ФИО _____ **Энтузиазм**

ДАТА НАЧАЛА_____ **Римлянам 12:11**

ДАТА ОКОНЧАНИЯ_____ **Проект 206**

Представь себя на футбольном или баскетбольном матче. Понаблюдай за зрителями. Что происходит, когда одна из команд забивает мяч? То, как люди «болеют», аплодируют – вот это и есть энтузиазм. Люди рады и счастливы наблюдать, что из команда забивает гол. Они увлечены происходящим. Скучно было бы наблюдать за матчем, если бы никто не «болел». Ты можешь представить себе, что на стадионе сидят тысячи людей и в полной тишине наблюдают за игрой?

Энтузиазм – это восхитительное ощущение, которое наполняет жизнь радостью. С людьми-энтузиастами весело. А у христиан еще больше причин для энтузиазма, чем у неверующих. Если ты хочешь получать еще больше удовольствия от своей христианской жизни – трудись над воспитанием у себя этого качества характера.

> **Римлянам 12:11 (Радостная Весть)**
> **«С неослабным рвением, с горением духа (с энтузиазмом) трудитесь для Господа»**

В одном из переводов этого отрывка говорится: «Никогда не ленись в своем труде, а служи Господу с энтузиазмом». Так что же такое энтузиазм? Может быть, у некоторых людей это врожденное качество? Как понять, что человек действительно энтузиаст? Можно ли сказать, что энтузиазм – это просто эмоция? Все мы выражаем свои чувства по-разному. Маленький ребенок рад тому, что ему купят рожок мороженого. Взрослый испытает такую же радость от неожиданного подарка. Радость при этом абсолютно искренняя, но разве это то же самое, что энтузиазм? Энтузиазм – это всего лишь эмоция радостного возбуждения?

Часть 1: Составление планов

1. Задумайся на минуту и реши, что такое энтузиазм для тебя. Запиши определение этого слова. Воспользуйся для этого словарем русского языка и библейским словарем, если пожелаешь. Запиши также и свои собственные соображения. Посмотри определения слов «энтузиазм» и «радость» (радостный). Эти определения одинаковы или различны? Можно задать двум-трем людям вопрос, как бы они объяснили слово «энтузиазм».

_____

_____

_____

_____

_____

_____

2. Припомни события последних нескольких недель и месяцев. Встречал ли ты человека, который, на твой взгляд, точно был энтузиастом? Кратко опиши эту ситуацию.

_____

_____

_____

_____

3. Настал момент оценить себя. Насколько явно ты выражаешь энтузиазм в своей жизни? Используй шкалу от 1 до 10, где 1 означает, что у тебя нет энтузиазма, а 10 значит, что ты полон энтузиазма. Сколько баллов ты бы себе поставил? Насколько полно энтузиазма твое отношение к жизни в целом? _____

4. Очень часто бывает, что у нас есть любимые занятия, которые вызывают в нас энтузиазм. Мы составили список занятий, многими из которых мы все можем заниматься. Оцени степень энтузиазма, который эти занятия вызывают у тебя. Используй ту же шкалу, что и в задании №3 (выше).

_____просыпаться утром
_____обедать
_____работать
_____делать покупки
_____заниматься в классе
_____выполнять домашнее задание
_____смотреть телевизор
_____активный отдых
_____свободное время
_____поход в церковь
_____проводить время со своей семьей дома
_____оплачивать счета
_____проводить время с друзьями
_____читать Библию
_____конфликтовать с окружающими людьми

5. В Библии целый ряд стихов посвящен энтузиазму. Прочитай следующие места Писания и запиши новые идеи, как ты мог бы выражать энтузиазм в своей жизни. Отметь три стиха, которые оказались наиболее полезны тебе. Прочитай эти стихи в нескольких разных переводах Библии.

_____Римлянам 12:11
_____2 Коринфянам 8:1-12 (стихи 6, 7, 11)
_____Иисуса Навина 22:1-6 (стих 5)
_____1 Паралипоменон 13:1-13 (стих 8)
_____Притчи 19:2
_____1 Паралипоменон 22:1-13 (стих 13)
_____1 Царств 12:1-24 (стих 20)

_____Матфея 13:1-9, 18-23 (стих 21)
_____Луки 16:1-14 (стих 13)
_____Римлянам 10:1-4
_____Притчи 19:2
_____Титу 2:11-15 (стих 14)
_____Откровение 3:14-22 (стих 19)
_____Колоссянам 3:23

_____

_____

_____

_____

_____

_____

6. Как можно лучше всего выразить энтузиазм? Оглянись вокруг. Как это делают другие люди? Положительный опыт других людей, выражающих энтузиазм – возможно, один из способов, как ты можешь научиться правильно это делать. Если ты не наблюдаешь никого, выражающего энтузиазм, обсуди это с твоим преподавателем. Составь список авторитетных для тебя людей (родителей, учителей, руководителей, сотрудников центра, пастора). Рядом с каждым именем выставь оценку, насколько удачно они выражают энтузиазм. Воспользуйся той же шкалой, что и в занятии №3. Кто для тебя является самым ярким примером человека-энтузиаста?

_____

_____

_____

_____

7. Многие проблемы могут лишить человека энтузиазма. Перечитывая список, приведенный ниже, задай себе вопрос: «Не из-за этой ли проблемы мне трудно выражать энтузиазм?» Отметь галочкой то, что ты считаешь проблемой в своей жизни.

_____озлобленность, гнев
_____зависть, ревность
_____уныние
_____скука
_____чувство вины (см. Псалом 50)
_____лень
_____грех, в котором я не раскаялся
_____страх
_____низкая самооценка
_____неудачи
_____отсутствие положительного примера
_____депрессивное состояние
_____недостаток похвалы и ободрения со стороны других людей
_____мысли о проблемах и опыте прошлых лет

Не используй свои проблемы как повод сказать: «Я не могу быть энтузиастом». Ты действительно хочешь измениться? В чем преимущества отношения к жизни с энтузиазмом? Ты сможешь выражать больше энтузиазма на этой неделе? Почему ты хочешь проявить больше энтузиазма на этой неделе? Энтузиазм зарождается глубоко внутри. Это твой выбор. Пытаясь следовать своему решению, ты начинаешь по-другому себя чувствовать.

У одного учителя была игра, которая помогала ему, когда он чувствовал себя подавленным. Он вслух повторял себе: «Действуй с энтузиазмом, и ты будешь энтузиастом!» Проделав это упражнение несколько раз, по его словам, он всегда чувствовал себя лучше. Никто не сможет сделать тебя энтузиастом. Сделай свой выбор, а затем обрати свой взгляд на Бога и проси Его помощи.

8. В каких сферах твоей жизни ты хотел бы проявить энтузиазм в ближайшие несколько дней? Если нужно, вернись к списку на стр.2, где ты оценивал степень своего энтузиазма в различных ситуациях. Выбери две-три сферы, а затем остановись на одной из них и придерживайся ее до конца работы над проектом. Обведи кружочком выбранную сферу.

_____

_____

_____

_____

9. Перечисли несколько способов, как ты мог бы проявить энтузиазм в выбранной сфере твоей жизни в течение следующих нескольких дней. Обратись еще раз к заданию №7, где речь шла о занятиях, лишающих нас энтузиазма. Возможно, следует поставить одной или двумя целями избавление от этих проблем. Постарайся сформулировать эти цели конкретными и достижимыми.

1. _____

_____

2. _____

_____

3. _____

_____

4. _____

_____

(Запиши эти цели на карточке и носи ее с собой до окончания работы над данным проектом.)

10. Удели некоторое время и обсуди с Богом свои планы. Попроси Его помочь тебе проявлять энтузиазм так, чтобы твоя жизнь стала лучше.

СТОП: Не продолжай работу над данным проектом до тех пор, пока не достигнешь цели, поставленной в задании №9.

Попроси своего преподавателя поставить подпись, прежде чем продолжишь работать над данным проектом.

Подпись преподавателя _____

Часть 2: Вот как это было

Начни работу над частью 2 данного проекта после того, как достигнешь целей, поставленных в части 1 – задании №9.

Дата начала работы над частью 2_____

1. Расскажи, что происходило, когда ты начал практически применять цели, поставленные в части 1.

_____

_____

_____

_____

_____

_____

2. С какими проблемами ты столкнулся, когда попытался применить свои цели на деле?

_____

_____

_____

_____

_____

3. Какие ты обнаружил преимущества от того, что выражал энтузиазм в данной ситуации?

_____

_____

_____

_____

_____

4. Научиться выражать подлинный энтузиазм, конечно же, нелегко, и то, что тебе легко удалось достичь своей цели один раз – не означает, что ты полностью овладел этим качеством характера. Гораздо важнее теперь добиться постоянства. Что нового об энтузиазме ты узнал до этого момента? Что ты можешь сделать, чтобы энтузиазм стал постоянной частью твоей жизни?

5. Место, которое энтузиазм занимает в твоей повседневной жизни, напрямую зависит от твоих отношений с Богом. Если ты глубоко посвящен Христу и стремишься жить для Него – тебе гораздо легче будет с энтузиазмом проживать каждый день. Постарайся сделать это своим девизом – поскольку каждый день – это подарок от Бога, я буду проживать его с энтузиазмом.

Напиши молитву Богу. Расскажи Ему, чему ты научился, пытаясь выражать подлинный энтузиазм. Поблагодари Его за помощь в работе над данным проектом.

Энтузиазм Проект 206 Издание четвертое
Автор Дэвид Бетти

Места Писания, использованные в данном занятии, процитированы из следующего издания Библии: «Радостная весть, современный перевод НЗ на русский язык», © Российское Библейское общество, 2001 г.

Авторские права защищены © 1985, 1996, 2014, Тин Челлендж, США.

Оригинальный материал издан на английском языке и называется *Project 206 Enthusiasm, 4th edition.*

Материал данного проекта – часть курса **Индивидуальные занятия для новообращенных христиан**, разработанного для работы с новообращенными христианами и другими людьми, заинтересованными в духовном росте. Данные материалы в настоящий момент используются церквями, школами, тюремными служениями, центрами Тин Челлендж и другими подобными служениями, работающими с новообращенными христианами. Курс **Индивидуальные занятия для новообращенных христиан** разработан для применения в индивидуальной образовательной программе. Для тех, кто заинтересован в получении сертификата, дающего право использовать и преподавать материалы **Индивидуальные занятия для новообращенных христиан**, имеется обучающий курс.

Для получения дополнительной информации обращайтесь:

Российская Ассоциация Организаций Социальной Реабилитации "Вызов"
Кемеровская область, 654007
Новокузнецк, ул.Орджоникидзе 35, корпус 2
Россия
challengerussia@mail.ru

Global Teen Challenge
PO Box 511
Columbus, GA, 31902 USA
Email: gtc@globaltc.org
Web: www.globaltc.org
ww.iTeenChallenge.org

ИЗНХ
Индивидуальные занятия для новообращенных христиан