

## Prioridades de la Fe

### DÍA 8 — PRACTICAR UNA ACTITUD DE GRATITUD

“Así que, recibiendo nosotros un reino incommovible, tengamos gratitud, y mediante ella sirvamos a Dios agradándole con temor y reverencia” (Heb. 12:28, RVR1960).

#### Una mentalidad positiva

Hay un modo de pensar que importa mucho a Dios. En la Biblia, se nos anima repetidamente a practicar este comportamiento particular porque es agradable a Dios y una bendición para nosotros. Esta actitud es la gratitud. El libro de Hebreos dice, “Así que, recibiendo nosotros un reino incommovible, tengamos gratitud, y mediante ella sirvamos a Dios agradándole con temor y reverencia” (Heb. 12:28, RVR1960). La gratitud agrada a Dios y tiene un impacto positivo en nuestras propias vidas porque nos ayuda a centrarnos en lo positivo. Como un músculo, se fortalece cuando lo ejercitas deliberadamente reconociendo tus bendiciones.

Dios invita a sus hijos a ser personas agradecidas. En 1 Tes. 5:18 (RVR1960), el apóstol Pablo escribe, “Dad gracias en todo, porque esta es la voluntad de Dios para con vosotros en Cristo Jesús”. Dar las gracias significa recordar que alguien ha hecho algo bueno por nosotros y expresar esa gratitud con palabras atentas. Desarrollar una actitud de gratitud nos abre los ojos a los detalles bellos de la naturaleza y de otras personas. La gratitud nos permite agradecer las bendiciones sencillas sin exigir la perfección. Esto es importante porque, a este lado de la eternidad, la vida nunca transcurrirá sin sobresaltos. Pero la vida no tiene por qué ser perfecta para disfrutarla. La belleza nos encuentra y nos saluda de muchas maneras. El olor fragante de una flor, la grandeza del cielo estrellado en una noche despejada, el brillo afectuoso en los ojos de un amigo... cada uno de ellos nos recuerda la belleza que Dios ha preparado para quienes le aman.

#### Un cambio en nuestra atención

Al practicar la gratitud, desplazamos nuestra atención de las cosas imaginarias que no tenemos a las bendiciones reales que sí disfrutamos. La gratitud nace de la conciencia de la generosidad de Dios e implica una curiosidad por explorar las formas concretas en que Él nos revela su amor. Esta gratitud amplía el horizonte de la vida y aumenta nuestra capacidad de experimentar placer y satisfacción.

Estudios recientes demuestran que la gratitud no sólo mejora el bienestar de quien la da y de quien la recibe, sino que también puede ser buena para quienes la presencian. Según un reciente artículo del *New York Times*<sup>\*</sup>, presenciar un acto de gratitud entre dos personas puede hacer que los observadores sientan más calidez y afinidad hacia ambas. Por qué no practicar aquello para lo que Dios nos ha llamado: desarrollar una actitud de gratitud que cambiará a mejor nuestros encuentros con las personas que nos rodean y hará que el mundo sea un poco más agradable. Demos gracias a Dios por el don de la gratitud.

#### Oremos juntos.

<sup>\*</sup>Christina Caron, “Gratitude Really is Good for You,” *New York Times*, Junio 8, 2023.

**Tiempo de Oración (30–45 Minutes)****Oración a través de la palabra de Dios — Heb. 12:28**

“Así que, recibiendo nosotros un reino incommovible, tengamos gratitud, y mediante ella sirvamos a Dios agradándole con temor y reverencia”

**“Mostrémonos agradecidos”**

*Nuestro Dios amoroso, luchamos cuando se trata de devolverte una cantidad apropiada de gratitud por todo lo que has hecho por nosotros. La eternidad no es suficiente para darte las gracias debidas. Sin embargo, oramos para que te complazcas en nuestra acción de gracias. También te pedimos que nos ayudes a dejar de lado el cinismo, el juicio y el orgullo, para que podamos reconocer las bendiciones por las que podemos estar agradecidos. Ayúdanos a dedicar tiempo a expresarte gratitud a Ti y a los demás más de lo que expresamos nuestras quejas y pedidos. Desarrolla en nosotros una actitud genuina de gratitud. Amén.*

**“Puesto que recibimos un reino que no puede ser sacudido**

*Señor, Tú eres un Dios generoso. No sólo ofreciéndonos la salvación a un costo eterno para Ti, sino también dándonos Tu reino. No nos damos cuenta de la magnitud de los privilegios que Tú nos proporcionas. Por favor muéstranos diariamente el honor que es ser Tu hijo. Gracias por este inmenso amor y bendición. Amén.*

**Más sugerencias de oración**

**Agradecimiento y alabanza:** De gracias por las bendiciones específicas y alabe a Dios por su bondad.

**Confesión:** Dedique unos minutos a la confesión privada y agradezca a Dios su perdón.

**Guía:** Pide a Dios que te conceda sabiduría para los desafíos y decisiones actuales.

**Nuestra iglesia:** Ore por las necesidades de la iglesia local y mundial (vea hoja separada con las peticiones).

**Pedidos locales:** Ore por las necesidades actuales de los miembros de la iglesia, la familia y los vecinos.

**Escucha y responde:** Dedique tiempo a escuchar la voz de Dios y responda con alabanzas o cantos

**Sugerencias de Alabanzas**

*Himnario Adventista:* Cantad alegres al Señor (#1); Leámoste oh, Dios (#19); Una, es Señor mi petición (#296)

*Otras Alabanzas:* Lluvias de gracias; Cerca, más cerca; Corazones siempre alegres; Amoroso nos convida.