

Альфа хэм Омега

БИР-БИРИҢИЗДИ СҮЙИҢЛЕР

6 сабақ



Режеп хэм Лайла Айдын

Альфа хэм Омега

БИР-БИРИҢИЗДИ СҮЙИҢЛЕР

6 сабақ



Режеп хэм Лайла Айдын



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



KITABI-KNIGI.COM

Бир-бириңизди Сүйиңдер: 6 сабақ

Авторлық хуқық © 2025 Альфа және Омега тәрепинен. Барлық хуқықлар қорғалған.
alphaomegasilkroad@gmail.com

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

Иллюстрация хуқықы © 2025 София Филипс тәрепинен. 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 жәмәеттиң өмирин бузып қоймастан, ал басқа адамлардың Ийсаға келиўине тосқынлық етеди.

Бул алты сабақ шаңарағыңызда хәм жәмәетиңизде 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 жүриу



Бизлер этирапымыздағыларды сүйиуимиз ушын Жақсы Шопанның изинен жүриуге мүтэжбиз. Сонда хеш қандай қайғыға, кеширмеушиликке ямаса жаман көриуге орын қалмайды. Биргеликте бизлер хэр биримиз сүйикли хэм бахалы болатуғын жэмийет болыуға бир-биримизге жэрдем бере аламыз!

Этирапымыздағыларды сүйиуимиз ушын, бизлер не ислеуге мүтэжбиз? [1]

Забур 22-жырды оқын.

Бул забурды ким жазды? [2]

Қудай Дауытқа шопан болған уақтында да, қашқын болып жүрген гезинде де, патша болған дәуиринде де ғамхорлық көрсеткен. Соңғы 3000 жыл дауамында сансыз адамлар бул забурдан үлкен руухый күш хэм жигер алып келген. Келинлер, бизлер де сол адамларға қосылайық!

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

Жаратқан Ийени қандай адам менен салыстырады (Забур 22:1)? [3]

Шопан не қылады? [4]

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

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

Ийса

Юхан 10:10–16-аятларды оқың.

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

Бул аятлар Жақсы Шопанымыз Ийса туұралы және үш нәрсени айтады:

1. **Ол бизлердің қутқарыушымыз** (10–11-аятлар). Шопан урланған қойды қутқарыуы шәрт болғанындай, Ийса да бизлерди шайтаннан қутқарыу үшін Өз өмирин берди.
2. **Ол хәр биримиз бенен хақыйқый қарым-қатнаста болыуды қәлейди** (14-аят). Жақсы шопан өз қойларын жақсы билетуғыны хәм қойлары да оны таныйтуғыны сыяқлы, Ийса да хәр биримизди жақсы биледи хәм бизлердің де Оны жақыннан таныуымызды қәлейди.
3. **Ол бизлерди бирлестириуді қәлейди** (16-аят). Қойларға шопанының изине бирге ерип жүриу әхмийетли болғанындай, Ийса бизлердің бир жәмийет болып, Оның изинен биргеликте ерип жүриуимизди қәлейди. Ол қойларының басқа қойлардан айырылып, жалғыз өзи Оның изине ере аламан, деп ойлауын қәлемейди.

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

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

Жаңа Келисимдеги Хош Хабар — Ийса бизлерге руұхый жарылқаулардың хәммесин берди (кеширим, Қудай менен қатнастың тиклениуи, мәңгилик өмир, Мухаддес Руұхы, сүйиспеншилик, куұаныш, тынышлық, х.т.б.) (Эфес. 1:3).

Базыда бизлер қәлеулеримиз бенен мүтәжликлеримизди алжастырамыз. Бизлер үлкен үй, жақсы машина, күйеу/хаял, ул-қызлы болыуды, х.т.б. қәлеймиз. Бизлер қоңсыларымыздан гөре жақсырақ көриниске ийе болыуды қәлеймиз, олардан да жақсырақ болыуды, бирақ олардан гөре жаман көриниске ийе болыуды қәлемеймиз!

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

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

Мен хеш нәрсеге мүтәж болмайман, деген нени аңлатады (Забур 22:1)? [8]

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

Бул нени аңлатады? [10]

Қудай хәм Оның сөзи менен, өзимиз хәм басқалар менен бирге өткерилген уақыт — бул бизлердиң рууһый жасыл жайлауымыз болып табылады.

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

Терең хәм ағысы күшли суулар қойлардың суу ишиуі ушын кәуипли жер саналады. Олар аңсат ғана сууға ығып кетиуі мүмкин. Усы сыяқлы, Қудай тууралы, өзлеримиз хәм басқа адамлар тууралы жалған сөзлерди «қабыл етсек» (яғный ишсек) жүдә кәуипли болатуғынын ескертеди. Бундай жалғанлар жүрегимиз хәм ой- пикиримизди басқалар хаққында пикирлеуімізди 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 Қудай тууралы, өзлеримиз хәм басқа адамлар хаққында шынлықты бере алады.

Бизлер жасыл жайлауларда жатып, тыныш суудан ишкенимизде, Қудай бизиң *жанымызға* не береді? (Забур 22:3)? [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 (Забур 22:3)? [13]

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

Бизлер Қудайдың жетелеуін қалай биле аламыз? [14]

Ол не үшін бизлерди дурыс жол бойлап жетелейди (3-аят)? [15]

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

Забур 22:4-аятта *қараңғылық яңлы сол ойпатлықтан өтиў* дәуири хаққында бизлерге не айтады? [16]

Бизлер үшін *қараңғылық ойпатлығы* қандай нәрселер болыуы мүмкин?

Ийса бул өмирде машқалаларға дус келетуғынымызды айтты (Юхан 16:33). Ол хәр тәрәплеме азап шекти, солай етип, Ол бизлердин хәлсизликлеримизди түсинеди, бөлиседи (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 екенин хәм Ол бизлерди Өзине уқсатыў үшін хәр түрли жолларды 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 Қудай мениң менен бирге! Ийсаның изине ериўди шешкениң үшін, сен шаңарағыңнан хәм досларыңнан айырылған шығарсаң, бирақ Жақсы Шопан *Сени хеш қашан таслап кетпеймен, хеш 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 *хасасы* илгек болып, қойды қәўип астынан илдирип, көтерип алады (сабақтың басындағы сүўретке қараң). Таяқ хәм хаса шопанның өз қойларын қутқарып, қорғауы үшін 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 хасасы Ийса туўралы не айтады? [18]

Қудай мен үшін қай жерде *дастурхан таярлап қойыпты* (Забур 23:5)? [19]

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

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

Бизлердің жағдайымызға қарамастан, Ийса бизлерді Өзи менен бирге «аұқатланыуға» мирәт етеди (Аян 3:20). Бизлер қаншелли үлкен машқалаларға дус келсек те, Ол бизлердің Онда қууаныуымызды қәлейди. Павел қамақта отырып былай деп жазады: *Ийемиз бенен қатнаста болып, бәрқулла қууаныңлар. Тәкирарлап айтаман: қууаныңлар* (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 (Забур 22:5)? [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 кесеңизді және толтырса, олар сениң қонып қалғаныңды қәлегенин билдиреди. Бос кесе олардың сениң кетиуіңди қәлегенинің белгиси болады. Ийса бизлердің кесемизді қайта толтырады — Ол бизлердің Оның дәрғайында үзликсиз қууанышқа 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 еслеуің керек? [22]

Өмирим бойы нелер *изимнен жүреді* (Забур 22:6)? [23]

Тек ғана Жақсы Шопан толығы менен жақсы хәм исенимли.

«Сүйспеншилик» сөзи түп нұсқа тилинде *Хесед*. Ески Келисимде бул әхмийетли сөз. Бул Қудайдың келисим дүзген Өз халқына болған садық сүйспеншилигин 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 мәңги жасайман (Забур 22:6)? [24]

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

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

Усы Забур жырын үйрениўиң арқалы Қудай сени қалай шақырып атыр?

Жууаптар

- 1 – Бизлер Жақсы Шопанның изине ериуіміз керек.
- 2 – Дауыт.
- 3 – Шопан.
- 4 – Шопан қойларының жақсы азықланып атырғанын хәм ден саулығы жақсы екенін бақлап барады.
- 5 – Ол Өзи Қудай екенін айтып атырған еди хәм Ол бизлердің ғамхоршы қорғаушымыз хәм жетекшиміз.
- 6 – Ол бизлердің қутқарушымыз екенін айтып атыр, Ол хәр бириміз бенен тири хәм жақын қарым-қатнас қылуыды қәлейди хәм бизлерди басқа исениушілер менен бирлестириуіди 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 сүй бойында.*
- 12 – *Жанымды қайта тиклейди.*
- 13 – *Ол мени туйры жолға жетеклер.*
- 14 – Бизлер Қудай менен хәр күни бирге уақыт өткерип, Оның сөзин оқып, дуға 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 — Жаңа Ерусалимге бараман дегенше, Өз қойларын, яғнай бизлерди толығы менен қорғап алып жүреді.
- 19 – *Көз алдында душпанларымның.*
- 20 – Ол бизлерди Өз дәргайы менен шадлыққа толтырып, хәр күни бизлер менен бирге аұқатланыуыды қәлейди.
- 21 – *Басыма май сүртип, Кесемди мениң толтырасаң.*
- 22 – Бизлер Ийсаға исенгениміз ушын адамлар қандай қантаста болыуына қарамаста, Ол бизлерге хұрметли мийманындай етип қатнаста болады!
- 23 – *... жақсылық хәм сүйиспенишилик.*
- 24 – *... Жаратқан Ийениң рүйи мәңги мәканым болар.*

2-Сабақ:

Тыңлау



Бұл сабақлық бир-биримизге болған сүйіспеншилик хәм хұрмет-иззет болмағаны ушын, қарым-қатасымызды қалай бузып, ұайран қылатуғынымыз туўралы болады. Бұл бир-биримизди 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, жуўап жазып, биринши адамды критикалап атыр хәм кейин өзлери туўралы сөйлесип баслады.

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

Сүйіспеншилик

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

Бұл аятлар сүйіспеншиликтің қаяқтан келетуғыны туўралы не дейди?

Сүйіспеншилиги жоқ адам туўралы бул аятлар не дейди?

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

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

Хүрмет-иззет

Сүйиспеншиликти көрсетиудің әхмийетли жолы — бул бир-биреуге хүрмет-иззет көрсетиу. Бизлер хүрмет етпейтуғын адамларды тыңламаймыз.

Тыңлау бойынша 1-тест

Бир-бириңизди туысқанлық сүйиспеншилик пенен шын жүректен сүйиңлер. Бир-бириңизге өз ара хүрмет көрсетийге тырысыңлар (Рим. 12:10).

Төмендегилерди қалай тыңлайсан:

- ата-ананды?
- Қәйин ата хәм анаңызды?
- күйеуиңизди/хаялыңызды?
- балаларыңды?
- келиниңди?
- Үйиңде жасайтуғын басқа адамды?
- Жәмәәтиңдеги жетекшилерди?
- Жәмәәтиңе келгенлердиң хәммесин (хәттеки минези жаман адамларды!)?

Сениң усы адамларға болған қатнасыңнан Қудайдың кеули 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 хүреметсизлик еткен уақытларың ушын Қудайдан кеширим сораң. Оннан өмириңдеги адамлар ушын жаңадан қәдирлейтуғын жүрек бериуиң сораң. Оннан сол адамларды жақсы тыңлаушы болыуың ушын сораң.

Тыңлау

Тыңлау темасы қаншелли әхмийетли тема екенин түсиниу ушын, өткен өмириңде болған қапагершилик ямаса жаракатланған уақытта, биреудің сени тыңлауына мүтәж болғаныңды ойлан. Сен сол уақытлары олар менен бәлиспекши болғаныңда, олар немқурайды етип тыңлады хәм бул сени алдыңыдан да қыйнады. Хәзир бул хәққыңда айтпа, бирақ сол уақытта өзиңди қалай сезгениң тууралы ойлан. Сол тууралы хәзир қандай сезимдесен? Басыңнан кеширген сол ауыр жаракатлар бир-биримизди тыңлап үйрениуе не ушын мүтәж екенимизди көрсетеди. Бизлер басқа адамлардың ауыр жаракатлы кеширмелерин тыңлағанымызда, олардың жаракаты әдеуір жеңиллесип, көтере алатуғындай болады.

Елши Юхан бизлерге былай деди: *Перзентлерим, 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 жуўыртаық:

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

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

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

- Жан ашырлық** — биреўдиң машқаласы хаққында 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** — өзинди 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 (**Филиплилер 2:3**).
- Мөмин** — басқалардың сезимлерин есапқа алып, өзимизди ашыўшақ сезимлеримиздиң басқарыўына жол қоймаўды аңлатады. Бизлердиң уллы үлгимиз болған Ийса — мөмин хәм кишипейил болды (**Матта 11:29**).
- Сабырлы** — ашыўдың қарама-қарсы мәниси болып, биреў ямаса бир нәрсе ашыўымызға тийсе, ғәзеплениўде, 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 хәрәкетлер биреўди қапа ямаса жек көринишли қылып қоймай ма?
- Бойсыныў** — Ийса бизлерден не ислеўимизди қәлесе, соны орынлаў. Соның ушын, жоқарғы хұкиметке де, егер әлбетте, ол Қудайдың буйрықларына қайшы келмесе, онда тартыссыз бойсыныўды аңлатады (**Әфес. 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 үй 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 әпиұайы 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 өзиң хаққында айтып баслайсаң
- адамлар кеўлиндегин бөлисип атырғанда, сен олардан қосымша аўқат ямаса чай кәлейтуғынын сорайсаң.

Сен ислеўиң мүмкин 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, ашыўланасаң
- олар сеннен жасы киши болғаны ушын ямаса жәмәәтте жаңадан келгени ушын ямаса шаңарағында 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 бөлиседи 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 жарылқау хәм жигерлендириүши бола алатуғынымызды үйренемиз.

Жүреклеримизге шыпа Бериүши

Баслау ушын, келиңлер, жарақатланған жүреклеримизге Ийса беретуғын шыпа тууралы ой жууыртайық.

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

Ийшая 61:1–3-аятларды оқың.

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

Келиңлер, хәр бир фраза нени аңлататуғыны тууралы ойланайық:

- **ол мени жарлыларға хош хабар жәриялау ушын майлады** (1-аят)
Бизлер физикалық жарлы, руўхый жарлы ямаса еки тәреплеме де жарлы болуымыз 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 жарақатланыуы мүмкин хәм бизлер усы тәризде өмирде жасауды дауам етемиз, бирақ бул жарақат эмоциялық кемшиликке, аўырыуға алып келеди. Ийса жараларымыз хәм жарақатларымызды Оған тапсыруымызды қәлейди, солай етип, Ол бизлерди қайтадан тиклейди. Көп адамлар жарақатларын қайтадан байлатыуға мүтәж болады!

- **тутқынлардың азатлыққа, Қамақтағылардың еркинлікке 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 хүрметке 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 көрсетиў 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).

Мухаддес Китапта тынышлық деген сөз — жүректің, ақыл-ойдың хәм жанның жақсы болыуын аңлатады. Бул тынышлық тек ғана бизлер Қудай менен хәм бир-биримиз бенен бирлесип, татыу жасаған уақытта келеди. **Юхан 14:27, Эфес 4:3 хәм Филип. 4:6–7.**

Көпшилигимиз шаңарағымыз, ақша, келешек х.т.б. тууралы тәшиуишленемиз. Бизлерге хәммесинен бетер ең кереклиси тынышлық болып, буны тек ғана Қудай бере алады. Және де, Қудай хәр биримизде тынышлықты өсириу ушын бизлерди қолланғысы келеди.

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

Күн дауамында бизлердиң барлығымыз көп эмоцияларды басымыздан кеширемиз.



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



2) Кейинги хәптеде қандай жаман эмоцияны басыңыздан кеширдиңиз?

2 жууапқа қараң хәм сен қайсы эмоцияны атамағаныңызды көриң. [2]



Биреуіге қууанышлы эмоциясын бизлер менен бөлисиуіне жол қойсақ, бул олардың қууанышын хәм тынышлығын күшейтеди. Биреуіге қайғылы эмоциясын бөлисиуіне жол қойсақ, бул оның қайғысын көбирек жеңиллетеди — олардың тынышлығы әдеуір тикленеди.

Сен басқалардың тынышлығын өсириуіге жәрдем беретугын адамсаң ба?

Сен басқа адамлар өзлериниң ишки сезимлери менен исенип бөлисе алатугын адамсаң ба, сени олар тууралы мыш-мыш айтпайтуғын адам деп биле ме?



Егерде сенде қайғылы эмоция болса, не қылған болар едиң? Буларды жасырған болар ма едиң? Бизлер жаман сезимлеримизди өзимизге ямаса басқаның алдында тән алмасақ, онда басқа адамларға тез ашыуланып қалыу аухалы 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 өсиуіне қалай жәрдем бере алатуғынымыз тууралы ойланып көрейик. Биринши үлкен жол — бул бизлер оларды жақсы тыңлап билиуіміз тийис. Бир адам жарақат алған болса, оларға жәрдем беріуідиң ең жақсы жолы **жақсы тыңлау** хәм жақсы тыңлап болғаннан соң, **оларды Ийсаға алып келиуі**.

Кейин, бизлерде қайғылы эмоциямыз болған уақытта, бизлерде олар менен бөлисе алатуғындай исенимли достымыз болады хәм оларға жарақат етпестен бөлисемиз. 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? [3]

Басқа адамларды қалайынша жақсы тыңлай аламыз? Бул бойынша пикирлерди 2-Сабақтан көриуиңизге болады.

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

Еки адам: биринши адам өткен хәптеде оларда болған кишкене машқала туўралы екинши адамға айтып береди. Екинши адам 4-жуўапта көрсетилгендей етип, оны жақсылап тыңлайды. [4]

Талқылаң:

Биринши адам өзін қалай сезді?

Екинши адам биринши адамға жәрдем бериў ушын не иследи?

Бизлер жақсы тыңлаўымыз ушын басқа қандай нәрселерди ислей аламыз?

Илажы барынша көп пикирлерди жазың. Өз жуўапларыңызды 4-жуўаптағы дизим менен салыстырып көриң.

Ийсаның үлгиси бойынша жүриң

Юхан 4:1–29 оқың.

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

Самариялы хаялға жәрдем бериў ушын, Ийса не қылды?



Мүмкін болғанынша бір неше вариантты ойлаған уақытыңызда, оның тағы не ислегенин билиу үшін өз жууапларыңызды 5-жууап пенен салыстырып көрің. [5]

Ол усы хаял менен сәубетлесюу нәтийжесинде, хаял өмирин Ийсаның қалай өзгерткенин көп адамларға айтып берди!

Егер адамларды Ийсаға алып келиуді қалесек, бизлер бір неше нәрсени ислеуимиз тийис. Жақсырақ орынлауды қалеген пунктлердің қасына белги қойың:

- Басқа адам сәубет уақытында өзін қолайлы отырғанына исенимиңиз кәмил болсын.** Олар менен өз-ара сөйлесюуге орын табыуың керек пе?
- Басқа адам тууралы хәр қандай негатив сезимлерди жеңип өт.** Олар менен хұрметин орнына қойып сөйлесе алатуғыныңа исенимли болың — егер ондай болмаса, биреуден оларға жәрдем бериуин сораң. Сен Ийениң алдында өз сезимлерің үшін тәубе ет.
- Жағдай **фактлерин түсин.** Не жүз берди? Өзине айтылмаған нәрселерди ойламаң.
- Олардың сезимлерин тыңлаң хәм дыққат аударың.** Бул оларға қандай тәсир етти?
- Олардан қандай да **тәубе ететуғын** гүна бар я жоғын сораң (Яқып 5:16) бирақ оларды **хүким етпе** (Матта 7:1–2)
- мәсләхәт бериюге жүдә асықпаң**
 - мысалы, сен былай сорауың мүмкин: «усы жағдайды елде жаманластырған сениң және бир ислеген исиң бар ма?» ямаса «Усы және қайталанбауы үшін қандай хәрәкет етиуің мүмкин?»
 - егерде қандай да мәсләхәтиң болса, буны бермесіңнен алдын олар сеннен мәсләхәт алыуды мақул көре ме ямаса көрмей ме, сора. Егер олар аўа, деп айтса, сол уақытта ғана өз мәсләхәтиңди берсең болады.
 - Оларға қандай да бир гүнаны **кишипейллик пенен** көрсетің, тек ғана егер олар буған тәубе етпесе (Бизлер Жаңа Келисимдеги гүналар тууралы айтып атырмыз) Бирақ олардың гүналарын әшқара етиюге асықпа — **Матта 7:3–7 — есте тутың!**
- оларды Ийсаға алып келиң!** Ийсаның бизлерди кеширетуғыны, жүрегимизге шыпа беретуғыны хәм бизлерге тынышлық беретуғыны тууралы жақсы хабарды айтың. Бизлер келешекте Ийса менен аспанда бирге болатуғынымыз хаққындағы келешек тууралы айтып бериң.
- олар менен бирге **дуўа етиң.**

Дуўа етиу

Базыда бизлер жәрдем бере алатуғын жағдайлар болады хәм базыда жәрдем бере алмаймыз. Бирақ бизлер менен өз қыйыншылығын бөлискен адамға хәмме уақытта **дуўа етиуимиз** тийис. Биреудің машқалаларын шешиу бизлердің уазыйпамызға кирмейди, бирақ олардың барлық машқалаларын шеше алатуғынның алдына алып барыуымыз керек — оларға Ийсаның кимлигин еслетип өтиң!

Жуп болып ислеитуғын шынығыу

- Биринши адам хәзир қыйын деп билген бир нәрсе хаққында айтады. Екинши адам дыққат пенен тыңлауы тийис, биринши адамның сезимлерин тән алың хәм кейин биринши адам үшін дуўа етиң.
- Кейин жоқарыдағы қәдемди рөллерди алмасып қайталаң.
- Тамамлағаннан соң, бул қыйын жағдайыңыз хаққындағы сезимлеріңиздің қалайынша өзгергенин 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 – 1) бахыт, толқынланыў, қуўаныш, жигерлениў
2) кәўетер, алжасыў, кеўилсизлениў, ашыўланыў, түршигиў, қапа болыў, үмитсизлик, қорқыў, шокқа түсиў, ғәзеп.
- 3 – Бул олардың тынышлығын көбейтеди.
- 4 – Биреў саған өзиниң жүрегіндегилерди бөлисип атырғанда, ол ушын қайғырып, жанашыр болың. Биреў сениң менен әҳмийетли 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 өзгертпес.
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.
- 5 – Ийса ҳаялды 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 усында хәм гүнасын тән алыўын айтты.
Ийса ҳаялды хұким етпеди, Ол әпиўайы ғана фактлерди айтып өтти.
Ийса ҳаялды кеширим, жаңа өмир хәм Қудай менен тынышлық беретүғынға қарай жетеледи.

4-Сабақ:

Әшкаралап туұрылау



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

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

Мухаддес Руўхтың айрықша ўазыйпасы бар: бул — хәр биримизди Ийсаға көбирек уқсатыў. Биз хәр күни Қудайдиң сөзин оқығанымызда, Мухаддес Руўх бизге **нелерди** өзгертиўимиз кереклигин көрсетеди; ол және өзгериўимизге жәрдем береди. Бирақ бизлер гейде гүң болып қаламыз! Ал гейде соқыр боламыз! Гейде бизлер Мухаддес Китапта адамлардың гүнасы хаққында айтқанда, бул бизлерге тийисли емес, деп ойлаймыз. Ийса бизлердиң 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 надурыс жолдан қайтарған адам бир жанды өлимнен қутқарған хәм көп гүналарды жуўған болады»* (Яқып 5:19–20).

Биреў бир гүнакарды надурыс жолдан қайтарса не жүз береди? [2]

Бизлер бир-биримизди жолдан азғырылыўдан сақлаў ушын жәрдемлесемиз. Буны қалай ислеў кереклиги ҳаққында қандай пикирлериңиз бар?

Мүмкин болған көплеген пикирлерди ойлап тапқаныңызда, басқа да идеялар ушын 3-жуўапқа карап шығың. [3]

Қарама-қарсы жыныстағы адамлар менен дурыс қарым-қатнас жасаўдың әҳмийети үлкен. Жәмәәтиңизде әдепсизлик бар деген пикирлердиң пайда болыўына жол қоймаң.

Биреўдиң Ийса менен қарым-қатнасы қалай болып атырғанын билиў ушын, қандай сораўлар бериўиңиз мүмкин? [4]

Егер биреўдиң гүна ислеп атырғанын ямаса гүна ислеў қәўпи бар екенин сезсеңиз, не ислеўиңиз керек? [5]

Басқаларды қалай әшкаралаў кереклиги туўралы

Ийса былай деди: «Сен неге туйысқаныңның көзиндеги шөпти көрип турып, өз көзиңдеги қаданы сезбейсең? Өз көзиңде қада бола тура, қалай: «Қәне, көзиңдеги шөпти алып таслайын», — деп туйысқаныңа айтасаң? Хәй, еки жүзли! Дәслеп өз көзиңдеги қаданы алып тасла, сонда анық көрип, туйысқаныңның көзиндеги шөпти алып таслай аласаң» (Матта 7:3–5).

Басқа биреўдиң қәте ислеп атырғанын айтпастан бурын не ислеўимиз керек? [6]

Бизлер **хәммемиз** гүнакар екенимизди есте тутың, солай етип, егер бизлер **кишипейил** болсақ, басқалардың тек ғана гүнасы туўралы айтып қойыўымыз керек! Кишипейил адамлар өзлериниң хәлсизлигин хәм гүнасын биледи. Менмен адамлар өз хәлсизлигин хәм гүнасын тән алмайды, ал тек ғана басқа адамлардың хәлсизликлерин хәм гүналарын көреди.

Елши Павел: «Туйысқанлар! Егер биреўдиң гүна ислегени мәлим болып қалса, Мухаддес Руйхқа бойсынып жасап атырған сизлер бундай адамды мүләйимлик пенен туйыры жолға салыңлар. Сизлер де азғырылмаўыңыз ушын өзлериңизге сақ болыңлар», — деди (Гал. 6:1).

Биреўге гүнадан қайтыўға жәрдем бергенде, қандай еки нәрсени есте тутыўымыз керек? [7]

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

Мына сәўбетлесіуді 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 оның менен бир өзим ушырасып жүргеним ушын тәўбе етийим керек.*

Гуля: Аўа! Және не ислеўиң керек?

Аина: *Мен басқа жумыс 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: *Аўа, өтинемен!*

Гуля: Ийсадан кеширим сораўға таярсаң ба? Хәзир дуўа 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 табыўына жәрдем берсин. Енди Ийса менен жаналанған қарым-қатнасыңыздың рәхәтин көре аласаң! Сен ушын дуўа етсем бола ма?

Аина: *Әлбетте.*

Хаяллар ушын сораўлар:

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

Гуля оған нени ўәде етти? [9]

Сәўбетлесиўдиң нәтийжеси қандай болды? [10]

Егер Аина бул сәўбетти өткермегенде нәтийже қандай болған болар еди? [11]

Қалай етип Гуля Галатиялылар 6:1 аятқа бойсынды? [12]

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

Мына сәўбетлесиўди 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 экенин айта аласаң ба?

Сердар: *Яқ, ҳеш кимге айта алмайман.*

Рахим: Хеш кимге айтпасаң, сол гүнаның қулы болып қаласаң. Биреўге гүнанды айтқанда, сол гүнаның күши әдеўир азаятуғынын билесең бе? Егерде қылып атырған ислериң нызамға қарсы жынаят болмаса, маған айтқанларыңды хеш кимге билдирмеймен, деп сөз беремен. Бирақ, мен саған усы гүнаны жеңиўиңе жәрдем бергим келеди. Маған айтыўға таярсаң ба?

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

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

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

Рахим: Маған айтқаның ушын рахмет. Бул батырлық болды.

Сердар: *Хеш кимге айтпайўға ўәде бересең бе?*

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

Сердар: *Тәўбе етиўим керек.*

Рахим: Тағы не ислеўиң керек?

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

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

Сердар: *Аўа, рахмет!*

Рахим: Ийсадан кеширим сораўға таярсаң ба? Хәзир дуўа етиўди 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.*

Еркеклер ушын сораўлар:

Сердар Рахимге өзиниң ислеген иси ҳаққында айтыўға не ушын батыллық таба алды? [13]

Рахим оған не деп ұәде берди? [14]

Бул сәўбеттиң нәтийжеси қандай болды? [15]

Егер Сердар/Айна бул сәўбетти жүргизбегенде, нәтийжеде қандай жағдай жүз берген болар еди? [16]

Рахим Галатиялылар 6:1-аятын қалай орынлады? [17]

Тайғанақ қыялық

Көпшилик адамлар бирден үлкен гүна ислемейди. Дәслеп надурис бағдарға кишкене бир қәдем таслайды, кейин басқасын, кейин басқасын. Бул тайғанақ қыялыққа түскендей бир нәрсе. Төменге түскен сайын қайтып жоқарыға 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 ұазыйпамыз — 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 (Әфес. 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 ислей аласыз?

Мүмкін болғанынша көп усылларды ойлап тапқаннан кейін, көбірек пикирлер ушын 18-сораудың жууабына қараң. [18]

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

Мақсет өзиңизди қаншелли таң қалғаныңызды айтып ямаса шаңарағыңызда хеш ким бундай ис қылмайды, деп өзиңизди жақсырақ көрсетиуден ибарат емес. Керисинше, мақсетиниз — исениуиши тууысқаныңызға өлимге алып баратуғын жолдан қайтыуына жәрдем бериуи болып табылады. Сондай-ақ, жәмәәттің басқа ағзаларын да олардың гүнасын қайталаудан қорғауды қәлеймиз.

Сыр сақлау

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

Сиз сыр сақлауға қаншелли уқыплысыз? Сиз биреудің мойынлаған гүнасы хаққында хеш кимге айтпауға үәде бере аласыз ба?

Егер биреуи сизге ауыр ямаса қәуипли нәрсе айтса, сиз бәрибир басқаларға айтпауиңыз керек, ал, керисинше, шопанға ямаса жәрдем бере алатуғын биреуге айтыуиңыз керек (мысалы, оны емлеуиханаға апаруи керек болыуи мүмкин).

Ийса былай деди: Егер тууысқаның саған қарсы гүна ислесе, оған бар да, аулақта сөйлесип, айыбын бетине ашық айт. Егер ол сөзиңди тыңласа, онда тууысқаныңды өзиңе қайтарып алғаның болады. Егер ол сөзиңди тыңламаса, өзиң менен бирге бир ямаса еки адамды ертип оған бар, өйткени айтылған барлық сөзлерің еки ямаса үш адамның гүналығында тастыйықланыуи тийис. Егер олардың да сөзин тыңлағысы келмесе, онда исениуишилер жәмәәтине айт. Ал исениуишилер жәмәәтин де тыңлағысы келмесе, онда оны бутқа табыныуишы хәм салықшы деп сана (Матта 18:15–17).

Егер биз биреуи гүна қылып атыр, сондай-ақ, сизге қарсы гүна қылып атыр деп ойласақ, қандай үш қәдемди әмелге асырыуиымыз керек? [19]

Гүнакар адамның рухсатысыз, оның гүнасы хаққында басқа адамларға айтып бериуи дурыс па? [20]

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

Жәмәәт алдында биреуи уялтыуи — биз ислейтуғын ең соңғы нәрсе: бирақ буны тек ғана егер жәмәәт ағзасы бәрхама гүна қылып, тәубеге келиуден бас тартып атырған болса, усылай ислен.

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

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

Даналар арасында ким болады? [21]

Қудай көбинесе шаңарақ ағзаларымыз арқалы бизлердиң надурис ис ислеп атырғанымызды айтады. Бирақ көбинесе олар бизлерди гүна болмаған нәрселер ушын сынға алады — көп ҳаяллар өзин бәрқулла сынға алып, әшкаралайтуғынын сезеди!

Сынға алып, әшкаралау менен дурыс жолға салыудың айырмашылығы неден ибарат? [22]

Өзиңизге жақпайтуғын, бирақ гүна болмайтуғын нәрселерди сынға алып, әшкаралаған мысаллар келтире аласыз ба? [23]

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

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

Сынға жууап бериудиң еки усылы бар:

Ийсаның жолы бойынша:

- айыплау ҳаққында дуға етиң — Ийсадан айыплаудың ҳақыйқатлығын, хәтте айырым бөлеги ҳақыйқат болса да, көрсетиуин сораң.
- егер бул ҳақыйқат болса, яки тек бир бөлеги ҳақыйқат болса, тәўбе етиң хәм Ийсадан сизди кешириуин хәм буннан былай бундай ислемеуиңизге жәрдем бериуин сораң.
- бул ислерди басқа ислемеуиңиз ушын Ийсадан жәрдем сорап атырғаныңызды сол адамға билдириң.

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

Өзимиздиң жолымыз бойынша:

- ашыулануы хәм өкпелеу,
- өзиңизди ақлау (мысалы. «Мен солай ислеимен, себеби сен маған солай ислеисең»).
- басқа адамды қаралау.

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

Бир адам өмириңиздеги гүна хаққында айтып беретуғын ўақытқа, өзиңизди қалай таярлауыңыз мүмкин?

Шақырық

Бул сабақтың нәтижесинде сиз өз минез-қулқыңыздан нелерди өзгертпекшисиз?

Дуға

*Қудай, мени тексерип, жүрегимди бил,
Мени сынап көр хәм пикирлеримди бил.
Қара, қәйипли жолда жүрген жоқпан ба?
Мени Өзиң мәңгилик жолына жетеле!
(Забур 138:23–24)*

Жуаплар

- 1 – Хәр бир инсан қәдирли екенлигин, Қудай хәр бир гүнакар адамды гүнасынан қутқаруўды қәлейтуғынын үйретеди.
- 2 – *Оларды өлимнен қутқарды хәм көплеген гүналарды жайып таслады.*
- 3 – Идеяр төмендегилерден ибарат:
 - жыйналысқа келген хәр бир адамға сүйиспеншилик көрсетиң, солай етип, олар жыллылықты көрип, 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 – Идеяр 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 хаққында сөйлесиўге хәрекет 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 бақлауымыз тийис, сонда гүна ислеўимизге жол қоймаймыз.

- 8 – Айна Гуляға исениўге болатуғынын, Гуляның сүйетуғынын, оған жақсы тилеклес екенин хәм оны хүким етип, жаманламайтуғынын түсинди.
- 9 – Гуля Аинаның сырын хеш кимге айтпаўға ўәде берди.
- 10 – Айна қайтадан Ийсаға бурылды хәм жумысын қойып, өзин азғырылыўдан алып шықты.
- 11 – Айна мүмкин гүна ислеўди даўам етип, Ийсаға ермей қойған болар еди, сондай-ақ, дозақ жолында болыўы мүмкин еди.
- 12 – Айна жумсақ минезли болып, қатал емес еди. Ол азғырыўы мүмкин болған нәрселердин хеш бир майда-шўйдесин сорамады.
- 13 – Сердар Рахимге исениўге болатуғынын, Рахимниң оған жақсы тилеклес екенин хәм оны хүким етип, жаманламайтуғынын түсинди.
- 14 – Рахим Сердардың сырын хеш кимге айтпаўға ўәде берди..
- 15 – Сәрдәр Ийсаға жүзин бурып, сўўретлерди өширип таслап, өзин азғырылыўдан алып шықты.
- 16 – Сердар мүмкин гүна ислеўди даўам етип, Ийсаға ермей қойған болар еди, сондай-ақ, дозақ жолында болыўы мүмкин еди.
- 17 – Рахим жумсақ минезли болып, қатал емес еди. Ол азғырылыўы мүмкин болған нәрселердин хеш бир майда-шўйдесин сорамады.
- 18 – Идеялар төмендегилерден ибарат:
- оларға айырым адамлардың ислеп атырған гүнасы хәққында 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 хәққында айтып бериң,
 - бул гүнаның ақылсызлығын көрсетиўши нақыл яки гүрриң айтып бериң,
 - адам менен оның гүнасы хәққында сөйлесиў ушын мүнәсип адамды табыў (туўрыдан-туўры ямаса басқа жол менен).
- 19 – Барып олардың жеке өзине айт, егер саған қулақ салмаса, сөйлесиў ушын өзиң менен бирге басқа биреўди алып бар, егер олар сонда да тыңламаса, пүткил жәмәәтке айт.
- 20 – Яқ — егер сизиң орныңызға сол адам менен сөйлесе алатуғын бир исенимли адамға айтып атырған болмасаңыз.
- 21 – Ким өмир бағышлаўшының дүзетиўине итибар берсе.
- 22 – Дүзетиў — айқын гүна бар болған ўақытта. Қаралаў, жаманлаў — бул басқа адамның сизге унамайтуғын ислерди ислеп атырғаны.
- 23 – Бизлерге олардың аўқат таярлаўы, тазалаўы, кийимлери, тәрбия усылы хәм басқалар унамайды.

5-Сабақ:

Келиспеушилик



Бул сабақта мыналар тууралы пикир жүрүтөбүз:

- калай келиспеушликтиң алдын алыу,
- келиспеушликти шешиүүгө калай хәрекет етиүү,
- хәм басқа адамлардың арасындағы келиспеушликти шешиүүине калай жәрдем бере аламыз.

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

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

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

Қашан бизлер биреу менен жақын қарым-қатнаста болсақ, сол жерде келиспеушилик болады!

Руўхый келиспеушилик

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

Солай етип, бизлер хәмме ўақытта келиспеушиликке араласқанымызда тоқтап, мен ким тәрәптемен, деб ойланыўымыз керек. **Мен бул урыста Ийсаға хызмет етип атырман ба ямаса шайтанға ма?** Билип қойың: шайтан бизлерди хаксаң деп алдаўды жақсы көреді. Бирақ жийи-жийи бизлер жарақатланған, өзимизди ойлайтуғын хәм менмен жүрегимизди қорғаймыз!

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

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

Келиспеушиликтің алдын алыу туұралы

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

Келиспеушиликтің алдын алыу туұралы бир неше пикирлер:

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

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 хәр күни Ийса менен бирге өткерийўге ўақтым жоқ деп ойласаңыз, буны жәнжеллерден аўлақ болыў ушын зәрүр болған күнделикли даналықты алыў деп есаплаң. Қандай да бир келиспеушиликке шешим табыў қаншама ўақытты алатуғынын хәм қанша зыян келтиретуғынын ойлап көрин. Хәр күни жақсы хәм биргеликте тыныш-татыў жасаўымыз ушын бәршемизге көп даналық керек.

2. Жанындағы адамды сўй хәм хұрмет қыл

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

Ең баслысы, бир-бириңизди шын жүректен сўйиңлер. Өйткени сўйиспеншилик көп гұналарды 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 гана 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?» — деп сораўыңыз керек.

4. Есиңизде болсын: Сиз шаршаған ямаса стресске түскен ўақтыңызда, ашыўға берилиў итималлығыңыз жоқары болады

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

5. Тез кешириң

- Бизлер ойлағанымыздан гөре көбірек гүнакармыз! *Туұысқанымыздың көзіндеги шөпти дәрхәл көремиз*, ал *өз көзимиздеги қадаға* итибар бермеймиз (Мат 7:3)!
- Реҳимсиз хызметкер хаққындағы тымсал Қудай бизлерди соншелли кеширгенин, сонлықтан да, бизлер де басқаларды кеширмеўге хақымыз жоқ екенин ескертеди (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 ескерттип өтти. (Матт 6:14–15).

Пикир жүритип көриң: Басқа адамлар менен келиспеушиликтің алдын алыў ушын сизге булардың қайсы бириниң үстинде ислеўиңиз керек?

Өзимиздиң келиспеушилигимизди шешиўге қалай хәрекет етемиз

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 жұмысларым 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 айқат пенен келди хәм хеш нәрсе деместен столға отырды)

Фархад: Сөйлесип алсақ бола ма? Мен өзимниң 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 айқат пиесириўге де ўақыт табыў жүдә қыйын. Бирақ енди үйди таза услаў сен ушын қаншелли әхмийетли екенин көрип турман, енди үй жұмысларын 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-биримиздиң 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 бул жүдә унайды! Көп ұақтымды телефонға сарплағаным ушын мени кешир. Мен досларым менен сөйлесиўден алдын хәмме жумысларды ислеўге хәрекет етемен!

(Фархад хәм Маша бир-бирин қушақлады)

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

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

1. Жаратқан Ийеге **дуўа етип**, усы келиспеўшиликке 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 сөйлесиўден бас тартыў, келиспеўшиликти шешпейди, ал оны және де күшейтеди! Бирак, екеўиңиз де ашыўланып турған гезде, бул туўралы сөйлеспегениңиз мақул. Екеўиңиз де тынышланғаныңызда ғана сөйлесип алың. Басқа адам менен сөйлеспестен **алдын**, барлық ашыўыңызды хәм ғәзебиңизди Қудайға тапсырың.
3. **Анық бир мәселе** хәққында сөйлесиң. Олардың барлық қәте хәм кемшиликлери ямаса жыллар даўамында жүз берген ұақыялар хәққында 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 бул мәселеде келисе алмай атырғанымызға хәм шешим таба алмай атырғанымызға мен қапа болып турман» деген жақсырақ.
6. Басқаларды тыңлаң хәм **олардың сезимлерин түсиниң** (мысалы: жаракатын, ғәзебин, қайғысын, қапалығын).
7. Хәр бир ислеген қәте-кемшилигиң ушын **кеширим сораўға** таяр болың.
8. Бул машқаланы шешиў ушын басқа адамда қандай идеялар барлығын **сораң**; оларды дыққат пенен тыңлаң хәм шешим ушын өз пикир-идеяларыңызды **усының**. Шаңарақ ямаса жәмәәттиң 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 ұақытты белгилен**. Зәрүр болған жағдайда, бул келиспеўшиликти шешиўге ким жәрдем бере алатуғынын өз-ара келисип алың. Келиспеўшиликтиң буннан да бетер күшейиўине жол қоймаң, шаңарағыңызда ямаса жәмәәтиңизде аўызбиршиликтиң бузылыўының алдын алыў ушын, оны шешиўге барлық күш-жигериң менен хәрекет ет.
10. **Шеригиңиздиң қандай адам екенин айыплап басқаларға айтып жүрмен**. Бул келиспеўшиликке басқа адамлардың араласыўына жол қоймаң!

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 сорағаның мақұл. Көпшилік адамлар хәтте бир-бирин жақсы билетуғынлар арасындағы келіспеушілікті шешиуге де үшінши адамның жәрдем бергенин пайдалы деп биледи.

Өсек пенен келіспеушіліктің шешимин 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 *жарастырыўшы* түсип, *оның* қалай жәрдем бериуи мүмкін екенин көресиз.

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

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

Арыслан: Сәлем, хош келдіңіз! Келиң, келиң. Қалайсыз? Бала-шағаңыз қалай? Илтимас отырың. Сәўбетке келгениңизден жүдә қуўанышлыман.

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

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

Арыслан: Баслаўдан алдын дуўа етейик.

(*Дуўа*) Қудай Әке, илтимас усы 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 кәлеймен.

Енди пикирлесиўимиз ушын базы қағыйдаларды келисип алысыўымыз керек:

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

Екеўиңиз де келисим бересиз бе?

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

Арыслан: Жақсы! Келиң баслаймыз. Даўлет, сиз биринши баслаң. Маған не болғанын айтып бериң.

Даўлет: Соңғы мәжилиске келгенимде жүдә қапа едим. Баслығым маған ашыўлы еди хәм мен шаршаған едим. Сонда Мурат маған стол менен отыратуғын орынлықларды таярлаўға жәрдемлес, дегенинде мен оған бақырып жибердим. Билемен ондай қылмаўым керек еди, бирақ маған не қылыў кереклигин айтқанын жақтырмайман, әсиресе келген ўақтымда.

Арыслан (*Муратқа*): Даўлет жыйналысқа келгенде, жумыстағы аўыр күннен соң келгенин хәм өзін шаршағанын айтқан екен. Ол келиўден-ақ сиз оған жәрдем бериў ушын не ислеўи кереклигин айтқан екенсиз. Ол саған бақырып жуўап берген. Мурат, Даўлеттің бул ўақыя ҳаққында не айтқанын маған түсіндире аласаң ба?

Мурат: Даўлет оған не ислеўи кереклигин айтқанымды жақтырмайтуғынын айтты. Сонлықтан ол маған бақырды.

Арыслан: Даўлет, Мурат нени еситпеди?

Даўлет: Соңғы мәжилиске келгенимде жүдә қапа едим. Баслығым маған ашыўлы еди хәм мен шаршаған едим. Мен оған бақырдым, себеби маған не қылыў кереклигин айтқанын жақтырмайман, әсиресе келген ўақтымда.

Арыслан: Яқшы. Мурат, Даўлет не дегенин маған бираз айтып бер.

Мурат: Соңғы мәжліске келгенде ол жүдә қапа еди. Баслығы оған ғәзепли 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: Сөйтп, 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 сораيمان. 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 сораيمان. 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)

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

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

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

Гәўхар: Баслаўдан алдын дуўа етиўди қәлеймен.

(Дуўа) Хүрметли 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 экенин 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.

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

Алтын: Соңғы жыйналысқа келгенимде жүдә қапа едим. Баслығым маған гәзепленген 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.

Гәўхар *(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 хаққында не айтқанын маған түсиндире аласаң ба?

Гүмис: Алтын оған не ислеуі кереклигин айтқанымды жақтырмайтуғынын айтты. Сонлықтан ол маған бақырды.

Гәўхәр: Алтын, Гүмис нени еситпеди?

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

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

Гүмис: Соңғы жыйналысқа келгенинде, ол жүдә қапа еди. Баслығы оған гәзепленген 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 ислеўди 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 бұрын 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 бұрын 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 шешимге жақынлап киятырмыз. Енди бул жағдайдың қайталанбаўы ушын ойланыўымыз керек. Қандай пикириңиз бар, Алтын?

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

Гүмис: Мен сени кеширемен, Алтын!

Гәўхар: 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 сораيمان. Илтимас мени кешир.

Алтын: Мен сени кеширемен!

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

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

(Алтын менен Гүмис бир-бирин қушақлады)

Мақсет — бузылған мүнәсебетлерди тиклеў. Буның ушын базыда 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 етин. Хәммемиз Қудайдың мийрими хәм кеширимине хәр күни мүтәж болған гүнакарлар екенимизди хәммесине еслет!
- Қағыйдаларды келесип 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 екинши адам қайталап айтып берсин, соның ишинде оның басынан кеширген сезимлерин де мойынласын.
- Биринши адам екинши адамның толық түсинбеген жерлерин дурыслап, толықтырыўына болады.

3. Екинши адамның сөзлери:

- Биринши адам екинши адамның оны толық еситкенин билгеннен соң, екинши адам бөлисе алады.
- Биринши адам екинши 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 ұсыныс машқаланы шешиў ушын қандай ұсынысы бар екенин сораң.
- Биринши адамнан 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 максет етиң.
- Екеўи де бир-бири ушын дуўа етиўине жол ашың.
- Егер әҳмийетли 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 оқын.

Забур жыршысы нени басынан кеширіп атыр? [1]

Ол қандай сезімлерди айтып атыр? [2]

Ол Құдайға болған исенимин қалай билдирип атыр? [3]

Усы сораўларға сиз байқамай қалған ҳеш нәрсе қалып қоймады ма, соны өз жуўабыңызды усы баптын соңындағы жуўаплар менен тексериң.

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

Бир-биримизди сүйиў ҳаққындағы сабағымызда, биз қалай қайғыратуғынымыз ҳаққында үйренемиз. Бул бизге жоғалтыў уақытларында өзимизди қалай сезетуғынымызды түсиниўге жәрдем береді хәм өз гезегинде басқалар жоғалтыўды басынан кеширіп атырғанда, оларды жақсырақ түсиниўимизге жәрдем береді. Соның менен бирге басқалар қайғырып атырған уақытында, оларға қалай жәрдем беретуғынымызды да ойлаймыз. Гал. 6:2 аят бизге *бир-биримиздиң айырманлығымызды көтериўимизди айтады*. Басқалар қайғырып атырғанда жәрдем бериў — айырманлық көтериўдин бир жолы болып есапланады.

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

- ағайин
- дос
- дослық

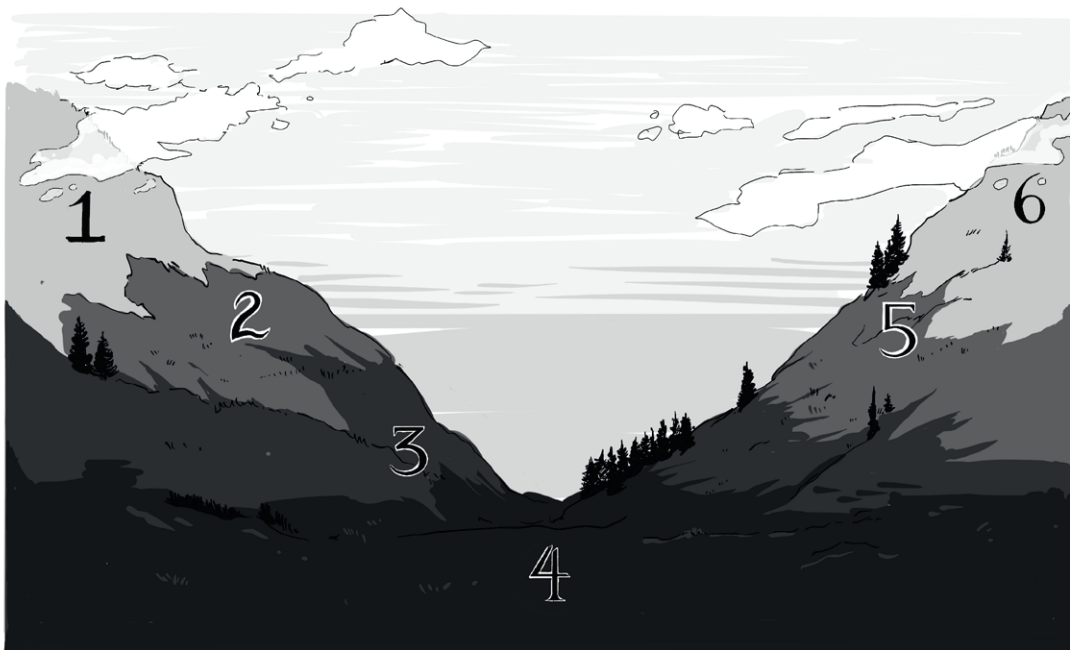
- жұмыс
- ден-саулығымыз
- жайымыз
- бизге қымбатлы болған нәрсе
- некеміз/шаңарағымыз
- тазалығымыз
- құрметіміз
- _____
- _____

Жоғалтқан базы нәрселер бар, оларды тез ұмытып кетеміз. Бірақ базы нәрселер бизің ұзақ ұақыт терең қайғыда жүріуімізге алып келеді. Бір неше терең қайғыларымыз бизің бір бөлегіміз болып калады — мысалы, перзентін жоғалтқан адам бул қайғыны өмири бойы алып жүріуі мүмкін. Белгіленетуғын бір садақалар қайтыс болған жақсы көретуғын адамларымызды қайта еслетіп турыуы мүмкін.

Ийса қайғырды (қыйналды; Юх. 11:35); Павел қайғының не екенін билетуғын еді (Фил. 2:27). **Қайғы өмириміздің тәбійғый бір бөлеги.** Бизің ұллы үмитіміз — бул бір күні 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 ұақыт келемен дегенше барлығымыз да қайғының (қыйыншылықтың) қандай да бір бөлегін татып көреміз. Сонлықтан да қалай қайғырыуды үйренейік хәм басқаларға қайғыларын жеңіп өтиуіне жәрдем берейік.

Хәр бір адам қайғыны хәр түрлі етип басынан кеширеди. Гейпара адамлар ушын бул ұақыт төменгі ойпатлыққа түсіп, кейін ол жерден көтеріліп тегісликтің арғы тәрепине шыққандай болыуы мүмкін. Бундай ұақытты «қайғы ойпатлығы» деп атаймыз.

Бизің қайғы ойпатлығымыз қысқа хәм сайыз болыуы ямаса керисінше, ұзақ хәм терең болыуы да мүмкін. Бул сабақта қайғының хәр қыйлы дәуірлерін үйреніп атырғанымыз себепли өмириңіздегі жоғалтыулар хәм сол ұақытлары қандай сезімлерді бастан кеширгениңіз хаққында ойланып көрің. Кейінгі мәрте (бірақ олай болмағай) қандай да жоғалтыулар жүз бергенде қандай хәрекетлер жәрдем беретуғынын көріп шығың.



Жағдай басқышлары	Белгилер	Бундай жағдай басқышында өзиңізге хәм басқаларға қалай жәрдем бере аласыз
1. Жоғалтыўдан бурынғы өмир	<ul style="list-style-type: none"> • өмир бир тегис хәм жақсы раўажланып атырғандай сезиниў. 	<ul style="list-style-type: none"> • Забур 22 бапты ядлап алың. • Қудайдың Сөзин, әсиресе Забурды терең үйрениўди даўам ете бериң. • 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	<ul style="list-style-type: none"> • Шокқа түсиў • Хәрекетсиз (қатып қалыў) (хеш қандай эмоциялар сезбейсиз) • Тән алмаў (бундай болыўы мүмкин емес) • Үмитсизлик (Мен енди хеш қашан бахытлы бола алмайман). 	<ul style="list-style-type: none"> • Бул тәбийғый жағдай екенин хәм оның өтип кететуғынын билиў. • Басқалардың сизге жәрдем бериўине жол қойың. • Өзиңиз қандай сезимлерди бастан кеширип атырғаныңызды басқаларға айтып бериң. • Забур 22 бапты еслеп, оны хәр күни қайталап, Қудайдың Ким екенин еске алың.
3. Жарақат (аўырыў) менен гүресиў	<ul style="list-style-type: none"> • Қапа болыў, қорқыныш, шаўқым көтериў (паника), тәртипсизлик сезими, айып, уят • Жылаў, уйқысызлық, мысалы: «Мен басқаша ис тутыўым керек еди» — деп өзин айыплаў. 	<ul style="list-style-type: none"> • Бул тәбийғый аўхал хәм ол жағдай да өтип кететуғынын билиң. • Мүмкиншилиги болса жұмыстан 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.	<ul style="list-style-type: none"> • Депрессия • Аўлақ болыў (адамлар қайғыда отырған адамның жанында болыўды қолайсыз көреді). • Жалғызлық (Хеш ким мени түсинбейди). 	<ul style="list-style-type: none"> • Бул да тәбийғый аўхал хәм ол жағдай да өтип кететуғынын билиң. • Өз қыйыншылығыңызды тән алып, алдыға қарай жылжый бериң. • Ийса хәққындағы Хош Хабарды есиңизге түсириң.

	<ul style="list-style-type: none"> • Қудай узақта деген сезім (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). 	<ul style="list-style-type: none"> • Забур 22-бапты еслеп, оны хәр күни қайталап, Қудайдың Ким екенін еске алың.
5. Қудайға исенимиңизди жаңалай отырып	<ul style="list-style-type: none"> • Жаңа жағдайыңызды қабыл етиў • Басқа қапа болмай жүргениңизге өзиңизди айыплы сезиўиңиз мүмкин. 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 тәрепке хәм жоғалтыўға бейимлесиў тәрепке хәрекет етиў	<ul style="list-style-type: none"> • Тынышлық хәм қабыл алыў. 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 азаптардың 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 әхмийетли. 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 хәрекет 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 әхмийетли нәрсе қайғыны басыңыздан кеширіуге жол қойып, оннан әсте ақырын алдыға жылжый берген макул.



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 жақынду, 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 өмирдеги күнделикли 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 қабилетлеримизди 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 көрсетиң, мысалы: аўқат писириу, үйди жыйнасыу, балаларға қарау, азық-аўқатлар 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 ҳаққында 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 өзиниздиң жойтқанларыңыз ҳаққында айтып жүрмең. Олардың қайғылары сиздиң қайғыңызға қарағанда жеңиллирек, деп айтыушы болмаң.
9. Оларға тек ғана Мухаддес Китап аятларын әсте хәм нәзик етип айтың. Уаз айтпаң!
10. **Есиңизде болсын биреулердиң сырларын басқалар менен бөлисиуши болмаң!**

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

Жуп-жуптан бөлинип, шынығыулар ислең

Кейинги бир неше жыллар ишинде басыңыздан өткен жоғалтыулар ҳаққында гезеклесип бөлисиң. Өзинизди 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 сезиу; үмитсизлик; депрессияға (түскинликке) түсиу; өзін алып қашыу хәм досларсыз қалыу; Қудай тәрeпинен қабыл етилмеу; өзін әдилсизликтiң қурбаны етип сезиу.
- 3 – Қудайға өзін қалай сезип атырғаны хаққында айтыуы. Қудайдың Ким екенін өзiнiң есине салып турыуы: Ол *сүйиуши хәм садық* (12 аят), *қутқарыушы* Қудай (2 аят).

Усы курсты тамамлағаныңыз бенен **ҚУТЛЫҚЛАЙМЫЗ!**

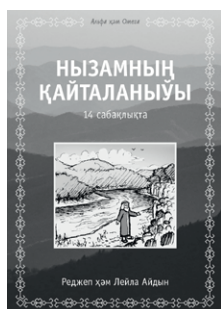
Бул курста өзимизге қайта-қайта еслетип турыўымыз керек болған көп нәрселер бар. Буны ислеўдиң бир жолы – усы курсты бирге үйрениў ушын басқа адамларды табыў ямаса, жыл даўамында бул курсты топарыңыз бенен және бир мәрте үйрениўди режелестириң. Бул сизиң басқаларды жақсы көриў қәбилетиңизди арттырыўға жәрдем береді.

**Қудай сизди жарылқасын хәм басқа көп
адамлар ушын жарылқаў қылсын!**

Альфа хәм Омеганың басқа китаплары



Мухаддес Китапқа шолыу жасау: 40 сабақ



Нызамның қайталаныуы: 14 сабақлықта

Мазмуну

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 сүйсеңдер хэмме усы аркалы сизлердиң Мениң шәкиртлерим екениңизди билип алады.

Юхан 13:35

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

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

- Жақсы Шопанның изинен жүриү — бул басқаларды сүйе алыуыңыздың тийкары болып табылады.
- Жақсы тыңлап билиү — сүйиспеншилигиңиздиң ең үлкен дәлили саналады.
- Эмоцияларды түсиниү хэм бөлисиү — солай етип, олар бизлерди басқармайды.
- Гүнаны дурыс әшкаралау — солай етип, мухаддеслик жолында бир-бириңизге жәрдем бересиз.
- Келиспеушликлерди шешиү — солай етип, сиз жәмәетіңизде ямаса шаңарағыңызда келиспеушликтің хәуиж алыуына жол қоймайсыз.
- Қайғыны түсиниү — солай етип, сиз жақсы қайғыра аласыз хэм басқалардың қайғысын бөлисип, жәрдем бересиз.

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