



A GRATIDÃO É UM CAMINHO PARA A FELICIDADE

Louvor Sugerido: "Gratidão | Fhop music" - Link para o YouTube:

https://youtu.be/3SEz_SemHtk?si=4CwXQ_z4oKd5LUBz

"E Melquisedeque, rei de Salém, trouxe pão e vinho; e ele era o sacerdote do Deus Altíssimo. E abençoou-o, e disse: Bendito seja Abrão do Deus Altíssimo, o Possuidor dos céus e da terra; e bendito seja o Deus Altíssimo, que entregou os teus inimigos nas tuas mãos. E Abrão deu-lhe o dízimo de tudo."([Gênesis 14:18-20](#))

Devocional: A gratidão é um caminho para a felicidade

A gratidão é uma atitude de coração que expressa reconhecimento e apreciação por algo ou alguém. É uma qualidade essencial para uma vida feliz e plena.

Quando somos gratos, estamos nos concentrando no que é bom em nossas vidas, em vez de nos concentrarmos no que está faltando. Isso nos ajuda a ter uma visão mais positiva do mundo e a nos sentirmos mais satisfeitos com nossas vidas.

A gratidão também nos ajuda a nos conectar com os outros. Quando expressamos gratidão, estamos mostrando que nos importamos com as pessoas e que apreciamos o que elas fazem por nós. Isso pode fortalecer nossos relacionamentos e criar um senso de comunidade.

A gratidão também pode nos ajudar a crescer espiritualmente. Quando somos gratos, estamos reconhecendo a bondade de Deus em nossas vidas. Isso nos ajuda a nos aproximar de Deus e a desenvolver uma fé mais forte.

Aqui estão algumas maneiras de praticar a gratidão em nossas vidas:

- **Mantenha um diário de gratidão.** Reserve alguns minutos todos os dias para escrever sobre as coisas pelas quais você é grato.
- **Faça uma lista de gratidão.** Faça uma lista de todas as coisas pelas quais você é grato. Você pode fazer isso mentalmente, ou pode escrever uma lista física.
- **Expresse sua gratidão a outras pessoas.** Diga a seus entes queridos que você os ama e aprecia.
- **Faça algo gentil por alguém.** Ajude alguém que precisa de sua ajuda.

A gratidão é um caminho para a felicidade. Quando somos gratos, estamos nos concentrando no que é bom em nossas vidas, e isso nos ajuda a viver uma vida mais plena e significativa.

Oração:

Ó Deus,

Obrigado por todas as suas bênçãos em minha vida. Sou grato por minha família, meus amigos, minha saúde e minhas posses. Sou grato por seu amor e graça. Ajuda-me a ser mais grato por tudo o que tenho. Ajuda-me a reconhecer sua bondade em todas as coisas. Ajuda-me a viver uma vida de gratidão.

Em nome de Jesus, amém.