

ЛЮБОВЬ ДЕЙСТВУЕТ

«Не хлебом одним будет жить человек, но
всяким словом, исходящим из уст Божиих»
(Мф. 4:4).



ВЕЧНОЕ СОКРОВИЩЕ

№ 12 Декабрь 2015

Ежемесячная христианская газета

www.lifesource.com.ua



«Любовь долготерпит,
милосердствует, любовь не
завидует, любовь не превозносится,
не гордится, не бесчинствует, не ищет своего,
не раздражается, не мыслит зла» (1 Кор. 13:4,5).



РОЖДЕСТВО, НАУЧИВШЕЕ ЖЕРТВЕННОСТИ

3

В подарок на Рождество Каролина мечтала получить всего одну вещь – ярко-красный шерстяной свитер, который девочка могла бы носить в школу. Ее старый свитер выглядел поношенным, он выгорел на солнце, а кое-где на нем проглядывали заботливо заштопанные мамой дыры.



БЛАГОДАРНЫ ЛИ МЫ?

8

Мы должны благодарить Господа за благословения, за дар Христа, за прощение грехов, за благодать и милосердие, за искупление, за спасение, за избавление от опасности и смерти, за то, что Бог нас слышит, за победу над смертью, за победу над грехами, за обращение людей, за милость, за жизнь вечную...



ЛЮБОВЬ, КОТОРАЯ ДЕЙСТВУЕТ

9

Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла. Не радуется неправде, а сорадуется истине; все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит.



ЦЕЛЕБНЫЕ ТРАВЫ

11

Любой кулинар скажет, что приправы являются едва ли не самыми главными компонентами любого блюда. Медики уже давно изучают вещества растительного происхождения и находят в них много невероятно полезных свойств для человеческого организма.

■ БЛАГОДАРНОЕ СЕРДЦЕ ■

Как часто вы размышляли о том, за что должны быть благодарны? Многие из нас порой забывают, насколько мы благодарны. Я не говорю о материальном. Я говорю о том, что на самом деле имеет важное значение: хорошие отношения с семьей и друзьями, здоровье, образование, работа, которая дает удовлетворение и средства для жизни.

Вдобавок к этим ценным дарам есть еще неисчислимо множество источников повседневных удовольствий: сладость спелой ягоды, красота заката, головокружительный аромат лилии, уютный костер прохладным вечером или холодный напиток жарким днем, детский смех, величественный звук органа, неповторимо красивое пение жаворонка, покой в любящих объятиях.

Каждый день мы получаем сотни даров, за которые можем быть благодарны, стоит только обратить на них внимание. Мы же, наоборот, любим сосредотачиваться на негативных сторонах жизни: на вещах, которые хотим иметь, но не имеем; на поведении людей, которое мы считаем несправедливым или неприемлемым. Для нас естественно замыкаться в себе, поэтому мы не замечаем окружающих нас благословений. Самый лучший способ изменить свой образ мыслей – каждый день встречаться с Богом, забывая свое «я».

Если мы впустим Бога в нашу жизнь, Он преобразует наше сердце. Мы не просто начнем замечать благословения и благодарить за них, но захотим поделиться ими с другими людьми. Откройте Ему свое сердце, Он наполнит его радостью и хвалой до избытка.

Нам, как редакционному коллективу газеты «Вечное Сокровище», хочется

поблагодарить Господа за каждого нашего читателя, за каждого распространителя наших газет, за каждого поэта, за каждого автора статей.

Наши авторы статей: Николай Яненко, Мирон Вовк, Игорь Корещук, супруги Богдан и Ольга Стасюк, Татьяна Чурсина, Михаил Юнаковский, Тамара Забродченко, Роман Кисаков, Мария Миронова, Виктор Белоусов, Агнесса Привитная, Александр Савин, Мария Походжай, Дмитрий Булатов, Галина Заборчук, Павел Гончар, Анна Назарова, Борис Ганаго, Наталья Гурмеца, Анна Аникина, Ирина Голубенко, Любовь Фролова, Сергей Гаврюк, Анна Харланчук, Михаил Груздев, Светлана Козаченко, Валентин Опря, Елена Чепилка, Иван Подорожный, Лидия Нейкурс и др.

Наши поэты: Алла Джеджелий, Валерий Шумилин, Ольга Бокова, Петр Асауленко, Александр Сибилев, Оксана Гудзь, Николай Тумный, Любовь Васенина, Михаил Михайловский, Инна Коваленко, Валентина Рожнова, Е. Красюк, Надежда Саливон, Леонид Писарчук, Вера Половинко, Юрий Вавринюк, Вера Рябоконь, Петр Уровский, Ольга Граб, Иван Грибачев, Светлана Юрьевна, В. Калюженко, Лилия Донич, К. Левицкий, Ольга Дрожжина, Василий Возлюбленный, Ирина Субботина, Николай Куприй, Галина Товстик, Любовь Ряничева, Т. Тельпова, И. Исаков и др.

Особая благодарность Ксении Карпачевой из города Бердянск за ее регулярную помощь в развитии газеты. А также Владимиру Пенькивскому из пгт Попельня и другим за их посвященное служение и помощь людям в восточной части нашей страны, за



распространение вестей Евангелия среди тех, кто переживает тяжелые времена в своей жизни и очень нуждается в материальной и духовной поддержке. Слава Богу за ваш труд!

Пусть Господь благословит всех вас и ваши семьи в наступающем новом 2016 году! Спасибо вам, что весь предыдущий год вы были с нами! Мы будем продолжать молиться о каждом из вас!

Для всех нас этот год был непросто. Во всех наших обязанностях главное – не унывать, но от всего сердца выполнять то, что нам поручил Бог. Все наши труды важны для Бога. Он ценит каждое наше усилие. Вы, наверное, когда-то давали задание ребенку, думая: «Я могу сделать это в десять раз лучше и быстрее». Бог, наш Творец, может только сказать или даже подумать, и все совершится, но мы тогда не сможем ничему научиться, не сможем расти и по достоинству оценить плоды наших трудов.

Все эти труды и обязанности Бог использует, чтобы совершенствовать

нас. Перемены в образе жизни или в отношениях сложно, а порой даже невозможно осуществить самому. Но Иисус сказал: «Невозможное человеку возможно Богу» (Лк. 18:27).

Он может сделать это чудесным образом! Желаем всем вам в новом году применять знания и принимать мудрые решения. Господь хочет, чтобы мы забыли недобрые поступки и несовершенные человеческие принципы, посмотрели вперед с радостным желанием выполнить работу, которую Он хочет совершить в нас и через нас для человечества.

Не живите прошлыми достижениями и неудачами – идите в будущее с верой. Что нового сможет совершить в вас Бог в наступающем году? Он приготовил вам подарок и с нетерпением ждет, когда вы его откроете. Так не ждите завтра, примите его сегодня!

Яна Хорошун,
ответственный редактор
газеты «Вечное Сокровище»

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

о снеге и снежинках

Снежинки на 95% состоят из воздуха. Именно поэтому они падают очень медленно, со скоростью 0,9 км/час.

Почему снег белый? Как раз потому, что он имеет в своей структуре воздух. При этом всевозможные лучи света попросту отражаются от границы кристаллов льда с воздухом и рассеиваются.

Однако в истории бывали случаи, когда выпадал снег другого цвета. Например, в Швейцарии в 1969 году выпал черный снег на Рождество, а в 1955 году на Калифорнию обрушился зеленый снегопад.

В Антарктике и высоких горах встречается снег розового, фиолетового, красного и желтовато-бурого цвета. Этому способствуя существа, которые живут в снегу и называются хламидомонадой снежной. Снег в нормальных условиях тает при температуре 0 градусов Цельсия. Однако значительный объем снега может испариться при минусовой температуре, минуя преобразование в жидкое состояние. Этот процесс происходит, когда солнечные лучи попадают на снег.

В зимнее время года снег отражает от поверхности Земли до 90% солнечных лучей, направляя их снова в космос и тем самым не давая планете прогреться. Снег образуется при замерзании водяного пара, содержащегося в атмосфере. Вначале появляются крошечные кристаллики, чистые и прозрачные. Следуя за воздушными течениями, они перемещаются в воздухе во всех направлениях. Постепенно эти кристаллики соединяются друг с другом, пока их



не наберется сотня или даже больше. Когда размеры замерзших льдинок оказываются достаточно большими, они начинают медленно опускаться на землю. Эти скопления льдинок мы и называем снежинками.

Как известно, снег не ложится по всему земному шару, это связано с температурными условиями некоторых стран.

Именно поэтому большинство людей, которые населяют нашу планету, никогда в своей жизни не видели снега, разве что на фотографиях либо побывали в снежных странах. Из всего выпавшего снега на всем земном шаре не найдется двух одинаковых по структуре снежинок.

Во время снегопада в 1987 году в Форт-Кое (Монтана, США) была найдена снежинка – мировая рекордсменка – диаметром 38 см.

Когда снежинка падает в воду, она издает высокочастотный звук, который не улавливается человеком, но, по словам ученых, очень не нравится рыбе.

МЫЛО ПЛЮС

Представьте себе такую ситуацию. Вы приходите с улицы домой и направляетесь в ванную комнату, чтобы помыть руки. Щедро выдавив на ладонь порцию жидкого мыла и растерев его руками, вы открываете кран, но... вместо воды слышите звук, свидетельствующий об отсутствии воды.



Какое-то время вы стоите в растерянности, думая, что же теперь делать. Потом начинаете суетливо искать какие-то емкости с запасом воды, какой-то ковшик, чтобы почерпнуть, наливаете воду (если она нашлась), неловко смываете мыло, когда ковшик выскальзывает из рук...

В конце концов вы заканчиваете эпопею с мытьем рук и выходите из ванны с чувством досады на самого себя за то, что не удосужились прежде открыть кран и выяснить, есть ли вообще вода. Но и винить некого – сами виноваты! Попад еще несколько раз в подобную ситуацию, вы вырабатываете у себя стабильную привычку: проверять напор воды, прежде чем в очередной раз мыть руки. Вы приобретаете бесценный опыт, помня, что мытье рук – это не только наличие мыла, но еще и воды. Поэтому без наличия хотя бы одного компонента вымыть руки не получается.

Эта история говорит о том, что свои лучшие привычки мы иногда приобретаем после ряда досадных ошибок или

недосмотров. Однако подобным образом мы снова и снова обманываемся по жизни, не соблюдая правила «наличия всех компонентов».

Помните притчу Иисуса о строителе башни? «Ибо кто из вас, желая построить башню, не сядет прежде и не вычислит издержек, имеет ли он, что нужно для совершения ее, дабы, когда положит основание и не сможет совершить, все видящие не стали смеяться над ним, говоря: этот человек начал строить и не мог окончить?» (Лк. 14:28-30).

Начал строить, а материалов и средств на все не хватило. Значит, «формула строительства объекта» такова: «Мое желание построить» плюс «Наличие полной суммы стоимости проекта». Нет одной составляющей – нет строительства!

Этот же принцип положен в основу и всех остальных наших ошибок. Мы что-то делаем, не удосужившись спросить у Бога, а есть ли на то Его воля!

Не так проста, оказывается, наша формула! Подумайте об этом на

досуге. Все, с чем мы сталкиваемся, состоит из компонентов. Возьмите себе за правило всегда проверять полное их наличие, прежде чем в очередной раз «намылить руки».

Михаил Юнаковский
mihailyunakovsky.ru



Рождество, научившее жертвенности

Нина Вальтер



В подарок на Рождество Каролина мечтала получить всего одну вещь – ярко-красный шерстяной свитер, который девочка могла бы носить в школу. Ее старый свитер выглядел поношенным, он выгорел на солнце, а кое-где на нем проглядывали заботливо заштопанные мамой дыры. В довершение всего свитер стал ей мал. Каролина стеснялась стоять рядом со своей лучшей подругой Марианной, у которой был новый свитер голубого цвета и берет в тон.

Вначале девочка намекала родителям о своем желании, затем прямо говорила о нем и даже молилась о том, чтобы получить новый свитер. Однако теперь Каролина старалась просто об этом не думать. После того как закрылась фабрика, ее отец остался без работы.

– Все они просят прийти после Рождества, – подытожил отец однажды утром, спустя неделю безуспешных попыток устроиться на работу. – Надеюсь, нам хватит денег, чтобы продержаться до этого времени.

– Придется потуже затянуть пояса, – сказала мама. – Отложим наши рождественские планы до лучших времен.

Она взглянула на Каролину, и та почувствовала, что мама ожидает услышать от нее нечто вроде: «Да ничего страшного», но она не смогла этого произнести. Девочка поспешила выйти из дому. Марианна уже ожидала ее у калитки, чтобы вместе идти в школу.

– Это будет ужасное Рождество, – размышляла Каролина дорогой.

Впервые в жизни в этот день она не получит ни единого подарка. Что она скажет подружкам, когда те станут хвалиться полученными подарками?

В школьном дворе девочки примкнули к толпе прочих учеников, ожидавших, когда прозвенит звонок. Все оживленно обсуждали, кто что надеется получить на Рождество: велосипеды, санки, радиоприемники, новую одежду.

Ребята, родители которых, подобно отцу Каролины, после закрытия фабрики лишились работы, были немногословны.



Девочка заметила, что некоторые из них выглядят столь же разочарованными, как и она сама.

Мисс Додсон, их учительница, призвала класс к порядку. Затем она предложила ребятам нечто очень необычное.

– Я случайно услышала, как вы обсуждали подарки, которые хотели бы получить, но ведь это так банально. Почему бы вам вместо этого не подумать о том, кому и что вы сами подарите по случаю праздника? Ведь намного интереснее и приятнее дарить, чем получать.

– Но мы же дарим, – попыталась возразить Марианна. – Мы всегда обмениваемся подарками друг с другом.

– Я говорю не о том, чтобы дарить подарки членам вашей семьи и друзьям, – объяснила мисс Додсон. – Предлагаю вам сделать приятный сюрприз человеку, который в этом действительно нуждается, но не может ответить вам тем же. Подарить что-либо, не ожидая при этом ничего взамен, – эта идея понравилась всему классу.

Совместными усилиями ребята составили список тех, кого бы они хотели порадовать в предстоящие праздничные дни. Одни решили чинить и мастерить игрушки для малышей. Другим хотелось чем-то помочь людям пожилого возраста и одиноким. Каждый ребенок должен был собственноручно изготовить рождественскую поздравительную открытку и прикрепить ее к своему подарку. Либо же записать в ней доброе дело, которое он планировал для кого-нибудь сделать, например, подмести тротуар, наколоть дров или же просто пропылесосить дом.

Этому занятию мисс Додсон посвятила урок рисования. Каролина с Марианной трудились над своими открытками вместе.

– Я выбрала Сусанну Томсон, – шепнула Марианна. – Ты ведь знаешь пятилетнюю девочку, которая недавно сломала руку?

– Что ты решила для нее сделать? – спросила Каролина.

– Я хочу сшить ее куклам одежды, а затем помочь Сусанне одеть их. А кого будешь поздравлять ты?

– Миссис Глиссон, пожилую леди, которая живет по соседству, – ответила Каролина. – Но я еще не придумала, что ей подарить.

– Ты можешь подарить ей одну из своих книг, – предложила Марианна.

– Она очень редко читает, – вздохнула девочка. – Обычно она сидит у окна в своем инвалидном кресле и, слушая радио, вяжет спицами либо крючком.

По дороге домой Каролина размышляла о том, чтобы такого

подарить своей пожилой соседке. Миссис Глиссон сидела у окна. Как всегда, она вязала спицами с неизменной быстротой. Заметив стоявшую на улице Каролину, женщина помахала ей. Девочка ответила тем же. В тот момент у нее появилась идея.

Каролина вспомнила о ворохе старых журналов, хранившихся на чердаке. Когда она была маленькой, то любила вырезать из них цветные картинки. Девочка припомнила, что в журналах часто встречались схемы вязания, которые можно было бы собрать вместе и вклеить в чистый альбом.

– Теперь я знаю, что подарить, – сказала она вслух и поспешила домой, желая поскорее начать воплощать свою идею в жизнь.

В течение следующей недели Каролина ежедневно проводила несколько часов на чердаке, вырезала и вклеивала. Наконец чудесный альбом с множеством различных схем вязания спицами и крючком был готов.

– Надеюсь, ей понравится, – сказала девочка, показав маме плод своих стараний.

– Не сомневаюсь, – заверила ее мама, – миссис Глиссон часто берет схемы у соседей. В этих старых журналах тебе удалось найти немало очаровательных узоров для вязания.

В канун Рождества Каролина упаковала свой подарок в яркую оберточную бумагу, которую сохранила с прошлого праздника.

Перевязав сверток самодельной веревочкой, сделанной из скрученных вместе зеленой и красной нитей, девочка просунула под нее свою поздравительную открытку. Затем она отправилась к миссис Глиссон.

– Подарок для меня! – воскликнула женщина. – Как мило! Вот уже многие годы мне никто ничего не дарил. Интересно, что там.

– Распечатайте его, – предложила Каролина, – я сделала это своими руками.

Когда миссис Глиссон увидела находящийся внутри альбом, то очень обрадовалась.

– Вот это да! Ты приготовила для меня чудесный подарок. Даже не знаю, как тебя отблагодарить. Если бы только я могла что-нибудь для тебя сделать!

– Да что вы, не стоит, – успокоила ее Каролина. – В это Рождество мы всем классом решили изменить традицию: дарить подарки тем, кто не может сделать тебе ответный подарок. Понимаете, порадовать кого-то, не ожидая при этом ничего взамен.

– Замечательная идея, – улыбнулась пожилая женщина, – Рождество, научившее жертвовать. Я тоже хочу принять в этом участие.

Она окинула Каролину беглым взглядом.

– Дорогая, тебе нужен новый свитер. Этот совсем износился.

– Знаю, – пробормотала девочка.

– Недавно по просьбе миссис Блейк я вязала костюмчики двум ее очаровательным близнецам, и у меня еще осталось много красной пряжи. Так вот, – продолжала миссис Глиссон, – как ты смотришь на то, чтобы связать себе из них новый свитер?

– Я не могу, – опустив голову, ответила Каролина, – не умею.

Женщина улыбнулась.

– Если ты придешь ко мне после праздников, я научу тебя. И ты сможешь сама связать для себя свитер. Что скажешь?

– Разумеется, да, – воскликнула Каролина, – с удовольствием! Вы действительно меня научите? Я очень этого хочу.

– С радостью, – ответила миссис Глиссон. – Это будет весело.

Каролина все-таки получила новый свитер. Он очень нравился девочке, ведь она связала его своими руками. Более того, миссис Глиссон приготовила Каролине сюрприз: связала для нее берет в тон свитеру!

▶ ЛЮБОВЬ ЖИВЕТ не для себя



Любовь живет не для себя, И от того она – прекрасна, С ней человек готов, любя, Собою жертвовать всечасно.

Любовь не ищет своего И в доброте неутомима, Всегда желает одного: Быть вечной радостью любимым!

А если вдруг придет беда – Любовь отчаянья не знает, Плечо с готовностью всегда Под бремя друга подставляет.

Нам это счастье дал Творец – Дарить друзьям любовь такую, Неся тепло своих сердец, Добром украсить жизнь земную.

Учитесь, люди, так любить, Чтобы, решая все задачи, Не для себя на свете жить! Любовь не может жить иначе!



▶ ПОЖЕЛАНИЯ

Не меняйте в рассказе смысла, Не лишайте поэму сути. Будьте солью и светом будьте, Если тьма над землей повисла. Если сердце молчит – молчите, Если сердце ликует – пойте! Нужно в двери стучать – стучите, Ну а к вам постучат – откройте! Удостоите пичугу взора, Даже если жар-птица рядом. Откажитесь сумеете от клада, Если клад причиняет ссоры. Не забудьте с собой в дорогу Радость взять, а печаль оставьте. Если скажете: «Слава Богу!», Восклицательный знак поставьте! Дружбой меряйте расстоянье, Улыбайтесь и в дни непожогие, Отразите в себе Сына Божия – Вот и все мои пожелания.

Леонид Писарчук





СМЕЛЫЙ ШАГ, который сделает вас счастливыми

II часть

Один человек шел по берегу моря и увидел мальчика, который поднимал что-то с песка и бросал в воду. Когда он подошел ближе, то понял, что мальчик поднимает с песка морские звезды, которых вынесло волной. Все побережье на многие километры было буквально усеяно миллионами морских звезд.

— И зачем ты бросаешь эти морские звезды в воду? — спросил он, подходя ближе к пареньку.

— Если они останутся на берегу до завтрашнего утра, когда начнется отлив, то погибнут, — ответил тот, не прекращая своего занятия.

— Но это просто глупо! Оглянись! Здесь множество морских звезд. Твои попытки ничего не изменят!

Мальчик поднял следующую морскую звезду, на мгновение задумался и, бросив ее в море, сказал:

— Нет, мои попытки изменят очень многое... именно для этой звезды.

Вы можете подарить надежду для своего окружения, спасти хотя бы одну "звездочку" человеческой души!

Попробуем найти ответ на еще один важный вопрос: Является ли крещение обязательным? Влияет ли крещение на спасение? Иисус сделал два заявления: в начале и в конце Своего служения. «Кто будет веровать и крестится, спасен будет...» (Мк. 16:16). Христос утверждает,

что истинная вера ведет ко крещению, как и настоящая любовь ведет к созданию семьи. Вера, которая не ведет к истинной любви, бессмысленна. Можете ли вы представить, чтобы юноша, говоря любимой о своих чувствах, уверял ее: «Я настолько тебя люблю, что никогда на тебе не женюсь!»? Если мы действительно доверяем Христу, то пожелаем строить с Ним близкие отношения, заключив завет через крещение.

«Иисус отвечал: истинно, истинно говорю тебе: если кто не родится от воды и Духа, не может войти в Царствие Божие» (Ин. 3:5). Христос утверждает: чтобы войти в Царство Небесное, необходимо духовное возрождение сердца и рождение от воды, то есть крещение.

Может ли крещение младенцев быть действительным перед Богом?

Если крещение — это соглашение, то в каждом договоре есть двусторонние условия. Протестируйте крещение младенцев по пяти приведенным ниже библейским критериям:

1. Христос утверждал, что сначала надо научить. Сам Иисус крестился во взрослом возрасте. Ведь маленький ребенок не имеет знаний библейской истины и не может отвечать за свои поступки. Об учениках Христа читаем:

«Но, когда поверили Филиппу, благовествующему о Царствии Божием и о имени Иисуса Христа, то крестились и мужчины и женщины» (Деян. 8:12). Ни слова не сказано о малолетних детях.

2. Способен ли ребенок в пеленках верить? Нет! Ибо вера является результатом определенных знаний.

3. Может ли младенец каяться? Нет, ведь он еще не успел сознательно согрешить.

4. Способен ли ребенок придерживаться того, что говорит Библия? Нет!

5. И, наконец, крестят ли ребенка по библейскому учению полным погружением в воду? Нет, его поливают или кропят!

Если даже один из пунктов не выполняется, может ли директор поставить печать одобрения на документе? А здесь ни одно из пяти условий не соблюдено! Так может ли Бог одобрить такое крещение, не являющееся библейским? Конечно, нет.

Кто-то может возразить: «А разве мы не подвергаем опасности своих детей, если с ними в детстве произойдет несчастье, а они некрещенные? Не погибнут ли из-за нашей халатности?». Это важные вопросы. Ответы содержатся в Послании апостола Павла: «Ибо неверующий муж освящается женою (верующею), и жена неверующая освящается мужем (верующим); иначе дети ваши были бы нечисты, а теперь святы» (1 Кор. 7:14). Итак, если оба родителя неверующие и некрещенные, то и дети нечисты; но если хотя бы один из родителей верующий, то апостол говорит, что они «святы». Это значит, что ради спасения младенцев Бог готов вменить им праведность родителей, когда они еще не могут самостоятельно принимать духовные решения.

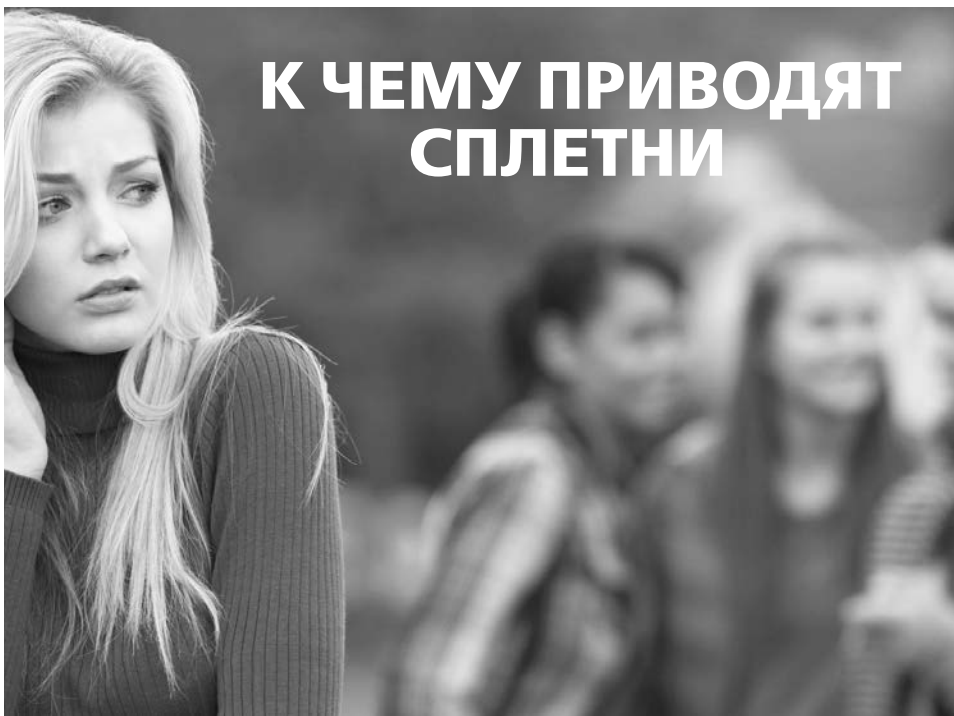
Позвольте своим детям самостоятельно сделать взвешенный выбор во взрослом возрасте. Бог — всемогущий, но Он никогда не заставляет человека стать христианином.

Но самая большая проблема — не в выборе детей, а в выборе взрослых. Человек часто откладывает важные решения на неизвестное «завтра» или «потом», которое нам не принадлежит. Мало кто живет настоящим, большинство откладывает важные решения на будущее. Есть вещи, которые смертельно опасно откладывать.

Человек нередко ищет себе извинения, но оправдание — это «гвозди» для построения «здания неудачи». Лучшее время решить вопрос своей вечной судьбы находится между «вчера» и «завтра», то есть это время — сегодня! Возможно, вы думаете о том,

сколько препятствий возникнет на вашем пути, если вы решитесь твердо стать на Божий путь? Хватит смотреть на людей, достаточно оглядываться на ложные точки зрения окружающих, пришло время учитывать не меняющиеся человеческие мнения, а высянить точку зрения Самого Бога, Который так долго ждет нашего «духовного рождения». И во времена Христа были люди, которые проигнорировали призыв ко крещению. Священное Писание говорит: «А фарисеи и законники отвергли волю Божию о себе, не крестившись от него» (Лк. 7:30). Фарисеи не поверили в важность крещения и погибли без надежды. Бог сегодня ждет возвращения Своих детей, неважно, сколько прошло лет. Наша вечная судьба будет зависеть от того, какому примеру мы последуем. Сквозь века звучит голос Христа: «Итак, что ты медлишь? Встань, крестись и омой грехи твои, призвав имя Господа Иисуса» (Деян. 22:16). Никогда не поздно сделать шаг навстречу Господу, какими бы грешными вы себя ни считали и сколько бы лет вам ни было. Если у вас есть другие препятствия, поверьте: ни одно из них не является непреодолимым, ведь вопрос касается вашей души, вашего спасения и вашей вечной жизни. Отдайте свое сердце в руки Спасителя именно сейчас, не медля ни минуты!

Игорь Корещук



К ЧЕМУ ПРИВОДЯТ СПЛЕТНИ

Сплетни приводят к одиночеству. Сплетни не способствуют установлению подлинных и продолжительных отношений между людьми. Кем бы вы ни были, если не научитесь сдерживать своего «внутреннего критика», рано или поздно заработаете репутацию ненадежного человека. Тот, кто публично всех критикует, вряд ли сможет рассчитывать, что кто-либо поделится с ним сокровенными мыслями или чувствами. Рано или поздно люди начинают понимать, что сплетники, любящие обсуждать окружающих, не сделают исключения и для них.

Сплетни обнажают комплексы. Слухи, будь то новости мирового масштаба или небольшая тайна, зародившаяся в дружеском кругу, обнажают неуверенность и комплексы тех, кто их распространяет. Опра Уинфри однажды сказала: «Когда мы за чьей-то спиной высказываем критические замечания, то стремимся почувствовать собственную значимость, поскольку в действительности ощущаем свою уязвимость, недостойность и недостаточную смелость, дабы быть прямолинейными». Мы все боремся с собственными комплексами и неуверенностью.

И слухи — это всего лишь одна из масок, которую мы примеряем, стремясь тем самым ощутить себя более значимыми, чем в действительности являемся.

Распространение слухов свидетельствует об эмоциональной незрелости. Вне всяких сомнений, обуздать своего «внутреннего критика» — задание, требующее времени и сил.

Постоянное обсуждение слухов свидетельствует о нежелании человека взрослеть в эмоциональном плане. Он, как и все мы, нуждается в эмоциональной разрядке, однако при этом не находит более подходящего способа снять напряжение.

Слухам присущ «эффект бумеранга». Говорят: «Что посеешь, то и пожнешь». То, что мы «сеем», рано или поздно возвращается к нам в виде «урожае». Иисус проиллюстрировал принципы существования общества, сказав: «...Каким судом судите, таким будете судимы; и какою мерою мерите, такою и вам будут мерить» (Мф. 7:2).

Сплетничайте — и вы сами станете объектом пересудов. Осуждая кого-либо за принципы или поступки, помните, что вы совершаете это на свой страх и риск.

Слухи обманывают вас. Наш разум всегда стремится сопоставить внутренний мир с внешним. И, поскольку слухи извращают внутреннюю перспективу человека, заметив негативные вещи, о которых вам поведали, не составят труда, при этом не важно, существуют ли последние в действительности. **Итак...** Слухи не способствуют хорошей жизни. И, хотя существует множество полезных занятий, вместо обсуждения сплетен, на мой взгляд, наиболее эффективным методом в борьбе с «внутренним критиком» является привычка «быть адвокатом». Это привычка

воздерживаться от осуждения человека, который, с вашей точки зрения, поступает неверно, халатно либо недостаточно хорошо, и поиск того, за что его можно ценить и уважать.

Попробуйте. В течение последующих 24 часов всякий раз, когда вам захочется подумать или сказать о ком-то что-либо негативное, попытайтесь изменить ход мыслей. Найдите то, что можно было бы сказать в оправдание данного человека. Поступив так, вы станете свидетелем того, как крошечный киль развернет огромный корабль.

ПОВЧАННЯ

Молитись треба завжди, друже,
А не тоді, коли гримить.
Молитва душу очищає
І допомагає всім нам жити.
Любити Бога завжди треба,
А не тоді, коли болить.
Господь повинен бути з нами
Усе життя, а не на мить.
Коли ми з Богом, ми чистіші
І наші помисли ясні.
Господь завжди іде на поміч,
Коли приходять чорні дні.
В свята і будні разом з Богом
Повинні бути ми щодня,
Щоб з Богом нас не розділила
Наша щоденна суєта.
Усі ми люди, всі ми грішні,
Та Бог прощає нам гріхи,
Якщо ми Богу не лукавим.
Так є, було й буде віки.
Хай кожен з нас це усвідомить
Що ми "під Богом" живемо
І лише із вірою у Нього
В Небесне Царство прийдемо.

Петро Асауленко



Еще со школьной скамьи нам знакомо такое понятие, как антонимы. Что же такое антонимы? Это слова, относящиеся к одной и той же смысловой группе, но имеющие противоположные значения, к примеру, добро – зло; красивый – безобразный. Однако в жизни мы нередко сталкиваемся с позитивными антонимами, то есть вещами по своей сути противоположными, но при этом позитивными. Например, цвета: холодные (синий, фиолетовый, зеленый) – теплые (желтый, красный); противоположные темпераменты: сангвиник – меланхолик; холерик – флегматик; противоположные черты характера: напористость – уступчивость; твердость – мягкость. Данные черты являются позитивными, хотя они и противоположны по значению.

Можно ли объединить такие противоположные понятия? Это не представляется нам возможным. Однако все совсем наоборот! При объединении данных противоположных, но при этом позитивных качеств в результате мы получаем нечто уникальное, гармоничное, совершенное.

Изобразив рядом теплые и холодные цвета, мы получим раду. Если супруги обладают противоположными темпераментами, каждый из них обогащается уникальными чертами своего партнера. Характер человека, в котором гармонично сосуществуют противоположные позитивные черты, принято считать симметричным, уравновешенным.

Мы с вами исследуем две позитивные противоположности в теологии, которые, объединившись, составляют нечто уникальное и неповторимое, а именно: основу Божьего престола. О них пишет апостол Иоанн: «Ибо закон дан чрез Моисея; благодать же и истина произошли чрез Иисуса Христа» (Ин. 1:17). Итак, сегодня речь пойдет о Законе и благодати.

Божественный Закон является позитивным

Закон – это положительное или отрицательное явление? Существуют ли деструктивные законы? Разумеется! Нам известны законы государств, пресекающие свободу совести, преследующие верующих.

Почему же определенные законы могут привносить в социум негатив? Потому что они имеют отпечаток испорченного грехом законодателя и могут нести зло.

Что же можно сказать относительно морального Божьего Закона? Является ли он позитивным или же негативным? Если вынести данный вопрос на обсуждение представителям протестантских конфессий, какой ответ мы получим? Закон – это иго, это рабство, это убийца духа! А какую оценку дает Закону Священное Писание? «Посему закон свят, и заповедь святая и праведна и добра» (Рим. 7:12). Итак, Закон является добрым, то есть положительным. Божий моральный Закон является совершенным (см. Иак. 1:25). В нем нет даже тени негатива. Ведь за этим Законом стоит святой, совершенный Законодатель, а потому он универсальный, то есть

актуален для всех людей во все времена. Этот Закон несет добро, поскольку Бог есть любовь.

Положительное предназначение Закона

Что же в Законе есть положительно-го? В чем заключается добро Закона? В его совершенных функциях. Закон является регулятором взаимоотношений между человеком и Богом, между человеком и человеком и даже между человеком и животным (скот также должен покоиться в субботу). Закон регламентирует жизненные границы, в рамках которых человек может безопасно существовать.

Бывали ли вы в зоопарке? Что позволяет вам безопасно прогуливаться среди львов, удавов и страусов? Клетки, в которых те находятся. Однако в условиях заповедника, где львы, удавы и страусы свободно перемещаются, уже сам человек вынужден находиться в специальном автомобиле! Лишь так мы можем чувствовать себя защищенными от посягательств со стороны диких зверей и получить возможность передвигаться по территории заповедника.

Такого рода «клеткой» для нас и является Закон. Он оберегает нас от «рыкающего льва», сатаны, который стремится погубить человека. В этом заключается благость или позитив, который несет в себе Закон! Это приносит благословение и счастье, а также свободу, поскольку она является осознанной необходимостью. Вы осознали, что нуждаетесь в защитной «клетке», в которой можете безопасно перемещаться по земле!

Закон определяет качество поступков, регламентируя, что есть добро, а что зло. На основании чего можно доказать человеку, что он грешит? Исключительно на основании Божественного Закона – заповедей, которые говорят о том, что нужно делать, а какие поступки ведут к гибели.

Закон определяет не только качество поступков, но и их мотивы! «Что же скажем? Неужели от закона грех? Никак. Но я не иначе узнал грех, как посредством закона, ибо я не понимал бы и пожелания, если бы закон не говорил: "не пожелай"» (Рим. 7:7). Именно десятая заповедь определяет качество нашего внутреннего мира, наших мотивов! Скверные желания служат мотивом практически каждого плохого поступка, каждого нарушения предыдущих девяти заповедей, то есть каждого греха. Для Божьего Закона характерна еще одна позитивная черта: он является основой каждого завета, когда-либо заключенного между Богом и человеком: завета с Адамом (см. Быт. 26:5), завета с Израилем (см. Втор. 30:16) и Нового Завета (см. Евр. 10:16).

Обратите внимание: на протяжении всей истории человечества актуальным остается одно и то же условие Завета – соблюдать Закон, живи и получай благословения! Насколько все просто и понятно!

Необходимость благодати

Зачем же в таком случае благодать? И что это такое? Приведем самое

простое и распространенное определение: благодать – это незаслуженная милость.

Нуждаются ли в благодати святые ангелы? А небожители? Нет! Почему? Апостол Павел называет Закон святым, поскольку он дан святой Личностью. Исполнить его способны лишь святые существа. В благодати нуждается исключительно наша падшая планета, исключительно грешники! Зачем же грешнику благодать? «Ибо возмездие за грех – смерть, а дар Божий – жизнь вечная во Христе Иисусе, Господе нашем» (Рим. 6:23).

Почему Закон требует смерти грешника? Потому что грешник уже сам по себе является мертвым существом.

«...Вас, мертвых по преступлениям и грехам вашим» (Еф. 2:1). Мертвое существо не способно жить вечно в обществе святых, безгрешных существ, его необходимо изолировать, похоронить. Так будет лучше и для этих существ, и для него. Существует интересное выражение: «Бог не накажет грешника мукой вечной жизни в обществе праведников».

Во время грехопадения природа человеческого естества, делавшая возможным соблюдение Закона, была изменена. Грешный человек уже ни при каких обстоятельствах не в состоянии во всей полноте исполнить Закон. Так не лучше ли было бы это мертвое, не способное к жизни в обществе небожителей существо просто похоронить? Мы с вами поступили бы именно так. Однако Божья любовь не позволила Ему поступить с грешником подобным образом. Он нашел уникальное решение, причем оно было предложено Самим Иисусом! Отец не без внутренней борьбы согласился с этим решением. Данное решение и названо Божьей благодатью.

Благодать Иисуса Христа

В чем же заключается это решение? «Смирив Себя, быв послушным даже до смерти, и смерти крестной» (Флп. 2:8). Эту Божью благодать, которая комплексно решает все существующие проблемы грешника, можно обозначить одним словом – крест. Что же совершил крест, или Божья благодать? Иисус удовлетворил требования Закона относительно смерти грешника – Он, будучи Законодателем, Сам умер за Свой нарушенный Закон. Он в совершенстве исполнил требования Закона: «...Я соблюду заповеди Отца Моего и пребываю в Его любви» (Ин. 15:10). Грешнику засчитывается данное соблюдение Закона так, как если бы он лично в совершенстве его исполнил. Крест дает Иисусу право вмешаться в естество грешника, тем самым сделав его способным на протяжении всей вечности исполнять Закон, подобно безгрешным небожителям. Сегодня Бог возрождает моральное естество человека, а во время воскресения и перевоплощения при Втором пришествии Христа Он преобразует его физическое естество таким образом, что он вновь станет способным исполнять Закон. Все эти три действия Бога именуются благодатью. Вы заметили, как благодать "вращается" вокруг Закона?

Единство Закона и благодати

Обратимся вновь к евангельскому тексту Иоанна 1:17: «Ибо закон дан чрез Моисея; благодать же и истина произошли чрез Иисуса Христа». Закон и благодать – позитивны и уникально едины! В Ветхом Завете во Святом святых находился один предмет, иллюстрировавший это уникальное единство, – ковчег завета. Внутри его хранился Божий Закон, а над Законом находилась крышка, именующая престолом благодати. Именно над этой крышкой открывалось присутствие Божье. Вот почему ковчег символизировал Божий престол, в основе которого находится справедливость, а милость превозносится над ней.

Наиболее удивительное единство положительных противоположностей было явлено в характере Бога. В Нем соединились два совершенно противоположных и в то же время положительных качества – справедливость и милость. И если бы не это единство, человечество было бы обречено. Именно грехопадение человека в полной мере явило Вселенной красоту уникального единства в характере Бога двух этих противоположных качеств, двух граней, составляющих такое понятие, как любовь. Бог же есть любовь!

Богдан Стасюк

МОЛИТВА

«Помилуй и прости!» – Не просто восклицанье. Слова – как горький вздох Измученной души, Летят сквозь толщу лет С начала мирозданья: «Всевидающий нас Бог, Помилуй и спаси!» Мы, странники земли, Не ведаем сомнений. Пока не пробил час, Мы глухи и слепы. Когда ж среди суеты Наступит просветленье: «Всесильный Боже, нас Помилуй и спаси!» Ничтожен человек, Упрям и непослушен, То он почти святой, То ползает в грязи, Но в самый трудный миг Ему вверяет душу: «О Боже всеблагий, Помилуй и спаси! Я долго шла к Тебе Во мраке заблужденья, Грешна я пред Тобой, Прости меня, прости. Молю, яви ко мне Любовь и снисхождение, Мой Бог, Всевышний мой, Помилуй и спаси!»

Бэлла Иордан

ВІЧНИЙ СКАРБ



Уже давно мудруют люди
И хотят вичний скарб знайти,
Ось тільки де його шукати,
Куди за ним потрібно йти?

Один вважає скарбом золото,
Інший – шикарний лімузин,
А хтось себе вважає скарбом
Ніби на світі він один.

Хліб теж вважають люди скарбом,
І в цьому сенс, звичайно, є,
Хоча тут інше запитання:
А хто нам все оце дає?

"І хліб, і золото й лімузини,
Життя, нарешті, хто нам дав?
І хто за цю велику ласку
Собі нічого і не взяв?"

Насправді ж скарб – це віра в Бога,
Це Він, Творець, усе зробив.
Господь – найбільший Скарб у світі
Адже наш світ Він Сам створив.

Ще вичний скарб – це Слово Боже,
Яке веде нас по життю.
Отож, якщо його приймемо,
То й бути нашому буттю.

Петро Асауленко



НУЖНО ЛИ МОЛИТЬСЯ НАД ДЕТЬМИ? ■



Важно ли то, когда над детьми молятся с возложением рук, или это ненужный, «мертвый» ритуал? Как и для чего это практикуется в церквях? (Гельмут Паульс).

Во все времена в народе Божьем служение Господу было связано с обрядами и ритуалами. Ветхий Завет подробно рассказывает нам о разных жертвоприношениях. Например, чтобы очиститься от греха, человек должен был принести в жертву ягненка, причем особенного: мужского пола, без недостатков. Исповедуя свой грех, человеку необходимо было возложить свои руки на голову ягненка (см. Лев. 4, 5 гл.). Для чего был нужен такой ритуал? Это необходимо было делать, потому что Господь дал такое повеление. Эти жертвоприношения указывали на Христа – Спасителя от греха.

Не мог ли этот ритуал утратить свое значение? Да, мог. Но что было защитой от этого? Вера людей. Священное

Писание говорит: «А без веры угодить Богу невозможно; ибо надобно, чтобы приходящий к Богу веровал, что Он есть, и ищущим Его воздает» (Евр. 11:6). Для кого-то такие жертвоприношения могли стать «мертвым» обрядом, но об Авеле сказано: «Верую Авель принес Богу жертву лучшую, нежели Каин; его получил свидетельство, что он праведен, как засвидетельствовал Бог о дарах его» (Евр. 11:4).

В Церкви Христовой и сегодня есть разные обряды: крещение, причастие, елеопомазание, рукоположение, возложение рук при благословении детей и т. д. Эти обряды свидетельствуют о нашей вере. Принимая крещение, мы раскаиваемся в грехах, заключаем завет с Богом и обещаем служить Ему от чистого сердца. Вкусая на Вечере Господней хлеб и вино, мы подтверждаем свою веру в жертву Иисуса Христа на Голгофе за нас, грешников. И когда при молитве служитель

возлагает руки, он показывает, что верит в то, что Господь готов благословить тех, над кем он совершает свою молитву. Так делал Иисус: «Тогда приведены были к Нему дети, чтобы Он возложил на них руки и помолился; ученики же возбраняли им. Но Иисус сказал: пустите детей и не препятствуйте им приходить ко Мне, ибо таковых есть Царство Небесное. И, возложив на них руки, пошел оттуда» (Мф. 19:13-15). Исцеляя людей, Христос также возлагал руки на больных, по Его примеру поступали и апостолы (см. Лк. 4:40; Деян. 28:8).

Конечно, для человека без веры любой обряд может стать «мертвым». Для верующего это священнодействие, которое свидетельствует о его общении с живым Богом, а для священнослужителя – это и действие от имени Бога. Нам, людям, не дано права судить. Мы не знаем мыслей и внутренних побуждений людей, не знаем, когда человек принимает участие в обряде без веры. Это возможно только Богу.

О вере всегда свидетельствуют наши дела. Апостол Иаков в своем Послании говорит о взаимосвязи между верой и делами Авраама: «Видишь ли, что вера содействовала делам его, и делами вера достигла совершенства?» (2:22). Поэтому все обряды, которые с верой совершаются в церквях и в которых мы принимаем участие, – это дело, свидетельствующее о нашей вере и содействующее ее возрастанию.

Мирон Вовк

ПРИВЕТСТВИЯ ■



Приветствие – это начало дня, начало встречи, серьезного разговора и откровенного признания. Оно обладает огромной силой, несет в себе информацию о человеке и его ценностях. Как бы ни отличались приветствия людей разных наций, культур и возрастов, но международный этикет в своей основе одинаков: люди встречаются, проявляют свое индивидуальное отношение к встречаемому, желают друг другу добра, благополучия, здоровья, успехов и доброго времени суток.

Приветствуя других, мы произносим слова и делаем различные движения. Разные народы создали свои особенные способы приветствия. В Индии, например, есть обычай при встрече прикладывать ладони к сердцу. В европейской культуре офицеры, приветствуя друг друга, звонко щелкали каблуками и опускали голову на

грудь. В 17-18 веках великосветские дамы и кавалеры долго раскланивались при встрече, принимая при этом причудливые позы. Тибетцы, здороваясь, снимают правой рукой головной убор, левую руку закладывают за ухо и высывают язык. Некоторые племена Новой Зеландии здороваются, прикасаясь друг к другу носами.

Древние китайцы спрашивали: «Вы сегодня ели?» На Замбези хлопают в ладоши и делают реверанс. Гренландцы произносят: «Хорошая погода».

В наш век стремительных технологий люди испытывают дефицит общения. Суэта, постоянная занятость не оставляют времени для встреч, дружеского общения. Разговоры по телефону и переписка в Интернете заменили теплые рукопожатия.

Используйте любые возможности для встреч с людьми. Каждый из нас

может принести приветствие Иисуса в каждый дом, интернат, детский дом, дом престарелых.

Приветствия в современном этикете.

Все приветствия обязательно связаны с искренними пожеланиями другому человеку удачи, мира, добра, благополучия, земных радостей и здоровья. Не ответить на приветствие или уклониться от него – значит показать себя невоспитанным человеком.

Первым здоровается мужчина с женщиной, младший со старшим, подчиненный с руководителем. Входящий в помещение, где уже есть другие, независимо от возраста, пола или общественного положения, также здоровается первым. Также тот, кто раньше уходит, первым и прощается.

Если встречаются знакомые пары, то сначала здороваются женщины, затем мужчины с женщинами и только после этого мужчины.

Молодая женщина или девушка первая приветствует пожилого мужчину.

В обществе руководитель должен первым поздороваться со своей сотрудницей, если она одного возраста с ним или старше.

На улице обгоняющий приветствует знакомого в тот момент, когда поравняется с ним, а тот, отвечая на приветствие, должен обернуться в сторону того, кто здоровается.

Проходящий мимо стоящего также здоровается первым. Со знакомыми, которых видят в автобусе, каком-либо общественном месте, на другой стороне улицы, здороваются при условии, если они вас заметили. Не следует их громко окликать или начинать беседу.

Ирина Исакова

О ЧУВСТВЕ ■ СОБСТВЕННОГО ДОСТОИНСТВА

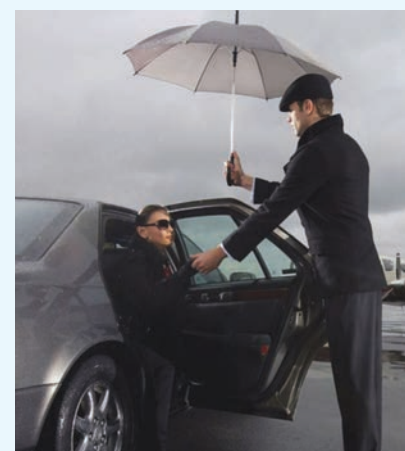
Он всегда знал правильные ответы. Он помнил, где в Библии найти нужные тексты, мог читать манускрипты. Изучивший множество христианских книг, хорошо разбирающийся в текущих событиях, он считался авторитетным богословом, хотя и не имел соответствующей степени. При всем этом его манера говорить с людьми была агрессивной. Его, по всей видимости, больше интересовала собственная правота, чем тактичное отношение к людям.

Будучи христианкой, она одевалась довольно прилично. Юбки были приемлемой длины, а декоры – скромными. Она не посещала заведений с сомнительной репутацией и учила своих детей принципам Священного Писания. Однако иногда в ее беседе проскальзывало что-то вульгарное, а манеры были грубоваты. Она гордилась тем, что неверующие соседи считают ее «своей девчонкой», но, похоже, не понимала, что эта совместимость была достигнута ценой утраты более глубоких внутренних добродетелей.

Павел в 1 Кор. 13:5 утверждает, что «любовь не бесчинствует» (употребленное в оригинале слово буквально значит «неприлично себя вести»). Насколько важна тактичность, когда возвещаешь благуя весть об Отце Небесном? Разве о Нем не судят по манерам Его последователей? Бог есть любовь, и Он в высшей степени тактичен. Когда люди, заявляющие о своем следовании за Ним, проявляют грубость или отсутствие такта, они не могут не бросить тень на Божий характер. И уже неважно, насколько прилично они одеты или сколько библейских текстов могут процитировать. Отсутствие благородства свидетельствует об отсутствии уважения к окружающим. Это все равно что подавать истину Божью на кончике отравленной стрелы.

Иметь хорошие манеры означает гораздо больше, чем знат, какой вилкой нужно есть салат. Это совокупность того, что представляет собой человек в любой обстановке и в любое время. Воспитанность не заканчивается, когда вас никто не видит. Хотя внутреннее достоинство и внешнее самообладание выражаются лучше всего по отношению к другим людям, они продолжают проявляться и в полном уединении. Когда у человека есть чувство собственного достоинства, это отражается даже в мелочах. Бог именно такой. Находясь в пустыне, посмотрите, как прекрасно Он сотворил даже крошечных живых существ. А кто их видит? Поезжайте к морю и станьте свидетелем того, сколько тончайших деталей в устройстве микроскопических морских обитателей. Почему это важно? Затем зайдите в свою молитвенную комнату и исследуйте, как тщателен Он был в каждой детали вашей жизни, даже тогда, когда для вас это не имело значения! Дружба, мы можем доверить нашу жизнь Отцу!

Д. Уинн



ТВ-программа на декабрь (29.11 – 05.12)*

ВОСКРЕСЕНЬЕ
29 ноября

06:00 Інша сторона
06:40 Теорема
07:00 Біблія продовжує говорити
07:30 Непростое состояние
08:00 По ту сторону пригод
08:30 Документальний проект
09:30 Мозаїка батьківства
09:50 Готовим вместе
10:00 О чем говорят женщины
10:30 Пазлы Паркера
11:00 Малюваки
11:20 ЧП+
11:30 Музыка в моей жизни
12:00 Богослужение в храме на Подоле
13:20 Музична скринька
14:00 Ломастер
14:20 В гостях у Добрячка
14:40 Лесные истории
15:10 Інша сторона
15:50 Вера. Человек. Судьба
16:30 Дорогами христианства
17:00 Непростое состояние
17:30 Готовим вместе
17:50 5 хвилин для вічності
18:00 Теорема
18:30 ...є Любов
19:00 ДЖЕМ
20:00 Диагноз: здоровье
20:30 Мозаїка батьківства
20:50 5 хвилин для вічності
21:00 Вісті надії
21:30 Філософський камінь
22:00 Всепобеждающая сила молитвы
22:30 Музична скринька
23:20 Под абажуром
23:30 Так промовляє Біблія
00:00 Біблія, як вона є
00:30 По ту сторону пригод

ПОНЕДЕЛЬНИК
30 ноября

06:00 Музыка в моей жизни
06:30 Вісті надії
07:00 Ранок надії
08:00 О чем говорят женщины
08:20 Готовим вместе
08:30 Детонация
09:00 Ранок надії
10:00 Біблія, як вона є
10:10 Удивительные факты
11:00 Ранок надії
12:00 По ту сторону пригод
12:20 Познавая непостижимое
13:00 Диагноз: здоровье
13:20 Музична скринька
14:00 Лесные истории
14:30 Малюваки
14:50 В контакте с природой
15:00 Великие пророки Библии (сурдоперевод)
15:30 Вопрос служителю церкви (сурдоперевод)
16:00 ДЖЕМ
17:00 Біблія продовжує говорити
17:30 Сила Одного
18:00 5 хвилин для вічності

18:05 Родные люди
19:00 Філософський камінь
19:30 Дорогами христианства
20:00 Познаем истину
20:50 Вечірні історії
21:00 Теорема
21:20 ЧП+
21:30 Вера. Человек. Судьба
22:00 В контексті
22:50 Мозаїка батьківства
23:20 Інша сторона
00:00 Біблія, як вона є
00:30 Удивительные факты

ВТОРНИК
1 декабря

06:00 Настав час
06:10 Познаем истину
07:00 Ранок надії
08:00 О чем говорят женщины
08:20 Готовим вместе
08:30 Детонация
09:00 Ранок надії
10:00 Диагноз: здоровье
10:30 Мозаїка батьківства
11:00 Ранок надії
12:00 ЧП+
12:20 Познавая непостижимое
13:00 Філософський камінь
13:20 В контексті
14:00 Пазлы Паркера
14:30 В гостях у Добрячка
14:50 Места надо знать
15:00 ЛоМастер (сурдоперевод)
15:30 Непростое состояние (сурдоперевод)
15:50 Теорема
16:15 Музична скринька
17:00 Мозаїка батьківства
18:00 5 хвилин для вічності
18:05 Родные люди
19:00 Удивительные факты
20:00 Помолитесь за меня
20:50 Вечірні історії
21:00 Музыка в моей жизни
21:30 Диагноз: здоровье
22:00 По ту сторону пригод
22:30 Настав час
22:40 Под абажуром
23:00 Помолитесь за меня
23:50 Настав час
00:00 Біблія, як вона є
00:30 Джем

СРЕДА
2 декабря

06:00 Вера. Человек. Судьба
06:30 По ту сторону пригод
07:00 Ранок надії
08:00 О чем говорят женщины
08:20 Готовим вместе
08:30 Детонация
09:00 Ранок надії
10:00 Біблія, як вона є
10:10 Помолитесь за меня
11:00 Ранок надії
12:00 Вісті надії
12:20 Познавая непостижимое
13:00 ДЖЕМ
14:00 Малюваки
14:20 Пазлы Паркера
14:50 ЧП+
15:00 Вопрос служителю

церкви (сурдоперевод)
15:30 Мозаїка батьківства (сурдоперевод)
16:00 Помолитесь за меня
17:00 Всепобеждающая сила молитвы
17:30 Дорогами христианства
18:00 5 хвилин для вічності
18:05 Родные люди
19:00 ...є Любов
19:30 Непростое состояние
20:00 Біблія продовжує говорити
20:30 Вопрос служителю церкви
20:50 Вечірні історії
21:00 Мозаїка батьківства
21:30 Сила Одного
22:00 Джем
23:00 Удивительные факты
00:00 Біблія, як вона є
00:30 10 дней в верхней горнице

ЧЕТВЕРГ
3 декабря

06:00 Біблія продовжує говорити
06:30 Сила Одного
07:00 Ранок надії
08:00 О чем говорят женщины
08:20 Готовим вместе
08:30 Детонация
09:00 Ранок надії
10:00 Непростое состояние
10:30 Біблія продовжує говорити
11:00 Ранок надії
12:00 Теорема
12:20 Познавая непостижимое
13:00 Удивительные факты
14:00 Лесные истории
14:30 ЛоМастер
14:50 Места надо знать
15:00 Диагноз: здоровье (сурдоперевод)
15:30 Біблія продовжує говорити (сурдоперевод)
16:00 Познаем истину
16:50 Біблія, як вона є
17:00 Вісті надії
17:30 Сила Одного
18:00 5 хвилин для вічності
18:05 Родные люди
19:00 Музыка в моей жизни
19:30 10 дней в верхней горнице
20:00 Помолитесь за меня
20:50 Вечірні історії
21:00 Непростое состояние
21:30 Інша сторона
22:30 Філософський камінь
23:00 Помолитесь за меня
00:00 Біблія, як вона є
00:30 Всепобеждающая сила молитвы

ПЯТНИЦА
4 декабря

06:00 Мозаїка батьківства
06:30 Дорогами христианства
07:00 Ранок надії
08:00 О чем говорят

женщины
08:20 Готовим вместе
08:30 Детонация
09:00 Ранок надії
10:00 Біблія, як вона є
10:10 Помолитесь за меня
11:00 Ранок надії
12:00 Вісті надії
12:20 Познавая непостижимое
13:00 Непростое состояние
13:30 Сила Одного
14:00 Пазлы Паркера
14:30 В гостях у Добрячка
14:50 В контакте с природой
15:00 Познаем истину (сурдоперевод)
15:45 ЧП+ (сурдоперевод)
16:00 Помолитесь за меня
17:10 ДЖЕМ
18:00 Богослужения в Заокске
18:30 В контексті
19:20 Музична скринька
20:00 Счастливой субботы
20:50 Вечірні історії
21:00 Удивительные факты
21:50 Верую
22:00 Познаем истину
22:50 5 хвилин для вічності
23:10 Счастливой субботы
00:00 Біблія, як вона є
00:30 Філософський камінь

СУББОТА
5 декабря

06:00 Вера. Человек. Судьба
06:30 ...є Любов
07:00 Счастливой субботы
07:50 Вопрос служителю церкви
08:10 В контексті
09:00 Сила Одного
09:30 Музична скринька
10:10 Познаем истину
11:00 10 дней в верхней горнице
11:30 Богослужение в храме на Подоле
13:00 Філософський камінь
13:30 Біблія продовжує говорити
14:00 ДЖЕМ
15:00 Богослужение в храме на Подоле (сурдоперевод)
16:30 Музыка в моей жизни
17:00 Удивительные факты
18:00 Музична скринька
18:40 Вопрос служителю церкви
19:00 Мозаїка батьківства
19:20 Настав час
19:30 Дорогами христианства
20:00 Інша сторона
20:40 Под абажуром
21:00 Документальний проект
22:00 ЧП+
22:10 Непростое состояние
22:40 Вісті надії
23:00 Біблія продовжує говорити
23:30 Всепобеждающая сила молитвы
00:00 Біблія, як вона є
00:30 Богослужение в Заокске

11:00
ВОСКРЕСЕНЬЕ

ВА
МАЛЮКИ



Параметры настройки
спутникового
телеканала «Надія»:

Канал: Nadiya TV
Спутник: ASTRA-4A, 5 ° в.д.
Частота приема: 12.284 МГц
Поляризация: V, FEC
Скорость потока: 27.500 Мбит / с

Смотрите программы
телеканала «Надія»
в кабельных сетях Украины,
а также в сети Интернет

24 часа в сутки
7 дней в неделю на сайте:
www.hope.ua

Телефон горячей линии:

☎ 0 (800) 30-20-20

(Бесплатно по Украине)

Молитвенная поддержка
Разговор со священнослужителем
Семейная консультация
Вопросы, пожелания
и предложения

Изучайте Библию
вместе с нами on-line на сайте
biblefact.info

Ваши предложения,
пожелания, замечания
присылайте по адресу:

✉ contact@hope.ua
а/я 36, Киев - 71, 04071 Украина
S [contact-hope](https://www.facebook.com/contact.hope)

* В праздничные дни вас ожидают сюрпризы в эфире телеканала «Надія». Актуальная программа на сайте hope.ua.

23 грн*

«Адвентисты»



Фильм режиссера Мартина
Доблмайера с телекомпания PBS.
Отмечен премией «Габриэль» –
одной из ведущих медиааград
за «взгляд, направленный
на ценности общества
и человечества».

Язык: украинский, русский

57 грн*

«Тора. Пророки. Писание»



Годовой цикл чтения Торы,
Пророков и Писания по
принципу, применяемому Ездрой,
который используется сегодня в
синагогах.

Язык: русский

*пожертвования

Заказать диски Вы можете по телефонам горячей линии или по адресу: zakaz@hope.ua; а/я 36, Киев - 71, 04071 Украина





БЛАГОДАРНЫ ЛИ МЫ?

Наверное, те, кто учился в советской школе, проходили по программе сказку Пушкина о рыбаке и золотой рыбке. Эта увлекательная история рассказывает о том, что старик со старухой жили очень бедно, у них было только разбитое корыто. И вот однажды случилось чудо: старик поймал золотую рыбку, которая сказала, что исполнит любое его желание. Но старик пожалел ее и выпустил в море. Когда он вернулся домой, старуха разозлилась: «Что же ты наделал? Потерял такую возможность! Иди опять к морю и попроси, чтобы она нам дала новое корыто». Старик попросил у рыбки корыто, но старухе было этого мало. Потом она захотела новый дом, далее возжелала стать столбовой дворянкой, а позже – царицей. Знаете ли вы, чем закончилась история? Старухе, которая стала царицей, показалось этого мало, и она захотела стать владычицей морской, чтобы руководить рыбкой. Но этому ее желанию не суждено было сбыться. И все блага исчезли, а старуха осталась у разбитого корыта.

Суть истории в том, что старуха не была благодарна за то, что имеет. Ей всегда было мало. Она постоянно роптала, говорила, что ей чего-то не хватает, и мечтала о большем. Старуха не довольствовалась тем, что у нее было, и поэтому не испытывала радости от жизни.

Но посмотрите на наши семьи. Как часто мы забываем благодарить наших близких за заботу, внимание, терпение. А ведь простые слова благодарности окрыляют наших родных, дарят им тепло и радость. Даниэль Дефо, английский писатель и публицист, сказал: «Все наши сетования по поводу того, чего мы лишены, проистекают от недостатка благодарности за то, что мы уже имеем». Как и старуха из сказки, мы не чувствуем себя счастливыми, если не благодарим за то, что уже имеем. Еврейская мудрость о благодарности гласит: «Благодарность – это дорога к Божественному. Благодарность – это открытое сердце, и оно поднимается постоянно все выше и выше, пока мы не соприкоснемся с Божественным».

Оказывается, благодарность ведет нас к Господу. В 1 Фес. 5:18 написано: «За все благодарите: ибо таково о вас воля Божия во Христе Иисусе». Это не простое пожелание, а повеление Господа, которое Он дает христианам. Даже когда я чего-то лишюсь, все равно должен быть благодарен, ведь в этом Божья воля. Обратите внимание на значение слова «благодарность». Оно состоит из двух частей: слова «благо» («добро») и «дарить». Для Бога важно, чтобы мы были благодарны, потому что благодарность – это Его качество. Господь благой, добрый, и Он одаривает нас этим благом. Бог дает заповедь верующим людям, всем, кто принимает Его, быть благодарными. Но нельзя же благодарность

"выдавить из себя", когда в тебе желчь. Только когда Иисус живет в нашем сердце, Он учит нас быть благодарными. Благодарность – это возможность сеять добро. Мы можем, как старуха, отравлять мир вокруг себя, а можем его облагораживать. Благодарность вытесняет зло. Священное Писание говорит: «Не будь побежден злом, но побеждай зло добром» (Рим. 12:21). Без благодарности человеческое сердце черствеет, наполняется гордостью, надменностью. Человеку никогда не угодишь. Наше сердце превращается в камень, если мы не замечаем добрых действий других людей. Тот, кто умеет ценить добро, всегда говорит: «Спасибо». Знаете ли вы, что означает и от каких слов происходит это слово? «Спасибо» значит «спаси, Бог»! Господь одаривает нас Своими благословениями, побуждая нас к благодарности.

Почему сердце черствеет без благодарности? Вспомните, что произошло с Люцифером. Он был осеняющим херувимом, мудрым и прекрасным творением, ближе всех к Богу. «Ты совершен был в путях своих со дня сотворения твоего, доколе не нашлось в тебе беззакония» (Иез. 28:15). В чем заключался грех Люцифера? «От красоты твоей возгордилось сердце твое, от тщеславия твоего ты погубил мудрость твою...» (Иез. 28:17). Гордое сердце, в котором не было места благодарности Богу за все Его благодеяния, решилось совершить грех.

Нечто похожее произошло и с Евой. Господь создал первых людей совершенными, дал им все для счастливой и полноценной жизни, общался с ними лично. Но желание стать, как Бог, и отсутствие благодарности за уже дарованные блага толкнули Еву на безумный поступок. И в совершенный мир пришел грех.

Посмотрите, что произошло с Израилем. Бог вывел их из рабства, перевел через Чермное море, а перед этим десять язв не коснулись евреев, ангел-губитель не истребил их первенцев. Сколько поводов для благодарности! В пустыне Господь дал им манну, которая падала с неба каждый день. Но народу Божьему было этого мало, они хотели мяса и роптали на Бога.

Со временем супруги, постарев, забывают, почему они полюбили друг друга. Появляются взаимные претензии, придирки к мелочам. Муж забывает благодарить жену за вкусный обед, за чистую и уютную одежду, за порядок и уют в доме. А жена не говорит мужу слова благодарности за то, что принес тяжелые сумки из магазина, починил полку в ванной, за то, что обеспечивает семью.

Дети часто жалуются на своих родителей, часто ждут от них большего, чем они могут дать, постоянно чего-то требуют, при этом забывая благодарить за их любовь и терпение, за

заботу и принятие. Интересно, что мы начинаем ценить родителей или супруга только тогда, когда теряем. Лишь тогда осознаем, как были неправы, когда не сказали теплое слово благодарности, не подарили нежную улыбку или одобрительный взгляд. Но давайте будем честны: мы сами портим себе жизнь.

Помните: те минуты, которые мы проводим с родителями, женой, детьми, – это самые большие благословения. Ведь наступит время, когда близких людей уже не будет с нами, а мы будем жалеть об утраченных моментах.

За что благодарить Господа? В Священном Писании сказано: «За все благодарите...» (1 Фес. 5:18). Благодарите Бога за внуков, даже если они быстро бегут и шумят. Благодарите Господа за жену (мужа), за детей, за родителей. Благодарите Бога за то, что родные и близкие люди рядом с вами. Каждый день возносите Господу благодарность за все, что есть в вашей жизни.

Представьте, как важно сыну, который получил хорошую оценку, чтобы папа отложил свой планшет, обнял его и сказал: «Я горжусь тобой. Я благодарю Бога, что у меня такой сын». Или когда супруга подойдет к своему мужу, обнимет и скажет: «Я так благодарна, что ты повесил эту картину». Нашим близким важно услышать слова благодарности. Ведь 90% того, что слышат наши уши, – это упреки, недовольство. И как редко мы говорим: «Какой же ты у меня замечательный! Я бы не променяла тебя ни на кого другого. Ты у меня самый лучший!» Однако важно не только благодарить, но и быть благодарными. Абрахам Маслоу, известный американский психолог, сказал: «Зрелые люди умеют быть благодарными. Они всегда помнят о дарованных им жизненных благах. Для них чудо всегда остается чудом, даже если они с ним сталкиваются вновь и вновь».

Зрелые люди всегда будут благодарить Господа Иисуса за Его жертву и никогда не скажут: «Мы уже знаем, что Он за нас умер, пролил Свою кровь, но нам нужно что-то большее». Зрелый человек всегда будет воспринимать это как чудо, благо, самое ценное, что у него есть. Вот продолжение цитаты Маслоу: «Именно эта способность замечать чудеса и благодарность судьбе за возможность наслаждаться благами жизни служат гарантией того, что жизнь для этих людей никогда не

утратит свою ценность, привлекательность и новизну». Эти люди всегда будут счастливыми. Они будут дорожить каждым моментом, ценить своих близких и благодарить за них Бога.

Таким был Иисус. Люди тянулись к Нему, потому что Он сеял добро. Его благодарность Отцу была проявлением веры. Господь верил: то, что невозможно для человека, возможно Отцу. Каждый день, каждое мгновение были для Него счастьем, поэтому Он за все благодарил Отца Небесного.

В Послании к филиппийцам апостол Павел передает нам идею о христианине, который живет так, как Иисус, жизнью, наполненной благодарностью: «Не заботьтесь ни о чем, но всегда в молитве и прошении с благодарением открывайте свои желания пред Богом, – и мир Божий, который превышает всякого ума, соблюдет сердца ваши и помышления ваши во Христе Иисусе» (4:6, 7). Если вы будете так поступать, то сможете уподобиться Иисусу в восприятии мира и поступках.

Павел говорит нам, что если наши помыслы наполнены молитвами, прошениями и благодарением, то сердце будет наполняться миром Господним. Тогда уйдут мысли, которые приводят к разводам, трагедиям и изменам, потому что сердца наполнятся благодарностью и миром. Благодарность сближает нас с Господом. В книге Второзаконие записаны интересные слова: «Когда же введет тебя Господь, Бог твой, в ту землю, которую Он клялся отцам твоим, Аврааму, Исааку и Иакову, дать тебе с большими и хорошими городами, которых ты не строил, и с домами, наполненными всяким добром, которых ты не наполнял, и с колодезьями, высеченными из камня, которых ты не высекал, с виноградниками и маслинами, которых ты не сажал, и будешь есть и насыщаться: тогда берегись, чтобы не забыл ты Господа, Который вывел тебя из земли Египетской, из дома рабства. Господа, Бога твоего, бойся...» (6:10-13). Не забывай то, что имеешь, – это чудо и благо. Израильяне имели возможность проявить свою благодарность: это была мирная жертва, или жертва благодарности (см. Лев. 7:11-21). Верующие приносили в храм муку, хлеб и масло, чтобы возблагодарить Господа за Его благословения.

Помните, когда жена Иова говорила ему: «Поухи Бога, и умри» (Иов 2:9)? А Иов отвечал: «Неужели доброе мы будем принимать от Бога, а злого не будем принимать?» (ст. 10). В Пс. 67 читаем: «В собраниях благословите Бога Господа, вы – от семени Израилева!.. Царства земные! пойте Богу, воспевайте Господа, шествующего на небесах небес от века. Вот, Он дает гласу Своему глас силы. Воздайте славу Богу!

Величие Его – над Израилем, и могущество Его – на облаках. Страшен Ты, Боже, во святилище Твоем. Бог Израилев – Он дает силу и крепость народу Своему. Благословен Бог!» (ст. 27, 33-36). Апостол Павел в Послании к евреям говорит:

«Итак, будем чрез Него непрестанно приносить Богу жертву хвалы, то есть плод уст, прославляющих имя Его» (Евр.13:15).

Помните историю о десятирех прокаженных, записанную в Евангелии от Луки (17:11-19)? Господь Иисус исцелил их, в их жизни произошло чудо. Но только один из десяти вернулся, чтобы поблагодарить Спасителя. И это чудо исцеления осталось в его сердце навсегда. Благодарность соединила его с Господом.

За что же нам благодарить Господа? Истинный христианин найдет в своей жизни множество причин для благодарности. Мы должны благодарить Господа за благословения, за дар Христа, за прощение грехов, за благость и милосердие, за искупление, за спасение, за избавление от опасности и смерти, за то, что Бог нас слышит, за победу над смертью, за победу над грехами, за обращение людей, за милость, за жизнь вечную...

Владимир Боровый



ЛЮБОВЬ, КОТОРАЯ ДЕЙСТВУЕТ



Д. Мещихин

Был у нас на днях мороз, температура воздуха – минус 15 три дня подряд. Сели мы с женой в промерзший автобус, в нем теплее – минус 10, наверное. Все пассажиры от холода прижимаются друг к другу. И вдруг подходит женщина с билетами и с искренней улыбкой заявляет: «У нас самый теплый автобус, поэтому вас ожидает незабываемая поездка!» Я оплатил проезд и замер... В общественном транспорте в час пик зимой это было похоже на взрыв сверхновой звезды.

Это на самом деле оказалась незабываемая поездка, но именно кондукторша и стала тем человеком, который сделал ее незабываемой. До конца дня у нас было хорошее настроение, мы радовались и обсуждали этот феномен. И я подумал: «Вот встречалась бы на жизненном пути хотя бы пара таких людей в день, мы жили бы в совершенно другом обществе».

К сожалению, сегодня общество пропитано цинизмом, агрессией, потреблением, борьбой за личные права, агрессивной защитой личного пространства и т. д. Но за всем этим скрывается тотальное одиночество, повальная отверженность,

всепоглощающее чувство нереализации себя, своего потенциала, своих даров и талантов.

Редко сегодня можно встретить людей, которые охотнее обсуждают чужие достоинства, чем недостатки. Мы оцениваем всех и вся: правительство, политический режим, помидоры на соседской грядке, игру «Динамо», прическу Брюса Уиллиса и даже работу марсохода «Кьюриосити». При этом считаем себя экспертами во всех этих областях и видим все недостатки и слабые места того, что оцениваем.

Глядя на все это, вспоминается сказка «Снежная королева», в которой главный тролль изобрел зеркало, искажающее все доброе и превращающее в ужасное и мерзкое. Потом его ученики разбили это зеркало, а осколки разлетелись по всему миру и попадали в глаза людям, после чего они вообще переставали замечать вокруг себя что-то доброе. Такое ощущение, что эти осколки вылетели из сказки и стали реальностью.

Улыбающийся кондуктор в промерзшем автобусе для нас становится «сенсацией», а его искренняя доброжелательность расценивается нашим

больным воображением как подвох, и мы сразу начинаем высчитывать, что же хотят у нас забрать, в чем обмануть.

Мы созданы для общения друг с другом и не можем без этого быть полноценными. Поэтому нам пора сменить восприятие окружающих нас людей и начать замечать в них то, что они сами стараются спрятать, потому что мир пытается убедить их, что это проявление слабости – помогать ближнему, проявлять сострадание, просто дарить друг другу тепло и улыбки.

После этого случая я провел эксперимент: куда бы я ни заходил – в магазин, офис, кабинеты различных административных служащих, – везде, уходя, желаю удачного дня, улыбаюсь и стараюсь сказать что-то доброе и теплое. И мне это понравилось! Я стал видеть, что мир цветной, а люди вокруг – хорошие. Моя жизнь понемногу становится другой. Я хочу пригласить и вас, уважаемые читатели: попробуйте в течение недели искренне улыбаться всем подряд и говорить комплименты. Вы увидите, как мир вокруг вас наполнится красками. А начинать надо со своей семьи.

Кто-то сказал: «Я пытался изменить весь мир и потерпел фиаско. Тогда я

попытался изменить свою страну, у меня тоже не получилось. Я решил изменить свой город – и здесь меня ждало разочарование.

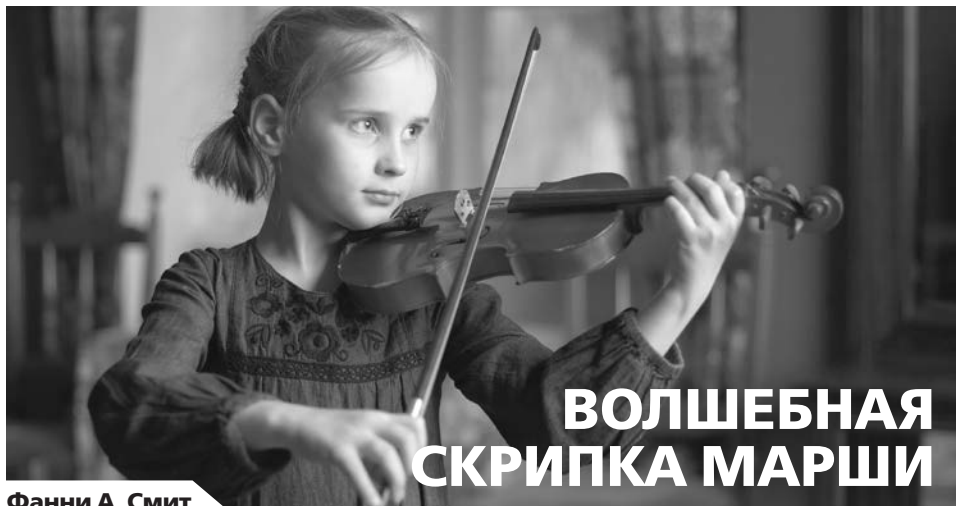
Тогда я подумал: изменю свою семью, но и в этом тоже я потерпел поражение. Тогда я попросил Бога изменить меня самого. Как только это произошло, я по-другому посмотрел на семью, город, страну, мир».

Как мы сами себя настроим, такой и будет наша жизнь, на что нацелим свой взгляд, то и будем видеть. Когда мы покупаем продукты питания, то не выбираем гнилые, просроченные, испорченные. Напротив, мы стараемся выбрать все самое свежее и вкусное.

Одна из заповедей, которая является основой здорового и крепкого общества, гласит: «Возлюби ближнего твоего, как самого себя» (Мф. 22:39). На этом принципе строится все великое и сильное.

Мы чтим память героев и восхищаемся теми, кто жил самоотверженной жизнью, но именно принципы любви и самоотречения и сделали их героями. Их героизм заключался в том, что в своей любви они были настойчивы и инициативны – любви к семье, соседям, народу, нации, стране. Любовь не ждет, когда ей ответят; она первая делает шаг навстречу и оказывает всеохватывающее воздействие. Она создает, позволяет увидеть в других то, что мало кто видит.

В заключение хочется привести отрывок из Нового Завета. «Если я говорю языками человеческими и ангельскими, а любви не имею, то я – медь звенящая, или кимвал звучащий. Если имею дар пророчества, и знаю все тайны, и имею всякое познание и всю веру, так что могу и горы переставлять, а не имею любви, – то я ничто. И если я раздам все имение мое и отдам тело мое на сожжение, а любви не имею, – нет мне в том никакой пользы. Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла. Не радуется неправде, а сорадуется истине; все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит. Любовь никогда не перестает» (1 Кор. 13:1-8).



Фанни А. Смит

ВОЛШЕБНАЯ СКРИПКА МАРШИ

– Заниматься дома не слишком-то весело, – вздохнула Марша, пряча в футляр свою скрипку. – Для чего это нужно? Никому нет дела до того, что я играю. Другие ребята сейчас бегают на улице, весело проводят время, тогда как я должна каждый день после школы заниматься дома игрой на инструменте.

Марша и не заметила, что произнесла эти слова вслух. В этот момент в комнату вошла мама.

– Дорогая, на сегодня занятие окончено? – улыбнулась она. – С каждым днем ты играешь все лучше! Сколько произведений ты уже разучила?

– Сегодня я сыграла каждое из них по несколько раз. Думаешь, мне предстоит исполнить их на отчетном концерте? С тех пор как я начала учить их, прошло не более трех недель.

– Ты действительно хорошо играла сегодня, делаешь успехи, – похвалила мама.

После этих слов Марша заметно повеселела.

– Когда у тебя появится время, ты ведь сможешь мне репетировать, мамочка, – попросила она. – Я хочу выучить эти произведения в совершенстве!

– Разумеется, с завтрашнего дня и начнем. Из всех музыкальных инструментов, на которых ты занималась, скрипка подходит тебе больше всего.

Я с удовольствием буду сопровождать тебе на фортепиано. До ужина еще есть время, ты можешь отдохнуть либо поиграть во дворе с ребятами. Девочка вприпрыжку перебежала улицу. Ее лучшая подруга Дороти как раз собиралась опробовать свой новый набор для игры в крокет (спортивная игра, участники которой ударами специальных молотков на длинной ручке проводят шары через воротца, расставленные на площадке в определенном порядке), и Марша не хотела это пропустить.

Следующая неделя пролетела быстро. Школа, а также игра на скрипке занимали почти все свободное время Марши. Настало время вновь встретиться с преподавателем по музыке. Это означало, что они с мамой поедут в Голливуд, в одну из частных музыкальных студий, где Марша брала уроки.

Ее преподавательница мисс Кертис позвонила, желая предупредить, что на одном из участков главной автомагистрали, ведущей в Голливуд, сейчас ведутся ремонтные работы. Марше с мамой предстояло сделать крюк в несколько километров, чтобы объехать это место. Поэтому они выехали заранее, надеясь успеть в музыкальную студию вовремя.

Однако, выехав на объездную дорогу, они угодили в огромный дорожный

затор. Был «час пик», время, когда люди возвращаются домой после рабочего дня. По мере движения вперед затор усиливался. Временами машины не двигались с места минут 10, после чего, проехав несколько десятков метров, вынуждены были вновь останавливаться. Водители нервничали. То и дело кто-то из них терял терпение. Со всех сторон раздавались гудки автомобильных клаксонов.

– Было бы гораздо лучше, если бы они проявляли больше выдержки, – вздохнула мама.

– Мама, – задумчиво произнесла Марша, – я где-то слышала, что музыка способна творить чудеса. Говорят, она успокаивает людей, когда те расстроены или чем-то расстроены.

– Верно, я тоже об этом слышала. Думаю, что так оно и есть, – сказала мама.

Марша была взволнована. У нее только что возникла смелая идея.

– Как думаешь, моя скрипка способна творить чудеса, если я сейчас что-нибудь сыграю? Стоит ли мне попытаться, и если да, то что именно сыграть? – засыпала она маму вопросами.

Доставая скрипку из футляра и ожидая, пока они вновь остановятся, девочка произнесла:

– Думаю, что смогу по памяти сыграть «Мазурку». Это позволит мне лишний раз попрактиковаться перед отчетным концертом. Что скажешь?

– Дорогая, мне кажется, это отличная идея. Забудь обо всем и сосредоточься на игре. Думай о том, что твоя игра доставит удовольствие окружающим. Мы всегда можем просить Бога о помощи, когда хотим послужить людям, ведь это Его очень радует.

Обычно, выступая на публике, Марша очень волновалась. От страха ее коленки дрожали. Однако, несмотря на это, девочка аккуратно настроила скрипку и, когда машина вновь остановилась, вышла на улицу.

Около машины Марше едва хватало свободного места, чтобы водить смычком по струнам инструмента.

Вокруг стоял шум и царил замешательство, однако она начала играть, делая уверенные размашистые движения смычком (так, как ее учили). Двери соседних машин стали открываться,

кто-то опускал боковые стекла – люди старались высунуться как можно дальше. Вскоре на хмурых лицах появились улыбки.

Пальцы Марши проворно скользили по струнам. Временами смычок в ее руках дрожал, и тогда ее длинные светлые локоны также приходили в движение. Лицо девочки озаряла легкая улыбка, глаза загорно сверкали, а на щеках горел румянец. Это было очаровательное зрелище.

В тот момент Марша несказанно радовалась тому, что добросовестно занималась игрой на инструменте дома. Благодаря этому игра на скрипке давалась легко. Ощущение того, что все получается, вдохновляло девочку.

В тот день она играла так, как никогда ранее. Улыбающиеся лица людей сторичей вознаградили ее усилия. Окончив игру, Марша услышала аплодисменты, доносившиеся из окружающих ее автомобилей.

Люди махали ей руками и хлопали, благодаря за игру. Девочка улыбалась и махала им в ответ. В конце концов движение на дороге возобновилось и, обогнув участок, на котором велись ремонтные работы, они выехали на магистраль.

– Должна признаться, мама, мне почти совсем не было страшно, – переводя дух, сказала Марша. – Мне кажется, людям понравилось, и мне было несложно играть. Я рада, что занималась дома и теперь смогла хорошо выступить.

Прошли годы, и Марша стала профессиональной скрипачкой. Она с благодарностью вспоминает свою учебу в музыкальной школе и радуется, что тогда добросовестно выполняла домашние задания. Людям нравится слушать, как играет Марша. С особой теплотой ее встречают в церквях, школах и пансионатах для пожилых людей.

Следуя совету своего преподавателя, Марша старается использовать данный ей Богом талант для того, чтобы дарить радость окружающим. В ее памяти до сих пор жив тот день, когда она, будучи одиннадцатилетней девочкой, выступала перед большой благодарной аудиторией автомобилистов на объездной дороге, ведущей в Голливуд.



II часть

Самообладание
в любовных вопросах

НЕ ХОДИТЕ ПО КРАЮ КРАТЕРА ДРЕМЛЮЩЕГО ВУЛКАНА

«Не испытывайте, насколько близко можете ходить по краю пропасти и быть в безопасности» (Э. Уайт. Письма молодым влюбленным, с. 66).

Известный ученый Десмонд Моррис исследовал более 500 культур разных народностей и пришел к выводу, что процесс сближения мужчины и женщины осуществляется по двенадцати уникальным шагам. Известная американская писательница-психолог Ненси Ван-Пелт также неоднократно обращается к этой очень важной теме (см. Н. Ван-Пелт. Удивительная любовь, с. 182-199).

Сегодня мы имеем ответы на многие вопросы. Новейшие научные открытия в области психологии, сексологии, физиологии и генетики подтверждают великие нравственные нормы Священного Писания. Зная их, мы сможем понять себя и противоположный пол, осознать и контролировать потребности физической близости, избежать многих страданий.

Итак, 12 шагов сближения мужчины и женщины разделяют на 4 этапа:

1. *Без прикосновений.*
2. *Первые прикосновения.*
3. *Интимный контакт.*
4. *Одна плоть.*

Первый этап: Без прикосновений

Каждый этап сближения состоит из трех шагов.

Шаг первый: Глаза на личность

Это – взгляд-открытие. Возможно, вы даже знакомы несколько лет, но никогда так не оценивали эту личность, как теперь. На шкале ваших приоритетов она вдруг получила все 100 баллов!

Шаг второй: Глаза к глазам

Когда у вас появилась симпатия, вы смотрите в глаза. Это короткие волнующие взгляды. Со временем зрительный контакт будет более продолжительным, но сейчас молодые люди не готовы к нему.

Обратите внимание, какую силу имеет взгляд: «Пленила ты сердце мое... одним взглядом очей твоих... Уклони очи твои от меня, потому что они волнуют меня» (Песн. 4:9; 6:5).

Шаг третий: Голос к голосу

Молодым людям нравится общаться по телефону, ведь это освобождает их от необходимости длительного зрительного контакта, к которому они еще не готовы. Психологи советуют молодым влюбленным оставаться на третьем шаге как можно дольше. Всю информацию о своем возлюбленном, необходимую для доброго консультирования, вы можете собрать именно сейчас. В это время можно обсудить много тем: ваше прошлое, детство, семья, увлечения, занятия, работа, учеба. Из разговоров вы сможете установить, каково его/ее отношение к жизни, и, исходя из собранной информации, определить его/ее характер, темперамент, жизненные ценности.

Вопрос: как долго влюбленным необходимо оставаться на первом этапе?

Разрешите задать встречный вопрос: Как долго встречаться до брака вообще? Специалисты рекомендуют: два года! В течение первого года

дружбы, как правило, молодые люди подсознательно носят маски, и только на втором году открывается реальное лицо избранника.

Поэтому берегитесь, как бы то, что вы считаете золотом, не оказалось низкопробным металлом; внешне привлекательное яблоко неожиданно не оказалось внутри гнилым.

Преимущества первого этапа

- **Отстраненность "эроса".** Любовь "эрос" проявляется посредством физического контакта. И эти проявления являются одновременно условием укрепления и развития любви "эрос".

Перейдя на второй этап, где появятся прикосновения и физиологические ощущения, вы будете находиться под впечатлением своих чувств больше, чем на первом этапе. "Эрос", питаемый прикосновениями, начнет вас ослеплять. Поэтому вы не сможете трезво оценить ни своего друга, ни ваших отношений. На втором этапе молодые люди надевают «розовые очки», через призму которых будут видеть мир своей любви в искаженном виде. Только на первом этапе вы сможете, «любя, не любить слепо» (Э. Уайт. Письма молодым влюбленным, с. 35). Именно здесь вы сможете контролировать свой "эрос".

• Развитие любви "филия".

На первом этапе у вас развивается любовь "филия" – чистые дружеские отношения посредством общения и сотрудничества. А эта грань любви крайне необходима для брака! Вот почему многие супруги так и не стали друзьями: они слишком мало оставались на первом этапе.

• Прогрессия прикосновений.

Любовь "эрос", зародившаяся благодаря первому прикосновению, требует развития. Вы можете находиться всю жизнь на одном уровне дружеской ("филия") или родственной ("стэрго") привязанности. Но не так обстоит дело с любовью "эрос". Она требует развития близости. И это при определенных условиях нормально! Это замысел Господа – Творца и Автора любви "эрос"! Но кульминация этой любви должна наступать в браке. Допустив поспешное развитие "эроса", вы можете достичь апогея чересчур быстро.

- **Завораживающая сила неконтролируемого "эроса".** Очень опасно попасть под влияние "эроса", преждевременно высвобожденного, а потому неконтролируемого. Неконтролируемый "эрос" – это "заколдованная" территория темных сил, на нее очень опасно ступить. Не подходите близко, не ходите по краю кратера дремлющего вулкана, не будите его всепоглощающую силу.

«Каждая... страсть должна быть контролируема освященным разумом посредством благодати, обильно даруемой Богом в каждой чрезвычайной ситуации. Но не создавайте намеренно эти чрезвычайные ситуации» (Э. Уайт. Письма молодым влюбленным, с. 66).

«Не будите любви преждевременно». Вот почему премудрый Соломон трижды настоятельно призывает не будить любви преждевременно! (См. Песн. 2:7; 3:5; 8:4; слово «возлюбленная» в евр. «ахава» – значит «любовь»).

«Молодые чувства должны быть обуздываемы до тех пор, пока достаточный возраст и опыт не сделают их благородными и безопасными для высвобождения» (Э. Уайт. Письма молодым влюбленным, с. 65).

Вопрос: могут ли юноша и девушка быть просто друзьями? Могут ли они дружить не с целью брака?

Конечно, могут. Но существуют определенные условия для продолжительной дружбы между молодыми людьми:

- находиться на первых трех уровнях общения («клише», фактов и идей);
- не переступать через третий шаг близости;
- быть уверенными, что и ваша подруга (друг) не претендует на что-то большее, чем просто дружба.

Вопрос: как вы относитесь к рекомендациям некоторых психологов встречаться со многими девушками, прежде чем остановиться на одной? Благодаря этому, по их мнению, можно приобрести ценный «опыт сравнения» своих претенденток на руку и сердце.

Процесс «склеивания» начинается и интенсивно идет уже на первом этапе. Если вы «приклеитесь» ко многим объектам, что останется от вас для вашей избранницы? Многие части вашей личности вы растеряете! А также множество чужих частей "приклеится" к вам, и вы будете нести их в себе!

Каким бы богатым ни был «опыт сравнения», он недостаточен для выбора соответствующего партнера. Искренний христианин «не пожелает делать выбор самостоятельно, но будет считать, что Бог должен выбрать для него» (Э. Уайт. Письма молодым влюбленным, с. 40).

Вопрос: как вы расцениваете игру некоторых мужчин на чувствах девушек?

«Игра на чувствах – немалое преступление в глазах святого Бога. Однако некоторые мужчины оказывают внимание молодым девушкам, чтобы завоевать их расположение, после чего идут своей дорогой, забывая свои слова и не задумываясь о возможных последствиях. Увлеченные новой особой, они повторяют ей те же слова и оказывают те же знаки внимания».

Допустимо ли подобное поведение для девушек? Конечно, нет! Девушке не следует поощрять внимания к себе какого-либо молодого человека, оканчивая ему предпочтение, если она не любит его. Она должна определиться с выбором спутника жизни и не увлекать других юношей (см. Э. Уайт. Письма молодым влюбленным, с. 21).

Второй этап:

Первые прикосновения

Четвертый шаг: Рука в руке

Когда молодые люди держатся за

руки – это социальное заявление, это знак для общества: у нас особые отношения. Мы не просто коллеги, друзья, сотрудники – наши отношения перешли грань дружбы. Общество и Церковь серьезно воспринимают этот знак. Вас начинают воспринимать соответственно поведению, как будущих жениха и невесты.

Пятый шаг:

Рука на плече

Когда пара держится за руки, их тела не прикасаются. Но когда молодой человек положил руку девушке на плечо, он делает новое социальное, еще более красноречивое заявление: наши отношения развиваются по восходящей и становятся более серьезными! В это время имеют место легкие объятия и поцелуи «в щечку».

Шестой шаг: Рука на талии

Постепенно рука возлюбленного опускается на талию, физический контакт становится более близким, но пара еще не готова к длительному зрительному контакту. Это последняя «терпимая» фаза расставания. На этом шаге еще можно расстаться без глубоких кровотокающих ран, рубцы от которых останутся на всю жизнь. Да, боль будет намного большей, чем при расставании на первом этапе «Без прикосновений», но со временем она пройдет. Однако если вы расходитесь на третьем этапе «Интимный контакт», боль

будет как у супругов при разводе! А развод – «это рана на всю жизнь» (см. Э. Уайт. Свидетельства об интимных отношениях, супружеской неверности и разводе, с. 281). Зачем же носить всю жизнь такую боль?

Третий этап:

Интимный контакт

На третьем этапе идет очень интенсивное эмоциональное и физиологическое «склеивание». Однако многое на третьей стадии допустимо только в браке.

Седьмой шаг: Лицом к лицу

На этой стадии молодые влюбленные поворачиваются лицом к лицу и готовы к продолжительному зрительному контакту. Их души настолько сроднились, что они могут «разговаривать» глазами и «читать» мысли друг друга во взгляде.

Вопрос: можно ли целоваться до брака? Разрешите ответить вопросом на вопрос: Каким поцелуем?

Еще древние римляне различали несколько видов поцелуев: basium – поцелуй вежливости, osculum – дружеский поцелуй и suaviūm – любовный поцелуй (см. Б. Богданович. Пробуждения почутів, с. 60).

Сегодня этот последний мы называем французским, он допустим только в браке. «Оставьте это для вашего брака... Было бы более уместно включить эти часы ухаживания перед браком в свою супружескую жизнь» (Э. Уайт. Христианский дом, с. 45).

Восьмой шаг: Рука на голове

Это стадия особенного доверия. Дотрагиваться до своей головы человек разрешает либо очень близким людям, либо специалистам: парикмахеру, врачу... Голова – наиболее незащищенный и уязвимый орган.

Когда молодые люди прикасаются к голове, волосам – это жесты особого доверия и близости.

Девятый шаг: Рука на теле

Рука прикасается к телу выше талии вначале поверх одежды, а потом под одеждой. Все это допустимо только в браке.

Четвертый этап: Одно тело

Десятый шаг: Уста на груди

«Источник твой да будет благословен; и утешайся женою юности твоей, любезною ланью и прекрасною серною; груди ее да упоют тебя во всякое время; любовью ее услаждайся постоянно» (Притч. 5:18, 19).

Одиннадцатый шаг:

Рука на гениталиях

Вопрос: являются ли взаимные эротические ласки (петтинг) грехом? Ведь до полового акта дело не доходит.

Толковый словарь Владимира Даля дает определение слова «девственность»: «Целомудренное состояние или непорочность». «Прикосновение руки к гениталиям едва ли можно назвать целомудренным, чистым или добродетельным в любой культуре» (Н. Ван-Пелт. Удивительная любовь, с. 192).

«Ошибочные представления о браке порождают неверные понятия об ухаживании... Не должно быть сказано ни единого слова или сделано ни единого поступка, о которых вам бы не хотелось, чтобы знали святые ангелы и они были записаны в небесных книгах. Вы должны видеть перед собой славу Божью» (Э. Уайт. Христианский дом, с. 44).

Двенадцатый шаг:

Гениталии к гениталиям

Этот шаг предназначен Богом для углубления отношений женатых людей. Иначе он становится блудодеянием! «Сладострастие является грехом этого века...» (Э. Уайт. Письма молодым влюбленным, с. 66). Эти слова Эллен Уайт написала в позапрошлом веке. Этого греха можно избежать только с помощью развития отношений с Христом и развития непоколебимого самообладания. Если вы хотите создать счастливый брак и наслаждаться им всю жизнь, то не будите любви преждевременно. Помогите сами себе!

Ольга Стасюк

Целебные травы



Любой кулинар скажет, что приправы являются едва ли не самыми главными компонентами любого блюда. Пряно-ароматические специи и травы придают блюдам характерный вкус и аромат.

Но, наслаждаясь вкусной едой, мало кто задумывается о полезных свойствах той или иной приправы. И совершенно напрасно, ведь медики уже давно изучают вещества растительного происхождения и находят в них много невероятно полезных свойств для человеческого организма. Ознакомимся с некоторыми из них.

1. Антивозрастная куркума

Это растение семейства имбирных славится своим антисептическим и противовоспалительным действием. Однако нельзя не оценить его благотворного воздействия на кожу, а все благодаря тому, что куркума способствует выработке коллагена. Благодаря этому эпидермис становится более эластичным, а цвет лица значительно улучшается.

Более того, употребление куркумы способно предотвращать появление прыщей и фурункулов, а также заживлять раны. Как заявляют косметологи, благодаря воздействию куркумы кожа надолго остается упругой и подтянутой.

2. Гвоздика – кладезь антиоксидантов

Удивительно, но среди всех известных специй именно гвоздика является чемпионом по наличию антиоксидантов.

Благодаря такому химическому составу эта пряность способствует омоложению всего организма, особенно кожи, эффективному повышению иммунитета и надежной защите от стрессов.

Гвоздика обладает спазмолитическими, болеутоляющими и бактерицидными свойствами, а потому она очень полезна при сухом кашле и заболеваниях горла, при диарее, кишечных коликах, метеоризме и гипотонии. Но самое важное: в наши дни ученые разрабатывают новейший препарат для борьбы с лейкемией и раком, в основе которого использует именно эта специя.

3. Антибиотик орегано

Мало кто знает, но прекрасная ароматическая трава под названием орегано является мощнейшим растительным антибиотиком. В результате исследований в этой траве выявлено 18 сильнейших антибиотиков, которые с легкостью справляются с золотистым стафилококком и прочими патогенными микробами. Целебный состав, включающий фенольные антиоксиданты и флавоноиды, позволяет этой траве справляться с заболеваниями верхних дыхательных путей, бороться с грибами, вирусными и кандидозными инфекциями. Исследуют орегано и в качестве средства против роста раковых клеток, а потому будущее у этого растения весьма перспективное.

4. Согревающий имбирь

Корень имбиря является древнейшей и одной из самых полезных пряностей. Кроме того, что это средство оказывает известный тонизирующий эффект и укрепляет иммунную систему, оно славится мощным согревающим свойством. Именно благодаря ему в организме улучшается кровообращение, кровь и полезные вещества быстрее поступают в головной мозг, сердце и другие не менее важные органы. Согревающая способность имбиря позволяет выводить из организма «вредный» холестерин, а значит, худеть естественным образом. Кроме того, эту пряность используют в качестве основы согревающих компрессов при хроническом ревматизме, артрите и острых болях в спине.

5. Шалфей от воспалений

Противовоспалительные свойства шалфея известны уже давно. Благодаря уникальному составу этой лекарственной травы настои, отвары, а также ванны на основе шалфея невероятно полезны при воспалительных заболеваниях дыхательных путей, при кашле, ангине и бронхите. Более того, средства на основе этой чудо-травы полезны при воспалительных процессах в печени, почках и мочевом пузыре, при язве желудка или двенадцатиперстной кишки. В гинекологии также широко используют шалфей. Особенно он полезен при

воспалениях половых органов – эндометриите, вагинитах и вульвитах. К тому же это растение помогает более мягкому течению климакса.

6. Защитник тимьян

Тимьян (чабрец) является настоящим природным лекарем. Это многолетнее лекарственное растение завоевало любовь всех поклонников народной медицины благодаря своим антисептическим и дезинфицирующим свойствам. Именно настои и отвары на основе тимьяна позволяют надежно защищать организм от ангины и простуды, от болезней воспалительного характера, ран и ожогов на теле и даже от гинекологических заболеваний. Наличие фитонцидов позволяет этому средству повысить защитные функции организма, то есть иммунитет, а антигистаминные свойства чабреца защищают организм от аллергических реакций. Благодаря флавоновым веществам в составе тимьяна организм становится более защищенным от облучений.

7. Майоран для сна

В наших широтах майоран встретишь нечасто. А между тем полезные свойства этого растения заставляют обратить на него пристальное внимание. Особенно славится майоран своим сильным седативным действием, что позволяет с успехом использовать это растение рода душица для успокоения нервной системы, особенно при эмоциональных и психических расстройствах, бессоннице или неврастении, в стрессовых ситуациях, а также после изнурительного физического труда. Мазь, компрессы, ингаляции и ванны с майораном отлично подходят для снятия усталости, расслабления, успокоения и поднятия жизненного тонуса. Особенно будет полезен майоран людям, перенесшим инфаркт.

8. Базилик для кожи

Пряно-ароматическое растение базилик получило широкую популярность не только на кулинарии, но также в медицине, где оно все чаще используется для улучшения свойств кожи. Оказывается, кроме известных антибактериальных и противовоспалительных свойств этого растения, базилик великолепно освежает и тонизирует кожу, а также способен защищать ее от разрушений на клеточном уровне. Именно поэтому примочки на основе отвара базилика отлично помогают бороться с заболеваниями кожи и быстро восстанавливают повреждения кожного покрова. А нанесение пасты из базилика на кожу помогает обезжирить ее.



Печенье «Поцелуйчики»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1. Тесто
 - 1 желток;
 - 20 г какао-порошка (кербора);
 - 125 г сливочного масла;
 - 2 ст. л. молока;
 - 200 г пшеничной муки;
 - 130 г сахара.
2. Карамель
 - 1 куриный белок;
 - 180 г конфет «Коровка»;
 - 100 г грецких орехов;
 - 5 ст. л. сливок 33%.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Смешайте все, кроме муки. Масло должно быть мягкое, комнатной температуры. Добавьте постепенно муку, замесите тесто.
2. Заверните его в целлофан и положите в холодильник на 1 час.
3. Когда тесто охладится, скатайте из него шарики размером с грецкий орех.
4. Белок слегка взбейте вилкой. Окуните колобки в белок, затем в молотые грецкие орехи.
5. Теперь в серединке каждого печенья сделайте углубление при помощи любой палочки.
6. Поставьте печенье в духовку на 12 минут при температуре 200°C. Когда достанете из духовки, углубление нужно еще раз слегка продавить.
7. Пока печется печенье, сделайте карамель. Разогрейте сливки и положите в них порезанные конфеты «Коровка». Все хорошо перемешайте деревянной лопаткой. Когда печенье будет готово, сразу наливajte ложкой в серединку карамель. Дайте ему остыть.

Сырные крекеры

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 100 г сливочного масла;
- 100 г пшеничной муки;
- 100 г сыра сулугуни (домашнего);
- 1 яйцо.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Холодное масло порубите ножом вместе с мукой.
2. Добавьте натертый сыр, а затем – желток.
3. Слегка все смешайте и сделайте из теста шар.
4. Заверните его в пленку или пакет и положите на 30 минут в холодильник. Затем тесто нужно будет еще немного подмесить до однородности.
5. Разделите тесто на 2 части, раскатайте каждую из них в круг. Нарезьте круги на сегменты.
6. Коктейльной трубочкой сделайте произвольные дырочки, как у сыра.
7. Выпекайте крекеры 10 минут при 180°C.



10 СОВЕТОВ ПО УЛУЧШЕНИЮ ИММУНИТЕТА

Иммунитет человека требует стимуляции. Чтобы иммунная система хорошо работала, ей необходимы баланс и гармония. Исследователи еще не полностью изучили ее организацию и особенности зависимости от множества факторов. Однако есть несколько

советов, которые могут помочь вам укрепить ваш иммунитет:

1. Очищайте кишечник. 70 % клеток иммунной системы найдены в стенке толстой кишки.
2. Употребляйте незаменимые жирные кислоты. Одним из наилучших вариантов незаменимых жирных кислот является нерафинированное льняное масло. Доказано, что школьники, употреблявшие по половине чайной ложки масла в день, заболевали реже остальных и меньше отсутствовали в школе.
3. Поддерживайте свои надпочечники, не допускайте их болезни. Если они начали плохо работать, принимайте витамины.
4. Добавляйте свежий имбирь и в соки, и в блюда (при отсутствии противопоказаний). Имбирь – это ценный источник цинка, важного элемента для иммунной системы.
5. Очищайте и поддерживайте вашу печень. Она обеспечивает хорошее развитие иммунных клеток. Клетки Купфера (клетки печени, которые захватывают и перерабатывают старые нефункциональные клетки крови) играют важную роль в поглощении и

защите от бактерий, паразитов, грибов, вредных клеток крови и продуктов распада клеток.

6. Соки обеспечивают вас важными витаминами и элементами. Темно-зеленые, темно-оранжевые, красные и фиолетовые овощи богаты антиоксидантами.

7. Больше двигайтесь. Не забывайте о пеших прогулках на свежем воздухе. Прогуливайтесь ежедневно хотя бы полчаса.

Пешие прогулки способствуют укреплению иммунной системы, а также помогают избавиться от лишних килограммов, приводят в тонус мышцы. Такие прогулки благотворно отразятся на вашем настроении.

8. Чтобы поддержать свою иммунную систему, употребляйте в пищу продукты, в изобилии содержащие витамин С.

9. Ешьте меньше сладостей. Сахар всех типов подавляет иммунную систему.

10. Спите столько, сколько требуется именно вам для того, чтобы отдохнуть и восстановиться. Во время сна в вашем организме повышается количество лейкоцитов – иммунная система активно выявляет «неполадки», устраняя их.



КОНТАКТ-ЦЕНТР НАДЕЖДА
contact.hope.ua

КРУГЛОСУТОЧНАЯ
телефонная линия доверия работает специально для Вас.

Здесь Вас выслушают, поймут, утешат, окажут помощь и поддержат в молитве.

Молитвенная ПОМОЩЬ

- Консультация священнослужителя
- Молитвенная поддержка
- Изучение Библии

«И воззовете ко Мне, и пойдете и помолитесь Мне, и Я услышу вас; и взыцете Меня и найдете...» (Библия, книга Иеремии 29:12, 13).

Вы можете связаться с нами любым удобным для Вас способом:

ТЕЛЕФОН В УКРАИНЕ:
 **0 800 30 20 20**
(бесплатно по Украине)

ТЕЛЕФОН В РОССИИ:
 **8 800 100 18 44**
(бесплатно по России)

24/7

S contact-hope  molitva@hope.ua



РАДИО "ГОЛОС НАДІЇ"

Встречайте **обновленное** христианское радио!

Мы стали еще ближе и еще интереснее ...

- Слушайте нас в Интернете **24/7**
radio.hope.ua
- Через приложения для Android и iOS
- Через TuneIn, SmartTV
- В оффлайн режиме через подкасты
- На УР-1 **СБ 17:30 / ВС 08:50**
- УР-2 **ПН 18:55 / ВТ 18:45**

Всегда на связи **0 800 30 20 20**

РАДИО, КОТОРОЕ ДАЕТ НАДЕЖДУ ...



Смотрите на телеканале «НАДІЯ»

Ds ЗДОРОВЬЕ **ВС 20:00**


Консультации экспертов, захватывающие видеосюжеты, мастер-классы по приготовлению полезной и вкусной пищи в новом долгожданном сезоне проекта «Диагноз: здоровье». Теперь ещё больше ценной информации **ДЛЯ ВАС И ДЛЯ ВАШЕЙ СЕМЬИ!**

Мозаїка батьківства **ВС 20:30**

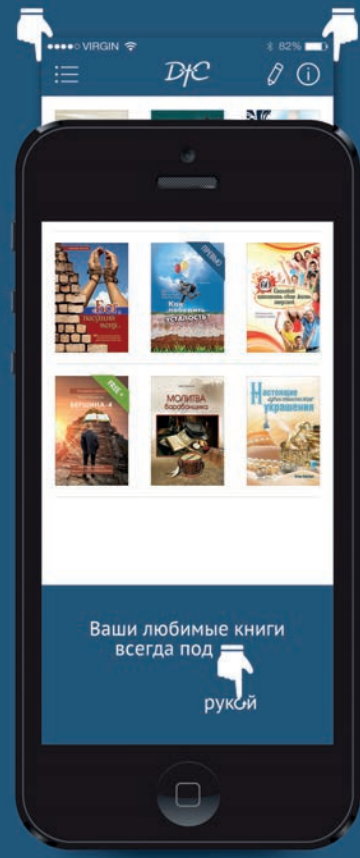
Программа для всех, кто любит детей и заботится о них

РАНОК НАДІЇ

РУБРИКИ:
"СпорTime", "Кулінарочка", "Здорово жити"
в 07:00, 09:00, 11:00 по буднях

Теперь мы в App Store 

Приложение: «LifeSource»



Ваши любимые книги всегда под рукой