



НЕЖНОСТЬ

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

500 РОКІВ
РЕФОРМАЦІЇ

ВЕЧНОЕ СОКРОВИЩЕ

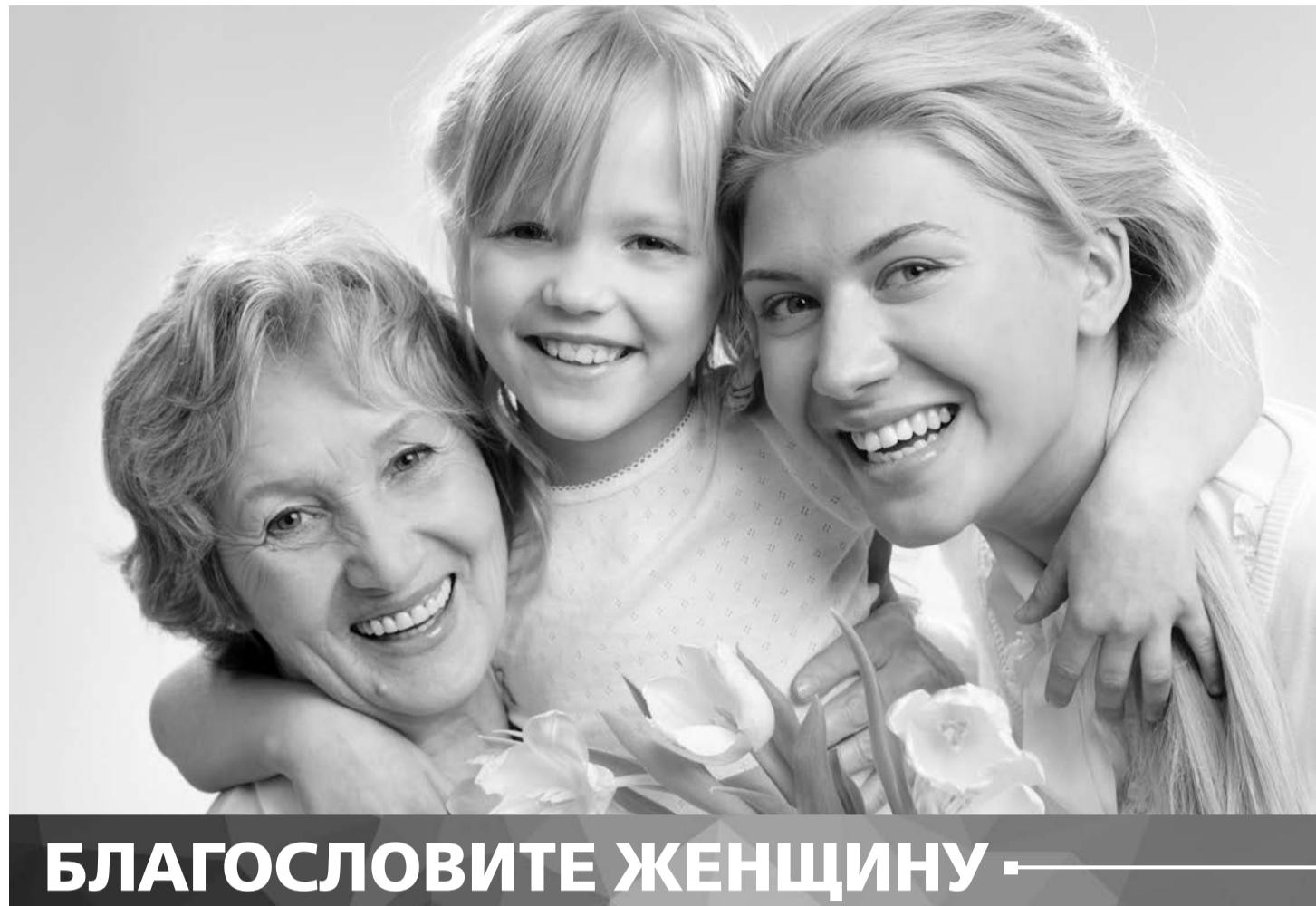
№ 3 Март 2017

Ежемесячная христианская газета

www.lifesource.com.ua



«Вот наследие
от Господа: дети;
награда от Него –
плод чрева»
(Пс.126:3).



БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ —

Какова роль женщины в современном обществе? Как изменились представления о ней за последние годы? Где женщина черпает силы, чтобы выдержать ритм бытия? Многое вопросов можно задать женщине сегодня. Но сможет ли она ответить на них?

Как много дискуссий возникает о том, какой должна быть женщина. Разные мнения, разные представления, разные требования. Нынешнее общество выдвигает к современному человеку новые запросы, особенно касающиеся жизни женщины. На ее плечах по-прежнему лежит забота о семье, детях, работе, но ей следует по-новому взглянуть на многое. В наше время недостаточно просто плыть по течению,

необходимо соответствовать положению, преодолевать конкуренцию, делать карьеру и многое другое. И это кажется не только женщинам вне Церкви, но и нас с вами, жен-христианок. Мы невольные участницы этого водоворота. Мы постоянно общаемся с людьми, для которых это норма жизни. Нам необходимо знать и понимать нужды современной женщины и в то же время соответствовать вечному стандарту.

Но как не увлечься новыми течениями? Современный мир ставит нас перед вызовом. Как не променять предназначение Божие на сомнительные роли в театре жизни? Наверное, это было бы очень сложно, если бы Господь не позаботился о Своем хрупком и

нежном творении, подарив ему один универсальный выход. Он прост, как и все гениальное, что создал Господь. Необходимо взглянуть на свое предназначение, оторвавшись от земли, с высоты небес, откуда все выглядят совсем иначе. Как в обыденных, рутинных обязанностях найти великий смысл предназначения? Разве можно в монотонности домашней работы и утомительного труда найти что-либо великое?

На страницах Библии я нашла текст, который был мне непонятен. «Впрочем, спасется через чадородие, если пребудет в вере и любви и в святости с целомудрием» (1 Тим. 2:15). Значит, если ничего великого и важного для Церкви я сделать не смогу, то спасение придет ко мне через чадородие. «Как же так, — думала я. А как же таланты, способности, силы, мечты и надежды, неужели все это никому не нужно? И как можно пребывать в любви и святости, если вокруг постоянно плачущие, кричащие, неугомонные дети? А в мире так много соблазнов и возможностей... Кто сможет выдержать все это и получить спасение?». Да, я плохо понимала роль матери в этом мире. Тогда, как, впрочем, и сегодня, мне все еще не хватает Божественной мудрости, но кое-что я все-таки сумела понять.

Современное общество пытается сформировать в нашем разуме новую модель поведения и предназначения женщины, матери. Она не похожа на тех скромных, неизвестных представительниц прекрасного пола, которым лишь изредка удавалось оставить свой след в истории. Наша современница — хозяйка положения, она сама вершит свою судьбу и судьбы мира. В погоне за своей независимостью она словно спешит наверстать упущенное. А когда кажется, что что-то достигнуто, именно тогда и приходит осознание утраченного. А что же потеряла современная женщина? Именно свое главное предназначение и некий залог спасения — чадородие. Почему именно дети, которые сегодня (в современном понимании) отнимают у женщины красоту, молодость, свободу, здоровье, и есть спасение для женщины?

С чего все начинается? Посвящая себя ребенку для его появления на свет, она тем самым приближается к пониманию Бога как Творца, становится соучастницей творения. Отдавая часть себя, свою плоть, свои мечты и надежды, она приближается к раскрытию великой тайны бытия — сотворения жизни. Как прекрасен путь, пройденный новым человеком от первых невидимых глазу изменений клетки до появления на свет! И только женщина удостоена чести находиться рядом с этим чудом.

Ребенок подрастает, и с каждым днем меняются его потребности, развиваются навыки, открываются способности. Беспомощное существо, еще

вчера способное только криком сообщить о своих потребностях, уже через какое-то время улыбается в ответ на голос и присутствие родного человека. Улыбку и плач некоторые ученые считают врожденными средствами привлечения внимания матери к ребенку. Именно они помогают «сработать» материнскому инстинкту, который станет основой для формирования самой тесной человеческой привязанности — между матерью и ребенком.

Тогда почему действует инстинкт? Почему Господь не сделал любовь к ребенку — добровольно избираемым чувством? Почему Он поставил его в один ряд с инстинктивно бьющимся сердцем, совершающим вдохом, голодом и инстинктом самосохранения? Достаточно взгляда, кормления, прикосновения, хотя бы короткого пребывания вместе, и он включается, даже если это нежеланный, причинивший боль и страдание ребенок. Так происходит во многих случаях, и это помогает избежать многих трагедий. Младенцу нет дела до социального, материального, эмоционального состояния мамы. Она ему просто нужна, жизненно необходима. Красивая или не очень, успешная или, по меркам мира, неудачница, образованная или неграмотная — ей нужна именно она. Ребенок это понимает тоже инстинктивно, так как не способен мыслить по-другому. Бог подарил и матери, и ребенку внутренние, не зависящие от них самих механизмы. И это прекрасно.

Дети растут. И их мир также возрастает и расширяется. И на этом этапе нужен надежный путеводитель. Мама становится тем человеком, который открывает им новый мир и правильный путь в этом мире. От первого вдоха, от вкуса молока, от ощущения радости и тепла до понимания сложных и простых истин, до осознания цели своего пребывания здесь, на Земле, — познания Бога. И в этом миссия матери близка к миссии Святого Духа, ведущего нас ко Христу.

Когда дети вырастают, они все меньше ощущают потребность в матери. Ее миссия детоводителя близится к завершению. Но каждая мать должна успешно справиться с самой сложной, на мой взгляд, задачей — отпустить детей из-под "своего крыла" и дать им свободу выбора. Все наши надежды, мечты, молодость, красота и таланты будут положены в основание будущей жизни наших детей. И вместе со Христом мы посвятим себя достижению высшей цели бытия — познание истины и жизни вечной для наших детей. И только тогда в нашей жизни исполняются слова апостола Павла: «Спасется через чадородие», так как вместе с Отцом, Святым Духом и Христом мы пройдем весь этот путь, глубже и сильнее осознавая все, о чем пишет Библия. Спасение, путь жертвенности и отречения. В этом — мудрость Божественного плана.

В этом — величие миссии женщины здесь, на Земле, миссии такой неприметной, тяжелой, однообразной и в тоже время такой высокой и незаменимой с высоты Небес. Благословите женщину!

Елена Еремина



Молится мама

См G7 См

1. Ти- хо сгу- ща - ю - тся те - ни,
2. Е - сли бе - да по - сту - чи - тся,
3. Вре- мя ле - тит не - за - ме - тно,

Св - ти - тся ту - скло лу - на,
Кто же е - щё, как не ты,
И в ка - ждом про - жи - том дне

Ма - ма сто - ит у по - сте - ли,
Ста - нет с лю - бо - вью мо - ли - ться,
Зна - ю, что ты, как и пре - жде,

Мо - ли - тся Бо - гу о - на, Я
Что - бы все бе - ды про - шли, Я
Мо - ли - шься Бо - гу о мне, Я

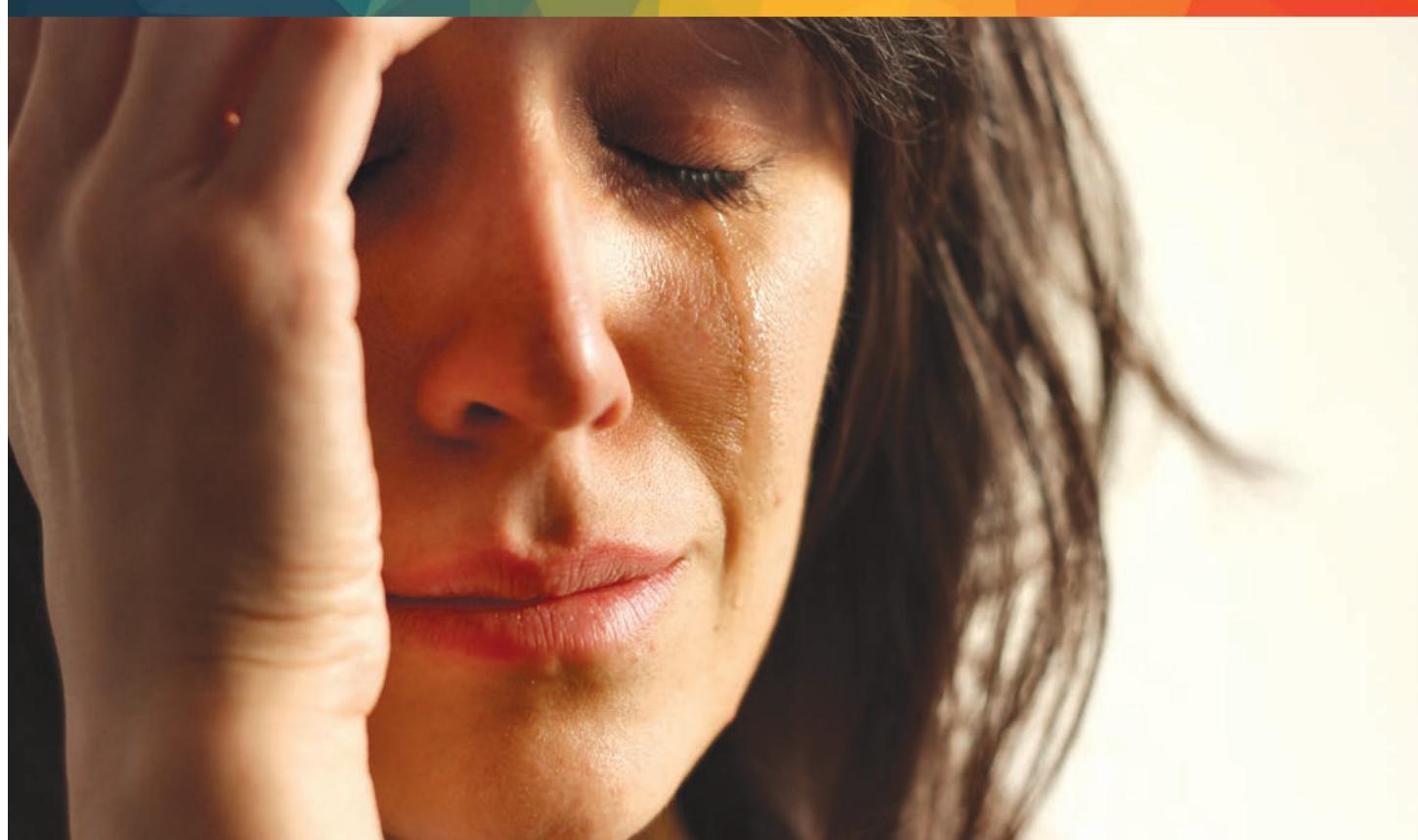
См Fm G7 См

зна- ю, по- че - му у де- тей сла - дки - е сны,
зна- ю, по- че - му мне ле- гко в жи - зни мо - ей,
зна- ю, по- че - му И - и - сус - ве- рный мой Друг.

С7 Fm См/Eb G7 См

По- то- му что за них мо - ли- тся ма - ма!
По- то- му что за ме - ная мо - ли- тся ма - ма!
По- то- му что э - то ты, ма - ма, мо - ли - лась!

СНАЧАЛА ГРУСТЬ, ПОТОМ РАДОСТЬ



«Блаженны плачущие, ибо они утешатся» (Мф. 5:4).

Подобно первой заповеди блаженства, вторая также противоречит мудрости и обычаям мира. В общепринятом нехристианском понимании это высказывание нелепо. Девиз мира: блаженны и счастливы те, кому удалось избежать плача.

Широкая сеть увеселительных заведений нацелена на то, чтобы помочь людям преодолеть грусть, отвлечь их от размышлений над серьезными проблемами. Этому служат и телевидение, и переполненные спортивные арены, и всемирная сеть Интернет. Они «помогают» отвлечься, убежать от такой страшной для многих реальной жизни.

Люди отчаянно желают быть счастливыми. И огромная индустрия развлечений предлагает так называемое «счастье».

Но мудрость Иисуса бросает вызов мирской мудрости: «Блаженны (от греческого «макариос», что переводится как «счастливы») плачущие». В Евангелии от Луки в стихе, параллельном второй заповеди блаженства, Иисус выражает эту мысль более ясно: «Горе вам, смеющиеся ныне! ибо восплачите и взыщете» (Лк. 6:25).

Жизнь христианина отличается от жизни человека, не исповедующего религию Христа. Христиане плачут, потому что глубоко сознают собственную

греховность. Не случайно, как сказано в Евангелии от Матфея, Иисус начинает Свое служение благовестования словом «покайтесь». Покаяться – значит признать свою греховность. Это значит сожалеть о том, что я – грешник, и обращаться к Богу за прощением.

Это не поверхностное переживание, оно исходит из сердца. Но с плачем приходит и надежда. Ведь «если исповедуем грехи наши, то Он, будучи верен и праведен, простит нам грехи наши и очистит нас от всякой неправды» (1 Ин. 1:9).

Будучи христианами, мы осознаем, что наш грех, наше противление, наша беспечность привели Иисуса на Голгофский крест. Он умер за наши грехи. Именно грех взял самую прекрасную Жизнь на свете и сокрушил ее на кресте. Крест совершает величие: он открывает наши глаза на колоссальные масштабы греха и его отвратительность, и настоящий христианин не может не испытывать глубокой печали из-за своего греха. «Ибо печаль ради Бога производит неизменное покаяние со спасением, а печаль мирская производит смерть» (2 Кор. 7:10). Следовательно, мы скорбим не только из-за наших личных грехов, но и из-за того, что эти грехи причинили боль Иисусу.

Христос тоже плакал. Он не совершил ни единого греха, но все же плакал о грехе и его последствиях. Мы читаем о том, какие чувства Иисус испытывал к иудеям, когда Его земное

странствование подходило к концу. «Иерусалим, Иерусалим, избивающий пророков и камнями побивающий посланных к тебе! сколько раз хотел Я сбить детей твоих, как птица собирает птенцов своих под крылья, и вы не захотели! Се, оставляется вам дом ваш пуст» (Мф. 23:37, 38). Христиане плачут не только о грехах, которые пригвоздили Иисуса ко кресту, но и о потерянном мире – погибшем, раздираемом насилием. «Из глаз моих, – говорил плачущий псалмопевец, – текут потоки вод оттого, что не хранят Закона Твоего» (Пс. 118:136).

Итак, христиане также плачут. Но парадокс Евангелия состоит в том, что сокрушение о грехе – это путь к радости. Христиане имеют настоящую радость в надежде на спасение; они не хотят иметь пустое бесмысленное счастье. Как явствует из слов Иисуса, Его путь – это единственный путь к вечному счастью. Раскаяние приносит победу. Сначала грусть, потом радость.

Иисус каждый день утешает плачущих. Среди утешений настоящего времени христианам доступно заверение в Божьем прощении и любви, а также уверенность во спасении.

Это прощение немедленное и безвозвездное, если только мы искренне скорбим о своих грехах и откровенно признаем свою нужду в Спасителе. Он любит нас и хочет дать нам прощение.

«Блаженны плачущие, ибо они утешатся». Обетование второй заповеди блаженства отчасти исполнилось в том смысле, что плачущие о своих грехах прощены. Но используемое здесь будущее время предполагает большее. Наибольшее утешение христианам принесет Второе пришествие Христа – событие, названное Павлом «блаженным упоминанием» (Тит. 2:13). Для плачущих есть надежда и полнота утешения. Будущее утешение от Господа безгранично. Прославим Бога за то, что в этой жизни заканчивается не все, для верующих в Иисуса могила – не безвозвратный конец.

Павел сказал: «Если мы в этой только жизни надеемся на Христа, то мы несчастнее всех людей» (1 Кор. 15:19). Иисус одержал победу над смертью и могилой – оплотом сатаны и его царством смерти. И это великая истина. Настает день Второго пришествия Христа, когда раскроются могилы всех, кто принял жертву Иисуса, принесенную ради них.

Воскресение Иисуса – вот что произвело похоронным набатом для смерти; оно проложило путь для воскресения всех и каждого из Его последователей.

Те, кто любит Иисуса, имеют несколько видов утешения. Во-первых, – утешение в настоящем – это прощение грехов и принятие в Божью семью. Во-вторых, – будущее утешение – при Втором пришествии и воскресении. И, в-третьих, вечное утешение, которое заключено в библейских обетованиях относительно Неба и Новой Земли. Это безгранична надежда и утешение для всех, кто плачет о грехе и его последствиях в нынешнем веке.

Утешением всех утешений будет вечный дом святых на Земле, сотворенный заново. Автор Откровения немногим приоткрывает будущее утешение Христовых последователей, когда пишет: «И отрет Бог всякую слезу с очей их, и смерти не будет уже; ни плача, ни вопля, ни болезни уже не будет; ибо прежнее прошло» (Откр. 21:4).

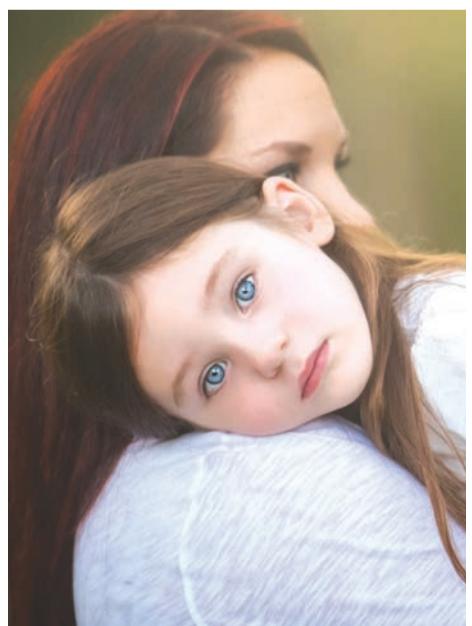
«Блаженны плачущие, ибо они утешатся», – такое обетование побуждает стремиться к миру с Богом и вдохновляет сердцем и разумом искать прежде всего Царства Божьего.

Подготовила
Татьяна Стамова



МАЧЕХА

Совет мачехе. – Твой брак с тем, кто является отцом детей, будет благословением для тебя... Тебе угрожает опасность стать эгоистичной. Ты обладаешь драгоценными свойствами характера, которые необходимо пробудить и



использовать... Благодаря твоим новым отношениям ты приобретешь опыт, который научит тебя обращаться с людьми. В заботе о детях проявляется привязанность, любовь, нежность. Ответственность за семью, лежащая на тебе, может стать для тебя великим благословением. Дети будут для тебя «драгоценным учебником». Они принесут тебе много благословений, если ты найдешь к ним правильный подход. Когда ты будешь заботиться о детях, в твоем сердце появятся нежность, любовь и сострадание. Хотя эти дети не являются частью твоей плоти и крови, все же благодаря твоему браку с их отцом они стали твоими детьми, чтобы ты их любила, заботилась о них, наставляла их и служила им. Твое общение с ними вызовет к действию мысли и планы, которые будут истинным благом для тебя... Опыт, который ты приобретешь в своем доме, избавит тебя от эгоистичных представлений, угрожающих испортить твою работу, и ты изменишь планы, которые необходимо перестроить и подчинить главному в жизни...

Тебе нужно проявлять больше нежности и сострадания, чтобы ты могла быть ближе к тем, кто в этом нуждается. Дети помогут тебе проявить эти черты характера и развить широту и глубину ума и суждений. Благодаря любящему

общению с ними ты научишься быть более отзывчивой и благожелательной в своем служении для страдающего человечества.

Укор мачехе, которой недостает любви. – Ты полюбила своего мужа и стала его женой. Ты знала, что, вступая в брак, взяла обязательство стать матерью его детей. Но было замечено полное отсутствие в тебе необходимых для этого качеств. Ты весьма несовершенна. Ты не любишь детей своего мужа, и если не произойдет полная перемена, совершенное преобразование в тебе и в твоем образе управления домом, все драгоценное в твоей семейной жизни погибнет. Любовь, чувство привязанности не свойственны твоему образу мыслей...

Ты делаешь жизнь этих дорогих детей, особенно дочери, весьма горькой. Где привязанность, любовь и нежность, терпение и выдержка? Ненависть, живущая в твоем неосвященном сердце, больше, чем любовь.

Осуждающие слова исходят из твоих уст чаще, чем похвала и одобрение. Твои манеры, твои грубые методы, твоя бесчувственная природа для восприимчивой дочери подобны опустошающему граду, губящему нежное растение: оно склоняется от каждого удара, пока его жизнь не угасает, и вот оно лежит

прибитое, сломанное. Твое правление иссушает источники любви, надежды и радости в твоих детях. Непреходящая печаль отражена на лице девочки, но вместо того, чтобы пробудить в тебе сострадание и нежность, ее несчастье возбуждает нетерпимость и открытую неприязнь в твоей душе. Ты можешь изменить ее настроение, вернуть детскому лицу живость и радость, если пожелаешь...

Дети «читают» лицо матери; они ясно видят, любовь или неприязнь написаны на нем. Ты не понимашь, что делаешь. Разве печальное маленькое лицо, тяжелый вздох, исходящий из глубины страдающей души не вызывают к любви, не пробуждают жалости?

Когда необходима особая забота. – Дети, потерявшие ту, в груди которой жила материнская любовь, несли невосполнимую утрату. Но когда другая женщина решается занять место матери среди осиротевшего малого стада, то на нее возлагается двойная забота и бремя, чтобы она, если возможно, была даже более любящей, болеедержанной от осуждений и угроз, чем родная мать, и таким образом могла бы восполнить потерю, понесенную детьми.

Э. Уайт



Принимали ли женщины участие в Реформации? Красноречивые примеры баварской реформаторки Аргулы фон Грумбах и страсбургской «матери реформационной Церкви» Катарине Шютц Цель убеждают нас в утверждительном ответе на этот вопрос. Однако их жизнь и деятельность были неразрывно связаны с Германией, страной, откуда и берет начало Реформация. Насколько же было возможным активное участие в реформационном движении женщин из других стран? Чтобы узнать, каким образом женщины присоединились к утверждению и распространению Реформации, прочитаем о деятельности одной из самых ярких ее представительниц в швейцарской Женеве – Мари Дентье, ставшей воплощением идей и стремлений женщин далеко за пределами самого города.

До нас дошли только отрывочные сведения о биографии этой женщины. Известно, что Мари родилась во французском городе Турне в семье обедневшего дворянина, чья фамилия была Дьеннетье, или Дентье. Когда девушке было около двадцати лет, она поступила в августинский монастырь, где в начале Реформации занимала высокий пост: по некоторым источникам, даже была в нем аббатисой (настоятельницей монастыря). Однако, как и Аргула фон Грумбах, в начале 1520-х годов Мари Дентье приняла идеи Лютера, за которые ее, очевидно, и изгнали из монастыря. Приют девушки нашла в религиозно толерантном Страсбурге, где в середине двадцатых годов уже сформировался круг выдающихся реформаторов: Каспар Хеди, Маттиас Цель, Иоганн Швенкенфельд. Судьбоносной для Мари Дентье оказалась встреча с женой Маттиаса Целле – Катариной Шютц. Именно она, несмотря на то, что дружба между женщинами не возникла, могла стать примером жене пастора и теолога для молодой Мари.

В Страсбурге Мари Дентье не только встретила единомышленников, поддержавших ее после изгнания из монастыря, но и мужа. Им стал молодой бывший священник Симон Робер. Молодые поженились в 1528 году и переехали в Швейцарию, когда Робер получил назначение на пасторское служение вместе с Гийомом Фарелем в окрестностях Женевы, в Вале. Через некоторое время семья перебралась в Эгль, сохранив тесные связи с Фарелем и Фроманом. Однако их счастливый брак оказался коротким – уже в 1533 году Симон Робер умер, оставив Мари вдовой с пятью детьми. Трудные обстоятельства заставили женщину снова выйти замуж – за младшего коллегу умершего мужа Антуана Фромана.

Антуан Фроман в то время уже был достаточно известным швейцарским реформатором, работавшим в самой Женеве, впоследствии он активно поддерживал реформы Жана Кальвина.

Для понимания причин появления первого произведения Мари

Дентье стоит остановиться на положении, в котором оказалась Женева в начале 1530-х годов. Вся Швейцария на то время уже была разделена Реформацией – католические кантоны¹ вступили в борьбу с протестантскими, их войны названы Каппельскими (1529–1531 гг.). Протестантские кантоны возглавил выдающийся швейцарский реформатор Цвингли. 11 октября 1531 года в решающей битве возле Каппеля протестанты были побеждены, а сам Цвингли погиб. Католические кантоны получили политическое превосходство над реформированными.

Именно в таких трудных условиях Женева боролась с герцогом Савойским (в его владениях был город) и католическим епископом за независимость и право на автономию во всех делах, в том числе религиозных. Война была ожесточенной: от нее пострадало и значительное количество гражданского населения. Ужасы войны и мужество женевцев, решившихся бороться за свою свободу, вдохновили Мари на написание уникальной хроники «Войны и освобождение города Женевы»², где описывались и комментировались события в Женеве с 1504 по 1536 годы, которые сравнивались с библейскими. В частности, жители Женевы уподоблялись Израилю, который страдал и скитался, потому что забыл Бога³.

Наиболее значимым произведением Мари Дентье стало «Очень полезное письмо»⁴, опубликованное в 1539 году и адресованное самой Маргарите Наваррской, сестре короля Франции Франциска I Валуа, известной своей защитой реформаторов и высокой образованностью. Королева была крестной матерью дочери Мари и искренне интересовалась развитием реформационного движения в Женеве. Однако значение «Очень полезного письма» выходит за рамки частной корреспонденции: оно изменило привычные гендерные представления.

Создав негативный гендерный образ мужчин, Мари Дентье обосновала для Маргариты необходимость активной позиции для женщин: «Все, чем Господь одарил тебя и открыл нам, женщинам, не должны скрывать и закапывать в землю, мужчины так не делают. И хотя нам не разрешено проповедовать публично в конгрегациях и церквях, нам и не запрещено писать и наставлять друг друга со всем милосердием»⁵. Поэтому, делает вывод автор, «если Господь одарил благодатью некоторых хороших женщин, открыв им через Священное Писание нечто святое и доброе, то должны ли они сомневаться писать, говорить и свидетельствовать об этом друг другу из-за каких-то преследователей истины? О, это было бы слишком вызывающе – попробовать их остановить, а для нас было бы слишком опрометчиво скрывать талант, которым одарил нас Господь»⁶.

Мари Дентье столкнулась с жесткой оппозицией в Женеве. Весь клир Женевы и многие из ее жителей были возмущены «дерзостью»

женщины-реформатора: печатник Жан Жирар был арестован, трактат – конфискован⁷, а уже существующая цензура – усиlena. Однако «Письмо» стало настоящей (и успешной) попыткой создания «феминистской теологии», другого полюса в противовес апологии⁸ патриархата в произведениях мужчин-реформаторов.

Какой же была реакция Жана Кальвина, наиболее известного женевского реформатора, автора фундаментального труда «Наставления в христианской вере», где впервые были систематически изложены догматы протестантизма кальвинистского направления? Отношение Кальвина к действиям и книгам Мари Дентье, как и к женщинам в целом, было неоднозначным. С одной стороны, реформатор видел равенство мужчин и женщин, в частности, в том, что касалось религии и духовной жизни.

Это равенство перед Богом воплотилось в постановлениях Консистории, которые сравняли оба пола в ответственности за нарушение законов – и моральных, и гражданских. Это, конечно, часть мужчин восприняла с недовольством: слишком длинной была традиция двойных стандартов в назначении наказаний. Кроме понимания равенства женщин и мужчин, Кальвин не мог не знать об усилиях, приложенных Мари Дентье и ее мужем Антуаном Фроманом, для возвращения Кальвина в 1541 году в Женеву после долгого изгнания⁹. Эта благодарность, однако, проявилась гораздо позже: в 1561 году, на последнем году своей жизни, Мари Дентье стала автором предисловия к изданию проповедей Кальвина о женской одежде¹⁰.

С другой стороны, в том, что касалось повседневного взаимодействия мужчин и женщин, Жан Кальвин оставался крайней традиционным. Его взгляды на брак почти ничем не отличались от патриархального видения Лютера: главное предназначение женщины заключается в материнстве, роли хранительницы семейственного очага¹¹. Именно поэтому он никогда публично не поддерживал Мари Дентье и не мешал уничтожению ее трактата, не желая, очевидно, поощрять ее активную деятельность, которая могла стать (и становилась) примером для других женщин.

Несмотря на трудности и сопротивление администрации, Мари и ее мужу удалось в 1540 году, через год после публикации «Очень полезного письма», открыть небольшой пансион для девочек в Массонжи, где ее дочери и другие девушки изучали греческий и иврит¹², что открыло доступ к Священному Писанию в оригинале и, следовательно, дало бы им возможность впоследствии изучать теологию. Школа Дентье и Фромана стала едва ли не первым таким заведением в Европе и значительно определила свое время.

Стараниями женевской власти имя Мари Дентье было надолго забыто даже среди протестантов, однако сегодня, благодаря усилиям

исследователей, были заново открыты ее теологические и полемические произведения, проникнутые идеей «возвращать истину» любой ценой¹³. Так, в «Письме» к Маргарите Наваррской она раскрывает главную цель своих трактатов, которая заключается не только и не столько в наставлениях сестре короля: «Но также я хотела вдохновить других женщин, находящихся в неволе, чтобы они не боялись быть изгнанными из Родины, далеко от своих родственников и друзей, как выгнали меня за провозглашение Слова Божьего. И особенно бедных женщин, которые хотят знать и понимать истину, не знают, каким путем идти, чтобы они не мучились и не страдали, но были радостными и следовали истине, которой является Евангелие Иисуса Христа»¹⁴.

Эта отвага и непоколебимая вера женщины-реформатора были оценены потомками: в 2002 году Мари Дентье стала первой женщиной, имя которой было добавлено на памятнике деятелям швейцарского реформационного движения – «Стену Реформации» в Женеве.

Степания Ковбасюк,
кандидат
исторических
наук

¹ Кантон – самая большая территориальная единица Швейцарии.

² «La guerre et délivrance de la ville de Genesve fidélement faictes et composées par un Marchand demourant en icelle» (1536). Трактат не был подписан, но авторство Мари Дентье на основании глубокого текстологического анализа почти бесспорно определяется сегодня всеми исследователями.

³ Stjerna K. Women and the Reformation. – London: John Wiley & Sons, 2011. – P. 137.

⁴ «Epistre tres utile, faictes ey composees par une femme chrestienne de Tornay, envoyee a la Roynne de Navarre soeur du Roy de France, Contre les Turcz, Iuifz, Infideles, faulx chrestiens, Anabaptistes, et Lutheriens» (1539).

⁵ Stjerna K. Women and the Reformation. – London: John Wiley & Sons, 2011. – P. 134.

⁶ Dentière M. Epistle to Marguerite de Navarre and Preface to a Sermon by John Calvin. – Chicago: University of Chicago Press, 2007. – P. 55-56.

⁷ Stjerna K. Women and the Reformation. – London: John Wiley & Sons, 2011. – P. 142.

⁸ Апология (от др.-греч. ἀπολογία – оправдание) – высказывание или произведение в защиту определенной позиции либо идеи.

⁹ Первое пребывание Кальвина в Женеве датируется 1536-1538 годами. В 1538 году в результате переизбрания в Генеральный совет – главный орган власти Женевы – противников Реформации Кальвин и Гийом Фарель были изгнаны из города. Вскоре горожане осознали свою ошибку, и уже в 1540 году начались переговоры с реформатором о его возвращении, которое состоялось в 1541 году. После этого Женеву Кальвин уже не покидал.

¹⁰ «Un sermon de la modestie des femmes en leurs habillemens» (1561)

¹¹ Potter M. Gender Equality and Gender Hierarchy in Calvin's Theology // Signs. – 1986. – Vol. 11. – No. 4. – P. 725–739.

¹² Guillaume Farel – 1489-1565. Biographie Nouvelle. – Neuchatel Editions Delachaux & Niestle s.a., 1930. – P. 51.

¹³ Dentière M. Epistle to Marguerite de Navarre and Preface to a Sermon by John Calvin. – Chicago: University of Chicago Press, 2007. – P. 51-52.

¹⁴ Ibid.



ОБЯЗАТЕЛЬНО НАЙДИТЕ ПОТЕРЯННОЕ



Моей маленькой внучке очень нравится складывать пазлы, особенно крупные. Мне кажется, что это ее любимая игра. Она радуется, когда ей удается поставить на место очередную частичку целой картинки! А сегодня внучка расстроилась до слез. Надо же такому случиться! Куда-то пропал один пазл из самой главной части картинки – лица Маши, которая в сказке дружила с Медведем.

– Как же теперь Маша будет без лица?! – всхлипывая, приговаривала моя внученька. – Как же теперь она будет с Медведем разговаривать?

К счастью, я убедила ее присоединиться ко мне в поисках потерянного пазла, и это ее успокоило. Вскоре наши старания были вознаграждены. Ева заметила под диваном потерянный пазл, ведь ее зрение не сравнив с моим. И я его достала.

Когда потерянный и найденный пазл был торжественно водружен на полагающееся ему место, Ева засияла от счастья так же, как и Маша на картинке рядом с Медведем.

А мне почему-то сразу вспомнились обеспокоенные лица моих друзей, которые потеряли в жизни что-то очень важное. Нет, не деньги и даже не своих членов семьи. Они потеряли из виду Личность, Которая может сделать их сияющими от внутренней радости и мира, может наставить их, укрепить в вере, побудить к покаянию, помочь ощутить радость прощения. Мне искренне жаль всех, кто начал сомневаться в том, что Дух Божий – это Третья Личность Божества, Личность, Которую можно огорчить, обмануть или, наоборот, повиноваться ей и получить от этого радость. Ее нельзя полностью понять, как и другие Личности Божества – Отца и Сына. Ведь если нам покажется, что мы аккуратно разложили по полочкам своего сознания все детали, чтобы нам было все понятно от «а» до «я», тогда Божество перестанет быть Божеством. «Мои мысли – не ваши мысли, ни ваши пути – пути Мои», говорит Господь. Но как небо выше земли, так пути Мои выше путей ваших, и мысли Мои выше мыслей ваших» (Ис. 55:8, 9). Главное для нас – обязательно найти потерянный пазл из целостной картины, чтобы живой личностный Бог мог общаться с нами, чтобы мы никогда не теряли веры из-за своих сомнений, не отвергали, не огорчали Небесную Личность Духа Святого, нашего Наставника и Утешителя, любящего Друга и Помощника. Если вы Его потеряли, то обязательно найдите потерянное!

Н. А.



«ЦИВИЛИЗОВАННАЯ ВОЙНА»



«Он сказал им: пойдите вы одни в пустынное место и отдохните немногим, ибо много было приходящих и отходящих, так что и есть им было некогда» (Мк. 6:31).

Люди знали об этом еще со времен гражданской войны. Тогда учащенное сердцебиение было настолько распространено среди солдат, что такое состояние называли «сердцем солдата».

Во время Первой мировой войны у солдат развивалась крайняя тревожность. Врачи называли ее неврозом военного времени, поскольку думали, что она вызвана применением тяжелой артиллерии. В период Второй мировой войны подобные симптомы называли «усталостью боя». А ветераны Вьетнамской войны страдали от посттравматических расстройств.

Теперь мы знаем, что причиной данного состояния было физическое и психическое перенапряжение. Ведь у солдата не было ни отдыха, ни покоя, ни возможности восстановить силы. И в этой атмосфере бесконечных боев их внутренние резервы в конце концов истощались.

Но мы с вами находимся не на войне. А может, все же на войне? Вполне возможно, что вы ведете «непрекращающиеся бои» с трудностями на работе, финансовыми или семейными проблемами. В таком случае вы вовлечены в современную «цивилизованную войну».

Элвин Тоффлер в своей книге «Будущий шок» описывает «цивилизованную войну» как «физический и психологический стресс, возникающий в

результате чрезмерной нагрузки на адаптивную систему... Проще говоря, это реакция человека на перевозбуждение». А перевозбуждение – это реакция на чрезмерные нагрузки. Подсчитано, что количество стресс-факторов в нашей жизни в 100 раз превышает такое у наших прародителей. Тоффлер утверждает, что «цивилизованная война» надвигается на нас в трех основных направлениях:

Сенсорная нагрузка. Человеческий организм реагирует на шум так же, как на страх и гнев. Даже приятные звуки слишком большой громкости могут вызвать у нас защитную реакцию, а со временем Второй мировой войны интенсивность шума в Соединенных Штатах увеличилась в 32 раза.

Информационная нагрузка. Одной из характеристик современного мира является огромный поток информации. На нас обрушаются телефонные звонки, нам предлагаются ежедневные газеты, еженедельные журналы, домашние развлечения, радиостанции, книги, компьютеры, телевидение.

Нагрузка в сфере принятия решений. Тоффлер говорит, что мы вынуждены перерабатывать как минимум 560 рекламных сообщений ежедневно!

Пусть Господь поможет нам упорядочить свою жизнь, определив приоритеты, и ограничить влияние факторов стресса, больше общаясь с Творцом.

С. Уильямс

ПРЕИМУЩЕСТВА ЩЕДРОСТИ

«Чтобы они благодетельствовали, богатели добрыми делами, были щедры и общительны, собирая себе скропище, доброе основание для будущего, чтобы достигнуть вечной жизни» (1 Тим. 6:18, 19).

Когда Джону Д. Рокфеллеру, самому богатому человеку в Соединенных Штатах, было за пятьдесят, у него возникли серьезные проблемы со здоровьем. Накопление материальных благ было главным занятием его жизни, и он использовал любую возможность, чтобы зарабатывать деньги и превзойти своих конкурентов. Но, осознав близость смерти, Рокфеллер понял, что алчность была его пороком, и устроился встречи с Богом.

Он решил стать щедрым и великодушным и начал жертвовать свои миллионы тем, кто нуждался в помощи. Его здоровье значительно улучшилось. Джон чувствовал себя более счастливым, когда расставался с деньгами,

чем тогда, когда накапливал их. Умер Рокфеллер в возрасте 97 лет.

Однако еще задолго до этого в Библии были проиллюстрированы преимущества щедрости. В Лк. 12:16-21 описана история одного богатого человека, у которого урожай был настолько большим, что житницы не вмещали его. И он решил построить житницы больше прежних, а сам начал думать о том, как хорошо он обеспечил свое будущее и что может ни о чем не беспокоиться, есть, пить и веселиться. Иисус назвал его безумным, ведь той же ночью этот человек умер, а его богатство досталось другим.

В отличие от этого немудрого богача, Вооз разрешал бедным подбирать колосья на его полях. Он был особенно щедр с вдовой-чужестранкой Руфь и позже женился на ней. Вооз стал прапорщиком царя Давида и предком Самого Спасителя (см. Руфь 2-4).

Когда у вас появляется искушение накапливать вещи только для себя,

ВЕРА



Вера, происходящая от Христа, – источник терпения и мужества, сила молитвы, руководитель смирения, подательница надежды, лестница к престолу любви.

Вера связывает нас с Богом, надежда – с вечностью, любовь же поддерживает связь в трех направлениях: с Богом, с близкими и с этим миром.

Вера руководит нашим разумом, надежда – нашим воображением, а любовь – нашим сердцем.



Вера приводит нас к Иисусу, надежда обогащает обновленной жизнью, любовь уподобляет нас Христу.

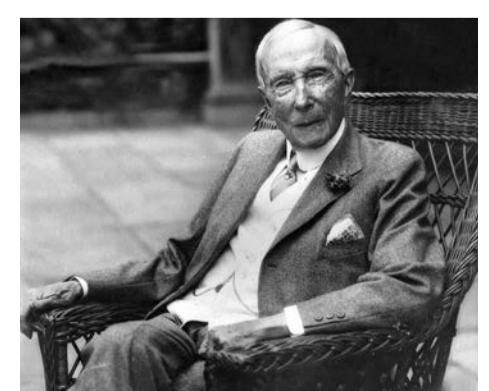
Надежда на Господа не утонет в слезах скорби и сожаления, сబлазны не могут уничтожить ее, жизненные бури не могут затмить ее, борьба не может сломать ее, только грех может затмить луч надежды.



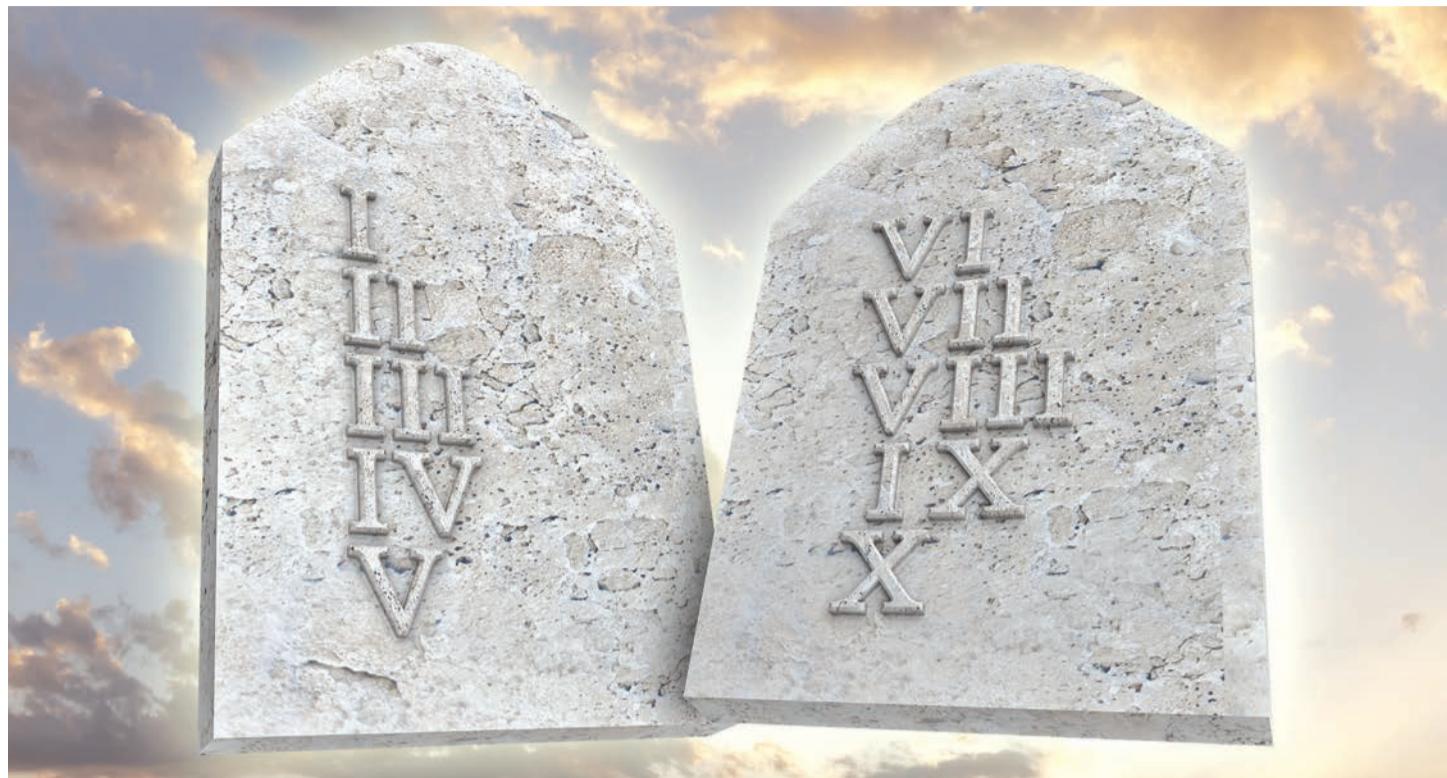
вспоминайте библейский принцип: «Блаженное давать, нежели принимать» (Деян. 20:35).

Подумайте: является ли щедрость одним из основных принципов вашей жизни?

Д. У.



ЗАКОН БОЖИЙ ПОД УГРОЗОЙ



В ноябре 2003 года президент Высшей судебной палаты штата Алабама проигнорировал указ Федеральной палаты США убрать из вестибюля Высшей судебной палаты памятник Десяти Заповедям. Судья Рой Мур привел аргументы в Апелляционном суде, что Божий Закон находится в основе всех законов мира на протяжении 3000 лет, и поэтому наличие его памятника в Судебной палате штата Алабама не является нарушением закона, предусматривающего отделение Церкви от государства.

В достаточно широком опросе в штате Алабама 77% людей были на стороне судьи Роя Мура. Таким образом, спор вокруг памятника Десяти Заповедям привлек внимание всей

страны, поэтому он остался на своем месте.

В современном мире относительной этики Десять Заповедей указывают на моральный долг каждого человека, они являются основой счастья и благо- получения современного общества.

ЗАКОН БОЖИЙ – ЗАЛОГ БЛАГОСЛОВЕНИЯ ИЗРАИЛЯ

В течение многих веков духовное, экономическое и социальное состояние Божьего народа – Израиля – зависело от верности Господу, которая выражалась в послушании Его Заповедям. Могущественный Освободитель силой Своей вывел их из египетского плена и ввел в Обетованную землю. Он был Гарантом их благополучия, но на

условии верности Ему. Со временем Израиль перенял от окружающих народов служение идолам и аморальность, в которой даже превзошел их. Господь предостерегал их через пророков, чтобы они обратились, иначе Он Сам будет действовать против них, но они не слушали.

И Бог допустил, чтобы вавилонский монарх завоевал Иудейское царство. Все было разрушено, а народ взят в плен на 70 лет. Исполнилось предсказание пророка Иеремии: «И сказал Господь: за то, что они оставили закон Мой, который Я поставил для них, и не слушали гласа Моего, и не поступали по нему; а ходили по упорству сердца своего и впоследствии Ваалов... Посему так говорит Господь Саваоф, Бог Израильтев: вот,

Я накормлю их, этот народ, полныю, и напою их водою с желчью; и рассею их между народами, которых не знали ни они, ни отцы их, и пошлю вслед их меч, доколе не истреблю их» (Иер. 9:13-16). Вот такая горькая судьба за отступничество от Бога и Его Закона.

«Все это происходило с ними, как образцы; а описано в наставление нам, достигшим последних веков» (1 Кор. 10:11).

УНИКАЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ БОЖЬЕГО ЗАКОНА

В наши дни вопрос актуальности Божьего Закона все еще порождает много дебатов даже среди достаточно известных богословов и государственных деятелей. Однако Священное Писание дает такие характеристики Десяти Заповедям, которые заставляют умолкнуть любые возражения против их необходимости.

Закон вечный: «Дела рук Его – истина и суд; все заповеди Его верны, тверды на веки и веки, основаны на истине и правоте» (Пс. 110:7, 8).

Закон есть истина: «Правда Твоя – правда вечная, и закон Твой – истина» (Пс. 118:142).

«Законом познается грех» (Рим. 3:20). Определение греха основано не на наших мыслях или взглядах, а на Божьем Законе. Без Десяти Заповедей все моральные принципы становятся относительными и размытыми. Именно Закон Божий определяет, какое поведение – правильное, а какое – греховное перед Господом.

Установление эталона добра и зла не может быть делом личным. Обществу, которое утверждает: «Что хорошо для тебя – хорошо для всех» или «Каждый имеет свою истину», Закон Божий указывает четко и конкретно, где правда, а где обман.

Подготовил
Богдан Стасюк

Продолжение
в следующем номере

ИСТОРИЯ ПРАЗДНИКА 8 МАРТА



приурочен к событиям 1857 года, когда 8 марта текстильщицы нью-йоркских фабрик прошли маршем по улицам города. Они требовали 10-часовой рабочий день, светлые и сухие рабочие помещения, равную с мужчинами зарплату. Работали в то время женщины по 16 часов в сутки, получая за свою труд гроши.

Мужчинам после решительных выступлений удалось добиться введения 10-часового рабочего дня. На многих предприятиях в США возникли профсоюзные организации. В то историческое 8 марта во многих кварталах Нью-Йорка сотни женщин вышли на демонстрацию, требуя предоставления им избирательного права.

Однако ряд историков называют и другую – религиозную – причину возникновения праздника, согласно которой в намерении Цеткин входило связать историю женского социалистического движения с историей ее народа – евреев. А именно с той страницей истории, которая рассказывает о Есфире, жене персидского царя Ксеркса. Царица Есфирь, воспользовавшись неотразимым воздействием своих чар на Ксеркса, спасла свой народ, иудеев, от истребления.

Взяв с царя, не знавшего о ее происхождении, обещание, что он уничтожит всех врагов, которые покушаются на ее народ, Есфирь предотвратила

планировавшиеся «еврейские погромы». Есфирь обратила царский приказ против самих персов, желавших истребить иудеев, в честь чего день 13 Адара (этот месяц еврейского календаря приходится на конец февраля – начало марта) стал праздноваться как праздник Пурима. Дата празднования Пурима в иудейском религиозном календаре является «скользящей», как в православном – дата празднования Пасхи. Однако число празднования Пурима, пришедшееся в 1910 г. на 8 марта, закрепилось и прижилось.

В 1911 г. женский день впервые отмечался 19 марта в Австрии, Дании, Германии и Швейцарии. Тогда более миллиона мужчин и женщин приняли участие в манифестациях. Кроме права избирать и занимать руководящие посты, женщины добивались равных производственных прав с мужчинами. В России впервые Международный женский день отмечался в 1913 г. в Петербурге. В прошении на имя градоначальника было заявлено об организации «...научного утра по женскому вопросу». Власти дали разрешение, и 2 марта 1913 г. в здании Калашниковской хлебной биржи на Полтавской улице собралось полторы тысячи человек. Повестка дня научных чтений включала следующие вопросы: право голоса для женщин; государственное обеспечение материнства; о дорожевизне жизни.

В следующем году во многих государствах Европы 8 марта или приблизительно в этот день женщины организовали марши в знак протеста против войны. В 1917 г. женщины России вышли на улицы в последнее воскресенье февраля с лозунгами «Хлеба и мира». Через 4 дня император Николай II отрекся от престола. Временное правительство гарантировало женщинам избирательное право. Этот исторический день выпал на 23 февраля по юлианскому календарю, который в то время

использовали в России, и на 8 марта – по григорианскому. Международный женский день 8 Марта с первых лет Советской власти стал государственным праздником. С 1965 г. этот день стал нерабочим. Существовал и праздничный ритуал. В этот день на торжественных мероприятиях государство отчитывалось перед обществом о реализации государственной политики в отношении женщин.

Постепенно Международный женский день в стране терял свою политическую окраску. В 1977 г. Организация Объединенных Наций объявила 8 марта Международным женским днем. Слово «борьба» из названия праздника исчезло, а 8 марта стало праздником женщин, весны и любви.

Что же касается нашего времени и традиций современного общества, то, конечно же, многое из имеющегося исторического наследия исчезло, осталась, наверное, дата и... желание хотя бы раз в году сделать что-либо приятное тем, кто часто в суете обыденности остается незамеченным: наши матери, сестры и просто женщина – символ материнства, семейного уюта и нежности. Советская и атеистическая философия не обращала серьезного внимания на глубокие семейные связи и на ценность личности, тогда первичной была идея «условного общества», которое должно жить в близком коммунистическом завтра. Пришедшая перестройка увлекла экономическими возможностями и попытками найти свою идентичность – женщина-мать снова осталась в стороне.

Пусть не отдельный день, а уважительное отношение к мужчинам и женщинам определяет отношения друг к другу. Дарите красивые цветы любимым и говорите им о любви не только по праздникам!

Светлана Сироткина

ТВ-программа на март (26.02 – 04.03)*



ПРОЕКТ ПАРТНЕРСТВА

СРЕДА
19:30АНГЕЛИ
НАДІЇСтать партнером
donate.hope.ua

● LIVE



Понедельник 14:00

► ВОСКРЕСЕНЬЕ
26 февраля

- 06:00 Інша сторона
06:40 Мозаїка батьківства
07:00 Біблія продовжує говорити
07:30 2я — 1 життя
08:30 Сила Одного
09:00 Сложных текстов нет
09:30 ...є Любов
10:00 Малюваки
10:25 ЧП+
10:40 Мозаїка батьківства
11:00 Кисть Мастера с Нилом Сколфілдом
11:30 Мессия: объективные доказательства
12:00 Богослужение в храме на Подоле
13:30 Стиль жизни
14:00 ЛоМастер
14:20 Музична скринька
15:00 Малюваки (сурдоперевод)
15:20 Біблія продовжує говорити (сурдоперевод)
15:50 Сила Одного
16:20 Дорогами християнства
17:00 ДЖЕМ
18:00 Кисть Мастера с Нилом Сколфілдом
18:30 ...є Любов
19:00 Диагноз: здоровье
19:30 Так чи інакше
20:30 Мозаїка батьківства
21:00 Вісті надії
21:30 Тайны Царства Божия
22:30 Музична скринька
23:10 Удивительные факты
00:00 Біблія, як вона є
00:30 Біблія продовжує говорити

► ПОНЕДЕЛЬНИК
27 февраля

- 06:00 Я и мой характер
06:20 Дорогами християнства
07:00 Ранок надії
08:00 Семеро с ложкой
08:30 Готовим вместе
09:00 Ранок надії
10:00 Музична скринька
11:00 Ранок надії
12:00 Народ Библии
12:40 Очерки по истории Реформации
13:10 Кисть Мастера с Нилом Сколфілдом
13:40 О чём говорят женщины
14:00 Малюваки
14:20 ДЖЕМ
15:10 Мессия: объективные доказательства (сурдоперевод)
15:40 Диагноз: здоровье

- 16:00 Удивительные факты
17:00 Біблія продовжує говорити
17:30 Так чи інакше
18:30 Очерки по истории Реформации
19:00 Кисть Мастера с Нилом Сколфілдом
19:30 Мессия: объективные доказательства

- 20:00 Познаем истину
20:50 Пригоди Марка

- 21:00 Сила Одного

- 21:30 ...є Любов

- 22:00 Удивительные факты

- 23:10 Інша сторона

- 00:00 Біблія, як вона є

- 00:30 Біблія продовжує говорити

► ВТОРНИК
28 февраля

- 06:00 ЧП+
06:15 Познаем истину
07:00 Ранок надії
08:00 Семеро с ложкой
08:30 Готовим вместе
09:00 Ранок надії
10:00 Диагноз: здоровье
10:30 Мозаїка батьківства
11:00 Ранок надії
12:00 Народ Библии
12:40 Очерки по истории Реформации
13:10 Біблія продовжує говорити

- 13:40 ЧП+

- 14:00 В гостях у Добрячка

- 14:20 Дорогами християнства

- 15:00 2я — 1 життя

- (сурдоперевод)

- 15:50 Вісті надії

- 16:20 В контексті

- 17:10 Мессия:

- объективные

- доказательства

- 17:40 Очерки по истории Реформации

- 18:20 Музична скринька

- 19:00 Я и Ты

- 20:00 Модная книга

- 20:20 Стиль жизни

- 20:50 Вечірні історії

- 21:00 Кисть Мастера с Нилом Сколфілдом

- 21:30 ...є Любов

- 22:00 2я — 1 життя

- 23:00 Я и Ты

- 00:00 Біблія, як вона є

- 00:30 Біблія продовжує говорити

- СРЕДА

- 1 марта

- 06:00 В контексті

- 07:00 Ранок надії

- 08:00 Семеро с ложкой

- 08:30 Готовим вместе

- 09:00 Ранок надії

- 10:00 Я и Ты

- 11:00 Ранок надії

- 12:00 Так промовляє Біблія
12:30 Очерки по истории Реформации
13:00 ДЖЕМ
14:00 ЧП+
14:15 ЛоМастер
14:30 Кисть Мастера с Нилом Сколфілдом
15:00 Мозаїка батьківства (сурдоперевод)

- 15:30 Сила Одного (сурдоперевод)

- 16:00 Я и Ты

- 17:00 Тайны Царства Божия

- 18:00 Очерки по истории Реформации

- 18:30 Так промовляє Біблія

- 19:00 Ранок надії

- 19:30 Ангели надії

- 20:00 Познаем истину (сурдоперевод)

- 20:30 Так промовляє Біблія

- 21:00 Дорогами християнства

- 21:30 ...є Любов

- 22:00 Удивительные факты

- 23:10 Інша сторона

- 00:00 Біблія, як вона є

- 00:30 Біблія продовжує говорити

- ПЯТНИЦА

- 3 марта

- 06:00 В контексті

- 07:00 Ранок надії

- 08:00 Семеро с ложкой

- 08:30 Готовим вместе

- 09:00 Ранок надії

- 10:00 Я и Ты

- 11:00 Ранок надії

- 12:00 Так промовляє Біблія

- 12:30 Очерки по истории Реформации

- 13:00 ДЖЕМ

- 14:00 ЧП+

- 14:15 ЛоМастер

- 14:30 Кисть Мастера с Нилом Сколфілдом

- 15:00 Мозаїка батьківства (сурдоперевод)

- 15:30 Сила Одного (сурдоперевод)

- 16:00 Я и Ты

- 17:00 Тайны Царства Божия

- 18:00 Очерки по истории Реформации

- 18:30 Так промовляє Біблія

- 19:00 Ранок надії

- 19:30 Ангели надії

- 20:00 Познаем истину (сурдоперевод)

- 20:30 Так промовляє Біблія

- 21:00 Дорогами християнства

- 21:30 ...є Любов

- 22:00 Удивительные факты

- 23:10 Інша сторона

- 00:00 Біблія, як вона є

- 00:30 Біблія продовжує говорити

HOPE.UA



НА СПУТНИКЕ

ВАШЕГО ГОРОДА

SMART TV

IOS, ANDROID

0 800 30 20 20

Бесплатно по Украине

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

contact@hope.ua
a/c 36, Київ - 71, 04071 Україна
contact-hope

Изучайте Библию
вместе с нами online на сайте
bible.ua



23 грн*

Восточный ангел

События на востоке Украины
повлекли трагические последствия.
Документальный проект об ужасающих
событиях на востоке Украины
глазами очевидцев.

1 DVD // Язык: русский



23 грн*

Галина мечтала стать врачом. Но это казалось невозможным из-за ее религиозных
убеждений. Но она верила Богу и жила, как
учит Господь. И Бог дал ей большое искреннее
сердце, которое согревает лишенных
родительского тепла детей...

1 DVD // Язык: укр., рус.

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

СПЕШКА



Проклятье века – это спешка,
И человек, стирая пот,
По жизни мечется, как пешка,
Попав затравленно в цейтнот.

Поспешно пьют, поспешно любят,
И опускается душа.
Поспешно бьют, поспешно губят,
А после каются, спеша.

Но ты хотя б однажды в мире,
Когда он спит или кипит,
Остановись, как лошадь в мыле,
Почувя пропасть у копыт.

Остановись на полдороге,
Доверься Небу как судье,
Подумай – если не о Боге –
Хотя бы просто о себе.

Под шелест листьев обветшалых,
Под паровозный хрюпкий крик
Пойми: забегавшийся – жалок,
Остановившийся – велик.

Пыль суеты сует сметая,
Ты вспомни вечность наконец,
И нерешительность святая
Вольется в ноги, как свинец.

Есть в нерешительности сила,
Когда по ложному пути
Вперед на ложные светила
Ты не решаясь идти.

Когда шагаешь к цели бойко,
Как по ступеням, по телам,
Остановись, забывший Бога, –
Ты по себе шагаешь сам!

Когда тебя толкает злоба
К забвению собственной души,
К бесчестью выстrela и слова,
Не поспеши, не соверши!

Остановись, идя вслепую,
О население Земли!
Замри, летя из кольта, пулья,
И бомба в воздухе, замри!

О человек, чье имя свято,
Подняв глаза с молитвой ввысь,
Среди распада и разрыва
Остановись, остановись!

Евгений Евтушенко



МАРИЯ – ПРОЩЕННАЯ ГРЕШНИЦА

История о Марии Магдалине – один из самых ярких опытов обращения, записанных в Библии. Согрешив, она была вынуждена бежать из своего города из-за позорной славы, которая разошлась о ней. Мария поселилась в городе Магдала (отсюда и имя – Магдалина). Моральное давление становилось все сильнее, пока она не встретилась со Спасителем и не поняла, что ей не нужно бежать от Бога, Которого она так боялась, а просто откликнуться на Его любовь. Что еще сказано в Библии о Марии и чем особенна ее жизнь?

Мария, ее сестра Марфа и брат Лазарь жили в Вифании, деревушке, расположенной на расстоянии приблизительно двух с половиной километров от Иерусалима. Для того чтобы добраться из Иерусалима домой, житель Вифании должен был пересечь Кедронскую долину и предгорья Масличной горы. Марфа и Лазарь, должно быть, являлись равноправными владельцами дома, в котором жили, поскольку сказано, что Марфа принимала Иисуса в своем доме (см. Лк. 10:38), а Лазарь был его хозяином как мужчина. А что нам известно о Марии?

ИЗГНАНИЕ БЕСОВ

Впервые Мария появляется на страницах Библии как женщина, из которой были изгнаны семь бесов (см. Лк. 8:1,2). Божественное вмешательство исцелило ее от несчастливого прошлого. Мне кажется, что если бы нас попросили рассказать о событиях, случившихся в жизни Марии, то мы бы начали подробно описывать ее пороки и грехи. Но Бог поступил иначе. Он хоронит в тумане прошлого все плохое, что знает о нас, и прощает. Так почему же мы испытываем желание копаться в прошлом? Бог принимает нас такими, какими мы есть, и нам стоит закрыть свои уши для злобных сплетен наших врагов. Слишком уж часто люди готовы говорить о зле. Более того, человеческий язык склонен преувеличивать плохое и делать его в тысячу раз худшим. Только Бог может изгнать этот дух зла из человеческих душ.

Получив прощение, Мария решилась вернуться в родной город. Она взяла на себя некоторые домашние обязанности, но общение с Иисусом было для нее на первом месте. Мария была готова все время сидеть у ног своего Учителя и учиться у Него. Ничто не должно было разделять ее с Господом.

ИИСУС В ГОСТЯХ У МАРФЫ И МАРИИ

Мы видим Марфу, Марию и Лазаря, собравшихся теплым вечером в компании Иисуса и Его учеников. Какой праздник подготовила Марфа! Она уже обесцелила от множества дел, в то время как Мария сидела у ног Иисуса (см. Лк. 10:39). Господь одобрил выбор Марии, утверждая, что она избрала «благую часть», которая «не отнимется у нее» (ст. 42). Но почему Мария и дальше хотела слушать слова Христа? Жизнь прекрасна, зачем ей теперь молиться? Если все хорошо, мы молимся меньше. Ведь когда ярко светит солнце, мы не нуждаемся в зонтике и даже не думаем о плащах! Но однажды начинает лить дождь!

Мария смотрела в будущее. Она избрала для себя «благую часть» у ног Иисуса.

СМЕРТЬ И ВОСКРЕСЕНИЕ ЛАЗАРЯ

В следующей картине Нового Завета евангелист представляет нам Марии в день печали (см. Ин. 11:1). Солнце скрылось за черной тучей, пошел дождь! Ужасная трагедия произошла в этой маленькой семье: Лазарь тяжело заболел. Сестры отправили срочное послание Иисусу, но Он медлил.

И Лазарь умер. Сестры закрыли ему глаза, сложили его руки, завернули его тело в полотняный саван, отнесли в пещеру на краю Вифании, похоронили его, положили камень у входа, вернулись в опустевший дом и ждали. А Господа все не было.

И на следующий день Он не пришел. Только через четыре дня после того, как Лазарь упокоился в могиле, появился Христос. Но Лазаря уже нет, и некому было встретить гостя. В доме остались только Марфа с Марией; остался пустой дом и осиротевшие сердца в нем. Когда же Марфа услышала, что пришел Иисус, она пошла к Нему и с горечью в сердце сказала: «Если бы Ты был здесь, не умер бы брат мой» (Ин. 11:21). А Христос ответил: «Я есмь воскресение и жизнь; возвращаю в Меня, если и умрет, оживет» (Ин. 11:25). Затем Иисус попросил ее позвать Марию. Она прибежала к Господу и упала к Его ногам. Ее выбор стал приყычкой во дни радости, поэтому для нее естественно прибегать к Иисусу и в день скорби.

«Иисус прослезился» (Ин. 11:35) и направился ко входу в могилу. Марфа тем временем продолжала говорить, как все это несправедливо. Однако Христос призвал ее брата восстать из гроба. Должно быть, это был удивительный счастливый вечер.

ДРАГОЦЕННОЕ МИРО

В следующей главе Евангелия от Иоанна мы наблюдаем, как проходит субботний ужин. Это была последняя суббота Иисуса перед распятием. Довольно большой праздничный ужин состоялся в доме фарисея Симона. Марфа была здесь, она прислуживала гостям (см. Ин. 12:2). Способный организатор, быстрая в работе, прирожденный лидер, она была хозяйкой на каждой кухне. Субботний ужин – это самое лучшее время в жизни для человека. Подумайте, какая радость – находиться среди гостей, в числе которых Иисус, бедствующий со Своими друзьями!

Внезапно гости почувствовали аромат дорогого благовония. Он наполнил всю комнату. Гости начали оглядываться и увидели Марию у ног Иисуса.

Ужин проходил в доме фарисея Симона. Симон в душе не одобрил действия Марии. Он «сказал сам в себе: если бы Он был пророк, то знал бы, кто и какая женщина прикасается к Нему, ибо она грешница» (Лк. 7:39). Иисус слышал слова его сердца. Он и до того встречался с людьми, претендующими на лидерство. «Исцелив Симона от проказы, Христос спас его от верной смерти» (Э. Уайт. Желание веков, с. 566). Но фарисей Симон не был благодарным. Какие воспоминания смущали

духа Симона в тот момент? Женщина, распростершаяся у ног Иисуса, была одной из тех, которую он сразу узнал, но которую старался забыть. «Симон сам ввел в грех женщину, которую теперь презирал» (там же). Он знал, что она грешница, поскольку сам был ее соблазнителем!

Затем Иисус взглянул на фарисея и сказал: «Симон! Я имею нечто сказать тебе» (Лк. 7:40). Должно быть, кровь прилила к лицу Симона, когда он подумал о том, что Иисусу известно его прошлое. Внезапно охрипшим голосом он произнес: «Скажи, Учитель» (ст. 40). И тогда Христос рассказал историю о двух должниках. Смысл ее таков: кому больше прощено, тот больше любит. «Подобно Нафану, обличившему Давида, Христос скрыл обличение в образах притчи» (Э. Уайт. Желание веков, с. 566). Теперь Симон знал, что он нуждается в большем прощении. «Симон был тронут добротой Иисуса, Который не стал открыто обличать его перед всеми гостями... Он... подавил свою гордость, покаялся, и некогда надменный фарисей стал смиренным, самоотверженным учеником» (там же, с. 567, 568). У Марии были веские причины омыть благовониями ног своего Спасителя. Она хотела показать Иисусу свою любовь еще до того, как Он примет смерть. Мария почувствовала, что уже в ближайшем будущем Иисуса настигнет смерть. Святой Дух дал ей возможность увидеть грядущие события.

МАРИЯ ВОЗЛЕ ГОЛГОФЫ

В ту ужасную пятницу Мария рыдала у креста. Она была бессильна что-либо сделать и поэтому оплакивала своего Спасителя. Мария оставалась возле Него до тех пор, пока не наступила тьма. Она слышала, как Он молился, она видела, как Он умер, как рассеялся мрак и слава от престола Божьего воссияла вокруг Него. Мария пытлась помочь снять Его тело с креста, обернуть в саван и уложить в могилу. И затем она уснула в слезах.

В день воскресения Мария, всхлипывая и спотыкаясь на каждом шагу, искала в саду Иисуса. И когда, не найдя своего Господа, она громко зарыдала, то услышала голос Христа, зовущий: «Мария!» Обрадованная женщина упала к Его ногам. Это единственное слово вернуло ее душу радость служения, которую она ощущала у ног Иисуса.

Место Марии было у ног Господа: она служила Ему в дни, когда светило солнце, у Его ног она была в час скорби, у Его ног совершила свое простое служение в предчувствии Голгофы, у Его ног была возле подножия креста. И вот теперь, в утре воскресения, она вновь обрела счастье быть у ног Христа.

Я хотел бы, чтобы в день воскресения Спаситель позвал каждого из нас по имени. И тогда я упал бы к Его ногам со слезами преданности: «Равви, Учитель!» Освященная жизнь Марии, получившей прощение и не представлявшей себя больше без Христа, – прекрасный пример для нас.

Л. Хардинг



ПИСЬМА ДОБРА

«За все благодарите: ибо такова о вас воля Божия во Христе Иисусе» (1Фес. 5:18).

Пусть солнце вас согреет,
Пусть счастье вас найдет,
Пусть боль не одолеет
И радость не уйдет.

Пусть доброта вам светит,
Сердца пусть не болят,
И выросшие дети
Пусть вас благословят!



БОЮСЬ СТАТЬ ЗЛЫМ

Мы каждый день делаем какие-то дела: важные, срочные, трудные и не очень. Иногда мы задумываемся о важности совершенных нами поступков, а иногда просто живем, не обращая внимание на то, какие последствия имеют наши дела. А ведь они формируют не только нашу жизнь, но и жизнь нашего окружения. Один добрый поступок, совершенный от сердца, рождает радость, надежду и меняет многие жизни.

Мы живем в мире постоянного противостояния добра и зла. Имея определенный жизненный опыт, мы, взрослые люди, можем предположить, к каким последствиям приведет тот или иной поступок. Исходя из этих предположений, мы стараемся поступать правильно и прилагаем много усилий, чтобы, услышав в ответ на наши добрые действия злое слово, не ответить тем же, ведь зло никогда не победить злом.

Во время общения с детьми в детском доме на вопрос: «Чего вы боитесь больше всего?» мальчик ответил: «Боюсь стать злым». Разве ему кто-то предлагает быть злым? Нет. Но, оказавшись в обстоятельствах, где ярко выражен дефицит внимания и любви, ребенку приходится защищать себя. И нередко он действует по принципу «выживает сильнейший», поэтому изменяет своим стремлениям быть добрым, ведь надо быть сильным. А кто, если не мы, взрослые, укажет ему на то, что именно в доброте заключается

больше силы? И как приятно после очередной встречи увидеть светящиеся надеждой глаза детей. Ведь они мечтают о счастливом будущем, которое зависит от нашего с вами отношения к их настоящему. А порой достаточно лишь небезразличного, участливого взгляда на их судьбы и, как следствие, проявления доброты и заботы, чтобы ребенок поверил в превосходящую силу добра и сам начал стремиться к нему.

Спешите делать добро!

Алексей Невьянцев



Моей мамы нет уже давно,
Но я жду с волнением встречу нашу,
И надежды кистью полотно
Своей жизни бережно раскрашу.

Пусть увидят те, кто, как и я,
Близкого со скорбью провожали
В этот мрачный мир небытия,
По дороге боли и печали,

Пусть увидят, что надежда есть
В многоцветье Божьих обещаний,
И звучит для всех Благая весть
Над пучиной горя и страданий.

А свободу пленникам могил,
Сохранившим веру и надежду,
Властелин миров предвозвестил,
Обещая вечности одежду.

Вот тогда друг друга мы найдем
И обнимем радостно друг друга!
Над кристальной свежести ручьем,
На краю прекраснейшего луга.

Ни одной морщинки на лице,
Над висками нет седой вуали,
В золотом, блистающем венце –
Крик восторга сдержим мы едва ли.

И не нужно вновь считать года,
И менять увядшие букеты.
Дышит счастьем каждая звезда
И былинка милой нам планеты.

Ольга Бокова



ЕСЛИ НАДЕТЬ ОЧКИ

После пятнадцати лет работы за компьютером у меня сильно ухудшилось зрение. Даже пришлось поменять очки на более сильные. Хотя я надеваю их, только когда читаю книги, шью или работаю за компьютером.

А вот на кухне очками не пользуюсь, даже когда перебираю гречку. Наверное, я просто не хочу тратить время и бежать за ними в комнату.

Но вот как-то на днях я все-таки надела очки – и не пожалела. А знаете почему? Я подошла к холодильнику, взглянула на него через очки и ахнула! Срочно нужно заняться уборкой! Я даже не подозревала, глядя на мой белый холодильник, о том, что он уже стал серым в мелкую безобразную полоску.

Вооружившись губкой и моющим средством, я вытерла не только поверхность холодильника, но и другие кухонные поверхности. Как все-таки хорошо, что я надела очки! А в процессе незапланированной уборки тихий

внутренний голос напомнил мне о том, что нужно бы проверить и состояние своего сердца. Как часто я заглядываю туда? А может, мне нужно надеть и "духовные очки"?

«Господи, – молилась я, – а что мне может послужить очками для того, чтобы проверить свое сердце?»

Бог услышал мою молитву. И когда в очередной раз я открыла свою Библию, то обнаружила слова, показавшиеся мне в тот момент очень нужными и важными. Бог указал мне на "духовные очки"!

«Потому что делами закона не оправдается пред Ним никакая плоть; ибо законом познается грех» (Рим. 3:20).

Если признаться честно, я никогда не задумывалась над последней фразой этих слов и упорно отказывалась признать пользу Божьего Закона.

Теперь я с благоговением прошу, чтобы Бог очистил мое сердце от тех пятен непослушания, которые я

никогда раньше не замечала без чудесных очков Божьего Закона.

Может быть, мой опыт будет полезен еще кому-нибудь, чтобы надеть Божьи очки и посмотреть на свое сердце!

Богдана Энжель



ДАРИ СВОЮ - ЛЮБОВЬ ДРУГИМ



Дари свою любовь другим.
Не по делам, не по заслугам.
Не для того, чтобы стать им другом,
Не тем лишь, кто тобой любим.

А тем, кто оказался рядом,
С кем свел тебя Господь в пути –
Пусть даже краткий миг идти –
Дари любовь, не жди награды.

И приумножится любовь,
И перельется через край,
Ты только, не скучая, отдашь,
Она вернется к тебе вновь

В тот миг, когда средь суеты
Усталость ляжет, как недуг,
Любовь подарят тебе вдруг,
Так, как теперь даруешь ты.



ТОБІ, МОЯ МАМО

Тобі, моя мамо, слова найщиріші
Викохую серцем, неначе перлини,
З вечірньої пісні, з ранкової тиші,
З блакитного неба та гронка калини.

І сняться мені серед темної ночі
У місті, далеко від рідної хати,
Твої волошкові, усміхнені очі,
Які нас ще й досі навчають кохати.

А мрії твої над стежиною в'ються,
Мов ластівки, кличучи щастя у долю,
І спогади в душу струмочками ллються –
Як ти берегла нас від суму та болю.

Промінчики зморшок услид за роками
Торкнулись обличчя твого ненароком,
Хоча у глибинах душі малюками
Ще й досі ти бачиш нас люблячим оком.

Долоні тримають гарячу хлібину,
А в серці турботи, мов квіти, зростають –
Що ще знадобилося б донечці й сину?
Вони, наче з півдня птахи, завітають.

Тобі, моя мамо, слова найщиріші
Викохую серцем, неначе перлини,
Йдучи по стежині з ранкової тиші,
До нашої зустрічі лічу хвилини.

Ольга Бокова



СЧАСТЛИВАЯ СЕМЬЯ



Исследователи выяснили, что большинству счастливых семей присущи следующие характеристики:

- **Посвященность.** Поставьте Бога и свою семью на первое место, помогайте друг другу, и вы станете такими, какими вас ожидает видеть Бог.

- **Признательность и высокая оценка.** Уделяйте друг другу внимание и оказывайте поддержку. Делайте акцент на достоинствах друг друга, а не на недостатках.

- **Совместное времяпровождение.** Чаще бывайте вместе: работайте, отдыхайте, занимайтесь спортом, проводите вместе досуг. Не позволяйте работе, учебе или личным увлечениям занимать время, выделенное для семьи.

- **Общение.** Чтобы хорошо понимать друг друга, члены семьи должны делиться своими чувствами и мнениями. И если вы не будете этого делать, вскоре можете стать чужими.

- **Религия.** Чрезвычайно важно иметь общее вероисповедание и религиозные ценности.

Совместное поклонение объединяет семью. Но самое важное – это

преданность Богу, Который является основанием семьи.

- **Игры и чувство юмора.** Счастливые семьи весело проводят время: вместе играют, смеются. Чувство юмора помогает в трудные минуты.

- **Разделение ответственности.** Если члены семьи будут делать все необходимое, чтобы удовлетворить потребности друг друга, каждый станет счастливее. Будьте терпеливыми и ответственными.

- **Общие цели и интересы.** Чем больше общих интересов у членов семьи, тем больше времени они будут проводить вместе. Схожие интересы и общие цели помогают семье строить планы и делать свою жизнь разнообразнее.

- **Служение другим.** Помощь другим людям способствует объединению семьи.

- **Признание проблем и поиск путей их решения.** Счастливые семьи не застрахованы от проблем, но они признают

их наличие и совместно ищут пути их решения. Сделайте Бога основанием вашей семьи, а также старайтесь следовать вышеперечисленным советам, и в вашем доме будет царить Небесная атмосфера.

К. Кузьма



ОСОБЫЙ СТАТУС



На протяжении почти шести лет наш сын умолял о сестричке, хотя и знал, что для его матери будет опасно родить еще одного ребенка. Мы попросили нашего родственника, который работал в родильном отделении больницы, сообщить нам, когда у них появится ребенок на усыновление.

Прошло четыре года. Мы уже забыли об этом разговоре, но однажды дождливым воскресным утром зазвонил телефон. Наш родственник спросил, заинтересованы ли мы все еще в усыновлении. После молитвы мы сразу же договорились о встрече с социальным работником и доктором.

В течение трех часов наша семья определилась с именем. И вот мы уже рассматриваем наш маленький розовый сверток. Через двадцать три часа после звонка мы привезли ребенка домой, а наша семья и друзья позабыли о бутылочках, одеялах, одежде, автокресле, колыбельке, детском питании, памперсах и даже о педиатре.

Однако у нас возникло множество вопросов: будем ли мы любить Софию так же, как любим Глеба? Будет ли она отвечать нам взаимностью? Выдержим ли мы процесс усыновления? Что, если ее родители

передумают? Вскоре новый отец Софии уже знал, что он не мог бы любить свою маленькую девочку еще больше. А мама обожала ее энергичность и особенности характера, братику доставляло удовольствие держать ее на руках и щекотать ее животик. Ничто другое не имело значения.

Наблюдая, как Софийка отвечает на нашу любовь, мы лучше поняли то, что Бог предложил нам как усыновленным детям и какую сильную боль мы причиняем Ему, когда отвергаем Его. Бог Вселенной сказал нам: «Я сделяю вас Своими сыновьями и дочерьми... вы станете членами царской семьи и детьми Небесного Царя».

Если бы мы отвечали так, как маленькая Софийка – с величайшей любовью и доверием, – и приняли высочайшую честь стать частью Божьей семьи! Если мы примем искупление, дарованное Иисусом, то сможем стать приемными наследниками Царя. Какую радость это вызовет на Небесах!

Иисус все сделал для нашего усыновления. Примем ли мы высокий статус сына и дочери небесной семьи?

Р. П.



ЕДА НА ВСЮ ЖИЗНЬ

Здоровое питание укрепляет здоровье тела: полюбите здоровую пищу.

Давайте предположим, что вы только что купили машину вашей мечты: Porsche Panamera, Mercedes-Benz класса S или Audi A8. Можете ли вы себе представить, что будете использовать некачественное горючее, забывая менять масло или полностью игнорировать все рекомендации изготавителя относительно проверки технического состояния автомобиля? Конечно, нет! Заплатив более 90 тыс. долларов за роскошный автомобиль, вы будете добросовестно содержать его в оптимальном состоянии.

Организм человека – гораздо более красивый, сложный и тонко устроенный механизм, чем любой автомобиль в мире. Наши тела – это чудо бесконечной инженерной мысли. Подумайте о чудесах одной-единственной клетки, сложном устройстве мозга и сердца или Божественном чуде рождения. Нас изумляет тщательно продуманное строение человеческого организма. Любящий Создатель сотворил нас, но, как и роскошный автомобиль, наши тела требуют наилучшего топлива, чтобы поддерживать нашу жизнь, а это топливо поступает из потребляемой нами пищи. Если использовать топливо низкого качества, тогда у роскошного автомобиля теряется мощность, снижается скорость, сокращается пробег и двигатель выходит из строя. Без правильного питания наш организм также не функционирует должным образом.

Сбалансированное питание, состоящее из лучших продуктов, обеспечит нас важнейшими питательными веществами, необходимыми для роста, поддержания и функционирования организма. Если мы питаемся некачественными продуктами или не едим в достаточном количестве лучшие продукты, тогда страдает организм. Потребляя много рафинированных продуктов, мы можем легко приобрести избыточный вес, и организм будет страдать от недостатка жизненно важных питательных веществ. Наш Создатель заботится о нашем здоровье, и нам также следует заботиться о себе. Апостол Иоанн выразил пожелание нашего Господа, написав: «Возлюбленный! молюсь, чтобы ты здравствовал и преуспевал во всем, как преуспевает душа твоя» (3 Ин. 2).

Забота о наших телах – не дополнение к христианской жизни. Она находится в центре Божьего плана для нашей жизни. Мы спасены благодатью, и только благодатью (см. Еф. 2:8). Тем не менее мы не сможем достичь Божьей цели для нашей жизни, если плохие привычки в питании вызовут болезни, которых можно было бы избежать, а потом и преждевременную смерть. Не заблуждайтесь: вопрос питания очень важен.

ЧТО ТАКОЕ ХОРОШЕЕ ПИТАНИЕ

Мы получаем питание для нашего организма из продуктов, которые выбираем себе в пищу. Они обеспечивают

нас питательными веществами, необходимыми для здоровой и продуктивной жизни. Пищеварение – это сложный процесс расщепления пищи на отдельные строительные блоки, чтобы организм мог усвоить и использовать их для поддержания жизни. Этот процесс начинается во рту, продолжается в желудке, затем в тонком кишечнике и далее в толстом кишечнике.

Питательные вещества, необходимые для нашего организма, делятся на категории.

Углеводы. В рационе, обеспечивающем «высококлассное топливо», наибольшее количество углеводов должно поступать из богатых нерафинированных источников, таких как цельные зерна, бобовые, фрукты и овощи.

Белки. Каждая клетка организма содержит белки. Они требуются для восстановления и роста тканей. Почти все продукты содержат некоторое количество белка, поэтому продукты животного происхождения, такие как молоко и яйца, хотя и являются хорошими, но не единственными источниками белка. Бобовые (фасоль, горох, чечевица, соя) содержат отличный белок.

Жиры. Они являются концентрированным источником энергии. К сожалению, мы часто потребляем слишком много жира, поскольку нам нравится вкус, который он придает пище. Например, многие люди предпочитают съесть картофель «фри», а не отварной картофель. Орехи в умеренных количествах обеспечивают нас жирами отличного качества. Организм нуждается в таких жирах для усвоения жирорастворимых витаминов.

Витамины. Как важнейшие органические компоненты рациона, витамины необходимы в небольших количествах для нормального роста и активности. Большинство из них встречается в различных продуктах питания. Некоторые являются жирорастворимыми, другие – водорастворимыми, и когда мы не получаем их в необходимом количестве, наблюдается их недостаток (авитаминоз).

Минералы. Эти неорганические элементы имеют жизненно важное значение для здоровья человека и содержатся в продуктах как животного, так и растительного происхождения. Дефицит минералов может отрицательно сказаться на здоровье.

Антиоксиданты и фитоэлементы. В настоящее время ученые насчитывают сотни этих веществ, которые защищают организм от болезней и некоторых последствий старения. Они содержатся в цельных зернах, фруктах, овощах и орехах.

Все перечисленные элементы питания необходимы человеку для того, чтобы наслаждаться хорошим здоровьем.

ПОЛНОЦЕННОЕ ПИТАНИЕ ИЗ ПРОСТЫХ ПРОДУКТОВ

Какое самое лучшее питание для наилучшего здоровья? Подумайте о пище, которую Бог дал нашим прародителям в Едемском саду. В книге Бытие

Сам Бог предлагает людям меню для хорошего здоровья. «И сказал Бог: вот, Я дал вам всякую траву, сеющую семя, какая есть на всей земле, и всякое дерево, у которого плод древесный, сеющий семя, – вам сие будет в пищу» (Быт. 1:29). Основой первоначального питания, предназначенного Творцом для людей, была растительная пища. Когда Адам и Ева покинули сад, наш Господь добавил к их ежедневной пище траву полевую (см. Быт. 3:18), то есть корнеплоды. Основывая нашу диету на продуктах, мудро выбранных в соответствующих количествах из меню, предложенного Господом, мы можем легко удовлетворить наши потребности в необходимых питательных веществах. Предлагаем перечень продуктов, которые должны быть в нашем меню.

Злаки и крупы. Они должны составлять основу нашего рациона. К ним относятся хлеб из цельных зерен, макаронные изделия, рис, кукуруза и другие крупы. Эти продукты, если используются в нерафинированном (неочищенном) виде, богаты клетчаткой, сложными углеводами и содержат весь комплекс витаминов и минералов.

Фрукты и овощи. Они бывают всевозможных цветов, вкусов и текстур, являясь самым богатым источником защитных фитоэлементов, антиоксидантов, витаминов и минералов. Многие люди, кажется, предпочитают фрукты овощам, но нам нужен баланс того и другого. Продукты из этой группы, обладающие самым насыщенным цветом, часто содержат наибольшее количество фитоэлементов и антиоксидантов.

Бобовые, орехи и семена. Бобовые, такие как фасоль, горох, чечевица и соя, являются отличным источником хорошего белка наряду с минералами, витаминами и другими защитными элементами. Орехи и семена обеспечивают нас необходимыми жирами, но поскольку они имеют высокую калорийность, мы должны ограничить их употребление до одной-двух порций в день. Невегетарианцы включают в свой рацион рыбу и мясо, но это не наилучшая диета. Некоторые включают в свой рацион молочные продукты и яйца. Важно признать, что эти продукты животного происхождения имеют высокое содержание холестерина, что может способствовать заболеванию коронарной артерии, поэтому употреблять их следует в ограниченном количестве. Пища животного происхождения содержит множество важных питательных веществ, в том числе железо, кальций и витамин B₁₂, однако представляет собой определенный риск для здоровья. Витамин B₁₂ содержится только в продуктах животного происхождения и предотвращает злокачественную анемию и неврологические расстройства, а также способствует нормальному делению клеток. Очень важно, чтобы те, кто решили не употреблять продукты животного происхождения, регулярно включали в пищу достаточно продуктов, обогащенных витамином B₁₂, или получали его в виде добавок.

Жиры, масла, сахар и соль. Организм нуждается в этих элементах только в небольших количествах. В то время как незаменимые жиры и натрий являются жизненно важными для организма, чрезмерное их количество может вызвать серьезные проблемы со здоровьем. Иод является необходимым микроэлементом, который легко получить, используя йодированную соль, но также он содержится в морской соли, водорослях или пищевых добавках. Для хорошего здоровья организму не требуется рафинированный сахар, но в небольших количествах он улучшает вкус пищи и делает ее более аппетитной. Диетологи сегодня признают, что растительная пища должна составлять основу здорового питания для поддержания хорошего здоровья и снижения риска заболеваний. Одним из наиболее важных принципов сбалансированного питания на основе растительной пищи является выбор разнообразных продуктов. Такие продукты лучше всего употреблять в их натуральном виде – нерафинированными и неизмененными. Наилучшие продукты – цельные.

Сегодня медицинская наука признает преимущества вегетарианской диеты. Вегетарианское питание на растительной основе характеризуется:

- низким содержанием жиров, особенно насыщенных;
- низким содержанием рафинированного сахара;
- отсутствием холестерина (если это полностью вегетарианское питание);
- высоким содержанием пищевых волокон;
- высоким содержанием защитных фитоэлементов, антиоксидантов и т. д.;
- такое питание богато витаминами и минералами.

Подчеркнув преимущества употребления определенных категорий продуктов питания, особенно преимущества вегетарианской диеты, обратим внимание на выбор продуктов.

ПРИНЦИПЫ ВЫБОРА ЗДОРОВЫХ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ

Здоровое питание требует правильного выбора продуктов. Обратите внимание на следующие простые принципы.

Разнообразие. Важнейший принцип хорошего питания – выбирать разнообразные продукты. Это обеспечивает широкий спектр питательных веществ для поддержания здоровья, а различная текстура, вкус и цвет усиливают удовольствие от пищи.

Качество. Пусть основой вашего питания будут цельные продукты, а не рафинированные. Такие продукты обеспечивают организм питательными веществами, а не пустыми калориями.

Умеренность. Некоторые важные компоненты здорового питания мы должны употреблять только в небольших количествах. Наш организм нуждается в достаточном количестве необходимых жиров, а также в небольшом количестве соли, чтобы поддерживать электролиты. Но ожирение является проблемой во всем мире. Таким образом, питаясь хорошими продуктами, также нельзя переедать! Желая поддерживать нормальный вес, мы должны уравновесить количество потребляемой энергии с количеством расходуемой энергии.

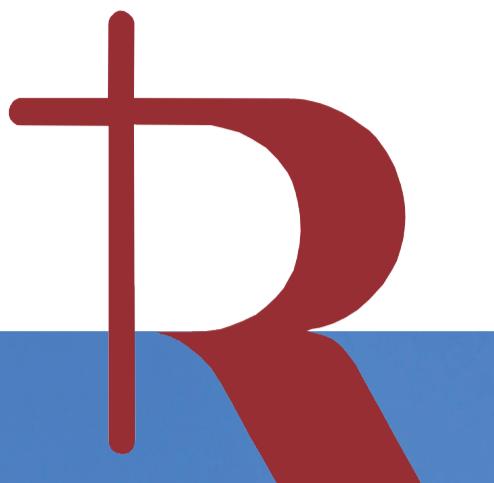
Избегайте пищевых продуктов высокой степени очистки, из которых удалена большая часть питательных элементов, и напитков, не имеющих питательной ценности (алкоголя, кофе, сладкой газированной воды).



ВСТРЕЧАЙТЕ ЭТОЙ ВЕСНОЙ К 500-летию Реформации



Hope.UA
телеканал Надія



Телеканал «Надія» представляет

Ток-шоу «Реформація-500»

...о ее последствиях во всех сферах жизни.

■ **Sola Fide** - только верой



■ **Sola Scriptura** - только Писание

■ **Sola Gratia** - только благодатью

■ **Soli Deo Gloria** -
только Богу слава



■ **Solus Christus** -
только Христос



ПРОТЕСТАНТИЗМ -
отступление от
христианства
или восстановление



ПОЧЕМУ европейская
Реформация изменила мир?

В ЧЕМ духовный секрет
экономического развития Европы?

Информационный портал **r500.ua**



НА СПУТНИКЕ



SMART TV



В КАБ.СЕТЕХ



НА МОБ.ПРИЛОЖ.

ASTRA 4A

LG, PHILIPS, SAMSUNG

ВАШЕГО ГОРОДА

IOS, ANDROID

0 800 30 20 20

Бесплатно по Украине

contact@hope.ua
а/я 36, Киев - 71,
04071 Украина

contact-hope

Наш адрес

Ежемесячная газета «Вечное Сокровище»
Издатель – христианское издательство «Джерело життя»
Ответственный за выпуск: директор издательства
«Джерело життя» Василий Джулай
Главный редактор издательства: Лариса Качмар
Богословская экспертиза: доктор богословия Игорь Корешук
Ответственный редактор: Яна Хорошко
Над номером работали: Елена Котлярова, Елена Мехонюшина
Ответственная за печать: Тамара Грицок
Корректоры: Людмила Шаповал, Инна Джердж
Дизайн и верстка: Артур Альтер
Тираж: 100 000 экз.
Адрес: 04071, г. Киев, ул. Лукьяновская, 9/10А
E-mail: dzherelo@ukr.net; тел.: (044) 467-50-72

Если вы желаете пожертвовать средства
на развитие газеты, можете сделать это
через банк.

Наши реквизиты:

Идентификационный код:
ЕДРПОУ 19350731
Адрес: 04071, г. Киев, ул. Лукьяновская,
9/10А
Счет: 26006149457
МФО 380805
Наименование банка:
«РАЙФАЙЗЕН БАНК АВАЛЬ» в г. Киев

Редакция оставляет за собой право печатать матери-
алы в дискуссионном порядке, не разделяя взглядов
автора, а также редактировать и сокращать тексты.
Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Объявления, реклама и письма читателей печатаются
на языке оригинала. Переписка ведется только на
страницах газеты. Ответственность за содержание
статьей несет автор.

Свидетельство о государ-
ственной регистрации
Серия КВ №8176 от 03.12.2003

