Опубліковано Пасторською асоціацією Генеральної Конференції

Щоденні читання. Автор: доктор Френк Хазел (Dr. Frank Hasel)

# Пріоритети віри

## Додаткові матеріали для читання. БЛАГОСЛОВЕННЯ СУБОТНЬОГО «ЦИФРОВОГО ГОЛОДувАННЯ»

«Пам’ятай день суботній, щоб його святити. Шість днів працюватимеш і робитимеш усі свої діла, а сьомий день — субота Господу, Богові твоєму. Не робитимеш жодної праці ні ти, ні твій син, ні твоя дочка, ні твій раб, ні твоя невільниця, ні твій віл, ні твій осел, ні інша твоя худоба, ні твій приходець, який живе у твоєму домі. Адже за шість днів Господь створив небо, землю, море і все, що в них, а сьомого дня Він відпочив. Тому Господь поблагословив день суботній і освятив його» (Вих. 20:8–11).

### Правильне розуміння суботи

Адвентисти сьомого дня добре вміють пояснювати історичний процес перенесення дня Господнього із сьомого дня тижня на перший. Та іноді нам не так добре вдається розкрити красу та благословення, які приносить дотримання суботи. Для багатьох субота перетворилася на рутину, яка полягає в утриманні від певної роботи. Це перестало бути насолодою, перестало приносить радість від спілкування з Господом. Ми маємо знову відчути радість від приємного проведення суботи, якщо хочемо, щоб інші сприймали її як Боже благословення. Для покоління, яке будує стосунки через нові технології в епоху цифрового зв’язку, правильне розуміння суботи принесе чудові практичні благословення. Субота надає можливість відірватися від екрану й роззирнутися навкруги. Сьогодні мало хто вимикає текстові повідомлення, обмежує використання соціальних мереж, однак субота пропонує досвід, який збагатить нас і надихне на решту робочого тижня.

### «Цифрове голодування»

Переглядаючи інтернет-сторінки, ми отримуємо нескінченний потік інформації. Наша здатність глибоко роздумувати й не відволікатися знижується. Коли люди звикають до швидкого поверхового перегляду сторінок і пробігають очима текст, здатність до уважного читання зменшується. Їм стає важче утримувати думку протягом довгої розмови і глибоко розмірковувати над Божими словами й ділами. Це має серйозні наслідки для наших взаємин із Богом. Ісус говорить, що наш розум відіграє важливу роль у вираженні любові до Бога (Марка 12:30). Цифрові технології не розвивають нейронних зв’язків, необхідних для роздумів, зосередженої молитви й інших вимірів духовного життя. Цьому типу мислення сприяє «цифрове голодування», сповільнення, прийняття й дотримання Божої суботи. Тільки уявіть, яке благословення може принести один день на тиждень, якщо ми вимикатимемо мобільні телефони, комп’ютери та планшети, будемо свідомо утримуватися від перегляду інтернет-сторінок і не перевірятимемо пошту. Натомість ми спрямуємо сили на дії та стосунки, які вимагають нашої присутності й розумової концентрації. Уявіть собі суботу, коли ви спілкуєтеся з людьми, не відволікаючись на інші справи, і зосереджуєтеся на сім’ї та друзях, які вас оточують. Уявіть собі день відпочинку, у який ви знайдете час для глибоких і плідних роздумів над Божим Словом. Уявіть дорогоцінний час, коли ви ділитеся думками й досвідом з іншими, а також уважно, не перебиваючи, слухаєте їхні історії. Таке проведення суботи возз’єднає нас із Господом, допоможе відновити взаємини й рясно збагатить наше духовне життя.