

ИЗМЕНИ СВОЮ ЖИЗНЬ. ИЗМЕНИ СВОЙ МИР.

**подключись!**

## **МИМОЛЁТНАЯ КРАСОТА**

Хорошее в фокусе

### **Дневник благодарности**

Будничные  
благословения

### **Нет худа без добра**

Красота  
в невзгодах



## КОЛОНКА РЕДАКТОРА Чудо-ягода

Возможно, вы слышали об удивительной красной ягоде, которая растёт в восточной Африке и делает так, что кислые продукты, вроде цитрусовых или соуса чили, кажутся сладкими на вкус. Попробовав чудо-ягоду, одна женщина написала: «Укусив лимон, я приготовилась сморщиться от кислого цитрусового вкуса, который неизбежно остаётся на языке. Но, на удивление, я не почувствовала ни намёка на кислоту. Лимон показался мне сладким, как пирог с лимонным беже. Ощущение было бесподобное, как будто я попробовала плоды генной модификации. Однако это был стопроцентно натуральный лимон, а невероятный вкус – эффект чудо-ягоды». 1

Можно сказать, что благодарность подобна чудо-ягоде. Когда мы наполняем сердце и

мысли благодарностью, она изменяет наше восприятие мира, и кислое может показаться нам сладким.

Как написала Мелоди Бейтти: «Благодарность раскрывает полноту жизни. Она делает так, что мы радуемся пище прежнего тому, что у нас есть. Она превращает отвержение в приятие, хаос в порядок, сумбурность в ясность. Она превращает простой обед в праздничный пир, жильё в дом, незнакомца в друга. Благодарность проясняет прошлое, дарит покой на сегодня и показывает светлое будущее».

Давайте постараемся в этом месяце искать повод для благодарности. Прочитав статьи в этом выпуске журнала «Подключись!», мы наверняка увидим результаты.

Сэмьюэл Китинг  
Главный редактор

1. «Чудо-ягода кардинально меняет вкус. Я попробовала и убедилась», Лиз Тодд, 7 июня 2008 г., Daily Mail



# Пост о прославлении

Брайан Уайт



На днях я вдохновился, читая рассказы из жизни одного друга-блогера на тему прославления Бога за Его доброту вопреки повседневным проблемам и неприятностям.

В основном, я благодарный человек. Я публикую приободряющие истории в своём блоге или посылаю их друзьям и родным по электронной почте, чтобы поделиться добром, которое происходит в моей жизни. И всё равно уже столько лет я никак не мог выработать привычку славить Бога даже за плохое, «благодаря *всегда* за всё Бога и Отца».<sup>1</sup> У меня также не было привычки искать во всём добро.

Но, прочитав пост моего друга, я вспомнил, что повседневные мелочи – бутерброд, душ, закат, доброе дружеское слово, прогулка – это события, достойные хвалы. Раньше я всегда ждал крупных событий, чтобы порадоваться, например, мой первый полёт на самолёте в детстве, встреча выпускников, в

будущем – знакомство с женой и рождение ребёнка, найденный на необитаемом острове клад. Но этого ещё ждать и ждать, а я тем временем упускаю возможности радоваться, когда можно и нужно быть счастливым и благодарным Богу, даже если я просто завтракаю утром или получаю письмо от мамы.

Говорить легко, скажете вы и будете абсолютно правы. Однако, прочитав пост друга, я осознал, что я и правда мог бы радоваться тому же, что и он, и научиться за всё благодарить. Стоит лишь начать, и это входит в привычку.

И пусть я вспомню свои собственные слова, когда окажусь завтра в пробке, или когда приболею, или когда один из коллег начнёт действовать мне на нервы. Это неприятности будут неважны. Я могу радоваться и быть счастливым и тогда, если решусь видеть красоту во всём вокруг и «за всё благодарить, ибо такова о вас воля Божия».<sup>2</sup>

1. Ефесеянам, 5:20, курсив автора
2. 1-е Фессалоникийцам, 5:18

Брайан Уайт – актёр и владелец малого бизнеса в США.

# БЛАГОДАРНОСТЬ

Для того, чтобы уподобиться Христу, необходимо добросовестно применять на практике Библию, а также руководствоваться Святым Духом и исполняться Его благодати, и тогда вы станете лучшими христианами. Писание применяется следующим образом. Во-первых, оно требует отказа от безбожия и преодоления греха, насколько возможно. Во-вторых, оно призывает нас облечься во

1. См. Римлянам, 13:14.
2. Колорадо-Спрингс, изд-во Purposeful Design Publications, 2005
3. Зигарелли, «Развитие характера христианина».
4. См. 1-е Фессалоникийцам, 5:18.
5. См. Ефесянам, 5:20; 1-е Фессалоникийцам, 5:16–18.
6. Зигарелли, «Развитие характера христианина».

Христа,<sup>1</sup> принять благочестивые добродетели, описанные в Библии, и развивать в себе эти добродетели на деле.

В своей книге «Развитие характера христианина»<sup>2</sup> автор Майкл Зигарелли провёл опрос 5000 христиан и выяснил, какие добродетели помогают развитию характера христианина. Он определил три качества, которые считаются краеугольными камнями христоподобия.

*Существует три качества, которые лучше всего объясняют, почему истинно добродетельные христиане отличаются от рядовых христиан. Эти качества, эти три столпа успеха – благодарность, радость и ориентированность на Бога. Христиане, которые посевают эти три семени в своём образе жизни, наверняка максимально проявляют характер христианина, видят плоды Духа в своей жизни. Все фундаментальные, но трудности-*



ность выражается словом *тодá*, которое в переводе с иврита означает *благодарность* или *благодарение*. В современном иврите это слово означает «спасибо».

В Новом Завете приведено множество примеров благодарения Бога, а также инструкций, как это делать. Там сказано благодарить Бога за всё<sup>4</sup> и всегда.<sup>5</sup>

Стремление проявлять благодарность меняет взгляд человека на жизнь, и со временем он начинает воспринимать обстоятельства сквозь новую призму. Мы начинаем воспринимать события и вещи в свете Божьей любви, и мы понимаем, что в любой ситуации дела могли бы обстоять хуже, но этого не случилось. Это не значит, что мы ничего не делаем для исправления положения, но мы воспринимаем его с благодарностью.

В некотором смысле, благодарность – это ментальная установка. Не зная на обстоятельства, мы можем сделать выбор смотреть на жизнь сквозь призму благодарности Богу за Его любовь, заботу и щедрость, а не сравнивать себя с другими людьми и не жаловаться на судьбу. Для этого нужно сосредоточиться на благословениях, а не на том, чего нам не хватает, или насколько лучше была бы жизнь, «если бы только...». Благодарность даёт нам возможность быть довольными тем, что у нас есть, и в любых обстоятельствах регулярно благодарить Бога за щедрые или скромные благословения.

Нередко нам трудно ощущать благодарность, когда мы сталкиваемся с трудностями, когда кажется, что жизнь нелогична, а на молитвы нет ответа. Но ощущение благодарности проистекает не из событий, а из веры в то, что Бог нас любит, что Он слышит наши молитвы, и что даже в худших ситуациях всегда есть за что благодарить.

Один из способов научиться благодарности – составить список всего, за что вы благодарны. Заведите дневник благодарности, и он поможет вам сосредоточиться на благословениях, что важно для позитивного и благодар-

*жимые христианские добродетели (любовь, душевный покой, терпение, доброта, щедрость, верность, кротость, самообладание, сострадание и умение прощать) произрастают из благодарности, радости и ориентированности на Бога.<sup>3</sup>*

Благодарность – ключевой элемент развития в себе христоподобия, потому что это первичная добродетель, которая порождает другие добродетели и преобразует характер. В сферах психологии и личного роста она считается важной для улучшения здоровья, а также эмоционального, социального и психологического благополучия. Благодарность повсеместно считается основой счастливой жизни.

В Писании благодарность основывается на понимании того, что всегда и везде Божий народ должен благодарить Бога, который создал и спас их. В Ветхом Завете благодар-



ного мировоззрения. Каждый день с нами происходит множество вещей, за которые нам следует быть благодарными, однако мы редко обращаем на них внимание, поэтому мы не воспринимаем их как благословения.

Недавно я завёл такой дневник и был удивлён, сколько у меня поводов для благодарности, о которых я никогда не задумывался. Каждый день меня окружают благословения, но пока я не начал записывать пять причин для благодарности каждый день, я редко обращал на них внимание. Конечно, я регулярно благодарил Бога за благословения, но делал это в общем. Оказалось, что если записывать конкретные примеры, то легче замечать благословения и благодарить за то, что я столько лет принимал, как должное.

Я начал делать это недавно, но это уже помогло мне по-другому реагировать на вещи. Только вчера я обнаружил, что мне придётся оплатить неожиданные расходы, и моим первым порывом было пожаловаться, но я овладел своими мыслями и поблагодарил Бога за то, что у меня есть деньги на оплату. И мне сразу стало намного легче.

В нашей жизни есть столько мелких и крупных вещей, которые мы можем считать Божьими благословениями: дары и таланты,

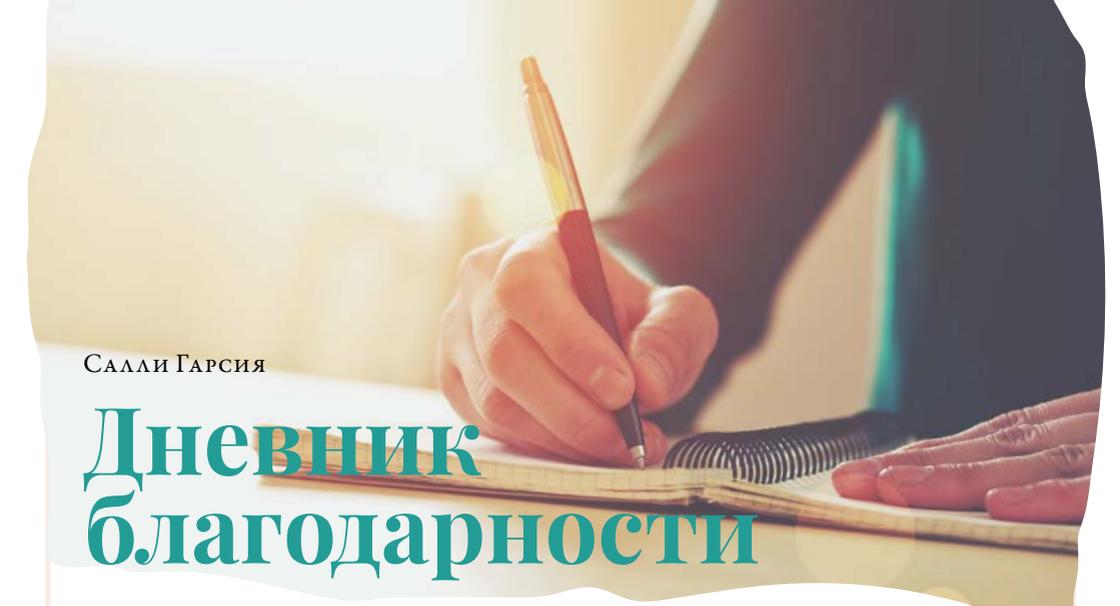
достигнутые цели, возникающие возможности, здоровье, быстрый ремонт машины, еда на столе, вода в кране и т.п. А ещё у нас есть любящие родные и друзья, а также другие люди, которые помогают нам и заботятся о нас. Ведение дневника помогает нам научиться замечать их, и, в конце концов, мы сможем изменить свой взгляд на жизнь, сделав благодарность частью своей личности, и стать на путь к христоподобию.

Молитва за бедных тоже может усилить благодарность. Когда мы молимся за тех, кто имеет меньше нас, мы вспоминаем, как трудно приходится некоторым людям, и становимся благодарными за свою жизнь. Когда мы молимся за беженцев, которые оставили всё и рисковали своей жизнью, чтобы оказаться в безопасности, это помогает нам воспринимать своё положение по-другому.

*Нашим критерием становится бедная вдова, голодный ребёнок, безработный отец, больной младенец, беженец, лишившийся дома в войне, житель страны третьего мира, не имеющий электричества и водопровода. Ежедневная молитва за этих людей озаряет наше существование ярким светом Божьего провидения, и в результате можно испытать потрясающую переоценку ценностей. На смену зависти приходит удовлетворение. На смену обиде – покой. Жалобы заменяются хвалой. Катализатором всего этого становится благодарность, которая возникает благодаря размышлениям о бедных, приводящим к более ясному взгляду на жизнь.<sup>6</sup>*

Мы, христиане, обладаем главным благословением – спасением, знанием того, что мы будем жить с Богом вечно. Мы поддерживаем взаимоотношения с Творцом всего. Наш Бог – ещё и наш Отец, и Он знает, что нам нужно, и обещает позаботиться о нас. В любых обстоятельствах Он рядом с нами. Благодарность нам не свойственна, но если мы научимся благодарности, то приблизимся к христоподобию.

ПИТЕР АМСТЕРДАМ И ЕГО ЖЕНА,  
МАРИЯ ФОНТЕЙН, – ДИРЕКТОРА  
МЕЖДУНАРОДНОГО ХРИСТИАНСКОГО  
СООБЩЕСТВА «СЕМЬЯ».



САЛЛИ ГАРСИЯ

# Дневник благодарности

*Я не помню, как пишется это слово! Как выразить эту мысль правильно? Что-то у меня никак не получается изложить мысли на бумаге!*

Было очевидно, что я порастеряла писательские навыки. У меня со школьных дней не было возможности упорядочить свои мысли в письменном виде, и теперь результаты не заставили себя долго ждать. Тут я вспомнила, как мне нравился курс писательского мастерства в колледже.

Так родилась идея завести дневник хвалы. Раньше я вела краткий ежедневник, в основном в целях организованности. Мои записи выглядели примерно так: «8 апреля. Отправила посылку дочери, навестила Мэри» или «Сходила к врачу, лечусь от гриппа». Этот дневник будет другим. В нём я буду не просто перечислять события, я буду размышлять над событиями дня и выражать свои мысли и чувства.

А самое главное, я поставила одно условие: я не буду записывать негативные замечания о людях и обстоятельствах. Все мои записи будут от благодарного сердца, даже если я буду считать, что ситуация несправедлива, человек

неправ или день совсем тоскливый!

Он стал для меня целительным. Я научилась записывать молитвы, в которых передавала неприятные ситуации в сильные руки Бога. Чем чаще я писала с позитивной точки зрения, тем лучше начинала понимать ситуации, тем позитивнее стала думать о людях, и тем больше мыслей о возможных решениях проблем у меня возникало. Дневник хвалы напомнил мне «за всё благодарить»,<sup>1</sup> зная, что «любящим Бога всё содействует ко благу».<sup>2</sup>

В придачу к размышлениям о благословениях каждый день я научилась молиться о неприятных аспектах жизни. Записанные мысли и молитвы – проявление веры, которые я перечитываю. И мне всё привычнее становится видеть жизнь сквозь призму хвалы.

А ещё вся эта практика улучшила моё правописание и писательское мастерство. Я купила перьевую ручку для заголовков, и иногда я пишу каллиграфически или иллюстрирую некоторые записи чернильными скетчами. Каждый день я получаю напоминание, что «стоит задуматься, как у нас тут же появится повод для благодарности».<sup>3</sup>

Салли Гарсия – учительница, миссионерка и член Международного сообщества «Семья» в Чили.

1. 1-е Фессалоникийцам, 5:18

2. Римлянам, 8:28

3. Неизвестный автор

# Мимолётная красота

КЕРТИС ПИТЕР ВАН ГОРДЕР

Один мой знакомый как-то сказал, что нередко чувствует себя меланхолично после встречи с красотой. Я не совсем понял, что он имеет в виду. И только вспомнив свои ощущения после великолепного заката, чудесного дня или трогательного выступления, я осознал, что часто я чувствую себя так же.

Какая странная, парадоксальная смесь радости и печали сопутствует наслаждению. Возможно, она напоминает нам о его мимолётности. Прекрасные ощущения появляются на миг и снова исчезают в прошлом, оставаясь лишь в нашей памяти.

Это загадочное чувство испытывают люди во всём мире. Японцы называют его «*моно-но аварэ*», что значит «печальное очарование вещей». Они испытывают его каждый год, когда во всей красе расцветает сакура. Где-то в апреле люди устраивают пикники под цветущими деревьями, поют, медитируют и наслаждаются моментом, который, как

известно всем, уйдёт в небытие через пару недель.

Японцы стараются уловить кратковременный сезон цветения сакуры в аранжировке цветов, чайных церемониях и, особенно, в поэзии хайку, которая напоминает моментальный снимок явления природы и передаёт глубину чувства, зачастую оттенённого печалью.

*Asu araba araba to omou sakura kana.*  
«Завтра и завтра  
Будут ли они?

Цветы сакуры».

Живя в Иордании, я больше всего любил весну, когда начинались дожди и бесплодную пустыню охватывала симфония цветов. Однажды мы отправились в пустыню Вади-Рам во время редкого ливня и любовались, как с горных вершин спускаются многочисленные водопады, несущие воды в песчаную долину. Мы старались укрыться от дождя, но местные бедуины были в восторге и развезжали на джипах по бурным потокам вод. Они были похожи на детей, играющих в лужах. Они знали, как быстро драгоценная вода впитается в ненасытные пески пустыни.

Каждый год наступал один или два дня,

1. Исаия, 40:8
2. См. Иаков, 4:14.
3. Евреям, 13:5
4. от Матфея, 24:35;  
от Марка, 13:31; от Луки, 21:33



когда выпадал снег, и всё окутывалось белым покрывалом. В такие особенные дни мы шли гулять по окрестностям, чтобы посмотреть, как обыденное превращается в волшебную страну чудес из снега и льда. Дети строили снежные крепости и весь день с огромным удовольствием играли в снежки. На следующий день появлялось солнце, и всё это исчезало.

Красота музыки и театра по сути мимолётны. Возможно, поэтому они дарят нам минуты искренной радости и вызывают желание запечатлеть эти моменты в памяти.

В Библии приводятся иллюстрации мимолётной красоты. На ум приходит один пример из Исаии, 40:8, где сказано: «Трава засыхает, цвет увядает». А в продолжении говорится: «А слово Бога нашего пребудет вечно».<sup>1</sup> В Библии также говорится о том, что наша жизнь подобна пару, мы появляемся на короткое время, а потом исчезаем.<sup>2</sup> Мне кажется, что Бог сделал чудесные моменты нашей жизни такими, чтобы мы научились наслаждаться ими в полной мере, а самое главное – наслаждаться жизнью.

Однако Библия также говорит нам, что Божье Слово и любовь никогда не пройдут.

Иисус сказал нам: «Не оставляю тебя и не покину тебя».<sup>3</sup> В трёх из Евангелий говорится: «Небо и земля пройдут, но слова Мои не пройдут».<sup>4</sup>

Понимание того, что все удовольствия этой жизни мимолётны, помогает мне не забывать, что важно на самом деле. Иногда я чувствую себя блуждающим странником, бредущим по печальному и удивительному миру, но полезно помнить, что всё, сделанное с любовью, не проходит.

Недавно я отдал один из наших семейных фотоальбомов дочери «на хранение». Однако чемодан, в котором он лежал, потерялся во время перелёта! Сначала я был очень расстроен потерей, пока не понял, что все моменты, запечатлённые на фотографиях, живут в моей памяти и в жизнях моих детей – мы никогда не потеряем их, никто их не отнимет.

Я считаю, что мы – проводники Божьей любви и Слова людям. Будьте уверены, мы создаём нечто вечное, оно никогда не исчезнет и всегда будет радовать.

Кертис Питер ван Гордер – сценарист и актёр пантомимы в Германии.



НАТАЛЬЯ А. ГОВОРУХА

## Это обязательно?

Время от времени я веду библейские уроки в воскресной школе для детей от трёх до пяти лет. Группа очень небольшая, иногда приходит лишь человек пять. Одна из девочек, частая посетительница, очень умная, прямолинейная и своевольная. Недавно она отказалась зайти в кабинет, потому что у неё были растрёпаны волосы, но она не дала маме причесать себя, потому что та забыла дома её любимую розовую ленточку. Я нашла розовые ленты в коробке с материалами для поделок, и она милостиво разрешила мне заплести ей косы.

Когда я сделала ей причёску, она отказалась поблагодарить меня, несмотря на мяг-

кое напоминание мамы и строгое замечание папы. Наконец, она скрестила руки на груди, сердито посмотрела на нас и сказала: «Это обязательно?»

На секунду я потеряла дар речи. «Нет, не обязательно,» – ответила я и объяснила, что вежливость делает жизнь и общение легче и приятнее, а главное, благодарность трогает сердца, и благодарный дух приятен людям. Это не возымело желаемого эффекта. Нас уже ждали остальные дети, поэтому мне пришлось оставить её в покое и начать урок.

Тот месяц был сложным для меня в эмоциональном плане. В гости на три недели должен был приехать мой сын, живущий на



другом континенте, которого я не видела больше года. Собирался присоединится и его старший брат, который жил в другой стране – чуть ближе, правда. Мы сняли жильё и построили себе много разных интересных планов. Но его расписание изменилось, и нам пришлось всё отменить.

Я так расстроилась, что пару недель не могла прийти в себя. Я даже начала сомневаться, что Бог заботится обо мне, раз допустил такое разочарование. Вечером того дня после случая с моей ученицей воскресной школы я не могла заснуть и думала о своих сыновьях. Они уже взрослые, но я до сих пор помню их смешные и хулиганские детские выходки. *Ну почему я не могу сейчас быть с ними? Мы планировали эту встречу за*

*много месяцев! За что мне это, Боже? Умом я понимала, что не имею права так сердиться на Бога, но в глубине сердца всё равно сердилась.*

Потом я вспомнила инцидент с косичками и розовыми ленточками. *Неужели в глазах Бога я выгляжу как упрямая девочка, скрестившая руки на груди? Неужели я по-детски злюсь, что всё пошло не так, как мне хотелось, и поэтому треплю нервы окружающим своим недовольством?*

Я вытащила старый, потёртый фотоальбом и, смеясь сквозь слёзы, стала просматривать фотографии. Сколько удивительных моментов. Столько любви. На этой фотографии

я читаю моим мальчикам сказку на ночь, им в то время было два и пять. Здесь мы вместе готовим. Тут они выступают в музыкальной школе. На той мы играем в настольную игру с их лучшими друзьями.

Я открыла файлы фотографий на компьютере. Вот мы втроём в горах прошлой зимой. Мальчишки катаются на сноуборде, а я их снимаю. На следующей мы катаемся на лошадях, а вокруг открывается захватывающий дух пейзаж. А вот ещё одна групповая фотография, где много лет назад мы были волонтерами с клоунской труппой в детской больнице. Потом фотографии, где несколько лет назад мой младший сын получил медаль по окончании школы. А вот я прошлым летом фотографирую старшего сына, кормящего павлинов.

Теперь с прошлого года: поездки по Европе, поход в горы, отдых на море, в концертном зале, в музее живописи, роспись стены в детском доме, учёба в университете, я режу торт у себя на дне рождения, встреча с новыми и старыми друзьями. Многочисленные приключения наполнили сердце благодарностью. Я могу быть благодарна за столько тёплых воспоминаний и незабываемых событий!

Мне обязательно благодарить Бога? Да, я считаю, что обязательно! И вообще, я хочу поблагодарить Его и напомнить себе о том, какой замечательный мир Он создал для меня. Мне нужно благодарить Бога ради себя, ради других людей, ради моих сыновей и даже ради будущих внуков, которых я постараюсь научить говорить «спасибо» людям и Тому, кто любит их больше всех!

Наталья А. Говоруха – социальный педагог и волонтер на Украине.



Эльза Сикровски

# Глазами благодарности

В детстве у меня был «ленивый глаз» и затуманенное зрение, поэтому с семи лет мне приходилось носить очки. Чтобы зрение не ухудшалось, мне приходилось придерживаться строгих правил: нельзя было читать вечером, можно было читать только за столом с яркой настольной лампой, держа правильную осанку. Я редко могла смотреть телевизор и ходить в кино, а также воздерживалась от занятий, напрягающих зрение, например, рисование, шитьё, рукоделие.

Я видела, как другие дети наслаждаются чтением книг, лёжа на диване, или часами смотрят мультфильмы, и не могла понять, почему я не такая, как все, почему всем можно беззаботно наслаждаться зрением, а мне нельзя.

Я и так чувствовала себя изолированной, к тому же с восьми до восемнадцати лет мне приходилось каждую неделю проходить проверку зрения и глазную терапию. И если зрение ухудшалось, мне приходилось покупать новые очки, что случалось регулярно. Для сохранения зрения я читала в идеальных условиях, а значит обычно ухудшение было связано с переживаниями и стрессом из-за многочисленных ограничений. Я злилась, что моя

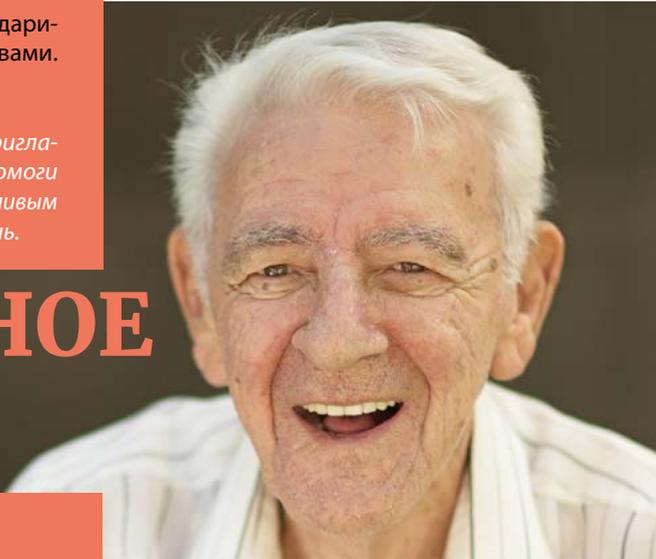
жизнь зависит от нестабильности зрения, которое неумовимо ухудшалось, несмотря на все мои усилия сохранить его.

Когда я перестала расти, зрение стабилизировалось. Мне уже не надо было ходить на сеансы глазной терапии каждую неделю, хотя раз в год мне всё равно надо проверять зрение. Однако оглядываясь назад на трудности со зрением, я понимаю, что благодаря переживаниям и мучениям из-за болезни, я научилась быть благодарной за такую естественную физиологическую функцию, как зрение. Каждый раз, когда проверка подтверждает, что зрение не ухудшилось, я радуюсь и благодарю. Теперь зрение стабильно, и мне можно читать и рисовать в умеренных количествах, и я ценю каждое послабление ограничений. Мои ослабленные глаза заставили меня поволноваться о том, с чем не сталкиваются другие, однако они стали глазами благодарности и видят радость в том, что другие принимают, как должное.

Эльза Сикровски – молодая писательница, живёт с семьёй на Тайване.

Вы можете попросить Иисуса, дарителя надежды, всегда быть с вами. Просто обратитесь к Нему.

*Дорогой Иисус, я верю в Тебя и приглашаю Тебя войти в мою жизнь. Помоги мне любить Тебя и стать счастливым и благодарным человеком. Аминь.*



# РАДОСТНОЕ СЕРДЦЕ

МАРИЯ АЛЬВЕРО

Для нас, последователей Иисуса, благодарность должна быть естественной, учитывая, что Иисус умер, чтобы спасти нас от вечности вдали от Бога. Это должно придавать нам силы духа, а плохие вещи не должны нас задевать или быть значимыми. Но мне свойственно поддаваться далеко не идеальным реакциям, например, из-за пробок, беспорядка, стресса, нехватки или избытка того и сего. Сами знаете, как это бывает.

Я всё равно знаю, что на фоне общей картины все повседневные подробности неважны, и я хочу иметь радость в сердце. Позвольте поделиться с вами тремя направлениями, над которыми я работаю, чтобы быть позитивнее в поступках и взглядах.

## **Будьте благодарны за мелочи**

Я учусь замечать мелочи, которые приносят радость, и их список бесконечен: восход, закат, чашка отличного кофе, свежий утренний воздух, смех детей, сильные руки мужа, хорошая книга, моя подушка и т.д. Я обнаружил, что если я не забываю о многочисленных мелких радостях, это творит чудеса и становится защитой от ударов судьбы.

**Не думайте, что всё должно быть так, как вам хочется**

Это весьма нелегко! Иногда я очень сильно хотела, чтобы исход дела был таким, как я считала нужным, но на него влияли неподконтрольные мне факторы. Мне зачастую трудно сказать: «В любом случае я буду благодарна», потому что кому охота быть благодарным за плохой диагноз или отказ принять на работу? Но теперь я знаю, что благодарность не должна зависеть от результата, а проистекать из того факта, что Бог добр. Всегда. Даже если понимание Его доброты мне недоступно.

## **Помните о доброте Бога**

Сколько бы я ни волновалась, сколько бы трудностей ни испытала, сколько бы рискованных путей ни прошла, всё у меня закончилось благополучно. Ни одна из трудностей не погубила меня. Я ни разу не оказалась в таком положении, где не могла ощутить Божью любовь. Как сказал апостол Павел: «От терпения опытность, от опытности надежда».<sup>1</sup> Когда я задумываюсь о Божьей доброте, моё сердце переполняется истинной, а мой взгляд на жизнь – благодарностью.

МАРИЯ АЛЬВЕРО – БЫВШАЯ МИССИОНЕРКА В АФРИКЕ И МЕКСИКЕ. СЕЙЧАС ЖИВЁТ С МУЖЕМ И ДЕТЬМИ В США.

1. Римлянам, 5:4

# Нет худа без добра

ПАТРИСИЯ ФОРТНЕР

Помню, как мать часто напоминала нам, детям, смотреть на жизнь с оптимизмом и быть благодарными за мелочи жизни. Если мы жаловались на жару в июне, она говорила: «Зато можем пойти купаться, правда?» Если мы жаловались, что на ужин нет десерта, она спрашивала: «Зато мы можем быть благодарными за все те дни, когда на ужин был десерт, правда?» Она старалась научить нас воспринимать с оптимизмом плохие или печальные ситуации и всегда искать повод для радости. Или, как говорила она, «искать добро в худом».

В английском языке есть выражение<sup>1</sup> «в

каждой туче есть серебряная прослойка», что значит, что каждая трудная и печальная ситуация имеет в себе утешительный и обнадеживающий аспект, даже если его и не видно сразу.

Многие Божьи люди сталкивались с нелёгкими испытаниями, и им приходилось искать в них положительную сторону, чтобы не сдаваться. Возьмём к примеру Павла и Силу. В книге Деяний апостолов мы читаем, как они проповедовали Евангелие и приводили людей к Христу в Филиппах. К сожалению, старейшины города подстрекали разъярённую толпу против них.

«Народ также восстал на них, а воеводы, сорвав с них одежды, велели бить их палками

и, дав им много ударов, ввергли в темницу, приказав темничному стражу крепко держать их.

Получив такое приказание, он ввергнул

1. [https://en.oxforddictionaries.com/definition/every\\_cloud\\_has\\_a\\_silver\\_lining](https://en.oxforddictionaries.com/definition/every_cloud_has_a_silver_lining)

2. Деяния, 16:22–25

3. См. Иов, 2:9.

4. Деяния, 16:26

5. Подробности читайте в Деяниях, 16:19–34.

их во внутреннюю темницу и ноги их забил в колоду.

Около полуночи Павел и Сила, молясь, воспевали Бога; узники же слушали их».<sup>2</sup>

Попав в тюрьму, они могли бы жаловаться и сокрушаться об утраченной свободе. Они могли бы сдаться и проклясть Бога за то, что Он допустил их избиение и заключение, как посоветовала сделать Иову его жена.<sup>3</sup> Вместо этого Павел и Сила молились и воспевали Бога, и Он наградил их за хвалу.

«Вдруг сделалось великое землетрясение, так что поколебалось основание темницы; тотчас отворились все двери, и у всех узы ослабели».<sup>4</sup>

Казалось бы, им выдался шанс спастись! Они могли убежать! Но вместо этого они остались и сказали перепуганному тюремщику: «Мы здесь!» Оказавшись в ужасных условиях, Павел и Сила смогли найти повод для радости в том, что они проповедовали Евангелие тюремщику и принесли спасение ему и его семье.<sup>5</sup>

Наша семья оказалась в нелёгком положении, когда один знакомый попросил у нас на время машину, пока мы были в отпуске, и полностью разбил её. Потом оказалось, что страховая компания отказывается принимать наше заявление, потому что этот знако-

мый не был вписан в страховку. Можете себе представить, как трудно нам было найти хоть что-то хорошее в этой ситуации.

Как-то раз, после очередного звонка в страховую компанию, я жаловалась самой себе на проблемы: машину, счета, здоровье и на всю нашу тяжкую долю. Тут мой взгляд упал на газету на столе, и я увидела, что по сравнению со многими у меня есть множество поводов для благодарности.

- Несмотря на то, что нам пришлось взять кредит на покупку новой машины, она была намного лучше старой. К тому же, страховая компания наконец согласилась возместить нам ущерб.  
- Несмотря на напряжённый рабочий график, моя работа приносит мне стабильный доход.  
- Несмотря на то, что нам с мужем пришлось оплатить большие счета за лечение серьёзных заболеваний, терапия действовала, и наше здоровье улучшается.

Конечно, остаться без машины было нелегко, и выплачивать кредит за новую – тоже не сахар, но никто не обещал нам безоблачной жизни. В следующий раз, когда у меня возникнут неприятности, как у Павла с Силой, я буду искать в себе силы благодарить Бога за добро, а не жаловаться на трудности, которые Он допустил.

От Иисуса, с любовью

# Сквозь призму счастья

Чем больше ты благодаришь и славистишь Меня за доброе в жизни, тем оптимистичнее ты смотришь на жизнь, несмотря на искушение злиться. Чем больше ты тренируешь позитивное мировоззрение, тем больше ты осознаёшь, что Я могу использовать все события в жизни и обращать их во благо, делать их благословением для тебя и учить тебя важным новым навыкам и взглядам.

Чем больше ты смотришь на всё в жизни сквозь призму Моей любви и заботы о тебе, тем меньше остаётся места для мыслей об ошибках и недочётах, потому что ты начинаешь верить, что так или иначе Я всё оберну во благо. У Меня есть замечательный план твоей жизни, и Я могу превратить мнимые поражения в победы, если ты доверишь Мне своё будущее.

Никто никогда не может любить и понимать тебя лучше и больше, чем Я. Я твой лучший друг. Только Я по-настоящему знаю и люблю тебя безоговорочно. Открой сердце и разум и наполни свою жизнь Моей любовью и благодарностью.

