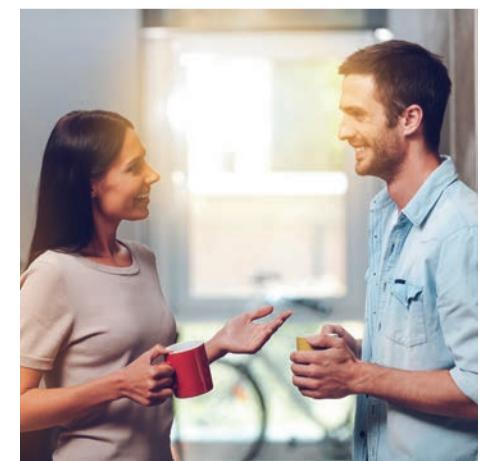
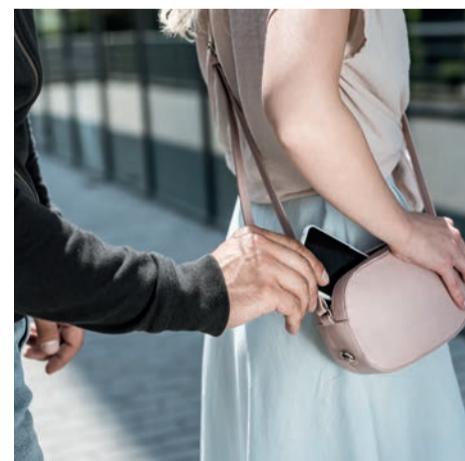
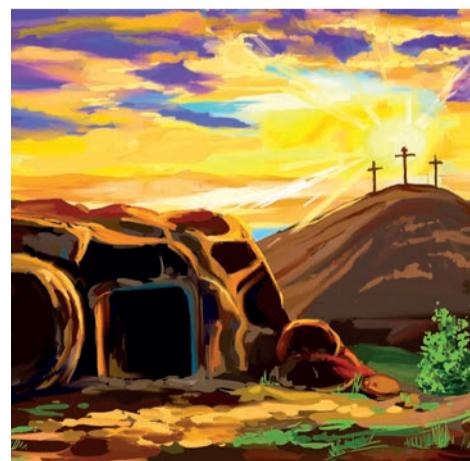




# ВЕЧНОЕ СОКРОВИЩЕ



ОНА  
УДИВИТЕЛЬНА

2

СПАСИ  
ЧЕЛОВЕКА

3

ВОСЬМАЯ  
ЗАПОВЕДЬ

5

ГОВОРИТЬ  
О ЛЮБВИ

10

## Небо

Бездонне небо, голубе до крику,  
І ні хмаринки – тільки синь та синь...  
Як вабить ця незміряно-велика  
Й незвідано-прекрасна височин!

А я стою і, дивлячись у небо,  
Безмежний наді мною океан,  
Роздумую: можливо, так і треба,  
Можливо, в цьому теж Господній план?

Все на Землі кінцеве і дочасне,  
Усе, що очі бачать, перейде.  
Таке воно нам рідне і прекрасне,  
Але кінець усьому все ж прийде.

І тільки небо – там кінця немає!  
Всі задивляються: дорослі і малі...  
І очі бачать те, що є безкрає,  
Єдине нескінченне на Землі.

Я знаю, що і небо проминеться,  
Зів'ється, як сувій, в вогні згорить...  
Бо все минає, тільки Слово застається,  
Безмежний простір згорнеться за мить.

Та знову буде Небо безкінечне!  
Тепер ще й вічне, з Богом і людьми!  
Безхмарне, мирне і таке безпечне,  
В якому, вірю, будемо і ми!

Тому було, напевно, вгодно Богу,  
Щоб, задивляючись у Божі небеса,  
Ми відчували радість і тривогу,  
Нас покоряли велич і краса.

І відчуваючи цей трепет незбагнений,  
І як притягнє небесна ця блакить,  
Відкрилось нам, що Бог благословенний  
Бажає, щоб ми з Ним могли там жити.

Бездонне небо, голубе до крику...  
І над тобою ця небесна синь...  
Запам'ятай цю істину велику:  
Двері у Небо відчиняє Син!

## А у вас бывають с Небом встречи

А у вас бывають с Небом встречи,  
От которых радость умножается,  
От которых сгорблленные плечи  
К благодатной жизни выпрямляются?

Встречи, направляющие к свету,  
Встречи, укрепляющие в Господе,  
Где слышны небесные ответы  
На неразрешенные вопросы все.

Ранним утром или поздним вечером  
Небо дарит сердцу вдохновение.  
Хорошо, что есть такие встречи,  
Встречи наивысшего значения!

А. Щеглов



# ОНА удивительна

**В**ека уходят,  
поколения  
меняются,  
а БИБЛИЯ остается  
неизменной.

Империи, династии восстают и падают – она пребывает. Агностики и глупцы цинично высмеивают ее – она неуязвима. Атеизм мечет громы и молнии – она несокрушима. Невежество и лженаука отрекаются от нее – она незаменима. С веками ценность ее не уменьшается, а увеличивается. Она является откровением Божиим для всех народов. Она содержит в себе сокровища вечной мудрости.

Она решает великие проблемы жизни и смерти.

Она снимает маску с самого ловкого лицемера.

Она направляет взор самого грешного человека к Небу.

Она стоит выше всех окружающих ее вековых наслоений.

Она отвечает на каждый вопрос души.

Она – источник, воды которого всегда чисты и обильны.

Она согревает сердца, застывшие в мирском эгоизме.

Она пробуждает совесть спящих во грехе.

Она возвышает и облагораживает послушных ее истинам.

Юность ли обращается к ней – она руководит.

Старость ли нуждается в трости – она поддерживает.

Голодная ли душа ищет пищи – она насыщает.

Слабость ли вызывает к ней – она облекает в силу.

Она указывает нам на нашу великую задолженность перед Богом.

Она размягчает каменное сердце грешника и сокрушает душу.

Она приводит нас ко Христу и возрождает к вечной жизни.

Читай ее – и будешь мудр.  
Доверься ее словам – и будешь СПАСЕН!

Удивительно устроен человек: он огорчается, когда теряет богатство, и равнодушен к тому, что безвозвратно уходят дни его жизни.

Наполеон Хилл,  
философ, журналист

**О**тличать важное от неважного – бесценное умение! Ведь понимая, что на самом деле стоит ценить, чем дорожить, человек будет по-настоящему доволен жизнью. Как этому научиться?

Не бежать по жизни сломя голову, а чаще останавливаться и задавать себе вопросы: зачем я живу? Чем мне нужно заниматься? Что для меня действительно важно? И тогда не придется на склоне лет жалеть о бесцельно прожитых годах, мечтая вернуть время вспять.

Прошлое не изменить. Сегодня есть только сегодня, и им нужно правильно распорядиться ради счастливого завтра.



## Спасти человека

**М**иллионы людей во всем мире веруют в Иисуса Христа, родившегося более 2000 лет назад. Они каждый год отмечают Пасху – праздник Его воскресения из мертвых. Иисуса Христа называют Спасителем. Почему?

### БЕДСТВИЕ

Спасать можно только тех, кто погибает. Иисус говорил, что пришел «взыскать и спасти погибшее» (Мф. 18:11). О ком Он говорил? О человечестве. Существует веская причина называть людей погибшими, и эта причина уходит корнями в самое начало истории, к нашим прародителям Адаму и Еве. Согласно Библии, Бог создал людей, дал им владычество на Земле и есть плоды всех деревьев, кроме одного, запретного: «...Ибо в день, в который ты вкусиши от него, смертью умрешь» (Быт. 2:17). Здесь слово «смерть» означает не только физическую кончину человека, но прежде всего духовную гибель.

Но первых людей соблазнил сатана в обличии змея, и они ели плоды запретного дерева. Адам и Ева стали первыми на Земле, кого постигли духовная смерть – разделение с Богом, вина – и смерть физическая. Кроме того, люди оказались рабами зла, совершая грехи, даже когда хотели делать добрые дела: «Доброго, которого хочу, не делаю, а злого, которого не хочу, делаю» (Рим. 7:19). Иногда люди искренне заблуждаются. Они считают: если никого не убили или не совершили каких-либо, по их мнению, злых дел, значит они живут безгрешной жизнью и у Бога к ним не будет вопросов. «За что мне каяться перед Богом? Я ничего плохого не сделал», – так

говорят многие. Но на самом деле не бывает грехов больших или маленьких.

Ложь, злоба, гордость, эгоизм, блуд – это не мелкие прегрешения, а самые настоящие грехи, которые могут привести к серьезным проблемам не только в этой жизни, но и не позволяют достичь вечности. Ад или рай – это реальность, которая ждет каждого человека. Где и с кем мы окажемся во время последнего суда, с Богом или без Него, зависит от того, примем ли мы при жизни помочь Господа, Его спасение и Спасителя. Ни одному человеку не под силу сбросить с себя бремя греховности. Освободить людей может только Спаситель. Спасителем мог стать только тот, кто обладал определенными качествами. Какими именно?

### | 1 Спаситель должен быть человеком

Поскольку грех пришел в мир через первого человека, Адама, то и искупление грехов также должно было произойти через человека (1 Кор. 15:21, 22). Поэтому Иисус явился миру, воплотившись как Человек, чтобы Своей смертью раз и навсегда искупить грехи всех людей (Евр. 7:27; 9:12).

### | 2 Спаситель должен быть потомком Адама и при этом безгрешным

В этом и состояла сложность: чтобы искупить своей смертью чужие грехи, человек сам не должен иметь грехов, а ведь все потомки Адама изначально грешники. Грешник не может искупить

грешников, как банкрот не может оплатить долги других разорившихся людей...

### | 3 Спаситель должен обладать силой для спасения человечества от грехов

Такую духовную силу дает чистота, отсутствие греха. Будучи Сыном Божиим и не имея первородного греха, Иисус с самого рождения жил согласно Божьему Слову. Он «не сделал никакого греха» (1 Пет. 2:22; Евр. 7:26).

### | 4 Спаситель должен любить людей

Иисус – Бог, Творец и Управитель всей Вселенной и всего, что есть в ней. Святой и безгрешный, Он принял чудовищную казнь через распятие, вынес все унижения, страдания и издевательства, которые заслужили грешники. И это свидетельствует о Его любви к нам.

Грех – это не невинная шалость, а преступление, зло. Поэтому прощение грехов людям может быть даровано только через пролитие крови, которая отождествляется с жизнью (Лев. 17:14; Евр. 9:22). В Ветхом Завете люди проливали кровь козлов и тельцов, принося их в жертву, чтобы загладить перед Богом совершенные грехи. Эти жертвы, конечно, не могли очистить сердца людей и обеспечить им оправдание, но они были прообразом будущей жертвы Христа.

### К ЖИЗНИ

Смерть Иисуса Христа стала уникальным событием в истории Вселенной: впервые умирал совершенно безгрешный Человек. Со времен Адама каждый человек был грешен, поэтому смерть людей являлась закономерной.

Иисус сделал все, что Он мог сделать как Спаситель. Осталось то, что можем сделать только мы: признать свои грехи, покаяться в них и принять искупление, которое даровал нам Иисус. Тот, кто уверовал во Христа, получает прощение грехов, мир с Богом и вечную жизнь в Божьем Царстве. Таков План спасения, который Господь предусмотрел для нас.

Ни самооправдание, ни большое самомнение, ни попытки своими силами стать святыми не могут спасти нас от греха, который внутри нас. Только Сам Бог может подарить нам праведность, потому что Он – единственный, Кто обладает этой праведностью. Как же Бог нам ее дает? Он называет праведниками тех, кто верует во Христа, посланного для нашего спасения.

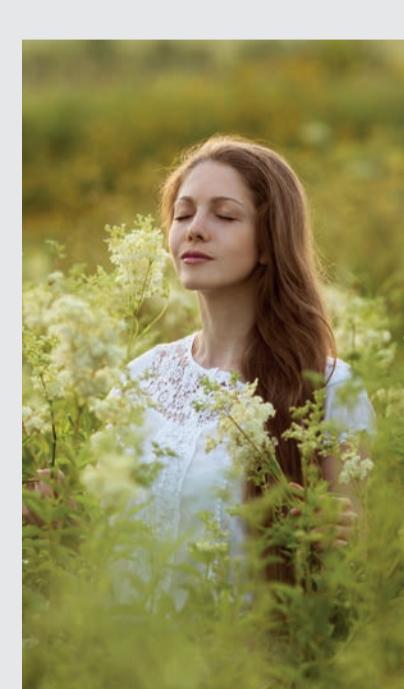
Иисус, Божий Сын, ставший Человеком, умер за наши грехи и воскрес для нашего оправдания. Он – наш единственный настоящий Спаситель.

Я так  
прагну  
в Небеса



Я так прагну в Небеса,  
Там оселя є свята.  
Це вітчизна неземна,  
Де панує доброта.  
Там не буде більше сліз,  
Буде радість, гарний спів.  
Не потомляться усі,  
Будуть вічно молоді.  
Наши болі всі минуть,  
І хвороби відійдуть.  
Сам Христос буде нам світлом,  
Словом, сонцем, тихим вітром.  
На Голгофі Він страждав –  
Цим любов нам показав.  
Тож схилиться всі в покорі,  
Бо Христос гряде вже скоро!

Аліна Ткачук



Жизнь во Христе – это умиротворенная жизнь. Скованность, неудовлетворенность и беспокойство выдают отсутствие Спасителя.

Э. Уайт

*Ум богатеет  
от того, что  
он получает*

Ум богатеет  
от того, что  
он получает.  
Сердце – от того,  
что оно отдает.

**Виктор Гюго,**  
писатель

**Н**аше сердце – это мышца. А мышцы рас- тут, когда напрягаются. Сердце отдыхает, когда получает понимание, внимание, теплоту, любовь. А напрягается – когда отдает: прощает, терпит, верит, делится, любит ближнего, как самого себя.

Мышечное напряжение часто ощущается как боль, но это боль созидательная, она делает нас сильнее. Так и с сердцем: отдавая что-то людям, мы часто делаем это из последних сил. Но потом мы способны уже на большее. Мы становимся сильнее, а наша душа – богаче.

## УСМИРЯЮЩИЙ ВОЛНЫ



**О**н был маленьким мальчиком не более трех лет от роду, с белокурыми локонами, развевающимися на ветру. В тот день на пляже он привлек всеобщее внимание. Мальчик строил кривобокие замки из песка и звонко смеялся. Это был очень искренний смех, проявление неподдельной радости.

Мы отправились на пляж, надеясь отдохнуть от суматохи, ставшей частью нашей жизни. Это был именно тот пляж, на котором мой муж впервые меня обнял, делая вид, что хочет просто показать проплывающий корабль. Именно здесь он признался мне в любви. Но время светлых мечтаний закончилось. Дни были омрачены многочисленными проблемами: с работой, деньгами, здоровьем и даже вторжением смерти в наш только что созданный мирок.

Громкие крики прервали мои размышления. Обернувшись, я увидела двух серфингистов, свободно скользящих по высоким волнам. Какие волны! Они снова и снова с силой обрушивались на берег. Я подумала о том, что боль потери и многочисленные проблемы обрушаются на наши жизни, словно огромные волны. Прилив едва ли дает нам время перевести дух, прежде чем обрушится следующая волна.

Я снова повернулась к маленькому мальчику и смотрела, как он подходит ближе к берегу. Вода коснулась его ног, и он отпрыгнул от удивления. Потом малыш робко подошел к воде снова. Наконец, победив страх, он уверенно вошел в воду, а морская пена мягко окружала его ножки. Мальчик понял, что волны могут доходить только до определенного уровня. Его улыбка говорила об этом.

Я вспомнила об обещании, которое относится к нашей жизни: «*Верен Бог, Который не*

*попустит вам быть искушае-мыми сверх сил» (1 Кор. 10:13). Наш Отец является Повелителем волн. Если мы будем ежедневно просить об этом, Он не позволит волнам нас захлестнуть.*

**Благодарение  
нашему Небесному  
Отцу за то, что, хотя  
мы переживаем  
сложные времена и  
встречаемся со скор-  
бью на этой Земле,  
Он крепко держит  
нас в Своих руках,  
позволяя нам расти,  
и следит, чтобы ни-  
что не причинило  
нам вреда. Спасибо  
Тебе, Повелитель  
волн.**

**К. Т.**



Всякий пусть  
метет перед сво-  
ей дверью. Если  
каждый будет так  
делать, вся улица  
будет чиста.

**Лев Толстой,**  
писатель

Эта истина стара как мир, но ее почему-то часто забывают. Нереально изменить мир, не меняя себя. Можно много, долго и красиво говорить о том, как все должно быть, но, если не начать воплощать это на практике, слова так и останутся словами. А «грязная улица» (наша жизнь) так и будет полна греховного мусора.



Не тратьте драгоценных моментов на ссоры и выискивание ошибок друг у друга. Это нарушает ваше собственное счастье...

**Э. Уайт**



## ВОСЬМАЯ ЗАПОВЕДЬ

Виктор Вертыло

**«Кто заповеди хранит – сохранит и жизнь; кому ненавистно слово Господне – тот погибнет» (Притч. 19:16; перевод Кулакова).**

**В** нашей жизни мы много чего приобретаем, но что-то и теряем по своей вине и халатности или у нас воруют.

Соломон говорит, что мы приобретаем знания о Законе и живем по заповедям силой Иисуса Христа. Он пишет, что мы должны хранить заповеди. Почему хранить? Неужели их можно потерять?

Вспомните, например, седьмую заповедь («Не прелюбодействуй»). Верность надо хранить, ведь если вы ее потеряете, то нарушите заповедь и в конечном итоге погибнете. В книге Откровение сказано: «**Се, гряду скоро; держи, что имеешь, дабы кто не восхитил венца твоего»** (3:11). По сути, дьявол – вор Бога из наших сердец. «**Вор приходит только для того, чтобы украсть, убить и погубить.** Я пришел для того, чтобы имели жизнь и имели с избытком» (Ин. 10:10). План Бога – вернуть, подарить, спасти жизнь.

**Восьмая заповедь гласит: «Не кради» (Исх. 20:15).**

Кто такие воры? Вот неформальное определение: «Это люди с необычной профессией, они находят вещи раньше, чем другие успевают их потерять». Среди воров есть много категорий: карманники, домушники, фортовичи, клофелинщики (воруют, подсыпав клофелин в чай/сок и пользуясь тем, что жертва находится в состоянии опьянения), налетчики, коно-крады, медвежатники, сумочники и т. д. Не так давно у моего сына в трамвае украли хороший телефон. А у меня вскрыли автомобиль и украли магнитолу. Я думаю, многие пережили подобные негативные опыты. Воруют не только мелкие вещи, но и автомобили, похищают детей, взрослых людей. В Киеве за последние два года количество краж возросло в 2,5 раза. Как бы изменился мир, если бы никто не крал!

Ограды, заборы, замки, бронированные двери, решетки на окнах, сейфы, сигнализации, противоугонные приспособления для автомобилей, сторожа, охранники... Сколько можно было бы сэкономить денег, если бы люди не нарушали восьмую заповедь!

Поделюсь с вами одной историей.

Это было в те годы, когда сажали за горсть колосков...

На одного мужчину поступила анонимка, что он ворует с завода. Стали за ним следить, чтобы поймать с поличным. Выяснили, что мужик работает подсобником и регулярно вывозит на тачке мусор с территории завода. Естественно, решили, что он что-то вывозит вместе с мусором. Несколько раз его останавливали и проверяли содержимое тачки. Ни разу

ничего, кроме мусора, не находили. В конечном итоге отступились и закрыли дело.

Прошли годы... И вот однажды следователь, который вел это дело, встретился с тем мужчиной. Разговорились... Следователь напомнил тот случай:

– Слушай, срок давности уже прошел, скажи, воровал ты или нет?  
– Воровал.  
– Но что же ты воровал? У тебя же ничего не находили!  
– А я тачки воровал.

Сегодня немного другая ситуация: кто-то ворует по-крупному – миллионы, миллиарды долларов, и это очень модно обнародовать в СМИ. А у бедных людей срабатывает «синдром сравнения»: по сравнению с ними то, что я делаю, это еще не воровство. Этот «синдром сравнения» срабатывает и в других грехах: если ему можно, то почему мне нельзя? Такими мыслями сегодня нас успокаивает дьявол, и наша совесть засыпает, нас не беспокоит то, что мы грешим.

**Существует огромный список видов воровства. Вот некоторые из них:**

**■ Мелкий бизнес** – обвещивание, неверные весы; крупный бизнес – финансовое мошенничество, миллионные аферы.

**■ Утаивание найденной вещи,** особенно когда ты знаешь хозяина, например, нашел телефон или кошелек с документами; скопка краденных товаров по невысокой цене.

**■ Плагиат:** присваивание авторства песни, стихотворения или книги; воровство патента (изобретения).

**■ Воровство славы:** присвоение славы за счет победы или труда другого. Так даже бывает с Богом: Он творит чудеса, а мы присваиваем заслуги себе.

**■ Воровство времени.** Наша непунктуальность – это тоже воровство. Мы крадем время у семьи, когда долго сидим в социальных сетях.



**■ Если мы работаем в субботу,** то нарушаем не только четвертую заповедь, но и восьмую: мы крадем совместно спланированное времяпровождение с Богом.

**■ Воровство непосредственно у Бога:** «**Можно ли человеку обкрадывать Бога? А вы обкрадываете Меня. Скажете: “чем обкрадываем мы Тебя?” десятиною и приношениями. Проклятием вы прокляты, потому что вы – весь народ – обкрадываете Меня.**

**Принесите все десятины в дом хранилища, чтобы в доме Моем была пища, и хотя в этом испытайте Меня, говорит Господь Саваоф: не открою ли Я для вас отверстий небесных и не изолью ли на вас благословения до избытка?»** (Мал. 3:8-10). Если мы не возвращаем десятины в церковь и не делаем пожертвований, таким образом мы обкрадываем Самого Бога.

Любое воровство происходит перед глазами Бога. Чаще всего люди думают, что они воруют тайно, незаметно, но именно в таких случаях лучше всего вспоминать Бога всевидящего.

Существует притча о том, как отец взял сына на «дело», собираясь кое-что украсть. Отец посмотрел вправо – никого, потом влево – никого, назад, вперед – и там никого. Потом он говорит сыну: «Можно, никто не видит». А сын его спрашивает: «А ты вверх, на небо, посмотрел? Ведь оттуда Бог всегда и все видит».

Кто страдает от кражи? Тот, у кого украли, – в этой жизни, но тот, кто украл, утратит жизнь вечную. «**Ни воры, ни лихоимцы, ни пьяницы, ни злоречивые, ни хищники – Царства Божия не наследуют**» (1 Кор. 6:10). В этой жизни многих воров уже ждет наказание. Воровство преследуется государственными законами. Человека могут оштрафовать, арестовать или его просто может замучить совесть.

Вор стал предателем Иисуса Христа. «**Сказал же он это не потому, чтобы заботился о них, но потому, что был вор: он имел при себе денежный ящик и носил, что туда опускали**» (Ин. 12:6). Воровство привело к предательству Бога. Иисус боролся за спасение Иуды, давая ему шансы передумать.

Мы все иногда грешим, нарушая восьмую заповедь, и поэтому Бог призывает нас к радикальному решению: «**Кто крал, вперед не кради, а лучше трудись, делая своими руками полезное, чтобы было из чего уделять нуждающемуся**» (Еф. 4:28).

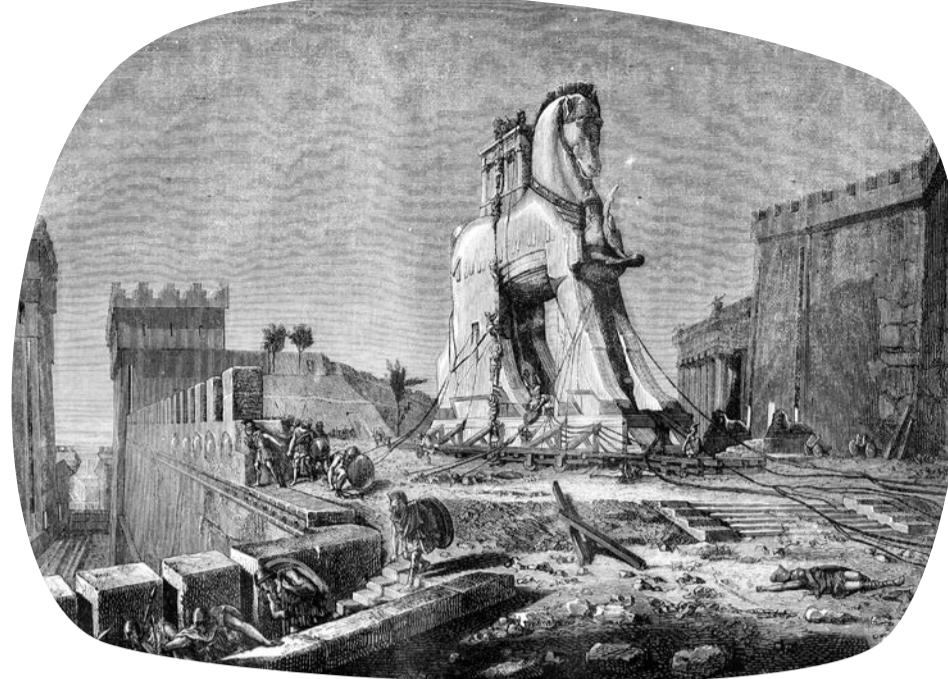
Наш путь к спасению лежит не через формальное соблюдение Закона, а через Иисуса Христа. «**Истинно, истинно говорю вам: кто не дверию входит во двор овчий, но перелазит инде, тот вор и разбойник... Я есмь дверь: кто войдет Мною, тот спасется, и войдет и выйдет, и пожитый найдет**» (Ин. 10:1, 9).

## Услышь!

**В** те времена, когда телеграф был самым быстрым средством связи, один молодой человек хотел получить работу оператора азбуки Морзе. Он в совершенстве владел необходимыми навыками и, когда прочитал в газете объявление о свободной вакансии, отправился по указанному адресу. Добравшись, он вошел в большой зал, наполненный шумом и треском, где можно было различить и стук телеграфа. Табличка на столе секретаря сообщала, что претенденты должны заполнить специальный бланк и ждать, пока их пригласят в кабинет. Молодой человек заполнил бланк и сел в приемной рядом с несколькими другими претендентами. Через несколько минут он встал, прошел через комнату и зашел в кабинет. Другие претенденты начали переглядываться, не понимая, что происходит, ведь никто из них не слышал вызова. Они думали, что молодой человек ошибся и что ему будет отказано. Но через несколько минут управляющий заведением вышел с молодым человеком из кабинета и сказал всем остальным претендентам: «Господа, спасибо вам, что пришли. Но мы только что взяли на работу этого парня».

Другие претенденты начали выражать недовольство: «Как же так? Ведь он пришел последним. Кроме того, с нами даже не провели беседования. Это несправедливо!». Управляющий сказал: «Извините, но все время, пока вы здесь находились, телеграф отбивал азбукой Морзе следующее сообщение: "Если вы понимаете это сообщение, зайдите в кабинет и получите работу". Никто из вас, кроме этого парня, не услышал и не понял сообщения. Поэтому он вполне справедливо получил работу».

Мы живем в мире, где мало кто слышит, что говорит Господь. Некоторые пытаются прислушиваться, но их отвлекают шум и суета окружающего мира. Так много разного происходит вокруг, и все стремится завладеть нашим вниманием. Но если среди всего этого шума мы слышим Бога, то, не отвлекаясь ни на что, должны сконцентрировать свое внимание на Нем и Его Слове.



## Троянская доверчивость

Ярослав Савковский

**З**наменитая греческая легенда гласит, что на десятом году Троянской войны греки, безрезультатно пытавшиеся взять Трою, решили прибегнуть к военной хитрости. По предложению Одиссея был сооружен большой деревянный конь, внутри которого спрятался небольшой отряд из солдат во главе с самим Одиссеем. Остальная армия погрузилась на корабли и отплыла в море, чтобы усыпить бдительность защищавших город. На берегу остался только лазутчик Синон, которому удалось убедить троянцев, что, если забрать коня в город, Трое будет гарантировано покровительство богини Афины и полная безопасность. Троянцы поверили обману и втащили коня в город. Ночью Одиссей со своими солдатами выбрался наружу и изнутри открыл главные городские ворота – прямо навстречу вернувшейся армии греков. Троя пала, а словосочетание «троянский конь» стало обозначать некое приобретение, которое, изначально имея все признаки приятного или полезного, на самом деле приводит к неминуемой гибели.

**Современные раскопки Трои показали, что около 1260 г. до н. э. город действительно испытал длительную осаду и был разрушен, что является подтверждением факта его поражения в войне против Греции.**

Согласно легенде, Трою погубила доверчивость и недальновидность. Кто-то может сказать, что это была просто глупость. Может быть, но как тогда расценивать поступки тех, кто точно так же, как троянцы открыли ворота своего города перед деревянным конем, распахивает двери сердца навстречу греху?

Троянцы вошли в историю как доверчивые люди, но кто сказал, что наши соотечественники менее доверчивы? Не секрет ведь, каким источником обогащения для своих владельцев служат, к примеру, заводы, выпускающие разные виды алкоголя, табачные фабрики или залы игровых автоматов. Существует достаточно хороший спрос и на различные лотереи, на гадалок и целительниц, если все эти «услуги» так быстро множатся в нашей стране и так широко рекламируются.

**«Не все то золото, что блестит»** – гласит народная мудрость. В ней отголосок библейской мудрости: **«Есть пути, которые кажутся человеку прямыми; но конец их – путь к смерти»** (Притч. 14:12).

Если бы люди хотя бы немного пытались отличить, что правильно и полезно, а что нет, то не оказывались бы так часто в плену греха. Грех же неминуемо приводит к смерти: **«Ибо возмездие за грех – смерть...»** (Рим. 6:23).

Греховные мысли и поступки так часто рекламируются как правильные и богоугодные, что становятся стандартом мышления и поведения. Когда же речь заходит о Божьих Заповедях, то их понимание просто подгоняется под уже установившиеся стандарты жизни общества.

Оказывается, Писание осуждает доверчивую простоту: **«Глупый верит всякому слову, благородный же внимателен к путям своим»** (Притч. 14:15). Если

бы люди хотя бы иногда пытались отличить, где истина Евангелия, а где нет, то не оказывались бы так часто обмануты различными религиозными лжеучениями. Некоторым людям, наверное, просто нравится, когда их обманывают.

Вместо того чтобы использовать данный нам Богом разум (именно то, что отличает нас от всего остального земного Божьего творения), мы часто с готовностью верим всему и радостно, на собственных же руках тащим к себе в дом (или в душу) очередного «тroyянского коня».

Писание нигде не говорит, что мы должны быть недоверчивыми и подозрительными, но оно указывает на полезность осмотрительности и дальновидности в принятии представляемых нам понятий.

Если бы Синон из греческой легенды жил сегодня, он, наверное, стал бы знаменитым экспертом в области рекламы. Надо же было так убедить троянцев в том, что именно в коне их единственная надежда, что они, не долго думая, сами втащили его в город! Мы редко бываем в ситуации, когда нас вынуждают греховать. В большинстве случаев мы просто поддаемся искушению по собственному желанию. Сатана не заставлял Адама и Еву, не заставляет он и нас. Он просто хороший маркетолог.

Иногда сатана обращается к нам именно через тех, кого мы готовы слушать: через наших лучших друзей, может быть, даже через родственников. **«Отойди от Меня, сатана, – сказал Иисус, обращаясь к апостолу Петру, – потому что думаешь не о том, что Божие, но что человеческое»** (Мф. 16:23). Речь здесь идет не о том, что в Петра вселился злой дух. Просто он по своей слабости и непониманию говорил то, что было угодно сатане. Иисус не поддался искушению.

**Так стоит ли доверять людям?  
Безусловно, но только прежде проверив их утверждения мудростью Божьего Слова!**



ТВ-программа на АВГУСТ (02.08 – 08.08)

HOPE.UA



## В КОНТЕКСТИ

Будь всегда в теме

КАЖДЫЙ ПОНЕДЕЛЬНИК В 18:00

НА ТЕЛЕКАНАЛЕ «НАДІЯ»

<b>ВОСКРЕСЕНЬЕ 2 АВГУСТА</b>
07:30 2Я – одне життя
08:00 Мозаїка батьківства
08:20 Диванчик
08:30 Розкопуючи минуле
09:10 Мозаїка батьківства
09:40 Диванчик
10:00 The Efir
10:30 КоМарко
10:40 Мозаїка батьківства
11:00 2Я – одне життя
11:30 Розкопуючи минуле
12:00 Богослужіння
13:00 The Efir
13:30 Розкопуючи минуле
14:00 Друге дихання з Сергієм Степанюком
15:10 Мозаїка батьківства
15:30 Крах сатанинської імперії (сурдо)
16:00 Є проблема (сурдо)
16:30 Біблія продовжує говорити (сурдо)
17:00 В контексті
18:00 Богослужіння
19:00 The Efir
19:30 КоМарко
19:40 Мозаїка батьківства
20:00 Ломастер
20:20 Віті Надії
21:10 Інша сторона
22:00 The Efir
22:30 Друге дихання з Сергієм Степанюком
23:30 Розкопуючи минуле

<b>ВТОРНИК 4 АВГУСТА</b>
07:00 Ранок Надії
08:50 КоМарко
09:00 The Efir
09:30 Друге дихання з Сергієм Степанюком
10:30 Ранок Надії
12:20 Сложных текстов нет
12:30 Біблія продовжує говорити
13:00 Є проблема
13:40 ЧП+
14:00 2Я – одне життя
14:30 Мозаїка батьківства
14:50 The Efir
15:20 Інша сторона (сурдо)
16:00 Біблія продовжує говорити (сурдо)
16:30 Розкопуючи минуле
17:00 Так промовляє Біблія
17:30 Сложных текстов нет
18:00 Біблія продовжує говорити
19:00 Друге дихання з Сергієм Степанюком
19:30 Розкопуючи минуле
20:00 The Efir
20:30 КоМарко
20:40 Диванчик
21:00 Сложных текстов нет
21:20 Є проблема
22:00 Мозаїка батьківства
22:40 Біблія продовжує говорити
23:00 Сложных текстов нет
23:30 Розкопуючи минуле

<b>ЧЕТВЕРГ 6 АВГУСТА</b>
07:30 ...є Любов
08:00 ДЖЕМ
08:50 КоМарко
09:00 The Efir
09:30 Друге дихання з Сергієм Степанюком
10:30 Антискептик
11:00 ...є Любов
11:30 ДЖЕМ
12:20 Є проблема
12:50 Диванчик
13:00 Інша сторона
13:40 ЧП+
14:00 В контексті
15:00 2Я – одне життя
15:30 Нагорная проповедь и современная этика
16:00 Сложных текстов нет
16:40 Інша сторона
17:20 Диванчик
17:30 2Я – одне життя
18:00 The Efir
19:00 Віті Надії
19:30 2Я – одне життя
20:00 Друге дихання з Сергієм Степанюком
21:00 Є проблема
21:30 Біблія продовжує говорити
22:00 В контексті
23:00 Сложных текстов нет
23:30 Розкопуючи минуле

<b>СУББОТА 8 АВГУСТА</b>
07:40 Сложных текстов нет
08:00 2Я – одне життя
08:30 The Efir
09:00 Счастливой субботы
09:50 В контексті
10:50 Розкопуючи минуле
11:30 Богослужіння
12:30 The Efir
13:00 Є проблема
13:30 Розкопуючи минуле
14:10 Біблія продовжує говорити
14:40 ...є Любов
15:10 Богослужіння
16:10 Рожеві окуляри (сурдо)
16:30 Богослужіння
17:20 Є проблема
17:50 Диванчик
18:00 Розкопуючи минуле
18:30 The Efir
19:00 Є проблема
19:30 Друге дихання з Сергієм Степанюком
20:30 В контексті
21:30 Інша сторона
22:20 Розкопуючи минуле
23:00 Сложных текстов нет
23:30 The Efir

<b>ПЯТНИЦА 7 АВГУСТА</b>
07:30 ...є Любов
08:00 ДЖЕМ
08:50 КоМарко
09:00 The Efir
09:30 Друге дихання з Сергієм Степанюком
10:30 Антискептик
11:00 ...є Любов
11:30 ДЖЕМ
12:20 КоМарко
12:30 Друге дихання з Сергієм Степанюком
13:30 Є проблема
14:00 ЧП+
14:10 Інша сторона
15:00 Рожеві окуляри
15:20 Так промовляє Біблія
16:00 Біблія продовжує говорити
16:30 Інша сторона
17:20 Рожеві окуляри
18:00 Біблія продовжує говорити
18:30 The Efir
19:00 Є проблема
19:30 Друге дихання з Сергієм Степанюком
20:30 В контексті
21:30 Інша сторона
22:20 Розкопуючи минуле
23:00 Сложных текстов нет
23:30 The Efir

\*Возможны изменения. Актуальная программа на сайте hope.ua. Телеканал оставляет за собой право внесения изменений в телепрограмму.

**НАДІЯ**  
ТЕЛЕКАНАЛ

НА СПУТНИКЕ В КАБ. СЕТЯХ

ASTRA 4A ВАШЕГО ГОРОДА

SMART TV НА МОБ. ПРИЛОЖ.

LG, PHILIPS, SAMSUNG IOS, ANDROID

**0 800 30 20 20**  
Бесплатно по Украине

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

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

Изучайте Библию  
вместе с нами online на сайте  
**bible.ua**


**«Ожидающие»**Документальный фильм  
об адвентистах с информационным  
буллетом\*Их численность по всему миру в более  
чем 200 странах составляет около  
25 млн человек и продолжает стре-  
мительно расти с каждым годом. Они  
считают Библию Словом живого Бога,  
ведут активную благотворительную  
деятельность, уделяют большое  
внимание физическому и духовному  
здравию. Почему же они называют  
себя «Ожидающие»?**30 грн**\*Количество экземпляров ограничено  
1 DVD// Язык: укр/русЗаказать диски Вы можете  
по телефонам горячей линии  
или по адресу: zakaz@hope.ua; а/я 36,  
Киев – 71, 04071, Украина



# Зачем верить в Бога?

**М**ногие люди задавались этим вопросом и нашли для себя ответы. Ответы не книжные, а жизненные, из личного опыта. Но прежде чем говорить о вере, надо понять: а что же это такое?

## ЧТО МЫ ЗНАЕМ?

Иногда представление о вере у человека складывается так же, как у детей представление о взрослой жизни: что-то увидел в кино, где-то подглядел, услышал... А потом по-своему понял и решил: «Теперь я точно знаю!». Вот так же многие из нас «точно знают», что вера – это посещение могил предков по особым дням, а еще визиты в церковь по праздникам, чтобы поставить свечки. Следование религиозным правилам, внешние приличия, традиции...

Помните героя детской сказки Буратино? Он тоже «точно знал», что старый холст в доме папы Карло – просто тряпочка с рисунком, за которой ничего нет. При этом Буратино увлеченно искал заветную дверь в лучшую жизнь... и не мог ее найти. Но оказалось, что именно там, за привычной картинкой, находится та самая дверь, за которой целый новый мир! Оказалось, что старый холст был лишь завесой, а приоткрыл ее, герой увидел то, что давно искал: большие возможности, реализованные мечты, решение своих проблем, лучшее будущее.

Так бывает и с нашим «знанием» о вере: мы можем думать, что несколько записанных молитв, наличие в доме иконы и посещение церковных служб – это все, что нужно, чтобы считаться

верующим человеком. Мы смотрим на внешнее и поэтому видим только «старый холст». Нам кажется, что вера относится к периоду «после смерти», а не к нашей теперешней жизни. Но если мы отодвинем свои «знания» в сторону, снимем «старый холст» своих мнений и посмотрим в первоисточник – Библию, то очень удивимся! Мы увидим, что вера имеет прямое отношение к нашей сегодняшней жизни. Священное Писание может помочь нам во всем, в том числе в насущных делах – здесь и сейчас. Ведь Бог – Тот, Кто дал нам жизнь. И Он знает, как сделать ее счастливой.

Сам Иисус сказал: «**Я пришел для того, чтобы имели жизнь и имели с избытком**» (Ин. 10:10).

## ЗДОРОВЬЕ

Для некоторых людей никакой «избыток жизни» невозможен, пока не в порядке очень важная ее часть – здоровье. Когда Елизавете поставили диагноз «рак», кажется, у нее должна была начаться паника... но нет. Эмоции были настолько ровными, что она сама удивилась: «Умом осознавала, что это страшно, но в сердце были такой мир и покой, словно мне сообщили, что у меня всего лишь насморк». Не появилось отчаяние, не сковал страх. «Конечно, на ум приходили разные мысли, – вспоминает Елизавета, – но я твердила: Господь, Ты со мной, и с Тобой я через все пройду!». Почему женщина была так в этом уверена?

Елизавета читала Библию и знала: Бог может даровать спасение, поддержку, исцеление... Из Евангелия она узнала, что Христос

победил всякое зло: грех, смерть, болезни, а человек, верующий в Него, тоже может одержать победу. Поэтому она говорила о себе словами из Писания: «**Не умру, но буду жить и возвещать дела Господни**» (Пс. 117:17).

За женщину много молились и родные, и христиане в церкви, и она сама. Преодолевать болезнь было непросто. Но в ответ на сомнения, боль и недомогание она старалась еще больше наполнять ум Божиим Словом: «Я начала говорить и себе, и своей болезни, что я не принимаю негативных прогнозов. У меня есть Божьи обетования, и только этому я буду верить. Я молилась – и атмосфера менялась, появлялись радость и вера, что Бог не подведет». Вера Елизаветы была не просто соблюдением ритуалов и обрядов, она была ежеминутной частью жизни: мыслей, слов, поступков. Вспоминая о том времени, женщина говорит: «Я поняла главное: важно не давать негативным мыслям укорениться в голове. Не надо рассуждать, нужно сразу же угашать их "огонь" щитом веры, а потом побеждать Словом Божиим. Исцеление – это реальная духовная война и реальная победа».

Через полтора месяца женщина назначили МРТ, которая показала: опухоль уменьшилась. Через восемь месяцев Елизавета еще раз сама пришла на магнитно-резонансную томографию, чувствуя себя к тому моменту пре-восходно. После анализов врач спросил: «А почему вы пришли? У вас какие-то проблемы?». «Вообще-то, у меня рак», – сказала Елизавета. И услышала в ответ: «У вас нет ничего, вы здоровы». На вопрос, что спасло ее от смерти, Елизавета отвечает: «Реальные крепкие отношения с Богом».

## РАБОТА

Одна из заповедей жизни по-христиански гласит: «**Все, что делаете, делайте от души, как для Господа, а не для человеков**» (Кол. 3:23). Что бывает с теми, кто следует этому Божьему совету? В фирме, где работал Сергей, случилось ЧП. Ушел сварщик, обидевшийся на начальство. А он единственный знал особый алгоритм сварки деталей для очень важного заказа и унес тайну технологии с собой, никому не сообщив ее перед уходом. Контракт горит, время идет... Что делать? Сергей принял близко к сердцу трудности в фирме и заявил: «Я попробую найти нужный режим сварки».

У прежнего сварщика на поиск правильной технологии ушло не меньше месяца. У них столько времени не было, но все же в фирме решили попробовать. Сергей, его семья и верующие друзья молились, чтобы все было хорошо и задача вовремя решилась. Было не просто, Сергей надолго оставался после работы, чтобы понять, как все должно работать. В итоге схема была найдена! Заказ осилили вовремя. А Сергей получил место прежнего сварщика с хорошей

зарплатой. Когда мы надеемся, что наши старания заметят люди, наши надежды могут не оправдаться. Но если мы делаем свою работу от души, потому что доверяем Слову Бога, Он устроит обстоятельства так, чтобы старания были вознаграждены.

## СЕМЬЯ И ДЕТИ

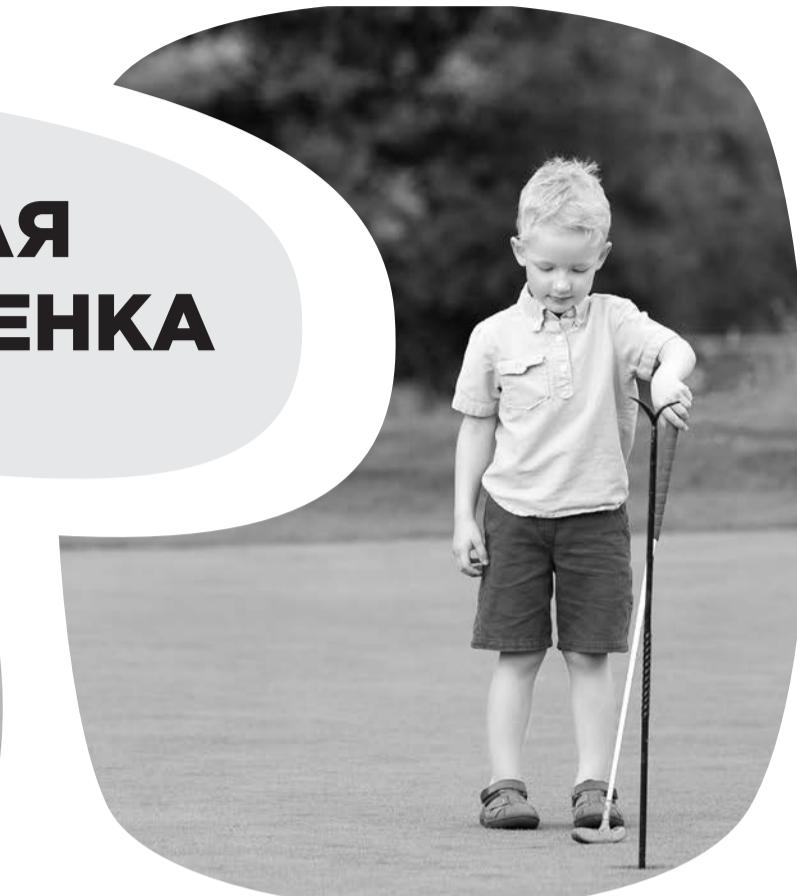
В Библии сказано, что «**Бог есть любовь**» (1 Ин. 4:16). Его заповеди – это заповеди любви. И тот, кто старается исполнять эти заповеди, применяя их в семейной жизни, в воспитании детей, может сохранить, восстановить, а иногда даже сотворить любовь в своей семье, вернуть к нормальной жизни своих детей. Когда Нине было 47 лет, она узнала страшную новость: ее сын – наркоман. Это было как гром среди ясного неба. Она пыталась объяснять сыну, доказывать, уговаривать, давить... Но все было напрасно. Сын стал неуправляемым и не хотел ничего слушать. «Я поняла, что ничего не могу сделать. Мой сын погибает. Все, чем я раньше жила, потеряло смысл. И я решила впервые обратиться к Богу», – рассказывает Нина. Не зная, как говорить с Богом, она купила книжечку с молитвой «Отче наш» и стала читать ее, присоединяя свою просьбу: «Если Ты есть, спаси моего сына!». У Нины появилась уверенность: Бог обязательно поможет.

Продолжая молиться за сына, Нина начала читать Библию. Старалась применять то, что там сказано, в своей жизни. «**Веруй в Господа Иисуса Христа, и спасешься ты и весь дом твой**» (Деян. 16:31), – именно в этих словах она нуждалась более всего! Эти слова воплотились в ее жизни. Бог «вышел навстречу» Нине: женщина узнала о христианском реабилитационном центре для наркозависимых. Сын, который раньше не слушал уговоров матери, согласился пройти реабилитацию! Он действительно освободился от наркотической зависимости и тоже поверил в Бога. Сейчас у него уже есть своя семья. У всех этих историй есть общая черта: люди не ограничивались одной произнесенной молитвой, они шли за Богом: слушали Его, старались делать то, что Он заповедал в Библии. Они приводили свои дела, слова и мысли в порядок согласно заповедям Христа и старались делать практические шаги навстречу Богу.

**Верить – значит доверять Богу и слушаться Его. Верить – значит читать Евангелие, вникать в слова Христа, поступать правильно. Верить – значит открывать перед Богом свое сердце. Такая вера – золотой ключик, открывающий нам заветную дверь в лучшую жизнь. Такая вера ведет к чудесам. И то, о чем мы даже не смели мечтать, исполняется.**

Андрей Киселев

## ЗДОРОВАЯ САМООЦЕНКА



**И**гра в минигольф на открытом воздухе в теплый августовский день – обычно очень интересное занятие, но в тот раз оно принесло лишь разочарование. Мы с Марком, моим мужем, позвали нашего приемного сына Эдуарда сыграть с нами несколько партий. Определившись с цветами клюшек и шаров, мы отправились на поле. Сначала загнать мяч в лунку кажется довольно простым делом, но постепенно все усложняется, и каждый последующий удар сложнее, чем предыдущий.

Эдуард, в своем юном возрасте уже являющийся хорошим игроком, был нацелен на победу. Допустив несколько ошибок, он настолько вышел

из себя, что намеренно пропустил лунку. Мы спросили, зачем он это сделал, и мальчик заявил: «Я не умею играть в гольф».

Мы продолжили игру и поощряли каждую его попытку, но он настаивал на том, что проигрывает, и в конце даже стал обманывать о своем счете. Мы с Марком просили его прекратить вести себя таким образом, но он упорствовал. Мы начали сердиться, поскольку знали, что Эдуард играет в гольф лучше, чем демонстрировал это сейчас. К тому же он убеждал сам себя, что не умеет этого делать. Он сдался.

Пытаясь сохранить самообладание, я подумала о своих отношениях с Богом. Я тоже

иногда пытаюсь Ему доказать, что недостаточно успешна в чем-либо. Если меня так беспокоит тот факт, что Эдик недооценивает себя, что же чувствует мой Небесный Отец, когда Его дети поступают подобным образом?

В Слове Божьем говорится, что мы «дивно устроены». Если мы осознаем это, то сможем избавиться от предвзятого отношения к себе и будем смотреть на себя глазами нашего Небесного Отца. Благодаря нашей игре в гольф Бог дал мне понять эту истину с определенной целью: чтобы я помогла Эдуарду и самой себе в такие периоды, когда мы начинаем сомневаться в собственной ценности и в своих способностях.

**Все, что Господь создал, – прекрасно. Мы должны помнить, что это относится и к нам.**

К. Х.



Если вы беспечны и ленивы, то вы обесцениваете жизнь, которую Бог предназначил для вас быть яркой и прекрасной.

Э. Уайт



*У детства есть особая примета*



У детства есть особая примета,  
Оно продолжит длиться у тебя,  
Пока приносит дедушка конфеты  
В кармашке, улыбаясь и любя...

Я вспоминаю детство. Как же сладко –  
Бежать на встречу к дедушке и знать,  
Что он здоров, а значит, все в порядке.  
Мы будем в бой морской вдвоем играть.

Он мне расскажет об однополчанах,  
О том, как нужно хрупкий мир беречь...  
Я вырасту потом и стану мамой,  
Но буду ждать все также этих встреч.

Без дедушек и детства не бывает,  
А дружба с ним запомнится навек...  
Проходит все... Но душу согревает  
Родной и близкий сердцу человек.

Я вспоминаю дедушки улыбку,  
Когда впервые правнука держал...  
Он Ласточкино звал меня и Рыбкой,  
А в день рождения стих от внучки ждал...

У дедушки во взгляде столько света.  
В них доброта и мудрость, и покой.  
В кармашке есть для правнуков конфеты,  
И как всегда, для внученьки родной...

Казалось, что не будет по-другому.  
Что без него не вертится земля.  
Но прихожу... дедули нету дома...  
А я же стих готовила, любя...

Не отнести теперь тебе конфеты...  
Но четное количество цветов  
Напомнит мне, что больше детства нету.  
Осталась только память и любовь...

Без дедушек и детства не бывает...  
Для них любовь особая у нас.  
Как жаль, что время близких забирает.  
Цените тех, кто с вами есть сейчас...

Ирина Самарина-Лабиринт

С вечера поссорились супруги,  
Говорили много резких слов.  
Сгоряча не поняли друг друга,  
Напрочь позабыли про любовь.

Утром мужу на работу рано,  
А на сердце – горечи печать.  
За ночь глупость ссоры осознал он,  
Подошел жену поцеловать.

Не спала, но все же притворилась,  
Отвернула в сторону лицо.  
В глубине обида затаилась,  
Как удав, свернувшийся кольцом.

Дверь закрыл – ни слова на прощанье,  
Со двора на окна посмотрел...  
Если б они знали, если б знали,  
Что ушел из дома насовсем.

А жена привычными делами,  
Как всегда, своими занялась:  
Детское бельишко постирала,  
Борщ сварила, в доме прибралась.

Чистый пол, помытая посуда,  
И с работы скоро муж придет.  
«Я с ним разговаривать не буду,  
Пусть прощения просит, пусть поймет».

Гордость в сердце вздыбилась wysoko:  
«Первою к нему не подойду!».  
По ролям разыгрывалась ссора  
В воспаленном дьяволом мозгу.

Шесть пробило, семь и полвосьмого...  
Неподвижна дверь, молчит порог.  
И в тревоге что-то сердце ноет.  
Где же задержаться так он мог?

Вдруг какой-то крик и суматоха,  
Чей-то голос, плачущий навзрыд,  
И соседский мальчуган Алекса  
Крикнул запыхавшись: «В шахте взрыв!».

Взрыв... Совсем коротенько слово  
Сердце будто в клочья порвало.  
Нет, она к такому не готова!  
Может, жив он, может, повезло.

И в слезах по улице бежала,  
Вспоминая с болью прошлый день,  
Как в обиде злилась и кричала,  
Застыла разум злобы тень.

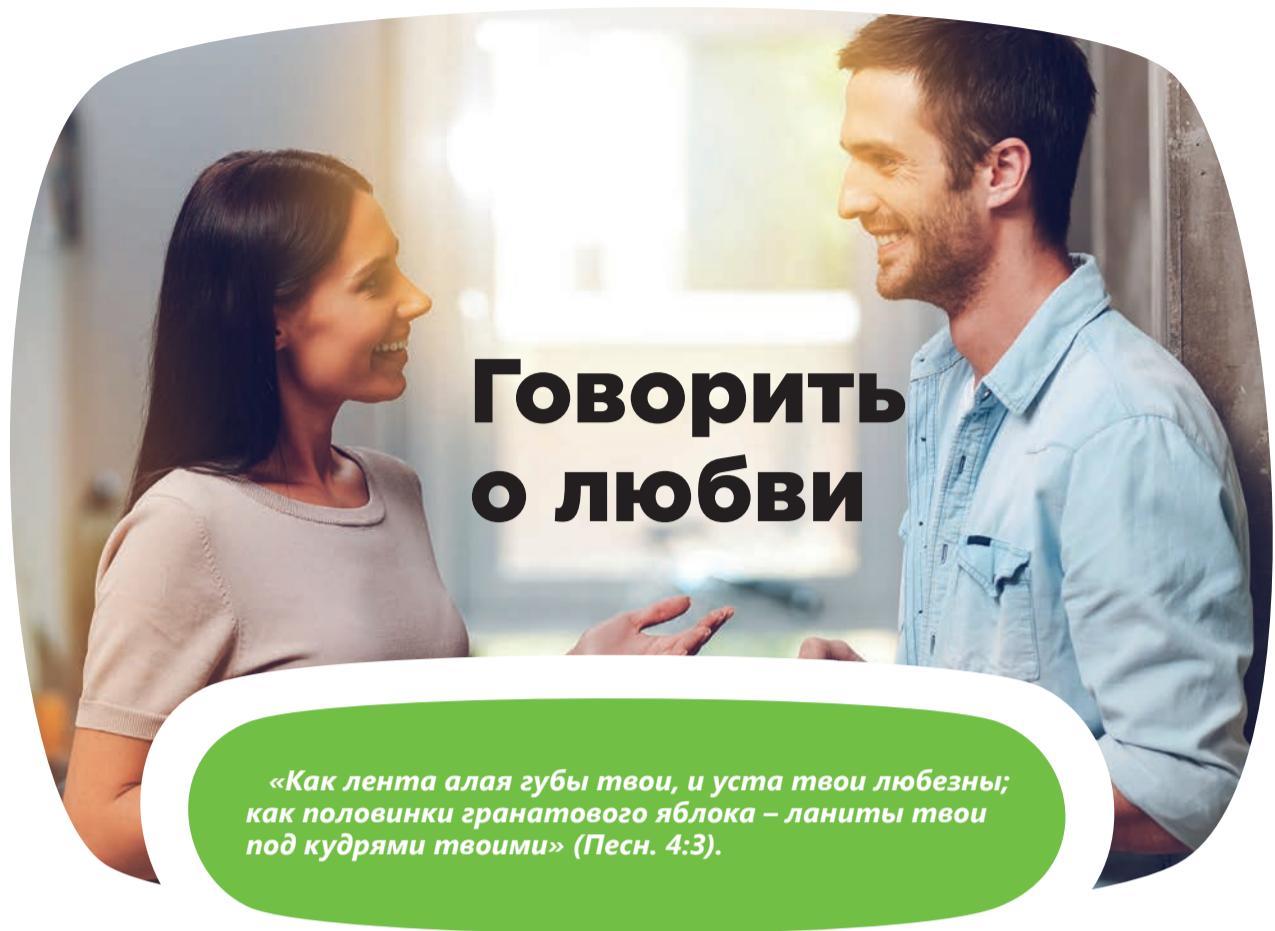
Заведенной куклой повторяла:  
«Мой родной, о, только бы не ты!  
Я б к твоим ногам сейчас упала,  
Прошептав короткое "прости"».

Им бы знать вчера, что будет завтра,  
По-другому все могло бы быть.  
Смерть, как вор, приходит так внезапно,  
Не оставив шанса долюбить.

Прогремит неумолимо грозно  
Приговор. Его не изменить.  
Исправлять ошибки слишком поздно,  
С этой болью ей придется жить.

Люди, будьте к близким своим мягче,  
Относитесь с нежностью, добром  
И не обижайте, а иначе  
Можно горько каяться потом.

**Елена Викулина**



*«Как лента алая губы твои, и уста твои любезны;  
как половинки гранатового яблока – ланиты твои  
под кудрями твоими» (Песн. 4:3).*

**Говорить – основное правило отношений в браке. Говорить нужно обо всем, в том числе о сексуальной жизни. Для многих пар сексуальность становится запретной темой. Но это важная часть отношений, и супруги должны осмелиться на честную и откровенную беседу на эту тему.**

В течение долгих веков правила благопристойности заставляли женщин молчать. Они становились заложницами воспитания, которое говорило им быть пассивными и только выполнять желания

своих мужей. Тем не менее со временем многие начинали понимать, что и у них есть право на желания, право говорить о своих нуждах.

Испытывать сексуальную неудовлетворенность только потому, что не умеешь ясно и откровенно выразить то, что чувствуешь, не просто абсурдно – так мы калечим себя. В конечном итоге это приводит к большому разочарованию и подрывает основу брака.

Неудовлетворенная своей сексуальной жизнью замужняя женщина, которая не выражает того, что чувствует, обрекает свои отношения на постепенное угасание, потому что не помогает мужчине, не дает ему возможности

найти способы достижения взаимного удовлетворения в интимных отношениях.

Некоторые до сих пор полагают, что женщина не просто должна быть расположена следовать сексуальным требованиям мужчины, но и вести себя пассивно, потому что инициатива должна оставаться в его руках, он должен контролировать сексуальный опыт. Эта нелепость, защищаемая и поддерживающая по невежеству, приводит лишь к разочарованию и недовольству.

Многие мужчины отказываются говорить на эти темы, потому что думают, что если жена не удовлетворена, то их мужественность может быть поставлена под вопрос.

Никто не рождается мудрецом и умельцем ни в одной из сфер человеческой жизни, в том числе и в интимной. Это не безусловный рефлекс, срабатывающий без участия чувств, ума и эмоций.

Вряд ли можно развить какое-то умение, если не знать, что делать. Невежество и последствия неправильного воспитания приводят к жертвам как среди женщин, так и среди мужчин. Это не должно продолжаться.

Существуют книги и специалисты, которые могут помочь, если возникли проблемы. Спросить не так сложно – выбрать время и записаться на прием. Если удастся найти путь, удовлетворяющий обоих, оно того стоит.

**Достаточно ли вы доверяете друг другу, чтобы обсуждать, что вам нравится или не нравится в сексуальной жизни? Нужна ли вам помощь специалиста?**



Бог предусмотрел бальзам для каждой раны... Просите у Господа мудрости в каждой бедственной ситуации. В каждом испытании, в каждой скорби умоляйте Иисуса показать вам выход, тогда ваши глаза откроются и вы сможете увидеть лекарство и применить к себе целительное обетование, которое записано в Его Слове.

**Э. Уайт**



## ПОЛЬЗА блюд из свеклы

**Одним из наиболее распространенных корнеплодов, используемых в приготовлении повседневных блюд, является свекла. Ее добавляют в закуски и салаты, варят из этого овоща борщ и даже делают квас. Помимо того, что продукт вкусный, он еще и очень полезный для здоровья. Употребляя его, можно противостоять многим заболеваниям.**

Какую же пользу для здоровья несет свекла? Кому показано включение в повседневный рацион блюда из этого корнеплода?



Свекла относится к ценным пищевым продуктам. Она богата многими полезными веществами, содержит много витаминов (A, группы B, C, E) и микроэлементов. Особенно высоко содержание в корнеплоде аскорбиновой, никотиновой и пантотеновой кислот. При тепловой обработке продукта витамины частично разрушаются, но и в отварной свекле их содержится достаточно много.

Из полезных микроэлементов, содержащихся в корнеплоде в большом количестве, можно выделить железо и марганец. Также овощ богат цинком, медью, литием, фтором и йодом. Если отваривать его правильно (не дольше четверти часа), можно сохранить в полном объеме все содержащиеся в нем полезные элементы.

Благодаря высокому содержанию аскорбиновой кислоты свекла показана к употреблению людям, страдающим от простудных заболеваний. Употребляя блюда из свеклы, можно укрепить иммунитет. Особенно полезно есть свекольные супы и салаты в холодное время года, на которое приходится сезон ОРВИ и гриппа.

Свекле присуще мощное мочегонное действие. Включив ее в рацион питания, можно эффективно бороться с проблемой отеков, выводить из организма токсины.

**Соком, полученным из сырой свеклы, можно лечить многие заболевания. Она является вспомогательным средством терапии, если человек страдает от:**

- кожных болезней;
- проблем со слухом;
- заболеваний сердца и сосудов;
- анемии;
- нарушений сна.

Сырая свекла очень полезна женщинам. Она помогает бороться с мастопатией, ослабляет неприятные симптомы климакса.

Полезно пить свекольный сок людям с высоким уровнем холестерина в крови.

Употребляя салаты из сырой свеклы можно людям, имеющим сердечные недуги. Этот овощ способствует расширению кровеносных сосудов, их очищению, снижению вязкости крови, стимуляции сердечной функции. Употребляя свеклу в пищу, можно добиться снижения артериального давления.

Обогащение рациона питания свеклой врачи рекомендуют пациентам, имеющим проблемы со щитовидной железой. Это объясняется тем фактом, что овощ содержит много йода.

Полезен корнеплод и в отварном, и в запеченном виде. Термовая обработка разрушает грубые пищевые волокна, делая свеклу легкоусвояемым продуктом. В таком виде ее употребление облегчает пищеварительные процессы в организме. Отварную свеклу полезно есть людям, страдающим от запора. Она обладает свойствами мягкого слабительного. Спасает вареная свекла и от метеоризма.

Полезно употреблять отварную свеклу женщинам во время менструации. Благодаря высокому содержанию железа она обладает кроветворным свойством, помогает быстрее восполнить кровопотерю.

Блюда со свеклой необходимо есть беременным женщинам. Им предпочтителен вареный овощ. Он не только поможет решить проблему запора, которая нередко беспокоит беременную женщину, но и станет для будущей матери источником фолиевой кислоты – вещества, необходимого для нормального развития плода.



Включение в повседневное меню свекольных салатов и супов показано людям, желающим избавиться от лишнего веса. При ожирении предпочтительнее употреблять сок, полученный из сырого корнеплода.

**Несмотря на множество полезных свойств, у свеклы есть и противопоказания к употреблению. Она запрещена при:**

- нефролитиазе;
- остеопорозе;
- острым панкреатите;
- язвенной болезни желудка;
- гипотонии;
- почечной недостаточности;
- гастрите с повышенной кислотностью;
- склонности к аллергическим реакциям.

Сырую свеклу нельзя давать детям, в отварном же виде ее включают в рацион малыша, начиная с восьми месяцев.

Если у вас нет противопоказаний к употреблению свеклы, готовьте чаще блюда из этого полезнейшего корнеплода. Они способствуют улучшению здоровья вашего и ваших близких. Если же вы хотите прибегнуть к терапии соком сырой свеклы, не забудьте про консультироваться со своим семейным врачом. Он подскажет, разрешено ли вам такое лечение.

Ксения Михайлова



Уверенность в Божьем одобрении содействует физическому здоровью. Она защищает душу от сомнения, беспокойства, чрезмерной печали, которые часто иссушают жизненные силы и провоцируют болезни...

Э. Уайт



**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, ДАЮЩЕЕ НАДЕЖДУ...

Всегда на связи  
**0 800 30 20 20**

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



**КНИГИ, ЯКІ ВАРТО ЧИТАТИ КОЖНОМУ!**

Інтернет-книгарня

# BOOKSON

КНИГА У ВАС ВДОМА –  
ЗА ОДИН КЛІК 

+38 (099) 45-595-45    [@](mailto:shop@bookson.com.ua)    [www.bookson.com.ua](http://www.bookson.com.ua)

# РАНОК НАДІЇ

КАЖДОЕ УТРО НА ТЕЛЕКАНАЛЕ  "НАДІЯ"  
7:00 / 9:00 / 11:00



**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

**Корректоры**  
Людмила Шаповал  
Елена Мехонишина

**Дизайн и верстка**  
Артур Аптер

**Ответственная за печать**  
Тамара Грицюк

**Подписано в печать** 09.07.2020 г.

**Тираж** 100 000 экз.  
**Адрес:** 04071, г. Киев,  
ул. Лукьяновская, 9/10А  
**E-mail:** dzherelo@ukr.net;  
**Тел.:** (044) 425-69-06

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, реклама  
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:  
**Получатель:** УУК АСД  
**Код ЕГРПОУ:** 19350731  
**IBAN:** UA75380805000000026006149457  
**МФО:** 380805  
**Банк:** ПАТ «Райффайзен Банк Аваль»  
в г. Киеве  
**Назначение платежа:**  
добровольные пожертвования

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



**НАШ АДРЕС**