ВСЕСВІТНІЙ ТИЖДЕНЬ СІМ’Ї

ГК СІМ’Я

СІМ’Я

Де зароджується віра

13 – 20 ВЕРЕСНЯ – 8 ДНІВ

Всесвітня духовна подорож – Сімейні читання

ВІДДІЛ СІМ’Ї ГК – #home2026

GC FAMILY

Джерела та авторство

Проєкт
Відділ сім'ї Генеральної Конференції

Керівник Відділу
Роллі Думагіт

Читання написані Відділом сім'ї
Аліна Коваленко, Арналдо Педроса,
Елвіс Н. Камарго, Джетро Мадла Сітоле, Карлос Лінарес

Редактор
Барбара Монтроуз

Підтримка у підготовці видання
Комітет з медіа та комунікацій
Генеральної Конференції – Ларісса Гесснер, керівник

Верстка та дизайн
Генеральна Конференція – Уго Сібальде, бренд-менеджер

Літературний відділ Української Унії:
58018 м. Чернівці-18, вул. Головна 283А
Телефон/факс: +38(096)89 18 426
Інтернет: http://www.sdarm.com.ua
Електронна пошта: sdarm_LO@gmail.com
You Tube: SDARM UA



«Де зароджується віра»

ЛАСКАВО
ПРОСИМО
ДОДОМУ

Ці Сімейні читання належать

Сім’ї _____

Тиждень, щоб об'єднатися у вірі

Протягом цього Всесвітнього тижня сім'ї сім'ї по всьому світу читатимуть одні й ті самі матеріали, братимуть участь у спільних заходах і молитимуться. Усе це допоможе нам знову відкрити для себе дім як перше місце, де навчають віри, живуть нею та передають її з покоління в покоління.

Ця брошура містить шість духовних роздумів – по одному на кожен день тижня, з неділі по п'ятницю, – які підготують нас до особливої сімейної суботи. Кожен духовний роздум присвячений одній із важливих тем сімейного життя і порушує повсякденні питання, з якими стикаються сім'ї: фінанси, спілкування, психічне здоров'я, індивідуальність, прощення.

З огляду на ці обставини Відділ сім'ї Генеральної Конференції прагне підтримувати сім'ї у вирішенні цих питань. Насамперед, ми віримо, що коли духовне життя сім'ї перебуває в належному стані, інші сфери її життя зміцнюються й отримують благословення. Основою будь-яких позитивних змін є взаємини з Ісусом Христом, тому ми пропонуємо передусім зосередитися на духовному житті сім'ї. Ми сподіваємося, що цей тиждень стане благословенням для вашої сім'ї, і молимося про це.

Зміст

1. Неділя – Віра в сім'ї
2. Понеділок – Спілкування в сім'ї
3. Вівторок – Розумне управління сімейними фінансами
4. Середа – Індивідуальність у сім'ї
5. Четвер – Психічне здоров'я в сім'ї
6. П'ятниця – Прощення та примирення в сім'ї



НЕДІЛЯ | ДЕНЬ 1

ВІРА В СІМ'Ї

Аліна Коваленко

Дім стає місцем Божої присутності, коли день починається і завершується з Богом.

«Проте я і мій дім будемо служити Господу!» (Ісуса Навина 24:15).

Віра в сім'ї

Аліна Коваленко

У метушні сучасного життя наш дім легко може перетворитися лише на місце, де ми спимо та їмо. Проте Біблія називає дім головним осередком духовного зростання. Особисті щоденні духовні роздуми допомагають зміцнювати й оновлювати душу кожного з нас, але поклоніння Богу в родинному колі об'єднує наші серця. Коли сім'я збирається разом, щоб молитися та читати Святе Письмо, вона створює в домі «духовну теплицю», де і діти, і дорослі можуть зростати у Божій благодаті.

У книзі *Второзаконня 6:6, 7* Бог наставляє Свій народ: *«Нехай ці слова, які я сьогодні тобі заповідаю, будуть у твоєму серці. Прищеплюй їх своїм синам, переповідай їх, сидячи у своєму домі й мандруючи дорогою, лягаючи та встаючи».*

Ці слова є прикладом посвячення, яке охоплює весь день – від ранку до вечора. Божа присутність має спрямовувати наші перші думки на світанку та останні роздуми перед сном, визначаючи все, що відбувається протягом дня. Свідомо виділяючи час для Бога на початку та наприкінці кожного дня, ми утверджуємо своє життя в Ньому і пам'ятаємо про Його керівництво та турботу.

Ранкова молитва

Ранкове поклоніння Богові визначає напрямок усього дня. Коли ми починаємо день із Богом, це впливає на все, що відбувається в подальшому. Ми узгоджуємо своє серце з Його волею, запрошуємо Його присутність у всі сфери нашого повсякденного життя та отримуємо духовні сили для подолання майбутніх труднощів.

«Як важливо й цінно, коли батьки збирають усю сім'ю для молитви перед сніданком, щоб подякувати Небесному Отцеві за Його нічну охорону та попросити в Нього допомоги і керівництва на прийдешній день!».[1]

Вечірня молитва

Завершення дня з Богом дає можливість осмислити пережите, висловити подяку, покаятися та знайти мир. Це допомагає сім'ї звільнитися від турбот минулого дня, пробачити одне одного й довіритися Божій турботі. Коли сім'ї моляться разом, вони разом духовно зростають.

«Як доречно з настанням вечора знову зібратися всією сім'єю, щоб подякувати Йому за всі благословення, отримані протягом дня!».[2]

«Під час вечірньої молитви нехай кожен член сім'ї уважно досліджує своє серце. Нехай кожна неправда, яку було вчинено, буде виправлена. Якщо протягом дня хтось образив іншого або сказав йому щось недобре, нехай той, хто згрішив, вибачиться перед скривдженим».[3]

Цей щоденний ритм нагадує давню практику постійного посвячення Богові та допомагає пам'ятати, що кожен день – від початку до кінця – належить Йому.

Чому ранкове та вечірнє богослужіння є важливим

1. Воно зміцнює єдність сім'ї та сприяє миру й стабільності, оскільки спільне проведення часу двічі на день допомагає розвивати спілкування, любов, а також формувати спільне розуміння мети. Воно зміцнює родинні взаємини глибше, ніж звичайне повсякденне спілкування.

2. Воно допомагає формувати віру дітей, адже діти навчаються на прикладі. Бачачи, що Бог посідає головне місце у повсякденному житті сім'ї, діти розуміють, що віра – це не щось другорядне чи необов'язкове, а невід'ємна частина їхнього життя.

3. Воно допомагає формувати духовну сталість і протистояти спокусам, роблячи віру частиною повсякденного життя, а не чимось епізодичним. Увесь день отримує міцну духовну основу. Це нагадує кожному членові сім'ї, що Бог тримає все під Своїм контролем. «Щирою, ревною молитвою батьки повинні зводити огорожу навколо своїх дітей. Їм слід з цілковитою вірою молитися про те, щоб Бог перебував із ними, і щоб святі ангели охороняли їх та їхніх дітей від жорстокої влади сатани».[4]

Коли сім'ї розпочинають і завершують свій день із Богом, вони запрошують Його перебувати з ними протягом усього дня. Чинячи так, вони будують не лише міцніші родини, а й поглиблюють свою віру, роблячи її більш стійкою.

«Проте я і мій дім будемо служити Господу!» (Ісуса Навина 24:15).

Завдання на тиждень: ранкове та вечірнє богослужіння

15 хвилин **Вся сім'я** **Це читання**

Ми запрошуємо вашу сім'ю цього тижня долучитися до особливої духовної практики. Мета – започаткувати традицію ранкового та вечірнього богослужіння.

Завдання цього тижня – сформувати звичку щодня проводити ранкове та вечірнє богослужіння. У разі потреби встановіть нагадування. А якщо пропустите одне з богослужінь, не засмучуйтеся. Просто спробуйте знову!

Вранці: Розпочинайте день із посвячення своїх планів Господу. Коротке читання Святого Письма та молитва про Божий захист і керівництво можуть докорінно змінити атмосферу всього дня.

Увечері: Перш ніж завершиться день, зберіться всією сім'єю, щоб прочитати духовний роздум, призначений для цього дня, і подякувати Богові за Його милості, явлені протягом дня. Це найкращий спосіб знайти мир у серці перед сном.

*Після завершення читань цього тижня, присвячених сім'ї, продовжуйте проводити вечірні богослужіння, збираючись усією родиною для вивчення Суботніх Біблійних уроків.

Постійність – найскладніша частина формування будь-якої духовної звички. Щоб допомогти вам не збитися зі шляху, ми підготували спеціальний чекліст щоденних читань.

Завдання: Ранкове та вечірнє богослужіння

Відмічайте кожне сімейне богослужіння, яке ви проведете разом цього тижня.

Залиште ручку або олівець поруч із цією брошурою в місці, яке ви обрали для сімейного поклоніння.

Разом відмічайте кожне ранкове та вечірнє богослужіння.

Не прагніть до «ідеального» результату – головне не досконаліть, а постійність. Нехай цей тиждень стане часом, коли ваш дім перетвориться на святиню, на місце Божої присутності.

День	Ранкове богослужіння	Вечірнє богослужіння
Неділя		
Понеділок		
Вівторок		
Середа		
Четвер		
П’ятниця		
Субота		

Рекомендований план молитви:

Прочитайте Читання Тижня сім’ї
Виконайте завдання на цей день
Заспівайте пісню
Помоліться разом



ПОНЕДІЛОК | ДЕНЬ 2

СПІЛКУВАННЯ В СІМ'Ї

Арналдо Педроса

Слова, які ми промовляємо вдома, відображають і формують серця тих, хто в ньому живе.

«Адже чим переповнене серце, те промовляють уста» (Від Матвія 12:34).

Спілкування в сім'ї

Арналдо Педроса

Те, як ми розмовляємо одне з одним удома, відображає стан нашого серця й присутність Христа в нашому повсякденному житті. Святе Письмо нагадує нам: *«Кожна людина нехай буде швидкою до слухання, стримана в словах, повільна на гнів» (Якова 1:19).* Саме Небо навчає нас цього порядку – спочатку слухати, а потім говорити, – і саме так має бути в кожній сім'ї. Багато конфліктів виникають не через брак любові, а через брак розуміння. Коли людина відчуває, що її чують і розуміють, серце пом'якшується, а стіни відчуження руйнуються. Батькам радять ставитися до дітей «спокійно та доброзичливо», оскільки різкий тон викликає роздратування, тоді як лагідні слова допомагають зберігати мирну й добру атмосферу. Тому вміння слухати – не просто навичка, а вияв любові. Воно відображає характер Христа, Котрий чує навіть невисловлені переживання душі. Як було зауважено, більшість людей слухають не для того, щоб зрозуміти, а для того, щоб відповісти. Проте справжня любов перш за все слухає.[2]

Слова мають силу – вони можуть як творити, так і руйнувати. Апостол закликає віруючих говорити «істину з любов'ю», поєднуючи щирість із добротою. Істина без любові ранить, а любов без істини робить нас слабкими. «*Жодне погане слово хай не виходить з ваших уст, а тільки добре для зміцнення [віри]» (До ефесян 4:29).* Слова формують атмосферу в домі. Радісна й доброзичлива мова приносить тепло і мир, тоді як різкість породжує образу й обурення. Нам дано пораду: «Нехай ваші приємні, радісні слова завжди будуть подібними до сонячних променів у вашій родині».[3] Це принесе світло й розраду в сімейні взаємини. Тут проявляється простий, але глибокий принцип: якщо щось неможливо сказати з добротою, краще зовсім цього не говорити.

Діти більше навчаються з того, що бачать, ніж з того, що їм говорять. Якщо батьки хочуть, щоб їхні діти були праведними, вони самі повинні подавати приклад гідної поведінки – не лише на словах, а й на ділі.[4] Христос явив досконалий приклад спілкування – рішучого, але водночас лагідного; чесного, але сповненого

співчуття. Його приклад показує, що ми впливаємо на інших насамперед не настановами, а власним прикладом і характером.

Настанови та виправлення є необхідними, але саме дух, з яким вони даються, визначає їхній результат. *«Батьки, не дратуйте ваших дітей, щоб не занепадали духом» (До колосян 3:21).* Дисципліна має спрямовувати, а не пригнічувати. Суворість і прагнення домінувати пробуджують найгірші почуття й нерідко породжують саме ту поведінку, яку намагаються виправити.[5] Натомість люблячий заклик, терпіння і навіть спільна молитва з дітьми здатні пом'якшити найзапекліше серце. Божа дисципліна сувора й послідовна, але водночас завжди сповнена милості.

Зрештою спілкування має духовну природу. *«Адже чим переповнене серце, те промовляють уста» (Від Матвія 12:34).* Якщо Христос перебуває в серці, змінюються і наші слова. Батькам слід приводити своїх дітей до Спасителя, довіряючи Його благодаті там, де людських зусиль виявляється недостатньо.[6] Молитва й надія на Бога є справжньою основою дому, в якому спілкування зцілює, відновлює та відображає Божу любов.

Практика веде до досконалості! Намагайтеся робити паузу, перш ніж щось сказати, і обирайте добрі слова навіть тоді, коли потрібно виправити когось. Тож спробуймо!

Завдання: Нехай ваші слова творять, а не руйнують.

Намагаймося зміцнювати одне одного своїми словами, починаючи з тих, кого ми любимо найбільше.

15 хвилин **Вся сім'я** **Люблячі слова**

Завершуючи сьогоднішні духовні роздуми, приділіть трохи часу тому, щоб виконати одне завдання у родинному колі. Нехай кожен скаже людині праворуч від себе одну підбадьорливу фразу. Наприклад: «Я помітив(ла), яким(ою) терплячим(ою) ти сьогодні був(ла)»; «Я радий(а), що ти є в нашій сім'ї»; «Дякую, що цього тижня ти возив(ла) нас». Намагайтеся бути конкретними: «Я помітив(ла), що сьогодні ти знайшов(ла) час допомогти цій людині», а не просто: «Ти добра людина».

Важливо, щоб ваші висловлювання були завершеними думками. Не додавайте після них «але», «за винятком...» або «мені лише хотілося б...». Нехай ваші слова підбадьорюють, а не ранять.

Просіть Господа допомогти вам сформувати звичку свідомо підтримувати й дякувати одне одному, а не лише постійно виправляти.



ВІВТОРОК | ДЕНЬ 3

РОЗУМНЕ УПРАВЛІННЯ СІМЕЙНИМИ ФІНАНСАМИ

Елвіс Н. Камарго

Кожне фінансове рішення може прославляти Бога або непомітно поневолювати нас.

«Отже, коли ви їсте, коли п'єте чи щось інше робите, все робіть на славу Божу»
(1 до коринтян 10:31).

Розумне управління сімейними фінансами

Елвіс Н. Камарго

Однією з проблем нашого часу – тією, на яку, на жаль, багато хто не звертає уваги – є невміле управління сімейними фінансами. На цю тему існує чимало настанов, однак лише небагато людей належним чином дотримуються їх. Ми можемо засвоїти важливі уроки, якщо керуватимемося Божими принципами.

«Отже, коли ви їсте, коли п'єте чи щось інше робите, все робіть на славу Божу» (1 до коринтян 10:31). Це стосується й розумного управління сімейними фінансами. Організацію нашого фінансового життя можна розпочати з кількох простих, але важливих принципів: точно знати, скільки сім'я отримує щомісяця, якими є її загальні щомісячні витрати та чи є борги.

Ми прославляємо Бога, коли скорочуємо непотрібні витрати та уникаємо імпульсивних покупок. Не все, чого ми бажаємо, справді нам потрібне, а вміння бути задоволеними тим, що у нас є, має величезне значення.

«Маючи їжу та одяг, цим будемо задоволені» (1 до Тимофія 6:8).

Ще одне важливе рішення – не допускати виникнення нових боргів. *«Боржник [стає] рабом того, хто позичає йому» (Притчі Соломона 22:7).*

Борги позбавляють нас свободи. Якщо ми маємо борги, то нашою головною метою має стати їхнє погашення. Для цього необхідні дисципліна й послідовність, а також готовність не здаватися на цьому шляху.

«Нечестивий позичає й не повертає» (Псалом 37:21).

Нам слід пам'ятати, що кожне фінансове рішення має прославляти Бога. Ми покликані шукати мудрості, зберігати рівновагу та відповідально розпоряджатися всім, що Бог довірив нам.

Навіть якщо сума невелика, важливо почати відкладати кошти, щоб у скрутні часи не залежати від кредитів.

«Старанне планування неодмінно провадить до прибутку, а всяка квапливість приносить лише втрату» (Притчі Соломона 21:5).

Зрештою, мета полягає в тому, щоб жити з більшим миром у серці, меншою напругою та більшою усвідомленістю – бути вірними Богові, організованими та вдячними за те, що ми вже маємо.

«Нехай перебуває у ваших серцях мир Христа, до якого ви були покликані в одному тілі, й будьте вдячні» (До колосян 3:15).

Завдання: Аналіз фінансів сім'ї

Приділімо трохи часу короткому огляду та аналізу фінансів нашої родини.

15 хвилин · Калькулятор + ручка · Батьки + старші діти

Фінансові проблеми не завжди починаються з великих покупок чи непередбачених витрат. Нерідко вони виникають через невеликі придбання, які здаються незначними, але згодом починають створювати серйозне навантаження на сімейний бюджет.
Заповніть це разом – подружжя чи батьки зі старшими дітьми:
Чи знаємо ми, на що витрачається більша частина наших коштів?

Щомісячна картина	Щомісячний дохід: $ _____ Загальні витрати: $ _____ Борги (якщо є): $ _____ Заощадження (якщо є): $ _____

Щомісячні витрати

(приблизна сума цілком підійде)

Харчування: *$*_____
Житло: *$*_____
Транспорт: *$*_____
Інше: *$*_____

Інвестиції в Небесну скарбницю **Мої рахунки з Богом**	Першоплід: $ _____ Десятина: $ _____ Пожертвування: $ _____

Бюджет за трьома категоріями

Розділіть свої фінанси на три категорії:

1. **Необхідне (те, без чого не можна обійтися)**

Харчування, житло, комунальні послуги, транспортні витрати.

2. **Зобов'язання**

Погашення боргів, фінансові зобов'язання, десятина та пожертвування.

3. **Бажання (гнучкі витрати)**

Харчування поза домом, покупки, відпустка, додаткові витрати.

Обговоріть разом:

Яка категорія зараз займає найбільшу частину бюджету?

Яку категорію нам слід захищати насамперед?

Як сім'я, оберіть ОДНУ невелику зміну на цей тиждень:

Приклади:

- Відмовитися від однієї непотрібної покупки.
- Приготувати вдома ще один додатковий прийом їжі.
- Відкласти невелику суму на заощадження.
- Відкласти покупку або поїздку, які не є необхідними.
- Практикувати усвідомлену щедрість у пожертвуваннях.

Пам'ятайте: невеликі, але вірні рішення згодом приносять мир. Щоб допомогти собі в цьому, перед кожною покупкою цього тижня запитуйте себе: «Це принесе мені мир чи додаткове напруження?»

На завершення нехай кожен по черзі відповість на запитання: «За що з того, що ми вже маємо, я особливо вдячний(а)?»

Завершіть служіння молитвою про мудрість, розсудливість і самовладання, щоб бути вірними розпорядниками Божих благословень.



ІНДИВІДУАЛЬНІСТЬ У СІМ'Ї

Дж. М. Сітоле

Наша справжня індивідуальність визначається не тим, що ми успадкували або чого досягли, – вона дана нам Богом.

«Нарешті сказав Бог: Створімо людину за Нашим образом й за Нашою подобою… І створив Бог людину за Своїм образом, – за Божим образом створив її; Він створив їх чоловіком і жінкою» (Буття 1:26, 27).

Індивідуальність у сім'ї

Дж. М. Сітоле

У сучасному світі сімейна індивідуальність охоплює загальне уявлення сім'ї про себе, відчуття приналежності, цінності, почуття безпеки, культуру, традиції та історію, які поєднують батьків, дітей, братів і сестер, пов'язаних кровною спорідненістю, шлюбом чи усиновленням.

У християнській родині: «Наше головне джерело індивідуальності – це те, що ми створені за Божим образом і через віру в жертву Христа за наші гріхи усиновлені в Його сім'ю».[1]

«Наша індивідуальність у Христі не має нічого спільного з націоналістичним уявленням про християнську індивідуальність, яке сьогодні можна зустріти в деяких політичних колах. Індивідуальність християнина визначається Ісусом, а не політичними поглядами чи самовираженням. Коли ми приймаємо Його як свого Спасителя і Господа, ми стаємо невід'ємною частиною Божої сім'ї. Ми стаємо частиною Небесного суспільства вже тут, на землі. І хоча виникає спокуса ґрунтувати свою індивідуальність на результатах психологічних тестів і різноманітних оцінок особистості, жодні людські способи самовизначення не можуть зрівнятися з набуттям своєї індивідуальності в Богові, любов Котрого до нас є незмінною і вічною».[2]

Посвячення Богові є основою сімейної індивідуальності: «Вказівки, дані Мойсеєві щодо свята Пасхи, мають велике значення і повинні виконуватися батьками й дітьми в наш час...

Батько був покликаний виконувати обов'язок священника в сім'ї, а коли він помирав, тоді цей урочистий акт – кроплення кров'ю одвірку – мав виконати старший син. Це символізує справу, яка має виконуватися у кожній сім'ї. Батьки повинні збирати вдома своїх дітей і представляти їм Христа як їхню Пасху. Батько посвячує Богові кожного мешканця свого дому і здійснює роботу, символічно представлену святом Пасхи. Небезпечно довіряти цей серйозний обов'язок іншим».[3]

Батькам слід зберігати індивідуальність сім'ї за допомогою молитви: «Оточіть своїх дітей фортецею молитви та віри й пильно бережіть її. Ви не можете жодної миті почуватися в безпеці від

нападів сатани. Вам не можна ані хвилини спати на своєму посту. Це дуже важлива боротьба з вічними наслідками. Це питання життя або смерті для вас та вашої сім'ї».[4]

Особлива індивідуальність чоловіка і дружини: «Мені було показано, що, хоча чоловік і дружина перебувають у шлюбі, дали одне одному найурочистішу обітницю перед Небом і святими ангелами та стали одним тілом, кожен із них усе ж зберігає свою індивідуальність, якої шлюбний союз не може знищити… Ні чоловік, ні дружина не повинні розчиняти свою індивідуальність в індивідуальності іншого. Кожен має особисті стосунки з Богом».[5]

Чоловіки в сім'ї: *«Так само чоловіки: живіть зі своїми дружинами в порозумінні, поводячись, немов з тендітною вазою, сповненою жіночості, виявляючи їм шану як співспадкоємцям благодаті життя, щоб не було перепон для ваших молитов» (1 Петра 3:7).* «[Чоловік], не намагайся поневолювати свою дружину й підкоряти її своїй волі, але добротою та безкорисливим прагненням забезпеч їй комфорт і щастя, привертай її до більш тісного та теплого спілкування з собою. Дай їй можливість проявити свої здібності, не намагайся впливати на хід її думок і все вирішувати за неї, інакше вона остаточно втратить свою індивідуальність».[6]

Жінки в сім'ї: *«Дружини, [коріться] своїм чоловікам, як Господу» (До ефесян 5:22).* Є різниця між тим, щоб дружина корилася чоловікові, як Господеві, і тим, щоб розчиняла в ньому свою індивідуальність. «Жінка, яка дозволяє чоловікові керувати собою в дрібницях сімейного життя і заради цього жертвує своєю індивідуальністю, не зможе повною мірою бути корисною для світу, бути благословенням для нього, і не виконає Божого задуму стосовно свого життя. Вона стає лише знаряддям, яким керують чужа воля та чужий розум. Бог наділив кожного – і чоловіка, і жінку – власною індивідуальністю. Кожен покликаний жити й діяти в Божому страху».[7]

«Якщо дружина дозволяє чоловікові розпоряджатися її тілом і розумом, виявляючи у всьому беззастережний послух його волі, жертвуючи власним сумлінням, гідністю і навіть своєю особистістю, то вона втрачає можливість справляти могутній вплив на добро, необхідний для духовного піднесення її чоловіка».[8]

Діти в сім'ї: «Христос зберігав досконалу індивідуальність характеру, незважаючи на несприятливе оточення та найрізноманітніші обставини. Протягом перших тридцяти років Свого життя в Назареті не відбувалося нічого надприродного, що привертало б увагу людей до Нього… Життя Христа відрізнялося від життя більшості дітей. Сила Його морального характеру і непохитність завжди спонукали Його прислухатися до голосу обов'язку й дотримуватися правильних принципів, від яких жодні, навіть найсильніші спонукання не могли Його відвернути. Ні гроші, ні задоволення, ні похвала, ні осуд не могли ані купити Його прихильність, ані лестощами схилити Його до неправильного вчинку. Він мав силу протистояти спокусі, мудрістю розпізнавати зло і твердістю залишатися вірним Своїм переконанням».[9]

Кожному члену сім'ї: «Бог наділив кожного з нас неповторною індивідуальністю, яка не може цілком злитися з особистістю іншої людини. Але наші особистісні особливості ніколи не виходитимуть на перший план, якщо ми справді є дітьми Христа і якщо Його воля стала нашою».[10]

Згідно з Божим задумом, сім'я має складатися з батька, матері та дітей. Сімейна індивідуальність, заснована на Богові, об'єднує всіх її членів, зберігаючи єдність сім'ї, незважаючи на індивідуальні відмінності.

Батьки несуть відповідальність за спасіння членів своєї сім'ї: *«Підведи, [дочко Сіону], твої очі та подивись на тих, що йдуть з півночі! Де довірена тобі [Богом] отара – славне твоє стадо?» (Єремії 13:20).* Божа мета – спасти кожного члена сім'ї. Батьки несуть відповідальність за спасіння членів своєї сім'ї. Лише ті сім'ї, для яких Бог і Його воля є головним джерелом індивідуальності, побачать Боже Царство.

Завдання з сімейної індивідуальності

Дім – це місце, де кожен відчуває себе частиною сім'ї та де кожен її член відіграє важливу роль. Приділіть кілька хвилин, щоб разом поміркувати про свою сім'ю.

7-10 хвилин **Уся родина ·** **Відкриті серця**

1. Нехай кожен розповість, яку роль він відіграє у своїй сім'ї (наприклад: чоловік, син, донька, мати). Обговоріть: Що це означає у вашій сім'ї?

2. Як ми можемо підтримувати одне одного в розвитку дарувань і виконанні обов'язків, пов'язаних з нашою роллю в сім'ї?

3. Чи відповідають наші цінності та індивідуальність Христу – головному Джерелу нашої індивідуальності?

- На особистому рівні
- На рівні сім'ї

4. Чи є в нашій сім'ї ознаки пригнічення індивідуальності будь-кого з її членів? Якщо так, які кроки потрібно зробити, щоб виправити цю ситуацію?

5. Якщо сімейну індивідуальність необхідно зміцнити, назвіть щонайменше три важливі кроки та зобов'язання, які ми готові здійснити протягом певного періоду часу.



ЧЕТВЕР | ДЕНЬ 5

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ’Я В СІМ’Ї

Карлос Лінарес

Дім, де любов вільно проявляється, стає місцем зцілення.

«Але досконала любов проганяє страх, оскільки страх несе страждання; хто ж боїться, той недосконалий у любові» (1 Івана 4:18).

Психічне здоров'я в сім'ї

Карлос Лінарес

Під час пандемії, з якою світ зіткнувся у 2020-2022 роках, люди були змушені тривалий час залишатися вдома. У багатьох сім'ях це призвело до серйозних конфліктів і збільшення кількості розлучень, показавши, що сім'ї не були готові до тривалого спільного перебування в одному просторі. Психічне здоров'я людей також значно постраждало через стрес, невизначеність, страх, тривогу, депресію та інші чинники, і багато хто не знаходив удома того прихистку і спокою, яких потребував.[1]

Слава Богу, пандемія вже позаду, однак турбота про психічне здоров'я в сім'ї й надалі залишається надзвичайно важливою. Емоційні кризи можуть бути спричинені не лише пандеміями, а й іншими надзвичайними обставинами. Згідно з даними ВООЗ (Всесвітньої організації охорони здоров'я), самогубство є третьою провідною причиною смерті серед підлітків і молодих людей віком від 15 до 29 років.[2] Це свідчить про те, що «родинне вогнище» в багатьох сім'ях перестало зігрівати серця її членів справжньою любов'ю, вірою та надією. [В іспанській мові слово *hogar* («дім, родинне вогнище») походить від латинського слова *hoguera* («вогнище, багаття»)].

Створення доброзичливої атмосфери

«Але досконала любов проганяє страх, оскільки страх несе страждання; хто ж боїться, той недосконалий у любові» (1 Івана 4:18).

«Багато хто через свою надмірну стриманість вважає прояви любові слабкістю. Такий дух перешкоджає взаєморозумінню. Коли людина придушує благородні пориви товариськості, вони можуть загинути, а серце стане спустошеним і холодним. Остерігайтеся цієї помилки. Кохання не може довго існувати, якщо не знаходить прояву. Нехай же серце людини, котра пов'язана з вами, не страждає через нестачу доброти й співчуття».[3]

Розрив порочного кола

«Навчи мене того, чого я не знаю, а якщо я вчинив гріх, то більше його не повторюватиму» (Йова 34:32).

«У світі так багато чоловіків і жінок із закам'янілими серцями саме через те, що прояв істинної любові вважається слабкістю і засуджується. Найкращі природні почуття тамуються ще в дитинстві, і якщо світло Божественної любові не розтопить холодного егоїзму, то щастя людини буде зруйноване назавжди».[4]

Ліки для тіла та душі

«Веселе серце як хороші ліки, а пригнічений дух сушить кості» (Притчі Соломона 17:22).

«Як вогонь не може горіти без палива, так і любов не існує без її прояву на ділі… Залишайте свої клопоти, пов'язані з працею, проблеми і неприємності, коли закінчуєте робочий день. Приходьте до своєї родини з радісним виглядом, виявляйте співчуття, ніжність і любов. Це краще, ніж витрачати гроші на ліки або лікарів для вашої дружини. Це – здоров'я для тіла і сила для душі».[5]

Завдання: Активне слухання

Слухайте, щоб справді почути й зрозуміти те, що вам говорять, не думаючи про те, що відповісти.

7-10 хвилин **Вся родина** **Вуха, готові слухати**

Після сьогоднішнього читання приділіть трохи часу, щоб вислухати одне одного. Це може здатися простим завданням, але воно має велике значення. Не відповідайте критикою, порадами чи виправданнями. Просто слухайте.

Один із батьків може розпочати розмову, задавши їй тон: «Зараз ми зібралися не для того, аби щось виправляти. Ми тут для того, щоб вислухати й зрозуміти одне одного».

Потім кожен член сім'ї по черзі продовжує речення: «Останнім часом я відчуваю...»

Це все. Нехай усе буде просто – без перебивань, виправлень і порад.

Приклади:

«…трохи перебуваю у стані стресу».

«…радію тому, що _____».

«…відчуваю втому».

«…переживаю через навчання/роботу».

Після того як кожен висловиться, хтось може просто показати, що ви його почули, сказавши: «Дякую, що поділився(лася) цим».

Коли кожен отримає можливість висловитися, запитайте одне одного: «Чи було приємно сказати це вголос і поділитися своїми почуттями?»

Завершіть служіння молитвою про те, щоб Господь допоміг зробити ваш дім місцем миру, взаєморозуміння, любові та підтримки.

.



ПРОЩЕННЯ ТА ПРИМИРЕННЯ В СІМ’Ї

Карлос Лінарес

Прощення звільняє того, хто його дарує, ще до того, як воно досягає того, хто його отримує.

«Отче, прости їм, бо вони не знають, що роблять!» (Від Луки 23:34).

Прощення та примирення в сім'ї

Карлос Лінарес

Як люди, ми постійно помиляємося і зазнаємо невдач, зокрема й у сімейному житті – як через свої вчинки, так і через бездіяльність. Такі помилки нерідко завдають болю нашим близьким, так само як їхні помилки можуть ранити нас. У більшості випадків йдеться лише про дрібниці. Проте, на жаль, у деяких сім'ях трапляються й серйозніші ситуації, зокрема жорстоке поводження та насильство. У таких випадках може виникнути потреба знайти безпечне місце та повідомити про те, що відбувається, відповідним органам.

Однак, незалежно від обставин, Євангелія навчає нас не дозволяти образі – небажанню прощати – укорінюватися в наших серцях.

«Тоді, підійшовши до Нього, Петро сказав: Господи, якщо згрішить мій брат проти мене, чи маю йому прощати до семи разів? Відповів йому Ісус: Не кажу тобі до семи разів, але до сімдесяти разів по сім» (Від Матвія 18:21, 22).

«Усяке роздратування, гнів, лють, крик і зневага хай віддаляться від вас разом з усякою злобою. Будьте ж добрими один до одного, милосердними, прощаючи одне одному, як і Бог через Христа вам простив!» (До ефесян 4:31, 32).

Чому мені слід пробачати?

Один із психологічних журналів зазначає: «Прощення звільняє нас від негативних почуттів, таких як образа, гнів і прагнення помсти. Коли ці емоції опановують людину, проявляються найгірші риси її характеру, завдаючи фізичної та психологічної шкоди як їй самій, так і людям, які її оточують».

«Деякі люди продовжують плекати образу на інших і протягом тривалого часу носять у собі гіркоту, що вкрай згубно впливає на обидві сторони. Зрештою, ті, хто не прощає, обмежують свою здатність любити. Прощення не означає забути те, що сталося; воно означає пам'ятати про пережите, водночас зберігаючи мир у стосунках з іншими та внутрішній мир із

самим собою. Навіть якщо заподіяна нам несправедливість була великою, не можна дозволяти їй цілковито поглинути нас. Необхідно прощати. Це великий виклик, який вимагає зрілості та життєвого досвіду».[1]

Щоб звільнитися від усякого кореня гіркоти, ми повинні прощати навіть тих, хто не кається у своїх провинах. Це не означає, що все знову стане таким, як раніше. Але, незважаючи на завданий нам біль, ми обираємо прощення, тому що воно звільняє та приносить мир душі.

Власним прикладом Христос закликає нас виявляти найвищий прояв любові – прощення. Коли Він був розіп'ятий, Його найбільшою «відповіддю» була молитва: *«Отче, прости їм, бо вони не знають, що роблять!» (Від Луки 23:34).*

Лише ті, у чиїх серцях живе Христос, здатні по-справжньому прощати *(1 Івана 4:20, 21).* Ми також повинні прощати, адже це є умовою для отримання Божого прощення:

«І коли ви стоїте на молитві, прощайте, коли маєте щось проти когось, щоб і ваш Отець Небесний простив вам ваші провини. [Коли ж ви не прощаєте, то й ваш Отець Небесний не прощатиме вам ваших провин]» (Від Марка 11:25, 26).

Практикуючи прощення у сім'ї

«Отже, зодягніться, як обрані Богом, святі й улюблені, у щире милосердя, доброту, покірність, лагідність, довготерпіння, вибачаючи і прощаючи одне одному, коли хто проти кого має якусь скаргу. Як Христос простив вам, так само й ви робіть. А понад усе – любов; вона – зв'язок досконалості» (До колосян 3:12-14).

«Не варто наполягати на своєму, відмовляючись поступатися в дрібницях, які не мають великого значення, і тим самим вносячи в дім гіркоту і гнів. Життя занадто коротке і занадто сповнене смутку…

Нехай кожен буде добрим та уважним до іншого. Сонце нехай не зайде у вашому гніві. Ніколи не лягайте спати, не владнавши дрібних, дратівливих розбіжностей, які ранять і завдають болю душі».[2]

Ідеальні моменти, щоб просити прощення у сім'ї

«Гніваючись, – не грішіть; сонце хай не заходить у вашому гніві» (До ефесян 4:26).

«Між членами сім'ї завжди повинні панувати доброта, турбота та увага одне до одного. Вранці та ввечері нехай усі серця об'єднуються у благоговійній молитві. Під час вечірнього богослужіння кожен член сім'ї нехай уважно досліджує своє серце. Нехай кожна допущена неправда буде виправлена. Якщо протягом дня хтось образив іншого або сказав йому недобрі слова, нехай той, хто вчинив неправильно, попросить пробачення в того, кого образив. Часто люди зберігають у серці образи, через що виникають непорозуміння та душевні рани, яких можна було б уникнути. Якщо тому, кого вважають неправим, дати можливість пояснити свої вчинки, можливо, він зможе сказати те, що принесе полегшення іншим членам сім'ї».[3]

«До заходу сонця нехай члени сім'ї зберуться разом, щоб читати Боже Слово, співати та молитися. Тут потрібна реформа, оскільки багато хто в цьому питанні виявляє недбалість. Нам потрібно сповідатись перед Богом і одне перед одним. Нам потрібно знову вжити особливих заходів, щоб кожен член сім'ї міг приготуватися шанувати день, який Бог благословив і освятив».[4]

Пророцтво для сімей сьогодні

«Перш ніж прийде великий і страшний Господній День, Я пошлю до вас пророка Іллю. Він наверне серця батьків до дітей, і серця дітей – до їхніх батьків, аби, прийшовши, Я не уразив землю прокляттям» (Малахії 4:5, 6).

«Якщо ви знехтували своїм обов'язком перед сім'єю, визнайте свої гріхи перед Богом. Зберіть дітей і зізнайтеся перед ними у своїй недбалості. Скажіть їм, що ви прагнете здійснити зміни у вашому домі, і попросіть їх допомогти вам зробити його таким, яким він має бути. Читайте дітям настанови з Божого Слова. Моліться разом із ними та просіть Бога зберегти їхнє життя й допомогти їм приготуватися до Небесного Царства. Таким чином ви можете розпочати роботу перетворення, а потім і надалі жити за Господніми настановами».[5]

Завдання: Прохання про прощення

Практикуйте щирі вибачення, перш ніж незначні образи перетворяться на глибокі рани.

5-10 хвилин **Уся сім'я** **Папір і олівці**

Якщо ми не вміємо щиро просити пробачення за дрібниці, наші серця можуть стати запеклими, і згодом нам буде важко просити пробачення, коли ми справді завдаємо комусь болю. Приділіть кілька хвилин тому, щоб попрактикуватися у щирому проханні про прощення.

Тихо поміркуйте: Чи не завдав(ла) я комусь болю останнім часом – навмисно чи ненавмисно? Як я можу виправити цю ситуацію?

На невеликому аркуші паперу напишіть просту фразу: «Пробач мені за…»

Намагайтеся висловити свою думку просто і конкретно. Не виправдовуйтеся та не перекладайте провину на іншого.

*Навіть якщо вам нема за що просити пробачення у кожного члена сім'ї, натомість напишіть слова подяки. Наприклад: «Я вдячний тобі за те, що…» Наприкінці цього завдання кожен повинен отримати записку від інших членів сім'ї.

Отримавши записку, не обов'язково одразу відповідати. Можна просто сказати: «Дякую» чи посмішкою висловити свою вдячність.

Запитайте: Чи легше було написати про це, ніж сказати вголос?

Завершіть сімейне служіння молитвою, просячи Господа допомогти вам зберігати м'якість і чуйність серця, швидко прощати і бути готовими виправляти те, що було зроблено неправильно.

Посилання

01 Неділя – Віра в сім'ї

1. Свідоцтва для церкви. – Т.7. – С.43.
2. Свідоцтва для церкви. – Т.7. – С.43.
3. Моє життя сьогодні. – С.32.
4. Свідоцтва для церкви. – Т.7. – С.42, 43.

02 Понеділок – Спілкування в сім'ї

1 Виховання дітей. – С.286.
2. https://www.azquotes.com/author/3347/Stephen_Covey/tag/listening
3. Виховання дітей. – С.217.
4. Виховання дітей. – С.217.
5. Виховання дітей. – С.286.
6. Виховання дітей. – С.287.

04 Середа – Індивідуальність у сім'ї

1. Поради щодо самопізнання. – С.38.
2. Поради щодо самопізнання. – С.32.
3. Християнська родина. – С.324.
4. Виховання дітей. – С.185.
5. Свідоцтва про інтимні стосунки, подружню невірність та розлучення. – С.26.
6. Свідоцтва для церкви. – Т.4. – С.130.
7. Листи молодим закоханим. – С.48.
8. Християнська родина. – С.127.
9. Наставник молоді, 1 квітня 1872 року.
10. Свідоцтва для церкви. – Т.3. – С.539.

05 Четвер – Психічне здоров'я в сім'ї

1. https://www.bbc.com/portuguese/geral-55182269
2. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide
3. Християнська родина. – С.107.
4. Бажання віків. – С.516.
5. Християнська родина. – С.111.

06 П'ятниця – Прощення та примирення в сім'ї

1. CONEXA, Blog Conexa Saud: https://blog.psicologiaviva.com.br/perdao/amp/ [acceso 05/03/2026].
2. Цей день із Богом. – С.225.
3. Моє життя сьогодні. – С.32.
4. Свідоцтва для церкви. – Т.6. – С.356.
5. Виховання дітей. – С.557.

Конспект проповіді

Наша обіцянка

Після вивчення матеріалів цього тижня, яке нове рішення ви хочете прийняти як сім'я? Обговоріть його разом та запишіть тут. Нехай кожен член сім'ї поставить свій підпис.

БЛАГОСЛОВЕННЯ ДЛЯ РОДИНИ

Нехай цей дім буде місцем, де народжується віра й ніколи не згасає – де ранок починається зі згадки про Його ім'я, а вечір завершується у Його мирі; де слова творять, серця прощають і кожен член сім'ї знаходить своє місце у колі Його любові.

Дивіться нас:

www.sdarm.org

www.sdarm.com.ua

sdarm ua

sdarm ua music

Рух Реформації

sdarm_ua

sdarm_vegfood

Де зароджується віра

Як минув ваш Всесвітній тиждень сім'ї? Ваш відгук важливий для нас. Відскануйте QR-коди або перейдіть за наведеними нижче посиланнями, щоб розповісти нам, як пройшов цей тиждень у вашій родині або у вашій громаді.

Поділіться вашим тижнем з нами –
sdarm.app/family/week-survey

GC FAMILY