

С Р Е Д А

ВЫБЕРИ РАДОСТЬ



Ключевой текст:

Радуйтесь всегда в Господе;
и ещё говорю: радуйтесь.
Фил. 4:4

Пропойте, произнесите эти слова нараспев
на любую радостную мелодию!

ПОЗНАВАЯ РАДОСТЬ

Радость — это наслаждение счастьем, которое мы испытываем и которое приходит вместе с чувством покоя и удовлетворённости. Когда мы испытываем радость, мы чувствуем себя хорошо от макушки до пят. Смех — проявление радости. Мы можем смеяться, когда что-то кажется нам смешным, забавным, удивительным. Порой мы смеёмся просто потому, что чувствуем себя счастливыми!

Испытывать радость хорошо для нас! Соломон сказал: «Весёлое сердце благотворно, как врачевство, а унылый дух сушит кости» (Притчи 17:22). Радость защищает нас от негативного чувства подавленности жизненными трудностями. Порой нам бывает так грустно, что мы даже забываем наслаждаться тем, что приносит нам радость. Но, когда в печальные времена мы решаем сделать что-то, что обычно делает нас счастливыми, мы даём нашим уставшим сердцам необходимую передышку.

Богу приятно видеть, как Его дети наслаждаются миром, который Он для них создал. Иисусу нравилось приносить радость детям, которых Он благословлял, и тем, кого Он кормил и исцелял. Павел напоминает нам «радоваться с радующимися» (Рим 12:15). Всякий раз, когда мы делимся радостью с другими, наша радость удваивается. Мы все можем прославить и возблагодарить Бога за радость, которую испытываем в своей жизни.





ИИСУС РАЗДЕЛЯЕТ НАШУ РАДОСТЬ

(ИОАННА, 2 ГЛАВА)

Мария, мать Иисуса, была очень занята. Она молола ячмень, чтобы сделать муку для хлеба. Она пекла лепёшки из меда, изюма, инжира и миндаля. И для этого был совершенно особенный повод. Она готовила все эти вкусные блюда для свадебного пира. Мария хотела порадовать жениха и невесту.

Наконец всё было готово. Дом жениха был убран и украшен цветами, еда расставлена, а чаши готовы для виноградного сока, который хранился до времени в особом прохладном месте. Мария, Иисус и другие гости торжества надели свои лучшие одежды. Были приглашены и ученики Христа, и все жители селения, потому что такое торжество было радостью и особенным событием для всех!

На свадебное торжество собрались все, кто хотел отпраздновать его вместе с женихом и невестой. В те дни и в той местности брачный пир длился не один, а несколько дней. Это было время застоля, музыки, радости и веселья!

Но в разгар празднества Иисус заметил, что Мария чем-то огорчена. Печальной выглядела не только Мария, но и члены семьи, особенно жених и его отец. Мария поделилась с Иисусом: «Такая неприятность! У них закончился виноградный сок! И гостей нечем скоро будет угощать...», — грустно заметила она. «Семья очень огорчена и смущена, но у них нет денег для того, чтобы пойти и купить ещё». Иисус вздохнул. Он знал, о чём она думает. Мария верила, что Иисус найдёт способ помочь людям в этой ситуации. Поэтому сказала слугам: «Что скажет Он вам, то сделайте!»

Иисус помолился и спросил Своего Отца, что ему делать. Затем он велел слугам наполнить водой до краёв несколько огромных каменных кувшинов, которые стояли там же, неподалёку. После этого Иисус велел зачерпнуть из кувшинов и отнести их содержимое распорядителю пира!

Когда распорядитель пира отведал воды, ставшей виноградным соком, он удивился, подозвал жениха и сказал: «Это невероятно вкусно! Откуда такой виноградный сок? Удивительно, почему вы не предложили его гостям сначала?» Жених был счастлив. Невеста радовалась вместе с ним! Грустный повод больше не расстраивал родных! Всем было хорошо. Иисус радовался за молодую семью. Он был счастлив, что они с Отцом смогли превратить воду в праздничный виноградный сок, а огорчённых людей — сделать счастливыми. Он наблюдал за тем, как все праздновали и веселились и Его сердце наполнялось радостью.

Мария подошла и обняла Христа: «Спасибо за то, что Ты помог и сделал их такими счастливыми!» — сказала она.

Иисус улыбнулся. «Я особенно счастлив, потому что сегодня мой друг, жених, чуть ли не самый счастливый человек на земле!»

«Конечно, кто же может быть счастливее жениха?!» — спросила Мария.

«Мой Отец и я!» — ответил Иисус. «Потому, что всякий раз, когда мы с Небесным Отцом видим людей счастливыми, наши сердца, подобно кувшинам с переливающей через край водой, наполняются радостью».

АЛФАВИТНАЯ МОЛИТВА РАДОСТИ

Помолитесь, перечисляя все удивительные характеристики Бога. Начните с первой буквы алфавита: «Мы славим Тебя, Боже, потому что Ты: «А» — «Альфа», «Б» — «Бог», «Благой», «В» — «восхитительный», («всемогущий», «восполняющий нужды»... и т.д.)».

Обратите внимание на то, какую радость рождает в вас такая молитва!

Подсчитайте, сколько качеств Бога вы можете перечислить вместе! (можете добавить их в ваш Журнал благодарности, о котором мы упоминали в понедельник).



ПРАКТИКУЕМ РАДОСТЬ

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



«Радостный список»

- Составьте список из 100 простых и незначительных вещей, которые приносят радость вашей семье. Это не так сложно, как кажется, если вы начнёте с 10 таких, как: кушать, нюхать, слышать, видеть, делать и т.д.
- Запишите каждый из них на отдельной карточке. Выбирайте по одной идее каждый день.
- Напишите на обратной стороне карточки дату, когда вы делали это вместе и что вам больше всего понравилось в этом занятии.



Разделённая радость

- Напишите электронное письмо своей бабушке, тёте или подруге из церкви и поделитесь с ними радостными сообщениями или фотографиями.
- Выберите 10 ваших любимых библейских текстов о радости. Напишите эти тексты и найдите способы поделиться ими с соседями и друзьями.



Радостные дела

- Поделитесь самыми счастливыми событиями, которые произошли с каждым из вас сегодня, и порадитесь друг за друга (Рим 12:15).
- Создайте доску объявлений «Радость», где вы будете собирать счастливые или забавные воспоминания, картинки, стихи из Библии и ответы на молитвы.
- Спойте вместе радостную хвалебную песню и вместе прославьте Бога.
- Сделайте кого-нибудь счастливым сегодня и оцените, сколько радости это вам доставило: от 1 до 10, где 0 - никакой радости, а 10 - много радости! Как вы думаете, сколько радости вы доставили другому человеку?