

ОБУЧЕНИЕ РАЗУМА, ЖИЗНЕННЫМ НАВЫКАМ, Возвращаться в Радость

Дейв Бетти

Какое место радость занимает в вашей жизни?

Что лишает вас радости? Как бы вы оценили себя по шкале от 1 до 10, где 10 обозначает – вы полны радости, и 1 – у вас нет радости вообще? Как бы вас оценили, живущие рядом с вами люди, по этой шкале?

Есть ли на вашем лице морщинки от улыбки? Или хмурые морщины глубже?

Бог много говорит о радости в Библии. В одном очень коротком стихе в 1 Фессалоникийцам 5:16, Бог говорит: *«Всегда радуйтесь»*. Никаких исключений не перечислено.

«Это невозможно!» Этот стих на самом деле имеет в виду не это. Никто не может быть радостным все время! Отложите это на время, и давайте заглянем в наш разум.

Ваш мозг это мышцы. Точно так же, как вы должны были тренировать ваши мышцы ног чтобы ходить, так вы должны тренировать мышцы в вашей голове - ваш мозг, разум. Если вы рассмотрите 1 Фессалоникийцам 5:16 в реальности вашей жизни - чтобы быть радостным всегда - вам придётся тренировать ваш мозг, возвращаясь в радость.

Что может сделать вас действительно счастливым? Не только сегодня, но каждый день. А как насчёт миллиона долларов? Или, около 100 миллионов долларов? Но честно взглянув вокруг вас – действительно ли те, у кого больше денег, счастливее вас? За деньги можно приобрести комфорт и роскошь, но может ли это действительно принести искреннюю, длительную радость в вашей жизни?

Теперь, возвращаемся обратно к Божьему повелению «Всегда радуйтесь». Некоторые скажут, что это невозможно. Но не является ли это, в действительности, исповеданием, которому мы не обучали наш разум, возвращаться к радости? Тренировали ли мы мышцы нашего мозга справляться с трудностями?

- ❖ *Что такое искренняя радость?*
- ❖ *Когда нужно начинать обучать свой разум возвращаться в радость?*
- ❖ *Как проблемы в вашей жизни, дают возможность испытать искреннюю радость от Бога?*

Радостные люди

Из всех людей, которых вы знаете – кто наиболее радостный?

Когда я размышлял над этим вопросом, то мой ответ был: «маленькие дети». У них есть невероятная способность находить радость - много радости - в самых обычных вещах жизни.

Просто играя в догонялки с маленькими детьми, они смеются, и смеются, и смеются. Дайте им мороженое или конфету и их лица сияют радостью. Или подарите им подарок весь завёрнутый в красивую бумагу, и они получают удовольствие, разрывая ее и находя там новую игрушку, или куклу.

Когда вы входите в комнату, спустя час или два, маленькие дети так рады видеть вас, они прыгают вверх и вниз, и бегают и прыгают вам на руки и так сильно обнимают вас! Теперь жены, как многие из вас, ведут себя подобно, когда ваш муж приходит домой с работы?

Когда нужно начинать обучать ваш разум?

Бог дал маленьким детям большую способность находить радость в мелочах жизни. В книге, «Жизнь от сердца, что дал Иисус», авторы описывают 5 стадий зрелости в жизни каждого человека. С каждым этапом, человек должен овладеть определёнными задачами жизни для достижения полной потенциальной жизни на данном этапе. Если вы не освоите задач этих стадий, то в жизни начнутся неудачи.

Первая стадия, определена в этой книге, «младенчество» от рождения до 3 лет. Одна из задач, которые дети должны освоить на этой стадии, как возвращаться в радость. Проще говоря, до трёх лет, у каждого из нас был заложен потенциал, освоить навык возвращение в радость.

В идеале, обучение мозга, возвращаться в радость, должно начаться, когда ребёнку только несколько месяцев.

В этом раннем возрасте дети, под влиянием и руководством родителей, сталкиваясь с проблемами в своей жизни, учатся находить способ возвращаться в радость. Маленькие дети, должны быть научены, как возвращаться в радость, когда они сталкиваются с ситуациями, что вызывают гнев, страх, печаль, отвращение, стыд и отчаяние.

Ефесеянам 4:26 говорит: *«Гневаясь, не согрешайте: солнце да не зайдет во гневе вашем».* Картина ясна, Бог хочет, чтобы мы находили способ быстро справляться с проблемами и возвращаться в радость, что Он имеет для нас.

Почему подростки и взрослые теряют навыки детства возвращения в радость?

Когда мы вырастем, мы, похоже, теряем много радости, что у нас было, когда мы были детьми. Почему это происходит? Одним словом - проблемы. Проблемы часто приносят боль в нашу жизнь. Мы разрешаем сложным ситуациям в нашей повседневной жизни, отнимать у нас мир и радость, что у Бога есть для нас каждый день.

Многие из тех, кто приходит в Тин Челлендж узнали быстрый способ облегчить боль - наркотики. Одна женщина сказала: «С тех пор как я была ребёнком, когда я чувствовала боль мне нужно было получить кайф». Спустя месяц в Тин Челлендж, она поделилась: «Это был самый болезненный месяц в моей жизни». Почему? Она продолжила: «Я всегда употребляла наркотики, когда чувствовала боль. Теперь первый раз в моей жизни, я сталкиваюсь с проблемами не под наркотиками».

Многие люди сегодня лечат сами себя кокаином, героином или алкоголем, от болезненных воспоминаний насилия, стыда, страха, или предательства разрушенных отношений. Они практически переживают 1 Фес 5:16, «*Всегда радуйтесь*», но их радость химически искусственная. Это не настоящая радость. И это длится лишь до тех пор, пока препарат стимулирует их мозг. Как только он прекратит свое действие, боль возвращается.

Открывая великую радость

Бог обещает "великую радость" для нас. Иаков 1:2-4 даёт мощную стратегию испытания великой радости. «*С великою радостью принимайте, братия мои, когда впадаете в различные искушения, зная, что испытание вашей веры производит терпение; терпение же должно иметь совершенное действие, чтобы вы были совершенны во всей полноте, без всякого недостатка*».

Путь к великой радости напрямую связан с различными испытаниями с которыми мы сталкиваемся каждый день. Но обратите внимание на два ключевых момента в Иакова 1:2. Если я хочу открыть великую радость Бога, я должен «впасть» в мои проблемы. Искренняя радость не приходит только потому, что у меня проблемы в жизни. Путь к великой радости включает в себя «впасть», столкнуться с моими проблемами.

Что Бог говорит об искренней радости

Бог много говорит о радости в Библии. В Неемия 8:10, Он говорит: «*радость пред Господом — подкрепление для вас*». Если в вашей жизни не достаёт радости сегодня, просите у Бога Его радости.

Псалом 117:24 говорит: «*Сей день сотворил Господь: возрадуемся и возвеселимся в оный!*» Прочитайте весь Псалом 117 и вы увидите, что стих 24

окружён стихами, которые говорят о благодарности, видя удивительность Бога, даже в среди трудностей.

Когда вы рассмотрите стих 24, ясно, что радость является выбором, который я делаю. Я хочу видеть каждый день, как плохой день, или я хочу радоваться ему, основываясь не на обстоятельствах, но просто основываясь на истине, что Бог сотворил этот новый день. И это является весомой причиной, чтобы радоваться этому дню!

Галатам 5:22-23 радость в списке, в качестве второго плода Святого Духа в жизни человека, который посвятил свое сердце Христу.

В 1 Петра 1:8, он говорит, кто верит в Иисуса могут радоваться *«радостью неизреченною и преславною...»* Мы должны выбрать, владеть особую радость.

Сила личного выбора

Второй ключ, пережить великую радость находится в Иак 1:2. Я должен *«С великою радостью принимать»* сталкиваясь со своими проблемами. Стих не говорит: *«Молитесь и просите у Бога великой радости»*. Он говорит, что я должен сделать выбор. Я могу реагировать на мои проблемы с гневом, страхом, разочарованием, или отчаянием – или я могу выбрать переживать великую радость Бога.

Иакова 1:2 говорит мне, что я должен делать, но это не объясняет, как я могу испытать эту великую радость. Следующие 2 стиха Иакова объясняют этот процесс немного больше – и терпение является ключевой частью этого процесса. Вам не нужно терпение для проблемы, которая исчезает через 10 секунд. Вам нужно терпение для проблем, которые просто никуда не уходят. Они следуют за вами день за днем.

Но стих 4 говорит о преимуществах терпения - мы можем стать *«совершенны во всей полноте, без всякого недостатка»*. Так какой же План Б, Бог? Не может ли кто-то просто молиться за меня, чтобы я мог испытывать «великую радость» все время? Молитва не производит великую радость. Столкновение с проблемами направляет вас на путь к великой радости.

Поиски Павла освободится от боли

Павел, великий миссионер и проповедник, знал об этом из личного опыта. В 2 Кор 12:7, он говорит, что ему дано *«жало в плоть»*, что удручало его. Его ответ – *«Трижды молил я Господа, чтобы удалил его от меня. Но Господь сказал мне: «довольно для тебя благодати Моей, ибо сила Моя совершается в немощи»*. (2 Кор 12:8-9)

Я уверен, что Павел молился усердно, веря, что Бог слышит его молитвы и принесет облегчение. Вместо этого Бог говорит: «Нет». Бог обещает дать Павлу силу в области его слабости. Не только немного силы, но всю силу, что нужна Павлу, сталкиваясь с этой проблемой.

Божья сила совершенно проявляется, во время наших слабостей. Павел мог бы разозлиться на Бога, что Он не принес ему вовремя облегчения от боли. Но вместо этого Павел проявляет понимание 1 Фес 5:16 *«всегда радуйтесь»*. Он дает свой ответ на отрицательный ответ Бога, высвободить только силу, чтобы помочь в его слабости. Павел говорит: *«И потому я гораздо охотнее буду хвалиться своими немощами, чтобы обитала во мне сила Христова. Посему я благодушествую в немощах, в обидах, в нуждах, в гонениях, в притеснениях за Христа, ибо, когда я немощен, тогда силен»*. (2 Кор 12:9-10)

Павел получает ее! Он видит, что путь к *«великой радости»* находится в выборе бороться с проблемами Божьей силой. Он выбирает *«гораздо охотнее хвалиться»* своими немощами, и продолжает говорить, что он выбирает *«благодушествовать»* во всех проблемах, с которыми сталкивается. Почему? Потому что, так он может получить силу, которая поможет ему пройти через каждую трудность.

Это не просто обещание для духовных людей, это обещания Бога для каждого из нас, даже для маленьких детей, которым только годик!

Секрет реального удовольствия в жизни

Павел осознал, что то, что действительно приносило удовлетворение в его жизни, было не отсутствие проблем, но Божье присутствие и сила, разбираться с каждой проблемой.

Путь к великой радости полон каждодневных выборов. Когда мы просыпаемся, мы можем сказать: «Это день сотворил Господь, я буду веселиться и радоваться». Или я могу сказать: «Это будет плохой день, я уже это чувствую». Я должен выбирать.

Нет обещания, что радость придет немедленно, когда я делаю правильный выбор. Но этот правильный выбор направит меня на правильный путь. Это может занять несколько секунд, или это может занять несколько минут или часов. Но, по мере того, как мы делаем каждый выбор, каждую секунду мы двигаемся по направлению к великой радости.

Сила Божьей истины

Эти выборы должны поддерживаться Божьей истиной. Вам нужно найти стихи в Библии, что говорят Божью истину, о проблеме с, которой вы сталкиваетесь и записать эти стихи. Потом запомните их, и повторяйте себе их на протяжении дня. Вместо того, чтоб видеть вашу проблему как, то что портит ваш день, вы должны сказать: «Эта проблема может быть колючем к моей радости, сегодня!»

Начните с того чтоб «великая радость» была самопроверкой в течение дня. Спросите себя: «На каком уровне моя радость сегодня?» Если она не на том уровне, где бы вам хотелось, чтоб она была, скажите себе: «Я должен выбрать, придерживаться великой Божьей радости». Вы должны приучать свой мозг, возвращаться к радости .

Если через 5 минут вы найдете себя в гневе, страхе, разочаровании и т.д., то вы должны делать новый выбор. Скажите себе путь к великой радости через «решение ваших проблем». Не требуйте, чтоб другие люди оставили вас в покое. Вместо этого, проговаривайте Божью истину к себе. Когда вы слабы, помните, что сила Божия всегда доступна.

Радость у вас под рукой. Вы должны протянуть руку и схватить ее. Если вы сосредоточите внимание на проблемы вокруг вас, радость легко ускользнет от вас. Но если вы направите свой взгляд на Иисуса по среди каждой проблемы, вы найдете Его силу и направление, как пройти через эту проблему и вернуться к Его великой радости.

Если годичный ребенок может знать, как вернуться к радости – то вы тоже!

Поиск радости в неправильных местах

Наш мир предлагает так много различных способов испытать радость, что далеко не является истинной радостью, которую предлагает нам Бог. Когда мы мстим тем, кто нас ранил, нам может показаться, что это приносит удовлетворение, но это только иллюзия радости.

Многие греховные развлечения предлагают, то что доставляет радость, но это длится в течение короткого времени, и никогда не приносит глубокого удовлетворения. Как только радость уходит, вскоре приходит стыд и сожаление.

Критикуя других, мы можем подпитывать центр удовольствия в нашем мозге, но это также является только иллюзией настоящей радости.

Если вы не в состоянии различить разницу Божьего пути великой радости от всех других путей, предлагаемых этим миром, то окажетесь еще больше разочарованы. В погоне за радостью, во всех неправильных местах, вы никогда до конца не удовлетворите глубокую жажду великой радости.

Обучение разуму, жизненным навыкам, Возвращаться в Радость

Вопросы для обсуждения

Следующие вопросы могут быть использованы для ваших личных размышлений на эту тему, или использоваться как вопросы для группового обсуждения. Если вы обсуждаете их в группах, пожалуйста, поймите, что вы не обязаны раскрывать конкретные детали прошлых грехов, неудач, или личный опыт.

1. Прочитайте 1 Фес 5:16. Оцените себя по шкале от 1 до 10, где 10 обозначает – вы полны радости, и 1 – у вас нет радости вообще? Как вы оцениваете себя? Объясните причину (ы) оценивания себя таким образом.

2. Какая из этих эмоций является для вас самым большим препятствием, испытывать радость: гнев, страх, печаль, отвращение, стыд, отчаяние?
3. Прочитайте Пс.118:24. С какими проблемами вы сталкиваетесь по утрам, которые не дают вам переживать то, что говорится в этом стихе?
4. Прочитайте Иакова 1:2-4.
- a) Какова ваша обычная реакция, когда возникают проблемы в вашей жизни?
 - b) Насколько сложно для вас сталкиваться с проблемами в своей жизни вместо того, чтобы убежать от них, игнорировать их, или обвинять других?
 - c) Какие изменения должны произойти в образе вашего мышления, чтобы иметь возможность *«С великою радостью принимайте, братия мои, когда впадаете в различные искушения»*
5. Прочитайте 2 Кор 12:7-11.
- a) Какова была реакция Павла, когда Бог сказал, что не заберёт от него жало во плоти, которое было мучительным для него?
 - b) Насколько легко для вас, рассердиться на Бога, когда Он не отвечает «Да» на ваши молитвы?
 - c) Какие изменения должны произойти в вашем образе мышления, чтобы быть в состоянии «благодушествования» в ваших проблемах, как Павел?
6. Прочитайте 2 Кор 10:5.
Работая над тем, чтобы обучать свой разум возвращаться в радость, какие ваши частые мысли нужно пленить в послушание Христу?