Международный женский день молитвы

4 марта 2017 г.

# **Семинар: Назад к основам: жизнь с Богом**

*Семинар по личностному росту*

Автор Бонита Джойнер Шилдс

«. . . Я в Отце Моем, и вы во Мне, и Я в вас».

Иоанна 14:20

**Что представляют собой личные богослужения?**

Мы часто думаем о личных богослужениях, как о том, что мы «делаем». Тем не менее, мы могли бы точнее сказать, что это время, которое мы проводим с Богом каждый день, потому что мы любим Его и преданы Ему.

Но можно задать вопрос: «Не достаточно ли просто проводить время с Богом в субботней школе и на богослужении в субботу?». - Нет, если мы хотим знать Бога лично и хорошо.

**Как найти время**

Большинство женщин считают, что их день не просто полон делами, он переполнен. Как они могут вместить еще одно дело в свой список дел?

Тем не менее, мы находим время на то, что считаем наиболее важным, - так мы устроены. Отношения не являются исключением. Чтобы отношения стали крепкими, мы должны в них инвестировать время – как количественно, так и качественно.

К сожалению, мы, женщины, часто ставим перед собой нереалистичные задачи, или загоняем себя в тупик, руководствуясь лозунгом «все или ничего». Но этот призыв инвестировать время в наши отношения с Господом не призыв к совершенству, подобно следующему «я должна провести определенное количество времени с Господом или все будет бесполезно».

Это призыв к тому, чтобы сделать наши отношения с Господом высшим приоритетом нашей жизни. Потому что жизнь каждой женщины уникальна, и для того, чтобы выкроить время для укрепления отношений с Богом, потребуется творческий подход, а также настрой *ожидать прогресса, а не совершенства*.

**Близкие и личные**

Когда мы принимаем решение отвести Богу первое место в нашей жизни, в построении самых важных взаимоотношений нам помогут и поддержат некоторые средства!

***Средство #1: Уединение***

Уединение полезно, по крайней мере, по двум причинам. Во-первых, уединение помогает не отвлекаться и таким образом не заглушить голос Бога, говорящего к нам.

Книга «9 творческих способов найти и провести время с Богом» напоминает нам о том, что уединение можно найти у себя дома в любимом кресле, в автомобиле по дороге на работу, во время пробежки в тихие часы рассвета или даже в местном центре отдыха.

Во-вторых, уединение помогает нам распознавать и больше полагаться на голос Бога, чем на чужие голоса. Таким образом, когда мы выходим из нашего уединения в суету жизни, мы можем более эффективно взаимодействовать с окружающими с любовью и милосердием, какие мы испытали во время нашего общения с Богом.

***Средство #2: Исследование***

Мы доверяем нашим друзьям и семье, потому что мы провели с ними время и достаточно хорошо знаем их характеры, чтобы считать, что они достойны нашей веры. Вера определяется в Писании как «осуществление ожидаемого и уверенность в невидимом». Она основана на знании Того, Кто предлагает нам эту уверенность и убежденность. Слово Божье показывает, Кто есть Бог, и почему мы можем Ему доверять.

При чтении Слова Божьего мы получаем постоянное напоминание о том, Кто Он, Чьи мы дети, и как мы должны жить соответственно своему званию. Помните также, что природа называется «Второй Божьей Книгой». Таким образом, проводя время в «изучении» природы, мы можем увидеть проблески Божьего характера, а также получить возможность услышать Его голос.

Ведите молитвенный журнал. Он может быть очень полезным инструментом для запоминания важных для вас мыслей, над которыми впоследствии вы сможете поразмышлять еще. Выделите для этого специальный блокнот и ручку или карандаш и храните вместе с Библией.

**Средство # 3: Молитва**

Мы можем легко приобрести привычку молиться Богу только тогда, когда у нас есть просьба. Тем не менее, если мы вспомним, что целью молитвы является *познание* Бога, молитва приобретает совершенно иной смысл. Вместо того, чтобы просто иногда «для галочки» молиться об исцелении от рака тети Мэри или о важной контрольной по математике Джонни, что тоже важно, мы хотим разговаривать с Богом обо *всем* в нашей жизни! Общаясь с Ним, слушая Его и взирая на Него, мы меняемся.

***Средство #4: Ведение молитвенного дневника***

Ведение молитвенного дневника не должно стать очередным пунктом в списке дел, за невыполнение которого мы испытываем укоры совести! Его не обязательно заполнять ежедневно. Держите дневник вместе с Библией и утренним стражем и пишите в нем тогда, когда чувствуете, что хотите поговорить с Господом в иной форме.

Часто наши руки пишут то, что язык произнести не в силах. Вы столкнулись с проблемой? Напишите об этом.

 Вы радостны и ваше сердце переполнено хвалою? Напишите об этом.

 Слово Господа так ясно вам что-то сообщило, что вы хотите это запомнить? Напишите об этом.

Этот молитвенный дневник может стать для вас книгой жизни, обновляющей дух.

***Средство #5: Спонтанность***

В то время как полезно выделить определенное время и место для общения с Господом, это ни в коем случае не должно ограничивать выражение вашей любви к Возлюбленному! Читайте, ведите записи в молитвенном дневнике, беседуйте, пойте, пишите стихи о любви, просто сидите и слушайте звук тишины, ходите, бегайте, наблюдайте за природой, послушайте, как Он говорит с вами через дыхание вашего ребенка - варианты бесконечны. Я думаю, Бог любит спонтанность!

**Творческий подход к духовному росту**

Этими идеями поделились 12 женщин, которые ценят свои отношения с Богом. Возможно, вам понравятся некоторые из них.

**1. СЛУЖЕНИЕ:** Духовная дисциплина служения делает меня ближе к Богу особым образом. Я испытываю такую радость, когда еду со своей собакой Элке домой после сеанса терапии с проблемными подростками с использованием домашних животных, благодаря исцелению, которое несут наши отношения подросткам. Я постоянно поражаюсь существующей между природой и людьми взаимосвязи, что Бог установил при творении. -*Линдель, жена, редактор*

**2. ХВАЛА:** У меня было желание иметь больше силы в молитве. Поэтому я начала славить Бога на протяжении всего дня за красиво вычерченные на фоне ярко-синего зимнего неба ветви голых деревьев, за семью и друзей, за птиц, за красивые закаты – этот список можно продолжать до бесконечности. Когда мы славим Бога, мы скорее будем воздавать должное другим. В результате они также могут хвалить своих друзей, создавая вдохновляющий круг. - *Мирна, жена, мать, отставной редактор*

**3.** **МОЛИТВА**: Я читаю Писание, а затем молюсь. Можно ли это назвать молитвой? Думаю, да. Хоть это и не традиционная молитва на коленях с закрытыми глазами, но это, безусловно, разговор с Богом, как с другом. Я разделяю с Ним радости и печали, и я позволяю словам Его Книги погрузиться в мою душу. Иногда мои молитвы кажутся рутинными или длинным списком просьб, поэтому я пишу Ему стихи. - *Конни, жена, мать, телевизионный продюсер*

**4. СЛУШАНИЕ:** Каждый день я еду на работу на своей машине 40 минут, я посвящаю это время пению гимнов, молитве вслух, прослушиванию духовной музыки и аудиокниг.—*Лесли, жена, помощник руководителя*

**5. ВЕДЕНИЕ МОЛИТВЕННОГО ДНЕВНИКА:** Я веду дневник. Я говорю о духовных вещах с окружающими, это помогает мне себя дисциплинировать. Я также пытаюсь озвучить то, что я прочитала или испытала; это помогает прояснить и запомнить эту информацию. - *Мелисса, дочь, сестра, старшеклассница*

**6. БЕСЕДЫ**: Мне нравится думать о том, что, если я сравниваю мои молитвы к Богу с разговором с другом, то я не должна ограничивать мои разговоры с ним определенным временем или местом. Я хочу быть открытой и иметь такие отношения, при которых я могу говорить с Богом обо всем в любом месте и в любое время. - *Бонни, жена, мать, старшая медсестра*

**7. ПРОГУЛКИ**: то, что делает мои богослужения удивительными – это прогулки или пробежки рано утром, когда все еще спят. Весна, когда поют птицы и цветут цветы, делает это особым молитвенным временем для меня. - *Синди, жена, мать, владелец малого бизнеса*

**8. ЧТЕНИЕ**: Мне нравится посвящать первые моменты после пробуждения чтению утреннего стража и ежеквартального урока субботней школы. Я чувствую, что Бог ставит меня на первое место, так что я тоже хочу поставить Его на первое место. Исключение составляет пятница вечер, когда я делаю наоборот и завершаю свою беспокойную рабочую неделю чтением утреннего стража и урочника перед тем, как выключаю свет на ночь. - *Мария, дочь, помощник по правовым вопросам*

**9.** **РАЗМЫШЛЕНИЕ**: Мне нравится иметь особое место в доме для встреч с Богом (даже когда в доме много гостей, я использую любое пространство, которое могу найти!). Я также люблю, когда меня окружает красота: свеча, цветы, корзины для моих книг, окно. Все это напоминает мне о том, что Бог является автором жизни и красоты. - *Бонита, жена, редактор*

**Духовные преобразования**

Слово Божье содержит много обетований относительно преимущества верной Ему жизни.

1. « Ибо [только] Я знаю намерения, какие имею о вас, говорит Господь, намерения во благо, а не на зло, чтобы дать вам будущность и надежду»(Иеремия 29:11).
2. «Ибо твой Творец есть супруг твой; Господь Саваоф — имя Его; и Искупитель твой — Святый Израилев: Богом всей земли назовется Он (Исаия 54:5).
3. «Придите ко Мне все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас; возьмите иго Мое на себя и научитесь от Меня, ибо Я кроток и смирен сердцем, и найдете покой душам вашим; ибо иго Мое благо, и бремя Мое легко (Матфея 11:28-30).
4. «И не сообразуйтесь с веком сим, но преобразуйтесь обновлением ума вашего, чтобы вам познавать, что есть воля Божия, благая, угодная и совершенная»(Римлянам 12:2).
5. «Плод же духа: любовь, радость, мир, долготерпение, благость, милосердие, вера, кротость, воздержание. На таковых нет закона (Галатам 5:22).

**Передавайте дальше**

Когда мы принимаем Божьи обетования и позволяем Ему изменять нас по Своему образу, естественным результатом такой трансформации является желание поделиться с другими тем, что Он сотворил в нашей жизни. Один из лучших способов сделать это - взяться за руки и попытаться найти способы обрести других женщин для Царства Божьего.

**Идеи для служения**

1. **Возьмите одно из средств построения взаимоотношений с Богом** и сделайте его темой женского завтрака. Сделайте специальные приглашения и поощряйте друзей, чтобы они пригласили своих соседей.
2. **Попросите Бога открыть вам**, как вы можете служить и обучать других женщин в вашей общине. Одним из возможных вариантов является проведение опроса среди сестер в церкви для определения их желаний в отношении духовного роста. Затем вы можете начать обучение. Например, если многие женщины в вашей общине чувствуют необходимость научиться духовному руководству своих детей, вы можете организовать группу, которая будет оказывать необходимую поддержку для выполнения этой задачи.
3. **Запланируйте духовный отдых**. Начните с однодневного отдыха, включающего обучение нескольким средствам построения взаимоотношений. Затем, когда женщины привыкнут уделять особое время общению с Богом и друг с другом, запланируйте более длинный отдых.
4. **Запланируйте особый день наедине с Богом.** Этот однодневный отдых создаст отличную возможность для духовного роста, как для вас, так и для других женщин в церкви. Выберите тему дня, начните с богослужения и подготовьте вдохновляющий материал по теме. В течение дня предоставьте сестрам время для уединенных молитв и духовных размышлений. После совместного обеда предложите что-то для практической деятельности. Это поможет женщинам открыть сердца и услышать голос Бога. Завершите день богослужением.

*“Но Он уходил в пустынные места и молился”*

Луки 5:16

—Конец—

# **Семинар: приглашение к молитве**

*Семинар по личностному росту*

В 2017 г. будет праздноваться 125-я годовщина выхода книги Эллен Уайт «Путь ко Христу». Этот семинар основан на главе из этой книги под названием «Преимущество молитвы».

*“И воззовете ко Мне, и пойдете и помолитесь Мне, и Я услышу вас; и взыщете Меня и найдете, если взыщете Меня всем сердцем вашим”*

Иеремия 29:12, 13

**Введение**

Молитва является ключевым элементом в возрождении и преобразовании.

 Вы когда-нибудь размышляли над своей молитвенной жизнью?

 Исследовали ли вы ее и желали ли иметь более близкую связь с Богом?

Были ли моменты, когда вы чувствовали, что ваши молитвы будто бы не поднимаются выше потолка?

 Задавались ли вы вопросом, есть ли сила в ваших молитвах?

Давайте поразмышляем над тем, что такое молитва, какой Бог хочет, чтобы она была, и как она может стать основой нашей духовной жизни. Эллен Уайт делится вдохновляющими мыслями о силе, даре и благословении общения с нашим Небесным Отцом в главе «Преимущество молитвы» книги «*Путь ко Христу*».

Открывая сердце Богу

«Через природу и откровение, через Свою заботу о нас и посредством влияния Своего Духа Бог говорит нам. Но на этом наша связь с Ним не должна ограничиваться. Каждому из нас также необходимо открывать Ему свое сердце. Для того, чтобы иметь духовную жизнь и силу, мы должны находиться в живом общении с нашим Небесным Отцом. Наши мысли могут быть обращены к Нему. Мы можем размышлять о Его делах, Его милосердии и благословениях, но это еще не будет общение с Ним в полном смысле слова. Чтобы иметь действительную связь с Богом, мы должны рассказывать Ему о нашей жизни, о наших радостях и печалях.

В молитве мы открываем наше сердце Богу как другу. Это необходимо не потому, что Богу неизвестно, кто мы такие, но для того, чтобы помочь нам принять Его. Молитва приближает не Бога к нам, а нас к Богу.

Находясь на земле, Иисус преподал Своим ученикам уроки молитвы. Он говорил им о необходимости открывать перед Богом свои повседневные нужды и возлагать на Него все свои заботы. Спаситель обещал, что их молитвы будут услышаны. Это обещание относится также и к нам» (*Путь ко Христу*, с. 93).

«Сам Иисус, живя среди людей, часто молился. Он взял на Себя наши нужды и слабости и, чтобы постоянно иметь новый запас силы для служения и преодоления испытаний, обращался за помощью к Своему небесному Отцу. Иисус - наш Пример во всем. . .

Без бодрствования и неустанной молитвы нам грозит опасность стать беспечными и уклониться от истинного пути. Враг постоянно препятствует нам на пути к престолу благодати. Он делает все со своей стороны, чтобы мы пренебрегли молитвой и верой и не получили благодать и силу преодолевать искушения» (*Steps Путь ко Христу*, с. 94).

**Условия молитвы**

 «Мы можем быть уверены в том, что, при известных условиях, Бог слышит наши молитвы и отвечает на них».

1. ***Осознайте свою нужду***

«Одно из первых условий заключается в том, чтобы мы осознали свою нужду в Его помощи (подчеркивание добавлено автором статьи). Он обещал: *«Ибо Я изолью воды на жаждущее и потоки на иссохшее»* (Исаия 44:3). Кто алчет и жаждет праведности, кто всем сердцем стремится к Богу, тот может быть уверен, что насытится. Божие благословение будет получено только тогда, когда сердце открыто для влияния Духа Святого.

Крайняя нужда, в которой мы находимся, является самым убедительным и красноречивым свидетельством в нашу пользу. Но мы должны сами обращаться к Господу, чтобы Он мог ответить на наши нужды. Он говорит: *"Просите, и дано будет вам". "Тот, Который Сына Своего не пощадил, но предал Его за всех нас, как с Ним не дарует нам и всего?"* (Матф. 7:7; Рим. 8:32).

Если мы вынашиваем зло в нашем сердце, если мы привязаны к какому-нибудь греху, Господь не услышит наши молитвы. Но молитва кающейся, сокрушенной души всегда будет услышана и принята. Однако, нам никогда не снискать благоволения Божьего собственными заслугами. Только заслуги Иисуса Христа могут спасти нас, только Его Кровь может очистить нас. Но все это не устраняет тех условий, при которых мы можем быть приняты» (*Путь ко Христу*, с. 95).

►**Упражнение:** Напишите на листе бумаги свою глубокую нужду, о которой хотели бы попросить Бога сейчас. Расскажите Ему о ней и молитесь о Божьей помощи.

1. ***Имейте веру***

«Вера - еще одно из условий успешной молитвы (подчеркивание добавлено автором статьи). «*Ибо надобно, чтобы приходящий к Богу веровал, что Он есть и ищущим Его воздает*» (Евр. 11:6). Иисус сказал ученикам: «*Все, чего ни будете просить в молитве, верьте, что получите, - и будет вам*» (Марк. 11:24). Доверяем ли мы Его слову?

Это заверение Христа не имеет предела. Он верен Своему обещанию. Даже если мы не получим просимое сразу, все же должны верить, что Господь слышит нас и ответит на наши молитвы. Мы настолько склонны ошибаться в своих желаниях и бываем так недальновидны, что иногда просим о том, что не принесет нам счастья. Небесный Отец знает это и, отвечая на наши молитвы, посылает нам именно то, что служит к нашему благу, то, чего мы сами пожелали бы от всего сердца, если бы, просвещенные свыше, могли понять истинное значение всего, с чем встречаемся на нашем пути. Даже тогда, когда нам кажется, что на наши молитвы нет ответа, мы все равно должны полагаться на Божью благодать, - ответ непременно будет дан в свое время, мы получим благословение, в котором более всего нуждаемся.

Однако утверждать, что мы получим ответ именно в такое время и таким образом, как желаем, будет самонадеянностью. Бог бесконечно мудр, чтобы ошибаться, и беспредельно благ, чтобы лишить благословения тех, кто Его ищет. Поэтому не боитесь доверять Ему, даже если не имеете немедленного ответа на ваши молитвы. Полагайтесь на Его твердое обещание: "Просите, и будет вам" (Матф. 7:7).

Если мы находимся под влиянием своих сомнений и страхов или пытаемся понять и объяснить все, что наш ограниченный разум вместить не в силах, наши трудности лишь возрастут и углубятся. Но если мы приходим к Богу, сознавая, что мы беспомощны и зависимы (какими являемся в действительности), и со смирением и живой верой открываем наши нужды перед Тем, разум Которого безграничен. Который видит все в Своем творении и управляет всем по Своей воле и слову, - Он услышит нашу мольбу и озарит Своим светом наши сердца. В искренней молитве мы приходим в соприкосновение с разумом Безграничного. В то время мы, может быть, не имеем прямых доказательств, что наш Искупитель с любовью и сочувствием склонился над нами, тем не менее, это именно так. Его рука простерта над нами в нежной заботе, хотя мы можем и не чувствовать явного прикосновения» (*Путь ко Христу*, с. 96).

«Когда мы просим у Бога милости и благословения, то сами должны быть исполнены духа прощения и любви. Как можно молиться: «*Прости нам долги наши, как и мы прощаем должникам нашим*» и не прощать нашим ближним? (Матфея 6:12). Если мы ожидаем, что Бог услышит наши молитвы, то должны прощать другим таким же образом и в той же мере, в какой мы сами надеемся быть прощенными» (*Путь ко Христу*, с. 97).

►**Упражнение:** подумайте о трех вещах, которые кажутся вам неосуществимыми в вашей жизни. Запишите их и просите о них Бога с верой в то, что Он поможет вам.

1. ***Настойчивость***

«Настойчивость в молитве - важное условие для получения просимого. Мы должны *непрестанно молиться* для того, чтобы возрастать в вере и духовном опыте. «*Будьте постоянны в молитве, бодрствуя в ней с благодарением*» (Кол. 4:2). Апостол Петр увещевает верующих: «*Будьте благоразумны и бодрствуйте в молитвах*» (1 Петр. 4:7). Апостол Павел наставляет: «*Всегда в молитве и в прошении с благодарением открывайте свои желания пред Богом*» (Филипп. 4:6). «*А вы, возлюбленные*, - пишет апостол Иуда, - *молясь Духом Святым, сохраняйте себя в любви Божьей*» (Иуды ст. 20-21). Непрестанная молитва есть нерушимый союз нашей души с Богом, благодаря которому жизнь от Бога вливается в нашу жизнь и мы радуем Его чистотой и святостью своей жизни (Путь ко Христу, с. 97).

►**Упражнение:** подумайте о трех средствах, которые могут помочь вам быть настойчивыми в молитве. Поделитесь этим с подругой и попросите Бога помочь вам добиться в этом успеха.

1. ***Будьте прилежны***

«Необходимо добиваться того, чтобы ничто не препятствовало молитве. Приложите все усилия, чтобы общение с Иисусом было полным и радостным. Используйте всякую возможность быть там, где обыкновенно возносятся молитвы к Богу. Те, кто действительно ищет общения с Господом, будут посещать молитвенные собрания и добросовестно выполнять свои обязанности. Они будут полны желания получить все обещанные благословения и использовать всякую возможность быть там, где лучи небесного света могут озарить их сердца.

Мы должны молиться в семейном кругу, но и не забывать о молитве в уединении: в ней сокрыта тайна жизни души. Невозможно возрастать и укрепляться в благодати, пренебрегая уединенной молитвой. Одной лишь семейной или общественной молитвы недостаточно. Откроем же свое сердце перед всевидящим оком Бога. Молитва, совершаемая в уединении, должна быть услышана только Им. Никто, кроме Бога, не должен слышать тайных прошений. Находясь наедине с Богом, молящийся свободен от постороннего влияния и суетного волнения. Спокойно, однако, ревностно, он будет взывать к Богу. Благотворное влияние будет непрестанно исходить от Того, Кто видит тайное и слышит молитву, возносимую из глубины души. В простодушном доверии такой человек общается с Богом и вбирает в себя лучи Божественного света, чтобы быть укрепленным и поддержанным в борьбе с сатаной. Наша сила - в Боге» (*Путь ко Христу*, с. 98).

**►Упражнение:** дайте определение слову «прилежание» и подумайте о том, как его достичь в вашей молитвенной жизни.

**Обетование**

«Да устремится сердце наше ввысь, к чистой небесной атмосфере, которую Бог предлагает нам! Мы можем быть настолько близкими к Богу, что при всяком неожиданном испытании наши мысли будут обращаться к Нему так же естественно, как цветок обращается к солнцу» (*Путь ко Христу*, с. 99).

«Открывайте перед Богом свои нужды, радости и печали, свои заботы и опасения! Вы не утомите и не обремените Его этим. Тот, Который способен сосчитать каждый волос на вашей голове, не может быть безразличным к нуждам своих детей. «*Господь весьма милосерд и сострадателен*» (Иак. 5:11).

Его любящее сердце трогают наши скорби. Он переживает вместе с нами, когда мы рассказываем Ему о них. Приходите к Нему со всем, что смущает и беспокоит вас. Никакая ноша не будет для Него слишком тяжелой: ведь Он держит миры и управляет Вселенной. Все, что касается нашего внутреннего мира, не может быть маловажным для Него. Нет ни одной главы в истории нашей жизни, которая была бы настолько запутанной, чтобы Он не мог ее прочесть; никакое наше недоразумение не может быть настолько трудным, чтобы Он не был в состоянии помочь. Никакое несчастье, которое может постигнуть малейшего из Его детей, никакая тревога, беспокоящая душу, любая радость, каждая искренняя молитва - ничто не ускользает от взора нашего Небесного Отца, Который с участием откликается на все. «*Он исцеляет сокрушенных сердцем и врачует скорби их*» (Пс. 146:3). Отношения между Богом и каждым человеком настолько определенны и полны, как будто этот человек является единственной душой на земле, о которой заботится Небесный Отец и за которую Он отдал Своего возлюбленного Сына.

Иисус сказал: «*Будете просить во имя Мое, и не говорю вам, что Я буду просить Отца о вас; ибо Сам Отец любит вас*». «*Я вас избрал... дабы, чего ни попросите у Отца во имя Мое, Он даст вам*» (Иоан. 16:26-27; 15:16). Но молиться во имя Иисуса значит нечто большее, чем просто упоминать это имя в начале и в конце молитвы. Это значит молиться в согласии с волей и духом Иисуса, веря Его обещаниям, полагаясь на Его благодать и совершая Его дела» (*Путь ко Христу*, с. 100).

«Если бы мы вспоминали о Боге всякий раз, когда видим проявление Его заботы о нас, наши мысли были бы постоянно сосредоточены на Нем, мы находили бы радость, рассказывая о Нем и прославляя Его. Мы говорим о наших земных делах потому, что они интересуют нас. Мы говорим о друзьях потому, что любим их и разделяем с ними наши радости и печали. Но мы имеем бесконечно больше причин любить Бога, чем наших друзей. Думать о Нем, говорить о Его благости, рассказывать о Его силе - вот, что должно быть для нас самым важным. Бог наделил нас щедрыми дарами не для того, чтобы они поглощали наши мысли и овладевали сердцем настолько, чтобы забывать о Том, Кому принадлежит наша жизнь. Наоборот, все, чем мы обогащены, должно постоянно напоминать нам о Нем и связывать нас узами любви и благодарности с небесным Подателем всех благ. Мы слишком много думаем о земном. Обратим же наш взор к открытой двери небесного святилища, где свет славы Божией сияет от лица Христа. «*Он может всегда спасать приходящих через Него к Богу*» (Евр. 7:25).

Будем же больше славить Бога «*за милость Его и за чудные дела Его для сынов человеческих*» (Пс. 106:8). Наша религиозная жизнь не должна ограничиваться одними просьбами и ожиданием ответа на них.

Не будем же постоянно думать только о своих нуждах и забывать о тех благодеяниях, которые мы получаем.

Мы молимся так редко и так скупы в выражении благодарности!

Каждодневно получая милость от Бога, мы так неблагодарны!

Так мало славим Его за все, что Он сделал для нас!» (*Путь ко Христу*, с. 102).

Вследствие такого общения с Господом душа возносится к небу на крыльях хвалы. В горних чертогах небожители поклоняются Богу с пением и музыкой, и, когда мы будем возносить Ему благодарность из глубины наших сердец, тогда наше богослужение будет все более уподобляться служению небесных воинств. «*Кто приносит в жертву хвалу, тот чтит Бога»* (Пс. 49:23). Предстанем же перед лицом Бога со святой радостью. Поклонимся Ему со «*славословием и песнопением*» (Исаия 51:3) (*Путь ко Христу*, с. 104).

**Улучшение духовного общения**

Для нескольких отважных воинов молитвы, разговаривать с Богом так же легко, как дышать; они это делают почти без усилий. Когда вы спросите их, как они это делают, они просто пожимают плечами и отвечают: «Я просто молюсь». Но многим из нас нужна помощь, чтобы улучшить наш способ общения с Богом. Помня об этом, используйте следующие практические рекомендации, которые могут сделать ваше время с Господом более плодотворным. Не все варианты подойдут к вашей конкретной ситуации, но если вы начнете использовать некоторых из них, я уверена, что ваша молитвенная жизнь улучшится.

1. **Выберите место, где бы вы могли сосредоточиться,** и ничто не отвлекало бы вас от молитвы. Звонки телефона и плачущие дети будут забирать ваше время, выделенное для молитвы, прежде чем вы даже приступите к ней.

2. **Молитесь в одно и то же время каждый день**, если возможно. Делайте молитву частью вашего каждодневного расписания, и это станет привычкой. Запишите время молитвы в свой график, а затем относитесь к нему так же, как к другим встречам.

3. **Молитесь вслух.** Многие могут молиться себе под нос или про себя в течение длительного времени и сохранять концентрацию, но для большинства из нас этот метод представляет собой быстрый билет в мир грез. Когда мы молимся вслух, мы должны формулировать четкие предложения. Мы должны больше концентрироваться на том, о чем мы молимся.

4. **Держите под рукой блокнот**, чтобы вы могли записывать идеи, которые приходят на ум, в присутствии перед Господом. Иногда вы будете получать хорошие идеи, никак не связанные с тем, о чем вы молились. Если вы кратко запишите их, то сможете быстро вернуться к теме под рукой, не отвлекаясь.

5. **Составьте список ваших молитвенных нужд**. Это может быть сделано несколькими способами. Молитвенные нужды могут быть перечислены по категориям, таким как «церковь», «семья» или «неспасенные друзья». Или же их можно сгруппировать по дням недели. Каждый день вы молитесь за новую группу нужд. Вы также можете молиться ежедневно за определенный сегмент общества, который влияет на жизнь нашего народа. Эти категории могут включать в себя: 1) церковь и религию, 2) семью и дом, 3) СМИ, 4) правительство, 5) образование, 6) бизнес и коммерцию, а также 7) искусство и развлечения.

6. **Выделите время для молитв в свободные окна в вашем графике**. Те, кто ездят на работу, могут использовать это время для общения с Богом. Занятые домохозяйки могут комбинировать молитву с домашней работой, особенно если задача не требует большой концентрации.

2. **Меняйте деятельность** во время молитвы. Включите славословие, благодарение и пение, а также ходатайство. Уделите часть времени, размышляя о Писании.

3. **Ведите молитвенный дневник**. Есть два способа ведения молитвенного дневника. Во-первых, вы можете в нем отмечать, за кого/что вы молились и когда. Оставьте место, чтобы записать ответ, когда он придет. Это поможет вам не забыть поблагодарить Бога, когда вы его получите. Иногда ответы на молитвы приходят не так и не тогда, когда мы ожидаем; вы же не хотите, чтобы они проскользнули мимо вас. Второй вариант заключается в написании всей молитвы в вашем дневнике. Вы можете ежедневно писать письма к Господу. Просто начните ваше письмо словами «Дорогой Господь» вместо «Дорогой дневник».

4. **Молитесь с кем-то**. Хотя некоторые молитвы можно произносить только в одиночестве, будет время, когда вы захотите объединить сердца в молитве с другим человеком. Если вы решаете посвятить свое время для проведения регулярных встреч, это может помочь вам поддерживать постоянство в молитве. Такие молитвенные партнерства могут стать мощным стимулом к переменам в жизни, в том числе кардинальным.

5. **Молитесь краткими молитвами, состоящими из одного предложения**. Если мысль о долгих молитвах вас утомляет, молитесь вместо этого краткими, но искренними молитвами. Одно или два предложения могут быть достаточными, чтобы выразить свои мысли. В таком случае просто переходите к следующему пункту без чувства вины за краткость.

**Заключение**

Сестра Уайт напоминает нам: «Нам не помогут ни форма, ни внешняя структура. Более всего мы нуждаемся в оживляющем влиянии Святого Духа Божьего. «Не воинством и не силою, но Духом Моим, говорит Господь Саваоф» (Зах. 4:6).

Неустанно молитесь и бодрствуйте, трудясь в соответствии с вашими молитвами. Молясь, верьте Богу и уповайте на Него. Ныне время позднего дождя, когда Господь обильно изольет Свой Дух. Усиленно молитесь и бодрствуйте в Духе» (Свидетельства для проповедников и евангельских работниках, с.512).

**Заключительная молитва**

Молитесь так: «Возьми меня, Господи, я всецело принадлежу Тебе. Я кладу все свои планы к Твоим ногам. Используй меня сегодня в Твоем служении. Пребудь со мной, чтобы все мои труды в Тебе совершались». Это необходимо делать каждый день. Каждое утро посвящайте себя Богу на предстоящий день. Подчиняйте Ему все свои планы. Будьте готовы выполнить их или отказаться от них, следуя тому, что Он в Своем предвидении укажет вам. Таким образом вы можете изо дня в день отдавать свою жизнь Богу, и она все более и более будет уподобляться жизни Христа» (*Путь ко Христу*, с. 70).

—Конец—