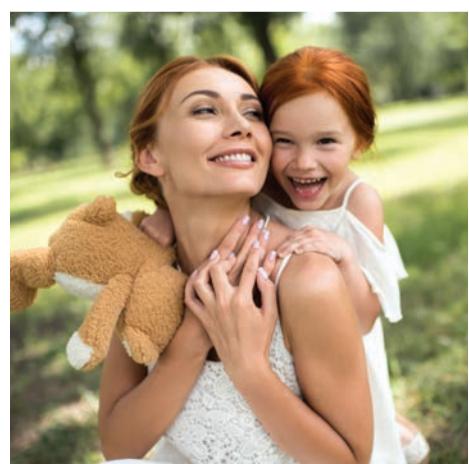




# ВЕЧНОЕ СОКРОВИЩЕ



## Помню годы трудные



Помню я годы трудные, прежние,  
Годы прошедшей войны.  
Злыми казались нам дождички  
вешние,  
Жаждали мы тишины.

Как позабыть те минуты, мгновения  
С посистом пуль у виска,  
Солнце, закрытое дымом сражения?  
В сердце доныне тоска.

Сняться поля мне, изрытые минами,  
Стонет родная земля,  
Кто-то взывает: «Братишки, родимые,  
Вы не оставьте меня!»

Боже, за что эти муки постылые  
Людям пришлось испытать?  
Бог отвечает: «Забыли вы, милые,  
Слово Мое исполняють.

Вы, как слепые, по миру блуждаете,  
Ходите, словно во тьме.  
Если спасенья душе вы желаете,  
То приходите ко Мне.

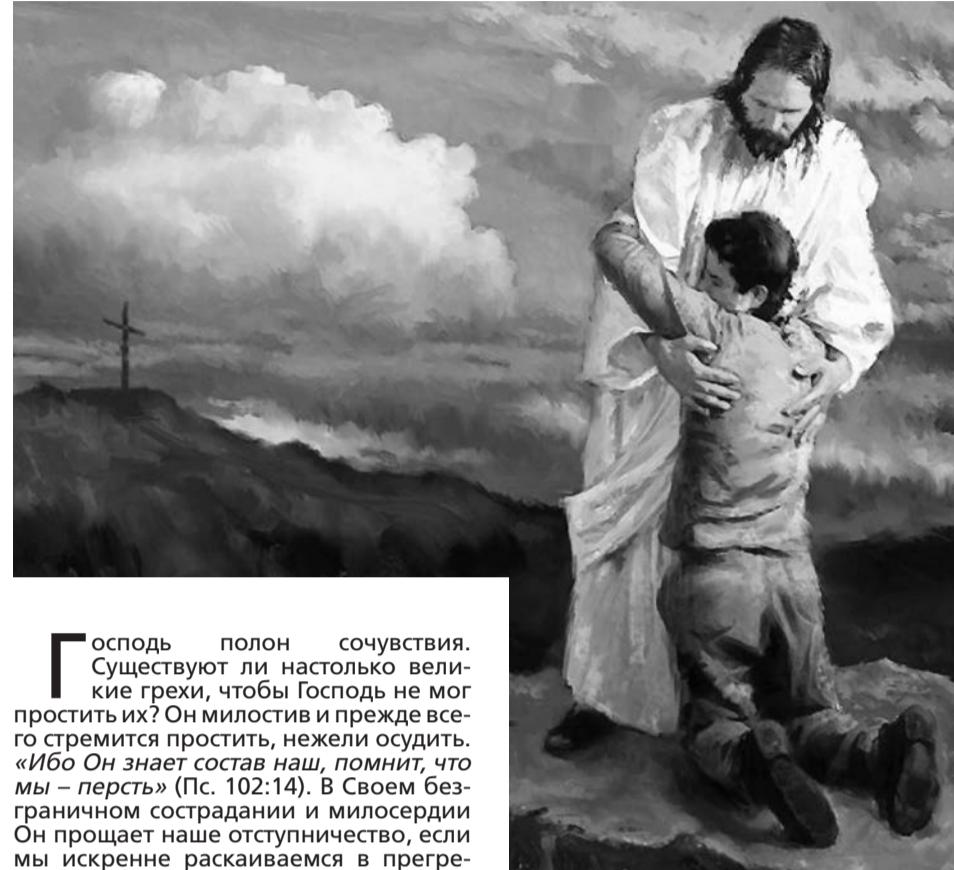
Время проходит, и час приближается,  
Грозный Пришествия час!  
Жертвой Иисуса мудрый спасается –  
Кто же спасет еще вас?»

Слышите, люди, пришло уже время,  
Вы поспешайте на зов.  
Сбросьте житейское грешное бремя,  
Бога примите любовь.

Духом Святым облекитесь навеки,  
В руки щит веры возьмите.  
Все, что прекрасного есть в человеке,  
Господу вы посвятите!

Лидия Давыдова

## ОТКЛИКНИТЕСЬ НА ПРИЗЫВ ХРИСТА



**Г**осподь полон сочувствия. Существуют ли настолько великие грехи, чтобы Господь не мог простить их? Он милостив и прежде всего стремится простить, нежели осудить. «Ибо Он знает состав наш, помнит, что мы – перст» (Пс. 102:14). В Своем безграничном сострадании и милосердии Он прощает наше отступничество, если мы искренне раскаиваемся в прегрешениях наших.

Любовь Божья продолжает изливаться и на того, кто предпочел жить без Бога. Господь использует все возможности, чтобы повлиять на такого человека и вернуть его в Отчий дом... Милосердие и сострадание Божественной любви ограждают каждую душу, находящуюся в опасности.

Не ушли ли вы уже слишком далеко от Бога? Вставайте и идите к вашему Отцу. Он увидит вас уже тогда, когда вы будете еще далеко. Уже тогда, когда вы в раскаянии сделаете только первый шаг в Его сторону, Он заключит вас в Свои объятия бесконечной любви. Его слух чуток к воплю измученной души. Ему известен ваш первый порыв к Нему. Не бывает ни одной молитвы, как бы рабо она ни была произнесена, ни одной слезы, как бы тайно она ни была пролита, ни одного шага к Богу, каким бы слабым он ни был, без того, чтобы Дух Божий не поспешил навстречу. Еще до того, как молитва будет произнесена или стремление вашего сердца будет осознано вами, Христос ниспосыпает еще большую благодать навстречу той благодати, которая уже действует в душе человека.

Каким бы ни было ваше прошлое, какими бы ни были ваши разочарования в настоящем, если вы придетете ко

Христу такими, какие вы есть: слабые, беспомощные и отчаявшиеся, наш сострадательный Спаситель встретит вас, когда вы будете еще далеко, заключит вас в Свои объятия бесконечной любви и облечет в одежду праведности.

Как добрый пастырь, любящий своих овец, не знает отдыха и покоя, пока не найдет пропавшую – пусть и одну – овцу, так же, только значительно сильнее, Бог любит каждую заблудшую душу. Люди могут отвергать Его любовь, они могут уйти от Него, они могут избрать себе иного хозяина, и тем не менее они принадлежат Богу, и Он жаждет возвратить Свое.

«Ибо так возлюбил Бог мир, что отдал Сына Своего Единородного, дабы всякий, верующий в Него, не погиб, но имел жизнь вечную» (Ин. 3:16).

Небеса тоскуют по заблудшим, ушедшем далеко от стада, ожидая их возвращения.

Бог скорее пошлет всех ангелов славы, дабы они стеной стали вокруг Его верных душ, чем допустит, чтобы они были обмануты и введены в заблуждение ложными чудесами сатаны.

Ангелы – вестники славы небесной – дарят свою любовь людям и неустанно заботятся о падших и грешных душах.

Небесные существа стремятся привлечь наши сердца, они приносят в этот мрачный мир свет небесных обитателей. Чуть и терпеливо они стараются побудить человеческий дух для того, чтобы вернуть падшим утраченную связь со Христом, более тесную, чем те могут себе представить.

Не слушай нашептываний врага, предлагающего тебе сначала самому стать лучше, а потом прийти к Богу. Если ты будешь ждать такого момента, то никогда не придешь к Нему. Когда сатана указывает тебе на твои грязные одежды, повторяй обетование Спасителя: «Приходящего ко Мне не изгоню вон» (Ин. 6:37). Скажи врагу, что Кровь Иисуса Христа очищает от всякого греха.

Ныне Бог призывает тебя вернуться к Нему. Поэтому не медли! Он милостиво простит твои грехи и дарует духовное исцеление.

Когда буря преследования обрушится на нас, истинные овцы услышат голос истинного Пастыря.

Тогда будут приложены самоотверженные усилия для спасения погибших, и многие, отставшие от стада, возвратятся, чтобы следовать за великим Пастырем.

Господь превыше всего ценит святость Своего народа. Он допускает в жизни отдельных личностей, семей и церквей неудачи, чтобы Его дети могли видеть грозящую опасность и смирять свои сердца перед Ним в покаянии. Он с нежностью отнесется к отступившим. Бог простит их и облечет их в одежды Христовой праведности. Он почтит их Своим присутствием.

Служение небесных ангелов состоит в том, чтобы, находясь рядом, поддерживать переносящих испытания, искушения, страдания. Они трудятся долго и неустанно для спасения душ, за которые умер Христос.

Ангелы, желая сделать для вас то, что вы не можете сделать для себя, ожидают вашего сотрудничества.

Откликнитесь на призыв Христа!

Подготовила  
Елена Котярова



## ЧЕРНЫЙ ПАКЕТ ИЗ ЕВРЕЙСКОГО ГЕТТО



**М**аленький городок Степань, в котором родился мой отец Михаил Савочкин, до 1939 года находился в составе Польши. Из семи тысяч населения половину составляли евреи. Моя мама вспоминала, что весь центр занимал еврейский квартал. Все евреи жили рядом друг с другом, и их дома были расположены так, что с одной стороны дома был магазин, а с другой – жилье. Большинство евреев не знали украинского языка, они разговаривали на идише. В основном занимались торговлей. Они ездили в Варшаву и привозили вещи, которые потом продавали или обменивали на продукты. Моя мама, когда была маленькой, меняла у них картофель и яйца на другие товары. Из старинной крепости посередине города сделали синагогу. Все люди жили мирно, пока не началась война...

Предчувствуя недоброе, евреи начали раздавать свое имущество надежным людям на хранение. Один торговец продуктами дал моему отцу различные крупы. «Когда весь этот ужас закончится, ты мне все вернешься, а я в долгу не останусь», – сказал он. Однако ситуация усложнилась, когда пришли нацисты. Весь центральный

район огородили высоким деревянным забором и сделали гетто. Никому не разрешалось выходить из той территории и туда входить. Все поняли, что это надолго, и никто не знал, чем это все закончится. В гетто велась особая политика угнетения человека моральными и физическими средствами. Для этого использовали голод: если у людей мало силы, они будут оказывать меньшее сопротивление. Узнав об этом, мой отец подошел к высокому забору и попросил людей, чтобы они нашли того человека, который дал ему крупы на хранение. Когда этот человек пришел, отец предложил ему, что будет приходить вечером в определенные дни и бросать через забор несколько килограммов крупы. Это было очень опасно. А если точнее, за это могли расстрелять.

Однако мой отец в назначенные времена приходил к забору и перебрасывал через него пакет с крупой. Это продолжалось несколько месяцев. Когда закончилась крупа еврейского торговца, отец начал собирать различные продукты у знакомых. Так организовали тайную помощь евреям. И вот однажды, после того как отец перекинул очередную порцию продуктов,

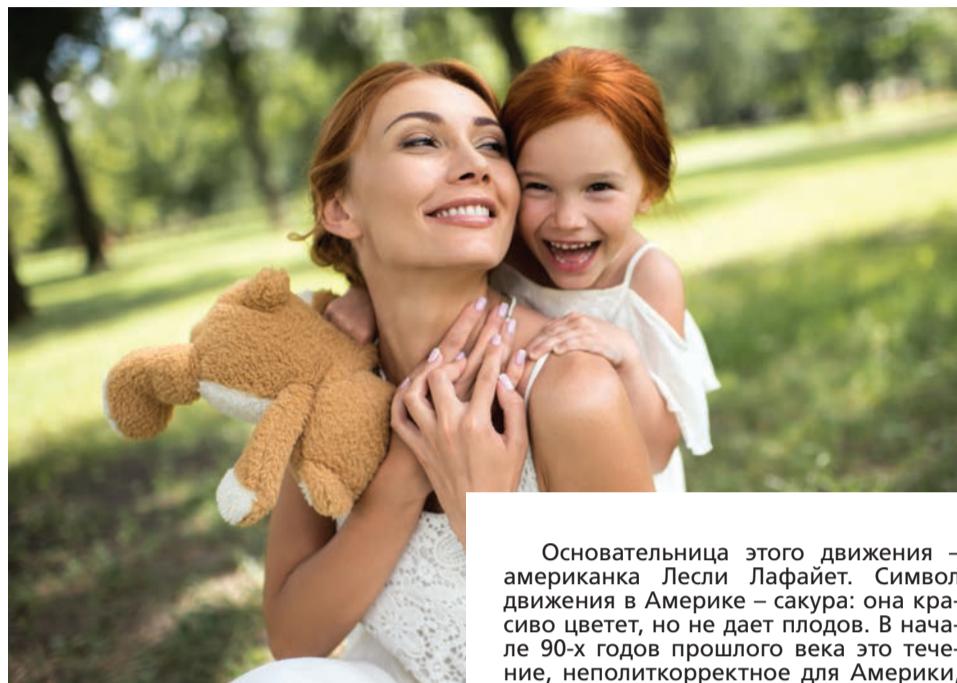
через тот же забор к нему «прилетел» черный пакет. Он взял его и понес домой... Вскоре отец попал в немецкий концлагерь (правда, проезжая через Венгрию, он на ходу выпрыгнул из поезда, но это уже другая история). После этого был советский концлагерь... Он и забыл о том пакете. В родной Степань отец вернулся через семь лет после этих событий. Вскоре, в возрасте 29 лет, он встретил мою маму, и они решили пожениться.

После войны одежда и даже предметы первой необходимости были дефицитом. Свадьбы в то время, мягко говоря, были скромными, а об одежде вообще нечего сказать: кто что имел, в том и венчался. И вдруг мой отец наткнулся на тот пакет, который получил из-за высокого забора много лет назад. Когда он развернул его, то увидел там мужской костюм черного цвета.

Когда пришло время свадьбы, мой отец был самым модным женихом в городе в послевоенное время. На нем был элегантный костюм, который перебросил ему через забор благодарный человек из еврейского гетто за добрые и смелые поступки.

Роман Савочкин

## МАТЕРИНСТВО – ДАР ОТ БОГА –



**О** матерях написано много стихов, книг, песен. Художники на своих полотнах тоже пытались изобразить силу любви материнского сердца. В повседневной жизни матерей всегда присутствует жертвенность. Они часто находили надежду там, где ее уже не было; они терпели, страдали, иногда умирали за своих детей, потому что любили их...

Но быть матерью сегодня не совсем... модно. Медвежью услугу оказывают современные фильмы, в которых трудно найти образ матери, которому хотелось бы подражать. Матери в них неопрятны, апатичны, неразумны, если сравнить с молодыми, красивыми и бездетными женщинами. Захотят ли после этого наши дочери иметь собственных детей? Не отдадут они предпочтение быть похожими на женщин, которые отстояли свои права, стали карьеристками и отказались от семьи? Если это произойдет, то какое будущее ждет наше следующее поколение и как будет выглядеть женщина, предназначение которой от Самого Бога быть матерью?! Как-то в газете я прочитала историю 18-летней девушки, которая родила дочь... на окраине чужого села. Она оставила беспомощного младенца на краю глубокого оврага. Ребенок кричал, плакал, шевелился и... покатился в овраг. Однако на его пути оказался колючий куст... Девочка осталась жива.

Истории, такие как эта, происходили во все времена, но они поражали людей не столько жестокостью, сколько причинами, толкнувшими мать на такой поступок. Как же потом жить? Не станут ли ночи кошмаром всей жизни? Сейчас другие времена, да и нравы тоже. Сегодня далеко не каждая девушка мечтает о том, что когда-нибудь выйдет замуж, станет матерью троих или четверых детей. К сожалению, многие девушки, не дождавшись замужества, делают аборты, чтобы убить в себе невинную жизнь. Немало среди женщин тех, кто вообще выбирает жизнь без детей. В мире даже существует движение, поддерживавшее такое мнение. Это движение популярно и охватывает большое количество людей по всему миру, а название его довольно цинично: «чайлдфри» (с англ. child free – «свободны от детей», «добрвольная бездетность»).

Суть идеи сторонников «чайлдфри» заключается в нежелании иметь детей. Причина не в том, что у них нет денег, здоровья, жилья или еще чего-либо. Они просто не хотят иметь детей. Когда их спрашивают о таком решении, то в ответ слышат: а зачем? Они предпочитают жить для себя, путешествовать, делать только то, что нравится или удобно. На интернет-форумах «чайлдфри» сидят люди в возрасте от 20 до 35 лет, в основном жители городов-мегаполисов. Среди них много психологов, преподавателей, юристов, программистов, биологов. Как правило, это замужние женщины, имеющие высшее образование, высокооплачиваемую работу и нескрушимое убеждение, что дети – вселенское зло и что они только мешают радоваться жизни. Более того, они опустошают кошельки.

Основательница этого движения – американка Лесли Лафайет. Символ движения в Америке – сакура: она красиво цветет, но не дает плодов. В начале 90-х годов прошлого века это течение, неполиткорректное для Америки, в которой распространен культ семьи, имело большой успех. Основанием для его появления стали социальные и политические претензии к обществу, поощряющему только те семьи, в которых есть дети. Тогда же в Калифорнии была создана целая общественная сеть, в которую вошли несколько тысяч человек, стремящихся к всемирной «бездетности». И какую бы волну протеста такое движение ни вызывало, очень быстро оно было нейтрализовано.

Вот два типичных мнения сторонников этого движения. Женщина, которую зовут Мария, удивляется: «Зачем нам ребенок?! Мы с мужем хотим жить для себя, жить и получать удовольствие! Мы обо всем договорились еще до свадьбы. Дети – это не цветы жизни, а непосильное бремя, взваливать которое на себя нет ни желания, ни необходимости. Мы сейчас живем в полной гармонии, нам так удобно». У девушки с интернет-форума под ником Ola «большое горе» – она беременна от любимого мужчины. Рожать не хочет категорически. «К сожалению», муж ее взглядов не разделяет. Семья на грани распада. На форум она «зашла» за советом. И ей посоветовали: либо не рожать вовсе («мужчин много, а ты у себя одна»), либо, если уже решила «завести» потомков, не кормить ребенка грудью ни при каких условиях. Иначе обязательно проснется материнский инстинкт, и тогда сообщество потеряет верного соратника и борца с демографией.

Хочется сказать этим людям, что их мнение – откровенное восстание против воли Бога. Господь устами псалмопева сказал: «Вот наследие от Господа: дети; награда от Него – плод чрева. Что стреляты в руке сильного, то сыновья молодые. Блажен человек, который наполнил ими колчан свой!» (Пс. 126:3-5). Сегодня психологи мира бьют тревогу, ведь человеческое общество стремительно следует путем эгоизма, задыхается от собственной ненужности, отверженности и одиночной старости. Очевидно, что во всех этих ситуациях неизбежно срабатывает закон: «Что посеет человек, то и получит» (Гал. 6:7). Размышляя над темой материнства, невольно задаю себе не простые вопросы: по каким причинам пропадает желание стать мамой? Как дьявол похищает у женщины ее склонное желание выносить под сердцем маленького человека и дать ему жизнь? Почему вместо неповторимой радости материнства, данной Богом только женщине и живущей в ней до конца жизни, одна испытывает страх, другая спешит избавиться от плода или отреяться от родившегося ребенка, а третья вообще ненавидит маленьких детей? Почему в наши дни нечасто встречаешь женщин, которые относятся к роли матери и жены как к делу всей их жизни? И почему, став матерью, женщины меняются и начинают думать по-другому?

Я решила обратиться к знакомым женщинам с вопросом: не жалеют ли они, что стали матерями, и не мешают ли им дети жить? И вот что услышала.

Галина, 28 лет: «Мешает ли материнство моему совершенствованию и личному росту? Когда я оканчивала университет, то больше всего мне хотелось стать женой и матерью. Однако замуж

меня никто не звал, а вот учиться у меня получалось отлично. Меня пригласили в аспирантуру. И в день, когда появился приказ о зачислении в аспирантуру, будущий муж пригласил меня на первое свидание. Если бы я была замужем или собиралась замуж, то, наверное, сомневалась бы, стоит ли брать на себя такой груз ответственности, как проведение самостоятельного исследования и подготовка докторской диссертации к защите. И все же... Сейчас я – мама. Моему сыночку три года. Я уже преподаю в университете, позади – самостоятельное исследование, 10 научных публикаций и вскоре у меня защита докторской диссертации. Сложно ли мне все успевать? Сложно, невероятно сложно. Но я не ищу легких путей, поскольку от жизни не убежишь. Ведь без нашего малыша трудностей было бы не меньше, а вот радости такой мы бы не испытывали. Я убеждена, что от испытаний убежать невозможно, поэтому пусть лучше это будут испытания, связанные с заботой о семье, чем проблемы на работе, перегруженный командировками график (как у моей подруги, которая так и не решилась родить детей, но сделала прекрасную карьеру), проблемы со здоровьем и многое другое.

Не могу сказать, что живу беззаботно, не думаю о работе, не стремлюсь к совершенствованию. Однако для меня карьера, научная деятельность – средство, а не цель. Преподавательская работа в университете – это возможность больше времени проводить с ребенком дома. Ведь график работы у преподавателей совсем другой, его не сравнишь с работой учителей в школах или сотрудников различных фирм. Я работаю два дня в неделю, да и то несколько часов. А все свободное время я посвящаю семье. У меня есть личное время – это время сна моего сына. И это немало – три часа днем и девять ночью. Вопрос времени – это лишь желание правильно организовать свой рабочий день. Самое интересное, что можно очень многое успеть, если подойти к распределению времени творчески. Здесь нужно постараться, но именно такое отношение к жизни формирует во мне положительные качества. Поэтому мой сынок, мой муж, моя семья – это мои лучшие помощники в усовершенствовании. Я действительно горжусь тем, что я – мама. Думаю, это самое главное призвание женщины».

Экологи все чаще тревожно сообщают об исчезновении определенного вида растений или животных. Многие из них посвящают свою жизнь делу их сохранения. Некоторые люди отправляются в северные районы и изо дня в день подкармливают птиц. Они хотят спасти их для сохранения природного баланса. А не кажется ли тебе, дорогой читатель, что семье тоже грозит вымирание, если мужчина и женщина, создавшие ее, сами не позаботятся о ее сохранении? Ведь семья гораздо важнее редких видов птиц, животных и растений. Бог, создавая человека, дал ему поручение – плодиться, размножаться, наполнять Землю и властвовать над ней. Божья воля состоит в том, чтобы в семьях появлялись дети, чтобы родители передавали им свою любовь, мудрость. Нарушая этот порядок, человечество следует путем собственного саморазрушения. Создав женщину, Бог наделил ее неповторимым даром материнства. Несмотря на физические страдания, боль и усталость, Бог наполняет сердце женщины-матери незабываемой радостью и нежностью, которые передаются ребенку и мужу. С помощью материнства происходит формирование характера женщины и ее личности. Именно матери подарили этому миру великих лидеров, ученых, богословов, пророков, апостолов... И даже Спасителя мира Иисуса Христа родила женщина.

Дорогие женщины! Если вы сознательно лишали себя счастья материнства, приближайтесь к Богу и просите у Него прощения. Библия говорит: «Если исповедуем грехи наши, то Он, будучи верен и праведен, простит нам грехи наши и очистит нас от всякой неправды» (1 Ин. 1:9). И верьте: материнство – от Бога, а следовательно – это «хорошо весьма». Я желаю вам делать выбор в своей жизни согласно Слову Божьему.

Лилия Погорелая

## МАМА



– Мама, дай покушать!  
– Мама, дай попить!  
– Мама, ту игрушку  
Надо мне купить!

– Мама, выти нос мне!  
– Мама, обними!  
– Мамочка, промокли  
Сапоги мои.

То не спит, то хнычет,  
То кругом бардак.  
Целый день талдычу  
Я примерно так:

– Сын, ты не голодный?  
– Все, пойдем гулять!  
– Как нос – не холодный?  
– На горшок и спать!

День сурка окончен,  
Наконец-то спит  
Мой родной комочек –  
Маленький бандит.

Шепот среди ночи:  
«Мам, не спится мне.  
Страшная там очень  
Тень на потолке.

Будь со мною рядом!»  
Я к нему лечу,  
У кроватки сяду  
И ночник включу.

Только глаз прикрою,  
Снова слышу: «Ма,  
Посиди со мною».  
...Вот и пять утра.

Подремлю чудесно  
Я часок-другой –  
Сын уже на месте,  
Словно постовой.

Жмется у кровати...  
– Ну чего??!! Я сплю!!!  
– ПрибэЗал сказать я,  
Что тебя лублю!

Обниму сыночка  
Крепко и с теплом.  
Пахнет сладко щечка  
Детством и добром.

Ты зови, сыночек,  
Триста раз на дню  
И сто сорок ночью –  
Для того живу,

Чтоб быть нужной детям,  
Чтоб дарить любовь,  
Ведь на этом свете  
Срок есть у всего.

Время быстротечно,  
Годы нас несут...  
Детство ведь не вечно,  
Мальши растут.

Скоро перестанет  
Нежно маму звать.  
Будет взрослый парень  
Сам дела решать.

Будет редким гостем  
Забегать на чай,  
И не чмокну в носик  
Больше невзначай.

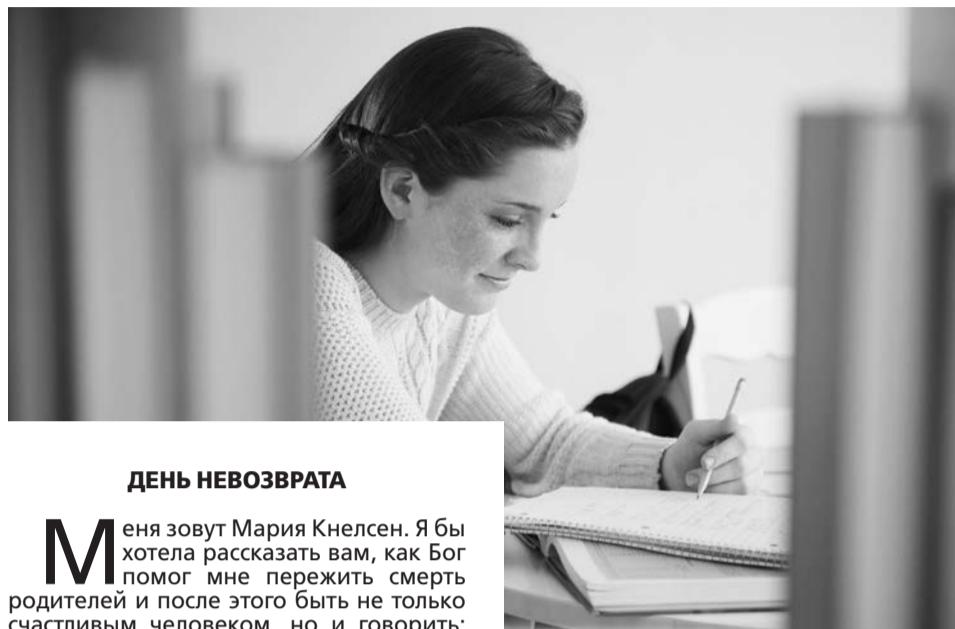
Обнимать он будет  
Редко уж; и сам  
Скажет мне при людях:  
«Мам, ну перестань!»

Больше не попросит  
Песню спеть меня,  
Ножку не забросит,  
Рядышком сопя.

Наведу порядок,  
Отосплюсь одна.  
Только вряд ли надо  
Будет все тогда.

Обниму сыночка  
Крепко и с теплом,  
Пока пахнет щечка  
Детством и добром.

## ВЫЖИТЬ, ЖИТЬ И ЛЮБИТЬ



### ДЕНЬ НЕВОЗВРАТА

**М**еня зовут Мария Кнелсен. Я бы хотела рассказать вам, как Бог помог мне пережить смерть родителей и после этого быть не только счастливым человеком, но и говорить: «Слава Богу!»

Я родилась в хорошей дружной семье. Родители верили в Бога, и с детства я слышала о Христе, читала Слово Божье, ходила в церковь. Повзрослев, я пробовала жить не по Библии, но в компании неверующих чувствовала себя чужой, мне не хватало Бога и Его радости. Я понимала: без Него я не смогу быть настоящим счастливой. Чуть позже я поступила в Брестский государственный университет (Беларусь) на специальность «Журналистика». Когда я окончила третий курс, моя жизнь шла своим чередом, и я думала, что так будет всегда. Но нет...

13 сентября мы с родителями на машине ехали на свадьбу к моей двоюродной сестре. Шел дождь, дорога была скользкой, поэтому произошла авария. Мои родители погибли, а меня увезли в реанимацию. Я не помню саму аварию, да и тот трагический день тоже. Я осталась жива, но получила серьезные травмы и пролежала в коме четыре дня. У меня была открытая черепно-мозговая травма, а также перелом основания черепа, субарахноидальное кровоизлияние, перелом бедра и вертлужной

впадины. Из-за аварии ухудшилось зрение. Врачи на тот момент давали только 1% вероятности, что я буду жить. Но, слава Богу, я выжила!

Выходя из комы, я могла только есть и спать. Мой мозг отказывался думать. Только через некоторое время я начала что-то вспоминать, осознавать, где я и что происходит. За мной ухаживала моя тетя. Я спрашивала, что случилось, но она уходила от ответа. Немного окрепнув, я взяла телефон и набрала номер папы – никто не отвечал. Тогда я позвонила своей сестре Алесе, и она не смогла сдержать слез, рассказав мне об аварии, о том, что папа и мама погибли. Следующие дни я была словно в тумане. Сон и реальность перепутались. Я говорила что-то несвязное, кричала и плакала во сне. Родные думали, что у меня помутился рассудок...

Я была прикована к постели и почти ничего не видела. Это состояние и мысли о том, что родителей больше нет, убивали меня. Конечно, с родителями бывают ссоры, и я с мамой часто не могла найти общий язык. Но где бы я ни была,

меня тянуло домой. Когда твои мама и папа живы, чувствуешь себя более уверенным, защищенным. Существуют корни, которые помогают тебе крепче держаться за жизнь.

### К ЖИЗНИ

Шли дни, и я стала чувствовать себя лучше. Много людей молились за мое восстановление, каждый день христиане из барановичской церкви (я лежала в больнице в Барановичах – городе областного значения в Беларусь) навещали меня. Когда я выписывалась, главврач сказал, что за все годы работы он не видел, чтобы так много людей приходило к пациенту! Мои родные тоже помогали как могли.

После больницы я еще месяц провела в реабилитационном центре в Пинске. За три дня я встала на ноги, начала ходить, мне так хотелось снова быть здоровой! Конечно, проблемы со зрением остались, но это не мешает мне чувствовать себя полноценным и счастливым человеком. Я продолжила учиться в университете, окончила его. Было тяжело, но я старалась, и у меня получилось. Сначала трудно было запоминать, фокусироваться на чем-то, но сейчас память полностью восстановилась. За несколько месяцев мне пришлось повзрослеть на пять-десять лет. И хотя на тот момент мне было 20 лет, мне сразу пришлось самой распоряжаться деньгами, принимать серьезные решения. Непросто вот так резко стать взрослой...

Мы живем в несовершенном мире. В нашу жизнь часто приходят страдания. Но наша задача как верующих людей – не остановиться, не переставать всецело доверять Богу. Я и моя семья (у меня есть три брата и сестра) пережили трудные времена. Но сейчас, оглядываясь назад, я вижу, как Бог верен нам. Он всегда идет рядом. Бог – единственный в этом мире, Кто не изменяется. Бог есть любовь. С Божьей помощью я смогла простить человека, виновного в аварии, и это освободило меня от гнетущей жажды мести. А еще, пройдя через боль, я стала внимательнее относиться к чужой боли.

Кто-то может смотреть на меня и думать: «Как ей повезло: вышла удачно замуж, живет в Германии», – но они не знают, через что я прошла. Так и у других людей: мы не знаем, что происходит в их жизни, какие испытания им приходится преодолевать. Теперь я стала лучше понимать чужую боль, страдания и могу помочь тем, кто проходит через подобное. Мы не знаем, когда наша земная жизнь окончится. Главный вопрос: готовы ли мы встретиться с Богом? Будем ли мы радоваться, когда Господь придет, чтобы забрать Своих детей в вечные Небесные обители?

Мария Кнелсен

## ПРОСТИ – ПРОЩАЙ

**К**аждый в своей жизни сталкивался с ситуацией, когда не хочешь или не можешь простить. То ли обида была очень сильная, то ли гордость мешала, то ли окружение не приветствовало прощения.

А как простить отца, который каждый день приходит домой пьяный и издается над матерью? И что означает в данном случае простить: забыть, не обращать внимания?

Как простить измену любимому человеку? Возможно ли простить, если привинившийся не осознает своей вины?

Вопросы слишком сложные, и, наверное, каждый отдельный случай – это отдельный ответ. Тем не менее существуют определенные закономерности, объединяющие все эти вопросы.

Во-первых, прощение и извинение – это не одно и то же. Извинение – это признание вины (сам корень слова об этом говорит) и просьба от этой вины

избавить. «Извини» – то есть вытащи меня из вины. Термин «прощение» уходит корнями в старославянский и древнерусский языки и означает «не ставить в вину», «избавить», «освободить».

А также существует связь между словами «просто» и «прощение». Простить – значит сделать отношения простыми, избавить их от лишнего груза и сложностей, исцелить сердце и проститься, то есть расстаться с чем-либо ненужным. Бывает, что человек признает вину, но прощения просить не хочет. А иногда просит прощения, даже не осознавая своей вины. Извинение – это элемент этикета. Прощение – это духовная реальность.

Во-вторых, у прощения есть свои этапы. Многие считают (и ошибочно), что прощение начинается с забывания. И именно это наносит новые раны и новые обиды. Просто забыть, не пройдя более ранних этапов, задача невозможна. Какие же это этапы? Конечно, их количество зависит от глубины нанесенной раны. Но я буду говорить о серьезных случаях.

**ПЕРВЫЙ ШАГ.** Для начала необходимо честно признать наличие тех ран, которые тебе нанесли. Не стоит использовать метод страуса: не прятаться от реальности.

**ВТОРОЙ ШАГ** – выразить свой гнев и обиду. И вот здесь часто встречаются ошибки, когда человек выливает все на голову обидчика либо пытается найти группу поддержки. И то, и другое не поможет. В этом отношении для меня прекрасным примером является израильский царь Давид. Его главный обидчик Саул сделал ему столько зла... И у Давида были возможности ему отомстить. Вместо этого оншел в уединенные места и говорил о своей неприязни и обиде Богу в молитвах. При этом Давид не пытался выглядеть духовным

и правильным в глазах Господа. Он изливал свое сердце перед Ним и таким образом опустошал его – там не оставалось боли и гнева.

**ТРЕТИЙ ШАГ** – призвать в союзники время. При глубокой ране процесс прощения не может завершиться мгновенно. С одной стороны, прощение – это волевое решение, но оно все равно имеет эмоциональную окраску. Нам кажется, что если мы чувствуем обиду, значит еще не простили. Это не всегда так. Но если ты на самом деле не можешь переступить через свои эмоции, тебе нужно время. Прошение – это серьезная внутренняя работа. В это время неплохо оценить свою жизнь и посмотреть на то, где, когда, кому и сколько ты сам нанес ран, взвесить собственные грехи против Бога и понять, что ты сам также нуждаешься в прощении.

**ЧЕТВЕРТЫЙ ШАГ.** Следует подумать о последствиях прощения. Прощение приносит в твою душу мир и гармонию. Твое сердце получает исцеление, как и твое тело. Проводили эксперимент, в процессе которого группа переживала обиду, чувство и прощение. В результате артериальное давление, частота пульса, стрессовые симптомы были намного выше у испытывавших обиду и желавших отомстить обидчикам. Одна мысль об обидчике при отсутствии прощения заставляет ваш организм работать на износ.

Кроме того, существует духовный мир, в котором непрощение препятствует нашему общению с Богом. Иисус Христос сказал: «Если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный; а если не будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших» (Мф. 6:14, 15).

поняли, что любим друг друга. И теперь Деннис – мой супруг. Сейчас я вместе с ним живу в Германии. Я счастлива, что у меня есть любимый человек, и не перестаю благодарить Бога за Его замечательный подарок – прекрасного мужа.

### САМОЕ ГЛАВНОЕ

Я поняла, что отношения с Богом – это самое ценное. Все проходит, а Бог вечен. Я не всегда могу понять, почему что-то происходит в моей жизни, но знаю одно: Бог любит меня и все обращает во благо. Я начала познавать Его, близко общаться с Ним – и в мое сердце пришел мир. Тогда я успокоилась и поверила, что Бог все устроит в моей жизни. И у меня действительно все стало складываться так, как нужно.

Я благодарна родителям за то, что они заложили во мне правильное основание. В трудные времена я всегда вспоминала, что они мне говорили. Их вера учила меня даже после их смерти. Как бы я ни обижалась на Бога за произошедшее, я всегда помнила, что с Ним – хорошо. Что бы я ни думала и что бы ни говорила, я знала, что замены Богу нет. Только Господь является тем смыслом, ради которого стоит жить. И Он всегда рядом. Бог – единственный в этом мире, Кто не изменяется. Бог есть любовь. С Божьей помощью я смогла простить человека, виновного в аварии, и это освободило меня от гнетущей жажды мести. А еще, пройдя через боль, я стала внимательнее относиться к чужой боли.

Кто-то может смотреть на меня и думать: «Как ей повезло: вышла удачно замуж, живет в Германии», – но они не знают, через что я прошла. Так и у других людей: мы не знаем, что происходит в их жизни, какие испытания им приходится преодолевать. Теперь я стала лучше понимать чужую боль, страдания и могу помочь тем, кто проходит через подобное. Мы не знаем, когда наша земная жизнь окончится. Главный вопрос: готовы ли мы встретиться с Богом? Будем ли мы радоваться, когда Господь придет, чтобы забрать Своих детей в вечные Небесные обители?

Мария Кнелсен



Итак, у вас есть три варианта: не прощать и мстить (а значит, испытать все вышеописанные последствия); отстраниться и жить своей жизнью (решение временное, хотя в некоторых случаях полезное); принять волевое решение простить, не мстить и не отстраняться, а сделать что-то добroе для этого человека, что и является полным прощением.

Владимир У.

## Навчайся скоріше прощати

Навчайся скоріше прощати,  
Роби це, як подих, як крок.  
З малого почни, щоб могла ти  
Засвоїти мудрий урок.

Ти стримуй свій гнів, дратівлівість,  
Повір, це – не друзі твої.  
І в серці народиться милість –  
Прекрасна, як спів солов'їв.

Навчайся скоріше прощати,  
Бо час так летить і не жде.  
Прощай, адже маєш ти знати,  
Господь теж прощає тебе.

А. Цвєткова

## РАВНОДУШИЕ – ЭПИДЕМИЯ ХХI ВЕКА



**Р**авнодушие – это страшная болезнь, заразившая сегодня большинство людей. Она коснулась даже христиан. Постоянная обеспокоенность, большое количество проблем, нехватка времени, хроническая усталость, нежелание иметь лишние хлопоты – все это делает нас равнодушными. Мы часто не хотим брать ответственность за кого-то или за что-то.

Часто равнодушие начинается с обычного эгоизма. Собственное «я» становится превыше всего. К сожалению, проявление равнодушия мы можем наблюдать даже у детей. Одноклассник болеет уже целый месяц, а его никто не навестил, не поинтересовался, как он себя чувствует. Учитель просит помочь убрать в классе, а некоторые пытаются незаметно уйти домой. Мама устала от ежедневных хлопот, а детям некогда ей помочь, потому что они спешат на прогулку или на встречу со сверстниками.

Мы можем видеть, как у человека на улице случился сердечный приступ, а прохожие думают, что это – пьяница, и равнодушно проходят мимо. Мы бываем свидетелями, когда люди оставляют мусор в парке,бросают его в реки или возле домов, и нам безразлично. А возможно, мы и сами это делаем?

Вот с такого «маленького» равнодушия начинается равнодушие большое, серьезное, перерастающее в холодный расчет в отношениях с любым человеком: «А что я с этого получу?».

Равнодушие – это грех, хотя конкретно Слово Божье об этом не говорит. Оно может проявляться в отношениях с близкими и даже с Богом. Равнодушие в отношениях с Богом проявляется в том, что нам неинтересно молиться Ему. Как выразился французский писатель Вольтер: «Мы с Господом здороваемся, но не разговариваем». Такая «теплота», о которой идет речь в книге Откровение 3:16, превращает верующих людей в номинально верующих, а тех, кто спасается, – в погибающих. Хуже всего то, что мы даже не замечаем, как часто равнодушие заставляет нас нарушать Заповеди, в частности первую.

Человек постоянно стремится искать смысл жизни и Бога. Однако это бывает невозможно из-за нашего равнодушия. Когда человек становится равнодушным к Господу, он становится

равнодушным и к Его творению, к природе. Он равнодушно наблюдает за тем, как другие уничтожают красоту, созданную Богом (вырубают леса, загрязняют реки и окружающую среду). Такой человек живет по принципу «моя изба с краю – я ничего не знаю».

Человек, заботящийся только о себе, равнодушен к ближним, он не разделяет их горя или радости. Он не видит голодного, бедного, нищего. Равнодушные люди всегда стоят в стороне. И именно поэтому на Земле так много зла и мир становится жестоким. Недаром сказано: «Не бойся врагов – в худшем случае они могут тебя убить. Не бойся друзей – в худшем случае они могут тебя предать. Бойся равнодушных – они не убивают и не предают, но только с их молчаливого согласия на Земле существуют предательство и убийство» (Р. Эберхарт).

Часто из-за равнодушия ко всему появляется безразличие и к самому себе, к своей жизни. Человек падает духом, ничто не радует его сердце, все вокруг становится неинтересным. Теряется вкус к жизни.

Иисус учил, что нужно «всегда молиться и не унывать» (Лк. 18:1), поскольку «унывый дух сушил кости» (Притч. 17:22). Даже может развиться депрессия.

Только в Боге мы можем стать действительно счастливыми. Чтобы преодолеть эгоизм, равнодушие, унылый дух или депрессию, следует полностью довериться Богу. Только тогда мы сможем по достоинству оценить все Его дары, весь

созданный мир. А это отразится и на наших отношениях с близкими: в семье, в церкви, на работе. Равнодушие можно преодолеть только универсальным способом – любовью, потому что Бог есть Любовь.

Поэтому нам следует рассеять в себе дым равнодушия, если он проник в наше сердце, и развести огонь любви к родным, друзьям и всем близким. Только так мы сможем приблизиться к Богу и к тому полноценному счастью, которое Господь для нас подготовил.



## ВЕЩИ И ЛЮДИ –



**О**днажды, когда мужчина полировал свой автомобиль, его шестилетний сын взял камень и нацарапал несколько слов на дверце машины. Отец схватил руку ребенка и начал бить по ней, не рассчитывая в гневе силы ударов.

В больнице ребенок потерял все пальцы из-за многочисленных переломов. Когда он увидел своего отца с полными боли глазами, то спросил: «Папа, когда мои пальцы вырастут снова?» Мужчина ничего не ответил; он вернулся к

своему автомобилю и стал бить его ногами. Опустошенный своим поступком, сидя перед тем автомобилем, он посмотрел на царапины. Оказывается, ребенок написал: «ЛЮБЛЮ ТЕБЯ, ПАПА».

Гнев и любовь не имеют границ. Выбирайте любовь, чтобы жизнь была прекрасной.

Проблема сегодняшнего мира в том, что люди используются, а вещи любими. Однако мы всегда должны помнить: ВЕЩИ должны ИСПОЛЬЗОВАТЬСЯ, а ЛЮДИ – быть ЛЮБИМЫМИ.

## НАМ ПИШУТ



### БЕРЕГИТЕ СВОИХ МАТЕРЕЙ

Берегите своих матерей,  
Как цветы от холодной выюги.  
Их любовь – во сто крат горячей,  
Чем друзей и любимой подруги.

Материнской любви не объять!  
В летний зной и в пургу, и в стужу  
Она все вам готова отдать –  
Все до грамма... И... даже душу!

Берегите своих матерей!  
Вам их ласки никто не заменит.  
Среди пасмурных жизни дней  
Кто поймет вас и кто оценит?!

Кто возьмет на себя всю боль,  
Все терзания ваши и муки?!  
Мать не даст вместо хлеба соли!  
Мать всегда к вам протянет руки.

Пусть она и накажет строго!  
Матерям никогда не лгите...  
Им ведь надо от вас немного,  
Только очень их берегите!

Берегите своих матерей,  
Как цветы от холодной выюги.  
И сыновней заботой своей  
Уврачуйте все их недуги.

Не оставьте их без участия.  
Берегите всегда их, дети!  
Ведь не может быть полного счастья,  
Если матери нет на свете!

Валентина Бабич

### «МАМА, Я ПО ТЕБЕ СКУЧАЛА»

Знаешь, я по тебе скучала,  
Как волна по огням причала,  
Как пчела по цветку лесному,  
Как семья по родному дому.

Мне так слов твоих не хватало,  
Как луча красоте кристалла,  
Как огня для свечи вечерней,  
Как цветка у тропы меж терний.

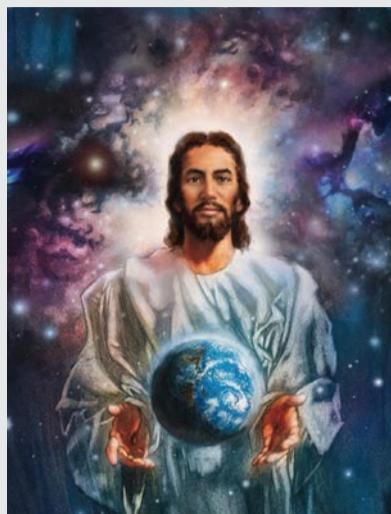
И хотелось твоей улыбки,  
Как дождя для цветущей липки,  
Как смычки для струны молчащей,  
Как сверчка в придорожной чаше.

А еще бы звоночек смеха –  
Твоей радости яркой эха...  
Но сейчас я начну сначала:  
Знаешь, я по тебе скучала...

Ольга Бокова



## Обирайте Бога



Заклик є поточного моменту  
До безбожних виборців в цей день:  
Обирайте Бога Президентом,  
Він ніколи вас не підведе!

Любить вас Господь не по-земному,  
Тільки в Ньому – святість, чистота.  
Проведе Він вас до Свого дому,  
Якщо в серце приймете Христа.

Він не дасть спіткнутись об каміння,  
Бо підніме високो над ним.  
Вищий Він за людське розуміння,  
Станьте й ви також Його дітьми!

В Нього вся Земля як на долоні,  
Він дощі, тепло і спеку шле.  
Він любов'ю написав закони –  
Ви ж не допускайте в серце зле.

В Нього є для кожного програма,  
В Нього є для кожного мета.  
Пробувати Він бажає з нами,  
В Ньому є любові повнота.

Збудував нам Бог таку Державу,  
Де немає заздрощів і зла,  
Де лунає тільки Богу слава  
І лунає Господу хвала.

Буде зовсім іншою планета,  
Вічний хліб на кожному столі.  
Оберіть же Бога Президентом,  
Жителі Господньої Землі!

Михайло Михайлук

## Самозабвенное служение

Жил пчеловод на белом свете,  
Служитель Божий, меломан,  
Увидев фото древней скрипки,  
Он сон надолго потерял.

Певунья древняя чужая  
Пронзила все его мечты,  
Искол возможность он любую,  
Чтобы ее приобрести.

Об этой скрипочке певучей,  
Исполнен верою в Творца,  
Молился долго, неотступно,  
Чтобы сбылась его мечта.

И этот преданный служитель  
На ниве Божьей преуспел,  
Ради любимой древней скрипки  
Своих всех пчел не пожалел.

Сбылась мечта, промчались годы,  
Когда он скрипку приобрел,  
Он со своей подругой древней  
Почти полсвета обошел.

В руках его она запела  
О Божьей милости, любви,  
Сердца несчастных согревала,  
Мир помогая обрести.

Когда со скрипкой он расстался,  
Чрез двадцать лет ее продав,  
Издад он тысячи Евангелий  
И многим алчущим раздал.

Евгения Боярченко

## СЛЫШАЛИ НОВОСТЬ? -



Чувствовали ли вы себя когда-нибудь подавленными из-за новостей, услышанных по телевидению? Тогда эта статья для вас.

### СПЕЦЭФФЕКТЫ

Невозможно уснуть, в голове вертятся тревожные мысли, мир видится в черном цвете – все это симптомы «информационного отравления». Каждый житель цивилизованного мира хотя бы раз переболел этой «болезнью». Бывают и осложнения: подавленность, плохое настроение, чувство страха или гнева. Откуда все это появляется?

**Эффект присутствия.** Современные средства массовой информации создают эффект присутствия: вы словно своими глазами видите происходящее. А значит, верите увиденному на экране так же безоговорочно, как своему опыту. Но, как правило, показанное нам – это набор кадров, смонтированных под заказ: одно вырезали, другое оставили, соединив картинки в порядке, выгодном сценаристу. Поэтому не стоит принимать все за чистую монету.

**Эффект обобщения.** Вы, наверное, слышали слова: «Жизнь стала опасной! Раньше было спокойнее, а теперь – то наводнения, то ураганы, то авиакатастрофы...». Смотришь новости – и кажется, что катаклизмы происходят каждый день.

На самом деле это началось не сегодня, просто рассказывали обо всем меньше, ведь СМИ еще не были так развиты, как сейчас. Сегодня же если говорят о трагедии, то везде: по телевидению, в Интернете, по радио, в транспорте. Информация окружает нас со всех сторон, то есть становится нашей окружающей средой. Вот и создается впечатление, что вся жизнь – сплошная трагедия.

**Эффект погружения.** Сюжеты о бедствиях, тревожные слухи, свидетельства очевидцев и пострадавших, бурные обсуждения – и вот мы уже полностью погрузились в ситуацию. Мы словно переживаем трагедию лично, наполняемся эмоциями, в нашем воображении – картины бедствия. А ведь для человеческого мозга нет разницы между реальными событиями и тем, что происходит в воображении: он все воспринимает всерьез!

В Бирмингемском университете провели исследование, которое показало: видя людей, страдающих от боли



и травм, треть из 108 добровольцев испытывала боль в теле и повышенную активность в областях мозга, ответственных за болевые ощущения. Стоит ли удивляться, что мы порой чувствуем себя подавленными, услышав тревожные новости?

**Эффект перегрузки.** Когда мы узнаем обо всем плохо, что произошло за сутки на нашей планете: об убийствах, терактах, преследованиях, войнах, стихийных бедствиях, преступлениях, – это концентрат зла, который мы «выпиваем залпом». Мы принимаем в свое сердце и переживаем гораздо больше трагедий, чем может вынести человек без урона для психики. Но люди не созданы для того, чтобы пропускать через себя боль всего мира. И наша нервная система не выдерживает.

**Эффект бессилия.** Большинству людей, о которых узнаем из новостей, мы не в состоянии помочь. Но эмоции от увиденного остаются!

Эмоции нужны нам, чтобы побудить к действию: когда мы видим несправедливость, возникает возмущение – и мы стоим горой за правду; когда обижают беззащитных, праведный гнев подвигает нас выступить на их защиту. Но когда мы узнаем о проблемах людей через СМИ, то наш гнев, возмущение, огорчение или страх остаются при нас, мы не можем выразить свои эмоции через полезные действия. Поэтому появляются агрессия, раздражение, разочарование, подавленность, чувство бессилия перед злом.

**Эффект дорисовки.** Психологи используют одно упражнение. Людям дают лист бумаги с нарисованной на нем палочкой и говорят: «Закончите эту картину». Каждый дорисовывает – и выясняется, что для одного палочка оказалась частью замка, для другого – сучком дерева, для третьего – крылом птицы... Так и с фактами: мы часто «дорисовываем картину» в своем воображении, даже не замечая этого! И, например, весть о болезни известного актера лишает нас сна: «Может, и со мной скоро произойдет то же самое, вот и в боку уже покалывает...»

Мы делаем выводы относительно своей жизни, основываясь на одном факте из чужой биографии! При этом мы не знаем о возможных причинах, приведших человека к проблеме, а просто примеряем на себя его ситуацию и «рисуем» свое будущее под диктовку страха.

### ЧТО ДЕЛАТЬ?

**Выйти из «коробочки».** Летом в городах можно наблюдать такую картину: стоит будка, а из нее доносятся крики, визги, вопли! Это аттракцион виртуальной 3D-реальности. Вам одевают специальные 3D-очки и показывают кино: за вами гонятся бандиты, вы падаете с большой высоты, на вас нападают монстры... и вам по-настоящему страшно! Ведь эта

3D-коробочка на время стала вашим миром, вашей жизнью! Но все меняется, когда вы выходите из будки: монстры остаются за дверью.

Так и с новостями: полезно отвлечься от глобальных международных событий и вспомнить, где вы сейчас, в чем состоит ваша первостепенная задача. Позвоните родственникам, заберите ребенка из школы, приготовьте ужин. Вы нужны своим близким здесь и сейчас. «Мудрость – пред лицом у разумного, а глаза глупого – на конце земли» (Притч. 17:24), – говорил царь Соломон.

**Как в разведке.** Один разведчик, когда его просили предугадать события, часто отвечал: «У меня недостаточно фактов для анализа». Он не дорисовывал картину будущего, пока не имел на это оснований – фактов!

То, что мы видим, – это, как правило, только часть картины. Поэтому ни в коем случае не нужно спешить с выводами! Надо решать проблемы по мере их поступления, а не придумывать их. «Довольно для каждого дня своей заботы» (Мф. 6:34), – сказал Иисус Христос.

**Гигиена ума.** Не нужно смотреть криминальную хронику, если хотите спокойно спать по ночам. Не стоит читать новости о несчастных случаях, иначе вы рискуете «зараработать» панический синдром. Выбирайте чистые «окна», из которых будете смотреть на окружающий мир: из всех сайтов, телепрограмм и блогов выбирайте те, которые дают надежду, ободрение и мудрый совет. «Уста праведного знают благоприятное» (Притч. 10:32).

**Закон чисел.** Сравните число катастроф, о которых вы слышали за неделю, с количеством бедствий, которые за ту же неделю произошли в вашей жизни. Сколько процентов от общего числа несчастий пришлось на вашу долю? А на долю вашей семьи? Когда вам покажется, что все в мире плохо, вспомните об этом простом вычислении, и спокойствие вернется к вам.

**Запишите хорошие новости... или создайте их!** Ясная погода, дружеская поддержка, возможность сделать добро, молитва, на которую получен ответ, приятное обстоятельство – все это достойно нашего внимания!

А не хватает позитива – создайте его. Если мало доброты – сделайте доброе дело, скажите доброе слово. Дайте правильный выход эмоциям, помогите близким. «Не будь побежден злом, но побеждай зло добром» (Рим. 12:21), – советовал апостол Павел.

**Читайте «Книгу Благой вести».** Именно так – «Радостная весть» или «Хорошая новость» – переводится с греческого слово «Евангелие». В этой книге содержится действительно Благая весть! «И познаете истину, истина сделает вас свободными» (Ин. 8:32).

Если вы хотите сохранять позитив каждый день, обратитесь к Богу в молитве: «Всевышний Бог! Я обращаюсь к Тебе во имя Иисуса Христа, Твоего Сына. Спасибо, что Он искупил мои грехи и воскрес для моего оправдания. Прошу Тебя, Боже, помоги мне узнать Благую весть, которая содержится в Евангелии. Дай мне веру, надежду и любовь в сердце. Прости мне все грехи. Научи меня жить, побеждая зло добром! Аминь!»



## ТВ-программа на МАЙ (29.04 – 05.05)\*

HOPE.UA

**БЕСПЛАТНЫЙ КУРС УРОКОВ  
«УДИВИТЕЛЬНЫЕ ФАКТИ»**

НА ТЕМЫ:

- Создал ли Бог дьявола?
- Что такое «тайна беззакония»?
- Действительно ли мертвые мертвы?

Язык укр./рус.

**ШКОЛА БІБЛІЇ**

ЗАКАЗЫВАЙ ПРЯМО СЕЙЧАС  
**0 800 30 20 20**  
бесплатно по Украине

**ПРЯМОЙ ЭФИР ПОМОЛІТЬСЯ  
ЗА МЕНЕ**

с Анной Шуберт и  
Владимиром Боровым

КАЖДЫЙ ВТОРНИК  
**19:30**

**ВОСКРЕСЕНЬЕ**  
29 апреля

07:00 Біблія продовжує говорити  
07:30 2Я – одне життя  
08:30 Дорогами християнства  
09:10 Сложных текстов нет  
09:30 Є проблема  
10:00 Малюваки  
10:40 Мозаїка батьківства  
11:00 2Я – одне життя  
12:00 Богослужіння  
13:20 Народ Біблії: вчера, сьогодні, завтра  
14:00 ЛоМастер  
14:20 Музична скринька  
15:00 В гостях у Добрячка (*сурдо*)  
15:20 Біблія продовжує говорити (*сурдо*)  
16:00 Реформація.500  
16:30 Є проблема  
17:00 Сложных текстов нет  
17:20 ДЖЕМ  
18:10 Вопрос служителю церкви  
18:30 ...є Любов  
19:00 Непростое состояние  
19:30 Інша сторона  
20:30 Рожеві окуляри  
21:00 Віті Надії: тиждень  
21:40 Філософський камінь  
22:00 Удивительные факты  
23:00 Музична скринька

**ПОНЕДЕЛЬНИК**  
30 апреля

07:00 Ранок Надії  
08:00 2Я – одне життя  
09:00 Ранок Надії  
10:00 Реформація.500  
10:30 Сила Одного  
11:00 Ранок Надії  
12:00 ...є Любов  
12:30 Біблія продовжує говорити  
13:00 Сложных текстов нет  
13:20 Віті Надії: тиждень  
14:00 Малюваки  
14:20 ДЖЕМ  
15:20 Інша сторона (*сурдо*)  
16:00 Удивительные факты  
17:00 Так промовляє Біблія  
17:40 Сложных текстов нет  
18:00 Реформація.500  
18:30 Мозаїка батьківства

**ПЯТНИЦА**  
4 мая

19:00 Так чи Інакше  
20:00 Познаем истину  
20:50 Пригоди Марка  
21:00 Інша сторона  
21:40 Рожеві окуляри  
22:00 В контексті  
23:00 Дорогами християнства  
23:40 Вопрос служителю Церкви

**ВТОРНИК**  
1 мая

07:00 Ранок Надії  
08:00 Познаем истину  
09:00 Ранок Надії  
10:00 Рожеві окуляри  
10:20 Дорогами християнства  
11:00 Ранок Надії  
12:00 Реформація.500  
12:30 Сила Одного  
13:00 Є проблема  
13:30 В гостях у Клиффа Гольдштейна

**ЧЕТВЕРГ**  
3 мая

07:00 Ранок Надії  
08:20 Дорогами християнства  
09:00 Ранок Надії  
10:00 Інша сторона  
10:40 Мозаїка батьківства  
11:00 Ранок Надії  
12:00 ДЖЕМ  
13:00 Счастье вопреки всему

**СУББОТА**  
5 мая

07:00 Ранок Надії  
08:20 Дорогами християнства  
09:00 Ранок Надії  
10:00 Інша сторона  
10:40 Мозаїка батьківства  
11:00 Ранок Надії  
12:00 Народ Біблії: вчера, сьогодні, завтра  
13:00 Біблія продовжує говорити  
13:30 Малюваки  
14:00 В контексті  
15:00 Крах катаринської империи (*сурдо*)  
15:40 Сложных текстов нет (*сурдо*)  
16:00 Віті Надії: тиждень  
16:40 Мозаїка батьківства  
17:00 ...є Любов  
17:30 Народ Біблії: вчера, сьогодні, завтра

**СРЕДА**  
2 мая

07:00 Ранок Надії  
08:00 В контексті  
09:00 Ранок Надії  
10:00 Помолитесь за меня  
11:00 Ранок Надії  
12:00 Так промовляє Біблія  
12:30 ДЖЕМ  
13:00 ПроФіTime  
13:30 Удивительные факты  
14:00 ЧП+

18:10 Інша сторона  
19:00 Є проблема  
19:30 ПроФіTime  
19:50 В контексті  
20:50 Вечірні історії  
21:00 На перехресті  
21:10 Так промовляє Біблія  
22:00 Удивительные факты  
23:00 2Я – одне життя

**АКЦІЯ:**  
все диски по 10 грн  
+ аудиодиск в подарок\*



**«ЕВАНГЕЛИЕ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ»**  
по книге Даниила

Участник программы, автор книги «Тайны Апокалипсиса», доктор богословия Р. Н. Волкославский открывает страницы интересных и сложных пророческих книг, в частности книги пророка Даниила, объясняет значение их пророчеств.

4 DVD (7 часов 27 минут)  
Язык рус.



**«Є НАДІЯ»**  
Фестиваль  
молодежного творчества

Первый всеукраинский фестиваль молодежного искусства в Киеве стал настоящим праздником, а все выступления свидетельствовали о надежде во Христе для каждого. Его посетили более 200 участников из Украины, России, Беларуси, Молдовы, Германии.

4 DVD (10 часов 50 мин)  
Язык рус.

\*выбрать подарочный аудиодиск можно во время заказа

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

- Молитвенная поддежка
- Беседа со священнослужителем
- Семейная консультация
- Вопросы, пожелания и предложения

Изучайте Біблію  
вместе с нами  
online на сайте  
[bible.ua](http://bible.ua)



НА СПУТНИКЕ  
ASTRA 4A

SMART TV  
LG, PHILIPS, SAMSUNG

В КАБ. СЕТЯХ  
ВАШЕГО ГОРОДА

НА МОБ. ПРИЛОЖ.  
IOS, ANDROID

0 800 30 20 20  
Бесплатно по Украине  
contact@hope.ua  
а/я 36, Киев – 71,  
04071 Украина  
contact-hope

## ПОСЛЕДНИЙ БОЙ



Как хочется мира! Особенно сейчас, когда вся природа наполнена обновлением жизни. Вслушайтесь и всмотритесь во все, что происходит вокруг: вот соловушка поет своей возлюбленной, согревающей в гнездышке собственным теплом их будущих деток. Волны аромата буйно цветущей сирени разливаются между домами, а яркие головки тюльпанов тянутся к солнышку, радуя глаз каждого, проходящего мимо палисадников. Хочется жить и радоваться, дышать и наслаждаться красотой вокруг. И когда же, наконец, мы услышим, что отремел последний бой, что война окончена?

Разве мы могли подумать, вспоминая в мае победу в войне против фашизма, что на нашей земле вновь будут греметь залпы орудий, отбирая жизни у наших соотечественников?

Сколько страданий и горя снова принесла людям война! Сколько сирот на востоке Украины никогда уже не будут ждать Дня матери, чтобы поздравить ее, самую родную и любимию. Сколько матерей со слезами на глазах будут вспоминать своих сыновей, не вернувшихся с войны! Сколько молодых жен будут с грустью обнимать своего осиротевшего ребенка, потому что кому-то захотелось развязать эту войну.

Кому захотелось? Откуда вообще взялись все эти войны? Почему на Земле столько зла? Ведь христиане говорят, что Бог есть любовь?

Если вас интересуют ответы на эти вопросы, рекомендую прочитать замечательную книгу из серии «Конфликт веков» под названием «Великая борьба». Ее автор – Эллен Уайт. Это просто потрясающая книга! Прочитав ее, я не смогла удержаться от того, чтобы не написать целую серию стихотворений. Но не буду раскрывать все секреты. Прочитайте книгу сами.

Последний бой между добром и злом не за горами. Каков будет финал этой многовековой борьбы? Если хотите получить ответы на этот и другие вопросы, приобретите и прочтите книгу «Великая борьба». Вы можете заказать ее в книжных центрах издательства «Джерело життя». Возможно, вы пожелаете приобрести не только эту книгу, но и всю серию «Конфликт веков», куда она входит. За справками обращайтесь по телефонам:

093-550-09-62;  
097-767-72-21;  
044-592-81-90.

Ольга Бокова

## ЯД ИЛИ ЛЕКАРСТВО? •



**И**ммунитет необходим для человека. Однако бывают случаи, когда и он может навредить. Если иммунная система человека слишком чувствительна, она перестает различать, где свои клетки, а где «чужие». И тогда начинает действовать против своих клеток и тканей. Что происходит в итоге? Из-за того что иммунитет реагирует на безобидные или полезные вещества как на «врагов», возникают аллергические заболевания. При аллергии иммунный ответ не защищает организм, а напротив, вредит ему, иногда приводя даже к смерти больного.

Однако не только в теле, а и в душе человека порой происходит нечто подобное: мы реагируем на полезные вещи как на вредные. Например, как насчет... критики? Всегда ли наша реакция на нее является здоровой и адекватной? Ведь критика может помочь нам. Но зачастую у нас на нее нечто вроде аллергии: нестерпимый «зуд», раздражение или гнев, а в результате – наши необдуманные действия, приносящие вред. Утешает одно: это «лечится».

### ЗЕРКАЛО

Чтобы вылечиться от «аллергии на критику», нужно увидеть свои слабые места, а потом укрепить их. Попробуем? Слыши критику в свой адрес, мы можем...

• **Нападать в ответ.** «На себя посмотрят!» – таков общий смысл того, что нападающий говорит в ответ. Он переносит «боевые действия» на территорию «противника». Наша ошибка состоит в том, что человек, высказывающий нам в глаза неприятные вещи (которые могут не быть, а могут и быть правдой), заранее воспринимается как противник. Но Слово Божье говорит, что он может быть и другом: «Искренни укоризны от любящего» (Притч. 27:6). Если это так, то, нападая на человека, мы не защищаемся, а отвергаем помощь.

• **Что же делать?** Прежде всего остыть и не торопиться с ответом. Вместо резких слов, готовых сорваться с языка, лучше скажите: «Я подумаю над этим». Такой ответ даст вам время справиться с эмоциями. Успокоившись, подумайте и все взвесьте. Возможно, в критике есть доля правды, и тогда стоит поблагодарить человека за помощь. Ведьальная критика – это именно помочь, своевременный совет, уберегающий нас от ошибок. А может, человек был не прав, и тогда вы так же открыто, в глаза, скажете ему об этом.

Воюйте не с людьми, критикующими вас, а с проблемой, которая затронута в разговоре. Помните: не человек против вас и не вы против него, а вы вместе – против проблемы. Вы и ваш критик – союзники, а не враги. Думайте и поступайте подобным образом – и любой «правдоруб» будет относиться к вам с уважением.

• **Не подумав, отрицать:** «Это не правда!» Хорошо, если это – объективный вывод. Но чаще мы поспешно заявляем, что критика несправедлива, даже не успев подумать. Мы готовы найти тысячу объяснений и доводов, доказательств и причин, чтобы только не допустить мысли, что в чем-то не правы.

• **В чем ошибка?** Недаром апостол Павел говорил: «Я не почитаю себя достигшим... Кто из нас совершен, так должен мыслить» (Флп. 3:13, 15). «Совершенный человек» в Священном Писании – тот, кто способен совершенствоваться! А совершенствоваться может только тот, кто «не почитает себя достигшим», то есть человек смиренный, осознающий свою ограниченность и несовершенство. Смиренение – это зрение нашего сердца. Именно это качество делает нас способными видеть реальность и самих себя в истинном свете. Гордец, не признающий своих ошибок, живет в мире иллюзий, видит не то, что есть, а лишь то, что желает видеть. Такой «слепец» становится беспомощным перед обстоятельствами: думая, что у него нет проблем, он в один прекрасный момент оказывается у разбитого корыта. Неприятности всегда застают такого человека врасплох.

• **Что же делать?** Не нужно сразу отрицать критику. Если вам трудно принять ее такой, какой она есть, мысленно переделайте услышанные упреки в желания. Например, «ты совсем забыл о родных» воспринимайте как «больше внимания уделяй родным» и т. д. Позже в молитве поговорите с Богом о тех вещах, в которых вас упрекнули. Не отрицайте, а вместо этого попросите: «Боже, помоги мне стать лучше в этих вопросах». Будьте готовы работать над собой. И Господь даст вам идеи по улучшению ситуации. В результате ваши слабые стороны станут сильными, а ваш успех будет прочным и долговечным. «Бог... смиренным дает благодать» (Иак. 4:6; 1 Пет. 5:5). Уходить в себя, закрываться – это пассивное сопротивление, ведь игнорировать правду – то же самое, что отрицать ее.

• **Если желание отстраниться** – только первая реакция, которая потом проходит и сменяется рассуждением, то ничего страшного. Но если, уйдя в себя, вы уже не хотите возвращаться к людям, то существует опасность.

• **В чем ошибка?** Отказываясь от прямого разговора на неудобные темы, не желая общаться с людьми, говорящими неприятные вещи, можно остаться в одиночестве. Ведь рано или поздно любой искренний человек (а именно с таким можно построить настоящему крепкие отношения) скажет вам о том, что его не устраивает. Отстраняясь от таких людей, мы окружаем себя людьми другого рода: неискренними подпевалами, которые говорят только то, что мы хотим слышать. Им нет дела до нас, они лишь желают получить то, что нужно им.

• **Что же делать?** Лучше сказать себе: «Есть я, а есть мои привычки, качества и поступки. Неприятные слова касаются не меня самого, а моих взглядов и поведения. Посмотрим на это со стороны». Недостаток или ошибка, о которой вам сказали, – не ценная часть вашей души, а «посторонний предмет». Выслушайте мнение собеседника, потом обдумайте все сами и решите, оставить это в своем арсенале или выбросить. Искренность не разделяет людей, а наоборот,

соединяет. Она создает атмосферу свободы, когда можно без чувства неловкости говорить друг другу, что думаешь. Но для этого надо преодолеть страх перед критикой. Если хочется убежать, сделайте наоборот: идите навстречу человеку, критикующему вас. Посмотрите ему в глаза. Спросите: «Что ты предлагаешь?» Если вы тоже недовольны чем-либо, что напрямую относится к теме вашего разговора, то спокойно выскажите это, не начиная контратаку. Помните: честность – это нормально. Люди открыто говорят о проблемах для того, чтобы их решить, дабы ни дурные привычки, ни страхи, ни амбиции, ни недостатки не стояли между ними. В результате честного разговора (может быть, не одного) вы обретете такие взаимоотношения, при которых вам уже не захочется уходить в себя. Вам будет уютно с людьми, а им – с вами.

• **Считать «правдоруба» предателем.** Но если мы вешаем на человека ярлык «предателя» из-за простого несогласия с собственным «единственно верным» мнением, это уже неоправданная жесткость. Она является признаком «тоталитарного мышления», когда инакомыслящих объявляют «врагами народа». Мы, люди, порой используем этот прием, когда хотим склонить общественное мнение на свою сторону.

• **В чем ошибка?** В том, что такой подход умножает число наших якобы врагов. На самом деле многие из тех, кого мы можем считать предателями, в действительности ими не являются. Это могут быть просто люди, в чем-то не согласные с нами! Но в пылу негодования мы думаем, что любое несогласие – это предательство, а отказ поступать по нашему – это нарушение единства. Но ведь единство и верность – не в том, чтобы все соглашались с нами, а в том, чтобы, даже расходясь во взглядах, продолжать любить и ценить друг друга.

• **Что же делать?** Другие люди, наши ближайшие друзья, члены семьи имеют право на свои взгляды. Это не повод считать их врагами. Лучше постараться укрепить дружбу и разрешить им делать свой выбор. Бог потом покажет, кто из вас не прав, а пока «рабу Господа не должно ссориться, но быть приветливым ко всем... с кротостью наставлять противников, не даст ли им Бог показания к познанию истины» (2 Тим. 2:24, 25). Не стоит взрывать за собой мосты и говорить то, о чем потом пожалеете.

### ЗОЛОТОЕ ПРАВИЛО

Обращать критику себе во благо – не редкий дар, а умение, которому можно научиться так же, как водитель учится реагировать на дорожные знаки – не эмоционально, а рационально. Видя, к примеру, знак «уступи дорогу», хороший водитель не жмет на газ в порыве эмоций. Наоборот, он жмет на тормоз, потому что знает: это спасет его (и не только его) жизнь. А что делает сидящий за рулем, когда видит по дорожным указателям, что проехал нужный поворот? Он разворачивает машину, а не обижается на рабочих, установивших такие «обидные» указатели.

Поэтому, когда вас критикуют, лучше реагировать так же: не обижаться, а «выворачивать руль» своего сердца в нужную сторону. «Слушай, сын мой, и будь мудр, и направляй сердце свое на прямой путь» (Притч. 23:19). И думайте не о том, как больно и обидно слышать в свой адрес критику, а о том, что вы как «водитель» своей жизни способны сделать в данной ситуации. И тогда те защитные механизмы и реакции, что Бог заложил в наши души, будут работать для нашего блага.



## Я ВЫБИРАЮ ЛЮБОВЬ...



Тихо. Раннее утро. Горячий чай на столе. Небо все еще темное. Мир до сих пор спит. Приближается рассвет. Через какое-то мгновение наступит день. Он ворвется с грохотом вслед за восходящим солнцем. Умиротворение рассвета сменится шумом дня. Вместо тишины уединения поднимется гул шагов человечества. Спокойствие раннего утра будет нарушено решениями, которые нужно принять, и сроками, в которые нужно вложиться. В течение следующих двенадцати часов меня будут окружать всевозможные заботы дня. Поэтому именно сейчас мне необходимо сделать свой выбор. Благодаря тому, что была Голгофа, я могу выбирать. И я выбираю...

**Я выбираю любовь.** Никакие обстоятельства не оправдывают ненависти; никакая несправедливость не дает права впустить горечь. Сегодня я буду любить Бога и то, что любит Он. Я выбираю радость.

**Я устою перед искушением быть циничным.** Цинизм – орудие ленивого мыслителя. Я буду воспринимать людей только как человеческих существ, созданных Богом. В любых проблемах я буду стараться видеть возможность положиться на Бога и быть верным Ему. Я выбираю мир.

**Я буду прощать, чтобы жить.** Я выбираю терпение. Я буду смотреть сквозь пальцы на неудобства этого мира. Вместо того чтобы проклинать занявшее мое место, я приглашу его сделять это. Вместо жалоб на слишком долгое ожидание я буду благодарить Бога

за минутку для молитвы. Вместо того чтобы сжимать кулаки из-за новых обязанностей, я встречу их с радостью и мужеством.

**Я выбираю доброту.** Я буду добр к бедным, потому что они одиноки; добр к богатым, потому что они боятся; и добр к недобрым, потому что именно так Бог поступил по отношению ко мне.

**Я выбираю добродетель.** Я лучше обойдусь без денег, чем поступлю нечестно. Я лучше останусь незамеченным, нежели буду хвалиться. Я исповедуюсь, прежде чем обвинять. Я выбираю добродетель.

**Я выбираю верность.** Сегодня я сдержу свои обещания. Мои заимодавцы не пожалеют о том, что доверились мне. Мои коллеги не будут сомневаться в моем слове. Моя жена не будет сомневаться в моей любви. А мои дети никогда не будут бояться, что их отец не придет домой.

**Я выбираю кротость.** Ничего не добьюсь силой. Я хочу быть кротким. Если я повышаю голос, то только в хвале. Если сжимаю руки, то только в молитве. Если выдвигаю требование, то только к себе.

**Я выбираю самообладание.** Я – духовное существо. Я не разрешаю тленному управлять вечным. Я выбираю самообладание. Я буду опьянен лишь радостью. Я буду страстным лишь в вере. Только Бог будет

оказывать на меня влияние. Лишь Иисус будет учить меня.

Любовь, радость, мир, терпение, доброта, добродетель, верность, кротость и самообладание – этому я посвящаю свой день. Если я преуспею в этом, я буду благодарить Бога. Если обманусь в своих надеждах, буду искать Его милости.

«Плод же духа: любовь, радость, мир, долготерпение, благость, милосердие, вера, кротость, воздержание» (Гал. 5:22, 23).



## СМЕЮЩАЯСЯ СОБАКА

Недавно ужаснулся: как же много в жизни современного человека так называемого «юмора». Какие-то бесконечные телевизионные шоу, шутки и демотиваторы в Интернете, газеты и журналы, переполненные анекдотами. Профессиональные юмористы – любимцы публики. На этом фоне традиционные цирковые клоуны давно уже выглядят не смешно, а немного грустно, как и все, что безвозвратно уходит от нас. Такое ощущение, будто люди просто боятся прекратить этот смех, «перескачивая» с одной смешной волны на другую. Немного серьезно поговорили – и снова шутка, ироничное высказывание, хохма... Нет, я не осуждаю, я и сам люблю посмеяться. Но ведь поток циничного юмора уже зашкаливает.



И ладно, если бы еще смех был хороший, радостный. Но нет, почти всегда ирония, саркастические реплики, стремление поддеть, высмеять, унизить... Сегодня редко бывает добрый юмор. Хотя это мои субъективные впечатления. Возможно, кому-то повезло больше, и он видит совсем иную картину. А я, к сожалению, наблюдаю разгул черного юмора. А ведь такой смех – одна из форм психологической защиты, выражение агрессии.

Однако есть и другой смех – выражение живой радости, сигнал, что у человека все в порядке. Так смеются младенцы. Но для взрослых это редкость в наше время. В основном смех сегодня – демонстрация силы и готовности дать отпор.

В первые годы моего пребывания в Церкви я внутренне был не согласен со словами апостола Павла, поставившего смехотворство в один ряд с блудом: «А блуд и всякая нечистота и любостяжание не должны даже именоваться у вас, как прилично святым. Также сквернсловие и пустословие и смехотворство не приличны вам, а напротив, благородение» (Еф. 5:3, 4). Прошло время. И теперь я готов согласиться с этими словами, хотя вряд ли смогу легко отказаться от этого смехотворства. Но само направление движения в словах апостола задано предельно ясно. И я постараюсь ему следовать, убирая из своей жизни агрессивные формы смехотворства.

В завершение хочу привести цитату о смехе из труда автора, от которого, на мой взгляд, меньше всего

могло быть ожидать чего-то подобного. «Привычка к иронии, как и к сарказму, портит характер, она постепенно придает ему черту злорадного превосходства: под конец начинаешь походить на злую собаку, которая, кусаясь, к тому же научилась смеяться», – сказал Фридрих Ницше.

Если даже столь склонный к тонкой иронии и изысканному сарказму человек в результате пришел к согласию со словами апостола, попробуй и я с Божьей помощью прекратить быть кусачей собакой, научившейся смеяться. И хотя бы в этом аспекте смогу стать таким, каким меня задумал Господь.

Александр Ткаченко



## Я найду Тебя повсюду

Я найду Тебя повсюду:  
В ручейках, весной журчащих,  
В переливах изумруда,  
В колокольчиках звенящих.

Я услышу Тебя в песне,  
От которой сердце плачет,  
В птичьем пении чудесном,  
В ветра шепоте горячем.

Я в грозе Тебя услышу,  
В затяжных раскатах грома.  
Ты повсюду говоришь мне,  
Голос Твой такой знакомый.

Я любовь Твою замечу  
В чье-то ласковой улыбке,  
В блеске звезд, в желанной встрече,  
В своем праве на ошибки.

Я ее увижу в розах,  
В материнском теплом взгляде,  
В желтых шариках мимозы  
И в огромном водопаде.

Я пойму Твои уроки  
И в избыtkах, и в лишеньях,  
И в советах, и в намеках,  
И в ответственных решеньях.

Я ловлю Твоё дыханье  
В превосходных ароматах,  
Вижу я Твоё сиянье  
В нежно-розовых закатах.

Я найду Тебя в твореньях,  
Созданных Твою кистью:  
В облаках, в лучах весенних,  
В шелесте кленовых листьев,

В свете дня, в ночной прохладе,  
В необъятных гор величины,  
В колоске, в лазурной глади,  
В совпаденьях и в различьях...

Я Тобою восхищаюсь,  
Я во всем Твой почерк вижу!  
И в одном всегда нуждаюсь –  
Чтоб к Тебе быть сердцем ближе.

Татьяна Загний

## ТРАВА



Трава, не пившая дождя,  
От солнца жаркого завянет,  
Душа, вкусивши яд греха,  
Без Бога с праха не восстанет.

Душа, ты слышишь Божий зов?  
Внемли Его обетованьям  
И на великую любовь  
Ответь слезами покаяния.

Очисть себя, омой слезами  
Земных грехов своих следы,  
И Духа Божьего дарами  
В избытке насладишься ты.

И расцветешь, как дивный сад,  
Посаженный при тихих водах,  
И вечной жизни аромат  
Распростиришь среди народа.

Лидия Давыдова

## Любовь



В одном из своих писем американская поэтесса Эмили Дикинсон написала: «Любовь – самое надежное место». Эти простые, но глубокие по смыслу слова описывают одно из самых выдающихся качеств любви. Именно такое ощущение появляется у человека, который испытал на себе ее действие.

Любовь придает уверенности неуверенным и несет мир охваченным тоской. Одна из главных эмоциональных составляющих любви – душевное спокойствие от осознания того, что ты любим.

Человек, который любит и любим, ощущает уверенность, которую не даст ни психотерапевт, ни психоактивное вещество. Я знал людей, страдавших от мигрени, бессонницы, хандры, но стоило им влюбиться, как они сразу преображались.

На все это есть свои физиологические причины, потому что любовь несет радость, увеличивается количество эндорфинов в крови, человек испытывает удовольствие. Но это нечто большее, чем просто биологическое состояние. Человек, которого любят, эмоционально раскрепощен, он увереннее в себе, чем тот, кого не любят.

Любовь – надежное место. Поэтесса была совершенно права. Поэтому когда любовь рушится, когда влюбленные расстаются, жизнь становится тяжкой ношей. Развод вызывает высокий уровень стресса.

Влияние брака благотворно. Эмоциональная уверенность способствует самообладанию. Любовь защищает от печали, тоски и депрессии. Когда в отношениях обнаруживаются грусть и меланхолия, в них нет любви. Любовь делает нас лучше. Одиночные люди чаще болеют, больше подвержены депрессии, мнительны. Процент самоубийств выше среди людей, не состоящих в браке.

Женатые люди реже страдают от психологических и психических расстройств. Поэтому брак по любви благотворен. Он дает нам уверенность и помогает жить уравновешенной жизнью. Именно для этой цели Бог и сформировал брак.

Испытываешь ли ты уверенность, находясь в браке? Есть ли то, что ты можешь улучшить?



## МЫ РАЗВОДИМСЯ...



**К**огда я вернулся домой в тот вечер, моя жена накрывала на стол. Я взял ее за руку и сказал, что нам нужно поговорить. Она села и начала спокойно ужинать. И снова я увидел боль в ее глазах.

Вдруг я понял, что не могу ничего сказать, но я должен был сделать это. Я хотел развестись. Я спокойно поднял эту тему. Казалось, что жена совершенно не разозлилась. Она только спросила меня мягко: «Почему?».

Я не ответил. И это ее разозлило. Жена вдруг начала кричать, что я не мужчина. В тот вечер мы больше не разговаривали. Она плакала. Я знал, что ей хотелось узнать, что случилось с нашим браком. Но мне было сложно признаться, что мое сердце теперь принадлежит другой – Елене. Я больше не люблю жену, а просто ее жалею.

С глубоким чувством вины я составил документы на развод, в которых говорилось, что жене останется наш дом и машина. Она прочитала, а потом порвала на куски. Женщина, с которой мы прожили 17 лет, стала мне чужой. Мне было жаль, что она потратила на меня так много времени, но я не мог забрать свои слова обратно. Я любил другую. Жена снова заплакала. Этого я и ожидал. Для меня ее слезы были своего рода освобождением. Мысль о разводе, которой я был одержим последние несколько недель, становилась яснее и определеннее.

На следующий день я вернулся домой поздно и застал ее пишущей что-то за столом. Я не ужинал и сразу пошел спать, потому что сильно устал после насыщенного дня с другой. Когда я проснулся среди ночи, она все еще сидела за столом и писала. Но мне было все равно, поэтому я перевернулся на другой бок и снова уснул.

А утром жена ознакомила меня со своими условиями развода. От меня ничего не требовалось, лишь отложить развод на месяц. Она попросила меня попробовать пожить этот месяц

нормальной жизнью, приложить для этого все усилия. Причина была простой: у нашего сына начались экзамены, и она не хотела, чтобы он расстраивался из-за нашего разрыва.

Это меня устраивало. Но было еще одно условие: я должен был каждый день на протяжении этого месяца выносить ее на руках из комнаты до порога, как в день нашей свадьбы. Я подумал, что она сходит с ума. Но чтобы не портить отношения в наши последние дни вместе, я принял это странное требование.

Я рассказал Елене об условиях развода, которые поставила моя жена. Она рассмеялась и пренебрежительно сказала, что это абсурд. Елена считала: несмотря на то, что моя жена задумала, ей придется смириться с неизбежным.

У нас с женой не было никаких телесных контактов с тех пор, как я попросил о разводе. Поэтому в первый день, когда я нес ее на руках, это выглядело неуклюже. Наши сын стоял сзади и хлопал, радуясь тому, что папа несет маму. Жена тихо сказала: «Не говори сыну о разводе». Я кивнул, немного расстроившись. Я опустил ее на землю за входной дверью, и она пошла на работу. Я тоже поехал в офис.

На второй день нам обоим было легче. Жена крепко держала меня. Я чувствовал запах ее духов. Я понял, что уже долгое время не присматривался к этой женщине. Она уже не молодая. Мелкие морщинки на лице... Наш брак наложил на нее отпечаток.

На четвертый день, когда я взял ее на руки, то почувствовал, как близость возвращается. Эта женщина подарила

мне 17 лет своей жизни. На пятый и шестой дни я ощутил, как чувство близости становится все сильнее. Я не рассказывал об этом Лене. Так незаметно пролетел месяц. Возможно, ежедневные тренировки сделали меня сильнее.

И вот однажды утром жена искала, что же ей надеть. Она померила большое количество платьев, но так и не могла найти то, которое бы хорошо на ней сидело.

Жена вздохнула и сказала, что все платья стали ей велики. И я вдруг понял, как сильно она похудела. Наверное, поэтому мне было так легко носить ее на руках. Меня поразила мысль: «Сколько же горечи и боли в ней скрыто!». Непроизвольно я потянул руку и погладил ее по голове.

В этот момент вошел наш сын и сказал, что мне пора нести маму вниз. Для него вид отца, несущего на руках маму, стал неотъемлемой частью жизни. Жена попросила сына подойти и крепко обняла его. Я отвернулся, потому что боялся, что могу изменить свое решение в последнюю минуту.

Я взял ее на руки, она обняла меня за шею, а я прижал ее к себе еще сильнее. Это было так же, как в день нашей свадьбы. Только ее худоба сильно меня расстроила.

В последний день, когда я держал ее на руках, я не мог сделать ни шага. Наш сын ушел в школу. Я крепко обнял ее и сказал, что и не заметил, как из нашей жизни исчезла близость.

Я приехал в офис и выпрыгнул из машины, даже не закрыв дверь. Я боялся, что любое промедление может заставить меня изменить свое решение. Я поднялся наверх. Елена открыла дверь, и я сказал: «Прости, Лена, но я больше не хочу разводиться».

Она удивленно посмотрела на меня, а потом потрогала мой лоб. «У тебя температура?». Я убрал ее руку и сказал: «Прости, Лена, но я не буду разводиться. Мой брак был скучным, потому что я не ценил детали нашей жизни, а не потому, что мы уже не любим друг друга. Теперь я понимаю: как в день свадьбы янес жену на руках в дом, так должен носить ее на руках до тех пор, пока смерть не разлучит нас». Елена начала понимать смысл моих слов. Она дала мне пощечину, закрыла дверь и расплакалась.

Я спустился и уехал. По пути я заехал в цветочный магазин и заказал букет цветов для жены.

Флорист спросила, что написать на карточке. Я улыбнулся и написал: «Я буду носить тебя на руках каждое утро, пока смерть не разлучит нас».

В тот вечер я приехал домой с букетом цветов и улыбкой на лице и поднялся в нашу спальню. Моя жена лежала на кровати. Мертвая.

Она боролась с раком уже несколько месяцев, а я был так занят романом с Еленой, что даже не заметил этого. Жена знала, что скоро умрет, и хотела защитить меня от злости нашего сына, которая обрушилась бы на меня в случае развода. Главным для нее было, чтобы в глазах сына я остался любящим мужем...

Маленькие детали очень важны в отношениях. Это не дом, автомобиль или деньги в банке. Эти вещи создают среду, благоприятную для счастья, но сами по себе они не несут счастья.

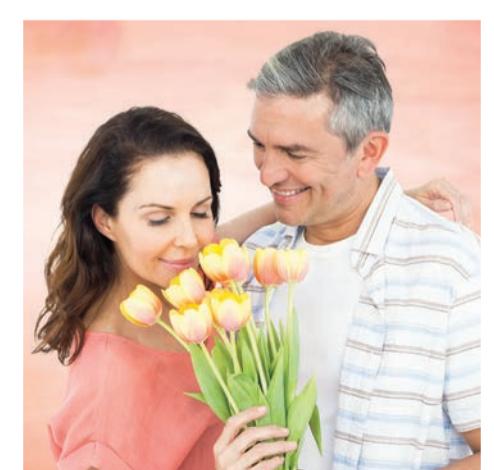
Находите время, чтобы быть хорошим другом для супруги/супруга, и уделяйте внимание мелочам, создающим близость между вами. И пусть ваш брак будет счастливым!

## БЛАГОСЛОВЕНИЯ

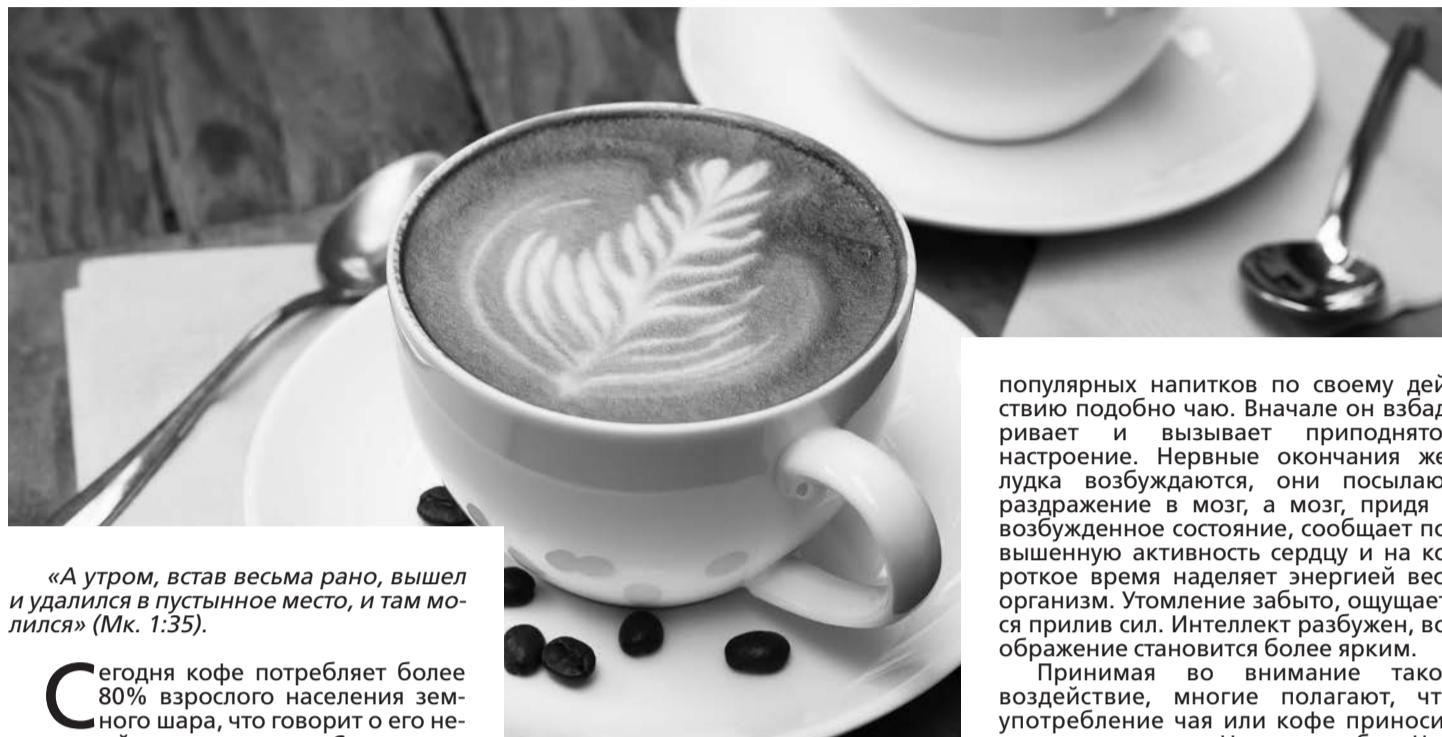
Благословения. Как много они значат, Когда мы их пред Богом произносим! Однажды получил его Иаков, Благословлял детей своих Иосиф.

Благословение – оно обогащает, Оно с собой печали не приносит. И потому мы вас благословляем И ваши имена Творцу возносим.

Ежедневно благословляйте своих детей!



# НАЧИНАТЬ ЛИ ДЕНЬ С КОФЕ?



«А утром, встав весьма рано, вышел и удалился в пустынное место, и там молился» (Мк. 1:35).

**С**егодня кофе потребляет более 80% взрослого населения земного шара, что говорит о его неизвестной популярности. Следует ли нам начинать день с ароматной чашки кофе, как твердит об этом реклама, или же лучше просто выпить воды?

Кофейные бобы содержат кофеин – вещество со слабыми наркотическими свойствами. Его химическое название – 1,3,7-триметилксантин. Кофеин ускоряет выработку гормонов стресса и оказывает возбуждающее действие на нервную систему. Большинство людей пьют этот напиток, чтобы получить заряд бодрости и энергии. Ежедневное употребление одной чашки кофе постепенно приводит к кофеиновой зависимости. Человек, длительно пьющий кофе, в первые дни после отказа от него чувствует раздражительность, головную боль, снижение настроения и работоспособности. Это так называемый синдром отмены. Вспоминается случай одной женщины, которая употребляла около 15 небольших чашек кофе в день. После отказа от этого напитка у нее началась сильная дрожь и ломота в теле, резкое ухудшение настроения и общего самочувствия. Не думаю, что кто-либо из нас испытывал бы подобное, если бы отказался на несколько дней от капусты, помидоров, яблок или других продуктов, которые мы употребляем каждый день. Кофеин – это наркотик, постепенно истощающий нервную систему, в нем нет ни калорий, ни каких-либо полезных веществ. Постоянное употребление кофе ведет к депрессии, тревожности и нарушению сна. Кроме того, кофеин стимулирует выработку желудком большого количества соляной кислоты, что нередко провоцирует развитие изжоги. Потребление кофе и напитков, содержащих кофеин, может привести к гастриту и язвенной болезни желудка.

Интересно, что кофеин обладает сосудосуживающим действием, поэтому некоторые люди с низким давлением пьют его, чтобы взбодриться. Если вы страдаете от гипотонии, лучше принимайте утром контрастный душ, это

придаст вам заряд энергии без побочных эффектов. У людей с нормальным и повышенным АД после приема кофе системическое давление может повышаться на 5-15 мм рт. ст., а диастолическое – на 5 мм рт. ст. В бобах кофе содержатся дитерпены – кафестол и кафеол, которые повышают концентрацию холестерина в крови. Регулярное употребление кофе увеличивает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний. Если бы 80% взрослого населения отказалось от этого притягательного напитка, то распространность ишемической болезни сердца снизилась бы на 9-14 %, а инсультов – на 17-24%!

Кофеин содержится не только в кофе. Вот приблизительное содержание кофеина в продуктах: молотый кофе (180 г) – 85-100 мг; растворимый кофе (180 г) – 65 мг; чай (180 г) – 40 мг; кока-кола (360 г) – 46 мг; пепси-кола (360 г) – 38,4 мг; какао (180 г) – 6-42 мг; черный шоколад (125 г) – 80 мг; молочный шоколад (125 г) – 20 мг.

Если вы приняли решение отказаться от кофе, помните, что первые 2-3 дня организм будет переживать синдром отмены, часто сопровождающийся головной болью. Для уменьшения чувства тяжести в голове используйте холодный компресс на лоб и лицо в течение 15-20 минут, повторяя его по необходимости несколько раз на протяжении дня. Холод приводит к рефлекторному сужению чрезмерно расширенных и переполненных кровью сосудов, ожидающих очередной порции кофеина. Постепенно сосуды привыкнут работать без стимулятора. Одновременно можно положить грелку к ногам или сделать горячую ванну для ног. Эта простая процедура поможет переместить избыток крови от головы к ногам. В качестве замены кофе пейте корень цикория или другие травяные настои. Если вы любите обычный чай, замените его южноафриканским чаем ройбуш, который не содержит кофеина.

Начиная каждый день с чашки кофе, мы хотим получить заряд бодрости, но рискуем закончить его инсультом или сердечным приступом. Лучше выпить утром чистой воды и получить заряд духовных сил в тихом общении с Богом. Так поступал Иисус: «А утром, встав весьма рано, вышел и удалился в пустынное место, и там молился» (Мк. 1:35). Никто не был так отягощен бременами и заботами и никто так не уставал, как Христос, но Он никогда не использовал какие-либо стимуляторы. В общении с Небесным Отцом Иисус обновлял физические и духовные силы, чтобы служить людям.

## БОЖЕСТВЕННЫЙ СВЕТ О ВЛИЯНИИ ЧАЯ И КОФЕ

«Итак, умоляю вас, братия, милосердием Божиим, представьте тела ваши в жертву живую, святую, благоугодную Богу, для разумного служения вашего» (Рим. 12:1).

«Чай действует как стимулятор и в определенной степени опьяняет. Действие кофе и многих других

популярных напитков по своему действию подобно чаю. Вначале он взбадривает и вызывает приподнятое настроение. Нервные окончания желудка возбуждаются, они посыпают раздражение в мозг, а мозг, придавленный в возбужденное состояние, сообщает повышенную активность сердцу и на короткое время наделяет энергией весь организм. Утомление забыто, ощущается прилив сил. Интеллект разбужен, воображение становится более ярким.

Принимая во внимание такое воздействие, многие полагают, что употребление чая или кофе приносит огромную пользу. Но это ошибка. Чай и кофе не дают организму питательных веществ. Эффект от их употребления возникает прежде, чем совершился процесс пищеварения и усвоения, и то, что кажется силой, на самом деле только нервное возбуждение. Когда влияние этого стимулятора проходит, неестественная сила ослабевает и вместо нее появляется соответствующая по степени вялость и ощущение слабости» (Э. Уайт. Служение исцеления, с. 326).

«Чай и кофе также вредны для организма. Чай в какой-то степени отравляет организм. Он медленно всасывается в кровь и постепенно уменьшает энергию тела и ума... Чай ослабляет нервную систему... Кофе воздействует на организм так же, как и чай, но его последствия бывают еще хуже. Он оказывает быстрое возбуждающее воздействие, но впоследствии наступает изнеможение и упадок жизненных сил и энергии. По внешнему виду человека можно безошибочно определить, что он увлекается чаем и кофе. Кожа приобретает болезненно-желтый безжизненный оттенок, с лица исчезает здоровый румянец.

Чай и кофе не питают организм. Они недолго снимают напряжение, пока желудок не переварит их. Это свидетельствует о том, что мнимый прилив сил, который чувствуют любители стимулирующих веществ, вызывается исключительно возбуждением нервных окончаний желудка. Они передают возбуждение клеткам мозга, которые вызывают учащенное сердцебиение и на какое-то время заряжают энергией весь организм. Но это ложная сила, причиняющая нам только вред. Кофе и чай не дают ни грамма здоровой силы.

Вторичным симптомом употребления чая является головная боль, беспокойство, учащенное сердцебиение, плохое пищеварение, нервный трепет и многие другие недуги» (Э. Уайт. Свидетельства для Церкви, т. 2, с. 65).

«Если же не отвыкнуть от этой привычки, то следует еще и постоянное уменьшение деятельности мозга и его ослабление» (Э. Уайт. Христианское воздержание и библейская гигиена, глава 3: «Влияние возбудительных средств»).

## НОЧНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ

«И ныне Я сокрушу ярмо его, лежащее на тебе, и узы твои разорву» (Наум. 1:13).

Марии Ивановне было около 60 лет. В санаторий она приехала на оздоровление вместе со своим маленьким внуком Ильешем. Женщина уже более 10 лет каждое утро выпивала небольшую чашечку кофе, а в течение дня могла пить и чай. Для нее это стало привычным и любимым занятием – начать день с этого горького ароматного напитка, дарящего моментальную бодрость. Собираясь в дорогу, она забывала взять его с собой и подумала, что как-то проживет 11 дней без кофе. В первый день женщина чувствовала себя достаточно неплохо и, кажется, совсем забыла, что очень любит этот напиток. Однако на второй день Мария Ивановна ощутила, что у нее почему-то сильно разболелась

голова. С этой проблемой она раньше сталкивалась нечасто.

– Наверное, из-за погоды болит, – сказала она. – Выпью таблетку цитрамона – и все будет нормально. Подозревая, что боль может быть связана с отказом от кофе, мы предложили ей сделать массаж головы и теплую ножную ванну.

После процедуры состояние женщины немного улучшилось, но сохранилась усталость и появилась раздражительность. Однако главные события произошли ночью. Вечером, когда все легли отдыхать, Мария Ивановна долго не могла уснуть. Ее внук мирно спал на другой кровати. Внезапно в ее ногах появилась какая-то ломота, затем начали дрожать руки. «Может быть, это начинается инсульт?» – подумала женщина. Но затем она догадалась, что это синдром отмены кофеина. Вскоре ломота распространилась на все тело и ощущалась достаточно сильно. Ее состояние можно было сравнить с острым периодом гриппозной инфекции. Руки и ноги просто выворачивались, ломило поясницу, а все тело периодически тряслось. Казалось, что эту «ломку» испытывает не городская интеллигентная женщина, а человек, имеющий длительный стаж сильной наркотической зависимости.

Мария Ивановна не могла больше лежать, она включила светильник и попробовала ходить. Илюша проснулся и с удивлением посмотрел на бабушку.

– Бабуля, ты чего ходишь? – спросил он ее.

– Допилась кофе, поэтому и хожу, – ответила женщина. Мальчик испуганно смотрел, как его бабушка в три часа ночи почему-то ходит по комнате из стороны в сторону. Он видел, как ее тело дрожжало. В это время купить кофе было негде, поэтому женщине ничего не оставалось, как просто терпеть. Сама Мария Ивановна была удивлена, напугана и до конца не могла поверить, что испытывает синдром отмены кофеина.

Через некоторое время женщина додумалась принять душ. Она выпила стакан воды и затем разогрела все тело под сильными струями горячей воды. Через некоторое время ей стало немного легче. Хорошо прогревшись около 15 минут, она ощущала, как внутренняя дрожь прошла и ломота в теле значительно уменьшилась. Укутавшись одеялом, она закрыла глаза и постаралась расслабиться.

Все это время Илюша не спал. Увидев, что произошло с бабушкой, он в конце этого происшествия испуганно, но уверенно сказал:

– Бабушка, когда я вырасту, то никогда не буду пить кофе.

– Правильно сделаешь, – ответила, улыбнувшись, женщина и добавила: – Когда я приеду домой, то сразу избавлюсь от этого напитка.

Через несколько дней в холле санатория врач читал лекцию о воздержании, в которой рассказывал, какое пагубное влияние кофеин оказывает на организм человека и что к нему возникает быстро привыкание. Бабушка с внуком, слушая лекцию, переглянулись, вспомнив о недавнем ночном происшествии, и твердо решили не пить кофе.





## ГДЕ СЛУШАТЬ?

- В Интернете 24/7 [radio.hope.ua](http://radio.hope.ua)
- Через приложения для Android и iOS
- На SoundCloud
- В офлайн-режиме через подкасты

**РАДИО,  
КОТОРОЕ  
ДАЕТ  
НАДЕЖДУ...**

Всегда на связи  
**0 800 30 20 20**

[radio.hope.ua](http://radio.hope.ua)



## ИЗУЧАЕМ БИБЛИЮ ВМЕСТЕ!

Заказывай  
бесплатный  
курс для себя  
и своей семьи

**0 800 30 20 20**  
(\*бесплатно  
с мобильных  
и стационарных  
телефонов Украины)

**БИБЛЕЙСКИЕ УРОКИ**

- «Верую» (укр./рус.)
- «Новая жизнь» (укр./рус.)
- «Удивительные факты» (укр./рус.)
- «Притчи Рабби Иисуса» (рус.)
- «Эммануил» (рус.)
- «Тайны пророка Даниила» (укр./рус.)
- «Discover» (рус.)

**УРОКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ**

- «Дивовижні пригоди» (укр.)
- «Твоя подорож» (укр.)

**УРОКИ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ  
И МОЛОДЕЖИ**

- «Формула жизни» (рус.)
- «10 вопросов к Богу» (рус.)

**УРОКИ ПО ПСИХОЛОГИИ  
СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ**

- «Когда любовь  
возвращается домой» (рус.)

**ВЕЧНОЕ СОКОРОВИЩЕ**

Ежемесячная христианская газета

**Издатель –** издательство  
«Джерело життя»

**Ответственный за выпуск –**  
директор издательства  
«Джерело життя»  
Василий Джулай

**Главный редактор**  
издательства  
Лариса Качмар

**Богословская экспертиза**  
доктор богословия  
Игорь Корещук

**Ответственный редактор**  
Яна Хорошко

**Корректор**  
Людмила Шаповал

**Дизайн и верстка**  
Артур Аптер

**Ответственная за печать**  
Тамара Грицюк

**Подписано в печать** 05.04.2018 г.

**Тираж:** 100 000 экз.

**Адрес:** 04071, г. Киев,

ул. Лукьяновская, 9/10А

**E-mail:** dzherelo@ukr.net;

**Тел.:** (044) 467-50-72

Редакция оставляет за собой право  
печатать материалы в дискуссионном  
порядке, не разделяя взглядов автора,  
а также редактировать и сокращать  
тексты. Рукописи не рецензируются и  
не возвращаются. Объявления, рекла-  
ма и письма читателей печатаются на  
языке оригинала. Переписка ведется  
только на страницах газеты. Ответ-  
ственность за содержание статей  
несет автор.

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

Наши реквизиты:

**Идентификационный код:**

ЄДРПОУ 19350731

**Адрес:** 04071, г. Киев,

ул. Лукьяновская, 9/10А

**Счет:** 26006149457

МФО 380805

**Наименование банка:**

«РАЙФАЙЗЕН БАНК АВАЛЬ» в г. Киев

**Свидетельство**  
о государственной регистрации  
Серия KB №8176 от 03.12.2003

**НАШ АДРЕС**

**КАЖДУЮ ПЯТНИЦУ 21:00**

НОВЫЙ СЕЗОН | НОВЫЕ ВЕДУЩИЕ | НЕОБЫЧНЫЕ ГОСТИ

**СУБОТНИЙ ВЕЧІР**

**ЗВОНИТЕ бесплатно по Украине**  
**0 800 30 20 20**

**СМОТРИТЕ**  
в кабельных сетях, на спутнике ASTRA 4A  
5° в.д. 12 284 M. SR 27 500, FEC 3/4

**ИЩИТЕ**  
в интернете  
**HOPE.UA**