Опубликовано Пасторской ассоциацией Генеральной Конференции

Ежедневные чтения. Автор: доктор Фрэнк Хазел (Dr. Frank Hasel)

# Приоритеты веры

## День 8. Мышление, в основе которого благодарность

«Итак, мы, приемля царство непоколебимое, будем хранить благодать, которою будем служить благоугодно Богу, с благоговением и страхом» (Евр. 12:28)

### Позитивное мышление

Существует образ мышления, который имеет большое значение для Бога. Библия неоднократно побуждает нас практиковать именно его, потому что это соответствует Божьей воле и дарует нам благословение. Это мышление, в основе которого лежит благодарность. В Послании к евреям сказано: «Итак, мы, приемля царство непоколебимое, будем хранить благодать *(в других переводах: благодарность)*, которою будем служить благоугодно Богу, с благоговением и страхом» (Евр. 12:28). Благодарность соответствует Божьей воле и положительно влияет на нашу жизнь, помогая сосредоточиться на хорошем. Подобно мышцам, которые укрепляются от регулярных тренировок, благодарность растет, когда мы вспоминаем полученные благословения.

Бог призывает Своих детей быть благодарными. В Первом послании к фессалоникийцам 5:18 апостол Павел пишет: «За все благодарите: ибо такова о вас воля Божия во Христе Иисусе». Быть благодарными означает помнить, что кто-то сделал для нас добро, и выражать эту благодарность словами, идущими от сердца. Мышление, в основе которого лежит благодарность, открывает глаза на прекрасные детали в природе и в других людях. Такое отношение дает нам возможность быть благодарными за простые благословения, не требуя совершенства. Это важно, потому что по эту сторону вечности жизнь никогда не будет совершенной. Но она и не должна быть идеальной, чтобы мы могли наслаждаться ей! Красота проявляется по-разному. Благоухающий цветок, величие звездного неба в ясную ночь, благосклонный взгляд друга — все это напоминает нам о красоте, которую Бог приготовил для тех, кто Его любит.

### Смещение внимания

Когда мы наполняем сердце благодарностью, мы переносим внимание с вещей, которых у нас нет, на реальные благословения, которыми можем наслаждаться. Благодарность возрастает, когда мы осознаем Божью щедрость, и возникает желание исследовать конкретные проявления Его любви к нам. Такая благодарность расширяет наши горизонты и улучшает способность испытывать удовольствие и наслаждение.

Недавние исследования показали, что благодарность не только улучшает благосостояние тех, кто ее выражает или принимает, но также и тех, кто становится ее свидетелем. Согласно недавней статье *New York Times*, наблюдение за проявлением благодарности между двумя людьми может побудить наблюдателей чувствовать больше тепла и привязанности к ним обоим\*. Почему бы нам не практиковать то, к чему нас призывает Господь: развивать мышление, в основе которого лежит благодарность? Оно изменит к лучшему наше взаимодействие с окружающими людьми и сделает мир немного приятнее. Слава Богу за дар благодарности!

Давайте вместе помолимся.

\* Кристина Карон (Christina Caron). Благодарность приносит большую пользу (Gratitude Really is Good for You), New York Times, 8 июня 2023 г.

### Время для молитвы (30–45 минут)

### Молитва по Божьему Слову — Евр. 12:28

«Итак, мы, приемля царство непоколебимое, будем хранить благодать, которою будем служить благоугодно Богу, с благоговением и страхом».

**«Будем хранить благодать» (в других переводах: благодарность)**

*Наш любящий Бог, нам не всегда удается отблагодарить Тебя за все, что Ты сделал для нас. Целой вечности недостаточно, чтобы выразить Тебе благодарность. Но мы молимся, чтобы Ты был доволен нашей благодарностью. Также мы просим Тебя помочь нам отбросить цинизм, осуждение и гордость, чтобы мы могли распознать благословения, за которые можем быть благодарны. Помоги нам уделять время тому, чтобы говорить Тебе и другим больше слов благодарности, чем жалоб и просьб. Мы хотим, чтобы в основе нашего мышления лежала искренняя благодарность. Аминь.*

**«Приемля царство непоколебимое»**

*Господи, Ты щедрый Бог. Ты не только предлагаешь нам спасение, заплатив за него вечную цену, но и даруешь нам Свое Царство. Мы не осознаем масштаба благословений, которые Ты нам даришь. Показывай нам каждый день, какая это честь —* *быть Твоим дитем. Спасибо за Твою безмерную любовь и благословения. Аминь.*

**Дополнительные рекомендации**

**Благодарение и прославление.** Поблагодарите Бога за полученные благословения и прославьте Господа за Его милость.

**Покаяние.** Уделите несколько минут исповеданию грехов и поблагодарите Бога за Его прощение.

**Божье водительство.** Попросите Бога наделить вас мудростью для решения текущих проблем и принятия решений.

**Молитвы о нашей Церкви.** Попросите Бога благословить усилия региональных церковных организаций и Всемирной Церкви (см. представленные на отдельном листе молитвенные просьбы).

**Молитвенные просьбы местных церквей.** Помолитесь о текущих нуждах членов церкви, их семей и соседей.

**Беседа с Богом.** Уделите время, чтобы услышать Божий голос, и прославьте Его пением.

**Рекомендуемые гимны для общего пения**

*SDA Hymnal:* Joyful, Joyful (#12); Rejoice, Ye Pure in Heart (#27); Come, Ye Thankful People (#557)

*Другие песни:* Give Thanks With a Grateful Heart; Thank You, Lord, for Saving My Soul; Count Your Blessings