МОЛИТВЕННАЯ НЕДЕЛЯ СЕМЕЙНОГО ЕДИНСТВА

**3 – 9 СЕНТЯБРЯ, 2023**

**ПО МАТЕРИАЛАМ ЕЖЕГОДНИКА ОСС 2023**

**КЛЮЧИ К МЕНТАЛЬНОМУ ЗДОРОВЬЮ**

**И БЛАГОДЕНСТВИЮ СЕМЬИ**

**Адвентистcкое семейное служение**

ПЯТНИЦА  
**ВЫБЕРИ УМИРОТВОРЁННОСТЬ**

**Ключевой текст**

***Мир Мой даю вам... Иоанна 14:27***

Накройте маленькую коробочку крышкой из бумаги голубого цвета и напишите на ней слово: «Мир». Передавайте коробочку от одного члена семьи другому, произнося слова памятного текста: по первому кругу повторяйте слова «Мир Мой», затем по второму   
кругу — «даю», по третьему — «вам».

**УМИРОТВОРЁННОСТЬ**

Глубокие и медленные вдохи помогают нам успокоиться. В моменты стресса представьте, что вы вдыхаете Божий покой, выдыхая всё то, что его нарушает. Минуты покоя полезны и для детей. В напряжённой жизни им также нужно время, чтобы сделать паузу, поразмыслить и отдохнуть, и не для того, чтобы вздремнуть, а для того, чтобы научиться успокаивать себя всякий раз, когда они чувствуют стресс или страх.

Когда мы испытываем глубокое чувство мира с Богом, мы встречаем трудности со спокойной уверенностью в том, что ситуацию контролирует Бог. Когда мы наполнены Его умиротворением, мы с меньшей вероятностью будем говорить и делать то, что причиняет боль другим, что вызывает споры и ссоры и с большей долей вероятности будем добрыми и мудрыми.

Сегодня мы узнаем о мире, который может принести в нашу жизнь Иисус Христос. Он помогает нам сохранять спокойствие и в бурях жизни.

**ПОКОЙ ВО ВРЕМЯ БУРИ** (МАТФЕЯ 8)

Иисус хотел сделать Своим друзьям совершенно особенный подарок. Это должно было быть чем-то таким, чем мог бы наслаждаться каждый, где бы он ни находился. Это был дар умиротворенного сердца. Когда Иисус родился, небесные ангелы пришли к пастухам возвестить о том, что через этого новорожденного младенца Бог даёт земле мир.

Когда Иисус начал проповедовать, Он видел, насколько люди были отягощены заботами. Они переживали о том, как прокормить и одеть себя и свою семью, о деньгах, о работе,   
о бессердечных сборщиках налогов и римском правлении… Мучимые переживаниями, люди не имели покоя. Им трудно было оставаться спокойными и умиротворёнными и услышать то, о чём говорит им Иисус Христос и что Он им предлагает.

Однажды Иисус и Его ученики сели в лодку, чтобы переправиться через Галилейское озеро. Это было большое озеро. Бури и шторма на нём были частым и внезапным явлением. После долгого, насыщенного беседами с людьми дня, Иисус устал, прилёг на дне лодки и крепко заснул. Вскоре разразилась страшная буря. Волны переливались через борта лодки, и вода начала её заполнять. На огромных пенных гребнях волн лодка то взымалась, то опускалась, так, что приходилось крепко держаться за её борта и за канаты.

Среди учеников Христа были и опытные рыбаки. Но даже они, привыкшие к штормам, не знали, что делать. Из последних сил они пытались удержать лодку на плаву. Они были так напуганы, что забыли, что с ними в лодке Иисус Христос. Пока они не стали вычерпывать из лодки воду, они о Нём и не вспомнили, не разбудили Его. Когда Иисус проснулся, Он увидел своих испуганных друзей. Они думали, что тонут!

Иисус спросил их: «Что вы так испугались? Я же здесь, с вами!» Затем Он встал в лодке и велел ветру и волнам успокоиться. Внезапно озеро стало спокойным, а вода в нём — гладкая, как зеркало, в котором теперь отражалась светлая луна. Ветер стих, волны были едва заметны. Обессилившие от борьбы со стихией ученики устало опустились на дно лодки. Отчаянье и ужас, который они испытали, были рассеяны любящей умиротворяющей заботой Христа.

Незадолго до того, как Иисус оставил Своих учеников, чтобы вернуться к Отцу, Он сказал им, чтобы они не боялись и не беспокоились, потому что Он идёт приготовить для них особое место, где все, кто любит Бога, смогут вечно в мире жить вместе. Мы можем выбрать покой в бурях нашей жизни, выбирая Иисуса Христа, который всегда с нами. Его совершенная любовь забирает все наши страхи. Ведь, что бы ни случилось, мы всегда в безопасности под Его любящей заботой.

**МОЛИТВА «РАССТУПАЮЩИХСЯ ОБЛАКОВ» («ОБЛАЧНАЯ МОЛИТВА»)**

* Из тонкой бумаги вырежьте фигурки в форме облаков.
* Шариковой ручкой на одной стороне напишите на них слово: «Мир».
* Наполните водой ёмкость.
* Используя карандаши, на другой стороне «облаков» напишите слово: «заботы».
* Сверните фигурки облаков по краям, так, чтобы слово «Мир» было скрыто.
* Пустите облака по воде в вашей большой миске так, чтобы они были загнуты краями вверх.
* Помолитесь с детьми, чтобы Бог усмирил бури в вашем сознании и дал вам покой.
* И вместе понаблюдайте, как «облака расступаются»,   
  и вы можете увидеть слово «Мир» на каждом из них.

**ПРАКТИКУЙТЕ УМИРОТВОРЁННОСТЬ**

**БЛАГОДЕНСТВУЙТЕ, СОЗНАТЕЛЬНО ВЫБИРАЯ ПОЗИТИВНЫЙ ВЗГЛЯД НА ЖИЗНЬ! ВОЗРАСТАЙТЕ В ЭТОМ!**

**Набор** «Анти-стресс»

Соберите в корзинку ваш семейный набор «Анти-стресс». Наполните его предметами и вещами, которые помогают вам чувствовать себя спокойнее:

* Упаковочный материал с пузырьками (если таковые имеются).
* Лавандовое масло или другие успокаивающие ароматические средства.
* Ромашковый или мятный чай в пакетиках.
* Крем для рук.
* Безопасные свечи.
* Книжка с собранными Библейскими обетованиями или выписанные вами на маленьких листочках бумаги библейские тексты.
* Книжки-раскраски с библейскими историями.

**Свеча умиротворения**

* Найдите чистую банку с ровными стенками.
* На полоске бумаги напечатайте слово «МИР».
* Вокруг банки скотчем наклейте полоску бумаги со словом «МИР».
* Поместите в банку маленькую свечу или свечу на батарейках и зажгите её.
* Слово «МИР» засветится.
* Вывод: «Когда в наших сердцах будут свет и любовь Иисуса, мир будет сиять в нашей жизни и для других».

«**Штормовая бутылочка**»

Сделайте «штормовую бутылку». Для этого вам понадобится:

* Небольшая пластиковая бутылка с прозрачными боковыми стенками
* Вода
* Синяя краска – немного акварельной краски, либо пищевого красителя, либо чернил
* Чистое масло
* Кусочки пенопласта, деревянные кусочки, по форме похожие на лодку
* Налейте в бутылку равное количество масла и воды, а также синего красителя.
* Добавьте плавающие фигуры. Плотно завинтите крышку. Расскажите историю об Иисусе, усмиряющем бурю. Начните её, продемонстрировав бутылку в горизонтальном и неподвижном положении. Когда вы начнёте рассказывать о бури, держите бутылку горизонтально и встряхивайте её. Затем снова замрите, рассказывая о том, как Иисус усмирил бурю.

**Балансирующие голуби**

* Сделайте несколько бумажных голубей. Идеи, как их сделать можно найти на сайте: [www.craftow.com](http://www.craftow.com)
* На обеих сторонах фигурок голубей напишите из Библии текст, где говориться о мире и покое.
* Подвесьте голубей на тонкой нити и убедитесь, что положения всех птиц хорошо сбалансировано. Добавьте ещё голубей, если хотите, чтобы в стае царил мир! ))