



# «Как взрастить удовлетворенность и благодарность сердца?»

Фил. 1; 3; 4

## 1. Дефицит довольства и благодарности

Последни дни мы часто слышали пожелание: «С новым годом! С новым счастьем!». Заметьте, что пожелание «С новым годом! С старым счастьем!» не сможет прижиться.

Дело в том, что пожелание «С новым годом! С новым счастьем!» выражает общее состояние человеческих сердец. А заключается оно в том, что люди не очень то довольны своим «старым счастьем», если его вообще можно назвать счастьем.

Удовлетворенность своей жизнью, своими обстоятельствами и благодарность Богу за то, что имеешь встречается крайне редко на земле. В душах людей очень часто царит дефицит удовлетворенности, и поэтому там царит неблагодарность.

Даже настоящие христиане могут долго находиться в состоянии недовольства и даже обиды, а значит и в состоянии неблагодарности.

Кто-то скажет, что довольство дело важное. А благодарность это мелочь. Подумаешь, не сказал "спасибо". Мы действительно склонны недооценивать важность благодарности в наших сердцах.

Бог же говорит, что неблагодарность является характеристикой людей находящихся в ужасающе опасном состоянии.

### 2 Тим.3:1-5

1 Знай же, что в последние дни наступят времена тяжкие.

2 Ибо люди будут самолюбивы, сребролюбивы, горды, надменны, злоречивы, родителям непокорны, **неблагодарны**, нечестивы, недружелюбны,

3 Непримируемы, клеветники, невоздержны, жестоки, не любящие добра,

4 Предатели, наглы, напыщенны, более сластолюбивы, нежели боголюбивы,

5 Имеющие вид благочестия, силы же его отрекшиеся. Таковых удаляйся.

### Рим.1:18-22

18 Ибо открывается гнев Божий с неба на всякое нечестие и неправду человеков, подавляющих истину неправдою.

19 Ибо, что можно знать о Боге, явно для них, потому что Бог явил им.

20 Ибо невидимое Его, вечная сила Его и Божество, от создания мира через рассматривание творений видимы, так что они безответны.

21 Но как они, познав Бога, не прославили Его, как Бога, **и не возблагодарили**, но осуетились в умствованиях своих, и омрачилось несмысленное их сердце;

22 Называя себя мудрыми, обезумели.



Из этих текстов очевидно, что отсутствие благодарности Богу является признаком крайне опасного состояния человека. Неблагодарность является как причиной, так и результатом само-разрушительного направления жизни человека.

Именно поэтому Богу призывает христиан к состоянию постоянного довольства и благодарности!

Благодарность вырастает из зерна довольства. Если нет довольства, тем что имеешь, то благодарности в сердце также не будет. Тогда придётся лишь пытаться быть благодарным, придётся выдавливать из себя благодарность, которой нет.

### **1 Тим.6:6-11**

6 Великое **приобретение (это необходимо приобретать, это не дается один раз и на всегда)** — быть благочестивым и довольным.

7 Ибо мы ничего не принесли в мир; явно, что ничего не можем и вынести [из него].

8 Имея пропитание и одежду, будем довольны тем.

9 А желающие обогащаться впадают в искушение и в сеть и во многие безрассудные и вредные похоти, которые погружают людей в бедствие и пагубу;

10 Ибо корень всех зол есть сребролюбие, которому предавшись, некоторые уклонились от веры и сами себя подвергли многим скорбям.

11 Ты же, человек Божий, убегай сего, а преуспевай в правде, благочестии, вере, любви, терпении, кротости.

### **1Фес.5:18**

За все благодарите: ибо такова о вас воля Божия во Христе Иисусе.

\*\*\* История женщины переехавшей в Германию, которая жила в России в бараке и туалет был на другой стороне ж/д полотна.

Если состояние благодарности (признательности) так важно, то мы постоянно должны оценивать свое сердце по этому критерию, чтобы не стать на опасный путь недовольства и неблагодарности.

\*\*\* Оцените себя по «5-ти бальной» системе оценки.

\*\*\* Как бы вы оценили не христиан, которые вас окружают?

Если довольство и благодарность так важны и, при этом, так дефицитны, то возникает логичный вопрос: «Как мы можем стать более удовлетворенными и благодарными Богу?».



## 2. Как взрастить удовлетворенность и благодарность сердца?

Бог, удивительным образом, взрастил апостола Павла в довольстве и благодарности. В послании Филиппийцам Павел свидетельствует об этом.

### **Фил.4:10-13**

10 Я весьма возрадовался в Господе, что вы уже вновь начали заботиться о мне; вы и прежде заботились, но вам не благоприятствовали обстоятельства.

11 Говорю это не потому, что нуждаюсь, ибо **я научился (это необходимо учиться, в этом необходимо расти)** быть довольным тем, что у меня есть.

12 Умею жить и **в скудости**, умею жить и **в изобилии**; научился всему и во всем: насыщаться и терпеть голод, быть и в обилии и в недостатке.

13 Все могу в укрепляющем меня Иисусе Христе (**заметьте, что удовлетворенность очень плотно связана с укреплением от Иисуса Христа**)

Но как такое может быть, чтобы человек оказался полностью доволен в скудости, голоде и недостатке? И еще более удивительно, что Павел был доволен и сдержан в изобилии, и богатстве, когда есть возможность получить намного больше?

В этом же послании Павел пишет 2-х источниках, которые дали ему такую удовлетворенность и отсюда благодарность Богу.

\*\*\* Чтобы легче было запомнить эти два источника довольства запомните притчу!

«Я хочу иметь счастье! Забери "я" (эгоизм) и убери "хочу" (желания) и останется счастье». Буддизм

Христианство: «Замени свое «я» на Бога, а человекоцентричные желания и «подпорки» замени на богоцентричные, тогда ты обретешь довольство».

## 1. Замените свое «я» на Бога

### **Фил.1:12-23**

12 Желаю, братия, чтобы вы знали, что обстоятельства мои послужили к большему успеху благовествования,

13 Так что узы мои о Христе сделались известными всей претории и всем прочим,

14 И бóльшая часть из братьев в Господе, ободрившись узами моими, начали с большею смелостью, безбоязненно проповедовать слово Божие.

15 Некоторые, правда, по зависти и злобному проению, а другие с добрым расположением проповедуют Христа.

16 Одни по злобному проению проповедуют Христа не чисто, думая увеличить тяжесть уз моих;



17 А другие — из любви, зная, что я поставлен защищать благовествование.

18 Но что до того? Как бы ни проповедали Христа, притворно или искренно, я и тому радуюсь и буду радоваться,

19 Ибо знаю, что это послужит мне во спасение по вашей молитве и содействием Духа Иисуса Христа,

20 При уверенности и надежде моей, что я ни в чем посрамлен не буду, но при всяком дерзновении и ныне, как и всегда, возвеличится Христос в теле моем, жизнью ли то, или смертью.

21 Ибо для меня жизнь — Христос, и смерть — приобретение.

22 Если же жизнь во плоти [доставляет] плод моему делу, то не знаю, что избрать.

23 Влечет меня то и другое: имею желание разрешиться и быть со Христом, потому что это несравненно лучше

**Источником довольства и благодарности является - решение убрать себя из центра своей жизни и поместить туда Бога. То есть то, ради кого ты проживаешь конкретную ситуацию, определит будешь ли ты доволен. То, о ком ты думаешь в конкретной ситуации определить будешь ли ты доволен. То, кто является твоей конечной ценностью, твоим конечным устремлением, определит будешь ли ты удовлетворен и благодарен Богу.**

Именно об этом Иисус учил Своих последователей. Именно так и жил Сам Иисус и поэтому смог выдержать все искушения и смог остаться довольным, послушным Отцу и благодарным Ему.

### **Луки 14:25-27, 33**

25 С Ним шло множество народа; и Он, обратившись, сказал им:

26 Если кто приходит ко Мне и не возненавидит отца своего и матери, и жены и детей, и братьев и сестер, а притом и самой жизни своей, тот не может быть Моим учеником;

27 И кто не несет креста своего и идёт за Мною, не может быть Моим учеником

33 Так всякий из вас, кто не отрешится от всего, что имеет, не может быть Моим учеником

Об этом же говорит Бог римским христианам, через апостола Павла.

### **Рим.12:1**

Итак, умоляю вас, братия, милосердием Божиим, представьте тела ваши в жертву живую, святую, благоугодную Богу, [для] разумного служения вашего.

Люди мыслят так: «я буду счастлив и благодарен Богу, когда мне будет хорошо».

Бог же учит нас мыслить иначе: «ты будешь счастлив, когда в центре твоих устремлений будешь не ты, а Бог, то есть когда ты будешь стремиться угодить не себе, но Богу».

**\*\*\* Применение:**

1. Примите решение вывести себя из центра жизни, из центра конечных ценностей и устремлений и ввести в этот центр Бога.
2. В каждой дискомфортной ситуации переводите свое внимание с себя на Бога.

**\*\*\* Привести пример реальной борьбы.**

Второй источник возрастания удовлетворенности углубляет, усиливает и поясняет первый источник.

## **2. Замените «свои человекоцентричные желания и подпорки» на «богоцентричные желания и опоры»**

**Фил. 3:1-14**

1 Впрочем, братья мои, радуйтесь о Господе. Писать вам о том же для меня не тягостно, а для вас назидательно.

2 Берегитесь псов (**которые учат вас исполнять личные желания и полагаться на личные подпорки**), берегитесь злых делателей, берегитесь обрезания (**личная подпорка**),

3 Потому что обрезание — мы, служащие Богу духом, и хвалящиеся Христом Иисусом, и не на плоть надеющиеся,

4 Хотя я могу надеяться и на плоть. Если кто другой думает надеяться на плоть, то более я,

5 Обрезанный в восьмой день, из рода Израилева, колена Вениаминова, Еврей от Евреев, по учению — фарисей,

6 По ревности — гонитель Церкви Божией, по правде законной — непорочный.

**7 Но что для меня было преимуществом, то ради Христа я почел тщетою.**

**8 Да и все почитаю тщетою ради превосходства познания Христа Иисуса, Господа моего: для Него я от всего отказался, и все почитаю за сор, чтобы приобрести Христа**

9 И найтись в Нем не со своею праведностью, которая от закона, но с тою, которая через веру во Христа, с праведностью от Бога по вере;

10 Чтобы познать Его, и силу воскресения Его, и участие в страданиях Его, сообразуясь смерти Его,

11 Чтобы достигнуть воскресения мертвых.

**12 [Говорю так] не потому, чтобы я уже достиг или усовершенся; но стремлюсь, не достигну ли и я, как достиг меня Христос Иисус.**

13 Братья, я не почитаю себя достигшим; а только, забывая заднее и простираясь вперед,

14 Стремлюсь к цели, к почести высшего звания Божия во Христе Иисусе

Желания Павла были сосредоточены на на себе любимом и своих «подпорках», но на Христе и Его опорах.



Неблагодарность проистекает из претензии человека на то, что все должно крутиться вокруг него. Все его желания должны исполняться. Именно из-за этой претензии люди не могут достичь удовлетворенности и благодарности.

Главным девизом современных людей является: «Возлюби себя! Реализуй себя! Позаботься о себе иначе о тебе никто не позаботится! Жизнь одна, поэтому добивайся исполнения всех своих желаний». Для современных людей, начать жизнь не для себя это и не жизнь вовсе.

Такое бережное отношение к своим желаниям в современном мире воспитывается родителями с самого детства ребенка.

\*\*\* Люди посвященные исполнять свои желания похожи на тех, кто обвешан своими желаниями, как гранатами - «лимонками». Поэтому когда другие люди прикасаются к ним, то естественно срывают кольца с гранат желаний и взрывают эти желания. А когда люди более ....

Наше «я» и наши «желания» являются самыми злейшими врагами нашего счастья, довольства и благодарности.

Как мы уже упоминали «буддизм» заметил проблему желаний, но не смог дать верный ответ на них, призвав не заменить желания, а уничтожить, что в по сути не возможно сделать.

**Ядро буддизма – четыре благородных канона, то есть четыре основных положения.**

**Во-первых, жизнь – это страдание и потому зло.** Какой человек скажет, что жизнь его счастлива и что у него все точно так, как ему хотелось бы, а не наоборот? Трудно найти счастливец, зато каждый из нас чем-то недоволен, расстроен, обижен, претерпевает скорее страдания, чем радости, а если последние и случаются, то печалей, неустроенности, неудовлетворенности все равно больше.

**Во-вторых, надо ответить на вопрос: в чем причина человеческого страдания и несчастливой жизни? Заключается она в постоянном стремлении человека к чему-либо,** что понимается весьма широко и называется в буддизме жаждой. Человек всегда стремится к чему-то, чего-то хочет, имеет определенные желания и жаждет их реализовать. Начертите мысленно круг ваших желаний, а потом круг ваших возможностей. И второй окажется меньше и будет располагаться внутри первого. Неудивительно, что мы хотим всегда большего и лучшего. Поскольку возможности далеко не всегда совпадают с желаниями, мы увеличиваем свои возможности, совершенствуем себя, чтобы достичь желаемого, ставим перед собой цели и стремимся к ним, и потому вся наша жизнь – борьба и напряжение. Но как только мы достигаем цели, как только круг возможностей совпадает с кругом желаний, последний тут же увеличивается, у нас появляются новые цели, и мы опять к чему-то стремимся и напрягаемся и, главное, вновь страдаем от того, что желаемое не совпадает с действительным. Получается, что наши желания – это стремительно убегающий вдаль горизонт, а наша жизнь – постоянная погоня за неосуществимым и невозможным – оттого и является страданием, что мы изо всех сил хотим получить то, чего получить не можем. Этот сюжет знаком каждому с детства по прекрасной пушкинской сказке о рыбаке и рыбке: как только очередное желание старухи исполнялось, она немедленно хотела большего, а в результате оказалась у разбитого корыта. К такому же печальному концу приводит и наша погоня за эфемерным горизонтом желаний. Каждый день мы живем, готовясь к некоему «завтра», в котором наконец-то



реализуются наши цели и наступит желаемое, начнется «настоящая» жизнь. Но приходит «завтра», а мы тратим его на подготовку уже к другому «завтра», полагая, что там-то наверняка откроется наше счастье. Так проживаем мы жизнь свою – как бы в черновиках, все к чему-то готовясь и чего-то ожидая, а в результате оказывается, что беловика-то жизни не будет, что «завтра» не наступит и для будущего уже прошло время.

**Третьим в учении Будды является положение о том, что преодолеть страдание возможно через устранение жажды, то есть человек постоянно стремится к чему-либо.** Если бесполезно гнаться за расширяющимся кругом желаний, увеличивая при этом круг возможностей, то не лучше ли сузить круг желаний? Ведь возможности меньше не станут, а желания, ограниченные до них и с ними совпавшие, есть долгожданная гармония человека с самим собой, прекращение борьбы и напряжения, прекращение страданий. Ограничение и уничтожение желаний, стало быть, единственный способ преодолеть зло земной страдальческой жизни и обрести вечность и счастье. Устранение собственных желаний – **аскетизм** – и является путем правильной жизни.

**Четвертый канон** учения раскрывает этот путь или поясняет его. Правильный жизненный путь, ведущий к нирване, – это правильное суждение (т. е. понимание жизни как страдания), правильное решение (решимость проявлять сочувствие ко всем живым существам), правильная речь (бесхитростная, правдивая, дружественная), правильная жизнь (не вредить живым существам, не брать чужого, не прелюбодействовать, не вести праздных лживых речей, не пользоваться опьяняющими напитками). Аскетизм, таким образом, – это преодоление различного рода желаний и специфический стиль или способ жизни – практической, эмоциональной, интеллектуальной. Как ни удивительно на первый взгляд, но, чтобы достичь счастья, надо отказаться от постоянных стремлений к нему и, главное, не искать его там, где большинство людей пытается его найти, – в удовлетворении временных и суетных, пустых и призрачных материальных потребностей.

Бог же говорит, что необходимо заменить свои «человекоцентричные желания» на «богоцентричные желания».

Необходимо возлюбить Христа и найти счастье в угождении Ему, в явлении Его славы, исполнении Его воли!

Наше счастье в том, чтобы сделать приятно не себе, но Богу. Наше счастье в том, чтобы счастлив был Бог, а не мы.

\*\*\* Применение:

1. В каждой напряженной ситуации проанализируйте какие ваши желания задеты.
2. Замените свои «человекоцентричные желания» на «богоцентричные желания».

\*\*\* Привести пример реальной борьбы.