

PIRMDIENA

IZVĒLIES PATEICĪBU!



Atslēgas pants:

**Par visu esiet pateicīgi.
(1.Tes. 5:18)**

Uzrakstiet šo pantu uz baltas papīra lapas.
Izrotājiet to ar vārdiem vai attēliem, kas attēlo,
par ko esat pateicīgi šajā nedēļā.

PATEICĪBA

Vai zinājāt, ka teikt citiem 'Paldies!' ir veselīgi? Tas palīdz jums plaukt un justies laimīgam! Jūsu smadzenes nespēj būt trauksmes stāvoklī un pateicībā vienlaikus, tādējādi pateicība atslogo jūsu prātu no raizēm.

Vai zinājāt, ka tad, kad pateicaties kādam, tas jūs dara laimīgus, tāpat kā to cilvēku, kam pateicāties? Kad jūs novērtējat citus un pateicaties viņiem par palīdzību, pastāv daudz mazāka iespēja, ka ar viņiem sastrīdēsieties.

Dievam nav nepieciešama mūsu pateicība, bet Viņam patīk, kad mēs to darām. Ik dienas Viņš veic tūkstošiem brīnišķīgu lietu mūsu labā. Vairumu no tām mēs pat nepamānām, kā arī ne vienmēr pateicamies par visām tām labajām dāvanām, ko Viņš mums devis. Bet, kad mēs pateicamies, Dievs zina, ka tas mums ir par svētību un palīdzēs mums domāt veselīgas un pozitīvas domas.

Jo vairāk mēs pievērsīsim uzmanību tam, ko Dievs dara, un jo vairāk par to Viņam pateiksimies, jo vairāk mēs piedzīvosim Viņa brīnišķīgo mīlestību, kā arī prieku, ko Viņš mums novēl.





DĀSNĀ PATEICĪBA (JĀŅA 12, FILIPIEŠIEM 4)

Marija bija priecīgi satraukta! Jēzus bija bijis tik laipns pret viņu. Viņa juta, ka mīl Jēzu vairāk nekā jebko citu uz pasaules! Viņš viņai bija piedēvis visas viņas dzīves kļūdas! Neviens vēl nekad viņai nebija parādījis tādu mīlestību kā Jēzus. Viņš pat atļāva viņai sēdēt pie Savām kājām un klausīties Viņa mācībās, lai gan viņi dzīvoja laikā, kad neviens nemudināja meitenes mācīties. Viņš bija gan smējies, gan raudājis kopā ar viņu, un pat piecēlis viņas brāli Lācaru no nāves!

Marijā kūsāja prieks par to, cik dažādi Jēzus viņu bija svētījis un izrādījis viņai Savu mīlestību. Pēkšņi viņa izdzirda Jēzu sakām, ka Viņš drīz miršot, un došoties prom. Marijai kļuva skumji, un radās vēlēšanās izrādīt Jēzum īpašu pateicību vēl pirms tas notiek. Tikai viņa nezināja, kā. Tad viņai ienāca prātā brīnišķīga ideja! Viņa atrada pudelīti ar ļoti īpašām smaržām un, kamēr Viņš sēdēja goda mielastā, viņa izlēja visu tās saturu uz Jēzus galvas un kājām. Tas gan bija visai neparasts veids, kā pateikt "paldies", taču Jēzus saprata, ko Marija ar to bija domājusi, un viņas pateicība Viņu ļoti iepriecināja. Lai gan viņa īsti nezināja, kas notiks ar Jēzu, viņa vēlējās Viņam parādīt, ka novērtē Viņa mīlestību un upuri, ko Viņš gatavojas nest.

Pāvils atradās cietumā. Viņš zināja, ka tur pavadīs visu savu atlikušo mūžu, kā arī zināja, ka drīz mīrs. Viņš varēja justies dziļi noskumis, noraizējies un nobijies. Bet viņš zināja, ka labais Debestēvs viņu mīl un vienmēr ir ar viņu. Tā vietā, lai uztrauktos, Pāvils izvēlējās domāt par labajām Dieva dāvanām, kas darīja viņu laimīgu. Viņš uzrakstīja vēstuli saviem draugiem Filipos un pastāstīja viņiem savus "noslēpumus", kā būt laimīgiem un mierīgiem, pat atrodoties skarbos apstākļos.

Lai gan Pāvils atradās šausmīgajā cietumā, viņš ik dienas pateicās Dievam, jo zināja, ka Dievs vienmēr ir labs un vienmēr dara ko īpašu, lai mums parādītu Savu mīlestību.

Jūs varat izlasīt dažus no Pāvila laimes 'noslēpumiem' Fil. 4:4–8. Viņš slavēja Dievu par itin visu. Viņš bija laipns pret citiem. Viņš nodeva savas rūpes Dievam un pateicās Viņam. Bez tam, viņš izvēlējās domāt par to, kas labs un jauks.

Ja Jēzus šodien ierastos tavā mājā, kā tu Viņam pateiktos par visu, ko Viņš ir darījis tavā labā? Vai tu izlietu uz Viņa kājām smaržas? Vai varbūt pateiktu Viņam "paldies" citā brīnišķīgā veidā?

ALFABĒTA PATEICĪBAS LUGSANA

- **Izvēlieties kurš no jums sauks pa vienam visus alfabēta burtus pēc kārtas.**

- **Pēc katra nosauktā burta cenšieties kopīgi atrast un nosaukt vismaz vienu lietu, kas sākas ar konkrēto burtu, un par kuru esat pateicīgi.**

- **Saskaitiet, cik daudz pateicības vērtu lietu jūs esat atraduši 10 minūšu laikā!**

- **Varbūt jūs varētu iegādāties nelielu adrešu grāmatu ar alfabēta cīlnēm un pie katra burta ierakstīt savas pateicības idejas.**



PATEICĪBAS AKTIVITĀTES

UZPLAUKSTI! – IZVĒLIES LABU! – DOMĀ LABU! – DZĪVO LABI! – AUDZ LABI!



'Paldies' kartītes Dievam

- No saviem labākajiem rokdarbu materiāliem izveidojiet pateicības kartītes Dievam.
- Lai gan jūs nevarat tās Viņam nosūtīt pa pastu, Viņš tās redzēs un priecāsies par to, ko esat izveidojuši un Viņam uzrakstījuši, jo jūs esat Viņa dārgie bērni.



Krāsainā pateicība

- Izveidojiet mazu grāmatiņu no krāsaina papīra.
- Sakārtojiet lapas varavīksnes krāsās un beigās pievienojiet vienu brūnu, melnu un baltu lapu.
- Atrodiet žurnālos krāsainus attēlus, kas attēlo lietas, par kurām vēlaties pateikties Dievam, vai arī uzzīmējiet tās paši.
- Izgrieziet attēlus un uzlīmējiet tos uz krāsainajām lapām, lai izveidotu košu pateicības grāmatu.
- Tā varētu būt jauka dāvana kādam, kurš jūtas bēdīgs vai vientuļš.



Pateicības praktizēšana

- Kad jūtaties noguruši un īdzīgi, apstājieties un padomājiet par vismaz 10 lietām, par kurām esat pateicīgi.
- Apsēdieties katrā savas mājas istabā un pateicies Dievam par vismaz 10 lietām, par kurām iepriekš neesat Viņam pateikušies.
- Ikreiz, kad ejat vai braucat, pastāvīgi pateicieties Dievam par to, ko redzat sev apkārt.
- Pēkšņi iesaucieties "Pateicības brīdis!" un lūdziet ikvienam ģimenes loceklim nosaukt 3 lietas, par kurām viņi šobrīd ir pateicīgi.
- Varat ierakstiet sociālajos medijos, par ko esat pateicīgi, lai iedvesmotu arī citus domāt par pateicību.
- Izveidojiet pateicības piezīmju dēli, kur piespraust viens otram adresētas pateicības zīmītes, pateicības par atbildētām lūgšanām, attēlus ar lietām, par kurām esat pateicīgi, kā arī glīti noformētus Bībeles pantus par pateicību.