



Близкие отношения

ОБУЧЕНИЕ ЯЗЫКУ ЛЮБВИ

ПУТЕШЕСТВИЕ на машине по чужой стране — очень сложное дело. Особенно трудно, когда вы не знаете языка, на котором говорят люди этой страны. Вам просто необходимо выучить хотя бы самые распространенные разговорные выражения. Каждый из нас, вступая на путь построения близких отношений, чем-то похож на путешественника в чужой стране. Каким бы трудным ни казался вам этот путь, вам необходимо научиться истинному «языку любви», без которого практически невозможно достичь близких отношений с дорогим для вас человеком.

I. Определения

Если мы в глубине своего сердца не имеем доверия к Богу, если мы пытаемся даже от Бога скрыть истину о себе, — нашим взаимоотношениям с другими людьми также не будет хватать доверия и открытости, а без этого не может быть истинно близких отношений и неподдельной любви.

«Возлюбленные! будем любить друг друга, потому что любовь от Бога, и всякий любящий рожден от Бога и знает Бога. Кто не любит, тот не познал Бога, потому что Бог есть любовь» (1 Иоанна 4:7-8).

A. Понимание сущности близости

- Русское слово «близкий» означает «связанный тесным личным общением, дружбой, любовью».
- Другое слово, синоним слова «близкий» — «интимный» используется для описания глубоко личных, душевных отношений. Это слово заимствовано из латыни; «intimus» означает «глубочайший, сокровенный».
- Близость — это такие отношения между двумя людьми, когда они не опасаются говорить о своих глубочайших внутренних чувствах, полностью доверяя друг другу.
- Близость во взаимоотношениях способствует эмоциональной и духовной зрелости:
 - Вы чувствуете себя принятым и прощёным, даже несмотря на совершенные в прошлом промахи и ошибки.
 - Вы обретаете уверенность, удовлетворённость и мир.
 - Вы рассматриваете ваши взаимоотношения как дар Божьей любви.

БЛИЗОСТЬ С БОГОМ

«Господи! Ты испытал меня и знаешь. Ты знаешь, когда я сажусь и когда встаю; Ты разумеешь помышления мои издали» (Псалом 138:1-2).

- Бог желает иметь с вами близкие и глубокие взаимоотношения.

«И люби Господа, Бога твоего, всем сердцем твоим, и всею душою твою и всеми силами твоими» (Второзаконие 6:5).

- Вы сможете достигнуть близости в общении с Богом, если всем сердцем будете стремиться к этому.

«И взыщете Меня и найдете, если взыщете Меня всем сердцем вашим» (Иеремия 29:13).

- Близкие отношения с Богом — результат вашего доверия Ему, когда вы именно на Бога возлагаете всё ваше упование и надежду.

«Только Он — твердыня моя и спасение мое, убежище мое: не поколеблюсь» (Псалом 61:7).

- Близкие отношения с Богом дают уверенность в том, что Иисус Христос — Сын Божий живёт в вашем сердце.

«Я сораспялся Христу, и уже не я живу, но живет во мне Христос. А что ныне живу во плоти, то живу верою в Сына Божия, возлюбившего меня и предавшего Себя за меня» (Галатам 2:19-20).

- Близкие отношения с Богом наполнены радостью общения с Ним и Его присутствия в вашей жизни.

«Ты укажешь мне путь жизни: полнота радостей пред лицом Твоим, блаженство в деснице Твоей вовек» (Псалом 15:11).

ЛОЖНЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О БЛИЗОСТИ

Ложное представление:

Близость — это сексуальные отношения с другим человеком.

— ИСТИНА:

Сексуальные связи нельзя считать истинной близостью.

Ложное представление:

Близкие, интимные отношения можно выразить только физически.

— ИСТИНА:

Близость может быть выражена не только физически, но и эмоционально, душевно, духовно.

Ложное представление:

Брак — это естественный путь, приводящий к близким отношениям между людьми.

— ИСТИНА:

Многие браки так и не приводят к близким взаимоотношениям между супругами.

Ложное представление:

Близкие отношения могут возникнуть только между мужчиной и женщиной.

— ИСТИНА:

Близкие, душевные и очень тёплые отношения могут быть между членами семьи, друзьями, сотрудниками, соседями по комнате или по квартире, а также между людьми, которые вместе переживают трудности.

Ложное представление:

Близкие отношения подразумевают чувство тесной связи.

— ИСТИНА:

Близость в отношениях — это решение быть верным и преданным друг другу.

Ложное представление:

Достигнув однажды близких отношений вы их уже никогда не потеряете.

— ИСТИНА:

Близкие отношения — это та область межличностного общения, которая нуждается в нежной заботе и защите от разрушения извне или изнутри. Более того, близкие отношения необходимо развивать и углублять.

Б. Понимание сущности доверия

- Греческое слово «пейто», в Новом Завете часто переводится глаголом «доверять» и означает — «иметь уверенность в ...» или «верить ...».
- Другое греческое слово «пистеуо», также переведённое в Новом Завете словами «доверять и верить», дословно означает следующее: «вверять, поручать себя кому-либо».
- Русское слово «доверие» означает «уверенность в чьей-либо добросовестности, искренности». Довериться — это значит уверенно «положиться на другого», «вверить себя другому».

- Доверие во взаимоотношениях между людьми подразумевает не только веру в другого человека, но и соответствующее поведение, основанное на этой вере. Итак, довериться другому человеку означает:
 - Воспринять его как надёжного и верного человека.
 - Быть открытым и незащищённым в отношениях с ним.
- Доверие Богу означает не только **веру в Него**, но и **изменение** своего **поведения** и отношения к Богу. Исходя из этого, можно сказать, что для полного доверия Богу важно следующее:
 - Знать, что Бог надёжен, верен и неизменен, а следовательно, Ему можно доверять, на Него можно полагаться.
 - Добровольно подчинить свою жизнь Божьей воле, передав Ему право руководить нашим разумом, волей и эмоциями.

ДОВЕРИЕ БОГУ

«И будут уповать на Тебя знающие имя Твое» (Псалом 9:11).

- **ДОВЕРИТЬСЯ БОГУ** — означает поставить Его на первое место, сделать Его своим приоритетом в жизни.

«Ненавижу почитателей суетных идолов, но на Господа уповаю» (Псалом 30:7).
- **ДОВЕРИТЬСЯ БОГУ** — означает избрать путь веры в Его Слово.

«Итак, Господи мой, Господи! Ты Бог, и слова Твои непреложны, и Ты возвестил рабу Твоему такое благо!» (2 Царств 7:28)
- **ДОВЕРИТЬСЯ БОГУ** — означает верить, что Он вас любит.

«Я же уповаю на милость Твою; сердце мое возрадуется о спасении Твоем» (Псалом 12:6).
- **ДОВЕРИТЬСЯ БОГУ** — означает предать в Его руки свой жизненный путь.

«Даруй мне рано услышать милость Твою, ибо я на Тебя уповаю. Укажи мне [Господи] путь, по которому мне идти, ибо к Тебе возношу я душу мою» (Псалом 142:8).
- **ДОВЕРИТЬСЯ БОГУ** — означает не полагаться на человека.

«Блажен человек, который на Господа возлагает надежду свою и не обращается к гордым и к поклоняющимся ко лжи» (Псалом 39:4).
- **ДОВЕРИТЬСЯ БОГУ** — означает полностью возложить своё упование только на Него.

«К Тебе, Господи, возношу душу мою. Боже мой! на Тебя уповаю, да не постыжусь [вовек], да не восторжествуют надо мною враги мои, да не постыдятся и все надеющиеся на Тебя: да постыдятся беззаконные втуне» (Псалом 24:1-3).

- **ДОВЕРИТЬСЯ БОГУ** — означает предать Ему все свои намерения.

«Предай Господу путь твой и уповай на Него, и Он совершит...» (Псалом 36:5)

- **ДОВЕРИТЬСЯ БОГУ** — означает перестать рассчитывать на свои способности.

«С Тобою избодает рогами врагов наших; во имя Твое попрям ногами восстающих на нас: ибо не на лук мой уповаю, и не меч мой спасет меня; но Ты спасешь нас от врагов наших, и посрамишь ненавидящих нас» (Псалом 43:6-8).

- **ДОВЕРИТЬСЯ БОГУ** — означает перестать жить в страхе.

«Когда я в страхе, на Тебя я уповаю» (Псалом 55:4).

- **ДОВЕРИТЬСЯ БОГУ** — означает получать силу и поддержку от Него.

«Надеющийся на Господа, как гора Сион, не подвигнется: пребывает вовек» (Псалом 124:1).

В. Понимание сущности открытости, ранимости и незащищённости

Человек, доверившийся другому, становится незащищённым. Его легко обидеть, нанести рану или причинить боль.

- Русское слово «открытый» означает «доступный, ставший видимым, уязвимым», а слово «открыться» означает «обнаружить себя» или «обнаружить перед кем-либо свои мысли, чувства, тайны и т.д.».
- Быть незащищённым, ранимым означает быть открытым для нападения, легко уязвимым и доступным для нанесения удара, раны, причинения боли.

Любые истинно близкие отношения могут быть построены только при условии открытости и доверия друг другу. Но это неизбежно приводит к состоянию незащищённости и уязвимости, так что вы должны быть готовы:

- Проявить мужество и решимость нести любовь другому человеку.
- Быть открытым и честным по отношению к своим негативным чувствам, которые могут иногда возникать.
- Пойти на сознательный риск быть непринятым и отверженным, рассказывая о боли и эмоциональных переживаниях, которые име-

ли место в вашей жизни в прошлом.

- Чутко относиться к слабости другого человека.

Открывая себя перед другим человеком, вы должны быть готовы:

- Как к возможному удару, так и к улучшению и укреплению отношений.
- Как к боли и обиде, так и к общению, приносящему удовлетворение и радость.

ОТКРЫТОСТЬ ПЕРЕД БОГОМ

- **БЫТЬ ОТКРЫТЫМ** перед Богом — означает посвятить себя жизни в истине и искренности.

«Искуси меня, Господи, и испытай меня; расплавь внутренности мои и сердце мое, ибо милость Твоя пред моими очами, и я ходил в истине Твоей...» (Псалом 25:2-3)

- **БЫТЬ ОТКРЫТЫМ** перед Богом — означает признать существование греха в своём сердце.

«Множественно омой меня от беззакония моего, и от греха моего очисти меня, ибо беззакония мои я сознаю, и грех мой всегда предо мною» (Псалом 50:4-5).

- **БЫТЬ ОТКРЫТЫМ** перед Богом — означает быть честным и верным Ему во всех обстоятельствах жизни.

«Я избрал путь истины, поставил пред собою суды Твои» (Псалом 118:30).

- **БЫТЬ ОТКРЫТЫМ** перед Богом — означает с благодарностью признать и принять Его волю в своей жизни.

«Благо мне, что я пострадал, дабы научиться уставам Твоим» (Псалом 118:71).

- **БЫТЬ ОТКРЫТЫМ** перед Богом — означает иметь милосердие к другим.

«Ничего не делайте по любопрению или по тщеславию, но по смиренномудрию почитайте один другого высшим себя» (Филиппийцам 2:3).

- **БЫТЬ ОТКРЫТЫМ** перед Богом — означает терпеливо ожидать Его руководства в своей жизни.

«Надейся на Господа, мужайся, и да укрепляется сердце твоё, и надейся на Господа» (Псалом 26:14).

II. Характеристики

Жизнь — это путешествие, на протяжении которого Бог меняет нас. Он хочет, чтобы мы выросли из состояния эгоистичного младенчества, когда человек думает и заботится только о себе, и перешли к зрелой близости в отношениях с Богом и окружающими. Противоречия и конфликты, неизбежно возникающие в наших отношениях с другими людьми, показывают недостаточность нашего знания и понимания самих себя. Они открывают, насколько сильно мы нуждаемся в Боге и Его безусловной любви! Чем больше вы основываете свою безопасность на любви Бога и Его присутствии в вашей жизни, тем смелее вы идете по пути построения близких отношений.

«Ты укажешь мне путь жизни: полнота радостей пред лицом Твоим, блаженство в деснице Твоей вовек» (Псалом 15:11).

А. Пути, которые уводят от близости

Каждый из нас жаждет близких, любящих взаимоотношений с дорогими нам людьми. Такие отношения требуют от человека глубокой посвященности, искренности и открытости в общении, и очень часто мы оказываемся не готовы к такому самораскрытию. Мы думаем, что можем найти другой способ построения близких отношений, и начинаем двигаться по неверному пути, предпринимая действия, которые только уводят от близости с другим человеком, всё больше и больше отдаляя нас от него. Такими неверными путями могут стать:

- Отчуждённость
- Гнев
- Безразличие
- Занятость
- Попытка обороняться
- Депрессия
- Неискренность
- Недоверие
- Попытка «уйти с головой» в работу
- Поиск ошибок и недостатков
- Перерывы во встречах, частое или длительное отсутствие
- Чувство вины
- Неугомонность, чрезмерная суетливость
- Сарказм в общении
- Подмена истинной близости сексуальной связью

«Боязнь пред людьми ставит сеть; а надеющийся на Господа будет безопасен» (Притчи 29:25).

Б. Пути, ведущие к близости

Примите на себя ответственность за использование правильных моделей общения. Начните бережно относиться к людям, развивайте и углубляйте близкие взаимоотношения. Вы можете делать это, если:

- **Перестанете** концентрировать свое внимание на тех чертах характера другого человека, которые вам не нравятся.
- **Будете просить** Бога открыть вам недостатки вашего собственного характера.
- **Подчините себя** руководству Духа Святого и будете просить Его научить вас мудро проявлять любовь в общении с другими.

«Вот, Ты возлюбил истину в сердце и внутрь меня явил мне мудрость [Твою]» (Псалом 50:8).

Общаясь с людьми, помните основополагающие моменты, которые играют важнейшую роль в построении близких взаимоотношений. Без них истинная близость просто невозможна.

СОГЛАСИЕ

Построить близкие отношения можно только с человеком, имеющим убеждения, сходные с вашими, и общие с вами жизненные ценности.

«Не преклоняйтесь под чужое ярмо с неверными, ибо какое общение праведности с беззаконием? Что общего у света с тьмою? Какое согласие между Христом и Велиаром? Или какое соучастие верного с неверным?» (2 Коринфянам 6:14-15)

ПОСВЯЩЕНИЕ

Посвящение себя другому — это обещание ценить и сохранять взаимоотношения.

«Ионафан же заключил с Давидом союз, ибо полюбил его, как свою душу. И снял Ионафан верхнюю одежду свою, которая была на нем, и отдал ее Давиду, также и прочие одежды свои, и меч свой, и лук свой, и пояс свой» (1 Царств 18:3-4).

ОБОДРЕНИЕ И ПОДДЕРЖКА

Поддержка, ободрение и назидание друг друга.

«Посему увещавайте друг друга и назидайте один другого, как вы и делаете» (1 Фессалоникийцам 5:11).

ВЕРНОСТЬ

Сохранение устойчивых и длительных отношений.

«Милость и истина да не оставляют тебя: обвяжи ими шею твою, напиши их на скрижали сердца твоего» (Притчи 3:3).

ПРОЩЕНИЕ

Готовность простить, отказавшись от своих личных требований.

«Снисходя друг другу и прощая взаимно, если кто на кого имеет жалобу: как Христос простил вас, так и вы» (Колоссянам 3:13).

МЯГКОСТЬ

Нежные, добрые слова и деликатность в процессе общения.

«[Гнев губит и разумных.] Кроткий ответ отвращает гнев, а оскорбительное слово возбуждает ярость» (Притчи 15:1).

ИСКРЕННОСТЬ

Честность и правдивость в общении, готовность не только обличать человека, но и принять от него замечание или упрёк.

«Искренни укоризны от любящего, и лживы поцелуи ненавидящего» (Притчи 27:6).

СМИРЕНИЕ

Осознание своих собственных ошибок, несовершенств и слабостей.

«Никого не злословить, быть не сварливыми, но тихими, и оказывать всякую кротость ко всем человекам. Ибо и мы были некогда несмысленны, непокорны, заблуждающиеся, были рабы похотей и различных удовольствий, жили в злобе и зависти, были гнусны, ненавидели друг друга. Когда же явилась благодать и человеколюбие Спасителя нашего, Бога, Он спас нас не по делам праведности, которые бы мы сотворили, а по Своей милости» (Титу 3:2-5).

ЛЮБОВЬ

Забота о нуждах других.

«Любовь познали мы в том, что Он положил за нас душу Свою: и мы должны полагать души свои за братьев» (1 Иоанна 3:16).

ТЕРПЕНИЕ

Быть медленным на гнев.

«У терпеливого человека много разума, а раздражительный выказывает глупость» (Притчи 14:29).

УВАЖЕНИЕ

Почитать другого выше себя.

«Будьте братолюбивы друг к другу с нежностью; в почтительности друг друга предупреждайте» (Римлянам 12:10).

ДУХОВНАЯ ЗРЕЛОСТЬ

Возрастание и укрепление во взаимоотношениях с Господом.

«Начало мудрости — страх Господень, и познание Святого — разум» (Притчи 9:10).

III. Причины

Когда Адам и Ева, первые люди, избрали путь непослушания, их глазам открылись реальность и последствия греха. Осознав свою наготу (греховность), они «сшили смоковные листья, и сделали себе опоясания¹ из листьев» (Бытие 3:7). С того самого времени, все мы унаследовали первородную греховную природу. Так же как наши прародители, мы до сих пор пытаемся прикрываться «фиговыми листьями» (нашими масками), скрывая свою истинную природу от самих себя и других, чтобы никто не видел, какие мы на самом деле. Этот внутренний страх, живущий в глубине наших сердец, страх открыто проявить свою личность, явить себя таким, какой есть, раскрыться полностью, крепко держит нас в своих руках. Он заставляет нас скрываться от тех, кого мы хотим любить — от Бога, от дорогих нам людей и даже от самих себя.

«Ибо всякий, делающий злое, ненавидит свет и не идет к свету, чтобы не обличились дела его, потому что они злы...» (Иоанна 3:20)

А. Препятствия на пути к близости

- Страх перед уязвимостью и незащищённостью
 - Боязнь потерять любовь другого человека.
 - Боязнь потерять независимость.
 - Боязнь потерять контроль над собой и другими.
- Стремление избежать откровенности
 - Нежелание открывать свои прошлые ошибки.
 - Нежелание открывать свои слабости.
 - Нежелание открывать своё «истинное лицо».

¹ Опоясание — это набедренная повязка, которая в древние времена служила для прикрытия наготы. В некоторых племенах и народностях и в наше время опоясание остаётся основным видом одежды.

- Стремление избежать возможных негативных последствий
 - Отрицательного отношения со стороны родителей (боязнь лишиться их заботы, поддержки и ободрения).
 - Отрицательного отношения со стороны других людей, мнением которых вы дорожите (критики с их стороны, их недовольства чем-либо).
 - Собственных неправильных, греховных поступков и действий.
- Воспоминания об отвержении, пережитом в прошлом
 - Если человек был отвергнут членами своей семьи.
 - Если человек испытал горечь отвержения со стороны дорогого и любимого человека.
 - Опыт отвержения самого себя.

Б. Главная причина

— Неправильное убеждение:

Я считаю довольно рискованным раскрывать свои самые интимные чувства и недостатки. Если я позволю другим узнать, каков я на самом деле, я могу быть отвергнут.

— Правильное убеждение:

Господь знает каждую, даже самую интимную, подробность моей жизни, и при этом Он всё ещё любит и принимает меня. Я полностью доверяю себя Богу и чувствую себя в безопасности, потому что Бог меня любит. Именно чувство безопасности позволяет мне отказаться от самозащиты, и быть откровенным с другими, опираясь на Божью любовь и силу.

«В любви нет страха, но совершенная любовь изгоняет страх, потому что в страхе есть мучение. Боящийся несовершен в любви» (1 Иоанна 4:18).

IV. Шаги к решению

А. Ключевой стих Библии для заучивания



«Итак, если есть какое утешение во Христе, если есть какая отрада любви, если есть какое общение духа, если есть какое милосердие и сострадательность, то дополните мою радость: имейте одни мысли, имейте ту же любовь, будьте единомышленны» (Филиппийцам 2:1-2).

Б. Ключевой отрывок из Библии для чтения и повторения

- Близкие отношения с Богом



«Но я всегда с Тобою: Ты держишь меня за правую руку; Ты руководишь меня советом Твоим и потом примешь меня в славу. Кто мне на небе? и с Тобою ничего не хочу на земле. Изнемогает плоть моя и сердце мое: Бог твердыня сердца моего и часть моя вовек. Ибо вот, удаляющие себя от Тебя гибнут; Ты истребляешь всякого отступающего от Тебя. А мне благо приближаться к Богу! На Господа Бога я возложил упование мое, чтобы возвещать все дела Твои [во вратах дочери Сионовой]» (Псалом 72:23-28).

- Близкие отношения в дружбе

«Человек одинокий, и другого нет; ни сына, ни брата нет у него; а всем трудам его нет конца, и глаз его не насыщается богатством. «Для кого же я тружусь и лишаю душу мою блага?» И это — суета и недоброе дело! Двоим лучше, нежели одному; потому что у них есть доброе вознаграждение в труде их: ибо если упадет один, то другой поднимет товарища своего. Но горе одному, когда упадет, а другого нет, который поднял бы его. Также, если лежат двое, то тепло им; а одному как согреться? И если станет преодолевать кто-либо одного, то двое устоят против него: и нитка, втрое скрученная, нескоро порвется» (Екклесиаста 4:8-12).

- Близость в браке

«Мужья, любите своих жен, как и Христос возлюбил Церковь и предал Себя за нее, чтобы ос-

вятить ее, очистив банею водною посредством слова; чтобы представить ее Себе славною Церковью, не имеющую пятна, или порока, или чего-либо подобного, но дабы она была свята и непорочна. Так должны мужья любить своих жен, как свои тела: любящий свою жену любит самого себя» (Ефесиям 5:25-28).

В. Обучение новому языку

ПУТЕШЕСТВИЕ ПО ПУТИ ДОВЕРИЯ

Заблуждение:

Как христианин, я должен доверять каждому человеку.

— ИСТИНА:

Иисус Христос не доверял всякому человеку. Но каждый человек мог довериться Ему. Человек может потерять ваше доверие, но Бог верен всегда. Отдав себя Господу, вы оказываетесь в безопасности, и это — навсегда.

«Надеющийся на Господа, как гора Сион, не подвигнется: пребывает вовек» (Псалом 124:1).

- **БУДЬТЕ ЧЕСТНЫ И ПРАВДИВЫ.** Остаётесь ли вы таким, даже когда кто-нибудь пытается вас очернить и представить в «неверном свете»?

«Кроткий язык — древо жизни, но необузданный — сокрушение духа» (Притчи 15:4).

- **БУДЬТЕ НАДЁЖНЫ.** Будьте человеком, на которого можно положиться. Умеете ли вы контролировать свои слова и действия? Владеете ли вы собой?

«Что город разрушенный, без стен, то человек, не владеющий духом своим» (Притчи 25:28).

- **БУДЬТЕ ОТВЕТСТВЕННЫ.** Ответственный человек, стремящийся к духовной зрелости, готов меняться и принимать советы других.

Способны ли вы прислушиваться к наставлениям со стороны других, и принимаете ли вы их с благодарностью?

«Отвергающий наставление не радеет о своей душе; а кто внимает обличению, тот приобретает разум» (Притчи 15:32).

- **БУДЬТЕ ГОТОВЫ ПРОЩАТЬ.** Готовы ли вы прощать обиды, даже если обидчик виновен и не достоин прощения?

«Но будьте друг ко другу добры, сострадательны, прощайте друг друга, как и Бог во Христе простил вас» (Ефесянам 4:32).

- **ОТНОСИТЕСЬ К ДРУГИМ С УВАЖЕНИЕМ.** Стараетесь ли вы найти согласие в споре, несмотря на различие во взглядах с другими?

«Скудоумный высказывает презрение к ближнему своему; но разумный человек молчит» (Притчи 11:12).

- **БУДЬТЕ ЖЕРТВЕННЫ.** Готовы ли вы подчиниться желаниям других людей или настаиваете на своих правах и желаете идти своим путем?

«Повинуясь друг другу в страхе Божиим» (Ефесянам 5:21).

- **БУДЬТЕ ДОБРЫ.** Насколько вы милосердны и чутки к тем, кто совершил ошибку, допустил промах, потерпел неудачу?

«Прикрывающий проступок ищет любви; а кто снова напоминает о нем, тот удаляет друга» (Притчи 17:9).

- **БУДЬТЕ ВЕРНЫ.** Проявляете ли вы абсолютное доверие и верность в ваших отношениях с другим человеком?

«Непорочность прямодушных будет руководить их, а лукавство коварных погубит их» (Притчи 11:3).

- **БУДЬТЕ СВЯТЫ.** Уклоняетесь ли вы от греха и вручаете ли себя полностью в руки Господа?

«Ибо призвал нас Бог не к нечистоте, но к святости» (1 Фессалоникийцам 4:7).

«Даруй мне рано услышать милость Твою, ибо я на Тебя уповаю. Укажи мне, [Господи,] путь, по которому мне идти, ибо к Тебе возношу я душу мою» (Псалом 142:8).

НАБЕРИТЕСЬ СМЕЛОСТИ И ВСТУПИТЕ НА ПУТЬ ОТКРЫТОСТИ

Заблуждение:

Открывшись другому человеку, в ответ я получу только боль и обиду.

— ИСТИНА:

Безусловно, незащищённость открывает дверь боли. Но одновременно она открывает дверь благословениям, которые приносят с собой близкие отношения.

«Искренни укоризны от любящего, и лживы поцелуи ненавидящего» (Притчи 27:6).

• **НЕ СОМНЕВАЙТЕСЬ** в Божьей любви.

«Издали явился мне Господь и сказал: любовью вечною Я возлюбил тебя и потому простер к тебе благоволение» (Иеремия 31:3).

• **БУДЬТЕ** полностью открыты для Бога.

«Испытай меня, Боже, и узнай сердце мое; испытай меня и узнай помышления мои; и зри, не на опасном ли я пути, и направь меня на путь вечный» (Псалом 138:23-24).

• **СТРЕМИТЕСЬ** смирять себя перед другими.

«Также и младшие, повинуйтесь пастырям; все же, подчиняясь друг другу, облекитесь смиренномудрием, потому что Бог гордым противится, а смиренным дает благодать. Итак смиритесь под крепкую руку Божию, да вознесет вас в свое время» (1 Петра 5:5-6).

• **ДЕЛИТЕСЬ** с людьми вашими чувствами и неудачами, пережитыми в прошлом.

«Признавайтесь друг пред другом в проступках и молитесь друг за друга, чтобы исцелиться: много может усиленная молитва праведного» (Иакова 5:16).

• **ОСОЗНАЙТЕ** ценность и значение открытости и незащищённости.

- Чувство незащищённости приводит вас к смирению.
- Открытость в общении разрушает любые барьеры и препятствия.
- Открытость в общении и незащищённость сближают и связывают вас с другими.
- Незащищённость заставляет вас искать Божьей помощи, надеяться только на Его силу.

«Но Господь сказал мне: «довольно для тебя благодати Моей, ибо сила Моя совершается в немощи». И потому я гораздо охотнее буду хвалиться своими немощами, чтобы обитала во мне сила Христова» (2 Коринфянам 12:9).

ПРЯМОЙ ПУТЬ К БЛИЗКИМ ОТНОШЕНИЯМ

Заблуждение:

Вполне достаточно иметь одного родного и близкого человека, который сможет восполнить мою нужду в любви и безопасности.

— ИСТИНА:

На земле не существует человека, который смог бы удовлетворить в полной мере вашу нужду в любви и безопасности. Лишь когда в ваши отношения третьим войдёт Иисус Христос — ваши взаимоотношения станут настолько крепкими, что смогут выдержать любые жизненные штормы.

«И если станет преодолевать кто-либо одного, то двое устоят против него: и нитка, втрое скрученная, нескоро порвется» (Екклесиаст 4:12).

• ВАША БЕЗОПАСНОСТЬ — в единении со Христом.

«Я сораспялся Христу, и уже не я живу, но живет во мне Христос. А что ныне живу во плоти, то живу верою в Сына Божия, возлюбившего меня и предавшего Себя за меня» (Галатам 2:19-20).

• БУДЬТЕ ВЕРНЫ важным для вас взаимоотношениям.

«Друг любит во всякое время и, как брат, явится во время несчастья» (Притчи 17:17).

• ПОМНИТЕ, что близость в отношениях — это любовь, выражающая себя в делах.

«Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а сорадуется истине; все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит» (1 Коринфянам 13:4-7).

• ВЫДЕЛЯЙТЕ ВРЕМЯ для качественного общения друг с другом. Пусть это станет вашим правилом.

«Радость человеку — благотворительность его (неизменная любовь — евр.), и бедный человек лучше, нежели лживый» (Притчи 19:22).

• НАУЧИТЕСЬ ГОВОРИТЬ с людьми на их «языке любви».

«Не о себе только каждый заботься, но каждый и о других» (Филиппийцам 2:4).

Для того, чтобы добиться доброго расположения другого человека и наладить общение с ним, вы можете:

- Пригласить его на чашечку чая
- Пожать ему руку или похлопать по плечу
- Дарить подарки
- Вместе провести время (прогулка, катание на лыжах и др.)
- Вместе встречаться с общими друзьями
- Говорить ему добрые и приятные слова

- **БЛАГОДАРИТЕ БОГА** за Его дар — ваши взаимоотношения!

«Всякое даяние доброе и всякий дар совершенный нисходит свыше, от Отца светов, у Которого нет изменения и ни тени перемены» (Иакова 1:17).

Г. Прокладывайте путь к более глубокому диалогу.

Нас окружает множество людей, с которыми мы поддерживаем лишь очень поверхностные отношения. Мы даже не подозреваем, что среди них, возможно, есть духовно близкие нам люди. Мы никогда не узнаем об этом, если не перейдем от поверхностной болтовни к более глубокому диалогу, не заговорим о значимых для нас вещах.

«Помыслы в сердце человека — глубокие воды, но человек разумный вычерпывает их» (Притчи 20:5).

Ниже перечислены некоторые шаги, которые, мы надеемся, помогут вам начать интересный разговор, будут направлять вас к развитию более глубоких и близких отношений, к общению «от сердца к сердцу».

Шаги, помогающие начать разговор

1. Просите Господа, чтобы Он подготовил сердце человека, интересующего вас, и указал вам, какое время будет самым подходящим для выяснения важных для вас обоих вопросов.
2. Когда вас ничто не отвлекает, и ваш возможный собеседник в хорошем настроении, скажите ему о том, что вы хотели бы поговорить с ним. Затем, вы можете спросить его: «Как ты думаешь, можем ли мы побеседовать сейчас?» Если в данный момент это невозможно, предложите выбрать другое, удобное для него время.
3. Во время разговора задайте несколько прямых вопросов, на которые можно ответить «да» или «нет»:
 - Как ты думаешь, наши взаимоотношения — это всё, что может быть между нами, или можно что-то изменить?
 - Тебе никогда не хотелось, чтобы мы лучше понимали друг друга?
 - Не хотел бы ты что-нибудь предпринять, с целью сделать наши отношения более глубокими?
4. Сообщите собеседнику, что вы хотели бы стать лучше (насколько это возможно для вас): стать более хорошим другом, супругом или супругой, отцом или матерью и т. д. Для этого вам необходимо знать, что является самым главным и ценным для дорогого вам человека. Скажите:

- Не могли бы мы договориться о регулярных встречах друг с другом один раз в неделю в течение четырёх недель, чтобы хотя бы тридцать минут учиться общаться на более глубоком уровне?
- Я думаю, что время, проведённое вместе таким образом, не будет пустой тратой, но принесёт большие плоды в будущем.

5. Назначьте время и место для ваших регулярных встреч. Договоритесь, что если вы оба придёте к выводу, что ваши беседы полезны, вы будете продолжать их. Не обязательно делать это сразу, более того, принимать окончательное решение о продолжении встреч вам следует не ранее, чем через месяц после начала вашего регулярного общения. (Этим вы проявите чуткость и дадите знать своему другу, что не собираетесь «держат его на крючке».)

«Мудрый сердцем прозовется благоразумным, и сладкая речь прибавит к учению» (Притчи 16:21).

Фразы для начала разговора

- Ты обладаешь качеством, которое я действительно очень ценю, это...
- Я считаю, что самой сильной стороной твоего характера можно назвать...
- Если бы мне подарили один день, чтобы я мог провести его как пожелаю, я бы...
- В детстве я больше всего любил играть в ...
- Если бы я имел возможность изменить какое-либо одно событие, поступок, решение из моей прошлой жизни, — это было бы...
- Больше всего я бы хотел изменить в самом себе...
- Я всегда чувствую подавленность и депрессию, когда...
- Я чувствую себя любимым, когда...
- Меня больше всего беспокоит и волнует...
- Я хотел бы стать ... (хорошим отцом, другом и др.)
- Я знаю, что моим друзьям нравится во мне больше всего то, что я ...
- Если бы я мог заново прожить один день моей жизни, это был бы ...
- Мой самый любимый праздник — это..., потому что...
- Есть три вещи в наших взаимоотношениях, которые я ценю больше всего...
- Самый важный аспект моей работы, это ...
- Мне кажется, тебе легко удастся ...
- Есть то, о чём тебе стоит задуматься. Я бы очень хотел, чтобы ты изменила...
- Мне очень приятно, что ты заинтересована в...
- Постоянная молитва моего сердца — это молитва о...

Д. Путешествие к сердцу...

ПУТЬ ЛЮБВИ

Семья и брак были созданы Богом для того, чтобы восполнить человеческую нужду в глубокой и искренней любви. Но часто всё случается не так, как мы ожидаем — вместо теплых отношений и близости с дорогим человеком, мы сталкиваемся с обратным — ледящим душу холодом, одиночеством, и результатом этого часто становится разрыв отношений. Очень редко муж и жена с первых дней совместной жизни с лёгкостью могут понимать друг друга и общаться на едином для обоих «языке любви». Как часто общение между супругами можно сравнить с диалогом между собеседниками, говорящими на разных языках! Они не понимают друг друга, и настоящее общение между ними просто невозможно. Мудрый человек постарается научиться так отвечать на все глубокие сердечные нужды своего любимого, чтобы быть правильно понятым. Он постарается говорить на языке, понятном близкому для него человеку.

«Мудрый сердцем прозовется благоразумным...» (Притчи 16:21)

МУЖЬЯ, УЧИТЕСЬ ГОВОРИТЬ С ЖЕНАМИ НА «ЯЗЫКЕ ЛЮБВИ»,
ОТВЕЧАЯ НА ИХ НУЖДУ В БЕЗОПАСНОСТИ.

«Мужья, любите своих жен, как и Христос возлюбил Церковь и предал Себя за нее...» (Ефессянам 5:25)

- Ваша жена нуждается в ласке.
 - В объятиях, поцелуях и нежных прикосновениях.
 - В словах ободрения и поддержки, в комплиментах.
 - Делайте ей небольшие подарки, дарите цветы, открытки.
- Ваша жена нуждается в доверительных разговорах.
 - Говорите с ней на языке чувств.
 - Прислушивайтесь к её словам с вниманием и интересом.
 - Показывайте ей, что понимаете её, не старайтесь изменить её.
- Ваша жена нуждается в вашей честности и искренности.
 - Примите решение говорить всегда правду.
 - Делитесь своими мыслями или чувствами, глядя ей в глаза, чтобы между вами был зрительный контакт.
 - Говоря о своих планах и делах, выражайтесь ясно и понятно.
- Ваша жена нуждается в финансовой безопасности.
 - Возьмите на себя ответственность за обеспечение семьи финансами.
 - Советуйтесь с женой о том, как правильнее использовать финансы.
 - Составляйте планы на будущее.

- Ваша жена ожидает от вас верности и посвящённости семье
 - Жена и семья должны быть вашим главным приоритетом на земле после Бога.
 - В вашем дневном распорядке всегда выделяйте время для общения с женой и членами семьи.

ЖЕНЫ, УЧИТЕСЬ ГОВОРИТЬ С МУЖЬЯМИ НА ИХ «ЯЗЫКЕ ЛЮБВИ», ПОДДЕРЖИВАЯ ИХ НУЖДУ В ЗНАЧИМОСТИ.

«Уверено в ней сердце мужа ее, и он не останется без прибыли; она воздает ему добром, а не злом, во все дни жизни своей» (Притчи 31:11-12).

- Ваш муж нуждается в том, чтобы вы восхищались им.
 - Выражайте своё признание его ценности, значимости и достижений.
 - Дайте вашему мужу понять, что вы уверены в его способностях.
 - Выражайте благодарность за то, что он обеспечивает вас всем в жизни.
- Ваш муж нуждается в поддержке со стороны семьи.
 - Поддерживайте атмосферу мира в семье.
 - Умело управляйте домашним хозяйством.
 - Дайте понять вашему мужу, что он в достаточной степени заботиться о семье.
- Ваш муж нуждается в сексуальном единстве.
 - Будьте чутким и отзывчивым партнёром по сексу.
 - Говорите мужу о ваших сексуальных желаниях.
 - Дайте мужу понять, что удовлетворяет ваши сексуальные потребности.
- Вашему мужу важно видеть вас внешне привлекательной.
 - Старайтесь сохранять хорошую фигуру. При необходимости вы можете прибегнуть к диете и физическим упражнениям.
 - Одевайтесь красиво и со вкусом.
 - Будьте изящной, женственной и вежливой.
- Вашему мужу иногда требуется дружеское общение, чтобы отвлечься от работы и восстановить свои силы.
 - Поощряйте его участие в различных видах деятельности, направленной на восстановление физических и духовных сил (катание на лыжах, различные виды плавания, путешествия, альпинизм, техника и др.).
 - Находите общие интересы и развивайте их.
 - Постарайтесь научиться тому, что нравится вашему мужу, и совершенствуйтесь в этом.

Часто, когда наше сердце жестоко изранено, мы закрываемся, чтобы избежать новой боли и возможных страданий в будущем. Мы избегаем состояния незащищённости, и ограничиваем доверие.

Но отказ от открытости, недоверие людям — \ это не Голгофский путь. Когда мы открываемся перед Господом, Он даёт нам такое сильное чувство безопасности в Его любви, что мы готовы открыться перед другими людьми.

Тогда, по мере нашего возрастания в блаженной близости с нашим Господом, нам даётся всё большее чувство безопасности, позволяющее нам развивать глубокие и близкие отношения с другими.

Джун Хант.

ПОСВЯТИТЕ СЕБЯ СОЗИДАНИЮ БЛИЗКИХ ОТНОШЕНИЙ

- Я буду любить тебя безусловной любовью.
- Я никогда не отвергну и не оставлю тебя.
- Моё сердце будет всегда открыто перед тобой.
- Я никогда не буду обвинять тебя в своих чувствах.
- Я сделаю всё возможное, чтобы ты могла быть искренней и честной со мной.
- Я никогда не буду использовать против тебя то, что ты скажешь.
- Я готов открывать перед тобой свои внутренние страхи и разочарования.
- Я обещаю никогда не прерывать тебя, когда ты будешь делиться своими чувствами.
- Мысли о тебе будут наполнять мой разум и сердце.
- Я никогда не буду пытаться манипулировать тобой или контролировать тебя.
- Я всегда буду принимать во внимание твою точку зрения и считаться с ней.
- Я никогда не буду защищаться от тебя.
- Я буду ответственен перед тобой.
- Я обещаю никогда не заставлять тебя выполнять мои желания и требовать, чтобы ты соответствовал моим стандартам, ожиданиям.
- Я буду стараться относиться к тебе только с любовью.
- Я не буду пользоваться тобой для удовлетворения своих эмоциональных или физических потребностей.
- Я всегда буду способствовать твоему духовному росту.
- Я никогда не буду придираюсь к тебе и искать в тебе недостатки.

- Я буду использовать все возникающие между нами конфликты как возможность углублять и укреплять наши отношения.
- Я буду помнить, что Бог послал мне именно тебя как самого главного и близкого человека в моей жизни.



*«Итак, подражайте Богу, как чада возлюбленные, и живите в любви, как и Христос возлюбил нас и предал Себя за нас в приношение и жертву Богу, в благоухание приятное»
(Ефессянам 5:1)*