

# ПРЕЖДЕ ЧЕМ ТЫ СКАЖЕШЬ «ДА»

*Вэс Робертс и Х. Норман Райт  
(Книга для вступающих в брак)*

*Издательство «Источник жизни»  
Заокский, 1997*

## *Введение*

В 1984 году на Годичном совещании Церкви Адвентистов Седьмого дня проголосовали за то, чтобы «принять программу добрачного консультирования: служители Церкви Адвентистов Седьмого дня должны проводить добрачное консультирование молодых пар, собирающихся вступить в брак. Добрачная подготовка молодых пар должна состоять, по возможности, из нескольких консультативных встреч, проводимых пастором церкви или другим квалифицированным специалистом.

На Всемирном совещании по семейному служению 1996 г., проходившем в помещении Генеральной конференции Церкви Адвентистов Седьмого дня, предложение Годичного совещания 1984 г. было утверждено в следующей формулировке:

«ГОЛОСОВАЛИ: 1) ввести, согласно решению Генеральной конференции, добрачное консультирование; 2) действительно активизировать добрачное консультирование в каждом дивизионе.

а. Помочь каждому пастору и члену церкви осознать важность добрачного консультирования.

б. Правильно оценить методы, при которых каждая пара может проанализировать различные аспекты своих взаимоотношений посредством предварительного их изучения.

в. Разработать материалы для добрачного консультирования и подготовки пасторов и рядовых членов Церкви, которые могли бы научить молодые пары пользоваться этими материалами.

г. Разработать материалы, необходимые для самостоятельного изучения молодыми парами.

д. Обратиться к пасторской ассоциации с просьбой помочь привлечь пасторов и других служителей к разработке материалов для добрачного консультирования».

8 ноября 1996 г. на годичном совещании Отдела семейного служения Евро-Азиатского дивизиона Генеральной Конференции АСД проголосовали за принятие вышеназванного документа Всемирного совещания по семейному служению в качестве направления работы Отдела семейного служения ЕАД.

Практической реализацией данного направления работы явился перевод на русский язык и адаптация к условиям Евро-Азиатского дивизиона книги «Прежде чем ты скажешь «ДА». Мы надеемся, что эта книга окажется полезной для пасторов, консультантов, директоров Отделов семейного служения и других специалистов по подготовке молодых людей к ответственному шагу бракосочетания. Эта книга содержит результаты серьезных исследований, которые могут использовать консультанты, готовящие молодую пару к браку. Будущие муж и жена, каждый в отдельности, также должны иметь эту книгу, чтобы вносить в них свои записи при подготовке к консультативным занятиям для будущих супружеских пар. В конце книги есть приложение, содержащее дополнительный материал в помощь

добрачному консультанту. Эти материалы взяты из курса «Подготовка к браку», предназначенного для молодых людей, планирующих вступить в брак; курс издан в 1985 г. Отделом семейного служения Генеральной Конференции АСД. Кроме того, в конце второй главы книги «Прежде чем ты скажешь «ДА» мы добавили диаграмму из «Семинара по семейному благополучию» Джона и Милли Янгберг (занятие 4); цитату из работы Е. Уайт и комментарий к использованию теста темперамента человека.

В дополнение к материалу книги «Прежде чем ты скажешь «ДА» мы очень рекомендуем молодым парам с молитвой прочитать и обсудить книгу Е. Уайт «Христианский дом» и главы, рассказывающие о доме, из книги Е. Уайт «Служение исцеления».

Мы надеемся и молимся, чтобы время, проведенное за чтением этой книги, подготовило молодых людей не только к моменту бракосочетания, но и к долгому и счастливому супружеству, основанному на Христе и Его Священном Писании.

*Мэй-Элен и Гаспар Колон  
Руководители Отдела семейного  
служения Евро-Азиатского  
дивизиона*

В браке огромное значение принадлежит взаимоотношениям, и их результаты настолько важны, что эти взаимоотношения нельзя устанавливать в спешке, без соответствующей подготовки и до того, как человек будет достаточно развит интеллектуально и физически.

Семейные узы являются самыми тесными, самыми нежными и святыми по сравнению с остальными, существующими на земле. По замыслу Бога, они должны быть благословением человечеству. И они являются благословением там, где люди вступают в брачный союз разумно, в страхе Божьем и осознавая должным образом свою ответственность.

Е. Уайт. Служение исцеления, с. 244.

## Что такое брак?

Возможно, вы подошли к самому важному этапу в своей жизни — браку. Брак заключает в себе уникальные и интересные возможности. Один оптимист сказал так: «Брак — это единственная игра на удачу, где *оба* игрока могут либо выиграть, либо проиграть!» Данное пособие было разработано с целью помочь молодым людям свести до минимума риск в браке. Мы уверены, что молодая пара, прочитав этот материал, сможет укрепить и обогатить свои взаимоотношения, чтобы позднее их брак принес им радость и удовлетворение. Мы также надеемся, что молодые люди смогут более реально отнестись друг к другу и к перспективам предстоящего брака.

1. Определите для себя понятие брака. Какова его цель?
2. Считаете ли вы брак соглашением по контракту? Почему?
3. Как бы, по вашему мнению, ответила на эти вопросы ваш(а) жених/невеста?
4. Прочтите следующие цитаты. Укажите, с чем вы согласны, а с чем — нет.

*«Брак напоминает лезвия ножниц, соединенные таким образом, что их нельзя разъединить; они часто двигаются в противоположных направлениях, и неизменно страдает тот, кто оказывается между ними» [1].*

*«Является ли брак личным делом двоих влюбленных или это общественный акт людей, заключающих между собой контракт? Ни то, ни другое — это нечто третье. Это совершенно иное! С христианской точки зрения брак — не только и не в первую очередь соединение людей друг с другом юридически или на основе официального контракта. Христианин понимает брак как заключение завета при благословении Божьем и в присутствии своих братьев и сестер по христианской семье. Такой завет (соглашение) сохраняется не вследствие силы закона или из страха перед наказанием за нарушение закона, но на основе любви и верности без всяких условий. Такое соглашение более свято, крепко и надежно, чем какой-либо юридический контракт» [2].*

*«Это состояние, при котором люди, греховные и упрямые, охвачены мечтой и желанием достичь поставленной цели, превышающей их личные возможности, но они продолжают упорно добиваться своего на протяжении многих лет и, несмотря на повторяющиеся разочарования, стараются достичь осуществления своей мечты» [3].*

«...Брак — это взаимоотношения между мужчиной и женщиной, дарованные Богом, чтобы эти два человека имели взаимоотношения единого целого, постоянную связь, при которой удовлетворяются потребности каждого — потребность любить и быть любимым, потребность в дружбе, общении, общих делах, сексуальном удовлетворении, потребность иметь детей и не быть одиноким в жизни. Брак должен быть союзом любви, отражением любви Христа к своему народу, союзом священной любви, когда муж и жена становятся одной плотью, единым целым» [4].

Бытие, 2:18—25

1. Кто учредил брак?

2. Каковы цели брака и для чего он был создан? (См. Быт. 1:28; 2:18; Еф. 5:22-32.)

(1)

(2)

(3)

(4)

3. Каков должен быть брак? (Быт. 2:18; Евр. 13:4.)

4. Чем, по вашему мнению, вы можете помочь своему партнеру по браку?

5. Как вы понимаете выражение «оставит человек отца своего и мать свою»?

6. Как вы понимаете слово «оставит»?

7. Что значат для вас слова «станут одной плотью»?

8. Перечислите шесть типов поведения, которые вы хотели бы встретить в своем супруге и которые помогли бы вам сблизиться в браке.

(1)

(2)

(3)

(4)

(5)

(6)

9. Перечислите три наиболее важных библейских стиха, которые могли бы стать основой ваших супружеских взаимоотношений. (Приведите любые стихи, помимо *Еф. 5:21—33; 1 Кор. 13* и *1 Петр. 3*, которые чаще всего называют супружеские пары. Эти стихи также важны, но вы постарайтесь найти и другие значимые стихи, которые помогли бы вам определить тот тип брачных взаимоотношений, который соответствует вашему пониманию брака.)

(1)

(2)

(3)

Вот еще одно определение брака, которое может вам пригодиться. Брачные взаимоотношения — это школа, в которой (если все так, как это должно быть) оба партнера учатся расти и развиваться. Их отношения также развиваются и растут вместе с ними. Если вы рассматриваете брак как возможность для роста, то вы оба будете удовлетворены вашим браком.

Д-р Дэвид Хаббард описал брачные отношения следующими словами: «Брак не требует совершенства. Но к этому в первую очередь следует стремиться. Это нужно грешникам. Никто более, чем грешники, не нуждается в этом. Но брак достигает своего расцвета только тогда, когда грешники рассматривают его как путь, которым Бог ведет каждого человека, давая ему Божье понимание любви и праведности» [5]. Задумывались ли вы раньше о цели брака?

Вот еще одно определение брака. Поразмышляйте о нем серьезно и затем поделитесь своим мнением с вашей невестой/ женихом: «Христианский брак — это соглашение двух людей перед лицом Иисуса Христа и друг перед другом. Это соглашение (завет), которое нельзя нарушить или расторгнуть. Брак — это соглашение о взаимной верности и взаимозависимости. Христианский брак сходен с обязательством, дающим свободу мужчине и женщине быть самими собой и стать теми, кем Бог хочет, чтобы они стали. Брак — это процесс очищения, который Бог использует для того, чтобы мы стали теми, кем Он хочет сделать нас.

Подумайте об этом. Бог использует ваш брак для Своих целей. Он переплавляет и очищает вас для Своей славы.

Вы, возможно, думаете, что в брак вступают два самостоятельных человека. Это верно, но при этом присутствует еще и Третий, Который придает вашему браку особое, еще большее значение, — это Иисус Христос. Каким образом присутствие Иисуса Христа в вашей жизни делает ваш брак особым?

Прочтите *Мф. 7:24—27*. Эти стихи говорят о строительстве вашего дома на твердом основании. Перечислите 10 компонентов прочного фундамента, которые могли бы стать основой ваших крепких супружеских взаимоотношений.

1.

2.

3.

4.

5.

- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

### **Причины, заключения брака**

Существует много причин и факторов, побуждающих людей вступать в брак. Каковы ваши причины? Ниже даны два очень важных вопроса, на которые вы должны дать ответы и затем обсудить их с вашей невестой/женихом.

1. Что бы вы хотели найти в браке, чего не можете иметь, не вступая в брак?
2. На отдельном листе бумаги сформулируйте причины, которые побуждают вас вступить в брак.

После этого перечислите причины, которыми, по-вашему мнению, руководствуется ваша невеста/жених, вступая с вами в брак. Затем обменяйтесь своими мыслями.

Теперь сравните свой список причин, побуждающих вас к браку, со следующим перечнем, который был составлен несколькими специалистами по вопросам брака и семейной жизни. Это перечень нездоровых причин для брака! Если вы найдете хотя бы одну из этих причин в вашем перечне или в ваших потаенных мыслях, то вам необходимо обсудить их со своей невестой/женихом или пастором.

### **Меня побуждает к браку:**

1. Неприязненные отношения к своим родителям.
2. Негативная самооценка — брак поможет почувствовать свою значимость и определить цель жизни.
3. Стремление стать помощником и советчиком для своего спутника жизни.
4. Боязнь оказаться «за бортом»! Страх остаться холостяком или девственницей.
5. Страх перед независимостью.
6. Решение вступить в брак после того, как вас отвергли: ваша предыдущая любовь была отвергнута и, чтобы облегчить свою рану, вы немедленно избираете другого партнера.
7. Опасение нанести рану другому человеку — вы боитесь, что может случиться что-то плохое с вашим партнером, если вы разорвете свои отношения с ним/ней, даже если вы знаете, что брак не спасет эти отношения.
8. Желание покинуть дом, где вы несчастливы.
9. Потому что вы беременны (узнали, что ваша подруга беременна).
10. Потому что вы имели сексуальную связь со своим партнером.

Несколько положительных причин для вступления в брак:

1. Дружба
2. Желание вместе работать и решать проблемы свои и своего спутника жизни.
3. Удовлетворять сексуальные потребности так, как это предусматривает Бог.
4. Любовь (под понятием любовь понимается соответствующее соединение различных типов любви, как это объяснено в главе 3).
5. Вы убеждены, что ваш брак благословлен Богом.

Подсчитайте очки «за» ваш брак, анализируя свои личные цели и цели вашей невесты/жениха. Перечислите восемь ваших черт характера, которые, по вашему мнению, могут сделать ваш брак удачным.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.

Прочтите в Библии *Гал. 5:22, 23* о плодах Духа. Будут ли эти черты характера человека способствовать достижению им наибольшего успеха в браке? Если «да», то укажите, какие из этих черт характера вы уже проявляете активно, и какие вам еще предстоит развивать?

В дополнение к пониманию плода Духа как Водителя для достижения наибольшего успеха в браке ниже названы восемь черт характера, которые способствуют успешному браку:

1. Умение приспосабливаться и проявлять гибкость — умение меняться и идти на уступки.
2. Сочувствие — способность чувствовать нужды, боль и желания других, сопереживать с ними и видеть мир в перспективе.
3. Умение решать проблемы.
4. Умение давать и принимать любовь.
5. Эмоциональная стабильность — умение воспринимать эмоции другого и контролировать их.
6. Общительность.
7. Сходство характеров партнеров.
8. Сходство семейной обстановки, в которой вырос каждый из партнеров.

Лучше всего, если вы посмотрите на этот перечень и скажете: «Это как раз о нас. Мы именно таковы, и наши характеры именно такие». Если вы чувствуете, что обладаете этими чертами характера, то укажите особые примеры, каким образом каждая из шести вышеуказанных черт характера проявилась в течение последних двух недель. Затем укажите, в чем вы видите сходство ваших характеров, согласно пунктам 7 и 8.



1.

2.

3.

4.

5.

6.

7. (1) \_\_\_\_\_

(2) \_\_\_\_\_

(3) \_\_\_\_\_

(4) \_\_\_\_\_

(5) \_\_\_\_\_

8. (1) \_\_\_\_\_

(2) \_\_\_\_\_

(3) \_\_\_\_\_

(4) \_\_\_\_\_

(5) \_\_\_\_\_

## **Глава вторая**

### ***Уникальность личности***

### ***Принимайте своего спутника жизни таким, какой он есть***

**Ваш будущий спутник жизни — это не вы. Это — другой человек, сотворенный по подобию Божьему, а не по-вашему. Он имеет право быть другим, его надо принимать таким, какой он есть, и уважать как уникальную личность.**

«Если вы собираетесь вступить в брак, то, конечно, будущий спутник жизни видится вам идеальным, а ваш союз — совершенным. Спустя некоторое время вы начинаете понимать, что нарисованный вами образ не совпадает с тем реальным человеком, с которым вы вступили в брак. В этот момент вы можете начать думать о другом человеке, забыв, что только Бог может «творить новое». Вы вспоминаете слова, сказанные вам на брачной церемонии, что «двое станут одной плотью», считая, что ваш спутник жизни должен стать таким, как вы, и каким вы видите его в своих мечтах. Вы уверены, что ваш супруг должен разделять ваши симпатии, приоритеты, интересы, привязанности, мысли, даже ваше поведение и чувств: ВАШИ! Однако единство в браке — это не сходство

или подобие в мыслях или чувствах, но единство понимания. Любые попытки подогнать своего партнера под свои мечты — оскорбительная самонадеянность. Хотя и верно то, что мы никогда не можем приспособиться или переделать другого человека, но мы можем «дать ему возможность» измениться» [6].

Наставления о правильном образе жизни, данные в *Еф. 4:2*, можно применить и к брачным взаимоотношениям. «Поступать со всяким смиренномудрием и кротостью и долготерпением, снисходя друг ко другу с любовью». Обратите внимание на последнюю часть стиха: «снисходя друг ко другу с любовью». Приведите шесть примеров того, как эти слова могут быть приложимы к вашим брачным взаимоотношениям. Следуете ли вы в своей семейной жизни этому призыву?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.

Заполните следующую таблицу:

| <i>СХОДСТВО</i><br>В чем мы схожи с моим партнером? | <i>РАЗЛИЧИЯ</i><br>Чем мы отличаемся друг от друга? | <i>ВЛИЯНИЕ</i><br>Как это сходство или различия могут обогатить нас в будущем браке? |
|---|---|--|
|   |   |  |

За какие различия между вами вы благодарите Бога?

### ***Различия в браке — возможность для роста и укрепления отношений***

Каждый человек, заключающий брак, чем-то похож по характеру на своего спутника жизни. Но характеры разных людей неизбежно отличаются. Отличия в восприятии, мыслях, чувствах и манере поведения требуют от супругов взаимоприспособляемости. Различия очень важны, потому что они помогают понимать потребности другого. Они также заставляют нас помнить, что одним из главных факторов, побуждающих вступить в брак, является понимание желаний, нужд и интересов другого. Сознательно или бессознательно люди избирают других, которые могли бы помочь им ощутить полноту жизни. С другой стороны, эти различия могут посеять семена раздора и раздражения. Почему? Ответ очень прост. Различия несут в себе угрозу для каждого из нас. Мы боимся, что должны будем приспособлять наш образ мышления и жизни к характеру своего супруга. Мы частенько думаем, что «если что-то непохоже на нас, значит, это плохо!» Многие проблемы возникают из-за нехватки терпимости к различиям в поведении и взглядах на супружеские взаимоотношения. Проблемы возникают именно потому, что мы не хотим позволить другому человеку быть непохожим на нас. Но подумайте над следующими высказываниями:

«В пылу брачных боев сладкие мечты исчезают, и на смену им приходят разочарование и отчаяние. Но вот супруги оставляют друг друга в покое, и каждый задает вопрос себе: "Чего я хочу от своего супруга? Что происходит со мной? Чего я не могу понять? Чего я не должен делать, чтобы спасти свой брак?" Если вы честно задаете себе эти вопросы, то ответы не заставят себя долго ждать:

"В самом деле, я женился, потому что она не такая, как я. Я должен не переделывать ее, но научиться видеть и уважать ее отличия. Но прежде следует понять и свое отличие от нее, а она должна помочь мне увидеть мои особенности и отличия. Моя задача не превращать ее в прекрасную вазу, но вместе с ней понять красоту этой вазы, — однако и она должна найти прекрасное во мне. Как самонадеянно с моей стороны думать, что я могу изменить характер другого человека! Я должен смириться и понять, что мне нужно обратиться за помощью к Тому, Кто сильнее нас, и измениться самому! Тогда наши взаимоотношения изменятся с обеих сторон — Он может изменить нас и сделать более прекрасными, чем мы можем себе это представить"» [7].

«Мы пытаемся изменить людей согласно своим представлениям о том, какими они должны быть. Бог тоже хочет изменить нас. Но именно этим ограничивается наше сходство. Наши мысли о том, как другой человек должен поступать или думать, могут либо помочь ему, либо стать тюрьмой для него. Мы можем помочь человеку *освободиться* от определенного типа поведения, которое ограничивает его развитие, либо мы просто закуем его в цепи несвойственного ему поведения» [8].

1. Если вас действительно волнуют отличия вашего спутника жизни от вас, то задайте себе вопрос: «Каков был бы мой брак, если бы я заключил его с человеком, во всем похожим на меня, — понравился ли бы мне такой брак?»

2. Каким образом присутствие Иисуса Христа в вашей жизни может помочь вам приспособиться к столь непохожему на вас спутнику жизни в будущем браке?

Примечание: Если вы и ваш жених/ невеста имеете возможность проверить темперамент, то этот тест поможет вам лучше понять свои особенности и особенности вашего партнера. Было бы полезно обсудить результаты этого теста с вашим добрачным консультантом и друг с другом.

**«Часто бывает так, что члены одной семьи значительно отличаются по характеру, привычкам и склонностям — в этом и состоит замысел Бога: люди разных темпераментов должны сосуществовать друг с другом. Каждый член семьи должен свято относиться к чувствам другого, уважать его право быть самим собой. Тогда появляется взаимное уважение и терпимость, предубеждения постепенно исчезают, характер смягчается. В такой семье будет царить гармония, а сочетание разных темпераментов пойдет на пользу всем».**

(Е. Уайт. *Ум, характер, индивидуальность*, т. 2, с. 616).

## ОТ РАЗДЕЛЕНИЯ К ЕДИНЕНИЮ



**«Но Бог соразмерил тело [членов семьи]... дабы не было разделения в теле [членов семьи], а все члены одинаково заботились друг о друге» (7 Кор. 12:24, 25).**

## Любовь как основа брака

Большинство молодых людей утверждают, что они хотят вступить в брак, потому что любят друг друга. Давайте представим себе, что в обществе существует закон, обязывающий тех, кто вступает в брак, представить доказательства своей любви к другому человеку. Какие доказательства вашей любви вы могли бы представить, чтобы вступить в брак, и каково ваше понимание любви?

Что такое любовь? Как определяется любовь в мире? Ниже даны семь определений любви. С какими из них вы согласны?

«Любовь — это чувство, которого вы ранее никогда не испытывали».

«Любовь — это непрерывное состояние восторга».

«Любовь — это сокровище, огонь, рай и ад одновременно, ведь это чувство предполагает, что удовольствие, боль и горькое разочарование неразделимы».

«Любовь — это тяжелое заболевание разума».

«Любовь к кому-то — это не просто сильное чувство, это необходимость принимать решения, выносить суждения и нести ответственность за свои обещания».

«Любовь — это соглашение без всяких условий с несовершенным человеком».

Что говорит о любви Слово Божье? Прочтите приведенные ниже тексты Священного Писания, где говорится о любви с позиций Бога. Какая основная мысль или наставление содержится в каждом из этих текстов?

### Источник Библейский взгляд на любовь

1. Притчи, 17:17

-----

2. Матфея, 6:24

-----

3. Матфея, 22:37—39

-----

4. Лука, 6:27—35

-----

5. Лука, 10:25-37

-----

6. Иоанна, 3:16

-----

7. Иоанна, 13:34

-----

8. Римлянам, 13:8—10

-----

9. Римлянам, 14:15

-----

10. 1 Коринфянам, 8:1

-----

11. Галатам, 2:20

-----

12. Галатам, 5:13

-----

13. Галатам, 6:2

-----

14. Ефесеям, 4:2

-----

15. Ефесеям, 5:2

-----

16. Ефесеям, 5:25

-----

17. Титу, 2:3-5

-----

18. 1 Петра, 4:8

-----

19. 1 Иоанна, 3:16—18

-----

**1 Коринфянам, 13:4—7** — библейское определение любви. Эти стихи указывают на то, что любовь состоит из многих компонентов, как отрицательных, так и положительных. Исходя из ваших семейных взаимоотношений, приведите по три примера, подтверждающих каждое положение. Изучите их внимательно.

1. Любовь долготерпит, милосердствует, не ищет своего, но ждет, пока Господь исправит все зло.

(1)

(2)

(3)

2. Любовь добра — не бесчинствует, ищет помощи, благословляет, когда ее проклинают, помогает, когда ее оскорбляют, проявляет милосердие.

(1)

(2)

(3)

3. Любовь не ищет зла, но сдержанна — не завидует успеху другого.

(1)

(2)

(3)

4. Любовь не превозносится, но смиренна — не радуется неправде, но сорадуется истине.

(1)

(2)

(3)

5. Любовь не гордится, но скромна — не выделяет себя.

(1)

(2)

(3)

6. Любовь не груба, но нежна.

(1)

(2)

(3)

7. Любовь не эгоистична, но готова забыть себя.

(1)

(2)

(3)

8. Любовь не раздражается, но сдержанна.

- (1)
- (2)
- (3)

9. Любовь не мстит и не гневается, но милосердна.

- (1)
- (2)
- (3)

10. Любовь не радуется неправде другого, но сорадуется истине.

- (1)
- (2)
- (3)

11. Любовь не гневлива, но отважна, не подчеркивает грехи другого.

- (1)
- (2)
- (3)

12. Любовь не подозрительна, но верит, не цинична, но ищет причину греха, старается увидеть лучшее в человеке.

- (1)
- (2)
- (3)

13. Любовь не уныла, но несет надежду, не сдается, если ее отвергают.

- (1)
- (2)
- (3)

14. Любовь не подавляет, она незаметна, неназойлива, но может решать любые проблемы.

- (1)
- (2)
- (3)

### **Как вы разрешите этот конфликт?**

После восьми лет брака Андрей говорил в суде при разводе, что он больше не испытывает никаких чувств к своей жене. «Сейчас совсем не то, что было, когда мы только что поженились, — говорил он. — Тогда я не сомневался, что люблю ее. У меня было сильное чувство и я не мог ошибаться в нем. Но теперь все прошло». Его жена Марина очень расстроена. Она говорит, что и теперь любит своего мужа и детей и хочет сохранить семью. Она против развода. «Как я могу восстановить свое чувство к жене?» — спрашивает Андрей. «Может быть, я сделала что-то такое, что разрушило его любовь ко мне?» — спрашивает себя Марина.

1. В чем причины их проблемы?

Марина

Андрей

2. Что они должны сделать, чтобы решить свою проблему?

Марина

Андрей

2. Какие советы мы можем найти в Откровении, 2:1—5 о том, как снова восстановить чувство любви?

(1)

(2)

(3)

***В вашем браке должны сочетаться три типа любви — эротическая, чувственная любовь и любовь агапе***

Эротическая любовь — это любовь, ищущая плотского выражения. Это романтическая любовь, сексуальная любовь. Она черпает вдохновение из биологической структуры человеческой природы. Муж и жена в благополучном браке любят друг друга романтически и эротически.

В благополучном браке муж и жена также являются друзьями. Дружба выражается в общении, разговорах и общих делах. Это любовь чувственная.

Любовь агапе — это всепоглощающее чувство, чувство, которое продолжается даже тогда, когда другой уже не любит. *Любовь агапе — это не то, что произошло с тобой независимо от тебя, но то, что ты сам производишь в себе.* Любовь — это личный акт посвящения. Любовь Христа (пример для нашей любви) — это любовь-дар. Любовь Христа к нам — это жертвенная любовь, без всяких условий. Любовь Христа — это вечная любовь. Любовь агапе — это доброта. Она сочувственна, мудра и понимает нужды того, на кого она направлена. Агапе — это преданная и прощающая любовь.

Все эти типы любви взаимосвязаны и влияют друг на друга. Но для полного расцвета всех трех типов любви требуются сознательные усилия.

Когда вы связаны супружескими узами, что вы должны делать, чтобы проявлять все три типа любви? В нижеприведенную таблицу впишите пять примеров ваших действий, направленных на укрепление взаимоотношений любви.

Назовите три основных препятствия, которые, по вашему мнению, мешают супругам укреплять взаимоотношения любви?

1.

2.

3.

| <i>ЭРОС</i> | <i>ФИЛИА</i> | <i>АГАПЕ</i> |
|-------------|--------------|--------------|
| 1.          |              |              |
| 2.          |              |              |
| 3.          |              |              |
| 4.          |              |              |
| 5.          |              |              |



Ваша любовь либо будет жить, либо умрет. Что убивает любовь? Любовь умирает, когда вы мало или совсем не проводите время вместе и когда у вас нет общих дел, интересных для обоих. Любовь создается, если вы сумели найти общее дело и делаете его с радостью на протяжении длительного времени, или разрушается, если этого не случилось. Любовь умирает в том случае, если оба не смогли установить соответствующих взаимоотношений друг с другом. Улыбка, забота друг о друге, комплименты, проявления любви и общее времяпрепровождение — вот что укрепляет любовь в браке. Если такие взаимоотношения не поддерживаются постоянно, то постепенно они могут исчезнуть совсем. Если ваш спутник жизни перестает радовать вас, ваше чувство любви может угаснуть.

1. Что вы делаете в настоящее время для укрепления взаимоотношений, чтобы они были приятны вам обоим?
2. Как будут развиваться ваши отношения, когда вы станете супругами?
3. Как присутствие Иисуса Христа в вашей жизни помогает вам любить вашу невесту/жениха любовью «эрос», «филия» и «агапе»?

#### *Глава четвертая*

### ***Что вы ожидаете от брака?***

**Каждый человек, вступающий в брак, имеет определенные ожидания относительно супружества. Такие ожидания складываются под влиянием различных факторов — это родители вашего будущего супруга, ценности, общество, книги, слухи, наши собственные мысли и т. д. Очень важно сесть вместе и обсудить, каковы взаимные ожидания относительно предстоящего брака, могут ли они реализоваться и что делать, если жизнь не оправдает ваших ожиданий. Слово «ожидания» несет в себе надежду. Надежда имеет значение «ожидание чего-то хорошего». Надежда необходима, потому что она воодушевляет и часто поддерживает нас.**

Нижеследующее упражнение потребует от вас некоторого размышления и времени. Приведите 20 примеров того, что вы ждете от вашего будущего супруга после бракосочетания. Это могут быть короткие или подробные описания. Например, муж может ожидать от своей жены, чтобы она всегда открывала ему дверь, когда он возвращается с работы, чтобы она всегда была дома, никогда бы не работала, позволяла бы ему иметь секс всегда, когда он этого хочет. Жена может ожидать от своего мужа, чтобы он всегда ходил вместе с ней к ее родителям, когда она захочет навестить их, чтобы он был духовным лидером их семьи и проводил все выходные дни дома.

Перечислите, что вы ожидаете от вашего будущего мужа/жены после  
бракосочетания, но пока не обсуждайте этого с ним/ней. Графы справа вы  
заполните позднее.

|     | И | П | Н |
|-----|---|---|---|
| 1.  |   |   |   |
| 2.  |   |   |   |
| 3.  |   |   |   |
| 4.  |   |   |   |
| 5.  |   |   |   |
| 6.  |   |   |   |
| 7.  |   |   |   |
| 8.  |   |   |   |
| 9.  |   |   |   |
| 10. |   |   |   |
| 11. |   |   |   |
| 12. |   |   |   |
| 13. |   |   |   |
| 14. |   |   |   |
| 15. |   |   |   |
| 16. |   |   |   |
| 17. |   |   |   |
| 18. |   |   |   |
| 19. |   |   |   |
| 20. |   |   |   |

Что, по вашему мнению, ваш супруг ожидает от вас после вступления в брак? Сформулируйте, пожалуйста, 10 пунктов.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

Давайте вкратце поговорим о разочарованиях. Они не минуют никого, потому что некоторые наши ожидания, надежды и мечты не осуществляются. Перечислите три самых горьких разочарования, выпавших на вашу долю, а затем укажите, как вы с ними справлялись.

- 1.
- 2.
- 3.

Теперь давайте вновь вернемся к 20 вашим ожиданиям, которые вы возлагаете на будущего спутника жизни. Выпишите каждое из этих ожиданий на отдельный лист бумаги и сформулируйте в нескольких фразах, как повлияет на ваши супружеские взаимоотношения неисполнение этих ожиданий.

Теперь достаньте листок, где записаны ваши ожидания, и покажите его вашей невесте/жениху. Возьмите лист с перечислением ожиданий вашей невесты/ жениха и прочтите его. Прочитав все листы ожиданий друг друга, сделайте против каждого из них отметку.

И — исполнимо (ожидание исполнимо)

П — постараюсь (исполнение этого ожидания потребует усилий с вашей стороны)

Н — невозможно (ожидание, невозможно исполнить)

Когда вы оба просмотрели листы ожиданий, возвратите их друг другу и затем обсудите ваши записи.

Будущие супружеские пары чаще всего возлагают на свой брак следующие три ожидания. Молодая пара надеется, что их брак будет постоянным и никогда не приведет к разводу. Это прекрасная цель, но что нужно сделать, чтобы она стала реальностью? Напишите ниже, как вы лично можете укрепить ваш брак, чтобы он был прочным. Когда вы и ваш жених/невеста напишите это, поделитесь друг с другом вашими записями.

Еще одно ожидание молодые люди обычно возлагают на свой брак — это соблюдение верности. Будущие супруги ожидают, что они будут верны друг другу. Несомненно, неверности не должно быть в христианском браке. Однако верность подразумевает не только соответствующее сексуальное поведение, но также и другие области взаимоотношений. Например, некоторые мужчины неверны своим женам в отношении работы, уделяя больше внимания работе, а не жене. Некоторые супруги неверны своим женам, уделяя больше внимания своим матерям, увлечению рыбной ловлей, спорту, церковной работе, домашнему хозяйству, детям и т. д. Совершенно очевидно, что ставя на первый план другого человека, занятие или другой вид деятельности (кроме, конечно, Иисуса Христа), а не свою супругу, вы нарушаете ваши супружеские обязательства. В браке необходима верность. Это значит, что вы должны чувствовать потребности друг друга, поддерживать друг друга, быть вместе эмоционально и физически.

Молодые пары также ожидают, что их брак будет укрепляться и развиваться. Рассмотрите следующие три стадии брака.

Обычно супружеские пары проходят все три стадии. А как у вас? Возможно, вы уже испытали некоторые разочарования.

**Три стадии брака (и некоторые чувства, характерные для этих стадий)**



| <b>Увлечение</b>  | <b>Разочарование</b>                | <b>Зрелость</b>                 |
|-------------------|-------------------------------------|---------------------------------|
| На седьмом небе   | Разочарован                         | С небес спустился на землю      |
| Счастлив          | Ужасно                              | Ты мне нужен                    |
| Все прекрасно     | Все плохо                           | Как ты смотришь на это          |
| Навсегда          | Я уйду                              | Давай вместе решать             |
| Схожу с ума       | Переживаю                           | Я помогу тебе                   |
| Идеально          | Готов все бросить                   | Поддержка                       |
| Ошеломлен         | Катастрофа                          | Единение                        |
| Заворожен         | Раздражён                           | Готовы начать снова             |
| Очарован          | Подавлен                            | Благодарность                   |
| Захвачен          | Тяжелая ноша                        | Свобода                         |
| Экстаз            | Помеха                              | Все хорошо                      |
| Потрясен          | Горечь                              | Дружба                          |
| Поглощен          | В ловушке                           | Возрастание                     |
| Мы добились этого | Мы никогда не сможем добиться этого | Вместе мы сможем добиться этого |

Хотите ли вы пережить во всей полноте эту стадию, как она описана выше? Если нет, то прежде всего найдите время для того, чтобы сформулировать свои дальнейшие задачи: что нужно предпринять вам лично и вашей супружеской паре во избежание всех тех разочарований, которые указаны выше. Когда вы закончите писать, поделитесь своими размышлениями друг с другом.

Часто многие наши ожидания обусловлены образом жизни семьи, где мы выросли, и опытом предыдущей жизни. Допишите нижеследующие утверждения и затем поделитесь своими мыслями со своей невестой/женихом:

1. Вот что ты должна знать о моей семейной жизни, о том, как я рос, чтобы лучше понимать меня:

2. Если бы я мог изменить что-то в моей семье, где я рос, то это было бы...

3. Так как я не хочу, чтобы это случилось в семье, которую мы создаем вместе, то я...

4. Мои родители повлияли на мои взгляды на брак таким образом:

5. Из семейной жизни моих родителей я хотел бы позаимствовать...

6. Я бы не хотел, чтобы в моей семейной жизни происходило то же, что и у моих родителей...

7. Поговорите со своей невестой/женихом и сформулируйте на отдельном листе бумаги основные черты своей семьи и семьи вашей невесты/жениха. Обсудите вместе эти характеристики. Как они могут повлиять на ваш брак? В чем они сходны (10 пунктов) и в чем непохожи (10 пунктов)?

В супружеской жизни постоянно происходят перемены. Как вы можете приспособиться к ним? Понимаете ли вы, что даже положительные перемены могут нарушить супружеские взаимоотношения? Человек, вступивший в брак с нехристианином и многие годы молившийся за то, чтобы он (а) приняли Бога, неожиданно обнаруживает, что Бог ответил на молитву и теперь ее/его спутник жизни принял Бога и полностью изменился. Однако это его огорчило. Почему? Алкоголик неожиданно перестал пить и изменил свой образ жизни, о чем и просила Бога его супруга, но теперь она в замешательстве. Почему? Пассивный, зависимый муж начинает вести правильный образ жизни, начинает заниматься домом и детьми. Его жена несколько расстроена. Почему?

Даже когда в поведении супругов возникают определенные нежелательные перемены, то люди пытаются приспособиться к ним. Но когда с одним из них происходят положительные перемены, происходит и нарушение равновесия, поэтому супруг, который просил об этих переменах, вдруг обнаруживает, что теперь и сам должен измениться. Необходимо приспособиться к новому человеку, а это может осложнить жизнь супругов.

Того, что их огорчало, теперь не существует, и необходимо приспособливаться к новому человеку.

Может возникнуть вопрос: «Если он мог измениться теперь, почему же он не менялся так долго и заставил меня пережить все это?» Подумайте об этом, когда просите о переменах. Помните: самый лучший способ помочь ближнему измениться - это измениться самому. Человек может стать другим, если он увидит перемены в вашей жизни!

Напишите, как вы будете реагировать на следующие обстоятельства, которые могут возникнуть вследствие перемен в вашем браке:

1. Неудача
2. Смерть ребенка
3. Серьезные финансовые трудности
4. Увольнение с работы
5. Жена работает, а муж не работает
6. Серьезное заболевание
7. Вовлечение в крупный судебный процесс с неизбежными расходами и эмоциональным стрессом
8. Необходимость жить в комнате, а не в квартире, как это было раньше
9. Необходимость жить в сельской местности, а не в городе
10. Муж бросает государственную работу и начинает заниматься собственным бизнесом
11. Жена хочет идти работать, несмотря на наличие троих детей
12. Ребенок идет своим путем, который вам представляется нежелательным
13. Появление незапланированных детей
14. Вы обнаруживаете, что не можете иметь детей
15. Ваш друг начинает ухаживать за вашей женой (или подруга за мужем)
16. Ваши родственники испытывают к вам ненависть
17. Жена вынуждена работать ночами, а не днем
18. У вас украли машину во время отпуска
19. Вы влюбились в другого человека
20. Ваш супруг больше не интересуется духовными вопросами

Разочарования и огорчения являются частью жизни, но наше отношение к ним зависит от нас самих. Мы можем позволить нашим чувствам довлеть над нами, поработить нас и даже разрушить наш брак. Но мы также можем реагировать по-другому - перетерпеть боль, постараться понять, чему нас учит эта боль, и затем наметить новые планы или альтернативы. Прочитайте следующие три текста из Священного Писания и напишите, как, по вашему мнению, эти стихи из Библии могут помочь вам принять разочарования и приспособиться к переменам в вашей жизни.

«С великою радостью принимайте, братия мои, когда впадаете в различные искушения, зная, что испытание вашей веры производит терпение» (Иак. 1:2, 3).

«О сем радуйтесь, поскорбевши теперь немного, если нужно, от различных искушений, дабы испытанная вера наша оказалась драгоценнее гибнущего, хотя и огнем испытываемого золота, к похвале и чести и славе в явление Иисуса Христа» (1 Петр. 1:6, 7).

«Блажен человек, который переносит искушение, потому что, быв испытан, он получит венец жизни, который обещал Господь любящим Его» (Иак. 1:12).

Снова прочтите Иак. 1:1, 2. Слово «принимайте» следует понимать как «отношение сердца и разума к обстоятельствам и испытаниям, которые влияют на человека положительно или отрицательно». В стихе этом подразумевается, что необходимы обдуманые действия, что человек не должен сдаваться или опускать руки. Другой контекст может быть следующий: «постарайтесь рассматривать отрицательные стороны случившегося как что-то, что необходимо принять и радоваться этому». Это сознательное отношение к ним.

Слово «испытания» означает «стресс, разочарование, беспокойство, печаль или трудность». Это те ситуации, которые кажутся безысходными. Это не ваш грех. Просто так получилось в вашей жизни. Человеку встречается немало бед за долгие годы.

Слово «терпение» означает «стойкость», или «качество, помогающее сохранить стабильность и жизнеспособность». Это качество помогает нам оставаться твердыми, несмотря на горести, и мужественно встречать удары судьбы.

Как присутствие Иисуса Христа в вашей жизни помогает вам реализовывать свои ожидания в браке и смиряться с ситуацией, когда ожидания не исполняются?

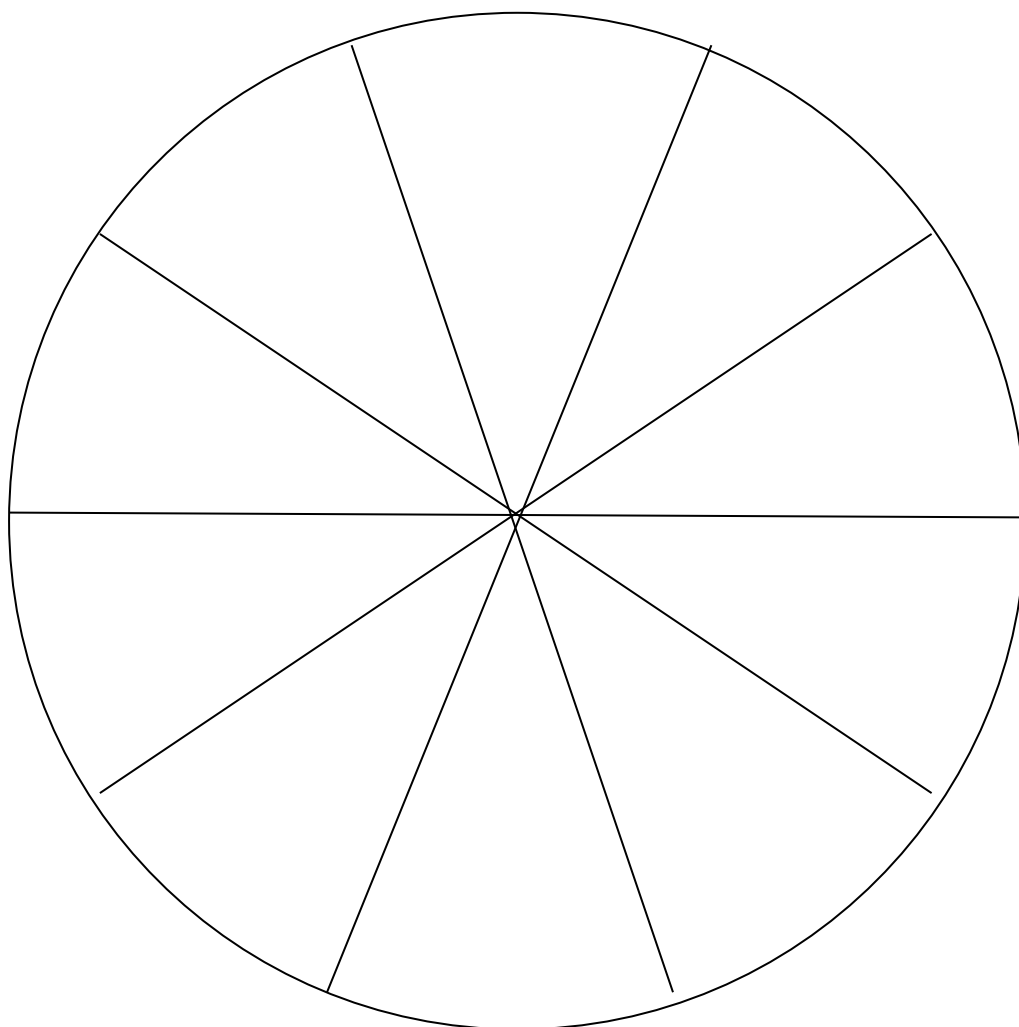
## *Глава пятая*

### ***Цели брака***

**Менее 3% молодых пар определяют для себя цели в браке. Однако определение этих целей жизненно необходимо — если вы не думаете о том, над чем надо работать, чего надо достичь, вы не сможете двигаться вперед в вашей будущей супружеской жизни. Какие цели вы ставите для себя в браке? Каким вы хотите видеть ваш брак? Что должен символизировать ваш брак? Что вы сами ждете от вашего брака?**

Перечислите восемь целей, которые вы определяете для вашего брака, и отметьте их на круге целей, изображенном ниже. Напишите по одной цели в каждом секторе круга. Затем в одном из незаполненных секторов укажите цель, которую вы ставите лично для себя, — чего вы хотели бы достичь в течение 3—5 лет. В последнем незаполненном секторе напишите, какая цель в ближайшие годы представляется вам наиболее желанной для вашего будущего спутника жизни. Помните, что цель должна быть разумной, реальной, достижимой и осуществимой в указанные сроки.





Теперь последуйте нижеуказанным рекомендациям в отношении указанных вами целей:

1. Пометьте звездочкой (\*) шесть из десяти целей, которые вам кажутся наиболее важными. Затем расположите их в порядке очередности в соответствии с их значимостью.

2. Поставьте 0 около двух из десяти целей, которых вы хотели бы достичь раньше, если это абсолютно необходимо.

3. Поставьте знак \$ против тех целей, достижение которых потребует финансовых затрат.

4. Поставьте Р против тех целей, которые вы поставили себе по примеру своих родителей.

5. Поставьте С против тех целей, которые, по вашему мнению, должен был указать ваш будущий спутник жизни. Одной фразой объясните, почему указан

ные вами цели брака важны для его сохранения.

6. Теперь обсудите свои записи вместе с вашим будущим спутником жизни.

7. Выберите две из указанных вами целей брака и разработайте план их достижения. Когда вы снова вернетесь к этому плану после бракосочетания и, возможно, заново составите его, вновь отметьте две цели. Важно периодически пересматривать такой план и вносить в него новые цели, потому что они могут меняться. Некоторые они могут быть краткосрочными (их можно достичь в течение 3—6 месяцев), другие же долгосрочными (для их достижения требуется 5—10 лет).

8. Как присутствие Иисуса Христа в вашей жизни помогает вам ставить цели и достигать их?

Глава шестая

## **Брак и реализация потребностей человека**

Одной из целей брака является реализация наших потребностей, нужд. Прекрасно было бы сказать, что мы вступаем в брак с другим человеком, чтобы помочь ему реализовать его потребности; но, честно говоря, мы также надеемся и верим, что и наши потребности будут реализованы в браке. Консультируя семейные пары, мы обнаруживаем, что одной из основных проблем является неумение

супругов помочь в реализации потребностей друг друга. Часто один партнер пытается реализовать потребности другого, но не всегда знает, каковы они, или не знает точно, как их реализовать.

Итак, мы видим, что для супруга важно точно определить свои потребности и затем сформулировать наиболее желательные способы их реализации. Некоторые спрашивают: «Останется ли романтика в браке, если вы заранее объявите другому человеку о своих потребностях?» Отчасти это поможет сохранить романтику, потому что теперь ваш спутник жизни не будет гадать о ваших желаниях, но постарается понять ваши потребности и найти пути их реализации.

Давайте рассмотрим, каковы ваши потребности. Напишите подробно ниже, что, по вашему мнению, входит в ваши потребности.

| Потребности                      | Как мой супруг/а может реализовать их |
|----------------------------------|---------------------------------------|
| Физические:                      |                                       |
| Эмоциональные:                   |                                       |
| Духовные:                        |                                       |
| Общественные и интеллектуальные: |                                       |

Теперь обменяйтесь своими записями с невестой/женихом, но закройте ту графу, где изложены ваши соображения относительно того, что следует сделать вашему партнеру, чтобы помочь вам реализовать ваши потребности. Прочитайте все, что написал партнер и затем на отдельном листке бумаги напишите, что, по вашему мнению, вы могли бы сделать для реализации потребностей будущего спутника жизни. После этого загляните в графу, которая была закрыта, и посмотрите, насколько ваши намерения совпадают с намерениями вашей невесты/жениха.

Несколько лет назад психолог Абрахам Маслоу предположил, что у каждого человека есть определенный набор жизненных потребностей. Он перечислил их в порядке значимости. Во-первых, человек имеет физиологические потребности. Они необходимы для поддержания жизни: пища, вода, кислород, отдых и т. д. Во-вторых, человек нуждается в безопасности — это подразумевает безопасное окружение, защиту от повреждений и т. д. В-третьих, когда первые два типа потребностей удовлетворены, человек хочет любить и принадлежать другому человеку. Сюда относится желание иметь преданные взаимоотношения с другим человеком. В-четвертых, человек хочет, чтобы его ценили другие. Под оценкой подразумевается значимость человека для других. Наконец, если все предыдущие потребности выполнены, человек ищет самореализации. Это потребность раскрыть свои потенциальные возможности и проявить свои творческие способности.

### Уровни человеческих потребностей (по Маслоу)



Многие мужья и жены помогают друг другу в реализации первых двух типов потребностей — физиологических и безопасности. Большинство мужей, например, обеспечивают своих жен жизненным пространством, пищей и отдыхом. Многие проявляют заботу о безопасности своего дома, хорошем состоянии своей машины для безопасных поездок, заботятся о хорошем освещении, вентиляции и тепле в доме. Но в то же время немало мужей и жен забывают о потребностях друг друга в любви и желании принадлежать друг другу, желании, чтобы их ценили и предоставляли возможности для самореализации.

Глядя на схему уровней потребностей человека, закончите следующие предложения:

1. В нашем браке я попытаюсь реализовать потребности моего мужа/жены, что касается последних трех их видов, таким образом:

#### 4. Ефесянам, 2:10

2. Мой муж/жена мог бы реализовать мою потребность в любви и само-реализации, мое желание принадлежать друг другу, поступая таким образом:

Теперь давайте возьмем Библию и посмотрим стихи, где говорится о том, что Бог обещает отвечать на все ваши нужды. Вместо того чтобы полагаться на себя или своего спутника жизни в реализации ваших потребностей, мы должны знать, что Бог обещал обеспечивать все наши потребности и Он может дать нам покой, которого мы ищем. Вы можете начать со следующих стихов (к какому типу нужд это относится?):

1. Псалом 102:4

2. Матфея, 6:33, 34

3. Римлянам, 5:8; 8:35, 39

В этой классификации потребностей мы находим слова «оценка» или «само-оценка». Понятие самооценки является одним из наиболее важных факторов в браке. Если человек вступает в брак с низкой самооценкой, то скоро возникнет напряженная ситуация. Вы, возможно, и вступили в брак для того, чтобы повысить свою самооценку или стремясь осознать свою значимость с помощью партнера.

Наша самооценка, или понимание своей значимости, часто основана на нашей внешности. Мы задаем вопрос: «Как я выгляжу?» Вы оцениваете себя по своей внешности? Но не только это имеет значение. В какой степени ваша самооценка зависит от каждого из нижеуказанных пунктов? Напишите ваши ответы.

1. Утверждение: «Насколько я значим?»

2. Принадлежность другому: «Хотят ли меня видеть рядом и принимают ли меня?»

3. Значимость: «Я считаю себя достойным человеком»

тым вы не должны терять чувства равенства, так как Он является нашим Водителем, Утешителем и Источником силы.

Как присутствие Иисуса Христа в вашей жизни помогает вам реализовать ваши потребности и потребности вашего спутника жизни? Как Его присутствие помогает вам помнить о своей значимости?

4. Компетенция: адекватное чувство

Давайте посмотрим, в частности, на последние три пункта. Мы принадлежим кому-либо постольку, поскольку этот кто-то желает принять нас. Вы обретаёте чувство безопасности с другими, которые вас любят и принимают. Ваш супруг, вероятно, принимает вас, но что происходит, когда вы ощущаете недостаток этого? Значимость основана на интроспективном (на основе самоанализа) стремлении к самоутверждению и уверенности в своей значимости. Что происходит, когда вы не чувствуете уверенности в себе? Компетенция основана на оценках, полученных из опыта прошлых взаимоотношений, и на ощущении успеха сегодня. Что происходит, когда вы не чувствуете успеха или когда не имеете успеха?

Подумайте о следующем: вы столь дороги Богу, что если бы вы были единственным сотворенным человеком на земле, то и тогда Бог послал бы Своего Сына умереть за вас. Это очень важно. Многие из нас страдают комплексом неполноценности. Бог провозгласил, что мы все равны в том, что Он совершил для нас в Своем Сыне Иисусе Христе.

В ваших взаимоотношениях с Богом вы всегда должны быть уверены, что принадлежите Ему. В ваших взаимоотношениях с Сыном Божьим вы должны быть уверены в своей значимости для Него. В ваших взаимоотношениях с Духом Свя-

## Глава седьмая

# Роль, ответственность и принятие решения

Как вы относитесь к вопросу о роли и ответственности в браке? Кто отвечает на вопросы «что» и «почему»? Он или она? Делается ли это, исходя из традиций или на основе учения Церкви? Или потому, что таковы были традиции в вашем родительском доме?

Неопределенность ролей мужа и жены в семейных взаимоотношениях является основной причиной распада брака. Супруги вступают в бесконечные споры и выяснение отношений. Каждая супружеская пара должна вместе обсудить и решить, кто какую задачу должен наиболее компетентно решать в доме. И не обязательно это должно решаться так же, как у ваших родителей, или как это происходит в вашем кругу, или согласно традиции вашего региона. Когда способности, образование и характер каждого отдельного человека препятствуют или делают невозможным следовать сложившимся традициям в определении роли каждого супруга, то оба супруга должны найти в себе силы, чтобы выработать собственный подход к проблеме роли и ответственности каждого в браке. Необхо-

димо, чтобы каждая пара сама определила правила и линию поведения в своих взаимоотношениях в качестве мужа и жены. Обязанность и долг каждой супружеской пары — не просто установить жесткие рамки взаимоотношений, но быть гибкими и находить пути предотвращения хаоса в своей семейной жизни.

Давайте подумаем теперь о вашей роли мужа или жены.

*«Место женщины — где оно?» (ниже приведены разные варианты)*

**Собственность** — жена почти не имеет прав и привилегий по сравнению с мужем. Муж обеспечивает семью. Часто жена является просто объектом для выражения сексуальных чувств мужа.

**Дополнение** — права жены увеличиваются. Брак является основным интересом жены. Муж — главный кормилец и имеет больший авторитет, чем жена. Она является другом своему мужу. Он принимает решения, а она поддерживает его.

**Младший партнер** — права жены увеличиваются, потому что она работает вне дома и зарабатывает деньги. Ее основная задача — улучшить образ жизни семьи. Она имеет больше прав, чем неработающая женщина.

**Равные партнеры** — жена и муж пользуются равными правами и несут равные обязанности.

Поставив на схеме свои инициалы, впишите в нее свои ответы и укажите, как, по вашему мнению, думает ваша невеста/жених. Когда вы оба заполните свои схемы, поделитесь друг с другом своими ответами.

Собственность

Дополнение

Младший партнер

Равные партнеры

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  |  |
|--|--|--|--|

Дополните следующие предложения и обсудите ваши ответы.

1. В браке, по-моему, «роль» — это...
2. Моя основная роль в браке — это...

3. Я пришел к этому убеждению о своей роли в браке, когда...

4. Роль моей жены/мужа...

5. В браке жена должна быть...

6. В браке муж должен быть...

7. Я лучше всего могу помочь моей жене/мужу справиться с ее/его ролью

Возьмите отдельный лист бумаги, чтобы нагляднее сравнить роли. Прочтите записи каждой стороны и напишите против каждой записи свое мнение. Затем укажите, как, по вашему мнению, ваш муж/жена ответил бы на каждое из этих утверждений. Наконец, напишите, где каждый из вас почерпнул свои убеждения — от родителей, пастора, друзей или это ваша собственная мысль.

#### ***СРАВНЕНИЕ ВАШИХ ПОНЯТИЙ О РОЛИ В БРАКЕ***

Что вы думаете о вашей роли в браке? Обведите кружочком согласно следующим определениям:

- (1) абсолютно согласен
- (2) не совсем согласен
- (3) не согласен
- (4) несколько не согласен
- (5) абсолютно не согласен

| <b>Жена</b> |  | <b>Муж</b> |
|-------------|--|------------|
| 1 2 3 4 5   | <b>А.</b> Муж является главой дома.  | 1 2 3 4 5  |
| 1 2 3 4 5   | <b>Б.</b> Жена не должна работать вне дома.  | 1 2 3 4 5  |
| 1 2 3 4 5   | <b>В.</b> Муж должен регулярно помогать мыть посуду.   | 1 2 3 4 5  |
| 1 2 3 4 5   | <b>Г.</b> Жена также имеет все права быть инициатором сексуальных взаимоотношений с мужем.             | 1 2 3 4 5  |
| 1 2 3 4 5   | <b>Д.</b> Муж и жена должны вместе планировать бюджет и расходы.                                       | 1 2 3 4 5  |
| 1 2 3 4 5   | <b>Е.</b> Ни муж, ни жена не должны покупать дорогих вещей, не ставя в известность об этом друг друга. | 1 2 3 4 5  |
| 1 2 3 4 5   | <b>Ж.</b> Отец ответствен за дисциплину детей.   | 1 2 3 4 5  |
| 1 2 3 4 5   | <b>З.</b> Жена, имеющая особые таланты, должна их использовать на работе.                              | 1 2 3 4 5  |
| 1 2 3 4 5   | <b>И.</b> Ответственность жены — поддерживать дом в чистоте и порядке.                                 | 1 2 3 4 5  |
| 1 2 3 4 5   | <b>К.</b> Муж должен хотя бы дважды в месяц отправляться вместе с женой из дома куда-либо для отдыха.  | 1 2 3 4 5  |
| 1 2 3 4 5   | <b>Л.</b> Жена в равной степени ответственна за дисциплину своих детей, как и муж.                     | 1 2 3 4 5  |
| 1 2 3 4 5   | <b>М.</b> В обязанность мужа входит работа в саду.   | 1 2 3 4 5  |
| 1 2 3 4 5   | <b>Н.</b> Мать должна научить детей пониманию ценностей.   | 1 2 3 4 5  |
| 1 2 3 4 5   | <b>О.</b> Дети должны принимать участие в планировании семейных дел.                                   | 1 2 3 4 5  |
| 1 2 3 4 5   | <b>П.</b> Дети лучше развиваются в доме, где родители строго следят за их дисциплиной.                 | 1 2 3 4 5  |



|           |   |           |
|-----------|---|-----------|
| 1 2 3 4 5 | <b>Р.</b> Деньги, которые зарабатывает жена, принадлежат ей.                            | 1 2 3 4 5 |
| 1 2 3 4 5 | <b>С.</b> Муж должен хотя бы раз в неделю проводить вечер вне дома с детьми.            | 1 2 3 4 5 |
| 1 2 3 4 5 | <b>Т.</b> Пищу всегда должна готовить жена.   | 1 2 3 4 5 |
| 1 2 3 4 5 | <b>У.</b> Муж несет ответственность за свою работу, а жена ответственна за дом и детей. | 1 2 3 4 5 |

Что говорит Слово Божье о роли жены и мужа?

*Прочтите Еф. 5:21—33.*

1. Каким словом обобщается ответственность жены за своего мужа? Сравните с *1 Петр. 3:1*.

2. Как надо понимать слова «как Господу» (*ст. 22*) в отношении роли жены?

3. Есть ли какие-либо ограничения, налагаемые на жену, согласно *Кол. 3:18* к *Деян. 5:29*?

4. Согласно *Еф. 5:33*, каково должно быть отношение жены к своему мужу и как это необходимо выражать в повседневной жизни?

5. Как надо понимать слово «повируйтесь» (*Кол. 3:18*)? Напишите вашу версию.

Это не означает унижение жены или осуждение ее инициативы. Это не должно ограничивать ее в какой-либо мере. Прочтите Притчи, 31:10—31. На отдельных листках бумаги укажите, как эта женщина из притчи использует свои способности.

Какова роль мужчины? Входит ли повиновение в его роль и функцию? Что текст *Еф. 5:21* говорит об этом?

1. Изучите *Еф. 5:22—33*. Какие слова говорят об ответственности жены? Сравните *ст. 23* и *25*. См. *Флп. 2:4*.

2. Какой пример должен подавать муж как лидер брачных взаимоотношений? Сравните *Еф. 5:23* с *1:22*. В свете этих текстов ради кого должно осуществляться главенство мужа?

3. Ради кого осуществляется главенство Христа? Сравните *Еф. 1:22* и *5:25—27*. В свете этих текстов напишите, ради кого должно осуществляться главенство мужа?

4. Как Христос любил Церковь? Соотнесите каждый из вышеуказанных пунктов с тем, как муж должен любить жену.

5. Из Притч мы узнаем, что на жену возложена большая ответственность и что она может использовать свои дары. Какими дарами или способностями обладает ваша жена в отличие от вас?

6. В *Притч. 31:28, 29* муж славит жену и выражает благодарность своей жене. Являются ли причиной этого ее способности?

Вероятно, вы уже поняли, что в браке каждая сторона что-то отдает и что-то получает. Брак строится на том, что каждый человек дополняет другого. Д-р Дуайт Смол говорит об этом так:

«Когда мужчина и женщина объединяются в браке, человечество переживает восстановление единства. Слава мужчины — это признание того, что женщина была сотворена для него; слава женщины — это признание того, что мужчина неполноценен без нее. Кротость женщины — это признание того, что она была сотворена для него; кротость мужчины — это признание того, что он неполноценен без нее. Оба обладают достоинством, честью и значимостью. Каждый должен также смиряться перед другим. Каждый необходим другому для его завершенности; каждый неизбежно зависит от другого» [10].

Из всего вышесказанного вы, вероятно, поняли, что роль мужа — это роль слуги. Эта роль служебная! Как же осуществляет муж свое служение любви?

1.

2.

3.

4.

***Принятие решений***

Кто из супругов принимает решения? Возможно, проблема даже не в том, кто должен это делать, но в том, кто наиболее компетентен в данном вопросе. Кто из супругов имеет большее влияние на других или обладает большим весом при принятии решения?

5.

Используя нижеследующий план, напишите свои ответы на отдельных листах бумаги. Затем, когда каждый из вас закончит эту работу, обменяйтесь листами, сравните ответы и вместе обсудите результаты.

6.

Вы должны решить один важный вопрос: будет ли принимать решения тот из вас, кто наиболее компетентен в данном вопросе? Будут ли у вас достаточные возможности делать так? Каков процент вашего участия в принятии решения?

7.

***Процент вашего участия в принятии решений***

Опишите процесс принятия решений, который, по вашему мнению, должен существовать в вашем браке, указав процент своего участия и участия вашего партнера в принятии решений по каждому из вопросов. Общее число для каждого решения — 100%.

8.

9.

10.

|                                      | Ее голос | Его голос |
|--------------------------------------|----------|-----------|
| Выбор новой машины                   | _____    | _____     |
| Выбор дома                           | _____    | _____     |
| Выбор мебели                         | _____    | _____     |
| Выбор одежды                         | _____    | _____     |
| Выбор места отдыха                   | _____    | _____     |
| Выбор материала для отделки квартиры | _____    | _____     |
| Выбор общих друзей                   | _____    | _____     |
| Выбор развлечений                    | _____    | _____     |
| Выбор церкви                         | _____    | _____     |
| Выбор книг для детей                 | _____    | _____     |
| Выбор программы телевидения          | _____    | _____     |
| Выбор меню для обеда                 | _____    | _____     |
| Выбор количества детей               | _____    | _____     |
| Выбор места жительства               | _____    | _____     |
| Выбор деятельности мужа              | _____    | _____     |
| Выбор деятельности жены              | _____    | _____     |
| Выбор на что и как потратить деньги  | _____    | _____     |

Каждая супружеская пара прямо или косвенно определяет пути принятия супружеских решений. Многие из этих путей неэффективны и порочны. Некоторые вызывают чувство возмущения. Большинство супружеских пар не решили, каким образом они будут вместе принимать решения.

Напишите свои ответы на следующие вопросы и затем решите, достаточно ли

хорошо вы обдумали процесс принятия решений.

1. Кто чаще всего принимает решения в вашей семье? Как ваш партнер ответит на этот вопрос?

2. Умеете ли вы определять разницу между важными и менее важными реше-

ниями? Если «да», то чем вы руководствуетесь?

Многие супруги даже не задумываются над такими вопросами, однако на них необходимо отвечать, чтобы достичь взаимопонимания в супружеской жизни.

3. Как бы вы вышли из тупиковой ситуации, когда все же необходимо принять решение?

1. Я боюсь принимать решения, когда...

4. Как вы решаете вопросы об ответственности за ведение хозяйства?

2. Я боюсь, когда мой супруг/а принимает решение, если...

5. В каких областях семейной жизни вы имеете право принять решение, не посоветовавшись с вашим супругом/ой? Кто предложил это право и как вы пришли к такому решению?

3. Я предпочитаю принимать решения, когда...

6. Принимаете ли вы решения, которые вызывают у вас чувство протеста или которые не хочет принять ваш муж?

4. Я предпочитаю, чтобы мой супруг/а принимал решение, когда...

7. Будете ли вы иметь право «вето» на решения вашего партнера? Если «да», каковы будут основания для этого и как вы придете к такому решению?

5. Я хочу принимать решения по вопросам...

А как вы ответите на следующие вопросы?

б. Я хочу, чтобы мой супруг/а принимал решения по вопросам...

Поразмышляйте над рассуждениями о роли мужа и жены в принятии решений:

«Принцип взаимозависимости в браке похож на образец взаимозависимости между членами Тела Христова. Каждый член Тела заботится о других, согласно своим возможностям (*1 Кор. 12:14—26*). Ни один духовный дар автоматически не дает право одному члену возвыситься над другими или всегда принимать безоговорочное решение по всем вопросам. Это принадлежит только голове, Самому Иисусу. Так и в браке, в котором существует взаимозависимость, роль лидера определяется не соответственно какому-либо установлению Бога или на основе того, мужчина это или женщина, но руководящую роль один из супругов обретает по взаимному решению обоих. Умение жить в христианском браке определяется умением договориться и распределить руководящую роль на основе способностей супругов» [11].

«В браке муж является главой. Это значит, что он несет ответственность за брак — в отношении жены и самого себя — и должен основывать его на нормах верности. Если он верно управляет своим браком, то оба — он и жена — будут свободны в выражении своих желаний. Как глава муж призван служить примером в браке и следить за тем, развивается ли их супружеская жизнь согласно поставленным ими вначале целям».

«Совершенно ясно, что лидерство не означает безгласного подчинения друго

го. Муж должен требовать от жены в супружеской жизни исполнения только того, о чем они вместе договорились, когда принимали решение о супружестве. Иначе, если муж управляет своей семьей, забыв взаимные обязательства, жена обязана напомнить ему о них».

«Лидерство в супружестве не означает ни превосходства, ни умаления достоинства. Это особое служение, которое обеспечивает рост и процветание семьи. Главенство мужа не означает, что он решает все детали каждой проблемы. Если мужчина и женщина добились нормального течения жизни, тогда они могут положиться на решения каждодневных дел того из супругов, который более компетентен в данном вопросе и лучше знает ситуацию и пути решения проблемы. Роль мужа — постоянно осуществлять руководство таким образом, чтобы «малые» проблемы не перерастали в «большие», которые могут подорвать брак» [12].

Как присутствие Иисуса Христа в вашей жизни помогает вам в семейной жизни принимать решения, выявлять ваши таланты?

## Глава восьмая

# **Взаимоотношения с родителями — вашими и вашего будущего супруга — это ваш выбор**

**Вы стоите на пороге законного оформления ваших отношений. (Да, это понятие касается и ваших детей и отношений с родителями вашего будущего спутника жизни.) Что для вас значит понятие «родители»? Напишите собственное определение этого понятия и поделитесь им с вашим женихом/невестой.**

Какие примеры отношений с родителями мы находим в Священном Писании? Прочтите следующие три текста и задайте себе вопрос: «Как бы я вел себя, если бы находился в такой же ситуации?»

1. Бытие, 26:34—27:46.
2. Исход, 18:13—24.
3. Руфь.

Опишите идеальные взаимоотношения с родителями, с вашей точки зрения. Поделитесь своим мнением с невестой/женихом.

Какие, по вашему мнению, взаимоотношения считают идеальными ваши родители и родители вашей невесты/жениха:

Ниже приведены 20 наиболее важных вопросов, касающихся взаимоотношений с родителями. Ответьте на них и затем поделитесь своими ответами с невестой/женихом.

1. **Быт. 2:24; Мф. 19:5; Мк. 10:7,8; Еф. 5:31** — все эти тексты говорят об одном и том же. Что для вас означает слово «оставь»?

2. Если ваши родители оказывают вам финансовую помощь, чтобы вы могли начать свою семейную жизнь, что они ожидают получить взамен?

3. Как ваши родители реагируют на ваши планы о браке?

4. Какие эмоциональные связи с вашими родителями осложняют ваши взаимоотношения? Объясните.

5. Как, по вашему мнению, будут к вам относиться родители вашего будущего мужа/жены?

6. Что, по вашему мнению, может мешать вашим взаимоотношениям с родителями вашей невесты/жениха?

7. Какие у вас были отношения с родителями в детстве?

8. Опишите ваши сегодняшние взаимоотношения со своими родителями.

9. Как, по вашему мнению, относятся к вашей невесте/жениху ваши родители?

10. Какое одно качество не нравится вам в родителях вашего жениха/невесты?

11. Какие три качества в родителях вашего жениха/невесты вы особенно цените?

12. Какие традиции в вашей семье отличаются от семейных традиций вашего жениха/невесты?

13. Опишите, как и где вы хотели бы впервые вместе отпраздновать Новый год?

14. Каким образом вы раньше давали почувствовать своим родителям и родителям вашего жениха/невесты, что вы цените их?

15. Каким образом вы выражали свои положительные чувства к своим родите-

лям и родителям вашего жениха/невесты в течение последних двух недель?

16. Что еще вы могли бы сказать или сделать для того, чтобы выразить своим родителям и родителям вашего жениха/невесты свою признательность?

17. Опишите, стремитесь ли вы понять, каких поступков ваши родители и родители вашего жениха/невесты ожидают от вас? (Имеются в виду телефонные звонки, посещения, воспитание внуков и т.д.)

Что бы вы могли сделать в этом отношении в будущем?

18. Как вы прежде помогали своим родителям или родителям своей невесты/жениха в решении их собственных проблем, чтобы они могли вести более полноценный образ жизни?

Как вы могли бы помогать им в этом отношении в будущем?

19. Каким образом вы поступали, чтобы помочь своим родителям и родителям вашей невесты/жениха проявить любовь к вам как к супружеской паре?



Как вы могли бы делать это в будущем?

20. Что вы делали, чтобы ваши родители или родители вашей невесты/жениха почувствовали вашу любовь к ним? Каким образом вы проявляете свою любовь к ним?

Подумайте над этими вопросами. Может быть, вы захотите написать письмо родителям своего будущего мужа/жены, сообщая, почему вы собираетесь породниться с ними, и в то же время благодаря их за их сына/дочь, которых вы избираете себе в супруги? Это могло бы укрепить ваши будущие взаимоотношения.

Каким образом присутствие Иисуса Христа в вашей жизни помогает вам строить добрые взаимоотношения с родителями вашего жениха/невесты?

## *Глава девятая*

### **Общение**

**Общение имеет такое же значение для любви, что и кровь для жизни человека. Задумывались ли вы когда-нибудь об этом? Какие-либо взаимоотношения без общения невозможны. Об этом должны знать вы и ваша невеста/жених, и это должно определять ваши взаимоотношения с Богом.**

Как бы вы определили слово «общение»? Какое значение для вас заключено в этом слове? Напишите свое определение и затем поделитесь своим мнением с вашей невестой/женихом.

Теперь определите понятие «слушать» и снова поделитесь своим мнением с вашей невестой/женихом.

Вам, наверное, хотелось бы заглянуть в конец этой главы и прочитать определение понятий «общение» и «слушать». Насколько важно общение? Подумайте об этом.

Если для начала совместной жизни супругам необходим какой-то багаж, то этим багажом должно стать «общение друг с другом, которое они должны постоянно поддерживать любой ценой» [13].

«Супружескую жизнь можно сравнить с большим многоквартирным домом, куда супруги вступают в день бракосочетания. Они надеются пользоваться этими комнатами и вместе радоваться, если дом удобен, и тогда они смогут многое сделать в своей совместной жизни. Но во многих

браках двери некоторых комнат оказываются запертыми — эти комнаты представляют собой разные области взаимоотношений, куда супруги не могут войти и жить там вместе. Попытки открыть эти двери ведут к неудачам и разочарованиям. Супруги не могут найти подходящего ключа. Поэтому они вынуждены ограничить себя только несколькими комнатами, которые можно легко открыть, оставляя другие комнаты, со всеми их многообещающими возможностями, закрытыми, неиспользуемыми».

«Однако существует особый ключ, который открывает все двери. Его нелегко найти. Или, вернее сказать, супруги вместе должны его выковать, и это достаточно трудная работа. Это большое искусство — эффективное супружеское общение» [14].

Давайте рассмотрим еще один аспект общения. Общаясь, мы обмениваемся определенной информацией. Каждое наше сообщение состоит из трех компонентов: слова, тон голоса и несловесная информация. Изменяя тон голоса, используя несловесные компоненты, мы можем сообщить много дополнительной информации, произнося одно и то же слово, утверждение или вопрос. Несловесные методы общения включают в себя выражение нашего лица, позу, жесты и движения. В качестве примера несловесного общения, которого следует избегать, можно привести ситуацию, когда вы держите перед собой книгу, разговаривая с другим человеком.

Есть еще три дополнительных компонента общения. Один исследователь расположил эти компоненты, в зависимости от их важности, в следующем порядке [15]. Информация, заключенная в каждом из компонентов, указана в процентах:

**Содержание** — 7%

**Тон** — 38%

**Несловесные методы** — 55%

Часто сообщения оказываются непонятными, когда три компонента противопоставлены друг другу.

Подумайте о том, какие несловесные методы используете вы, общаясь со своей невестой/женихом. Затем напишите, какие несловесные методы использует ваша невеста/жених при общении с вами. После этого напишите, какое значение ваши несловесные методы имеют для вашей невесты/жениха, и какое значение ее/его несловесные методы имеют для вас. Пусть ваша невеста/жених проделает ту же работу. Затем сравните ваши ответы и обсудите их вместе.

Наши несловесные методы общения и тон голоса — это необходимые элементы общения. Если вы не задумываетесь о тоне вашего голоса, то запишите на магнитофон некоторые ваши разговоры. Затем прослушайте их и обратите внимание на тон своего голоса.

Как вы будете себя вести в следующих ситуациях?

1. Воскресенье. Ваш супруг/а просит вас сходить в магазин, но вам не хочется идти. Вы говорите:

2. Вы хотите посмотреть свою любимую телевизионную программу, но ваш супруг/а все время прерывает вас и задает вопросы. Программа уже подходит к

середине, и вы не хотите пропустить ее. Вы говорите:

3. Вы рассказываете вашему супругу/е самые интересные события дня. В разгар беседы он/она зевает и говорит: «Пойду, выпью чашку чая». Вы отвечаете:

4. Ваша супруга подает вам завтрак. Яйца оказываются переварены, а вы этого не любите. Хлеб намазан свежим маслом, и вам нравится это. Вы говорите:

5. После обеда ваша супруга предлагает вам помыть посуду, потому что она устала. Вы тоже устали и хотели бы отдохнуть. Обычно вы вместе моете посуду. Вы говорите:

6. Вы только что спорили с одним из своих детей и поняли, что вы неправы. Нелегко извиняться перед членами семьи. Вы говорите:

Что Слово Божье говорит об общении? Просмотрите тексты, перечисленные

ниже, и запишите основную мысль каждого из них. Вы заметите, что стихи распределены по группам, в соответствии с главной темой. Можете ли вы выделить главную тему каждой группы? Запишите ее кратко.

1. Притч. 11:9  
Притч. 12:18  
Притч. 15:4  
Притч. 18:8  
Притч. 18:21  
Притч. 25:11  
Притч. 26:22  
Иак. 3:8—10  
1 Петр. 3:10

2. Притч. 4:20—23  
Притч. 6:12,14, 18  
Притч. 15:28 Притч.  
16:2 Притч. 16:23

3. Притч. 15:31  
Притч. 18:13  
Притч. 18:15  
Притч. 19:20  
Притч. 21:28  
Притч. 1:19

4. Притч. 12:18  
Притч. 14:29  
Притч. 15:28  
Притч. 16:32  
Притч. 21:23  
Притч. 26:4  
Притч. 29:20

5. Притч. 15:23  
Притч. 25:11

6. Притч. 10:19  
 Притч. 11:12, 13  
 Притч. 13:3  
 Притч. 17:27, 28  
 Притч. 18:2  
 Притч. 20:19  
 Притч. 21:23
7. Притч. 17:9  
 Притч. 21:9
8. Притч. 15:1  
 Притч. 15:4  
 Притч. 16:1  
 Притч. 25:15
9. Притч. 12:16  
 Притч. 19:11
10. Притч. 12:17, 22  
 Притч. 16:13  
 Притч. 19:5  
 Притч. 26:18,19  
 Притч. 26:22  
 Притч. 28:23  
 Притч. 29:5  
 Еф. 4:15, 25  
 Кол. 3:9

Давайте посмотрим, как вы общаетесь со своим женихом/невестой и хорошо ли вы знаете его/ее. Представьте себе, что вам предстоит взять интервью у незнакомого человека. Ваша задача — за

дать ему разнообразные вопросы: о супружестве, об особых датах в его жизни, о детстве, хобби, любимых и нелюбимых вещах, религиозных взглядах, выяснить его мнение о нем самом, об определенных сторонах жизни и т.д. Составьте вопросы таким образом, как будто вы ничего не знаете об этом человеке. Забудьте все, что вы до этого знали о нем. Когда вы закончите это интервью, поменяйтесь ролями, и пусть теперь ваш жених/невеста зададут вам те же вопросы.

В своей книге «Почему я боюсь сказать тебе, кто я есть?» Джон Пауэл пишет, что в общении каждый человек проходит пять уровней: от обычных штампов до глубоких личных отношений. Такие препятствия, как страх, апатия или низкая самооценка, держат нас на поверхности. Если бы мы освободились от наших комплексов, то могли бы перейти на более глубокий, более значимый уровень общения.

#### ***Пять уровней общения:***

*Первый уровень: стандартный разговор*

Такой тип разговора достаточно безопасен. Мы обычно используем такие предложения, как: «Как дела?», «Как поживает ваша собака?», «Какое у вас красивое платье!» При таком типе разговора нет личного взаимодействия. Каждый человек остается как бы на своей стороне дороги.

*Второй уровень: сообщение фактов о других*

При таком типе разговора мы сообщаем собеседнику, что сказал какой-то другой человек, но не высказываем нашего личного мнения по сообщаемым фактам. Мы сообщаем только факты, как это делается в новостях по радио или телевидению. Мы делимся слухами и комментариями к ним, но не предлагаем ни

каких своих размышлений относительно этих фактов.

*Третий уровень: мои мысли и суждения*

Истинное общение начинает складываться именно на таком уровне. Человек хочет выйти из своего укрытия и начинает сообщать собеседнику свои мысли и суждения. Он еще настороже. Если он чувствует, что его слова не воспринимаются, то замолкает.

*Четвертый уровень: мои чувства и эмоции*

На этом уровне человек обменивается своими чувствами по поводу сообщаемых фактов, мыслями и суждениями о них. Его чувства раскрываются. Человек, желающий действительно поделиться своими чувствами с другим человеком, должен перейти на тот уровень общения, когда он готов поделиться своими чувствами.

*Пятый уровень: полное раскрытие своих эмоций и личности*

Любые глубокие взаимоотношения должны быть основаны на абсолютной открытости и честности. Этого достаточно трудно достичь, потому что имеется в некоторой степени риск — риск быть отвергнутым. Но это необходимо, если вы хотите постоянно укреплять ваши взаимоотношения. Наступит время, когда вы почувствуете, что ваши взаимоотношения недостаточно полны [16].

Теперь напишите ваши ответы на нижеследующие вопросы:

1. Назовите некоторые причины того, что человек общается только на первом и втором уровнях?

2. Когда вы чувствуете, что можете общаться на четвертом или пятом уровнях?

3. На каком уровне вы обычно общаетесь с людьми?

4. На каком уровне обычно общаетесь с вами ваш жених/невеста?

5. На каком уровне вы обычно разговариваете с Богом?

6. Опишите случаи, когда вы действительно чувствовали, что разговаривали с Богом?

Люди, которые общаются преимущественно на познавательном или размышля-

ющем уровнях, имеют дело, главным образом, с фактами. Они любят говорить о спорте, магазинах, деньгах, доме, работе и т. д., придерживаясь темы разговора без включения каких-либо эмоций. Обычно они не чувствуют себя уверенно, когда собеседник вторгается в область чувств, особенно если его вопросы вызывают у них гнев или раздражение. Соответственно, они избегают разговоров о любви, страхе, гневе. Поэтому таким людям трудно проявлять сочувствие и поддержку своей супруге/у.

Другие общаются, главным образом, на уровне чувств. Они легко делятся фактами и испытывают потребность сразу же поделиться своими чувствами, особенно со своим супругом. Они считают, что атмосфера между мужем и женой должна быть как можно более раскованной и свободной от страха, напряжения, недоверия или обиды. Поэтому, конечно, они хотят говорить об этих эмоциональных сторонах жизни, готовы разрешать конфликты со своим супругом, выяснять взаимоотношения, чтобы совместная жизнь была приятна для обоих.

Конечно, никто не может вести разговор только на познавательном или эмоциональном уровнях. На каком уровне вы и ваш жених/невеста обычно общаетесь друг с другом? На диаграмме ниже укажите (1) на каком уровне, по-вашему мнению, находитесь вы, (2) на каком уровне находится ваш жених/невеста и (3) на какой уровень ваш жених/невеста поставил бы вас?

Человек (левая сторона диаграммы), который больше делится чувствами, не является менее умным или менее интеллектуальным. Этот человек просто знает о чувствах другого и обычно лучше может выразить себя с помощью чувств.

Удивительно, что человек с так называемым познавательным складом ума (правая сторона диаграммы) находится под контролем своих чувств в той же степени, что и человек эмоционального склада, но сам он этого не осознает. Например, упрямый, жесткий интеллектуал также испытывает глубокие чувства, но тратит огромное количество энергии на то, чтобы подавить их и чтобы они не беспокоили его. Но они продолжают беспокоить его. Когда же рядом с ним оказывается человек (подобно «эмоциональной» жене или ребенку), которому требуется его тепло и любовь, он не только не готов ответить ему, но даже испытывает гнев оттого, что его драгоценное спокойствие нарушено [17].

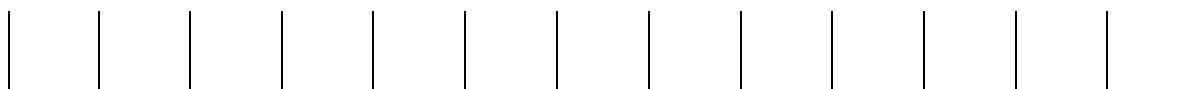
Общение — это процесс отдачи самого себя, как посредством слов, так и без помощи слов, направленный на то, чтобы другой человек мог принять и понять то, что вы ему предлагаете.

Что такое умение слушать? Пауль Турнер говорит: «Как прекрасно и грандиозно и какую свободу дает стремление людей научиться помогать друг другу. Невозможно высказать, как человек нуждается в том, чтобы его выслушали. Послушайте все разговоры во всем мире между нациями и между супружескими парами. Это в большинстве случаев диалоги глухих» [18].

Вот что говорит Библия об умении слушать: «Первый в тяжбе своей прав, но приходит соперник его и исследует его» (*Притч. 18:17*). «Когда наказывается кощунник, простой делается мудрым; и когда вразумляется мудрый, то он приобретает знание» (*Притч. 21:11*). «Кто дает ответ, не выслушав, тот глуп и стыд ему» (*Притч. 18:13*).

**Эмоциональный**

**Познавательный**



«Итак, братья мои возлюбленные, всякий человек да будет скор на слышание, медлен на слова, медлен на гнев» (*Иак. 1:19*). Что мы имеем в виду под словом «слышание»? Слушая другого человека, мы не думаем о том, что ему ответить, когда он закончит говорить. Мы не обдумываем наш ответ. Мы сосредоточенно слушаем то, что он говорит. Умение слушать — это полное принятие без всякого осуждения того, «что» сказано и «как» сказано.

Часто мы не слушаем то, что говорится, потому что нам не нравится и сказанное, и тон, каким это произносится. Мы реагируем на тон и пропускаем смысл сказанного.

Слушая другого, мы не всегда соглашаемся со всем, что он говорит. Слушать другого — значит осознавать, что все сказанное им выражает чувства этого человека. Умение слушать означает, что вы можете повторить все слова своего собеседника и что вы понимаете чувства человека, разговаривающего с вами.

## *Глава десятая*

# ***Конфликт***

**Вы сталкиваетесь с конфликтами в вашей супружеской жизни? Если нет, то вы удивитесь следующему утверждению. *Конфликт — это реальность жизни.* Его можно определить как удар, спор или резкое столкновение интересов, мыслей и т. д. Почему происходят конфликты? Ответ прост — мы все несовершенные люди, которых Бог любит по милости Своей, несмотря на наше несовершенство. У каждого из нас свои желания, интересы, потребности и цели. И если они наталкиваются на противоположные, то возникает конфликт. У нас различные вероубеждения, мысли, чувства, поведение. Конфликты сами по себе не являются проблемой, проблема состоит в нашем отношении к ним и реакции на них.**

Во многих случаях разногласия или конфликты не требуют полного разрешения. Примером могут служить разногласия в политических взглядах. Этот тип разногласий может продолжаться неопределенное время и необязательно приводит к распаду супружеских взаимоотношений.

1. Перечислите некоторые вопросы, по которым вы и ваш жених/невеста имеете разногласия, но которые не требуют обязательного разрешения.

2. Что значит для вас «полное разрешение»?

3. Перечислите несколько вопросов, по которым у вас есть разногласия и которые требуют разрешения — те, для которых требуется больше времени, чтобы найти их альтернативные решения.

4. Выберите один из вопросов, для решения которого требуется больше времени. Объясните ситуацию, как вы ее видите.

5. Некоторые люди научились использовать определенные виды «оружия» для разрешения конфликтов. Какие из них являются несправедливыми?

6. Какой эффект оказывает гнев на разрешение конфликта? Какой эффект оказывает гнев на взаимоотношения в браке?

Помните, что гнев возникает вследствие трех основных причин: обиды, страха и разочарования.

Что следующие стихи из Священного Писания говорят о том, как надо решать конфликты?

1. Пс. 36:1—11

2. Притч. 14:29

3. Притч. 15:1

4. Притч. 15:28

5. Притч. 16:32

6. Притч. 19:11

7. Притч. 25:28

8. Притч. 29:11

9. Мф. 5:43, 44



10. Рим. 8:28, 29

11. Рим. 12:19,21

12. Гал. 5:16-23

13. Еф. 4:26

14. Еф. 4:29

15. Еф. 4:32

16.1 Петр. 3:9

**Какие причины вызывают конфликт?  
См. Иак. 4:1—3.**

Проанализируйте свои взаимоотношения.

1. Опишите недавний или текущий конфликт между вами и вашим женихом/невестой.

2. Что, по вашему мнению, вызвало конфликт? Каков был результат? К чему он привел?

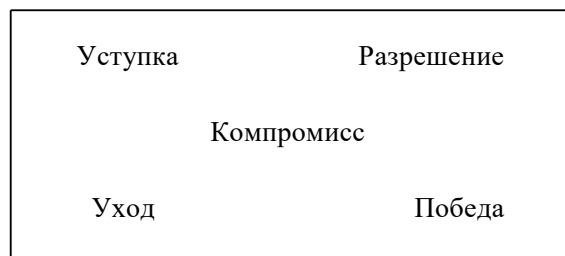
3. Какова ваша роль в этом конфликте?

4. Представьте себе, что вы наблюдаете конфликт с позиции другого человека. Как ваш жених/невеста описали бы этот конфликт?

5. Если бы вы снова столкнулись с подобным конфликтом, как бы вы разрешили его?

**Помните:** Конфликт является естественной частью развития и жизни семьи. Многие конфликты являются простым симптомом чего-то еще. Многие люди не решают конфликты открыто, потому что никто не научил их этому. У конфликта есть и положительная сторона — он обеспечивает возможность для развития взаимоотношений. Неразрешенные и подавляемые конфликты все равно выйдут на поверхность и будут мешать росту и укреплению взаимоотношений.

Какой путь мы выбираем для разрешения конфликтов? Джеймс Ферфилд предлагает пять типов разрешения конфликтов [19].



Первый путь — *уход*. Если вы рассматриваете конфликт как безысходность и чувствуете, что не можете ни в малей

шей степени его контролировать, то и не пытайтесь этого делать. Вы можете просто физически «уйти со сцены» или психологически отстраниться.

Если вы чувствуете, что должны всегда соблюдать свои интересы, или если конфликт угрожает вашим позициям, то можете выбрать для себя путь **победы**. Неважно, какой ценой, но вы должны выиграть, победить! Здесь главное — сила авторитета; личные взаимоотношения оказываются на втором плане.

Если вы стремитесь к положительным результатам, то необходимо искать признаки, которые могут помочь этому. «**Уступить**, чтобы идти дальше» — это еще один путь разрешения конфликта. Вам не нравится это, но вы предпочитаете такой способ, нежели риск возникновения конфронтации.

«Немного уступите — и сможете продвинуться немного вперед». Это и называется **компромиссе**. Вы можете обнаружить, как важно отказаться от некоторых своих требований или идей, чтобы помочь другому человеку продвинуться вперед. Вы не хотите всегда одерживать победу, но не хотите и того, чтобы другой человек всегда побеждал.

Человек сам выбирает путь *разрешения* конфликта. При открытом и прямом общении всегда должны меняться сама ситуация, отношение к ней или поведение.

1. Изберите свой обычный путь разрешения конфликтов.

2. Изберите обычный путь разрешения конфликта для вашего жениха/невесты.

3. Опишите ситуацию, когда вы ушли от конфликта.

4. Опишите ситуацию, когда вы выигрывали в конфликте.

5. Опишите ситуацию, когда вы уступали в конфликте.

6. Опишите ситуацию, когда вы шли на компромисс.

7. Опишите ситуацию, когда вам удалось разрешить конфликт.

8. Опишите, как каждое решение влияло на чувства других к вам.

Уход:

Выигрыш:

Уступка:

|  |   |
|--|---|
| Компромисс:  | решения конфликтов, о которых вы прочитали. |
| Разрешение:  | 1. Быт. 4                                   |
| 9. Как вы сами себя ощущаете в каждой ситуации?                      | 2. 1 Цар. 20:30-34                          |
| Уход:  | 3. Мф. 15:10—20                             |
| Выигрыш:   | 4. Мк. 11:11—19                             |
| Компромисс:  | 5. Лк. 23:18—49                             |
| Разрешение:  | 6. Ин. 8:1—11                               |
| 10. Создавалась ли в каждом отдельном случае более мирная атмосфера? | 7. Ин. 11:11-19                             |

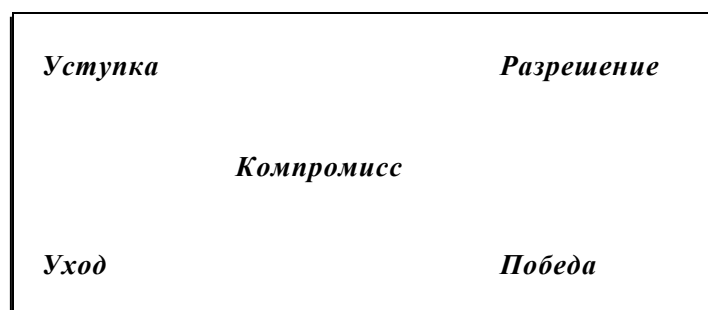
Какой путь использовал Иисус? Какие пути разрешения конфликтов мы находим в Священном Писании? Прочтите в Библии о конфликтах следующие тексты. Запишите различные пути раз

Вы можете спросить: «Какой путь лучше? Что предпочтительнее для нашего брака?»

Как видно из таблицы, *уход* — наименее ценный путь разрешения конфликта, потому что человек не хочет достичь цели и не имеет желания укрепить взаи-

**Высокий уровень заботы о взаимоотношениях**

**Низкий уровень решения проблемы**



**Высокий уровень решения проблемы**

**Низкий уровень заботы о взаимоотношениях**

моотношения. Взаимоотношения не учитываются. Если этот путь используется временно, для смягчения ситуации и приближения ее к разрешению конфликта, тогда он полезен. Иногда может получиться так, что ситуация настолько накалена и выходит из-под контроля, что лучше всего уйти. Но очень важно иметь желание обсудить и разрешить конфликт.

*Победа* — достигает цели, но в жертву могут быть принесены взаимоотношения. В семье личные взаимоотношения так же важны, как и поставленные цели.

*Уступка* — действует совершенно противоположным образом: восстанавливаются взаимоотношения, но приносятся в жертву цели.

*Компромисс* — это путь решения отдельных проблем, но преимущества, которые он дает, могут привести к тому, что вы пойдете на компромисс с собственными убеждениями. Если у вас есть собственное мнение относительно молодого человека, с которым дружит ваша дочь, а вы идете на компромисс с вашим мнением ради урегулирования конфликта, какие чувства вы при этом испытываете?

Естественно, наиболее ценным путем является *разрешение*, потому что при окончательном анализе взаимоотношения укрепляются по мере того, как вы решаете личные проблемы.

Как в этом случае вы можете разрешить конфликты? Подумайте, как вы могли бы использовать следующие принципы?

1. Когда возникает конфликт, не требуйте, чтобы вас слушали, но сами внимательно послушайте другого человека (см. *Притч. 18:13* и *Иак. 1:19*). Необходимость любых перемен, которые вы хотите увидеть в другом человеке, должна быть сначала сформулирована, а затем воспринята.

2. Выберите подходящее время. «Радость человеку в ответе уст его, и как хорошо слово вовремя!» (*Притч. 15:23*).

3. Определите проблему. Как вы определяете проблему и как ее определяют другие?

4. Определите области согласия и несогласия в конфликте.

5. Эта часть самая трудная. Кое-какие конфликты можно определить как односторонние. Но в большинство конфликтов вовлечены обе стороны. Определите свою роль в конфликте. Когда вы принимаете на себя определенную ответственность за проблему, то другая сторона видит желание договориться и тоже готова к обсуждению.

6. Следующий шаг состоит в определении того, чем вы можете способствовать урегулированию конфликта, и есть ли у вас желание узнать мнение другой стороны. Если ваш жених/невеста делится с вами своим мнением, откройте ваше сердце для его чувств, опыта, предложений. Следите за тем, чтобы вы при этом были защищены!

Прочитайте следующие тексты в Библии. О чем они говорят?

1. Притч. 13:18

2. Притч. 23:12

3. Притч. 25:12

4. Притч. 28:13

Как присутствие Иисуса Христа в вашей жизни помогает вам разрешить конфликты?

## **Глава одиннадцатая**

### ***Финансы***

Деньги! Деньги необходимы, чтобы есть, платить налоги, приобретать товары и т. д. Ваше отношение к деньгам и ваш опыт прошлой жизни придется приспособить к условиям супружеской жизни. Финансовые трудности и потери в браке могут создать напряжение в супружеских взаимоотношениях. Нижеописанные упражнения помогут вам определить наиболее сложные финансовые проблемы и составить реалистичные планы.

Во-первых, давайте посмотрим, знаете ли вы цены сегодняшнего дня.

«Сколько вы платите за тот или иной товар?»

Тайные мысли мужа: «Просто не могу понять, почему моей жене постоянно не хватает денег. Надо самому делать покупки, это наверняка приведет к экономии и меньшему расходу денег».

Жена думает: «Не знаю, почему мой муж говорит, что не может чаще совершать поездки вместе со мной. Это не так уж дорого стоит».

Бывают ли у вас подобные мысли? Вам представляется шанс показать, насколько вы знаете финансовые проблемы, стоящие перед вашим мужем/женой. Это задание разделено на две части — для мужа и жены. Каждый из вас задает не менее 25 вопросов о покупке вещи, которую оплачивает другой. Правила таковы:

Женщины задают своим будущим мужьям вопросы из раздела «для мужчин». Мужчины задают своим будущим женам вопросы «для женщин». Назовите средние цены на нижеуказанные товары.

За каждый правильный ответ дается четыре очка. Не будьте слишком строги. Пусть ваш муж/жена подумает над правильным ответом. Если вы захотите сравнить очки, это можно сделать. Но задание состоит не в этом. Цель задания — показать, насколько хорошо вы знаете, как ваш муж/жена тратит деньги. И, возможно, вы получите хороший урок: не ворчите на свою жену, что она тратит слишком много денег, если вы недостаточно хорошо знаете цены на продукты и вещи.

**Для мужчин**  
Сколько стоит?

1. Курица \_\_\_\_\_
2. 1 кг картошки \_\_\_\_\_
3. Батон хлеба \_\_\_\_\_
4. Пакет молока \_\_\_\_\_
5. 1 кг мяса \_\_\_\_\_
6. 1 уп. стирального порошка \_\_\_\_\_
7. Кастрюля \_\_\_\_\_
8. Сервиз на 6 персон \_\_\_\_\_
9. Набор ножей \_\_\_\_\_
10. Зимнее пальто \_\_\_\_\_
11. Пара колгот \_\_\_\_\_
12. Комплект белья \_\_\_\_\_
13. Купальник \_\_\_\_\_
14. Блузка \_\_\_\_\_
15. Детские джинсы \_\_\_\_\_
16. Детские ботинки \_\_\_\_\_
17. Детская рубашка или платье \_\_\_\_\_
18. Домашний халат \_\_\_\_\_
19. Скатерть \_\_\_\_\_
20. Женский свитер \_\_\_\_\_
21. Шерстяные носки \_\_\_\_\_
22. Шторы \_\_\_\_\_
23. Посещение парикмахерской \_\_\_\_\_
24. Шампунь для волос \_\_\_\_\_
25. Крем для лица и рук \_\_\_\_\_

**Для женщин**  
Сколько стоит?

1. 1 литр бензина \_\_\_\_\_
2. 1 литр моторного масла \_\_\_\_\_
3. Амортизатор \_\_\_\_\_
4. Автопокрышка \_\_\_\_\_
5. Двигатель \_\_\_\_\_
6. Удобрение для сада \_\_\_\_\_
7. Стремянка для дома \_\_\_\_\_
8. Дрель \_\_\_\_\_
9. Набор гвоздей \_\_\_\_\_
10. Банка краски \_\_\_\_\_
11. Удочка \_\_\_\_\_
12. Футбольный мяч \_\_\_\_\_
13. Стрижка в парикмахерской \_\_\_\_\_
14. Плата за квартиру \_\_\_\_\_
15. Плата за свет и газ \_\_\_\_\_
16. Годовая страховка \_\_\_\_\_
17. Мужской костюм \_\_\_\_\_
18. Мужской плащ \_\_\_\_\_
19. Мужские туфли \_\_\_\_\_
20. Пара мужских носок \_\_\_\_\_
21. Мужская рубашка \_\_\_\_\_
22. Комплект муж. Белья \_\_\_\_\_
23. Зимняя куртка \_\_\_\_\_
24. Зимние сапоги \_\_\_\_\_
25. Билет на футбол \_\_\_\_\_

Если покупки делают ваши родители, то спросите их о ценах. Попробуйте сами вместе со своим мужем/женой сходить в магазин и сделать покупки на неделю. Вы будете очень удивлены, узнав цены!

Изучите следующие тексты, чтобы познакомиться с тем, как относиться к деньгам и как их тратить. Укажите основные идеи, которые вы почерпнули из этих текстов:

1. Втор. 8:17,18
2. 1 Пар. 29:11, 12
3. Притч. 11:24, 25
4. Притч. 11:28
5. Притч. 12:10
6. Притч. 13:11; 14:23
7. Притч. 13:18, 22
8. Притч. 15:6
9. Притч. 15:16, 17, 22
10. Притч. 15:27
11. Притч. 16:8
12. Притч. 16:16
13. Притч. 20:4, 14, 18
14. Притч. 21:5, 6
15. Притч. 21:20, 25, 26
16. Притч. 22:1, 4, 7
17. Притч. 23:1—5
18. Притч. 24:30—34
19. Притч. 27:23, 24
20. Притч. 28:6, 22
21. Притч. 30:24, 25
22. Еккл. 5:10
23. Еккл. 5:19

- 24. Мф. 6:19, 20
- 25. Мф. 17:24—27
- 26. Лк. 6:27—38
- 27. Лк. 12:13—21
- 28. Рим. 13:6—8
- 29. Еф. 4:28
- 30. Флп. 4:11-19
- 31. 2 Фес. 3:7—12
- 32. 1 Тим. 6:6—10
- 33.1 Тим. 6:17—19
- 34. Евр. 13:5

#### ***«Можно» и «нельзя» в бюджете***

1. Планируйте вместе. Определяйте вместе сумму и время расходов — ищите согласия и взаимопонимания. Принимайте решения вместе. Цифры и планы должны знать обе стороны.

2. Определите свои финансовые цели. Составьте бюджет, следуя конкретной цели. Четко представляйте себе, почему необходимо составлять бюджет.

3. Не приступайте к составлению бюджета до того, как узнаете, сколько вы тратите денег каждый день и на что. В течение нескольких недель ведите строгую запись расходов, чтобы знать, как составить бюджет. Если вы не знаете, на что расходуются ваши деньги, то не сможете определить, на что и сколько их действительно можно потратить.

4. Все статьи бюджета должны быть четко определены. Трезво оценивайте все статьи, которые вы хотите включить в бюджет в соответствии с вашими обычными статьями расходов.

5. Тратьте деньги в соответствии с нуждами и потребностями вашей семьи. Не следуйте в расходовании денег традициям других семей. Используйте чей-либо опыт и советы в этом вопросе только как предложения, но главным образом учитывайте собственные нужды и потребности.

#### ***Потребности***

#### ***Желания***



6. Прежде подумайте. Сделав подсчеты и совместно обсудив их, не торопитесь делать выводы. Не позволяйте вашим желаниям возобладать над трезвой оценкой возможностей. Вам кажется, что расходы слишком велики? Проверьте, действительно ли это так. Если вы решите экономить на одном, следите, чтобы не тратить больше денег на другое; не сокращайте обычных необходимых ежедневных расходов, но внимательно просмотрите, на какие лишние вещи вы потратили деньги, и сократите эти необязательные расходы.

7. Планируйте крупные расходы. У вас может быть несколько крупных трат в течение года — налоги, страхование, отпуск и т. д. Учитывайте их, откладывая деньги на эти мероприятия каждый месяц, тогда вы сможете оплатить их в нужный момент. Если не планировать такие расходы, то они превратят ваш бюджет в хаос, из которого будет трудно выбраться.

8. Необходимо распределить обязанности. Каждый член семьи должен знать, за что он отвечает.

9. Не следите строго за каждым рублем, предназначенным на карманные расходы. Любой член семьи должен иметь право личного выбора при расходовании карманных денег, в то же время не нарушая бюджета. Не обязательно каждую мелочь записывать в книге расходов.

10. Не смешивайте разные статьи расходов. Строго придерживайтесь четко определенных статей расхода. Это очень полезно. Ежедневно подводите итоги расходов по каждой статье. Это поможет вам не выходить за рамки определенной статьи расхода.

11. Не пытайтесь перехитрить свой бюджет. Например, не старайтесь превысить свои возможности, покупая то, что в настоящий момент вы не в состоянии купить. Не берите в долг из других статей бюджета или у других людей. Долг всегда необходимо выплачивать, сокращая расходы в следующий месяц. В противном случае вы обнаружите, что средства, на которые вы рассчитывали, оказались уже истраченными.

12. Когда бюджет становится слишком напряженным, подумайте, как ослабить эту напряженность. Будьте более гибкими. Натянутый бюджет всегда держит людей в напряжении. Самым лучшим правилом планирования является ежегодное составление бюджета до начала января и проверка его в июле месяце, чтобы убедиться, что он действительно реален и служит вашему благосостоянию.

И... не сдавайтесь при первой неудаче. Бюджет редко удается составить правильно с первого раза. Если с самого начала он не удался, не бросайте эту затею, а пересмотрите — и вы будете знать, что делать! Составляя бюджет, не забудьте внести статью расхода под заголовком «укрепление семьи». Сюда войдут расходы, способствующие укреплению ваших супружеских взаимоотношений. Это могут быть книги для совместного чтения, аудио- и видеокассеты для совместного использования, совместное проведение выходных дней и т. д. Делая это, вы будете способствовать укреплению семейной жизни, к чему вы и стремитесь. Но крепкой семья не становится вдруг! Ее необходимо планировать.

Как присутствие Иисуса Христа в вашей жизни помогает вам в планировании семейного бюджета?

## *Глава двенадцатая*

### *Секс в браке*

**Библия говорит о четырех особых целях сексуальной активности человека: продолжение рода, рождение нового человека, взаимоотношения и отдых. Посмотрите, что Слово Божье говорит о каждой из этих целей, читая следующие библейские тексты и обсуждая их.**

Продолжение рода. Читайте Бытие, 1:28 и Второзаконие, 7:13, 14. Какими словами эти стихи говорят о\*том, что сексуальная деятельность для продолжения размножения человеческого рода была предусмотрена замыслом Божиим?

Читайте псалмы 126:3 и 138:13—

15. Какое понимание сексуальности человека вы приобретаете, читая эти тексты?

Рождение нового человека и отдых. Читайте Песню Песней, 4:10—12 и Притчи, 5:18,19. Вызывает ли у вас удивление или шок тот факт, что Священное Писание действительно говорит о наслаждении и удовлетворении сексуальных желаний?

Перечитайте Притчи, 5:18,19, помня, что автор использовал поэтические образы, говоря о сексуальном влечении, радости и желаниях. В Библии самым излюбленным символом для секса является вода — фонтаны, ручьи, водоемы, потоки, колодцы и т.д. Согласны ли вы с тем, что Притч. 5:18,19 призывает мужа и жену испытать взаимное сексуальное удовлетворение? Укажите причины своего согласия или несогласия с этой мыслью.

Взаимоотношения. Читайте Бытие, 2:24. В идеале «одна плоть», о которой говорится в стихе, означает единство духа, разума и души — всего существа — с вашим супругом. Прочтите следующие тексты, которые полнее описывают понятие «одна плоть». Затем ответьте на вопросы в конце параграфа.

По замыслу Божьему секс является средством для полного раскрытия личности по отношению к любимому человеку, отдача ему всей своей энергии, самых глубоких чувств, надежд и мечтаний. Секс — это средство подарить всего себя своему любимому и получить то же взамен от него; это средство сказать ему «Я люблю тебя». Другими словами, секс становится средством связи, средством «познания» друг друга.

Как каждодневный опыт влияет на сексуальную близость и взаимоотношения? Каким образом он влияет на способность мужа или жены отдать себя другому?

1. Какой был ваш первый вопрос о сексе, который вы задали своим родителям? Что они ответили вам?
2. Из какого источника (родители, друзья, книги) вы впервые узнали основные сведения (или слухи) о деторождении? Можете ли вы вспомнить, какие чувства вы испытали, получив эту информацию?
3. Когда вы выросли, был ли у вас человек, с которым вы могли бы свободно говорить о вопросах секса? Кто это был? Почему с этим человеком было легко говорить о сексе?
4. Слово секс значит...
5. В браке секс — это...
6. Согласны или не согласны: «Мужчины обычно “высматривают девушек”; женщины обычно “не высматривают мужчин”».
7. Как бы вы реагировали и вели себя, если бы после вашего вступления в брак другой человек стал обращать на вас внимание и пытаться познакомиться с вами?
8. Что будет, если вы сами заинтересуетесь, будучи в браке, другим человеком?
9. Значение секса в христианском браке?
10. В чем своеобразие сексуальных взаимоотношений у христианской супружеской пары?

Вместе прочтите молитву, написанную Харри Холлинс, и затем обсудите ее содержание:

*Господи, так трудно понять, что значит секс.*

*Исходит ли это от дьявола, мучающего меня?*

*Или это приятный соблазн обычной жизни?*

*Господи, это ни то, ни другое.*

*Я знаю, что секс — это тело и дух, это страсть и нежность,*

*Это крепкие объятия и нежные рукопожатия,*

*Это неприкрытая нагота и сокровенная тайна,  
Это слезы радости на прекрасном лице и  
Это слезы на морщинистых щеках людей, отмечающих «золотую» свадьбу.  
Секс — это пробуждение вдвоем, в своем доме,  
Это любовная записка на подушке, это цветок, положенный на тарелку с  
завтраком, это смех в ночи.  
Секс — это жизнь, но не вся жизнь,  
Это только обертка, говорящая о смысле жизни.  
Секс — это Твой прекрасный дар, Боже,  
Для обогащения нашей жизни, для продолжения нашего рода,  
Для укрепления наших взаимоотношений,  
Чтобы показать мне, кто я есть, чтобы раскрыть для меня моего спутника  
жизни,  
Чтобы очиститься через «единство плоти».  
Господи, некоторые люди утверждают, что секс не имеет отношения к  
религии, Но Слово Твое говорит, что секс — это хорошо.  
Помоги мне, чтобы секс действительно украшал и мою жизнь. Помоги мне  
раскрыться в сексе, но сохранить его таинство.  
Помоги мне видеть, что секс — это и не дьявол, и не божество. Помоги не  
удалиться в мир моих фантазий,  
В мир воображаемого сексуального партнера.  
Удержи меня в реальном мире, чтобы я мог любить людей, которых Ты  
сотворил.  
Научи меня не сожалеть о том,  
Что и к сексу я должен относиться, как христианин.  
Многим трудно сказать: «Господи, благодарю Тебя за секс!»  
Потому что для них секс скорее проблема, чем дар.  
Им нужно знать, что секс и весть связаны воедино.  
Они хотят услышать хорошие вести о сексе.  
Научи меня, Господи, помочь им.  
Благодарю Тебя, Господи, за то, что Ты даровал мне секс.  
Благодарю Тебя, Господи, за то, что Ты научил меня  
Относиться к другим с доверием и любовью.  
Благодарю Тебя за то, что Ты позволил мне говорить с Тобой о сексе  
Благодарю Тебя за то, что я могу свободно сказать:  
«Благодарю Тебя, Господи, за секс!»*

(Харри Холлинс. Благодарю Бога за секс. Нашвил, Бродмэн Пресс, 1975).

Материал, представленный в разделе о сексуальности, — всего лишь введение в тему. Очень важно, чтобы вы владели полной информацией как о физиологии, так и о библейских фактах относительно секса. Большинство людей не знают того, что они должны знать, и удивительно, что достаточно большое число женщин гораздо более информировано о сексе, чем мужчины. До вступления в брак вам необходимо изучить вместе хотя бы одну книгу о браке, написанную с христианских позиций.

## БИБЛИОГРАФИЯ:

1. Sydney Smith. *Lady Holland's Memoir*. Vol. I, London: Longman, Brown, Green & Longman, 1855.
2. David Augsburger. *Cherishable: Love and Marriage*. Scottsdale, PA: Herald Press, 1971, p. 16.
3. From Elton Trueblood. Source unknown.
4. Daniel Freeman. *Why Get Marriage?* *Theology News and of Fuller Theological Seminary*. 1973, December 1973, 19:4, p. 17.
5. From a message by Dr. David Hubbard, President of Fuller Theological Seminary.
6. Ira J. Tanner. *Loneliness: The Fear of Love*. New York: Harper & Row, 1973, pp. 92, 93.
7. Abraham Schmitt. *Conflict and Ecstasy — Model for a Maturing Marriage*. From an original paper by the author.
8. James G. T. Fairfield. *When You Don't Agree: A Guide to Resolving Marriage and Family Conflict*. Scottsdale, PA: Herald Press, 1977, p. 195.
9. Paul Welter. *Family Problems and Predicaments*. Wheaton, IL: Tyndale House, 1977, p. 101.
10. Dwight H. Small. *Christian: Celebrate Your Sexuality*. Old Tappan, NJ: Revell, 1974, p. 144.
11. Dennis Guernsey. *Thoroughly Marriage*. Waco, TX: Word Books, 1976, p. 70.
12. James Olthuis. *I Pledge Thee My Troth*. New York: Harper & Row, 1975, p. 27.
13. Reuel Howe. *Herein Is Love*. Valley Forge, PA: Judson Press, 1961, p. 100.
14. David and Vera Mace. *We Can Have Better Marriages If We Really Want Them*. Nashville, TN: Abingdon Press, 1974.
15. Albert Metowbian. *Silent Messages*. Belmont, CA: Wadsworth Publishing Company, 1971, pp. 42 — 44.
16. Adapted from John Powell. *Why Am I Afraid to Tell You Who I Am?* Niles, IL: Argus Communications, 1969, pp. 54 — 62
17. Ross Campbell. *How to Really Love Your Child*. Wheaton, IL: Victor Books, 1977, p. 20.
18. Paul Tournier. *To Understand Each Other*. Richmond, VA: John Knox Press, 1967, p. 29.
19. James G. T. Fairfield. *When You Don't Agree*. Herald Press, pp. 33, 34, 231.

## ***Церемония вашего бракосочетания***

***О чем, по вашему мнению, должна  
свидетельствовать ваша брачная церемония? Каким  
событием она должна стать для вас?***

***Для ваших гостей?***

***Перед лицом Бога?***

***Какие обоюдные супружеские клятвы вы  
произнесете? Опишите их подробно, используя свои  
слова и выражения.***

***Какими, по вашему мнению, должны запомнить вас  
те, кто будет присутствовать на вашем  
бракосочетании?***

***Что вы должны сделать, чтобы это произошло?***

***Какими бы вы хотели запомнить тех, кто придет  
на ваше бракосочетание?***

***Что вы можете сделать, чтобы это произошло?***

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Дополнительные материалы для пасторов и консультантов

#### Инструкция для пасторов/консультантов

Так как молодой паре необходимо серьезно проанализировать свои взаимоотношения и взгляды до посещения семинара по добрачному консультированию, в эту книгу включен «Вопросник для подготовки к браку», который можно использовать на занятиях, предусмотренных системой добрачных консультаций.

До начала обсуждения двенадцати глав книги «Прежде чем ты скажешь «ДА» мы рекомендуем молодым парам, решившим заключить брак, заполнить специальные вопросники. Будущие супруги должны заполнить их, каждый в отдельности, в своем экземпляре книги, не советуясь при этом друг с другом. Предупредите их, что этому следует уделить особое внимание, возможно, потребуется время, чтобы тщательно обдумать свои ответы и ответить на все вопросы.

Добрачное консультирование принесет больше пользы, если еще до начала занятий молодая пара лучше узнает сильные и слабые стороны своих взаимоотношений. Надеемся, что «Вопросник для подготовки к браку» послужит именно этим целям, подготовив таким образом к более открытому и эффективному обсуждению всех вопросов, изложенных в двенадцати главах книги «Прежде чем ты скажешь «ДА».

Во время каждого консультативного занятия вам необходимо сделать следующее:

1. Обсудить главу из книги «Прежде чем ты скажешь «ДА».
2. Обсудить ответы, которые молодые люди записали в «Вопросник» к каждой главе.

Попросите каждого из них выразить собственную точку зрения, высказать свое мнение и искренне ответить на вопросы, включенные в «Вопросник для подготовки к браку». Цель каждого занятия — заставить задуматься о вопросах, рассматриваемых в главах книги, помочь выразить свое мнение и научить обсуждать открыто свои взгляды, даже когда они отличаются от других.

Вы можете помочь будущим молодоженам еще более открыто высказать свои взгляды, если создадите атмосферу непринужденности, без всякого намека на критичность. Будьте особенно внимательны и осторожны при обсуждении с молодыми людьми конфликтных ситуаций, помогите им находить взаимоприемлемые решения.

Дополнительный материал в Приложении может быть использован по выбору консультанта в качестве вспомогательного материала.

## ВОПРОСНИК ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К БРАКУ

---

Для будущих супружеских пар

### *Рекомендации:*

\* Не советуясь с вашей невестой/женихом, заполните все части вопросника как можно полнее.

\* Не беспокойтесь о «правильности» или «неправильности» своих ответов. Важны только ваше личное мнение и ваша точка зрения.

\* Будьте максимально честны и откровенны в своих ответах.

Генеральная Конференция Церкви Адвентистов Седьмого дня

Отдел семейного служения

©1985



## Часть 1. Выбирая спутника жизни

1. Вы согласны или не согласны со следующим (обведите кружочком ваш ответ.

Ключ: СН — совершенно не согласен, Н — не согласен, НУ — не уверен, С — согласен, СС — совершенно согласен):

|   |    |   |    |   |    |
|---|----|---|----|---|----|
| а. У супругов не должно быть большой разницы в возрасте   | СН | Н | НУ | С | СС |
| б. До свадьбы будущие супруги должны обсудить с родителями свои надежды и планы на будущую семейную жизнь         | СН | Н | НУ | С | СС |
| в. При выборе будущего спутника жизни необходимо задать себе вопрос: «Усилит ли этот брак мою любовь к Богу?»     | СН | Н | НУ | С | СС |
| г. Хорошо определяет характер будущего супруга его взаимоотношения с матерью                                      | СН | Н | НУ | С | СС |
| д. Каждая жена должна владеть каким-либо ремеслом — на случай, если ей необходимо будет самой зарабатывать деньги | СН | Н | НУ | С | СС |
| е. Физическая привлекательность должна быть решающим фактором при выборе друга                                    | СН | Н | НУ | С | СС |

2. Перечислите, почему вы выбрали именно этого человека в качестве своей будущей жены/мужа?

а.

б.

в.

г.

3. Перечислите те качества, которые вы хотели бы привнести в свой брак, чтобы сделать его более гармоничным.

а.

б.

в.

г.

4. Перечислите некоторые качества, которые могла бы принести в брак ваша невеста/ жених и которые сделали ваш брак более гармоничным?

а.

б.

в.

г.

5. В чем состоят основные отличия характеров — вашего и вашей невесты/жениха?

а.

б. в.

б. В чем сходство характеров — вашего и вашей невесты/жениха?

а.

б.

в.

7. Некоторые разногласия, уже наметившиеся в ваших взаимоотношениях:

а.

б.

в.

8. В чем сильные стороны ваших взаимоотношений?

а.

б.

в.

9. Оцените свой ответ, обведя кружочком соответствующую цифру:

|   | <i>Совер-<br/>шенно<br/>неверно</i> | <i>Неверно</i> | <i>Не знаю</i> | <i>Совер-<br/>шенно<br/>верно</i> | <i>Верно</i> |
|---|-------------------------------------|----------------|----------------|-----------------------------------|--------------|
| <i>а. Он/она физически привлекателен для меня</i>   | 1                                   | 2              | 3              | 4                                 | 5            |
| <i>б. Его/ее внешность не имеет никакого значения для меня</i>  | 1                                   | 2              | 3              | 4                                 | 5            |
| <i>в. Мы одинаково относимся к жизненно важным вопросам</i>   | 1                                   | 2              | 3              | 4                                 | 5            |
| <i>г. Мы оба верные христиане</i>   | 1                                   | 2              | 3              | 4                                 | 5            |
| <i>д. Я ее/его достаточно хорошо и достаточно долго знаю, чтобы неожиданно обнаружить какие-то качества, которые могли бы меня разочаровать</i> | 1                                   | 2              | 3              | 4                                 | 5            |
| <i>е. Я уважаю ее/его за ум</i>   | 1                                   | 2              | 3              | 4                                 | 5            |
| <i>ж. Я должен буду помочь моему супругу/супруге изменить некоторые черты характера после брака</i>   | 1                                   | 2              | 3              | 4                                 | 5            |
| <i>з. Я верю, что наш брак будет счастливым</i>   | 1                                   | 2              | 3              | 4                                 | 5            |

10. Сожалеете ли вы о том, что имеете невесту/жениха в настоящее время? (Обведи свой ответ кружочком.)

Никогда

Однажды

Иногда

Часто

Поясните, почему.

## **Часть II. Оценки и задачи**

1. Назовите пять главных жизненных ценностей в порядке их важности для вас:

а.

б.

в.

г.

д.

2. В рамках следующих категорий опишите цели, которые вы ставите для себя в браке. Будьте максимально точны.

а. Образование/обучение

б. Работа/карьера

в. Церковь

г. Деньги

д. Приобретение вещей

е. Семья/дети

ж. Отдых

з. Другие (определите)

3. Вышеперечисленные цели названы в произвольном порядке.

а. Запишите их в порядке важности для вас.

- |    |    |
|----|----|
| 1. | 5. |
| 2. | 6. |
| 3. | 7. |
| 4. | 8. |

б. Запишите их в том порядке, в котором, по вашему мнению, записала бы их ваша невеста/жених.

- |    |    |
|----|----|
| 1. | 5. |
| 2. | 6. |
| 3. | 7. |
| 4. | 8. |

4. Выберите одну из вышеуказанных категорий.

Запишите ваш выбор здесь: \_\_\_\_\_

а. Что прежде всего необходимо для достижения данной цели?

б. Когда, по вашему мнению, возможно достижение этой цели?

(Обведите кружочком ваш ответ.)

|            |                          |                    |                  |                           |
|------------|--------------------------|--------------------|------------------|---------------------------|
| Немедленно | В течение<br>одного года | В течение<br>5 лет | В течение 10 лет | Через 10 лет или<br>более |
|------------|--------------------------|--------------------|------------------|---------------------------|

в. Какие чувства вы испытаете, если ваши цели не осуществляются в намеченные сроки и теми средствами, которые вы предполагали использовать?

### Часть III. Любовь и чувства

1. Согласны вы или не согласны со следующим (обведите ответ кружочком.  
Ключи: СН — совершенно не согласен, Н — не согласен, НУ — не уверен, С — согласен, СС — совершенно согласен):

а. Открытое  
проявление любви  
обычно  
свидетельствует о  
слабости характера и  
поэтому лучше быть  
более сдержанным

СН

Н

НУ

С

СС

|  |    |   |    |   |    |
|--|----|---|----|---|----|
| б. Не следует постоянно твердить о своей любви — в браке это чувство подразумевается             | СН | Н | НУ | С | СС |
| в. Личная жизнь супругов должна быть ограждена от окружающих, чтобы никто не вторгнулся в их мир | СН | Н | НУ | С | СС |
| г. Любовь — это чувство  | СН | Н | НУ | С | СС |
| д. Хорошие христиане не раздражаются   | СН | Н | НУ | С | СС |

2. Перечислите, что вы, вступив в брак, хотели бы предпринять, чтобы укрепить свои взаимоотношения с супругом.

- а.
- б.
- в.

3. Вам хотелось бы, чтобы ваш спутник жизни выражал любовь к вам вполне конкретным образом. Что именно вы имеете в виду?

- а.
- б.
- в.

4. Закончите фразу:

«Иногда мне хочется побыть наедине с собой. Обычно это происходит тогда, когда...»

5. Закончите фразу:

«Иногда я стараюсь избегать или уходить от...»

6. Закончите фразу:

«Когда я обижаюсь, я бы хотел(а), чтобы ты...»

7. Закончите фразу:

«Когда ты обижаешься, я бы хотел(а), чтобы ты...»

8. Обведите кружочком ответы, лучше всего отражающие ваши чувства:

А. Меня особенно обижает, когда ты:

- 1) уделяешь больше внимания своей работе и учебе, а не мне;
- 2) не следишь за своей внешностью;
- 3) легкомысленно тратишь деньги;
- 4) ставишь меня в неловкое положение при людях;
- 5) чрезмерно разговорчив;
- 6) все взваливаешь на меня;
- 7) не слушаешь меня;
- 8) уходишь слишком часто со своими «друзьями»;
- 9) придираешься ко мне;
- 10) требуешь от меня слишком много физически;
- 11) употребляешь сленг или бранные слова в речи;
- 12) равнодушен к духовным ценностям; которыми я делюсь с тобой;

Б. Когда я обижаюсь, мне хочется:

- 1) уйти от тебя;
- 2) сделать что-нибудь обидное для тебя;
- 3) рассердиться на тебя;
- 4) «разыграть роль мученика»;
- 5) высказать тебе все вежливо;
- 6) показать тебе свое настроение;
- 7) заняться какими-то делами!

9. Закончите фразу:

«Если супруги обнаружат, что их любви нанесен ущерб, то они должны...»

10. Вспомните некоторые случаи, когда вы были рассержены.

а.

б.

в.

11. Что вы делаете, когда рассержены? (Сверьте свой ответ, который лучше всего описывает вашу обычную реакцию.)

а. Стараюсь сдержаться.

б. Срываюсь.

в. Игнорирую, стараюсь сделать вид, что не замечаю.

г. Пытаюсь разобраться в своих чувствах и ищущу

наилучший выход из создавшейся ситуации.

12. Перечислите, что в вашей жизни причиняет вам наибольшее беспокойство:

- а.
- б.
- в.

13. Перечислите, что помогает вам чувствовать свою значимость:

- а.
- б.
- в.

14. Перечислите, что помогает вашей невесте/жениху чувствовать свою значимость:

- а.
- б.
- в.

#### **Часть IV. Религиозные убеждения и надежды**

1. Закончите фразу:

«Брак — это символ взаимоотношений между Христом и Его церковью, потому что...»

2. Обведите ответ(ы), которые соответствуют вашим убеждениям.

Библия говорит, что мужчина и женщина в браке становятся «одной плотью».

Это значит, что:

- а) женщина теряет свою индивидуальность;
- б) мужчина теряет свою индивидуальность;
- в) их объединяет сексуальная близость;



- г) они дополняют друг друга;
- д) они испытывают одинаковые чувства;
- е) они должны заключить завет на всю жизнь;
- ж) они объединены в новый союз Богом;
- з) ничего из вышеперечисленного.

2. Вы согласны или не согласны со следующим (обведите кружочком ваш ответ. Ключ: СН — совершенно не согласен, Н — не согласен, НУ — не уверен, С — согласен, СС — совершенно согласен):

|   |    |   |    |   |    |
|---|----|---|----|---|----|
| а. Муж и жена равноправны   | СН | Н | НУ | С | СС |
| б. Муж должен руководить семейным богослужением   | СН | Н | НУ | С | СС |
| в. Брак — это постоянные взаимоотношения  | СН | Н | НУ | С | СС |
| г. В доме первое место должно принадлежать Богу, второе — церкви, третье — браку и четвертое — семье          | СН | Н | НУ | С | СС |
| д. Мужья и жены имеют индивидуальные взаимоотношения с Богом, поэтому не так важно, чтобы они молились вместе | СН | Н | НУ | С | СС |
| е. Роль, которую Бог играет в браке, вовсе не определяет успех брака  | СН | Н | НУ | С | СС |
| ж. Супруги должны постоянно расти в браке в течение всей жизни  | СН | Н | НУ | С | СС |

4. Перечислите, как, по вашему мнению, церковь может укрепить ваш брак:

а.

б.

в.

г.

5. Закончите фразу:

«В духовном отношении я ожидаю от тебя (моей будущей жены/мужа)...»

6. Изложите в нескольких предложениях свои мысли об Иисусе Христе.

7. Закончите фразу: «Я доволен собой, когда...»

8. Закончите фразу:

«Я чувствую неуверенность, сомнения, свою незначительность, когда...»

9. Я чувствую собственную значимость, когда моя жена/муж говорят мне или

поступают по отношению ко мне следующим образом:

а.

б.

в.

г.

### **Часть V. Роль и ответственность в браке**

1. Вы согласны или не согласны со следующим (обведите ответ кружочком.  
Ключ: СН — совершенно не согласен, Н — не согласен, НУ — не уверен, С — согласен, СС — совершенно согласен):

|   |    |   |    |   |    |
|---|----|---|----|---|----|
| а. Так как жене предписано подчиненное положение, то она не может иметь равных прав с мужем | СН | Н | НУ | С | СС |
| б. Если муж выполняет «женскую» работу, то он теряет свое положение лидера                  | СН | Н | НУ | С | СС |
| в. Жена обязана вести домашнее хозяйство и ухаживать за детьми                              | СН | Н | НУ | С | СС |

|   |    |   |    |   |    |
|---|----|---|----|---|----|
| г. Муж и отец — глава дома  | СН | Н | НУ | С | СС |
| д. Муж и жена никогда не должны критиковать друг друга или спрашивать мнение друг друга в присутствии посторонних | СН | Н | НУ | С | СС |
| е. Брак подразумевает в той или иной степени отказ от своей индивидуальности                                      | СН | Н | НУ | С | СС |
| ж. Жена может совмещать карьеру и домашнее хозяйство  | СН | Н | НУ | С | СС |
| з. Некоторые виды домашних работ являются женскими, а другие — мужскими   | СН | Н | НУ | С | СС |

2. Перечислите, в каких ситуациях вы относитесь к своей жене как к равному партнеру:

- а.
- б.
- в.

3. Закончите фразу: «Для меня Еф. 5:22—25 значит...»

### **Часть VI. Общение и разрешение конфликта**

1. Вы согласны или не согласны со следующим (обведите кружочком ваш ответ. Ключ: СН — совершенно не согласен, Н — не согласен, НУ — не уверен, С — согласен, СС — совершенно согласен):

|   |    |   |    |   |    |
|---|----|---|----|---|----|
| а. Супруги не должны иметь никаких секретов друг от друга   | СН | Н | НУ | С | СС |
| б. Разногласия обычно можно урегулировать, если один из супругов уступает   | СН | Н | НУ | С | СС |
| в. Многие проблемы супругов возникают из-за недостатка времени для общения  | СН | Н | НУ | С | СС |
| г. Если супруги обнаруживают, что их взаимоотношения нарушены, то они должны всё же найти решение этой проблемы     | СН | Н | НУ | С | СС |
| д. Как муж, так и жена обязательно должны высказывать своё мнение или предложение                                   | СН | Н | НУ | С | СС |
| е. Обычно муж должен принимать окончательное решение, если супруги не могут достичь согласия по какому-либо вопросу | СН | Н | НУ | С | СС |

2. Некоторые вопросы мы не должны обсуждать:

- а.
- б.
- в.

3. Закончите фразу: «Важные решения по нашему браку выносятся...»

4. Обведите кружочком тот ответ, который вы считаете лучшим:

|  |        |        |       |         |
|--|--------|--------|-------|---------|
| а. Хотели бы вы, чтобы ваша невеста/жених больше прислушивались к вам?   | всегда | иногда | редко | никогда |
| б. Когда ваш супруг/а говорит с вами, пытаетесь ли вы убедить его/ее, что вы внимательно слушаете, когда на самом деле ваши мысли весьма далеко? | всегда | иногда | редко | никогда |
| в. Раздражаетесь ли вы, когда ваш супруг/а высказывает суждения, с которыми вы не согласны?  | всегда | иногда | редко | никогда |

5. Разнообразный выбор.

Когда я молюсь, то...

- а) открыто и честно говорю все Богу;
- б) чувствую себя неудобно и беспокойно;
- в) уделяю время тому, чтобы слушать;
- г) чувствую себя хорошо и свободно;
- д) другие ответы \_\_\_\_\_.

6. Если вы и ваша будущая жена/муж не достигли согласия по какому-то вопросу, то чему вы отдадите предпочтение — обсуждению или конфликту?

7. После семейного раздора кто первый предлагает примирение?

8. Моя невеста/жених не согласна со мной по следующим вопросам:

а.

б.

в.

**Часть VII. Родственники**

1. Опишите отношение ваших родителей к вашему браку.

Благоприятное

Неблагоприятное

Не уверен

2. Опишите отношение ваших будущих родственников к вашему браку?

Благоприятное

Неблагоприятное

Не уверен

3. Нравятся ли вашим родителям родители вашей невесты/жениха?

Да

Нет

Если «нет», объясните почему.

4. Какие пожелания ваших семей вы бы включили в ваши супружеские планы?

5. Если бы вы почувствовали, что ваши родственники «вмешиваются» в вашу жизнь, что бы вы посчитали нужным сделать? (Укажите выбранный ответ, независимо от того, считаете ли вы его идеальным.)

- уйти самим
- сказать, чтобы они ушли
- защищаться
- не разговаривать с ними
- рассердиться
- постараться объясниться с ними
- просто принять их
- не посещать их больше
- молиться за них
- поговорить с ними честно и прямо
- другое \_\_\_\_\_

6. Вы согласны или не согласны со следующим (обведите кружочком ваш ответ. Ключ: СН — совершенно не согласен, Н — не согласен, НУ — не уверен, С — согласен, СС — совершенно согласен):

а. Родственники вполне могут жить вместе с женатыми детьми

СН

Н

НУ

С

СС

б. Молодые супруги должны время от времени советоваться со своими родителями

СН

Н

НУ

С

СС

в. Равное количество времени необходимо проводить с родителями во время отпуска

СН

Н

НУ

С

СС

г. Вполне нормально брать деньги у родителей                      СН                      Н                      НУ                      С                      СС

д. Молодые супруги должны делать все, что способствует их счастью, даже если это идет в ущерб их родителям                      СН                      Н                      НУ                      С                      СС

7. Назовите какие-нибудь две черты, которые вам нравятся у родителей вашей будущей жены/мужа.

У матери:

а.

б.

У отца:

а.

б.

8. Назовите какие-нибудь две черты, которые не нравятся вам у родителей вашей будущей жены/мужа.

У матери:

а.

б.

У отца:

а.

б.

9. Как вы собираетесь относиться к неприятным для вас чертам (см. пункт 8).

10. Закончите следующее утверждение: «Родители...»

11. «Если бы я был отцом/матерью моих детей, вступающих в брак...»

### **Часть VIII. Финансы**

1. Вы согласны или не согласны со следующим? В левой колонке поставьте буквы «С» или «Н» в соответствии с вашими ответами; в правой колонке поставьте буквы «С» или «Н» в соответствии с тем, какой, по вашему мнению, ответ даст ваша невеста/жених?

- |   |       |
|---|-------|
| _____ а. В доме должен быть телевизор   | _____ |
| _____ б. Каждой женщине необходимо еженедельно посещать парикмахерскую  | _____ |
| _____ в. Десятина принадлежит Господу, и ее нельзя тратить на что-либо еще  | _____ |
| _____ г. Отпуск необходимо планировать каждый год   | _____ |
| _____ д. Деньги, заработанные мужем и женой, необходимо хранить отдельно  | _____ |
| _____ е. Супруги должны всегда хранить некоторые деньги в Сбербанке   | _____ |
| _____ ж. Делать покупки в кредит очень выгодно  | _____ |
| _____ з. Пожертвования — это добровольный дар Богу и их сумма может быть каждый раз разной                          | _____ |
| _____ и. Страхование жизни главы семьи необходимо   | _____ |
| _____ к. Супруги должны вместе планировать бюджет.  | _____ |
| _____ л. В бюджет следует включать только ежемесячные расходы   | _____ |
| _____ м. Когда молодые супруги въезжают в дом, он должен быть полностью обставлен                                   | _____ |
| _____ н. При покупке одежды или мебели необходимо больше учитывать качество, чем цену                               | _____ |
| _____ о. Мужчина должен распоряжаться деньгами  | _____ |
| _____ п. Целесообразность покупки выше средней стоимости необходимо обсуждать обоим супругам                        | _____ |
| _____ р. Каждый член семьи должен (включая детей, когда они становятся достаточно взрослыми) иметь карманные деньги | _____ |



2. Считаете ли вы, что ваша невеста/жених умеет правильно тратить деньги? Да Нет

Если «нет», то как вы к этому относитесь?

3. Если ваши родители или родители вашей жены/мужа хотят помочь вам деньгами, как поступите в этом случае (обведите ваш ответ кружочком):

а. Примите с благодарностью деньги в качестве дара, не намереваясь их вернуть;

б. Возьмете с неохотой, обещая вернуть;

в. Откажетесь от финансовой помощи родителей;

г. Возьмете только ту часть денег, которую сможете вернуть.

4. Как вы определяете сумму денег, предназначенную для пожертвования церкви от вашей семьи?

### Часть IX. Сексуальность и планирование семьи

1. Вы согласны или не согласны со следующим (обведите кружочком ваш ответ.

Ключ: СН — совершенно не согласен, Н — не согласен, НУ — не уверен, С — согласен, СС — совершенно согласен):

|   |    |   |    |   |    |
|---|----|---|----|---|----|
| а. Сексуальность в браке — это прекрасная вещь, о которой Бог поведал ангелам                           | СН | Н | НУ | С | СС |
| б. Секс возможен в субботу  | СН | Н | НУ | С | СС |
| в. Каждый из супругов может быть инициатором сексуальных отношений                                      | СН | Н | НУ | С | СС |
| г. Каждый из супругов должен испытывать оргазм при сексуальных взаимоотношениях, получая удовлетворение | СН | Н | НУ | С | СС |



8. Какое количество детей вы считаете идеальным?

9. Когда вы планируете иметь первого ребенка? \_\_\_\_\_  
второго ребенка? \_\_\_\_\_  
других детей? \_\_\_\_\_

10. Закончите следующее предложение в соответствии с вашими убеждениями и чувствами:

«Аборт — это...»

### **Часть X. Здоровье и привычки**

1. Вы согласны или не согласны со следующими утверждениями?

«Состояние здоровья супругов не влияет на счастье в браке».

Согласны

Не согласны

Не знаете

2. Как вы сами оцениваете состояние вашего здоровья?

Плохое

Среднее

Хорошее

Выше

среднего

Отличное

3. В каких областях здоровья вы когда-либо испытывали проблемы?

\_\_\_а. Физической.

\_\_\_б. Умственной.

\_\_\_в. Эмоциональной.

\_\_\_г. Духовной.

\_\_\_д. Ни в одной из вышеуказанных.

4. Закончите следующие предложения (можете использовать для ответа обратную сторону листа):

а) «Я лучше себя чувствую физически, когда...»

б) «Я хуже себя чувствую физически, когда...»

в) «Умственное здоровье зависит от...»

г) «Хороший ужин — залог...»

д) «Здоровье моей будущей жены/мужа...»

е) «Чтобы улучшить свое здоровье, я...»

ж) «Моя невеста/жених может сделать меня более эмоциональным...»

5. Есть ли у вашей невесты/жениха какие-либо привычки, которые вас раздражают?

Да

Нет

Не знаю

Если «да», перечислите их и укажите, как вы намерены к ним относиться

6. Имеете ли вы какие-либо привычки, которые могли бы раздражать вашу невесту/ жениха?

Да

Нет

Не знаю

Если «да», перечислите их и укажите, как вы намерены поступить в этом отношении.

## **Часть XI. Семейное наследие**

1. Ниже рассматриваются факторы семейной атмосферы дома, в которой вы росли

Соперничество ..... Взаимопомощь

Враждебность..... Дружелюбие

Диктаторство..... Вседозволенность

Приказания..... Хаотичность

2. Отметьте соответствующую колонку, в зависимости от атмосферы дома, в котором вы выросли:

Всегда      Обычно      Иногда      Никогда

Мы решали проблемы все вместе  
 Мы всегда делились своими чувствами  
 У нас всегда была свобода выбора и возможность учиться на своих ошибках  
 Меня всегда выслушивали  
 Все члены семьи были равноправны  
 Учитывались мнения всех членов семьи  
 Мне разрешалось делать все, что я хотел  
 Я боялся своего отца  
 Я боялся свою мать  
 У меня всегда были с кем-то конфликты  
 Я чувствовал себя неловко

3. Отметьте соответствующую колонку, в зависимости от того, как вы себя чувствовали в своей семье.

|                            | Меня уважали | Не очень уважали | Я ничего не значил |
|----------------------------|--------------|------------------|--------------------|
| Спорт/физическое состояние |              |                  |                    |
| Достижения в учебе         |              |                  |                    |
| Музыка                     |              |                  |                    |
| Деньги                     |              |                  |                    |
| Приобретение вещей         |              |                  |                    |
| Усердие в работе           |              |                  |                    |
| Образование                |              |                  |                    |
| Сила                       |              |                  |                    |
| Контроль, управление       |              |                  |                    |
| Умение побеждать           |              |                  |                    |
| Религия                    |              |                  |                    |
| Аккуратность               |              |                  |                    |
| Уважение к другим          |              |                  |                    |
| Умение прощать             |              |                  |                    |

4. В своей семье я был: \_\_\_\_\_ старшим; \_\_\_\_\_ вторым; \_\_\_\_\_ средним; \_\_\_\_\_ младшим; \_\_\_\_\_ единственным ребенком.

5. Опишите, каковы были ваши взаимоотношения с отцом.

6. Что общего у вас с вашим отцом?

Каковы между вами отличия?

7. Опишите, каковы были ваши взаимоотношения с матерью.

8. Что общего у вас с вашей матерью?

Каковы между вами отличия?

9. Опишите, что общего и какие отличия вы видите между вашим женихом и вашим отцом/вашей невестой и вашей матерью.

Каковы между вами отличия?

10. Что есть общего между семьей, в которой вы выросли, и семьей, которую вы собираетесь создать?

Каковы планируемые вами отличия?

## **Часть XII. Подготовка к повторному браку**

1. Перечислите основные причины, вследствие которых вы решили снова вступить в брак:

а.

б.

в.

г.

2. Какие уроки я извлек из моего предыдущего брака?

а.

б.

в.

г.

3. Опишите все изменения, которые произошли в вашей жизни после расторжения вашего предыдущего брака:

- а.
- б.
- в.
- г.

4. Что общего между ожиданиями, которые были у вас в предыдущем браке, и ожиданиями при вступлении в повторный брак?

- а.
- б.
- в.

Каковы отличия?

- а.
- б.
- в.

5. О моем предстоящем браке мои дети думают следующее:

6. Признаки, свидетельствующие о моем исцелении от травм и боли, полученных от первого брака:

- а.
- б.
- в.

7. Некоторые проблемы, с которыми я столкнусь в своих новых взаимоотношениях, являются следствием моих прошлых переживаний:

- а.
- б.
- в.

## ***ХОРОШИЕ СЕМЬИ СОЗДАЮТСЯ НЕ СРАЗУ..... Рон Флауэрс***

***Браки, возможно, «закключаются на небесах», но распадаются они все больше и больше здесь, на земле! Церковь сама по себе не может противостоять этому, о чем знает каждый пастор, который служил хотя бы несколько лет. Можем ли мы что-нибудь сделать для того, чтобы сократить число разводов? Частично это зависит от того, что происходит до брака.***

Если вы — обыкновенный пастор, который служит уже несколько лет, вам приходилось благословлять молодые супружеские пары, которые теперь, по прошествии нескольких лет, уже имеют семейные проблемы. Развод все чаще наблюдается среди членов церкви и поражает даже тех, от кого, казалось бы, нельзя было этого ожидать. В подобных случаях вы чувствуете себя бессильным что-либо сделать. «Что я могу сделать?» — спрашиваете вы себя.

Для начала вы можете рекомендовать, чтобы каждая пара, собирающаяся вступить в брак, прошла определенную добрачную подготовку. В добрачный период, а также в первые месяцы семейной жизни закладываются основы будущих супружеских взаимоотношений. Умело организованная программа добрачной подготовки может значительно помочь молодым правильно начать свою семейную жизнь.

Однако пасторы и консультанты, пытающиеся проводить добрачные программы, сталкиваются с определенными трудностями. Молодые люди, стремящиеся вступить в брак, обычно находятся в состоянии «блаженного счастья», поэтому эмоционально оторваны от реальности и не очень стремятся учиться. Многие только что вышли из подросткового возраста, и считая, что наконец-то стали взрослыми, с уверенностью берутся решать любые возникающие проблемы. Романтика любви и брака часто мешает молодым людям начать обсуждение серьезных проблем взаимоотношений. Они верят, что проблемы, с которыми они могут столкнуться позднее (или с которыми они сталкиваются в добрачный период), несомненно, решатся сами по себе, потому что они любят друг друга. В самом деле, все мы не хотим, чтобы что-либо омрачало или угрожало их взаимоотношениям и предстоящему браку.

Позднее молодые пары уже не противятся посещению в церкви программ подобного рода. Пасторы часто жалуются: «Молодые люди не приходят к нам до тех пор, пока они не примут решения о бракосочетании». Многие пары просто не хотят никакого пасторского вторжения в предстоящие супружеские взаимоотношения. Они вспоминают о церкви только как о месте предстоящей церемонии, а о пасторе — только как о человеке, которому в момент бракосочетания вверено поставить Божью печать, благословляя и подтверждая брак. В некоторых случаях молодые пары ищут подобной помощи, но только не со стороны пастора, не решаясь обсуждать с ним такие интимные дела. Наиболее вероятная причина кроется в том, что пасторы обычно считают, будто церковь не должна слишком глубоко вникать в семейную жизнь своей паствы. Поэтому мы не готовы ни обсуждать вопросы семейной жизни людей, ни учредить соответствующее служение в наших церквях для будущих молодых супругов.



### *Почему необходима добрачная подготовка?*

**Брак — это переходный момент.** Многие ученые изучали различные фазы жизни и переходные моменты, которые человек проходит в течение своей жизни. Рассматривая эти жизненные циклы, они выделяли предсказуемые, создаваемые человеком кризисы, которые часто происходят в жизни человека. При заключении брака наступает как раз такой переходный момент. Наиболее эффективно мы можем помочь молодой паре, когда готовим их к новому этапу в их жизни, на пороге которой они стоят. Добрачная подготовительная программа дает нам прекрасную возможность сделать это.

**Брак меняется.** Молодая пара, заключающая брак сегодня, совершенно не похожа в своих ожиданиях на молодых людей прошлых десятилетий. Брак в наши дни значительно изменился по сравнению с его традиционным пониманием и характеризуется определенной авторитарной, иерархической ролью структуры с особыми обязанностями и требованиями, известной под названием брачный союз. В отношении каждого из супругов этот союз сегодня стал более равноправным, демократичным и гибким. Если раньше внешнее давление общества являлось сильным фактором поддержания традиционного брака, то теперь брачный союз более определяется чувствами любви и привязанности, интимными взаимоотношениями и взаимной притягательностью. Верность воспринимается совсем иначе — это больше относится к человеку, чем к понятию брака. Другими словами, человек не просто женится и устраивает свою жизнь, а вступает на жизненный путь, на котором он хочет достичь взаимных гармоничных отношений. Подготовка к браку представляет молодым людям возможность — в то время, когда еще нет никаких проблем, — продумать внимательно, какой брак они стремятся создать.

**Брак требует умения.** Чтобы научиться тому, как стать хорошим мужем или женой и как установить полноценные взаимоотношения друг с другом, необходимо приобрести определенные навыки в области, называемой «знание личности». Это особые умения, которые помогают совершенствовать взаимоотношения, углублять общение и разрешать конфликты. В браке эти навыки даже более необходимы, чем в добрачной жизни. И они не появляются сами по себе — их необходимо приобретать. Если молодые люди не получили эти навыки раньше, то они по крайней мере должны использовать все возможности приобрести их в период, предшествующий заключению брака.

**Христианский брак иссякает.** Многие думают, что христианство склонно к традиционной, иерархической модели брака. Однако перемены во взглядах на брак ведут к тому, что современные молодые пары не ищут совета и консультации в церкви перед заключением брака. Церковь должна показать, что библейское понятие брака как завета «единой плоти», взаимоуважения, служения друг другу, безусловной любви, духовных даров в семье, прощения и примирения — это не устаревшие и ушедшие в прошлое понятия, но реальные ключи полноценного и длительного брака. Если мы убеждены в том, что брак должен быть основан на четких христианских принципах, то проповедовать эти принципы в церкви следует применительно к современной жизни, помогая молодым парам понять их значение и предоставляя практические наставления по воплощению этих принципов в личной жизни.

### *Три основных подхода.*

Опыт добрачного консультирования и исследования последних лет помогают нам понять, что наше поведение в добрачный период во многом определяет успех нашей будущей жизни. Дэвид Мейс описывает три основных подхода к решению этой задачи. Первый подход — с позиций «жизненных фактов», с которыми мы все хорошо знакомы. Сюда входит первейшая необходимость для молодой пары получить информацию о различных аспектах семейной жизни; и самый лучший способ ее получения — это консультативные и информационные семинары. Обычно такие консультации проводятся пастором наедине с молодой парой.

Вот как я обычно проводил такую встречу в ранние годы своего служения. Не обладая никакой предварительной подготовкой в этой области и не имея перед собой образцов, которым можно было бы следовать, или собственного опыта, я посвящал почти два часа беседе с молодой парой за неделю или более до бракосочетания, обычно обсуждая детали церемонии, а затем, в оставшееся время, делился с ними своими представлениями и взглядами на такие вещи, как семейное богослужение, взаимоотношения молодой пары с церковью, финансы и взаимоотношения с родителями будущих молодых супругов. Я вскользь говорил об общении; старался избегать разговоров о конфликтах (и обо всем том, что могло породить конфликт между ними в момент беседы) и втайне надеялся, что они не станут обсуждать вопросы секса!

В случаях, когда пастору приходится консультировать сразу несколько молодых пар, обычно проводится более подробная и представительная добрачная беседа. По этому поводу Дэвид Х. Олсон говорит, что хотя такие беседы зачастую хорошо организованы, они мало затрагивают проблемы изменения отношения друг к другу. Еще одним недостатком таких бесед является то, что они вовсе не являются стимулом для молодых пар обсуждать проблемы и пути укрепления будущего брака.

Другие, как пишет Мейс, осуществляют добрачное консультирование, работая с молодыми парами над теми особыми проблемами в их взаимоотношениях, с которыми они обратились за советом. Хотя в этом случае все подходы нечетко определены, они, строго говоря, являются дополнительной терапией, или квазитерапией, для выравнивания мировоззрения и отношения к браку молодых пар. И все же молодежь не очень заинтересована в добрачной подготовке.

Третий подход, предложенный Мейсом (и, по его мнению, самый эффективный), — это помощь молодым парам в тщательном изучении самих себя, друг друга и своих взаимоотношений. Некоторые образовательные аспекты могут дополнить знания в этой области, а некоторые советы могут помочь молодым людям, но главная задача — открыть себя друг для друга. Такая беседа с молодыми людьми основывается на их желании понять и укрепить взаимоотношения, которыми они в настоящее время наслаждаются и которые они несомненно хотели бы сохранить в будущем браке. Эта беседа может быть проведена таким образом, чтобы молодая пара, которая часто сопротивляется любым внешним вторжениям в их взаимоотношения в добрачный период, могла бы разобраться в самих себе, так как именно этого они чаще всего не знают и не умеют делать и именно здесь они обычно нуждаются в совете и помощи.

Им нужно помочь более глубоко проанализировать свои взаимоотношения и получить знания и умения, которые помогут им в будущем браке.

К счастью, в настоящее время существует много книг, кассет, разработок и других материалов, из которых местный пастор может почерпнуть необходимую информацию для добрачной консультации молодых пар. Среди всего этого материала имеется несколько пособий, которые могут помочь молодым людям правильно оценить себя, друг друга и свои взаимоотношения. Хотя все эти пособия отличаются друг от друга по стилю и значимости, однако основная их ценность состоит в том, что они позволяют использовать различные методы анкетирования (короткие письменные ответы, различные пути выбора, согласен-не согласен, рейтинг), предлагая различные вопросы и(или) утверждения. Темы обычно включают вопросы самооценки, любви, общения, религиозных убеждений, секса, финансов, отношений с родителями, раздражительности и конфликтов, семейного планирования, ценностей и целей. Эти материалы можно использовать как для самостоятельного изучения, так и на консультативных занятиях с пастором/консультантом (можно также использовать материал Приложения). Такой материал часто открывает двери для самооценки, самораскрытия, что чрезвычайно важно, а также помогает определить отношение к перспективному партнеру и ведет к более углубленным (а в некоторых случаях и к более длительным) контактам.

Молодые пары, собирающиеся вступить в брак, также стремятся получить информацию и от своих сверстников. Поэтому было бы полезно организовать группы, где они могли бы делиться своим опытом с другими молодыми парами. Мейс, Олсон и другие также говорят о том, что можно консультировать молодых людей перед браком, обучая их общаться, решать проблемы и конфликты, — все это пригодится им, когда они создадут семью. Подобная программа проводится Эдвардом Бейдером (помощник профессора по проблемам семьи и здравоохранения Университета Торонто) и его коллегами. Их курс «Учимся жить вместе» основан на том факте, что молодожены в большей степени стремятся что-то узнать и слушать советы, чем молодые люди, только планирующие вступить в брак. Бейдер делит свою программу на две части: первая часть (куда входят вопросы общения, семейного прошлого, финансов и сексуальности) предлагается до вступления в брак; вторая часть (изменение ролей в браке, решение конфликтов, совершенствование взаимоотношений) предлагается спустя 6 месяцев или год после бракосочетания. Обе части семинара основаны на обсуждении с использованием видеозаписей.

### ***Что могут сделать пасторы?***

Что можно сделать, чтобы заинтересовать молодых людей и представить добрачную подготовку как первоочередную задачу? Пасторы могут создать более благоприятный климат в церкви с помощью проповедей, посещений на дому и неформальных бесед. Они могут помогать в проведении добрачной работы в молодежных классах. Кое-что полезное в этом отношении можно сделать даже в детских классах, начав готовить подростков к будущей взрослой жизни. Многое возможно организовать непосредственно в семьях молодых людей — например, провести занятия с родителями на тему подготовки их детей и молодежи к браку.

Очень занятые пасторы могут использовать духовные дарования и профессиональные умения членов церкви, поручив им добрачную подготовку молодежи. Многие знакомые пасторы также говорили о необходимости более тесных взаимоотношений с подростками и молодежью в своей общине, чтобы, задумываясь о свадьбе, те естественным образом обратились к пастору за советом и консультацией.

Все вышесказанное свидетельствует о том, что пастор должен не только заниматься добрачной подготовкой членов своей церкви, но должен также хорошо знать их взаимоотношения в семье и церкви. Достаточно ли дружелюбен и открыт пастор для людей? Является ли он тем человеком, которому другие будут доверять сокровенные мысли, раскрывать душу — свои радости и горе, сомнения и конфликты, свои переживания и тяжелые мысли? Многие ли люди доверяют ему и многие ли придут к нему с такими вопросами, как добрачное консультирование и подготовка к браку? Будут ли они следовать его советам в своих семейных и супружеских взаимоотношениях?

Пастор, обладающий необходимым жизненным опытом, может возглавить добрачное консультирование молодых пар, делясь с ними собственным опытом и помогая молодым людям с самого начала семейной жизни крепко встать на ноги. Своим желанием открыто, без всяких условий и с любовью оказать поддержку молодым он может стать для них примером взаимоотношений друг с другом. Создавая такую атмосферу до бракосочетания молодых, пастор закладывает основы для взаимоотношений, построенных на доверии и искренности, что поможет сохранять брак в будущем.

### ***Библиография***

David Mace. *Getting Ready for Marriage*. Nashville: Abingdon Press, 1972, pp. 9, 10.

«How Effective Is Marriage Preparation?» Paper presented at the Toward Family Wellness Conference, Milwaukee, Wisconsin, Oct. 18, 1981, pp. 5, 6.

Mace. *The Critical First Year. Marriage Enrichment*. — *The Newsletter of the Association of Couples for Marriage Enrichment* (Winston-Salem, November-December, 1978); Olson, *op.cit.*, 7.

Edward Bader, Robert Riddle and Carole Sinclair. *Do Marriage Preparation Programs Really Help? A Five-Year Study* (unpublished report presented at the annual meeting of the National Council on Family Relations, Milwaukee, Wisconsin, Oct. 16, 1981).

**ПЕРВЫЙ ГОД БРАКА: Критический период.....Дэвид и Вера Мейс**  
*Нельзя переоценить всю важность добрачного консультирования, но и после бракосочетания молодые супруги по-прежнему нуждаются в помощи для укрепления своих взаимоотношений. В данной статье авторы обобщают свои наблюдения о том, что необходимо знать о проблемах молодоженов и как помочь им в первые месяцы после бракосочетания.*

Бракосочетание — это еще не супружество.  
Такое утверждение не пугает вас?

Мы часто используем слово взаимоизменчивость, но этого делать не следовало бы. Бракосочетание — это начало нового предприятия, возлагаемого на плечи мужчины и женщины в надежде, что годы спустя они, возможно, смогут достичь супружества со всеми радостями, которое оно несет с собой.

По данным статистики МГУ на 1993 г., два из трех браков в России заканчивались разводом, и это говорит о том, что бракосочетание этих пар состоялось, но достичь супружества они не смогли.

Все, что есть у молодой пары в день бракосочетания, — это груда строительных материалов. В действительности, если быть точным, у них есть две груды, которые нужно объединить. Это похоже на стройплощадку, где свалены кирпичи, цемент, песок и доски. Из всех этих материалов через несколько месяцев должен быть построен дом, но для этого потребуются умение и усилия, знания и совместная работа.

Отсюда очевидно значение первого года совместной жизни — потому что в этот критический период постепенно вырабатывается модель взаимоотношений между мужем и женой. Некоторые компоненты их совместной жизни вполне совместимы. Другие необходимо приспособить и немного изменить. Однако кое-что необходимо радикально изменить или даже вовсе удалить, чтобы уцелел ваш брак.

Если модель взаимоотношений будет хорошо отработана в первый год совместной жизни, тогда станут появляться очертания супружества и взаимоотношения молодоженов начнут укрепляться и перерастать в счастливое и гармоничное единство. Однако если этого не происходит и их взаимоотношения постоянно охлаждаются, то начинает развиваться процесс отчуждения и молодожены постепенно или быстро отдаляются друг от друга. В большинстве случаев, когда возможно изучить все факты первого года жизни молодоженов и проследить развитие их взаимоотношений, можно с достаточной точностью предсказать, как они будут развиваться в дальнейшем.

В самом деле, мы уже знаем, на основе тщательного изучения многих примеров, что многие современные браки имеют тенденцию к разводу. Что же касается надежд и ожиданий молодых людей, то чаще всего их ждут разочарования. Об этом свидетельствуют исследования известного социолога по проблемам семьи Эрнста Бюржеса, который изучал

группу молодых людей и наблюдал за ними до брака. Он обнаружил, что, не считая тех молодых пар, которые выпали из этой группы вследствие развода, взаимоотношения супругов демонстрировали тенденцию к ухудшению.

Роберт Блад в своем известном исследовании американских браков в конце 1950-х годов пришел к тем же выводам. Он обнаружил, что браки, которые он рассматривал, со временем имели тенденцию к распаду. Изучение пожилых пар дало те же результаты — по прошествии многих лет они признавали, что их ожидания в браке не осуществились.

Современное подтверждение этой тенденции можно найти в исследованиях о разводах, проведенных в Англии в 1979 г. и изложенных Барбарой Торне и Джин Коллард в книге «Кто разводится?» Авторы обнаружили, что треть всех разведенных пар, которых они интервьюировали, признавала, что в их взаимоотношениях были большие проблемы уже в первый год после бракосочетания. Подобная ситуация характерна и для Америки: мы теперь знаем, что в Соединенных Штатах одна из пяти супружеских пар, расторгнувших свой брак, развелась, не достигнув второй годовщины со дня бракосочетания. Следовательно, проблемы начинаются очень рано.

Таким образом, если первый год совместной жизни является критическим временем для многих или большинства пар, не разумно ли признать чрезвычайную необходимость сделать все возможное, чтобы помочь им советом и поддержкой именно в этот период? Небольшая помощь в этот важный период может направить молодоженов к новому этапу в их жизни и предотвратить распад семьи.

Однако это действительно трудная работа. Вследствие различных запретов, которыми молодожены окружены в рамках наших культур, мы оставляем их наедине со своими проблемами как раз в то время, когда они больше всего нуждаются в поддержке. Помощь, которую мы можем им предложить, состоит из двух аспектов — консультации перед бракосочетанием и позднее, во время брачной жизни, когда у них уже появились проблемы. Как сказал один из супругов своему семейному консультанту: «Вы помогаете нам еще до того, как мы столкнулись с проблемами, а затем тогда, когда трудности уже обступили нас и кажутся нам непреодолимыми. Но почему вы не догадываетесь помочь нам, пока проблемы только начинают возникать?»

Мудрость этого высказывания стала ясна Клауди Голднер, который сообщил в 1971 г., что молодожены спустя шесть месяцев после бракосочетания получали серьезные консультации, которые, по их словам, «они не могли получить до бракосочетания, несмотря на всю важность этих добрачных консультаций. Многие молодожены высказывали мысль, что есть области взаимоотношений, которые начинаешь воспринимать совсем по-другому после бракосочетания, а не до него».

Проводя исследования в последние годы, группа канадских ученых из университета в Торонто интервьюировала большое число молодых пар до бракосочетания и в конце первого года их совместной жизни. Некоторые пары говорили об укреплении своих взаимоотношений как в период до бракосочетания, так и спустя полгода. Они приводили яркие примеры укрепления своих отношений, однако другие пары, которые не имели ни поддержки, ни руководства, не могли порадоваться таким успехом.

В Канзас Сити в 1980 г. проводилась программа «Молодожены и укрепление брака», во время которой подтвердилась необходимость оказания поддержки и помощи молодоженам в первый — критический — год совместной жизни. Программа оказалась весьма эффективной. Одна из молодых пар, участвовавших в этой

программе, писала: «Мы получили очень много полезных знаний. Нам очень понравилась эта программа, и мы старались не пропустить ни одного занятия. И теперь мы видим, как она помогла укреплению нашего брака».

Один из преподавателей высказал интересную мысль. Он говорил, что к студентам надо обращаться в тот момент, «когда им особенно необходима учеба». Для молодоженов таким моментом является первый — критический — год совместной жизни.

## **КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПРИ ПОВТОРНОМ БРАКЕ.....Рой Вудраф**

*Добрачное консультирование — одна из наиболее важных форм служения пасторов и в то же время — это наименее эффективная форма. Многие пасторы не скрывают своего разочарования по поводу добрачного консультирования, испытывая его чаще, чем в какой-либо другой области консультирования. Совсем немногие молодые пары хотят критически взглянуть на свои взаимоотношения. Поэтому то, чему сами пасторы уделяют серьезное внимание, молодые пары либо вовсе не ценят, либо относятся к этому снисходительно.*

Консультирование очень важно для молодых пар, но еще более оно важно для тех, кто вступает в повторный брак. Повторный брак может привести больше осложнений, чем первичный. Люди, вновь вступающие в брак, подчас имеют потребности и нужды более высокие, но их ожидания нереалистичны. То, что «работает» сегодня, может «не сработать» уже завтра и принести болезненные переживания.

Более чем на 10% чаще по сравнению с первичными браками повторные браки разрушаются: при первичных браках разводы составляют 40%, а при повторных — 50%. Статистика свидетельствует, что при повторных браках человека чаще ожидают осложнения, а не успокоение, его проблемы в большинстве случаев усугубляются, чем разрешаются.

Когда я консультирую пару при повторном браке, то часто вижу, что один из будущих супругов или оба боятся, с одной стороны, повторного провала, а с другой — не хотят вообще вступать в брак. Кроме того, если кому-то из них развод помог убежать от проблем, то почему эти проблемы не могут возникнуть во второй раз? Кажется, легче избежать боли, чем бороться с ней, однако уход от боли может принести больший вред, чем боль сама по себе.

### ***Выбор спутника жизни***

Как мы выбираем спутника жизни? Христиане хорошо знают роль Бога в выборе спутника жизни. Если развод стал следствием религиозного или морального прегрешения, то человек может принести этот груз и во второй брак. Он или она иногда бессознательно выбирают спутника жизни, который может принести либо наказание за это прегрешение либо возможность разрешить проблему. Оба пути подвергают повторный брак опасности. Чего не хватает в этих случаях, так это умения прощать, как Бог нас учит, когда мы падаем. Если мы честны, то нам будет трудно разграничить крепкие узы романтической любви и проявления Божьей воли в нашей жизни. Любые взаимоотношения несут в себе риск. По Божьей милости большинство повторных браков оказываются благополучными, хотя по степени этого благополучия они весьма различны.

Многие специалисты в области семейной жизни считают, что сознательно или неосознанно мы избираем спутника жизни, который мог бы помочь нам осуществить наши мечты, цели или разрешить конфликты нашей жизни. Наши шансы при таком



выборе в некоторых аспектах равны. Личностные различия могут привлечь нас друг к другу, но также могут вызвать в нас и противоположные чувства.

Различия между нами никогда не оставляют нас нейтральными. Если мы не используем их целенаправленно для блага наших взаимоотношений, то они способны разрушить взаимоотношения и принести обиду. Консультирование тех, кто собирается вступить в повторный брак, требует осторожного изучения предыдущего брачного опыта каждой стороны и причин выбора нового партнера. Это необходимо делать помимо библейской ориентации будущих супругов.

### ***Что может принести боль при повторном браке?***

Даже в лучшем случае повторный брак всегда имеет свои сложности. Нужно освободиться от старых взаимоотношений, прежде чем будут созданы новые. Старые привязанности еще не забыты, а новые еще не приобретены. Нелегко расстаться со старым семейным образом жизни, родителями первого супруга, бывшей женой/мужем, детьми, друзьями. Люди обычно привносят в новые взаимоотношения огромный багаж старых привычек и друзей. И когда в новом браке эти люди начинают распаковывать этот свой «багаж», могут сразу же возникнуть недоразумения. Некоторые болезненные ситуации могут оказаться «минным полем» для участников первого брака.

Одним из таких болезненных осложнений, происходящих при повторном браке, является наличие одного или нескольких детей от предыдущего брака. Если модель воспитания детей в предыдущем браке оказалась несостоятельной, то неизвестно, будет ли она эффективной в новой семье. При повторном браке в семье часто разгорается борьба за детей (твои—мои—наши дети), и в этой сфере происходят настоящие бои.

Мне часто звонят люди, воспитывающие детей своего супруга от предыдущего брака, и жалуются: «Я не знаю, что делать с его/ее сыном/дочерью!» Мне часто приходилось разговаривать с многими детьми и подростками, которые заявляют: «Я хочу, чтобы он/она оставил меня в покое, а он/она пытается вести себя со мной так, как будто он/она мой родной отец/мать, но это совсем не одно и то же». Этим сложным повторным бракам часто не хватает зрелости, терпения и глубокой посвященности своим новым семьям. Я рекомендую проводить беседы также и с детьми обоих родителей. Все члены новой семьи должны быть охвачены консультированием. Чтобы добиться положительного результата, требуется понимание, терпение и взаимная поддержка.

В семьях при повторном браке любое напряжение может перерасти в стресс. Перемены в жизни детей любого возраста сами по себе грозят стрессом. Даже если дети уже взрослые и самостоятельные, они могут не принять нового члена семьи. Это, безусловно, будет болезненно для него и осложнит взаимоотношения.

Другая проблема повторных браков — финансы. Содержание детей или алименты могут стать тяжелым бременем для бюджета и также служить причиной напряженности взаимоотношений. При повторном браке жена может почувствовать свою ущемленность, если ее не включают в число владельцев собственности мужа. С другой стороны, муж может не считать себя обязанным включать свою вторую жену в число владельцев своей собственности. Поэтому в завещании он может указывать

лишь своих детей от предыдущего брака как первых наследников своего имущества. Все эти деликатные вопросы могут обострить взаимоотношения.

### ***Обнадеживающие возможности***

Несмотря на то, что повторный брак несет с собой ряд сложностей, многие пары заключают его и достигают успеха. Это дает нам по крайней мере определенные надежды. Я думаю, что у заключивших благополучные повторные браки есть много общих черт: умение научиться на собственном прошлом, способность использовать новые шансы для роста и перемен, умение преодолеть обиду и пережить провал или огорчение от потери и войти в новые взаимоотношения, используя предыдущий опыт и став более гибким, умение ценить важность искренних взаимоотношений. Консультирование может открыть дверь для использования всех этих возможностей.

Как консультант я хотел бы задать по крайней мере пять вопросов парам, собирающимся вступить в повторный брак:

1. Чему каждый из вас научился в предыдущем браке?
2. Что каждый из вас ожидает от себя и от другого в новом браке?
3. Как каждый из вас способен измениться или хотел бы измениться в новом браке?
4. Какова роль каждого ребенка при повторном браке?
5. Насколько сильна роль собственного «я» и решения соблюдать верность у каждого из будущих супругов?

Могут возникнуть и другие вопросы — в зависимости от особенностей каждой отдельной ситуации, но приведенные выше являются основными и требуют особого внимания.

Добрачное консультирование необходимо при вступлении в повторный брак даже больше, чем при заключении первичного брака. Пары, которые пользуются таким консультированием, чаще всего, согласно статистическим данным, достигают успеха.

## ***ПЛАНИРОВАНИЕ СЕМЬИ И СЕКСУАЛЬНОСТЬ..... Леннокс Вестни***

Планирование семьи — это овладение методами, которые повышают уровень удовлетворения жизнью с позиций социальных, культурных, образовательных, экономических и духовных проблем семьи. Регулирование численности семьи помогает достижению благополучия в этих областях семейной жизни. Муж и жена должны добровольно решить, сколько они хотят иметь детей, в зависимости от своих ресурсов и планов. Священное Писание говорит: «Плодитесь и размножайтесь...» (Быт. 1:28). В Притч. 22:6 сказано: «Наставь юношу при начале пути его...» Обучение необходимо, и для этого требуются материалы. Здесь будет рассказано как о том, какими средствами можно регулировать рождаемость в семье.

### ***Задачи семейного планирования в христианском браке***

В христианской семье — более чем в какой-либо другой — важно регулировать число детей. Огромная ответственность по воспитанию и обучению детей, подготовка их к вечности — это сложная и нелегкая задача.

Необходимо внимательно проанализировать физические, эмоциональные, интеллектуальные, духовные и экономические аспекты жизни как родителей, так и детей, прежде чем решить увеличить семью. Необходимо тщательно учитывать физическое здоровье обоих супругов (но особенно матери), их эмоциональную зрелость и знание основ воспитания детей, их духовное развитие и готовность заботиться о детях, а также их экономические возможности. Если все это не будет обдумано прежде, чем ребенок войдет в этот мир, если заблаговременно не будут намечены пути его воспитания, то дети окажутся лишены тех или иных возможностей в своей жизни.

Елена Уайт пишет о необходимости регулировать размер семьи:

«Родители имеют право думать об увеличении своей семьи только в том случае, если уверены, что их дети смогут получить хороший уход и воспитание. Если ребенок из года в год находится на попечении матери, то это является вопиющей несправедливостью по отношению к ней. Это умаляет и часто разрушает общую радость и умножает несчастья в семье. Это лишает детей заботы, правильного воспитания и счастья, которые родители, осознающие свой долг, должны давать им» (Е. Уайт. Христианский дом. Заокский, «Источник жизни», 1995, с. 134).

Важные причины, требующие планирования семьи, следующие:

1. Супружеские пары должны повзрослеть и подготовиться к тому, чтобы стать родителями, прежде чем они решат родить и воспитывать детей.
2. Супружеским парам необходимо определенное время, чтобы создать необходимые экономические условия для воспитания ребенка.

3. Нужно позаботиться о создании оптимальных условий для роста и развития детей в физическом, духовном, эмоциональном, интеллектуальном и социальном аспектах.

4. Численность семьи должна регулироваться в соответствии с ее потребностями и целями, а также в соответствии с христианскими принципами.

Хотя численность семьи необходимо планировать, дети являются благословением от Бога. Они делают семью полной и помогают процессу созревания и роста самих родителей. Главное внимание должно быть обращено на то, чтобы гарантировать условия и возможности для хорошего воспитания наших детей и всей семьи в целом, чтобы стать такими, какими Бог хочет видеть нас.

### **Половые органы**

Знание анатомии и физиологии женщины и мужчины составляет основу понимания методов планирования семьи.

#### ***Женские половые органы***

Женские половые органы делятся на наружные и внутренние. Наружные органы — это лобок, большие губы, малые губы, клитор, плева и вагинальное отверстие. Внутренние органы — это влагалище (вагина), матка, фаллопиевы трубы и яичники.

А. Наружные половые органы (см. рис.1)

1. Лобок — это жировой бугор на передней части лобковой кости. После полового созревания он покрывается волосами.

2. Большие губы представляют собой две складки жировой ткани, идущие от лобка вниз.

**Рис. 1**



3. Малые губы — это две тонкие складки ткани красноватого цвета, расположенные между большими губами. Они очень чувствительны и пронизаны нервными окончаниями нескольких типов.

4. Клитор — небольшое цилиндрическое тело, окруженное малыми губами. Во время сексуального возбуждения он находится в состоянии эрекции.

5. Отверстие влагалища, частично закрытое оболочкой, называемой девственной плевой, ведет внутрь влагалища.

#### Б. Внутренние половые органы (см. рис. 2)

1. Влагалище — мышечная трубка, соединяющая матку с внешними половыми органами.

2. Матка. Нижняя оконечность этого органа, которая расположена во влагалище, называется шейка. Матка — это орган, в котором развивается зародыш.

3. Фаллопиевы трубы тянутся от матки к яичникам.

4. Яичники — это органы, которые вырабатывают яйцеклетки каждый месяц. Яйцеклетка — женская клетка, участвующая в оплодотворении.

Рис. 2



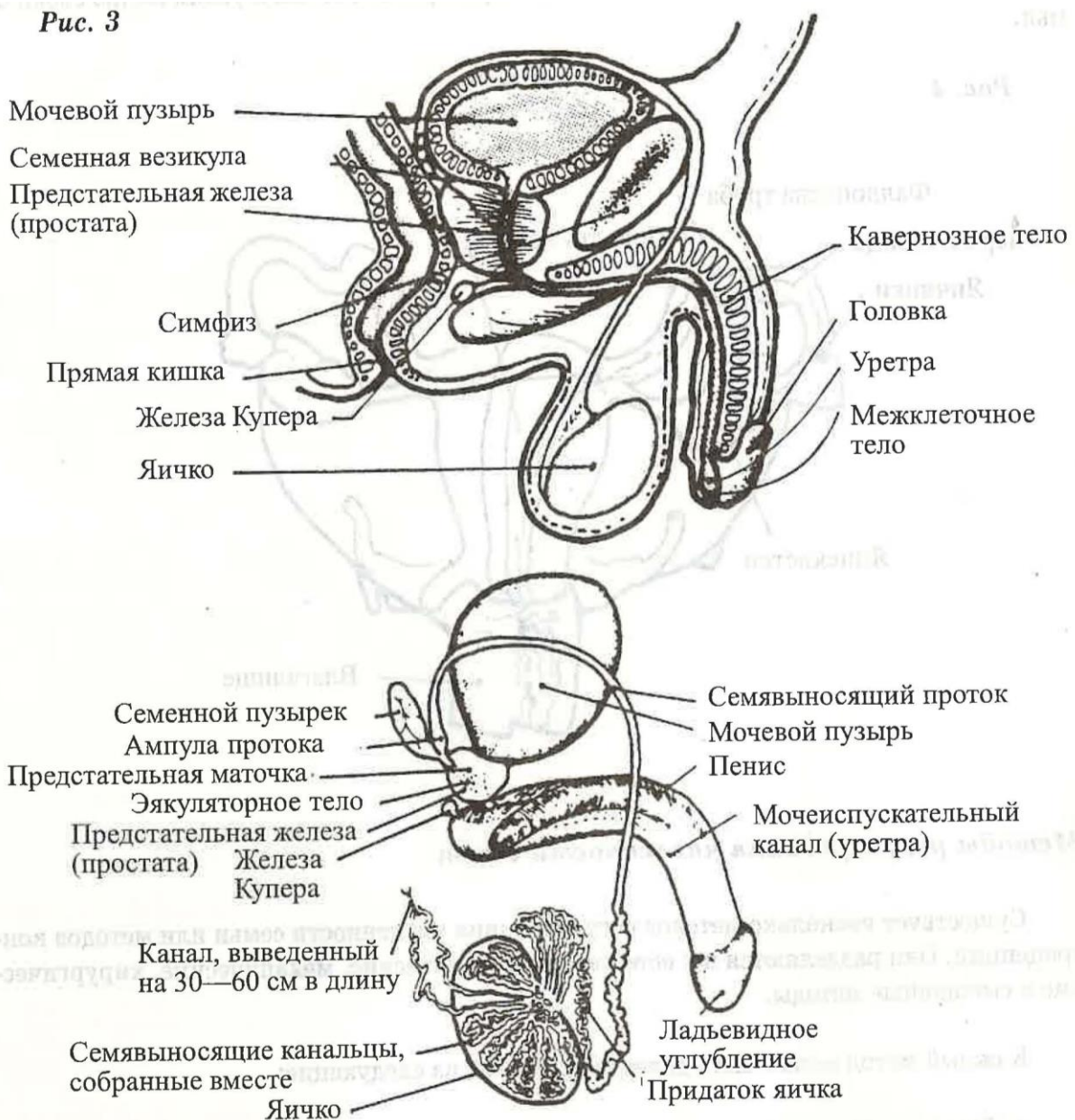
**Мужские половые органы (см. рис. 3).**

1. Яички — это два, похожие на маковые головки, тела, расположенные в мошонке. Мошонка поддерживает температуру яичек, которая на два градуса меньше обычной температуры тела. Сперматозоиды (мужские клетки, участвующие в оплодотворении) вырабатываются яичками.

2. Пенис — это мужской орган, через который происходит выброс спермы в женское влагалище во время полового акта.

3. Семявыносящий проток образует ряд каналов, через которые сперма (семенная жидкость) проходит в пенис. (Именно эти каналы блокируются при мужской стерилизации.)

**Рис. 3**



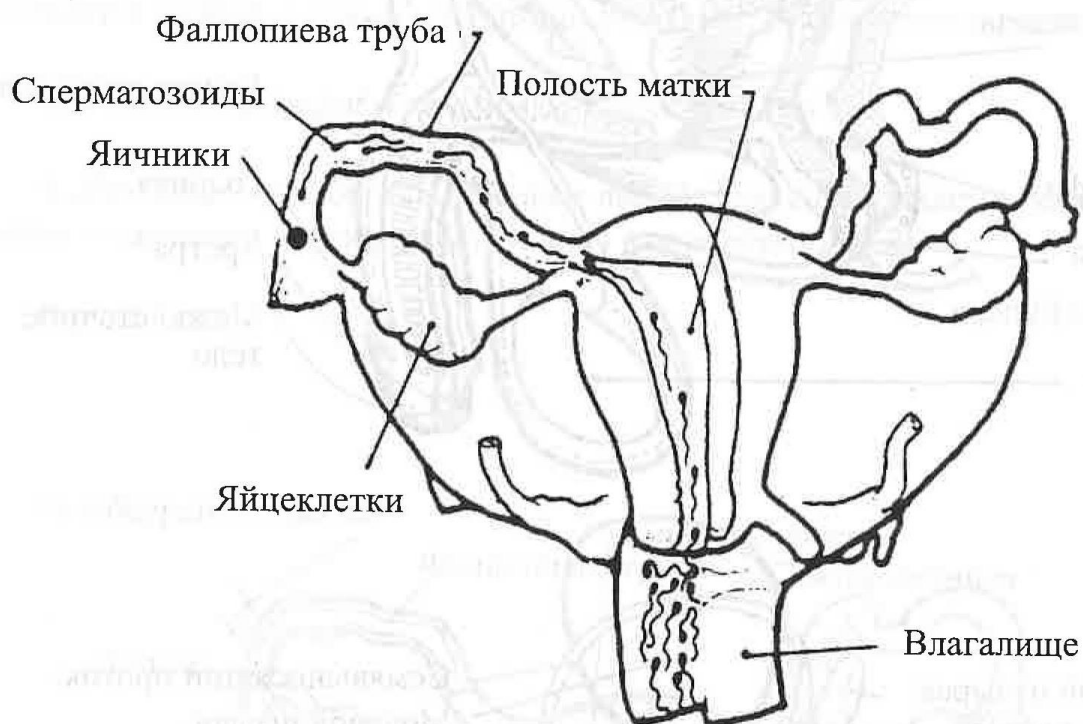
### ***Размножение человека (см. рис. 4).***

Первый шаг в процессе размножения человека происходит тогда, когда мужской сперматозоид объединяется с женской яйцеклеткой.

Во время полового акта миллионы сперматозоидов попадают во влагалище. Они поднимаются в матку через фаллопиевы трубы. Если зрелая яйцеклетка находится в фаллопиевой трубе, то она будет захвачена одним из сперматозоидов и произойдет зачатие новой жизни.

Применение противозачаточных средств направлено на предотвращение соединения сперматозоида и зрелой яйцеклетки, когда партнеры не готовы к увеличению своей семьи.

***Рис. 4***



### ***Методы регулирования численности семьи***

Существует несколько методов регулирования численности семьи или методов контрацепции. Они разделяются на: естественные, химические, механические, хирургические и смешанные методы.

Каждый метод может быть далее подразделен на следующие:

А. Естественные методы:

1. Календарный метод (метод Огино).
2. Температурный метод.

Б. Химические методы:

1. Таблетки.
2. Спермицидные кремы, гели, пена, свечи и таблетки.

В. Механические методы:

1. Внутривлагалищные средства.
2. Колпачок.
3. Презерватив.

Г. Хирургические методы:

1. Вазэктомия (перевязывание семявыносящих каналов).
2. Перевязка маточных труб.

Д. Смешанные методы:

1. Прерывание полового акта.
2. Спринцевание.

Обзор контрацептивных средств, данные об их применении, сравнительной эффективности, побочных явлениях и преимуществах представлены в таблице на следующей странице.

### ***Заключение***

При планировании семьи важно, чтобы супруги обсудили этот вопрос очень серьезно и с молитвой приняли решение в отношении числа детей, которых они хотят иметь. Хорошо, если бы они также проконсультировались с акушером-гинекологом — и по вопросу планирования семьи, и относительно выбора наиболее подходящих для них противозачаточных средств.

Если при планировании семьи супруги надеются на помощь Бога — нашего Творца, Помощника и Советчика, то будет принято разумное решение, согласно Его воле. Если мы следуем Его водительству, Его имя будет прославлено в нас и в наших детях.



## Методы контрацепции

| Метод                                 | Механизм   | Применение                                     |   | Преимущества   |  |
|---------------------------------------|--|--|---|--|--|
|                                       |  | Надежность и эффективность                     |   | Побочные явления и осложнения  |  |
| <b>Таблетки</b>                       | Подавление деятельности яичников и изменение цервикальной слизи          | 99,7%, если используется правильно             | Принимать 1 таблетку в день 3 недели или, по назначению, 28 дней      | Тошнота, увеличение веса тела, повышение свертываемости крови и т. д.    | Очень удобно для зрелых женщин   |
| <b>Внутри-маточные средства (ВМС)</b> | Точный механизм неизвестен   | Около 97%, при регулярном медицинском контроле | Вводится врачом. За состоянием спирали необходимо постоянно наблюдать | Может вызвать эрозию и инфекционные заболевания матки и труб             | Всегда «с вами»  |
| <b>Колпачок с гелем или кремом</b>    | Действует как механический барьер  | Очень надежно, если применяется правильно      | Вводится во влагалище до полового акта                                | Никаких значительных проблем и неудобств                                 | Безопасно, если применяется правильно  |
| <b>Спермицидные кремы, гели, пены</b> | Прекращает жизнедеятельность сперматозоидов. Также действует как барьер. | Около 90%, если правильно применять.           | Средство помещается во влагалище до полового акта                     | Может вызвать раздражение (в некоторых случаях)                          | Просты в применении  |
| <b>Презерватив</b>                    | Удерживает сперму и препятствует ее попаданию в матку                    | Около 95%, если применяется правильно          | Мужчина должен надевать его на пенис до полового акта                 | Может вызвать аллергию из-за трения. Можно использовать другие материалы | Легкодоступный и прост в применении. Может предотвратить болезни, передаваемые половым путем |

|  |   |   |   |  |   |
|--|---|---|---|--|---|
| <b>Календарный и температурный методы</b>        | Следует избегать полового акта в благоприятный для зачатия период                   | Теоретически должно быть высокоэффективно. Удобен для тех, у кого регулярный менструальный цикл | Вести тщательную запись менструального цикла и времени созревания яйцеклеток, измерять ректальную температуру | Никаких  | Достаточно эффективен   |
| <b>Прерванный половой акт</b>                    | Извлечение пениса из влагалища до излития спермы                                    | Около 40—60%  | Мужчина извлекает пенис из влагалища до момента эякуляции   | Чувство неудовлетворенности и у мужчины, и у женщины                             | Удобно и легко  |
| <b>Спринцевание после полового акта</b>          | Спринцевание влагалища сразу после полового акта                                    | Очень ненадежный метод  | Женщина сразу же после полового акта спринцуеться   | Никаких  | Сравнительно легко  |
| <b>Стерилизация мужчины</b>                      | Перевязывание семявыносящих каналов   | Достигает 100%  | Хирургическая процедура производится после консультации с хирургом  | Никаких, помимо возможных хирургических осложнений и психологического напряжения | Постоянная безопасность, у женщины исчезает страх перед беременностью |
| <b>Стерилизация женщины и перевязывание труб</b> | Перевязывание маточных труб, предотвращающее соединение сперматозоида с яйцеклеткой | Достигает 100%  | Хирургическая процедура производится после консультации с хирургом  | Никаких, помимо возможных хирургических осложнений и психологического напряжения | Постоянная безопасность, у женщины исчезает страх перед беременностью |

\* Примечание: Метод введения внутриматочных средств приведен здесь с целью, чтобы дать информацию супружеским парам и сравнить ее с различными контрацептивными методами. Однако некоторые считают этот метод контрацептивным, но своего рода абортом.

Вэс Робертс и Х. Норман Райт Прежде чем ты скажешь «Да»

Редактор О. Б. Бай Технический редактор И. Н. Гончаров Корректор Р. И. Горлина

ЛР № 030289 от 6.02.1992 г.

Подписано в печать 27.04.97. Формат 60x84/16.

Бумага офсетная № 1. Гарнитура Школьная. Печать офсетная. Уел. печ. л. 13,02. Уч.-  
изд. л. 8,7. Тираж 10 000. Заказ № 117.

Издательство «Источник жизни»\*

301000, Тульская обл., п. Заокский, ул. Восточная, 9 Типография издательства  
«Источник жизни»\*