады (**Матта 5:16**)!

4-аятта *қараңғылық яңлы сол ойпатлықтан өтиў* дәўири хаққында бизлерге не айтады? [16]

Бизлер ушын *қараңғылық ойпатлығы* қандай нәрселер болыўы мүмкин?

Ийса бул өмирде машқалаларға дус келетуғынымызды айтты (Юхан 16:33). Ол хәр тәреплеме азап шекти, солай етип, Ол бизлердин хәлсизликлеримизди түсинеди, бөлиседі (Евр. 4:15). Усылай етип, бизлер қашан болса да қыйыншылықларға дус келсек, Ийсаның бизлер нени басымыздан кеширип атырғанымызды түсинетуғынын, хәр бир қәдемде Оның бизлер менен бирге екенін хәм Ол бизлерди Өзине уқсатыў ушын хәр бир нәрсени қолланып атырғанын есте сақлаўымыз тийис (**Рим. 8:28–29**)!

Бизлер *қараңғылық ойпатлығынан* өтип атырған ўақтымызда, нени есте тутыўымыз керек? [17]

Ең әҳмийетли фраза

Еврей шығармасында поэманың ең әҳмийетли жери ортанғы бөлеги болады. 22-Забурдың ортанғы қатары: ***Сен мениң менен биргесең***. Пүткил әлемди жаратқан Құдай мениң менен бирге! Ийсаның изине ериўди шешкениң ушын, сен шаңарағыңнан хәм досларыңнан айырылған шығарсаң, бирақ Жақсы Шопан *Сени ҳеш қашан таслап кетпеймен, ҳеш қашан қалдырмайман* (Евр. 13:5) деп айтып атыр. Жаратқан Ийениң бизлер менен бирге болмаған бир күни де жоқ!

Шопанның *таяғы* басты жаратуғындай қатты болып, инсанлар хәм хайўанлар хұжим еткенде, ол усы таяғын қолланады. Оның *ҳасасы* илгек болып, қойды қәўип астынан илдирип, көтерип алады (сабақтың басындағы сүўретке қараң). Таяқ хәм ҳаса шопанның өз қойларын қутқарып, қорғаўы ушын керекли қуралы болып табылады. Усы сыяқлы, Ийса бизлердин алдымыздағы мәнзилге, яғный Жаңа Ерусалимге бараман дегенше Өз қойларын, яғный бизлерди толығы менен қорғап, аман алып жүреді.

Жақсы Шопанның таяғы менен ҳасасы Ийса туўралы не айтады? [18]

Қудай мен үшін қай жерде *дастурхан таярлап қойыпты* (v.5)? [19]

Шопанның душпанлары жабайы хайуанлар менен урылар болып табылады. Бизлердің хақыйқый душпанымыз шайтан. Ол көбинесе бизлердің өмиримизді қыйынластыру үшін адамларды хәм затларды қолланады, бірақ *бизлердің гүресимиз қан хәм еттен ибарат адам баласына қарсы емес* (Эфес. 6:12) екенін есте сақлауымыз тийис.

Жақсы Шопанымыз бизлерді тек ғана қорғап хәм азық пенен тәмийинлеп қоймастан, Ол бизлер менен бирге аўқатланып, байрамлауды қәлейди! Ол бизлердің қараңғылық ойпатлығынан өткеннен кейін ғана емес, ал соның ишинде болғанымызда да Өз дәргайы менен қасымызда болыуды қәлейди!

Бизлердің жағдайымызға қарамастан, Ийса бизлерді Өзи менен бирге «аўқатланыўға» мирәт етеди (Аян 3:20). Бизлер қаншелли үлкен машқалаларға дус келсек те, Ол бизлердің Онда қуўаныўымызды қәлейди. Павел қамақта отырып былай деп жазады: *Ийемиз бенен қатнаста болып, бәрқулла қуўаныңлар. Тәкирарлап айтаман: қуўаныңлар* (Филип. 4:4).

Жақсы Шопан мен үшін дастурхан таярлайды, деген пикирден бизлер нени үйренеміз? [20]

Жақсы Шопан мениң хұрметим үшін және еки не нәрсени ислейди (5-аят)? [21]

Қонақ жайда хұрметли қонақтың басына май жағылып, Оған хұрмет көрсетилген (Лука 7:46). Бизлерді масқаралап, бизлерге қарсы болғанлардың алдында Ийса бизлерге хұрмет көрсетеди (**Матта 5:10–12; 10:32**).

Көплеген мәдениетларда кесени толтырып қуйыу — үйдің ийесинің илажы болса сениң мүмкиншилигиңиз болғанынша көбирек болыуыңды қәлеп атырғанының белгиси. Егер үй ийелери кесеңизди және толтырса, олар сениң қонып қалғаныңды қәлегенин билдиреди. Бос кесе олардың сениң кетиуиңди қәлегенинің белгиси болады. Ийса бизлердің кесемизди қайта толтырады — Ол бизлердің Оның дәргайында үзликсиз қуўанышқа толыуымызды қәлейди!

Бизлердің Ийсаға исенгенимиз үшін адамлардың қандай қатнаста болыуына қарамастан, Ийса бизлерге Өзинің хұрметли мийманындай қатнаста болады! Бизлер ылайықлы болмасақ та, Ол усындай қатнаста болады!

Қудайға исенбейтуғынлар сени мазақ етсе, нени еслеуиң керек? [22]

Өмирим бойы нелер *изимнен жүреді* (6-аят)? [23]

Тек ғана Жақсы Шопан толығы менен жақсы хәм исенимли.

«Сүйиспеншилик» сөзи еврей тилинде *Хесед*. Ески Келисимде бул әхмийетли сөз. Бул Қудайдың келисим дүзген Өз халқына болған садық сүйиспеншилигин сүүретлейди (Шығыу 15:13; 20:6). Ол бизлер үшін ислеймен, деп айтқан екен, бизлер Оған хәмме нәрседе исене аламыз. Ол бизлерді Жаңа Ерусалимге аман алып барады, ол жерде Ийса менен мәңги бирге боламыз.

Мен қай жерде мәңгі жасайман (6-аят)? [24]

Ийеміздің ғйи — физикалық имарат емес, ал Ийсаның Өзи (Юхан 2:19–22)! Ийса бизлерди Өзинде *мәканлайымызға* шақырады. Анық усылай етип, елши Павел *Масийх Ийсада болған* исениўшилерди шақырады (Рим. 8:1).

Деген менен, егерде жүреклеримиз жарақатқа, қайғыға, кеширимсизликке ямаса жек көриўшиликке толып турса, онда бизлер *Ийса Масийхтың ишине* мәканлай алмаймыз. Солай етип, әтирапымыздағылар менен жақсы қарым-қатнасқа ийе болыўды үйрениўимиз ушын биринши қадем — бул Жақсы Шопанға өзлеримизди *дурыс жоллар менен алып жүрийине* хәм Өз хасасы менен сени надурыс жолдан қайтарыўына жол қойыў болып табылады! Усы курс усы жолында жәрдем берсин.

Усы Забур жырын үйрениўиң арқалы Қудай сени қалай шақырып атыр?

Жуаулар

- 1 – Бизлер Жақсы Шопанның изине ериуимиз керек.
- 2 – Дауыт.
- 3 – Шопан.
- 4 – Шопан қойларының жақсы азықланып атырғанын хәм ден саулығы жақсы екенин бақлап барады.
- 5 – Ол Өзи Қудай екенин айтып атырған еди хәм Ол бизлердің ғамхоршы қорғаушымыз хәм жетекшимиз.
- 6 – Ол бизлердің қутқарушымыз екенин айтып атыр, Ол хәр биримиз бенен тири хәм жақын қарым-қатнас қылыуды қәлейди хәм бизлерди басқа исениушилер менен бирлестириуды қәлейди.
- 7 – Хеш нәрсе!
- 8 – Ийса менен бирге хеш қандай мүтәжлик көрмеймиз.
- 9 – Жасыл жайлауларда.
- 10 – Жасыл жайлаулар — булар қәуипсиз жер болып, ол жерде дем аламыз хәм өзлеримизди азықландырамыз.
- 11 – *Тыныш ағын суй бойында.*
- 12 – *Жанымды қайта тиклейди.*
- 13 – *Ол мени туйры жолға жетеклер.*
- 14 – Бизлер Қудай менен хәр күни бирге уақыт өткерип, Оның сөзин оқып, дуа етсек, Ийса бизлерге жол көрсетеди.
- 15 – *Өз аты ушын.*
- 16 – *Қорқпайман қәуип-қәтерден; Сен мениң менен биргесең; Хасаң, шопанлық таяғың тынышлық берер маған.*
- 17 – Өмирдеги барлық қыйыншылық хәм машқалалар арқалы, Ийса бизлердің басымыздан кеширип атырғанларымызды түсинеди, Ол бизлердің хәр бир қәдемимизде бирге, Ол бизлерди Өзине уқсатуы ушын хәр бир нәрсени қолланады.
- 18 – Ийса бизлерди белгиленген мәнзилге — Жана Ерусалимге бараман дегенше, Өз қойларын, яғный бизлерди толығы менен қорғап алып жүреді.
- 19 – *Көз алдында душпанларымның.*
- 20 – Ол бизлерди Өз дәргайы менен шадлыққа толтырып, хәр күни бизлер менен бирге аұқатланыуды қәлейди.
- 21 – *Басыма май сүртип, Кесемди мениң толтырасаң.*
- 22 – Бизлер Ийсаға исенгенимиз ушын адамлар қандай қантаста болыуына қарамаста, Ол бизлерге хұрметли мийманындай етип қатнаста болады!
- 23 – *... жақсылық хәм сүйиспенишилик.*
- 24 – *... Жаратқан Ийениң рйи мәңги мәканым болар.*

2-Сабақ:

Тыңлау



Бұл сабақтың бір-биримізге болған сүйіспеншілік хәм құрмет-иззет болмағаны үшін, қарым-қатасымызды қалай бузып, ұйран қылатуғынымыз туғұралы болады. Бұл бір-биримізди тыңлау арқалы жақсы көринеди.

Сахналық көринис (Егер илажы болса, буған сабақтан алдын таярланың)

Еки адам сөйлесип атыр. Биринши адам екинши адамға өткен хәптедеги болған кишкене машқаласы хаққында айтып атыр. Екинши адам жақсы тыңламай, телефонындағы смс хатларды оқып, жууап жазып, биринши адамды критикалап атыр хәм кейин өзлери туғұралы сөйлесип баслады.

Талқылаң: Биринши адам қандай аўхалға түсиўи мүмкин, оның сезимлери қалай болды?

Сүйіспеншілик

Елши Юхан былай деди: *Сүйикли туғұсқанларым, бир-биримізди сүйейик! Өйткени сүйіспеншілик Қудайдан. Хәр бир сүйиўши адам Қудайдан туғылған хәм Қудайды биледи.8 Сүймейтуғын адам Қудайды билмейди. Себеби Қудай — сүйіспеншілик* (1 Юхан 4:7–8).

Бұл аятлар сүйіспеншіликтің қаяқтан келетуғыны туғұралы не дейди?

Сүйіспеншілиги жоқ адам туғұралы бұл аятлар не дейди?

Талқылаң: Егер басқаларды тыңлағымыз келмесе, онда кимди болса да сүйиў мүмкин бе?

Факт: Адамларды дыққат пенен тыңлау арқалы, мен оларды қаншалы сүйетуғынымды көрсете аламан.

Хүрмет-иззет

Сүйіспеншілікті көрсетуіңнің әхмийетлі жолы — бұл бір-біреуіңе құрмет-иззет көрсетуің. Бизлер құрмет етпейтуғын адамларды тыңламаймыз.

Тыңлау бойынша 1-тест

Бир-бириңизди туғысқанлық сүйіспеншілік пенен шын жүректен сүйиңлер. Бир-бириңизге өз ара құрмет көрсетуіңге тырысыңлар (Рим. 12:10).

Төмендегилерди қалай тыңлайсаң:

- ата-ананды?
- Қәйін ата хәм анаңызды?
- күйеуіңизди/хаялыңызды?
- балаларыңды?
- келиніңди?
- Үйінде жасайтуғын басқа адамды?
- Жәмәетіндегі жетекшілерди?
- Жәмәетіңе келгенлердің хәммесін (хәттеки минези жаман адамларды!)?

Сениң усы адамларға болған қатнасыңнан Қудайдың кеуіли тола ма?

Гүналарды тән алыу уақты



Гүнамыз жоқ десек, өз-өзимизди алдаған боламыз хәм бизлерде хәқыйқатлық болмайды. Егер гүналарымызды мойынласақ, садық хәм хәқ Қудай гүналарымызды кеширип, бизлерди хәр қандай жаманлықтан тазалайды! (1 Юхан 1:8–9).

Адамларға құрметсізлік еткен уақытларың ушын Қудайдан кеширим сораң. Оннан өмиріңдегі адамлар ушын жаңадан қадірлейтуғын жүрек бериуін сораң. Оннан сол адамларды жақсы тыңлаушы болыуың ушын сораң.

Тыңлау

Тыңлау темасы қаншалы әхмийетлі тема екенін түсиниу ушын, өткен өмиріңде болған қапагершілік ямаса жарақатланған уақытта, біреуің сени тыңлауына мүтәж болғаныңды ойлан. Сен сол уақыттары олар менен бөліспекші болғаныңда, олар немқурайды етип тыңлады хәм бұл сени алдыңғыдан да қыйнады. Хәзир бұл хәққыңда айтпа, бірақ сол уақытта өзинди қалай сезгенің туұралы ойлан. Сол туұралы хәзир қандай сезимдесең? Басыңнан кеширген сол ауыр жарақатлар бір-биримизди тыңлап үйрениуіңе не ушын мүтәж екенимизди көрсетеди. Бизлер басқа адамлардың ауыр жарақатлы кеширмелерін тыңлағанымызда, олардың жарақаты әдеуір жеңиллесип, көтере алатуғындай болады.

Елши Юхан бизлерге былай деди: *Перзентлерім, тек сөз ямаса тил менен емес, ал ис хәм хәқыйқатлық пенен сүйейик (1 Юхан 3:18).*

Есте сақлаң: Мен адамды дыққат пенен тыңлауым арқалы оны қаншелли сүйетуғынымды көрсетемен.

Қудайға алғыс болсын, себеби хәттеки бизлер ата-анамыздан ямаса өмирлик жолдасымыздан көп сүйиспеншилик көрмесек те, Мухаддес Руұх жүрегимизди Қудайдың сүйиспеншилиги менен толтырады! Ийсаның басқаларды сүйгениндей, бизлер де басқаларды сүйиўди үйрене аламыз!

Адамды қаншелли сүйетуғынымызды бизлер қалай көрсетемиз?

Сүйиспеншилик тести

Келиңлер, Мухаддес Китаптағы төмендеги еки аят туўралы ой жуўыртайық:

Қудайдың таңлап алған мухаддес хәм сүйикли адамлары сыпатында реҳимлилик, жақсылық, кишипейиллик, мүләйимлилик хәм сабырлылық пенен жасаңлар (Кол. 3:12).

Бирақ жоқарыдан түскен даналық бириншиден пәк, соңынан татыў, мүләйим, бойсыныўшы, мийрим-шәпәтке хәм жақсы жемислерге толы. Ол әдалатсыз хәм еки жүзли емес (Яқып 3:17).

Усы сөзлердің хәр бириниң мәнилери хәққында ойланып көрейик. Усылай ислеп, өзиң елде жақсылап үйренбекши болған хәр бир характеристиканың қасына белги қойың. Кейинирек Ийсадан жәрдем бериўин сорайсаң.

- ☐ **Жан ашырлық** — биреўдің машқаласы хәққында қайғырыўды билдиреди. Ийса алдына келген адамларға хәмме ўақытта жаны ашыды (Матта 9:36; 15:32).
- ☐ **Жақсылық** — ийгилик ис хәм ашық қол болыўды аңлатады, хәттеки, адамлар жақсылығына қайтармаса да (Лука 6:35).
- ☐ **Кишипейиллик** — өзінди басқалардан жақсы хәм басқалар сен қәлеген нәрсени қылыў керек, деп ойламаў кереклигин аңлатады. Буның орнына бизлер басқа адамларды тири Қудайдың қымбатлы балалары деп көриўимиз тийис хәм оларға хызмет етип, жарылқаўға таяр болыўымыз кереклигин аңлатады (Филиппилер 2:3).
- ☐ **Мөмин** — басқалардың сезимлерин есапқа алып, өзимизди ашыўшақ сезимлеримиздің басқарыўына жол қоймаўды аңлатады. Бизлердің уллы үлгимиз болған Ийса — мөмин хәм кишипейил болды (Матта 11:29).
- ☐ **Сабырлы** — ашыўдың қарама-қарсы мәниси болып, биреў ямаса бир нәрсе ашыўымызға тийсе, ғәзеplениўде, ашыўланыўда ақырын боламыз (Яқып 1:19).
- ☐ **Пәк** — гүнаға берилмей, мухаддес болыўды аңлатады (1 Юхан 3:3).
- ☐ **Татыў** — хеш қандай даўды хәм тартысты басламаўды аңлатады. Буның орнына, қолымыздан келгенинше бирликти алып келиўге урыныўымыз тийис. (Матта 5:9).
- ☐ **Итибар бериў** — басқалардың сезим кеширмелерине хұрмет пенен қатнаста болыўды аңлатады (Рим. 12:10). Бул сөзлер ямаса хәрекетлер биреўди қапа ямаса жек көринишли қылып қоймай ма?
- ☐ **Бойсыныў** — Ийса бизлерден не ислеўимизди қәлесе, соны орынлаў. Соның ушын, жоқарғы хұкиметке де тартыссыз бойсыныўды аңлатады. Әлбетте, бул Қудайдың буйрықларына қайшы келмесе. (Әфеслер 5:21–22; 6:1,5).
- ☐ **Мийрим-шәпәт** — Қудай бизлерге мийрим-шәпәт көрсеткениндей, бизлер де кешириўге таяр болыўымыз керек (Әфеслер. 2:4–5).

- ☐ **Жақсы жемис** — бұл Мухаддес Руұхтың өмиримизде ислеп атырғаны туұралы мағлыұмат болады (**Гал. 5:22–23**).
- ☐ **Теңдей көриұ** — хәммеге Масийхтағы қымбатлы туұысқанлардай етип қатнаста болыұ (**Яқып 2:1–5**).
- ☐ **Шын жүректен** — бұл дегени бизлер өтириктен ис-хәрекет етпеұимиз керек. Бизлердин ойымыз хәм исимиз сөзлеримизге туұры келиұи керек (**1 Петр 1:22**).

Белгилеп қойғанларыңызға қараңлар. **Қудай сизиң басқа адамларға болған қатнасыңыздан кеұли тола ма?**



Гүналарды тән алыұ уақты

Басқа адамлар менен жақсы қарым-қатнас қылмаған уақытларың ушын Қудайдан кеширим сораң. Қудайдан жүрегиңе салған басқа адамлардың хәммесине жарылқаұ болыұға қәлеұ болыұи ушын сораң. Оларды жақсы тыңлаұшы болыұиңа жәрдем бериұин сораң.

Тыңлаұшы 2-тест

Адамларды қаншелли дыққат пенен тыңласам, соншелли оларды қанша сүйетуғынымды көрсетемен.

Хәзир биреұ саған өзине әхмийетли болған мәселелер хаққында айтқанда, көбинесе сениң ислеитұғын ис-хәрекетлеринди белгилең:

Мынадай ис-хәрекетлер болыұи мүмкин

- ☐ тыңлаұ ушын қатты шаршағаныңды көрсетесең
- ☐ телефоныңа жуұап бересең хәм телефонда сөйлесип баслайсаң
- ☐ биреұ сөйлеп атырғанда, телефоныңа келген хабарды оқып отырасаң
- ☐ саған сөйлеп атырған адамнан жүзинди басқа жаққа бурасаң
- ☐ сен тез-тез уақытқа қарайсаң
- ☐ зериккениңди, шыдамсыз екениңди ямаса көзлериң менен жақпай турғанын көрсетесең
- ☐ жүзиң менен орынсыз деген белгини көрсетесең
- ☐ телефоннан сөйлесип атырғаныңызда, сен ұй жұмысын ямаса басқа жұмысыңды ислеұди даұам етесең.

Айтылыұи мүмкин болған сөзлер

- ☐ сен жүдә көп сораұ берип атырсаң
- ☐ сен адамды ақмақ ямаса жаманға шығаратуғындай бир нәрсе айтасаң («Сен қалай олай иследиң?» «Бұл сениң айыбың!»)
- ☐ сен олардың машқаласы әхмийетли емеслигин айтасаң
- ☐ олардың айтып атырған гәпин бөлип таслайсаң
- ☐ сен жүдә әпиұайи көринген мәсләхәт бересең
- ☐ сен олардың сөзин бөлип таслай бересең
- ☐ сен олардың не ойлайтуғынын айтасаң (мысалы: «Сен оннан гөре жақсырақпан деп ойлайсаң»)
- ☐ сен оларға не жүз беретұғынын айтасаң (мысалы: «Егер оларға буны айтсаң, сен жұмысыңнан айырыласаң.»)
- ☐ теманы өзгертип жибересең

- ☐ сен өзің хаққында айтып баслайсаң
- ☐ адамлар кеўлиндегин бөлісіп атырғанда, сен олардан қосымша аўқат ямаса чай кәлейтуғынын сорайсаң.

Сен ислеуің мүмкін болған басқа нәрселер

- ☐ сен көп сөйлейсең (Хкм. 10:19)
- ☐ өсек айтасаң (Хкм. 11:13)
- ☐ сен тартысыўға, жәнжелге асығасаң (Хкм. 26:21)
- ☐ сен жүдә тез сөйлеп, ашыўланып қаласаң (Яқып 1:19–20)
- ☐ сен хәмме ўақытта өз пикиринди айтасаң (Хкм. 18:2)
- ☐ айтып атырған адам машқаланы ақырына дейин айтып болмай атырып, сен жуўап бересен (Хкм. 18:13)
- ☐ Өз сөзлериңди байқамай сөйлейсең (Яқып 1:26; 3:5)
- ☐ биреў сениң кеўлиңе тийсе я қапа қылса, ашыўланасан
- ☐ олар сеннен жасы киши болғаны ушын ямаса жәмәәтте жаңадан келгени ушын ямаса шаңарағыңда жаңадан болғаны ушын, оларға хұрмет көрсетпейсең.

Сен және қандай мысаллар айта аласаң?

Белгилегенлериңизге қараң. **Сениң басқа адамларға болған қатнасыңызға Қудайдың кеўли тола ма?**



Гүналарды тән алыў ўақты

Хәр биримиздин кемшилигимиз бар. Бирақ келиңлер, Қудайдан жақсы тыңлаўшы болыўды сорайық, солай етип, бизлер бир-биримизге сүйиспеншиликти жақсы көрсете алайық.

Жуп болып ислеў ушын шынығыў

- Биреўиңиз хәзирдин өзинде өз қыйыншылығыңыз туўралы айтасыз. Екиншиңиз дыққат пенен тыңлап, айтып атырған адам ушын дуўа етиўиңиз керек.
- Кейин екинши адам да бөліседі хәм биринши адам оны дыққат пенен тыңлап, оған дуўа етеди.

3-Сабақ:

Эмоцияларды түсиниү



Кейинги сабағымызда бизлерди жақсы тыңлаудан тоқтатып таслайтуғын бир неше нәрселер ҳаққында сөйлестик. Бул сабақта бизлер адамларды қалайынша тыңлап, олар ушын қалай жарылқаў хәм жигерлендириўши бола алатуғынымызды үйренемиз.

Жүреклеримизге шыпа Бериўши

Баслаў ушын, келиңлер, жарақатланған жүреклеримизге Ийса беретуғын шыпа туўралы ой жуўыртайық.

Ески Келисимде пайғамбар Ийшая Масийх келгенде, Ол не қылатуғыны ҳаққында айтты. Ийса бул пайғамбаршылық Өзи туўралы екенин айтты (Лука 4:16–19). Бул — ҳәзирги ўақытта Ийса бизлерде хәм бизлер арқалы ислейди!

Ийшая 61:1–3-аятларды оқың.

Масийх не қылмақшы еди? Усы аятларда қанша нәрселерди табатуғыныңды көрип шық.

Келиңлер, хәр бир фраза нени аңлататуғыны туўралы ойланайық:

- **ол мени жарлыларға хош хабар жәриялаў ушын майлады** (1-аят)
Бизлер физикалық жарлы, руўхый жарлы ямаса еки тәреплеме де жарлы болыўымыз мүмкин. Бизлер Ийсаға барлық гүналарымыз, табыссызлығымыз хәм машқалаларымыз бенен келсек, Онда бизлер ушын хош хабар бар!
- **мени жаралы жүреклерди емлейге** (1-аят)
Жақсы хирург жарақатты жақсылап тигип шығады хәм кейин сол орын билинбей қалады. Егер аўыр жараларымызға итибар берип, емлетпесек, онда буның ақыбети жүдә жаман болады. Машқалалар себепли жүреклеримиз жарақатланыўы мүмкин хәм бизлер усы тәризде өмирде жасаўды даўам етемиз, бирақ бул жарақат эмоциялық кемшиликке, аўырыўға алып келеди. Ийса жараларымыз хәм жарақатларымызды Оған тапсырыўымызды қәлейди, солай етип, Ол бизлерди қайтадан тиклейди. Көп адамлар жарақатларын қайтадан байлатыўға мүтәж болады!

- **тутқынлардың азатлыққа, Қамақтағылардың еркінлікке шығатуғынын** (1-аят)
Көп адамлар өз гүналары, ғәзеп хәм қайғысы себепли тутқында жасап атыр. Ийса бизлерди азат етиў ушын келди (**Юхан 8:36**)!
- **Қудайымыздың өш алатуғын күнин...** (2-аят)
Бизлер өзлеримизге жарақат тийгизген адамларды хүким етиўди тоқтатыўымыз керек. Ийса қайтып келгенде, әдиллик күни болады. Бирақ егерде ашшы қайғыланып, өш алыўды қәлеп жүрсек, Ийса бизлерге шыпа бере алмайды (**Рим. 12:19**).
- **барлық қайғыға батқанларға жубаныш бериўге, Сионда қайғы басқанларға ғамхорлық қылыўға** (2–3-аят)
Бизлерди қапа қылатуғын көп нәрселер бар. Ийсаның Қудай Әке сыяқлы жан ашырлыққа хәм жубанышқа толы екенин хеш қашан умытпаўымыз тийис, хәттеки Оған садықсызлық қылсақ та (**Матта 11:29; 2 Кор. 1:3**).
- **күл орнына сәнли таж, ...бериўге** (3-аят)
Басқа күл шашыў қайғы шегиўдин белгиси еди. Бирақ Ийса бизлердеги «күл»ди, яғный шермендемизди алып таслаўды хәм хұрметке сазыўарлы етип сулыў «таж»ға айландырыўды қәлейди (**Евр. 12:11; 1 Петр 1:6–7**).
- **қайғы орнына шадлық майын,** (3-аят)
Ийса бизлердин қайғымызды шадлыққа айландырады (**Заб. 17:29; Юхан 15:11**)!
- **ғамлы руўх орнына алғыс тонын бериўге жиберди** (3-аят)
Қудай ғамлы руўхымызды алғыс айтыўға толтырады (**Евр 13:15; Заб. 138:12**)!
- **Олар Жаратқан Ийениң даңқын көрсетий ушын егилген, Әдиллик теребинфлери деп аталады** (3-аят)
Бул жерде Қудай не ушын булардың хәммесин қылыўды қәлеп атырғанының себебин көремиз. Ол бизлердин Оның гүўасы болыўымызды қәлейди, солай етип, адамлар Қудайдың қандай әжайып екенин көре алады! Теребинф тереклери соншелли беккем терек болып, күшли даўылларда да қуламайды. Сизлер оны жүдә узақ жақтан көре аласыз, себеби ол жүдә бәлент, узын болады. Бизлер қаншелли Қудайдың сөзин оқып, ләззетленип, Оған жүрегимизди өзгертиўине жол қойсақ, соншелли бизлер беккем турамыз хәм өмиримизге қыйыншылық келгенде, басқа адамларға үлги боламыз. Сонда Қудай даңққа бөленеди хәм көп адамлар Оны билиўди қәлеп баслайды!

Ийса Өз халқына бергиси келген усы жарылқаўларды бериў ушын қурал етип кимди қолланғысы келеди? [1]

Аўа, Ийса буның барлығында бизлерди қолланғысы келеди! Бизлер Оның денесимиз (Кол. 1:24). Ол бизлер арқалы ислеў ушын таңлады (**2 Кор. 1:3–4**).

Бул сабақта этирапымыздағы адамлар машқалаларға дус келгенде, Ийса бизлерди оларды жигерлендириўши етип қолланыўына қалай жол қоятуғынымыз туўралы ой жуўыртамыз.

Тынышлық

Ийшая 9:6 — аятта Масийх *парахатшылық Көсеми* деп аталған. Парахатшылық, яғный тынышлық Мухаддес Китапта жүдә әхмийетли сөз (бул 400 реттен көбирек жазылған).

Тынышлық сөзінің еврейшесін билесіз бе? [2]

Мухаддес Китапта парахатшылық, тынышлық деген сөз — жүректің, ой-ақылдың хәм жанның жақсы болыуы, тыныш болыуы. Бул тынышлық тек ғана бизлер Қудай менен хәм бир-бириміз бенен бірлесип жасаған уақытта келеді. **Юхан 14:27, Эфес 4:3 хәм Филип. 4:6–7.**

Көпшилигиміз шаңарағымыз, ақша, келешек х.т.б. туұралы тәшиуишленеміз. Бизлерге хәммесинен бетер ең кереклиси тынышлық болып, буны тек ғана Қудай бере алады. Және де, Қудай хәр биримізде тынышлықты өсириу үшін бизлерди қолланғысы келеді.

Жақсы эмоцияны тынышлығымызға қосамыз. Негатив, яғный жаман эмоцияны тынышлығымыздан алып таслансын.

Курс дауаында бизлер көп эмоцияларды басымыздан кеширеміз. [3]



1) Кейинги хәптеде қандай позитив, жақсы эмоцияны басыңыздан кеширдіңіз?



2) Кейинги хәптеде қандай жаман эмоцияны басыңыздан кеширдіңіз?

3 жууапқа қараң хәм сен қайсы эмоцияны атамағаныңызды көрің.



Биреуіге қууанышлы эмоциясын бизлер менен бөлисиуіне жол қойсақ, бул олардың қууанышын хәм тынышлығын күшейтеді. Биреуіге қайғылы эмоциясын бөлисиуіне жол қойсақ, бул оның қайғысын көбірек жеңиллетеді — олардың тынышлығы әдеуір тикленеді.

Сен басқалардың тынышлығын өсириуіге жәрдем беретуғын адамсаң ба?

Сен басқа адамлар өзлеринің ишки сезимлери менен исенип бөлисе алатуғын адамсаң ба, сени олар туұралы мыш-мыш айтпайтуғын адам деп биле ме?



Егерде сенде қайғылы эмоция болса, не қылған болар едиң? Буларды жасырған болар ма едиң? Бизлер жаман сезимлеримізди өзимізге ямаса басқаның алдында тән алмасақ, онда басқа адамларға тез ашыуланып қалыу ауҳалы келип шығады. Бул олардың тынышлығын жоқ қылып, олар менен болған қарым-қатнасымызды бузады — мысалы, олар хеш қандай қәте ис қылмаса да, бизлер оларға бақырамыз!

Келиңлер, бизлер басқа адамларға тынышлықта, яғный шаломда өсиуіне қалай жәрдем бере алатуғынымыз туұралы ойланып көрейик. Биринши үлкен жол — бул бизлер оларды жақсы тыңлап билиуиміз тийис. Бир адам жарақат алған болса, оларға жәрдем бериуінің ең жақсы жолы **жақсы тыңлау** хәм жақсы тыңлап болғаннан соң, **оларды Ийсаға алып келиу**.

Кейин, бизлерде қайғылы эмоциямыз болған уақытта, бизлерде олар менен бөлисе алатуғындай исенимлі достымыз болады хәм оларға жарақат етпестен бөлисеміз. Хәттеки, егерде бизде сондай дос болмаса, бизлерде Ийса бар, Ол хәмме уақытта сабырлы хәм бизлерди тыңлауға хәмме уақытта таяр (**Матта 11:28**).

Жақсы тыңлау — адамларға өз эмоцияларын басқарыуда қалай жәрдем береді? [4]

Басқа адамларды қалайынша жақсы тыңлай аламыз? [5]

Сахналық көринис (Егер илажы болса, бұған сабақтан алдын таярланың)

Еки адам: биринши адам өткен хәптеде оларда болған кишкене машқала тууралы екинши адамға айтып береді. Екинши адам 5-жууапта көрсетилгендей етип, оны жақсылап тыңлайды.

Талқылаң:

Биринши адам өзін қалай сезді?

Екинши адам биринши адамға жәрдем бериу үшін не иследи?

Бизлер жақсы тыңлауымыз үшін басқа қандай нәрселерди ислеі аламыз?

Онда илажы барынша көп пикирлерди жазың. Өз жууапларыңызды 5-жууаптағы дизим менен салыстырып көрің.

Ийсаның үлгиси бойынша жүриң

Юхан 4:1–29 оқың.

Ийса Самариялы хаял менен қудықтың қасында көрисип қалғанда, бизлерге жақсы тыңлау бойынша үлги көрсетти.

Самариялы хаялға жәрдем бериу үшін, Ийса не қылды? [6]



Мүмкін болғанынша бір неше вариантты ойлаған уақытыңызда, оның тағы не іслегенін билиу үшін өз жууапларыңызды 6-жууап пенен салыстырып көрің.

Ол усы хаял менен сәубетлесиуі нәтийжесинде, хаял өмирин Ийсаның қалай өзгерткенін көп адамларға айтып берди!

Егер адамларды Ийсаға алып келиуді қаласақ, бизлер бір неше нәрсені іслеуіміз тийіс. Жақсырақ орынлауды қалеген пунктлердің қасына белгі қойың:

- ☐ **Басқа адам сәубет уақытында өзін қолайлы отырғанына ісенімиңіз кәміл болсын.** Олар менен өз-ара сөйлесіуге орын табыуың керек пе?
- ☐ **Басқа адам туұралы хәр қандай негатив сезімлерді жеңіп өт.** Олар менен хұрметін орнына қойып сөйлесе алатуғынына ісенімлі болың — егер ондай болмаса, биреуден оларға жәрдем беріуін сораң. Сен Ийенің алдында өз сезімлерің үшін тәубе ет.
- ☐ Жағдай **фактлерін түсін.** Не жүз берди? Өзіңе айтылмаған нәрселерді ойламаң.
- ☐ **Олардың сезімлерін тыңлаң хәм дыққат аударың.** Бул оларға қандай тәсір етті?
- ☐ Олардан қандай да **тәубе ететуғын** гүна бар я жоғын сораң (Яқып 5:16) бірақ оларды **хүкім етпе** (Матта 7:1–2)
- ☐ **мәсләхәт беріуге жүдә асықпаң**
 - мысалы, сен былай сорауың мүмкін: «усы жағдайды елде жаманластырған сениң және бир іслеген ісиң бар ма?» ямаса «Усы және қайталанбауы үшін қандай хәрәкет етиуің мүмкін?»
 - егерде қандай да мәсләхәтиң болса, буны бермесіңнен алдын олар сеннен мәсләхәт алыуды мақұл көре ме ямаса көрмей ме, сора. Егер олар аўа, деп айтса, сол уақытта ғана өз мәсләхәтиңді берсең болады.
 - Оларға қандай да бир гүнаны **кишипейллик пенен** көрсетің, тек ғана егер олар бұған тәубе етпесе (Бизлер Жаңа Келісімдегі гүналар туұралы айтып атырмыз) Бірақ олардың гүналарын әшқара етиуге асықпа — **Матта 7:3–7 — есте тутьң!**
- ☐ **оларды Ийсаға алып келиң!** Ийсаның бизлерді кеширетуғыны, жүрегимізге шыпа беретуғыны хәм бизлерге тынышлық беретуғыны туұралы жақсы хабарды айтың. Бизлер келешекте Ийса менен аспанда бирге болатуғынымыз хаққындағы келешек туұралы айтып берің.
- ☐ олар менен бирге **дуўа етиң.**

Дуўа етиу

Базыда бизлер жәрдем бере алатуғын жағдайлар болады хәм базыда жәрдем бере алмаймыз. Бірақ бизлер менен өз қыйыншылығын бөліскен адамға хәмме уақытта **дуўа етиуіміз** тийіс. Биреудің машқалаларын шешиу бизлердің уазыйпамызға кирмейди, бірақ олардың барлық машқалаларын шеше алатуғынның алдына алып барыуымыз керек — оларға Ийсаның кимлигин еслетіп өтиң!

Жуп болып іслейтуғын шынығыу

- Биринши адам хәзір қыйын деп билген бір нәрсе хаққында айтады. Екинши адам дыққат пенен тыңлауы тийіс, биринши адамның сезімлерін тән алың хәм кейін биринши адам үшін дуўа етиң.
- Кейін жоқарыдағы қәдемді рөллерді алмасып қайталаң.
- Тамамлағаннан соң, бул қыйын жағдайыңыз хаққындағы сезімлеріңіздің қалайынша өзгергенін талқылаң.

Шақырық

Усы хәптеде ушырасыўға келмеген бир адамға қоңыраў етип, аўхалларын сораң. Жақсылап тыңлаң, олардың эмоцияларына дыққат аўдарың хәм кейин оларды Ийсаға алып келиң.

Жуўаплар

- 1 – Бизлерге!
- 2 – *Шалом, сәлем.*
- 3 – 1) бахыт, толқынланыў, қуўаныш, жигерлениў
2) қәўетер, алжасыў, кеўилсизлениў, ашыўланыў, түршигиў, қапа болыў, үмитсизлик, қорқыў, шокқа түсиў, ғәзеп.
- 4 – *(Шалом)* бул олардың тынышлығын көбейтеди.
- 5 – Биреў саған өзиниң жүрегіндегилерди бөлисип атырғанда, ол ушын қайғырып, жанашыр болың. Биреў сениң менен әхмийетли бир нәрсе туўралы сөйлесиўди қәлесе, телефон қоңыраўы ямаса бир достың саған келип сәўбетиңизди бөлиўден аўлақ болың, мысалы, сөйлесиў ушын паркке барың.
Оларға қәлегенинше сөзин даўам етиўине жол қойың, теманы өзгертпең.
Сол адамға өз қызығыўшылығыңды сөзсиз өз хәрекетиң менен билдир. Бизлер 2-сабақта өткенимиздей — олардан нәзеринди үзбе, тыныш отыр, барлық жумысларыңды бир шетке қой хәм дыққат қойып тыңла, ҳ.т.б.
Олардың өмир тәжирийбесинде көрген басына кеширген сезимлерин тыңлаң хәм оларды тән алың (мысалы: ол айтып бергенлерди еситкенлериң туўралы не ойлайсаң, деп айт хәм олардың басынан кеширгенлерин дурыс түсингениңди анықлаў ушын олардан тастыйықлаўын сораң).
Сол адам егер саған рухсат бермесе, оның айтып бергенлерин ҳеш кимге айтпаўға исенимли бол. Басқа адамға дуўа етиўди усын.
- 6 – Ийса ҳаялдың тек өзи менен сөйлести, басқа адамлардың алдында емес.
Ол сол ҳаялды самариялы болғаны ушын жаман көрмеді; оның орнына Ол ҳаялдан жәрдем бериўин сорап, хұрмет көрсетти.
Ийса илтимасын орынламағаны ушын сол ҳаялға қапа болмады, оның орнына Ол оған Өзине силтеме берип, өмир булағы екенин айтты.
Ол ҳаялға өз жағдайы туўралы көбирек айтыўын усынды хәм гүнасын тән алыўын айтты.
Ийса ҳаялды хұким етпеди, Ол әпиўайы ғана фактлерди айтып өтті.
Ийса ҳаялды кеширим, жаңа өмир хәм Қудай менен тынышлық беретугыңға қарай жетеледи.

4-Сабақ:

Әшкаралап туұрылау



Бұл жерде ким хеш қашан гүна қылмаған? Өткен хәптеде ким гүна қылмады? Бүгин ким гүна қылмады?

Бизиң машқаламыз сонда, өзимиздің гүналарымызды көриўге жүдә қыйналамыз. Еремия пайғамбар: *«Адам жүреги хәмме нәрседен де хийлекер, Хасла дүзелмейди, Оған ким түсине алады?»* — дейди (Еремия 17:9)

Мухаддес Руўхтың айрықша ўазыйпасы бар: бул — хәр биримизди Ийсаға көбирек уқсатыў. Биз хәр күни Қудайдың сөзин оқығанымызда, Мухаддес Руўх бизге **нелерди** өзгертиўимиз кереклигин көрсетеди; ол және өзгериўимизге жәрдем береді. Бирақ бизлер гейде гүң болып қаламыз! Ал гейде соқыр боламыз! Гейде бизлер Мухаддес Китапта адамлардың гүнасы хаққында айтқанда, бул бизлерге тийисли емес, деп ойлаймыз. Ал гейде, Ийса бизлердің гүналарымызды көрсетиўде басқалардан пайдаланады.

Неге биз басқаларды әшкаралауымыз керек

Адасқан қой хаққында тымсалды ким айтып бере алады (Лука 15:1–7)?

Бул тымсал бизге нени үйретеди? [1]

Елши Яқып былай деп жазған: *«Туўысқанларым! Араңызда бир адам хақыйқат жолынан адасса, бириңиз оны хақыйқатқа қайтарса, билсин, бир гүнакарды надурис жолдан қайтарған адам бир жанды өлимнен қутқарған хәм көп гүналарды жуўған болады»* (Яқып 5:19–20).

Биреў бир гүнакарды надурис жолдан қайтарса не жүз береді? [2]

Бизлер бир-биримизди жолдан азғырылыудан сақлау үшін жәрдемлесеміз. Буны қалай іслеу кереклигі хақында қандай пикирлеріңіз бар? [3]

Мүмкін болған көплеген пикирлерді ойлап тапқаныңызда, басқа да идеялар үшін 3-жууапқа қарап шығың.

Қарама-қарсы жыныстағы адамлар менен дурыс қарым-қатнас жасаудың әхмийети үлкен. Жәмәәтиңизде әдепсізлік бар деген пикирлердің пайда болыуына жол қоймаң.

Биреудің Ийса менен қарым-қатнасы қалай болып атырғанын билиу үшін, қандай сораулар бериуіңіз мүмкін? [4]

Егер биреудің гүна іслеп атырғанын ямаса гүна іслеу қәуіпі бар екенін сезсеңіз, не іслеуіңіз керек? [5]

Басқаларды қалай әшкаралау кереклигі тууралы

Ийса былай деди: «Сен неге тууысқаныңның көзіндегі шөпті көріп туып, өз көзіңдегі қаданы сезбейсең? Өз көзіңде қада бола тура, қалай: «Қәне, көзіңдегі шөпті алып таслайын», — деп тууысқаныңа айтасаң? Хәй, екі жүзлі! Дәслеп өз көзіңдегі қаданы алып тасла, сонда анық көріп, тууысқаныңның көзіндегі шөпті алып таслай аласаң» (Матта 7:3–5).

Басқа биреудің қәте іслеп атырғанын айтпастан бұрын не іслеуіміз керек? [6]

Бизлер **хәммеміз** гүнакар екенімізді есте тутың, солай етип, егер бизлер **кишипейил** болсақ, басқалардың тек ғана гүнасы тууралы айтып қойыуымыз керек! Кишипейил адамлар өзлерінің хәлсізлігін хәм гүнасын биледи. Менмен адамлар өз хәлсізлігін хәм гүнасын тән алмайды, ал тек ғана басқа адамлардың хәлсізліклерін хәм гүналарын көреді.

Елши Павел: «Тууысқанлар! Егер биреудің гүна іслегені мәлім болып қалса, Мухаддес Руйхқа бойсынып жасап атырған сизлер бундай адамды мрләйимлик пенен тууыры жолға салыңлар. Сизлер де азғырылмауыңыз үшін өзлериңізге сақ болыңлар», — деди (Гал. 6:1).

Биреуге гүнадан қайтыуға жәрдем бергенде, қандай екі нәрсені есте тутыуымыз керек? [7]

Сәўбетлесий — ҳаял-қызлар ушын (Егер илажы болса, буған сабақтан алдын таярланың)

Мына сәўбетлесийди тыңлаң. Гуля Аинаға қалай жәрдем берди?

Гуля: Қалайсаң?

Аина: *Жаман емес.*

Гуля: Ҳаммеси жақсы ма?

Аина: *Онша емес.*

Гуля: Бул хәпте даўамында Ийса саған нелерди үйретти?

Аина: *Ҳеш нәрсе.*

Гуля: Сен хәр күни Мухаддес Китап оқып атырсаң ба?

Аина: *Яқ, мен дым бәнтпен.*

Гуля: Ҳәзирги ўақытта Ийса менен жақын қатнаста болып атырсаң ба?

Аина: *Онша емес.*

Гуля: Ийсаға унамайтуғын қандай да бир нәрсе ислеп атырсаң ба?

Аина: *Мүмкин.*

Гуля: Бул не екенин маған айта аласаң ба?

Аина: *Яқ, ҳеш кимге айта алмайман.*

Гуля: Ҳеш кимге айтпағаныңша, сол гүнаның қулы болып қаласаң. Биреўге гүнанды айтсаң, сол гүнаның күши әдеўир азаятуғынын билесең бе? Қылып атырған исиң нызамға қарсы болмаған жағдайда, маған айтқанларыңды ҳеш кимге билдирмеймен, деп сөз беремен. Шынында да, мен саған усы гүнадан қутылыўыңа жәрдем бергим келеди. Маған айтыўға таярсаң ба?

Аина: *Яқ ҳеш кимге айта алмайман. Еситсең, таң қаласаң.*

Гуля: Яқшы, мениң де минсиз емес екенимди билесең. Көп қәтеге жол қойдым. Бүгин мен ким болған болсам, бул тек ғана Қудайдың мийрим-шәпәәтиниң арқасында болды. Мен сени жақсы көремен хәм саған жәрдем бергим келеди, себеби шайтан сени Ийсадан узақластырып атырғанын көрип турман. Егер сен маған не қылып атырғаныңды айтсаң, мен ҳеш кимге айтпайман, деп сөз беремен.

Аина: *Яқшы, мен саған айтыўым мүмкин... Баслығым мениң оның сүйиклиси болыўымды қәлейди.*

Гуля: Маған айтып атырғаның ушын рахмет. Бул мәртлик.

Аина: *Ҳеш кимге айтпайман, деп ўәде бересең бе?*

Гуля: Аўа саған ўәде беремен. Бул ҳаққында не ислеўиң кереклиги туўралы ойлап көрдиң бе?

Аина: *Мен тәўбе етийим керек.*

Гуля: Аўа! Және не ислеўиң керек?

Аина: *Мен басқа жұмыс тайып, оның менен ўақыт өткерийди тоқтатыўым керек.*

Гуля: Бул әжайып болады! Егер қалесен, келеси хәптеде сениң менен байланысып, бул мәселе бойынша не ислеп атырғаныңды билиў ушын хабар алыўым мүмкин.

Аина: *Айа, өтинемен!*

Гуля: Ийсадан кеширим сораўға таярсаң ба? Хәзир дуға етиўди қәлейсең бе?

Аина: *Мақул. Қадирдан Қудай Әке, мени кешир, баслығымнан қутылыўыма хәм тез арада басқа жұмыс табыўыма жәрдем бер, илтимас. Аўмийин.*

Гуля: Аўмийин. Бул әжайып — Ийса сени кеширди! Ол саған жаңа жұмыс табыўыңа жәрдем берсин. Енди Ийса менен жаңаланған қарым-қатнасыңыздың рәхәтин көре аласаң! Сен ушын дуға етсем бола ма?

Аина: *Әлбетте.*

Аина Гуляға не ислегенин айтыўға қалай батырлық тапты? [8]

Гуля оған нени ўәде етти? [9]

Сәўбетлесий — ерлер ушын (Егер илажы болса, буған сабақтан алдын таярланың)

Мына сәўбетлесийди тыңлаң. Рахим Сердарға қалай жәрдем берди?

Рахим: Қалайсаң?

Сердар: *Жақсы.*

Рахим: Хәммеси жақсы ма?

Сердар: *Болады...*

Рахим: Усы хәптеде Ийса саған нелерди үйретти?

Сердар: *Хеш нәрсе.*

Рахим: Хәр күни Мухаддес Китапты оқып атырсаң ба?

Сердар: *Яқ, мен дым бәнт болдым.*

Рахим: Хәзирги ўақытлары Ийса менен жақын мүнәсибеттемен деп айта аласаң ба?

Сердар: *Яқ, олай емес.*

Рахим: Сени Ийсадан узақластырып атырған бир нәрсе бар ма?

Сердар: *Бәлким.*

Рахим: Буның не екенин айта аласаң ба?

Сердар: *Яқ, хеш кимге айта алмайман.*

Рахим: Хеш кимге айтпасаң, сол гүнаның қулы болып қаласаң. Биреуіге гүнанды айтқанда, сол гүнаның күші әдеуір азаятуғынын билесең бе? Егерде қылып атырған ислериң нызамға қарсы жынаят болмаса, маған айтқанларыңды хеш кимге билдирмеймен, деп сөз беремен. Бірақ, мен саған усы гүнаны жеңиуіңе жәрдем бергим келеди. Маған айтыуға таярсаң ба?

Сердар: *Яқ, хеш кимге айта алмайман. Мен жүдә уяламан.*

Рахим: Яқшы, мениң де минсиз емес екенімди билесең. Мен де көп қәтелер жибердим. Тек Қудайдың мийрими менен бүгінге шекем усы дәрежеге келдим. Саған жәрдем бергим келеди, себеби шайтан сени Ийсадан узақластырып атырғанын көріп турман. Егер маған не ислеп атырғаныңды айтсаң, хеш кимге айтпайман деп сөз беремен.

Сердар: *Яқшы, мен телефонымнан порнография көріп атырған едим.*

Рахим: Маған айтқаның ушын рахмет. Бул батырлық болды.

Сердар: *Хеш кимге айтпайға ўәде бересең бе?*

Рахим: Аўа, мен саған ўәде бердим. Бул хаққында не ислеўим керек деп ойлайсаң?

Сердар: *Тәўбе етийим керек.*

Рахим: Тағы не ислеўиң керек?

Сердар: *Телефонымдағы барлық сондай сўўретлерди өширип таслаўым керек.*

Рахим: Дурыс! Және де сондай сўўретлерди излеўге қызыққаныңызда, Мухаддес Китапты оқыўды басла. Егер қәлесең, келеси хәптеде буны қалай орынлап атырғаныңды тексерип көремен.

Сердар: *Аўа, рахмет!*

Рахим: Ийсадан кеширим сораўға таярсаң ба? Хәзир дуўа етийди қәлейсең бе?

Сердар: *Аўа. Қудай Әке, өтинемен, мени кешир, порнография көрийди тоқтатыўыма хәм оның орнына Мухаддес Китапты оқыўыма жәрдем бер. Аўмийин.*

Рахим: Аўмийин! Бул әжайып, Ийса сени кеширди! Ол саған Өзине жақын қылыў ушын жәрдем берсин. Енди сен Ийса менен жаңаланған қатнасыңнан қуўансаң болады! Сениң ушын дуўа етсем бола ма?

Сердар: *Әлбетте.*

Сердар Рахимге өзиниң ислеген иси хаққында айтыўға не ушын батыллық таба алды? [10]

Рахим оған не деп ўәде берди? [11]

Хәр бир сәубеттиң нәтийжеси қандай болды? [12]

Егер Сердар/Айна бул сәубетти жүргизбегенде қандай жағдай жүз берер еди? [13]

Рахим/Гуля Галатиялылар 6:1-аятын қалай орынлады? [14]

Тайғанақ қыялық

Көпшилик адамлар бірден үлкен гүна ислемейди. Дәслеп надурьс бағдарға кишкене бир қәдем таслайды, кейин басқасын, кейин басқасын. Бул тайғанақ қыялыққа түскендей бир нәрсе. Төменге түскен сайын қайтып жоқарьға шығыў қыйынласады.

Егер биз биреўден Ийсадан узақластыратуғын бир нәрсени көрсек, ол төменге түсиўден алдын сол адам менен сөйлесиўимиз керек. Хәдден тыс узақласыўдан бурын бир-биримизге жәрдем бериўимиз тийис.



Қудай бизлерди туўысқанлар жәмәәтине қосты. Бизиң ўазыйпамыз — бир-биримизди сүйиў хәм қоллап-қуўатлаў. Бир-биримизге беккем турыўымыз хәм исенимде өсиўимиз ушын зәрүрмиз. Сонда Қудай бизлерди этирапымыздағыларға нур болыўымыз ушын қолланыўы мүмкин. Бизлер бир-биримизди сындырыўымыз керек емес. Буның орнына бир-биримизге беккем турыўға жәрдем бериўимиз тийис (Эфес. 6:14).

Егер биреў анық гүна ислеп атырған болса, онда бизлер сол адамға жәрдем бериўимиз керек. Егер биз оларды жақсы билсек, олардың өзлери менен тиккелей сөйлесе аламыз.

Егер ол адам өзиңе жақын қатнастағы адам болмаса ямаса ол сизден жасы үлкен адам болса, машқала туўралы басқа тәрәптен сөйлесиўимиз мүмкин.

Буны қалай ислеі аласыз? [15]

Мүмкин болғанынша көп усылларды ойлап тапқаннан кейин, көбирек пикирлер ушын 15-сораўдың жуўабына қараң.

Елши Павел гүнаны ашытқыға уқсайтуғынын айтады. Пүткил қамырдың хәммесине тәсир етиўи ушын азғантай ғана ашытқы жетеди. Сизге пүткил жәмәәтке тәсир етиўи ушын, азғантай ғана гүна керек (1 Кор. 5:6). Мысалы, егер жәмәәт ағзасы исениўши емес пенен романтикалық қатнасықларды басласа хәм ҳеш ким оған қарсы шықпаса, онда жәмәәттеги басқа адамлар бул машқала емес деп ойлайды.

Мақсет өзиңизди қаншелли таң қалғаныңызды айтып ямаса шаңарағымда ҳеш ким бундай ис қылмайды, деп өзиңизди жақсырақ көрсетиўден ибарат емес. Керисинше, мақсетиңиз — исениўши туўысқаныңызға өлимге алып баратуғын жолдан қайтыўына жәрдем бериў болып табылады. Сондай-ақ, жәмәәттиң басқа ағзаларын да олардың гүнасын қайталаўдан қорғаўды қәлеймиз.

Сыр сақлау

Өсек тасыған сырды ашар, Садық адам сырды сақлар (Хикметлер 11:13).

Сиз сыр сақлауға қаншалы уқыпсыз? Сиз биреудің мойынлаған гүнасы хақында хеш кимге айтпауға уәде бере аласыз ба?

Егер биреу сизге ауыр ямаса қәуипли нәрсе айтса, сиз бәрибир басқаларға айтпауыңыз керек, ал, керисинше, шопанға ямаса жәрдем бере алатуғын биреуге айтыуыңыз керек (мысалы, оны емлеуханаға апарыу керек болыуы мүмкин).

Ийса былай деди: Егер туұысқаның саған қарсы гүна ислесе, оған бар да, аулақта сөйлесип, айыбын бетине ашық айт. Егер ол сөзиңди тыңласа, онда туұысқаныңды өзиңе қайтарып алғаның болады. Егер ол сөзиңди тыңламаса, өзиң менен бирге бир ямаса еки адамды ертип оған бар, өйткени айтылған барлық сөзлериң еки ямаса үш адамның гүналығында тастыйықланыуы тийис. Егер олардың да сөзин тыңлағысы келмесе, онда исениушилер жәмәетине айт. Ал исениушилер жәмәетин де тыңлағысы келмесе, онда оны бутқа табыныушы хәм салықшы деп сана (Мат 18:15–17).

Егер биз биреу гүна қылып атыр, сондай-ақ, сизге қарсы гүна қылып атыр деп ойласақ, қандай үш кәдемди әмелге асыруымыз керек? [16]

Гүнакар адамның рухсатысыз, оның гүнасы хақында басқа адамларға айтып беріу дұрыс па? [17]

Қағыйда: **Адамлардың бетине айтпайтуғын болсаң, олардың сыртынан гәп қылма!**

Жәмәәт алдында биреуді уялтыу — биз ислеитүғын ең соңғы нәрсе: бирақ буны тек ғана егер жәмәәт ағзасы бәрхама гүна қылып, тәубеге келиуден бас тартып атырған болса, ұсылай ислен.

Сизди биреу жолға салса ямаса сынға алып, гүнаңды әшкараласа не ислеу кереклиги туұралы

Өмир беретүғын нәсиятқа қулақ салған, Даналар арасынан орын табар (Хикметлер 15:31).

Даналар арасында ким болады? [18]

Қудай көбинесе шаңарақ ағзаларымыз арқалы бизлердің надұрыс ис ислеп атырғанымызды айтады. Бирақ көбинесе олар бизлерди гүна болмаған нәрселер ушын сынға алады — көп хаяллар өзін бәрқулла сынға алып, әшкаралайтуғынын сезеди!

Сынға алып, әшкаралау менен дұрыс жолға салыудың айырмашылығы неден ибарат? [19]

Өзиңізге жақпайтуғын, бірақ гүна болмайтуғын нәрселерди сынға алып, әшкаралаған мысаллар келтире аласыз ба? [20]

Адамлар сизди сынға алып, әшкара етсе, қандай реакция билдиресіз?

Адамлар бизлерди сынға алғанда, биз өзимизди қорғауға ямаса ашыұланбауға хәрекет етиуимиз керек. Биз кишипейиллик пенен: «Бул ҳаққында маған айтып бергениңиз ушын рахмет», — деп айтыуымыз мүмкин. Соннан соң Қудайдан олардың айтқанлары ырас яки надурис екенлигин көрсетиўди сорай аламыз. Хәммеиздиң үйрениуимиз керек болған нәрселер көп!

Сынға жуўап бериўдиң еки усылы бар:

Ийсаның жолы бойынша:

- айыплау ҳаққында дуға етиң — Ийсадан айыплаудың ҳақыйқатлығын, хәтте айырым бөлеги ҳақыйқат болса да, көрсетиўин соран.
- егер бул ҳақыйқат болса, яки тек бир бөлеги ҳақыйқат болса, тәўбе етиң хәм Ийсадан сизди кешириўин хәм буннан былай бундай ислемиўиңизге жәрдем бериўин соран.
- бул ислерди басқа ислемиўиңиз ушын Ийсадан жәрдем сорап атырғаныңызды сол адамға билдириң.

Егер сиз усыларды орынласаңыз, өз-ара мүнәсибетлериңизден және де көбирек заўықланасыз!

Өзимиздиң жолымыз бойынша:

- ашыұланыў хәм өкпелеў,
- өзиңизди ақлаў (мысалы. «Мен солай ислеймен, себеби сен маған солай ислейсең»).
- басқа адамды қаралаў.

Егер сиз усылай ислесеңиз, қарым-қатнасыңыз жаманласып бара береді!

Бир адам өмириңиздеги гүна ҳаққында айтып беретугын ўақытқа, өзиңизди қалай таярлауыңыз мүмкин?

Шақырық

Бул сабақтың нәтийжесинде сиз өз минез-құлқыңыздан нелерди өзгертпекшисиз?

Дуға

*Қудай, мени тексеріп, жүрегімді бил,
Мени сынап көр хәм пикирлерімді бил.
Қара, қайып жолда жүрген жоқпан ба?
Мени Өзің мәңгілік жолына жетеле!
(Забур 138:23–24)*

Жуаулар

- 1 – Хәр бир инсан қадирли екенлигин, Қудай хәр бир гүнакар адамды гүнасынан қутқарыўды қәлейтуғынын үйретеди.
- 2 – *Оларды өлимнен қутқарды хәм көплеген гүналарды жайып таслады.*
- 3 – Идеялар төмендегилерден ибарат:
 - жыйналысқа келген хәр бир адамға сүйиспеншилик көрсетің, солай етип, олар жыллылықты көріп, келеси жыйналысқа да келиўди қәлесин,
 - олардың аманлығына қызығыўшылық билдирип, жақсы аўхал сорасың,
 - ушырасыўға келмегенлерге телефон арқалы хабарласың ямаса оларды сағынып қалғаныңызды билдириў ушын барың,
 - жыйналысыңызға келетуғын хәр бир адам ушын бәрқулла дуға етиң.
- 4 – Идеялар төмендегилерден ибарат:
 - Усы хәптеде Мухаддес Китаптан қайсы жерлерин оқып атырсыз?
 - Ийса саған нелерди үйретип атыр?
 - Күйеуиңиз/хаялыңыз/ата-анаңыз/балаларыңыз/жумыстағы кәсиплеслериңиз бенен қалай болып атыр?
- 5 – Сиз олар менен бул ҳаққында сөйлесиўге ҳәрекет етиўиңиз керек.
- 6 – Бир нәрсени надурис ислеп атырғанымызды көриў ушын, өзимизди тексериўимиз керек. Егер надурис ислеп атырған болсақ, тәўбе етиўимиз керек.
- 7 – Жумсақ жол менен буны ислеўимиз керек хәм өзимизди жақсылап бақлаўымыз тийис, сонда гүна ислеўимизге жол қоймаймыз.
- 8 – Аина Гуляға исениўге болатуғынын, Гуляның сүйетуғынын, оған жақсы тилеклес екенин хәм оны ҳүким етип, жаманламайтуғынын түсинди.
- 9 – Гуля Аинаның сырын ҳеш кимге айтпаўға ўәде берди.
- 10 – Сердар Рахимге исениўге болатуғынын, Рахимниң оған жақсы тилеклес екенин хәм оны ҳүким етип, жаманламайтуғынын түсинди.
- 11 – Рахим Сердардың сырын ҳеш кимге айтпаўға ўәде берди..
- 12 – Аина қайтадан Ийсаға бурылды хәм жумысын қойып, өзин азғырылыўдан алып шықты. Сердар қайтадан Ийсаға бурылып, сүүретлерди өширип таслап, өзин азғырылыўдан алып шықты.
- 13 – Аина/Сердар мүмкин гүна ислеўди даўам етип, Ийсаға ермей қойған болар еди , сондай-ақ, дозақ жолында болыўы мүмкин еди.
- 14 – Олар жумсақ минезли болып, қатал емес еди. Оларды азғырыўы мүмкин болған нәрселердин ҳеш бир майда-шүйдесин сорамады.

- 15 – Идеялар төмендегилерден ибарат:
- оларға айырым адамлардың ислеп атырған гүнасы хаққында айтып бер, сен олардың усы гүнаны ислеп атырғанынан хабарың бар екенин билдирмей, оларға базы адамлар усындай гүна ислеп атырғанын айтып бер,
 - бул гүнаны ислеп жүрген хеш бир адамның атын айтпастан, топарда усы айрықша гүнаның машқаласы хаққында айтып бериң,
 - бул гүнаның ақылсызлығын көрсетиўши нақыл яки гүрриң айтып бериң,
 - адам менен оның гүнасы хаққында сөйлесиў ушын мүнәсип адамды табыў (туўрыдан-туўры ямаса басқа жол менен).
- 16 – Барып олардың жеке өзине айт, егер саған кулақ салмаса, сөйлесиў ушын өзиң менен бирге басқа биреўди алып бар, егер олар сонда да тыңламаса, пүткил жәмәәтке айт.
- 17 – Яқ — егер сизиң орныңызға сол адам менен сөйлесе алатуғын бир исенимли адамға айтып атырған болмасаңыз.
- 18 – Ким өмир бағышлаўшының дүзетиўине итибар берсе.
- 19 – Дүзетиў — айқын гүна бар болған ўақытта. Қаралаў, жаманлаў — бул басқа адамның сизге унамайтуғын ислерди ислеп атырғаны.
- 20 – Бизлерге олардың аўқат таярлаўы, тазалаўы, кийимлери, тәрбия усылы хәм басқалар унамайды.

5-Сабақ:

Келіспеушілік



Бұл сабақта мыналар туұралы пикир жүритемиз:

- қалай келіспеушіліктің алдын алыу,
- келіспеушілікті шешиўге қалай хәрекет етиў,
- хәм басқа адамлардың арасындағы келіспеушілікті шешиўине қалай жәрдем бере аламыз.

Қандай жақсы, қандай жағымлы, Туўысқанлар биргеликте жасаса! (Заб 132:1)

Адамлар тартысып атырған нәрселерди **талқылаймыз** — хәр бир категорияға бир мысал келтирин:

- күйеў хәм ҳаял ортасындағы,
- ата-ана хәм ер жеткен балалары арасындағы,
- ата-ана хәм кишкентай балалары арасындағы,
- кәсиплеслер арасындағы,
- жұмыс бериўшилер хәм жұмысшылар арасындағы.

Қашан бизлер биреў менен жақын қарым-қатнаста болсақ, сол жерде келіспеушілік болады!

Руўхый келіспеушілік

Бизлер руўхый урыс зонасында жасап атырғанымызды умытпаўымыз зәрүр! Қудай хәм Шайтан арасындағы жүдә күшли болған урыста жасап атырмыз. Шайтан бул урыста әлле қашан жеңилиске ушырады, бирақ хәзир ол гүресиўди даўам етпекте! (Жар. 3:15; Матта 2:13,16; Аян 12:7–10)

Солай етип, бизлер хәмме ўақытта келіспеушілікке араласқанымызда тоқтап, мен ким тәрептемен, деб ойланыўымыз керек. **Мен бул урыста Ийсаға хызмет етип атырман ба ямаса шайтанға ма?** Абайлаң, шайтан бизлерди ҳақсаң деб алдаўды жақсы көреди, бирақ ҳақыйқаттан бизлер жарақатланған, менмен хәм өр көкирекпиз!

Жәнжел хәм тартысларда утқаннан гөре, Қудайды хәм жанындағы адамды сүйиў жүдә әхмийетли! Солай етип, қашан келіспеушілік басланса, тоқта хәм дуўа ет:

Қудай, мени тексеріп, жүрегімді бил, Мени сынап көр хәм пикирлерімді бил. Қара, қайып жолда жүрген жоқпан ба? Мени Өзің мәңгілік жолыңа жетеле! (Забур 138:23–24)

Келіспеушиликтің алдын алыу туұралы

Талқылау: келіспеушиликти шешиўге көп ўақыт талап етеди хәм көп жарақатты да пайда етиўи мүмкин. Сонлықтан биринши гезекте оннан қалай сақланыўымыз мүмкин екенлиги ҳаққында ойланып көрейик! Оннан сақланыў ушын нелер ислей аламыз? Мүмкиншилигиңиз барынша көп пикирлерди ойлап тапқаныңыздан соң, бул сабақты оқыўды даўам етиң.

Келіспеушиликтің алдын алыу туұралы бир неше пикирлер:

1. Дуўа етип хәм Мухаддес Китапты оқып хәр күни Ийса менен ўақыт өткерің

Нызамыңды қаншелли сўйемен! Күни бойы оның ұстинде ой жуўыртаман. Буйрықларың мени душпанларымнан гөре дана қылады, Буйрықларың мәңги мениң менен бирге (Забур 118:97–98)

Егер сиз Ийса менен хәр күни ўақыт өткеріўге ўақтым жок, деп ойласаңыз, бул сизге келіспеушиликтен қашыўыңыз ушын керек болған күнделикли даналықты береді деп ойласаң — келіспеушиликти шешиў қаншелли көп ўақыт алыўы хәм ол қаншелли зыян келтириўи ҳаққында ойлап көриң. Хәр күни жақсы хәм биргеликте тыныш-татыў жасаўымыз ушын бәршемизге көп даналық керек.

2. Жанындағы адамды сўй хәм хўрмет қыл

Бир-бириңизди туйысқанлық сўйиспеншилик пенен шын жүректен сўйиңлер. Бир-бириңизге өз ара хўрмет көрсетиўге тырысыңлар (Рим 12:10).

Ең баслысы, бир-бириңизди шын жүректен сўйиңлер. Өйткени сўйиспеншилик көп гўналарды жуўады (1 Пет 4:8).

Сиз өзиңизден: «Қудайды шынында да сўйемен бе хәм сол адамды өзимди сўйгеним сыяқлы сўйемен бе», — деп сораўыңыз керек (Мат 22:37–39).

3. Кишипейиллик, мүләйимлик хәм сабырлылық

Ал хәр бириңиз кишипейиллик пенен, басқаларды өзиңизден ұстин деп есаплаңлар. Тек өзиңиздиң ғана емес, ал басқалардың да пайдасын гөзлеңлер (Флп 2:3–4).

Сиз өзиңизден: «Басқаларға қарағанда өзимди әхмийетли деб есаплайман ба?» — деп сораўыңыз керек.

Толық кишипейиллик, мүләйимлилик хәм сабырлылық пенен жасаңлар. Бир-бириңизди сўйип, мийзамкеш болыңлар (Эфес. 4:2).

Сиз өзиңизден: «Басқа адамларға сабырсыз хәм қопалман ба?» — деб сораўыңыз керек.

4. Сиз шаршаған ўақтыңызда ямаса стрессли жағдайыңызда көп ашыўланыўыңыз мүмкин екенлигин билиң

Өмирде қыйыншылық жағдайда болған ўақтыңызда басқаларға хабар берің! Олардан дуўа етиўин сораң.

5. Тез кеширің

- Бизлер ойлағанымыздан гөре көбірек гүнакармыз! *Туұысқанымыздың көзіндеги шөпті дәрхәл көремиз*, ал *өз көзимиздеги қадаға* итибар бермеймиз (Мат 7:3)!
- Реҳимсиз хызметкер туұралы тымсал, Қудай бизлерди басқаларды кешириўимизден гөре анағурлым көбірек кеширгенин еслетеди (Мат 18:23–35).
- Ийса Петрге туұысқанын жетпис жердеги жети ретке дейин кешириў кереклигин айтты (Мат 18:22)!
- Сақ болың, егер бизлер басқаларды кеширмесек, Қудай бизлерди кешире алмайтуғынын Ийса айтып ескертип өтті. (Матт 6:14–15).

Басқа адамлар менен келіспеушіліктің алдын алыў ушын булардан қайсы бири сизге керек?

Өзимиздің келіспеушілигимизди шешиўге қалай хәрекет етеміз

1-Сахналық көринис (Егер илажы болса, буған сабақтан алдын таярланың)

Фархад (ашыўланып): Не ушын бул үй қатты жайрап атыр?! Егер сен көп ўақтыңды телефонда откизбегениңде, бул жерди азғантай болса да жыйнаған болар едиң!

Маша (ашыўланып): Не ушын хәр дайым маған бақыра берсең? Мениң қанша жумысларым бар екенин билмейсең бе? (Маша жылап баслады хәм шығып кетти)

Фархад (дуўа етип): О, Қудай, не ушын бизлер хәмме ўақытта тартысамыз? Маған нени қәте ислеп атырғанымды көрсет хәм хаялыма жақсы болыўыма жәрдем бер. Оның менен не ушын тартысып қалатуғынымыз хаққында сөйлесиўиме жәрдем бер.

(Маша чай хәм бир тарелка аўқат пенен келди хәм ҳеш нәрсе деместен столға отырды)

Фархад: Сөйлесип алсақ бола ма? Мен өзимнің сабырсыз екеңимди билемен. Үй жайрап атырса, үйге биреў келип қалып, уялып қаламан ба деп қорқаман. Бирақ басқалар мен хаққымда не деп ойлаўынан гөре сениң менен қарым-қатнасым әхмийетлирек. Сонлықтан, илтимас мени кешире аласаң ба?

Маша: Маған айтқаның ушын рахмет. Мен сени кеширемен. Адамлар бул жерге келип, үйдиң жайрап атырғанын көриўинен қорқатуғыныңды түсинбеген екенмен. Ол сен ушын шерменде екенин түсиндим. Бирақ мен жүдә шаршадым; баламыз түнде мени көп оятады хәм баламыз жуўырып, қылмайтуғын ислерди ислеўден тоқтамайды. Үйди жыйнаў былай турсын, хәттеки аўқат пиесириўге де ўақыт табыў жүдә қыйын. Бирақ енди үйди таза услаў сен ушын қаншелли әхмийетли екенин көрип турман, енди үй жумысларын көбірек ислеўге хәрекет етемен. Бәлким баламыз хәр күни кеште ойыншықларды жыйнаўға жәрдем берер.

Фархад: Сениң шаршағаныңды хәм бәнт екеңиңди түсинбеген екенмен. Буннан былай мен үйге келгенимде, мен де ойыншықларды жыйнаўға жәрдем беремен хәм қонақ бөлмени сыпырып тазалайман. Мен хәр күни сөйлесиўге ўақыт ажыратыўымыз керек деп ойлайман, сонда бизлер бир-биримиздің хал жағдайымызды билип аламыз. Және де, бир-биримиз ушын дуўа етиўимиз керек деп ойлайман. Таза үйден гөре, жақсы ерли-зайып болыў әхмийетлирек!

Маша: Рахмет, маған бұл жүдә унайды! Көп уақтымды телефонға сарплаганым ушын мени кешир. Мен досларым менен сөйлесиуден алдын хәмме жумысларды ислеуге хәрекет етемен!

(Фархад хәм Маша бир-бирин қушақлады)

Фархад ерли-зайыплы арасындағы келіспеушиликти шешиў ушын, қандай ис-хәрекетлер қылды?

Жақынларымыз бенен болған келіспеушиликти шешиў ушын, бизлер қандай ис-хәрекетлер қылыўымыз мүмкин екенин көрип шығайық:

1. Жаратқан Ийеге **дуўа етип**, усы келіспеушиликке алып келетуғындай не ислегениңизди көрсетиўин Оннан сораң хәм буны Жаратқан Ийениң алдында мойынлаң.
2. Жәнжел күшейип кетпесинен алдын, илажы барынша тезирек сол адам менен **сөйлесип алың**. Сизди қапа еткен адам менен сөйлесиуден бас тартыў, келіспеушиликти шешпейди, ал оны және де күшейтеди! Бирақ, екеўиңиз де ашыўланып турған гезде, бұл туўралы сөйлеспегениңиз мақул. Екеўиңиз де тынышланғаныңызда ғана сөйлесип алың. Басқа адам менен сөйлеспестен **алдын**, барлық ашыўыңызды хәм ғәзебиңизди Қудайға тапсырың.
3. **Анық бир мәселе** ҳаққында сөйлесиң. Олардың барлық қәте хәм кемшиликлери ямаса жыллар даўамында жүз берген уақыялар ҳаққында сөйлеспең.
4. **Тыныш хәм хұрмет** пенен сөйлесиўге келисип алың. Бир-бириңизге бақырып ямаса қопал сөйлемен — сиз Қудайдың қымбатлы перзенти менен сөйлесип атырсыз! Егер биреў даўысын көтерип басласа, екеўиңиз де тынышланбағанша дем алыўыңыз керек.
5. Басқа адамға не болғанын хәм **өзиңизди қалай сезип атырғаныңызды** айтың. «Сен» сөздиң орнына «Мен» деген сөзди қолланың, мысалы: «Сен неге хәмме нәрседе мениң менен келисимге келмейсең?» дегеннен гөре, «Биз бұл мәселеде келісе алмай атырғанымызға хәм шешим таба алмай атырғанымызға мен қапа болып турман» деген жақсырақ.
6. Басқаларды тыңлаң хәм **олардың сезимлерин түсиниң** (мысалы: жарақатын, ғәзебин, қайғысын, қапалығын).
7. Хәр бир ислеген қәте-кемшилигиң ушын **кеширим сораўға** таяр болың.
8. Бұл машқаланы шешиў ушын басқа адамда қандай идеялар барлығын **сораң**; оларды дыққат пенен тыңлаң хәм шешим ушын өз пикир-идеяларыңызды **усының**. (Шаңарақ ямаса жәмәәт) бирлиги ушын **келисимге** келиўге таяр турың. Басқа адамды қуўанышлы етиў ушын, өз ис-хәрекетиңизди өзгертиўге таяр болың!
9. Егер келисимге келе алмасаңыз, сөйлесиў ушын **басқа уақытты белгилең**. Зәрүр болған жағдайда, бұл келіспеушиликти шешиўге ким жәрдем бере алатуғынын өз-ара келисип алың. Келіспеушиликтиң буннан да бетер күшейиўине жол қоймаң, шаңарағыңызда ямаса жәмәәтиңизде аўызбиршиликтиң бузылыўының алдын алыў ушын, оны шешиўге барлық күш-жигериң менен хәрекет ет.
10. Басқа адамлар менен оның қандай адам екенлигин **сөйлеспеўге** келисим бериң!

Талқылау

Бұл көрсетпелерден қайсысы сиз үшін жаңалық болды?

Бұл көрсетпелерден қайсысы сиз үшін жүдә қыйын?

Егер сенде жақсы танымайтуғын адам менен келіспеушілік келип шықса, онда ол адам менен туұрыдан-туұры сөйлеспеу жақсырақ болыуы мүмкін. Ол адамды жақсырақ билетуғын биреуге барып, оннан бұл келіспеушілікті шешиуге жәрдем бериуін сорауың керек.

Талқылаң:

Өсек пенен келіспеушіліктің шешимін табыу үшін басқа адамнан жәрдем сораудың қандай айырмашылығы бар?

Қандай адам саған келіспеушілікті ямаса жәнжелди шешиуге жәрдем бере алады?

Басқа адамлардың арасындағы келіспеушілікті ямаса жәнжелди шешиуге бизлер қалай жәрдем бере аламыз?

Жарастырыўшылар бахытлы! Олар Қудайдың балалары деп аталады (Матта 5:9).

Бұл сахналық көринисте қатнасыўшылар өз-ара келіспеушілікке ушыраған еки адамның ортасына түсип, қалай жәрдем бериуі мүмкін екенін көресиз.

Егер олар бир-бирин жақсы билсе, ортаға түскен адам менен емес, бир-бири менен сөйлесиуі керек. Егер бир-бирин жақсы билмесе онда ортаға түскен адам менен сөйлесип, оның атынан сол басқа адам менен сөйлесиуіне рухсат бериң. Ортаға түскен адам басқа адамға машқаланы түсиникли жол менен түсиндиреди.

Сахналық көринис 2а — еркектер үшін (Егер илажы болса, бұған сабақтан алдын таярланың)

Арыслан: Сәлем, хош келдіңіз! Келиң, келиң. Қалайсыз? Бала-шағаңыз қалай? Илтимас отырың. Сәубетке келгениңізден жүдә қуанышлыман.

Даулет (Мураттың қарама-қарсысына отырды): Сәлем, қалайсыз? Жақсы, рахмет.

Мурат (Даулеттің қарама-қарсысына отырды): Сәлем, қалайсыз? Жақсы, рахмет.

Арыслан: Баслаудан алдын дуға етейік.

(дуға) Қудай Әке, илтимас усы бузылған қарым-қатнасты тиклеуімізге жәрдем бер. Қымбатлы Улың Ийсаның аты менен сораймыз. Аумийин!

Бизлер хәр бириміз гүнакармыз хәм хәр биримізге хәр күни Қудайдың мийрими хәм кеширими керек екенін еслетіуді қәлеймен.

Енди пикирлесиуіміз үшін базы қағыйдаларды келісип алысуымыз керек:

- гезек пенен сөйлейсиз,
- бир-бириңіздің сөзіңізді бөлмейсиз,
- дауысыңызды көтермейсиз,
- қопаллық етпейсиз.

Екеуіңіз де келісім бересіз бе?

Даулет хәм Мурат (ықтиярсыз хәм бир-бирине қарамастан): Аўа.

Арыслан: Жақсы! Келиң баслаймыз. Даулет, сиз бирінші баслаң. Маған не болғанын айтып берің.

Даулет: Соңғы мәжилиске келгенимде жүдә қапа едим. Баслығым маған ашыулы еді хәм мен шаршаған едим. Сонда Мурат маған стол менен отыратуғын орынлықтарды таярлауға жәрдемлес, дегенинде мен оған бақырып жибердим. Билемен ондай қылмауым керек еді, бірақ маған не қылу кереклигін айтқанын жақтырмайман, әсиресе келген уақтымда.

Арыслан (Муратқа): Даулет жыйналысқа келгенде, жумыстағы ауыр күннен соң келгенин хәм өзін шаршағанын айтқан екен. Ол келиуден-ақ сиз оған жәрдем беріу үшін не іслеу кереклигін айтқан екенсіз. Ол саған бақырып жууап берген. Мурат, Даулеттің бул уақыя хақында не айтқанын маған түсіндіре аласаң ба?

Мурат: Даулет оған не іслеу кереклигін айтқанымды жақтырмайтуғынын айтты. Сонлықтан ол маған бақырды.

Арыслан: Даулет, Мурат нени еситпеди?

Даулет: Соңғы мәжилиске келгенимде жүдә қапа едим. Баслығым маған ашыулы еді хәм мен шаршаған едим. Мен оған бақырдым, себеби маған не қылу кереклигін айтқанын жақтырмайман, әсиресе келген уақтымда.

Арыслан: Яқшы. Мурат, Даулет не дегенін маған біраз айтып бер.

Мурат: Соңғы мәжліске келгенде ол жүдә қапа еди. Баслығы оған ғәзеппи болған хәм ол шаршап келген екен. Солай етип, мен оған жәрдем бериўин айтқанымда, ол маған бақырып жиберди. Оған не қылыў кереклигин айтқанды жақтырмайды, әсиресе жаңа жетип келгенде.

Арыслан: Мурат, сол күни кеште Даўлет қандай аўхалда болды деп ойлайсаң?

Мурат: Мениңше, ол баслығының айтқанларына хайран қалған болыўы мүмкин хәм жумысынан айырылып қалыўдан қорққан болыўы мүмкин. Ол дем алатуғын жерге барыўды асығып күткен хәм күтилмегенде оған бир нәрсе ислеўди буйырғанына қапа болған.

Арыслан: Бул дурыс па, Даўлет?

Даўлет: Аўа, сондай болды.

Арыслан: Әжайып! Енди Мурат сол күни кеште жүз берген ўақыя туўралы не ойлағанын айтыўы керек.

Мурат: Жыйналысқа барлық нәрсени таярлаўға кешиктим. Маған ҳеш ким жәрдемге келмеди, сол ўақытта жәрдем бере алатуғын күшли адамның келгенине қуўанып кеткен едим. Соның арасында ол маған бақыра баслады. Сонлықтан мен оған жекириндим!

Арыслан: Сөйтип, Даўлет, маған Мураттың не дегенин айта аласаң ба?

Даўлет: Ол жыйналысқа барлық нәрсени таярлаўға кешиккен еди, мен жаңа жетип келген едим хәм бизлер буннан хабарсыз, бир-биримизге бақырысып кеттик.

Арыслан: Ол усыларды айтқан ба еди? Оның қандай аўхалда болғанын айта аласаң ба?

Даўлет: Жақсы, оған басқа ҳеш ким жәрдемге келмеген еди, соның ушын, ол ашыўлы хәм кеўилсиз болған. Және де, хәмме нәрсени ўақтында таярлай алмайтуғынлығынан қәўетерленген болса керек. Мен оған бақыра баслағанымда, ол әлле қашан-ақ ашыўланып турған еди. Сонлықтан да ол маған бақырып жиберди.

Арыслан: Мурат, Даўлет сени түсинди деп ойлайсаң ба?

Мурат: Аўа, солай деп ойлайман.

Арыслан: Жақсы, бизлер шешимге жақынласып киятырмыз. Енди бул жағдайдың қайталаныўына жол қоймаў туўралы ойланыўымыз керек. Даўлет, қандай пикириң бар?

Даўлет: Қандай аўхалда болсам да, досларыма бақырмаўым керек деп ойлайман. Мурат саған бақырғаным ушын кеширим сорайман. Илтимас мени кешир!

Мурат: Мен сени кеширемен, Даўлет!

Арыслан: Жүдә жақсы! Мурат, енди басқа қандай пикирлер бар, бул және қайталанбай ма?

Мурат: Жыйналысқа адамлардың кеўилсиз хәм шаршаған халда келиўи мүмкинлигин түсиниўим керек. Сонлықтан олардан маған жәрдем бериўин қатты талап етиўден аўлақ болыўым керек. Даўлет, жыйналысқа келиўиң бойы дәрхәл маған жәрдем бериўинди сорағаным ушын кеширим сорайман. Илтимас, мени кешир.

Даўлет: Мен сени кеширемен!

Арыслан: Сизлер жүдә жақсы ис қылдыңыз! Ақырғы ислеўимиз керек болған ис — бул бир-биримиз ушын дуўа етиў. Сизлер буны қәлейсизлер ме?

Даўлет хәм Мурат: Әлбетте! Келиң дуўа етемиз...

(Даўлет хәм Мурат бир-бирин қушақлады)

Сахналық көринис 26 — ҳаяллар ушын (Егер илажы болса, буған сабақтан алдын таярланың)

Гәўҳар: Сәлем, хош келдиңиз! Келиң, келиң. Қалайсыз? Үй-ишлериңиз қалай? Балаларыңыз қалай? Илтимас отырың. Сәўбетке келгениңизден жүдә қуўанышлыман.

Алтын (Гүмистин қарама-қарсысына отырды): Сәлем, қалайсыз? Жақсы рахмет.

Гүмис (Алтынның қарама-қарсысына отырды): Сәлем, қалайсыз? Жақсы, рахмет.

Гәўҳар: Баслаўдан алдын дуўа етиўди қәлеймен.

(Дуўа) Хұрметли Қудайым Әке, илтимас бул бузылған қарым-қатнасты тиклеўимизге жәрдем бер. Қымбатлы Улың Ийсаның аты менен сораймыз. Аўмийин!

Бизлер хәр биримиз гүнакармыз хәм хәр биримизге хәр күни Қудайдың мийрими хәм кеширими керек екенин еслетиўди қәлеймен!

Енди пикирлесиўимиз ушын базы қағыйдаларды келисип алыўымыз керек:

- гезек пенен сөйлейсиз,
- бир-бириңиздиң сөзиңизди бөлмейсиз,
- даўысыңызды көтермейсиз,
- қопаллық етпейсиз.

Екеўиңиз де келисим бересиз бе?

Алтын хәм Гүмис (ықтиярсыз хәм бир-бирине қарамастан): Аўа.

Гәўҳар: Жақсы! Келиң баслаймыз. Алтын, сиз биринши. Маған не болғанын айтып бериўиңди қәлеймен.

Алтын: Соңғы жыйналысқа келгенимде жүдә қапа едим. Баслығым маған гәзеппленген еди хәм мен шаршаған едим. Соң Гүмис меннен аўқат таярлаўға жәрдемлесиўимди сорағанда, мен оған бақырып жибердим. Билемен, ондай қылмаўым керек еди, бирақ маған не қылыўым кереклигин айтылғанды жақтырмайман, әсиресе жаңа жетип келгенимде.

Гәўҳар (Гүмиске): Алтын жыйналысқа келгенде, жумыстағы аўыр күннен соң келгенин хәм қатты шаршағанын айтты. Ол келиўден-ақ сен оған жәрдем бериўи ушын не ислеўи кереклигин айтқан екенсең. Ол саған бақырып жуўап берген. Гүмис, Алтынның бул ўақыя ҳаққында не айтқанын маған түсіндире аласаң ба?

Гүмис: Алтын оған не іслеуі кереклігін айтқанымды жақтырмайтуғынын айтты. Сонлықтан ол маған бақырды.

Гәўхәр: Алтын, Гүмис нени еситпеди?

Алтын: Соңғы жыйналысқа келгенимде, жүдә қапа едим. Баслығым маған ғәзеппленген еди хәм мен шаршап кеттим. Мен оған бақырдым, себеби маған не қылу кереклігін айтқанды жақтырмайман, әсиресе жаңа жетип келгенимде, және де, мениң аўхалымды хеш ким түсинбейди.

Гәўхәр: Яқшы. Гүмис, Алтынның не дегенин маған бираз айтып берің.

Гүмис: Соңғы жыйналысқа келгенинде, ол жүдә қапа еди. Баслығы оған ғәзеппленген хәм ол шаршаған. Сонда мен оған жәрдем бериўин сорағанымда, ол маған бақырып жиберди. Өйткени мен оның аўхалына итибар да қаратпадым хәм ол келиўден-ақ айтқан едим.

Гәўхәр: Гүмис қалай ойлайсаң, сол күни кеште Алтынның аўхалы қандай еди?

Гүмис: Мениңше, ол баслығының бақырғанына таң қалып, жумысынан айырылып қалыўдан қәўетерге түскен болыўы мүмкин. Ол дем алатуғын жерге барыўға асығып күткен хәм оған бирден бир нәрсе іслеўди буйырылғанда, қапа болған.

Гәўхәр: Бул дурыс па, Алтын?

Алтын: Аўа, солай болды.

Гәўхәр: Әжайып! Енди Гүмис сол күни кеште болған ўақыя туўралы не ойлайтуғынын айтыўы керек.

Гүмис: Жыйналысқа барлық азық-аўқатты таярлаўға кешиктим. Маған хеш ким жәрдемге келмеди, ақырында жәрдем беретугын адамның келгенине қуўандым. Мен Алтыннан жәрдем бериўин сорадым хәм мен буннан хабар таппасымнан бурын ол маған бақыра баслады. Сонлықтан мен оған жекириндим!

Гәўхәр: Сөйтип Алтын, Гүмистің не дегенин маған айтып бере аласаң ба?

Алтын: Ол жыйналысқа барлық аўқатларды таярлаўға кешиккен еди, мен жаңа жетип келген едим хәм бизлер буннан хабар таппасымыздан бурын бир-биримизге бақырып басладық.

Гәўхәр: Ол усыларды айтқан ба еди? Оның қандай аўхалда болғанын айта аласаң ба?

Алтын: Яқшы, оған басқа хеш ким жәрдемге келмеди, соның ушын ол ашыўлы хәм кеўилсиз еди хәм аўқатты ўақтында таярлай алмайтуғынынан қәўетерленген болса керек. Мен оған бақыра баслағанымда, ол әлле қашан-ақ қатты стрессте екен. Сонлықтан ол маған бақырып жиберди.

Гәўхәр: Гүмис, Алтын сени түсинди деп ойлайсаң ба?

Гүмис: Аўа, солай деп ойлайман.

Гәўхәр: Жақсы, бизлер шешімге жақынлап киятырмыз. Енди бул жағдайдың қайталанбаўы ушын ойланыўымыз керек. Қандай пикириңиз бар, Алтын?

Алтын: Қандай сезімде болсам да, досларыма бақырмаўым керек деп ойлайман. Гүмис, саған бақырғаным ушын кеширим сорайман. Илтимас, мени кешир!

Гүмис: Мен сени кеширемен, Алтын!

Гәўхәр: Жүдә жақсы! Енди, бул және қайталанбауы ушын басқа қандай пикириңиз бар, Гүмис?

Гүмис: Жыйналысқа адамлардың кеўилсиз хәм шаршаған халда келиўи мүмкинлигин түсиниўим тийис. Соның ушын, олардан маған жәрдем бериўин қатты талап етиўден абайлы болыўым керек. Алтын, жыйналысқа келиўиң бойы дәрхал маған жәрдем бер дегеним ушын кеширим сорайман. Илтимас мени кешир.

Алтын: Мен сени кеширемен!

Гәўхәр: Сизлер жақсы иследиңиз! Ислеўимиз керек болған ақырғы нәрсе бир-биримиз ушын дуўа етиў. Дуўа етесиз бе?

Алтын хәм Гүмис: Әлбетте! Келиң дуўа етеміз...

(Алтын менен Гүмис бир-бирин қушақлады)

Мақсет — бузылған мүнәсебетлерди тиклеў. Буның ушын базада адамлар исенимли үшінши адамның жәрдемінде сөйлесиўге мүтәж болады. Егер сен ортаға түсетуғын адам болсаң, бийтәреп болыўын керек. Сонда еки тәреп те саған исенеди.

Келиңлер, ортаға түсиўши адам қалайынша жарасыў сәўбетин алып барыўы мүмкинлигин көрип шығайық:

1. Мәжилиске таярланыў:

- Жәнжеллесип жүрген еки адамды чай ишиўге мирәт ет.
- Талқылаўды басламастан алдын дуўа етиң. Хәммемиз Қудайдың мийрими хәм кеширимине хәр күни мүтәж болған гүнакарлар екенимизди хәммесине еслет!
- Қағыйдаларды келисип алың: бир адам өз ўақтында сөйлейди, гәпин бөлмең, даўысыңызды көтермең хәм қопал болмаң.

2. Биринши адамның сөзлери:

- Биринши адам не деп ойлағанын айтсын.
- Кейин биринши адамның айтқанын екінши адам қайталап айтып берсин, соның ишинде оның басынан кеширген сезимлерин де мойынласын.
- Биринши адам екінши адамның толық түсинбеген жерлерин дурыслап, толықтырыўына болады.

3. Екинши адамның сөзлери:

- Биринши адам екінши адамның оны толық еситкенин билгеннен соң, екінши адам бөлисе алады.
- Биринши адам екінши адамның айтқанларын қайталап айтыўы керек хәм басынан кеширген сезимлерин де тән алсын.
- Екинши адам биринши адамның толық түсинбегенлерин дурыслаўы хәм толықтырыўы мүмкин.

4. Биринши адам усыныс береді:

- Екинши адам биринши адамның оны түсингенине толық исенимли болса, биринши адамнан усы машқаланы шешиў ушын қандай усыныс беретугынын сораң.
- Екинши адамнан усы усыныслар туўралы пикирин сораң.

5. Екінші адам ұсыныс береді:

- Екінші адамнан ұсы машқаланы шешиў ушын қандай ұсынысы бар екенин сораң.
- Биринши адамнан ұсы ұсыныслар туўралы қандай пикирде екенин сораң.

6. Кейинги қәдемлер:

- Еки адам ушын да пайдалы жол бар я жоқлығын көриң. Енди екеўи не ислесин?
- Еки адамның да бир-биринен кеширим сорап, бир-бирин кешириўин мақсет етиң.
- Екеўи де бир-бири ушын дуўа етиўине жол ашың.
- Егер әхмийетли болса, және қашан ушырасыў кереклигин келисип алың.

Төмендеги шынығыўларды ислеўден алдын, ұсы қәдемлерди және оқып шығың.

Үш адамнан ибарат топарда шынығыў ислеў

Бир адам ортаға түсиўши болады, ал қалған екеўи арасында келіспеушілік бар адамлар болады. Олар бир-бириниң үстинен басқа адамларға шағым етип атыр хәм бул жәмәәттиң бөлиниўине алып келеди. Бул адамлардың жарасыўына жәрдем бериў туўралы сөйлескенлеримизди басқышпа-басқыш әмелде орынлаң.

Тамамлағаннан соң, (шынығыўдың бир бөлеги есабында емес) келіспеушіликти шешиў ушын, өкпелескен адамларды жарастырыў ушын хәм келіспеушілік болмаў ушын бир-бириңиз ушын дуўа етиң.

6-Сабақ:

Қайғы



Забур 87-бапты оқың.

Забур жыршысы нени басынан кешіріп атыр? [1]

Ол қандай сезімлерди айтып атыр? [2]

Ол Қудайға болған исенимин қалай билдирип атыр? [3]

Усы сораұларға сиз байқамай қалған хеш нәрсе қалып қоймады ма, соны өз жууабыңызды (усы баптың соңындағы жууаплар менен) тексерің.

Биз өзимізге қымбатлы болған нәрсени жойтқанымызда қайғырамыз. Бул гүна емес, ал әдеттегидей нәрсе.

Бир-биримизди сүйиу хакқындағы сабағымызда, биз қалай қайғыратуғынымыз хакқында үйренемиз. Бул бизге жоғалтыу уақытларында өзимизди қалай сезетуғынымызды түсиниуге жәрдем береді хәм өз гезегинде басқалар жоғалтыуды басынан кешіріп атырғанда, оларды жақсырақ түсиниуимизге жәрдем береді. Соның менен бирге басқалар қайғырып атырған уақтында, оларға қалай жәрдем беретуғынымызды да ойлаймыз. **Гал. 6:2** аят бизге *бир-биримиздиң айырманлығымызды көтериуимизди айтады*. Басқалар қайғырып атырғанда жәрдем бериу — айырманлық көтериудің бир жолы болып есапланады.

Бизлер бир адамымызды ямаса нәрсемизди жойтсақ, қыйналамыз (қайғырамыз). Төмендеги сөзлерге қараң хәм өткен жылларда басыңыздан кеширген жоғалтыуларды олардың қайсылары көрсетип бере алады? Басыңыздан кеширген жоғалтыу дизимде болмаса, соны қосың:

- ☐ ағайин
- ☐ дос
- ☐ дослық

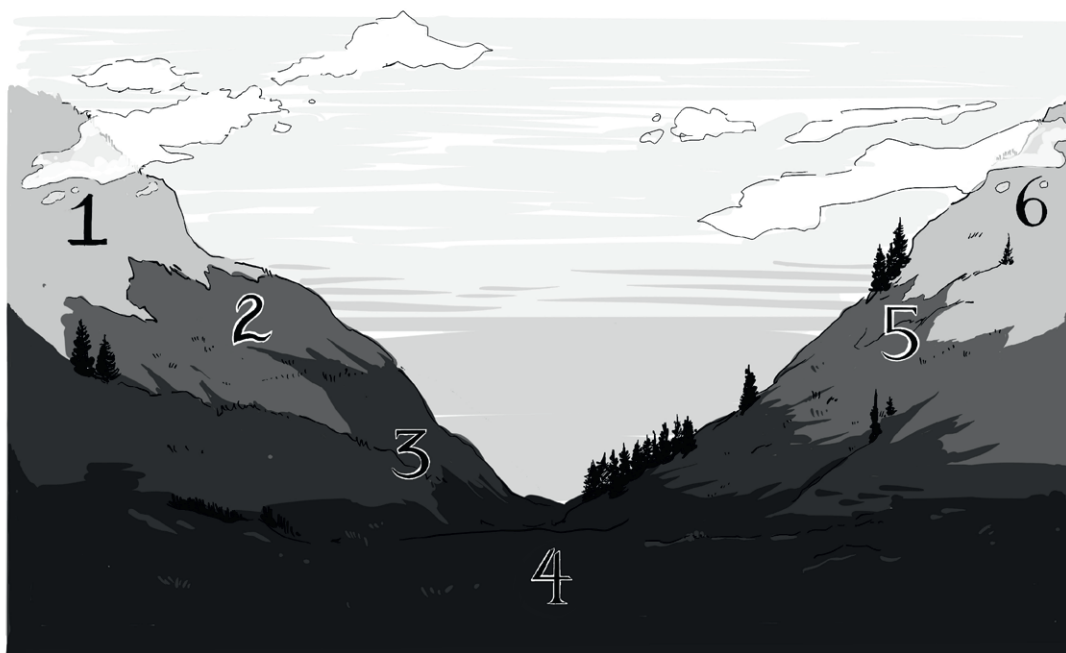
- ☐ жұмыс
- ☐ ден-саулығымыз
- ☐ жайымыз
- ☐ бизге қымбатлы болған нәрсе
- ☐ некеміз/шаңарағымыз
- ☐ тазалығымыз
- ☐ құрметиміз
- ☐ _____
- ☐ _____

Жоғалтқан базы нәрселер бар, оларды тез ұмытып кетеміз. Бірақ базы нәрселер бизің ұзақ уақыт терең қайғыда жүріуимізге алып келеді. Бир неше терең қайғыларымыз бизің бир бөлегиміз болып калады — мысалы, перзентин жоғалтқан адам бул қайғыны өмири бойы алып жүріуі мүмкин. Белгиленетуғын бир садақалар қайтыс болған жақсы көретуғын адамларымызды қайта еслетип турыуы мүмкин.

Ийса қайғырды (қыйналды; Юх. 11:35); Павел қайғының не екенин билетуғын еди (Фил. 2:27). **Қайғы өмиримиздің тәбийғый бир бөлеги.** Бизің ұллы үмитиміз — бул бир күни Ийса менен бирге Жаңа Ерусалимде жасайтуғынымыз болып табылады хәм ол жерде *өлим де, қайғы да, жылау да, азап та болмайды* (Аян 21:4). Бірақ сол уақыт келемен дегенше барлығымыз да қайғының (қыйыншылықтың) қандай да бир бөлегин татып көреміз. Сонлықтан да қалай қайғырыуды үйренейик хәм басқаларға қайғыларын жеңип өтиуіне жәрдем берейик.

Хәр бир адам қайғыны хәр түрли етип басынан кеширеди. Гейпара адамлар ушын бул уақыт төменги ойпатлыққа түсип, кейин ол жерден шығып тегисликке түсетуғын уақыт болыуы мүмкин. Бундай уақытты «қайғы ойпатлығы» деп атаймыз.

Бизің қайғы ойпатлығымыз қысқа хәм сайыз болыуы ямаса керисинше, ұзақ хәм терең болыуы да мүмкин. Бул сабақта қайғының хәр қыйлы дәуірлерин үйренип атырғанымыз себепли өмириңиздеги жоғалтыулар хәм сол уақытлары қандай сезимлерди бастан кеширгениңиз хаққында ойланып көриң. Кейинги мәрте (бірақ олай болмағай) қандай да жоғалтыулар жүз бергенде қандай хәрекетлер жәрдем беретуғынын көріп шығың.

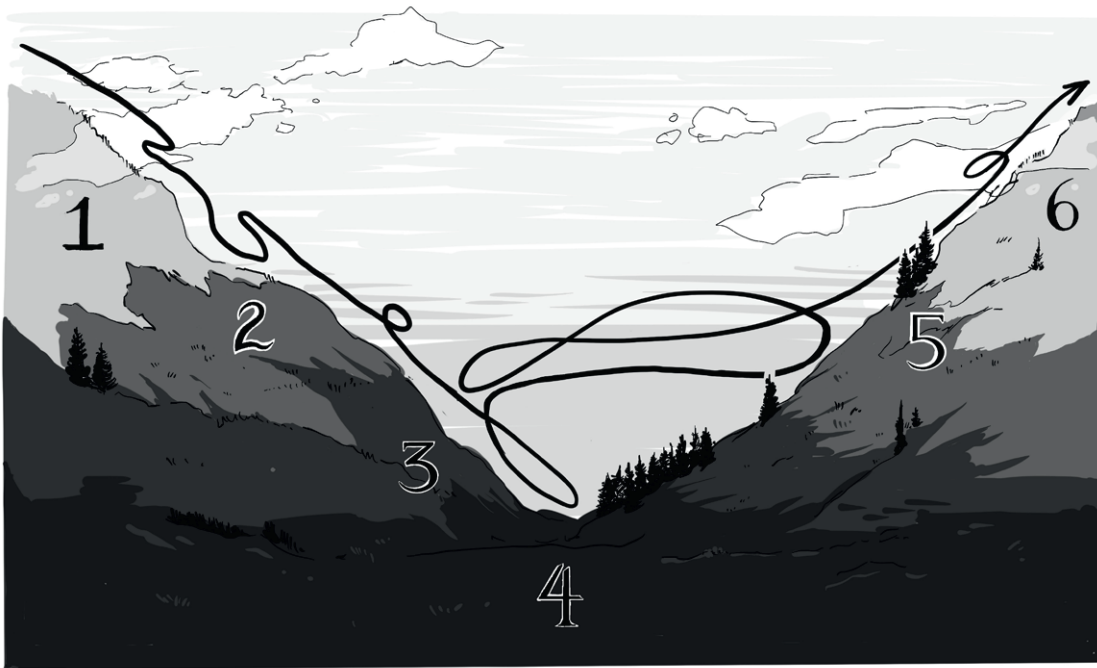


Жағдай басқышлары	Белгилер	Бундай жағдай басқышында өзіңізге хәм басқаларға қалай жәрдем бере аласыз
1. Жоғалтыудан бурынғы өмир	өмир бир тегис хәм жақсы раўажланып атырғандай сезиниў.	- Забур 22 бапты ядлап алың. - Қудайдың Сөзин, әсиресе Забурды терең үйрениң. - Керек ўақтында аңсат таўып алыў ушын өзиңиздиң жақсы көретуғын аятларыңыздың астын сызып шығың. - Сонда қыйын жағдайда да, жақсы жағдайда да Қудайға сүйениўге көбирек таяр боласыз.
2. Басланғыш тәсири	- Шокқа түсиў - Хәрекетсиз (қатып қалыў) (хеш қандай эмоциялар сезбейсиз) - Тән алмаў (бундай болыўы мүмкин емес) - Үмитсизлик (Мен енди хеш қашан бахытлы бола алмайман).	- Бул тәбийғый жағдай екенин хәм оның өтип кететуғынын билиў. - Басқалардың сизге жәрдем бериўине жол қойың. - Өзиңиз қандай сезимлерди бастан кеширип атырғаныңызды басқаларға айтып бериң.
3. Жарақат (аўырыў) менен гүресиў	- Қапа болыў, қорқыныш, шаўқым көтериў (паника), тәртипсизлик сезими, айып, уят - Жылаў, уйқысызлық, басқаша ис тутыўым керек еди деп өзін айыплаў.	- Бул тәбийғый аўхал хәм ол жағдай да өтип кететуғынын билиң. - Мүмкиншилиги болса жумыстан дем алыс алың. - Басқа исениўшилер менен ўақыт өткериң. - Забур 22 бапты еслеп, оны хәр күни қайталап, Қудайдың Ким екенин еске алың.
4. Жаңа шынлық пенен гүресиў.	- Депрессия - Аўлақ болыў (адамлар қайғыда отырған адамның жанында болыўды қолайсыз көреді). - Жалғызлық (Хеш ким мени түсинбейди).	- Бул да тәбийғый аўхал хәм ол жағдай да өтип кететуғынын билиң. - Өз қыйыншылығыңызды тән алып, алдыға қарай жылжый бериң. - Ийса ҳаққындағы Хош Хабарды есиңизге түсириң.

	- Қудай узақта деген сезим (Не ушын Қудай бул жағдайдың мениң басыма түсиўине жол қойды?) 5 текшеге атлаўға хәрекет еткени менен көп мәрте 4-текшеге қайтып түсе береді (бир күнлери жақсы болып жүресиз, ал басқа күнлери ашыўланып хәм қапа болып жүресиз).	Забур 22-бапты еслеп, оны хәр күни қайталап, Қудайдың Ким екенін еске алың.
5. Қудайға исенимиңизди жаңалай отырып	- Жаңа жағдайыңызды қабыл етиў - Басқа қапа болмай жүргениңизге өзиңизди айыплы сезиўиңиз мүмкин.	- Исениўшилер менен ушырасың - Қыйналғаныңызды билиў. - Қудай менен хәм өзиңиз бенен шынлықта болың. - Жоғалтыў менен жүзлеспестен бурын хәм кейин қай жерде надурис хәрекет еткениңиз ҳаққында ойланың, тән алың, тәўбе етиң хәм Қудайдың толық кеширимин қабыл етиң. - Забур 22-бапты еслеп, оны хәр күни қайталап, Қудайдың ким екенін еске алың.
6. Шыпа алатуғын тәрәпке хәм жоғалтыўға бейимлесиў тәрәпке хәрекет етиў	Тынышлық хәм қабыл алыў.	- Алғыс қосықларын тыңлаў. - Исениўшилер менен көрисиўди таңлаў хәм дослықты жаңалаў. - Басқаларға жәрдем берің — бул ой-пикириңизди жақсы нәрселер менен бәнт етиўге жәрдем береді. - Қудайдың Сөзин оқый отырып, азап шегиў хәр бир адамның өмириниң бир бөлеги екенін көресиз; Қудайдың бул азаплардың барлығын қалайынша бизлерди Масийхқа көбирек уқсатыў ушын пайдаланатуғынын көресиз (Рим. 5:3–5) хәм бизлерди басқалар қыйналып атырған ўақытта, оларға жубаныш бериў ушын еле де жақсырақ болыўымыз ушын пайдаланады (2 Кор. 1:3–4). - Забур 22-бапты еслеп, оны хәр күни қайталап, Қудайдың ким екенін еске алың.

Өз сезимлеримизди билиу жүдә әһмийетли. Сезимлер, хәтте жаман сезимлер де Қудай тәрәпинен берилген. Өз сезимлеримиз ҳаққында жақын адамлар менен бөлискенимиз өзимиз ушын жақсы. Өз сезимлерине мән бермеген ямаса оларды басып таслауға хәрәкет ететуғын адамлардың басқалар менен жақсы қарым-қатнаста болуы қыйын болады. Бундай адамлар ислери өзи ойлағандай жақсы болмаса, тез қапа болады хәм ашыушақ болады.

Адамлардың көпшилиги азап шегиу процессинен бир тегис өтпейтуғынынан хабардар болың. Олар **көп мәрте** алдыға атлап өтип кетеди хәм соңынан алдыңғы жағдайына қайтып келеди! Бул жердеги әһмийетли нәрсе қайғыны басыңыздан кеширюге жол қойып, оннан әсте ақырын алдыға жылжый берген мақул.



Қайғының қандай алты этапы бар?

Өмириңизде қандай симптомларды (сезимлерди) бастан кеширдиңиз?

Не нәрсе сол ўақытта пайдалы болды?

Не нәрсе пайдалы болмады?

Бәрқулла есте сақлаң: *Жаратқан Ийе кейли қабарғанларға жақындур, Руйхы езилгенлерди қутқарар* (Забур 33:19).

Ийеміз қайғыңызда сиз бенен бирге!

Басқалар қайғырып атырғанда қалайынша оларға жәрдем бере аламыз

Адам депрессияға (түскинликке) түскен уақытында, ол өмірдегі күнделікли нәрселери менен шуғыллана алмайды. Олардың мағлыұматларды тыңлауы да қыйын болады. Олар ең жақын адамларына тез өкпелеп қалыуы да нормал жағдай. Сонлықтан да биз қайғырып атырған адамларға сабырлылық хәм оларға ашыныу менен қарым-қатнас ислеуимиз керек (Кол. 3:12–14). Биз оларды дыққат пенен тыңлап, 2 хәм 3 сабақларда үйренген қәбилетлеримизди пайдаланыуымыз тийис.

Төменде әмелий жол-жорықлар берилген:

1. Қайғырып атырған адамға сол жағдайды басып өтиуи ушын керек болған уақытты ажыратың. «40 күн өтти, жылағанды хәм қайғырыуды тоқтат», — деп айтпаң.
2. Әмелий жәрдем көрсетің, мысалы: үйге адамлар келгенде хәм келеси хәптеде аұқат писириу, үйди жыйнасыу, балаларға қарау, азық-аұқатлар сатып алыу.
3. Олар ушын дууа етиң.
4. Қайғырып атырған адам сизге ашыуланғанда, оған қапа болып жүрмең..
5. Оларға жыламаң деп жүрмең — жылау бизге пайдалы!
6. Оларды хуқим етпең — болған уақыя сизлер гүна ислегениңиз ямаса жақсы ата-ана (х.т.б.) болмағаныңыз ушын жүз берди деп айтып жүрмең. Олар гүна ислесе де хәзир бул хәкқында айтатуғын дурыс уақыт емес. Егер Қудай кәлесе олардың гүнасын Өзи көрсетеди!
7. «Хеш қайғырма. Хәммеси жақсы болып кетеди — тек Қудайға исен!» — деген аңсат болған шешимлерди ямаса кеңести берип жүрмең.
8. Оларға өзиңиздиң жойтқанларыңыз хәкқында айтып жүрмең. Олардың қайғылары сизиң қайғыңызға қарағанда жеңиллирек, деп айтыушы болмаң.
9. Оларға тек ғана Мухаддес Китап аятларын әсте хәм нәзик етип айтың. Ұаз айтпаң!
10. **Есиңизде болсын биреулердиң сырларын басқалар менен бөлисиуши болмаң!**

Өзиңе таныс болған адам қайғыға түскен жағдайда, келеси рет нелерди ислеуиңиз яки ислеуеуиңиз кереклигин есиңизде сақлауыңыз керек?

Жуп-жуптан бөлинип, шынығыулар ислең

Кейинги бир неше жыллар ишинде басыңыздан өткен жоғалтыулар хәкқында гезеклесип бөлисиң. Өзиңизди қайғырыу жолының қайсы бөлегиндемен деп ойлайсыз? Өмирди дауам етиу ушын не ислеи аласыз? Тыңлап отырған адам айтып атырған адамның жеңил тартыуы ушын аятларды келтириуине жол қойың. Бир-бириңиз ушын дууа етиң.

Жууаплар

- 1 – Қайғы.
- 2 – Дууаларға жууап ала алмай атырғаны себепли Қудайға қапагершилик; Қудайды узақта деп сезиў; үмитсизлик; депрессияға (түскинликке) түсиў; өзін алып қашыў хәм досларсыз қалыў; Қудай тәрөпинен қабыл етилмеў; өзін әдилсизликтин қурбаны етип сезиў.
- 3 – Қудайға өзін қалай сезип атырғаны хаққында айтыўы. Қудайдың Ким екенин өзиниң есине салып турыўы: Ол *сүйиўши хәм садық* (12 аят), *қутқарыўшы* Қудай (2 аят).

Альфа хәм Омеганың басқа китаплары



Мухаддес Китапқа шолыу жасау: 40 сабақ



Нызамның қайталаныуы: 14 сабақлыкта

Мазмуны

1-Сабақ:	Забур 22-жыр: Жақсы Шопанның изинен жүриў	5
2-Сабақ:	Тыңлаў	12
3-Сабақ:	Эмоцияларды түсиниў.	17
4-Сабақ:	Әшкаралап туўрылаў.	23
5-Сабақ:	Келиспеўшилик	33
6-Сабақ:	Қайғы	44

Егер бир-бириңизди сүйсеңлер хэмме усы арқалы сизлердиң Мениң шәкиртлерим екениңизди билип алады.

Юхан 13:35

Бизлер бир-биримизди сүйиўимиз кереклигин билемиз, бирақ көбинесе бул қыйын болып шығады. Бузылған қарым-қатнаслар тек ғана жәмәәттиң өмирин бузып қоймастан, ал басқа адамлардың Ийсаға келиўине тосқынлық етеди.

Бул алты сабақ шаңарағыңызда хэм жәмәәтиңизде бир-бириңизди еле де жақсы көриўиңизге жәрдем береді. Булар төмендеги темалардан ибарат:

- Жақсы Шопанның изинен жүриў — бул басқаларды сүйе алыўыңыздың тийкары болып табылады.
- Жақсы тыңлап билиў — сүйиспеншилигиңиздиң ең үлкен дәлили саналады.
- Эмоцияларды түсиниў хэм бөлисиў — солай етип, олар бизлерди басқармайды.
- Гүнаны дурыс әшкаралаў — солай етип, мухаддеслик жолында бир-бириңизге жәрдем бересиз.
- Келиспеўшиликлерди шешиў — солай етип, сиз жәмәәтиңизде ямаса шаңарағыңызда келиспеўшиликтиң хәўиж алыўына жол қоймайсыз.
- Қайғыны түсиниў — солай етип, сиз жақсы қайғыра аласыз хэм басқалардың қайғысын бөлисип, жәрдем бересиз.

Бул сабақлардағы пикирлерди әмелде қолланған сайын қайта-қайта үйрениўди қәлейсиз. Сонда хэмме сизлердиң ҳақыйқаттан да Ийсаның шәкиртлери екениңизди билип алды!