



Вічний Скарб

www.lifeforce.com.ua

«Не бійся,
з тобою бо Я;
і не озирайся,
бо Я Бог твій!
Зміцню Я тебе,
і тобі поможу,
і правицею правди
Своєї тебе
Я підтримаю»
(Ісаї 41:10).



А ВИ МЕНЕ ЗА КОГО ВВАЖАЄТЕ?

Господь прагне, щоб людство сприйняло Його таким, яким Він є, – без недооцінювання, без переколювань і неправильних уявлень про Нього. Перед нами стоїть завдання зрозуміти і пізнати Його.

2

«ПРОЩАЮТЬСЯ ТВОЇ ГРІХИ...»

«Сину, прощаються твої гріхи» (Марка 2:5).

3



ЛЮБОВ МИЛОСЕРДНА

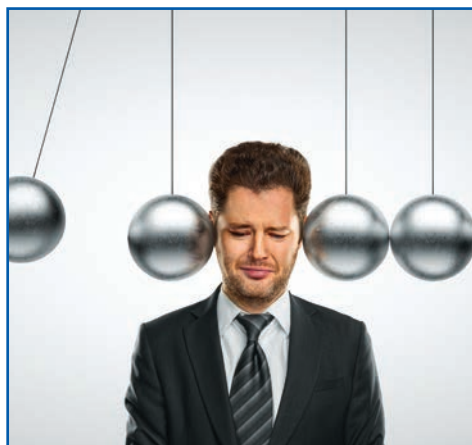
Бути готовим допомогти і пробачити зі співчуття і людяності... Божа концепція милосердя сьогодні кидає виклик кожному з нас. Чи приймемо ми його?

4

ЗАВЖДИ МАЛО

Жадібність може жити і в халупі бідняка, і в палаці багача. Ким би ми не були і де б ми не жили, нам потрібно навчитися бути задоволеними тим, що дав нам Бог.

5



МАЯТНИК ЗАНЕПОКОЄННЯ

Хвилюючись, ми тим самим кажемо Богові: «Ти безсилий». Якщо нашу душу роздирає тривога, значить наша віра ослабла. Кожен з нас бажає мати глибоку віру, але саме тривога часто стає нашим другим «я».

8

ОСОБИСТИЙ ДОСВІД

У кожного християнина має бути свій досвід віри, молитви і стосунків з Господом.

9



НАТУРАЛЬНИЙ ФАСТ-ФУД

Слово фаст-фуд (fast food) у перекладі з англійської означає «швидка їжа». Цим словом ми називаємо будь-яку страву, яка швидко готується, накривається і так само швидко з'їдається. Фаст-фуд – синонім шкідливої їжі. Утім, сьогодні ми ознайомимося з іншим видом «швидкої», але дуже корисної їжі.

11

ДІЗНАЙСЯ ПЕРШИМ

12

Життя без слуху та зору



Милосердя – це бажання приносити користь людям, не думаючи про нагороду.

Хелен Келлер

Мати зір і не побачити істину – гірше, ніж бути сліпим.

Хелен Келлер

Хелен Келлер народилася 27 червня 1880 року в містечку Таскумбія (штат Алабама, США) у сім'ї капітана Артура Келлера і Кейт Адамс Келлер. Коли дівчинці виповнився 1 рік і 7 місяців, вона захворіла і внаслідок хвороби втратила зір і слух.

У ті часи майбутнім для більшості таких людей, як Хелен, була психіатрична клініка. Утім, батьки дівчинки, прочитавши книгу Чарльза Діккенса «Американські записки», у якій автор зокрема описував успішний процес навчання сліпоглухої дівчинки Лори Бріджмен (американської поетеси – прим. ред.), вирішили дати своїй доньці можливість отримати освіту. Вони вирушили в Бостон, у школу Перкінса для сліпих дітей, у якій раніше навчалася Бріджмен. Дирекція школи призначила для Хелен двадцятирічну вчительку Енн Салліван, яка сама страждала через поганий зір. Як талановитий і терпеливий педагог із чуйною та люблячою душею, Енн стала постійною супутницею Хелен і почала навчати дівчинку мови жестів і всього, що знала сама, а потім приступила до подальшого навчання. Хелен також навчилася читати англійською, французькою, німецькою, грецькою та латинню за методом Брайля.

1898 року, повернувшись у Массачусетс, Хелен вступила до Кембриджської школи для дівчат і невдовзі, 1900 року, отримала дозвіл на вступ до коледжу Редкліф.

Письменник Марк Твен і бізнесмен Генрі Роджерс, співвласник компанії «Стандард Ойл» і відомий філантроп, уперше побачили шістнадцятирічну Келлер у травні 1896 року в Нью-Йорку в домі письменника-редактора Лоуренса Хуттена. 1900 року Марк Твен, шанувальник талантів і здібностей Хелен, почав просити Генрі Роджерса надати фінансову підтримку сліпій дівчині. Роджерс відреагував на прохання щедрим пожертвуванням, оплативши навчання Хелен у коледжі. 1904 року 24-річна Хелен з відзнакою закінчила коледж Редкліф, ставши першою сліпоглухою людиною, яка отримала вищу освіту. У 20-х роках вона почала багаторічну кампанію зі зборів коштів для Американського фонду сліпих. Хелен побувала в 35 країнах на 5 континентах. Вона була знайома з Чарлі Чапліном, її приймали президент Кеннеді, прем'єр-міністр Індії Неру та король Великобританії Георг.

14 вересня 1964 року Президент США Ліндон Джонсон нагородив Хелен Келлер Президентською медаллю Свободи, однією з двох найвищих громадянських нагород США. Хелен – автор 7 книг, зокрема й автобіографічної повісті «Історія мого життя», виданої російською мовою 2003 року.

Хелен Келлер померла 1 червня 1968 року, за 26 днів до свого 88-річчя.

Біографія Хелен Келлер свідчить про те, що будь-яка людина може жити для інших, черпаючи силу від Бога. «Життя – це захоплива пригода, і найпрекрасніше життя – це життя, прожите для інших». Так вона вважала. Так вона і жила.

Підготував Геннадій Чурсін

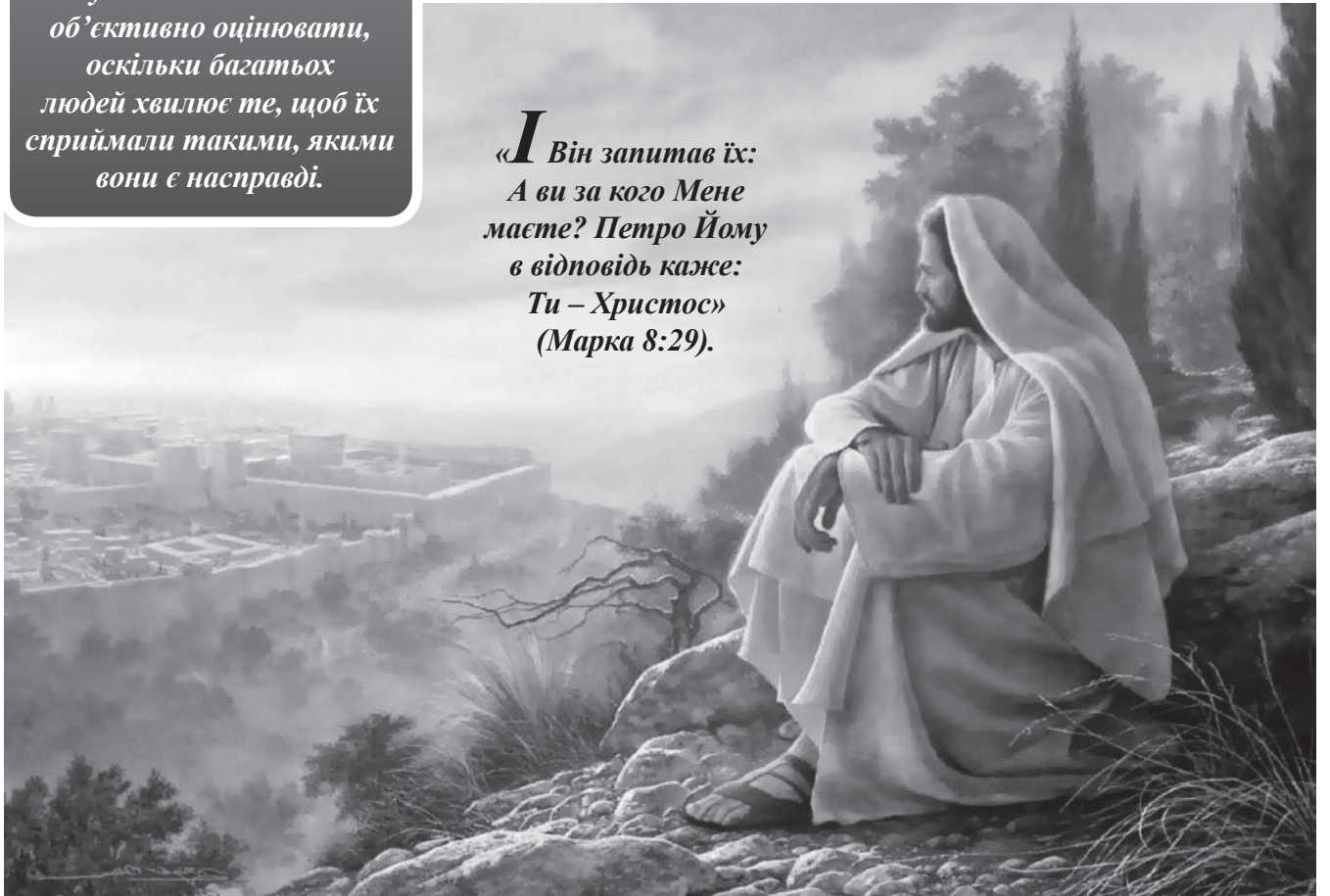


У наш час важливо мати правильне уявлення про тих людей, з якими ми маємо справу, і від цього зазвичай залежить те, якими будуть наші стосунки з ними. Важливо об'єктивно оцінювати, оскільки багатьох людей хвилює те, щоб їх сприймали такими, якими вони є насправді.

А ви Мене за кого вважаєте?

Ігор Крошук, м. Горохів

«І Він запитав їх: А ви за кого Мене маєте? Петро Йому в відповідь каже: Ти – Христос» (Марка 8:29).



Необхідно пам'ятати, що Господь теж хотів, щоб людство сприйняло Його таким, яким Він є, – без недооцінювання, без перебільшень і неправильних уявлень про Нього. Перед нами стоїть завдання зрозуміти і пізнати Його.

ВІДКРИТТЯ ВІД БОГА

Одного разу Ісус запитав Своїх учнів про те, за кого Його, Сина Людського, вважають люди, на що вони відповіли, що одні – за Івана Хрестителя, а інші – за Єремію або одного з пророків.

Після чого Він запитав і Своїх учнів те ж саме. «У відповідь Симон-Петро промовив: Ти є Христос, Син Бога живого! Ісус відповів йому і сказав: Блаженний ти, Симоне, сину Йонин, бо не тіло і кров тобі це відкрили, а Мій Отець Небесний» (Матв. 16:16, 17).

Люди приймали Його не за того, ким Він був насправді, але учні мали правильне розуміння Бога, тому що отримали відкриття від Нього.

Варто звернути увагу на те, що саме учні Ісуса Христа мали це відкриття в Ньому. Їхнє постійне перебування з Ісусом сприяло правильному розумінню Бога.

Можна бути навченими і настановленими в тих чи інших питаннях, що стосуються віри в Бога, і водночас не мати достатнього рівня сприйняття цих істин, які повинні розглядатися не тільки на рівні розумового усвідомлення, але в контексті глибоких, особистих відносин з Ісусом.

Істина завжди одна, тільки людьми, далекими від Бога, сприймається вона по-різному, врешті-решт, проходить через призму їхніх власних думок, почуттів, розумових здібностей і життєвого досвіду. Про це свідчить і згаданий випадок, у якому йдеться про те, що різні люди, живучи в одній місцевості та в один час, розуміли та сприймали Ісуса Христа як особистість неоднозначно. І лише учні, від імені яких сказав Петро, точно знали, Ким був Він.

НАЗИВАТИ І ВВАЖАТИ

Ісуса Христа називають Спасителем, Другом, Старшим Братом, Порадником, Господом... Однак так називати Його – ще не означає, що за Того ж і вважають.

Бог одного разу про лицемірів сказав: «Цей народ наближається до Мене своїми устами, губами шанує Мене, серце ж їхнє далеко від Мене».

Якщо ми отримали відкриття про те, що Він – Господь, то поклоняємося Йому, прославляємо Його і схиляємося перед Ним. Відкриття про Ісуса як Друга викликає в нас довіру до Нього, бажання постійної співпраці та взаєморозуміння з Ним.

ВІДМІННОСТІ, ЯКІ ДОПОВНЮЮТЬ

Бог хоче відкритися нам через кожне з імен, якими Він названий у Слові Божому. Адже спотворене уявлення про Нього породжує неправильні відносини з Ним. Можна побачити, як для одних християн Він – лише грізний Суддя, перед Яким вони тільки те й роблять, що тремтять від страху, а для інших – Старший Брат, Котрому можна довіряти; для одних Він – Господь, Котрий сидить на троні і ставить тільки свої умови, для інших – Друг, Котрого можна сприймати майже як рівного собі.

Деякі здивовані та занепокоєні питанням, як Він може бути одночасно рабом і сином, братом і слугою, як про це сказано в Євангелії. Якщо ми отримуємо відкриття від Бога, що Він є нашим Богом і Отцем, Старшим Братом і Господом, то ці та інші, на перший погляд, різні поняття доповнюють один одного при нашому сприйнятті Бога і дають нам доступне й правильне розуміння побудови відносин з Ним.

«А ви Мене за кого вважаєте?» (Матв. 16:15) – питання, яке стосується абсолютно кожного. Ісус Христос є тією Особистістю, яка не залишила нікого байдужим до Нього, Його

сприймають або відкидають, люблять або ненавидять, зневажають або прославляють...

ТЕПЕРІШНЄ І МАЙБУТНЄ

Від того, Ким Ісус є для нас, залежить наше теперішнє і майбутнє, більше того – наша вічність.

Те, за кого ми Його вважаємо, знаходить своє явне вираження в повсякденному житті – вчинках, словах, думках, бажаннях і намірах.

У притчі про блудного сина розповідається, як син втратив батька, якого перестав вважати таким. Він достроково хотів скористатися правом отримати частину батьківського майна. Проте, незважаючи на це, батько залишився для нього батьком і віддав належну йому частину, потім з нетерпінням очікував його повернення, жив надією, що скоро побачиться із сином. Батьківське серце було сповнене думками і переживань про нього, чого не скажеш про останнього, який у розкоші та розвагах забув, що в нього є батько, і лише з часом він визнав, що навіть «не гідний зватися сином» (Луки 15:19).

Для того щоб Бог став Отцем, не достатньо визнати Його існування як таке, а потрібно бути народженим від Нього. Після чого визнання і сповідання Його батьківства буде повною мірою узгоджуватися з практичним життям такої людини.

Для того, аби бути справжнім послідовником Христа, потрібно відповісти на запитання: ким особисто для мене є Ісус? За кого я Його вважаю?

Релігійні традиції, культура, соціальне оточення, у якому ми перебуваємо, суспільні уявлення про Бога не повинні впливати на визначення того, ким Він є для нас. Тільки особисте і безпосереднє сприйняття Його, яке можливе через Слово Боже та молитву, повинно привести нас до відкриття нами Бога і сформулювати повне та усвідомлене уявлення про Нього.

«Прощаються твої гріхи...»

Катерина
ШЕВЦОВА

Того дня нещадно палило сонце. Жарко було навіть у тіні. Сяйво блакиті високого неба не обіцяло ані краплі благодатного дощу. Усі кудись поспішали, скрізь кипіло життя, але не в мене... Світ немов розпався на двоє – на мій власний світ і на довколишній.

Колись цього страшного поділу не існувало. Я був частиною того галасливого світу, що починався за порогом мого будинку. У мене було все: сила, цілі, бажання. Я виріс у шанованій родині, переді мною відкривався широкий шлях успіху та благополуччя. Мені хотілося спробувати все, що пропонував цей світ. Ні, я не був безбожником. Я справно відвідував синагогу, був навчений основ юдейської релігії. Проте це не приносило моїй душі задоволення... І я намагався заповнити порожнечу свого ще повного надій серця, яке ледь почало жити всім, чим завгодно, але тільки не релігією. Так, я свідомо грішив. Утім, щастя так і не знайшов. Усе моє життя було гонитвою за задоволеннями. Приглушуючи голос сумління, я намагався забути в цій гарячковій погоні... У вогні пожадливоростей я спалив своє сумління. Так тривало декілька років і, напевно, протривало б ще дуже довго, якби я не став безпомічним калікою, тягарем для рідних і небагатьох друзів. Завжди боляче усвідомлювати свою провину. Я сам був винен у тому, що зі мною трапилося. На лікування було витрачено чимало грошей, і незабаром стало зрозуміло: я безнадійний. Тепер мене оточував інший світ – світ безсилля, порожнечі, розбитих надій і безплідних мрій. Тепер, не спроможний поворухнути хоча б пальцем, я був повністю залежний від милості інших. Єдиним зв'язком з тим, колишнім світом, було моє вікно.

Так, я втратив усе... Гучні, п'яні веселощі змінилися тверезим відчаєм. Я навчився відрізняти щирість від лицемірства. Справжніх друзів у мене майже не залишилося. Колись у моєму домі завжди було повно народу. А тепер до мене майже ніхто не заглядав. Я був невимовно радий будь-якому гостю. Був радий кожній іскрі милосердя, хоча б жалості. Мені дуже потрібна була тверда опора, люди, на яких можна покластися і які змогли б зрозуміти мене. Цією опорою стали для мене мої чотири друга. Останнім часом їх, на відміну від мене, не покидала надія на моє одужання.

Щоразу, коли друзі приходили до мене, вони розповідали про Чоловіка, Який творив чудеса зцілення, говорив дивовижні слова і привертая до Себе натовпи людей якоюсь невідомою силою. Поступово в мені міцніло переконання в істинності слів нового Чудотворця. Немов дощ, нове вчення Ісуса з Назарета зрошувало засохлі серця людей. Воно наповнювало цілющою вологою і моє ослаблене гріхом серце. «Прийдіть до Мене, всі втомлені та обтяжені, – і Я заспокою вас!» (Матв. 11:28). О, як я потребував цього спокою, як я жадав знайти сенс життя і прощення! «Погляньте на польові лілеї, як вони ростуть: не працюють і не працюють; та кажу вам, що й Соломон у всій своїй славі не зодягався так, як одна з них. Якщо ж польову траву, яка сьогодні є, а завтра буде вкинута в піч, Бог так зодягає, то чи не краще зодягне вас, маловіри?... Шукайте перш за все Царства Божого і Його праведності, а це все вам додасться. Отже, не журіться про завтрашній день» (Матв. 6:28–30, 33–34). У суті та турботах про день завтрашній, у прагненні довести собі й іншим, що я кращий за всіх, що все мені дозволено і все корисно, я губив і тіло, і душу. А шукати потрібно було тільки Царства Божого, Його правди, Його обличчя!

Минав час. Слухаючи розповіді друзів і розмірковуючи про нового Вчителя та Його вчення, я поступово зрозумів, що Ісус із Назарета – довгоочікуваний Месія. У мене з'явилось бажання зустрітися з Ним і особисто насолодитися життєдайною силою Його слів. Однак чи міг я сподіватися на це? Спогади про



Мурільо. Зцілення паралізованого, 1667

минуле розбивали всі мої надії на цю зустріч. Чи міг Він пробачити і прийняти того, хто зухвалим викликом, кинуту Небу, прирік себе на страждання і самотність?

Напевно, ці питання ще довго непокоїли б мене, якби не мої друзі. Вони вирішили віднести мене до Ісуса. Ні пекуча спека, ні натовп у будинку, через який неможливо було пройти до Вчителя, не похитнули рішучості моїх друзів.

Комусь із них спала на думку ідея проникнути в дім через дах, розібравши покрівлю. Сумніви й страх розривали мою душу. Чи не будуть марними всі зусилля і чи не смішні мої надії на звільнення від гріха та провини, на зцілення розслабленого серця?

Яке ж було здивування людей, які там зібралися, коли вони побачили, як мої друзі, розібравши дах, спускають мене вниз прямо до Ісуса. Одні гнівалися на господаря будинку, а інші, зазверши серцем, чекали, що буде далі. Проте мене ніщо не хвилювало, крім погляду Месії, зверненого на мене. Тієї хвилини я ніби опинився під Його опікою, і ніхто не посмів вимовити ані слова. Запанувала тиша. У повному любові та співчутті погляді Ісуса я прочитав те, що було так важливо для мене. У ту хвилину я зрозумів значно більше, ніж за довгі години розмов про Нього. Здавалося, що час зупинився, і все навколо перестало існувати – тільки я і Вічність, яка знає про мене все і, на мій подив, не засуджує мене. Тремтіння огорнуло все моє єство, і моє серце наповнилося благоговінням. Такої любові я не зустрічав ніколи. Неосяжна, наче океан, ця любов наповнювала спокоєм мою втомлену душу.

«Сину, прощаються твої гріхи» (Марка 2:5). Його голос здався мені найпрекраснішою музикою у світі. Моє серце раділо, душа співала про прощення. Тягар докорів сумління, який довгі роки мучив мене, упав з моїх плечей. Довгоочікуваний мир огорнув змучовану душу. Тепер у мене не залишилося сумнівів: Сам Бог, люблячий і співчутливий, прощає мене і не засуджує. Це Він схилився наді мною і назвав мене Своім сином. Розірвавши пута страху, Він звільнив мене... Його мелодійний голос, Його погляд, повний Божественної любові, говорили мені про те, що Він

особисто зацікавлений у долі кожного, хто приходить до Нього, хто звертає до Нього свій погляд, – незалежно від стану і ступеня провини. Він, Ісус, – всеосажний і безмежний.

Однак серед тих, хто був у будинку, знайшлися люди, які не вірили в Його Божественність і в те, що Йому дано право прощати гріхи. Вони міркували: «Хто ж Він, що говорить таку богозневагу? Хто може прощати гріхи, крім Самого Бога?» (Луки 5:21). Бог завжди залишає вибір за нами і не змушує нас вірити. Як віяння тихого вітру, Його присутність у нашому житті ненав'язлива, і сила Його слів та чудес живильна лише для тих, хто повірив у Нього.

«Ісус, знаючи їхні думки, сказав: Чому думаєте лукаве у ваших серцях? Що легше сказати: Прощаються твої гріхи – чи сказати: Встань і ходи? Та щоб ви знали, що Син Людський має владу на землі прощати гріхи»... І тут Він звернувся до мене: «Встань, візьми свою постіль і йди додому!» (Матв. 9:4–6).

О, як я міг не послухатися Його і не повірити? Адже найбільше диво вже сталося зі мною. Я був прощений і зцілений духовно, але Бог забавив подарувати мені ще здоров'я й тілесне. І одразу ж я встав, взяв своє ліжко і пішов додому, славлячи Господа. Мої очі побачили Бога, і побача моя збереглася в мені. Тепер я буду постійно шукати Його погляду! Я прагну Його присутності, бо в Ньому моє життя.

А ви, друзі, хочете зустрітись з Ним, поки дах будинку ще відкритий?

«Помилуй мене, Господи, я ж бо слабкий, уздоров мене, Господи, бо тремтять мої кості, і душа моя сильно стривожена, а ти, Господи, доки? Вернися, о Господи, виведи душу мою, ради ласки Своєї спаси Ти мене! Бо ж у смерті нема пам'ятання про Тебе, у шеолі ж хто буде хвалити Тебе? Змучився я від стогнання свого, щоночі постелею свою обмиваю слізьми, слюзою своїми окроплюю ложе своє! Моє око зі'яло з печалі, постаріло через усіх ворогів моїх. Відступіться від мене, усі беззаконники, бо почув Господь голос мого плачу! Благання моє Господь вислухав, молитву мою Господь прийме...» (Псалом 6:3–10).

Покаяння

Упала людина в глибоке провалля. Лежить поранена, гине... Прибігли друзі. Спробували, тримаючись один за одного, спуститися до неї на допомогу, і ледь самі вниз не звалилися.

Прийшло Милосердя. Опустило в провалля драбину, але – ех! – не дістає вона до дна! Надоспіли Добрі справи, зроблені колись людиною, кинули вниз мотузку. Але все надаремно – коротка мотузка...

Даремно намагалися спасти людину і її Гучна слава, і Гроші, і Влада...

Нарешті підійшло Покаяння й протягнуло їй руку. Ухопилися за неї людина і... вилізла з провалля!

Як тобі це вдалося? – здивувалися всі.

Проте Покаянню ніколи було відповідати. Воно поспішило до тих, кого тільки воно вже може спасти...



Не заважайте людям побачити у вас Христа

Не заважайте людям побачити у вас Ісуса Христа. Нехай вони бачать, як ви молитесь, як живете чистим життям. Нехай вони бачать вашу сім'ю. Нехай бачать, який мир панує в родині. Тоді ви зможете сміливо поглянути їм у вічі й сказати: «Ось найкращий шлях». Ці слова будуть народжені в широкій душі.

«Господи, дозволи мені проповідувати Тебе без проповіді – не словами, а прикладом, притягальною силою, добродієм дією того, що я звершую, повнотою Твоєї присутності в моєму серці...»

(Мати Тереза)



Варто тільки додати срібла

Один юнак прийшов до священика.

– Отче, я не розумію, – сказав він, – підійдеш до бідняка – той привітний і допомагає чим може. А прийдеш до багача – той наче не бачить нікого. Невже це тільки через гроші?

– Визирни у вікно, – відповів священик. – Що ти бачиш?

– Жінку з дитиною, віз, який їде на базар...

– Добре, а тепер поглянь у дзеркало. Що ти там бачиш?

– Ну що я можу там побачити? Тільки самого себе.

– Так ось: вікно – зі скла, і дзеркало – зі скла. Варто тільки додати срібла, і ти вже бачиш лише себе.



Рубці на руках



Це сталося декілька років тому в південній Флориді, США. Був спекотний літній день. Один хлопчик вирішив скупатися в озері, розташованому прямо за його будинком. На бігу скинувши із себе одяг, хлопчик вибіг на місток і, пірнувши в прохолодну воду, поплив на середину озера. Він навіть не помітив, що від берега відплив алігатор. У будинку залишилася мама хлопчика. Визираючи у вікно, вона спостерігала за сином і помітила рептилію, яка наближалася до дитини. Жінка з криком вибігла з будинку і побігла до води.

Почувши її крик, хлопчик перелякався і повернув до берега. Утім, було вже пізно. Він дістався до містка, але алігатор наздогнав його. Мати схопила хлопчика за руки саме тоді, коли алігатор схопив його за ноги. Почалася запекла боротьба. Алігатор був набагато сильніший за жінку, але вона відчайдушно опиралася й не відпустила сина.

Повз їхній будинок проїжджав якийсь фермер. Почувши крики, він зупинився, схопив гвинтівку і вистрібнув з вантажівки. Підбігши до води, фермер застрелив алігатора.

Хлопчик тривалий час провів у лікарні. Його ноги були вкриті жажливими рубцями від зубів алігатора, а руки – глибокими подряпинами і синцями, залишеними матір'ю, яка, намагаючись втримати сина, впилася нігтями в його шкіру.

Репортер місцевої газети під час інтерв'ю запитав хлопчика, чи може той показати йому свої рубці. Хлопчик підняв обидві штанини, а потім з гордістю заявив: «Погляньте на мої руки. У мене є рубці й на руках. Вони в мене – від мами, яка мене не відпускала!»

У нас із вами, як у цього хлопчика, теж є рубці. Ні. Не від зубів алігатора. Ці рубці залишені нашим минулим. Деякі з них непомітні, але, згадуючи те, що стало причиною, ми постійно жалкуємо про своє. Однак є рубці, які з'явилися в нас через те, що Бог відмовився відпустити нас. Коли ми страждали, Він був поруч, міцно тримаючи нас за руки.

Святе Письмо говорить нам про те, що Бог любить нас. Ми – Божі діти. Господь бажає захистити нас і благословити. Проте інколи, внаслідок неправильного вибору, ми забуваємо про небезпеки, які чатують на нас на життєвому шляху, і запливаємо надто далеко. Іноді ми забуваємо про те, що поруч прикиш ворог. І, вичекавши момент, він нападає.

Тоді й починається запекла боротьба. Якщо на ваших зап'ястях залишаються сліди від Божих рук, будьте вдячні за це. Господь ніколи вас не відпустить.

Будь ласка, розкажіть про це тим, кого ви любите. Бог благословив вас, щоб ви стали благословенням для інших. Адже ви не завжди знаєте, через які випробування зараз проходить людина. Ніколи не засуджуйте інших за рубці, бо вам не відомо, звідки вони в них взяли. Також не будьте самолюбивими. Пізнавши Божу любов і отримавши Його благословення, поділіться вісткою про цю любов з іншими. Саме зараз комусь дуже важливо знати, що і Бог, і ви любите його надто сильно, щоб відпустити!



Любов милосердна

Євген Кучерявенко

«Через те кажу тобі: Прощаються її численні гріхи, бо дуже вона полюбила; а кому мало прощається, той мало любить!» (Луки 7:47).

Тема милосердя та доброчинності сьогодні більш популярна, ніж декілька десятиліть тому. Раніше такі чесноти вважалися швидше проявом слабкості, певної меншовартості. Та тепер кількість центрів реабілітації, благодійних фондів та інших соціальних організацій, які допомагають нужденним, невпинно росте. Звісно, такий бурхливий ріст викликає не тільки підвищений інтерес до цих інститутів, але й провокує різні чутки про відмивання грошей під маскою безкорисності та доброчинності, про організовані групи «жебраків», які стоять у переходах і біля воріт храмів. Найчастіше будь-яке прохання про допомогу ближнім закінчується тільки розмовами, і люди, вибравши найбільш прийнятне виправдання, як і раніше, тримають у полоні упередженості подаровану Богом властивість любові – милосердя.

Що таке милосердя? Словник російської мови за редакцією С. І. Ожегова дає цьому поняттю таке визначення: «Це готовність допомогти кому-небудь або вибачити кого-небудь зі співчуття, людяності». Якщо слово «допомогти» в цьому визначенні ні в кого ніяких запитань не викликає, то «вибачити» – для деякого звучить зовсім незвично.

Говорячи про біблійну концепцію милосердя, християни зазвичай вказують на притчу про доброго самарянина як на еталон чесноти. Звернімося до цієї притчі й ми. Чим вона незвичайна? Чому вона одночасно привертає і шокує читачів? З якої причини її ідея, така проста для сприйняття, досі залишається «недосяжним ідеалом» для більшості людей з погляду її практичного застосування? Розібратися в цьому нам допоможе лише детальне дослідження біблійної оповіді: «Один чоловік ішов з Єрусалима в Єрихон і попав у руки розбійників, що його пограбували й завдали йому ран, та відійшли, залишивши його ледь живим. Проходив випадково один священник тією дорогою і, побачивши його, обминув; так само і левит, прийшовши на те місце, поглянув – і оминув. А якийсь самарянин, проходячи, підійшов до нього і, побачивши, змилосердився. Він підійшов, перев'язав його рани, поливши на них оливи й вина, посадив його на худобину, привіз до гостиниці й подбав про нього. А другого дня, як відходив, вийняв два динарії, дав власнику гостиниці та сказав: Подбай про нього, а якщо більше витратиш, то віддам тобі, коли повертатимуся» (Луки 10:30–35).

Отже, спочатку в притчі ми читаємо про побитого та пограбованого чоловіка. Зверніть увагу, ніде не згадується ні його національність, ні соціальний статус, на відміну від прямої вказівки на ці особливості в описі тих, хто знайшов його. Утім, нас більше цікавить інше – реакція цих людей на побачене. Священик, шанована в Юдеї людина, побачивши постраждалого, поспішив пройти повз. Левит відреагував інакше: підійшов достатньо близько, щоб задовольнити свою цікавість, але так само, за прикладом «колеги», поспішив піти звідти геть, не бажаючи брати на себе тягар чужих проблем і не наражати своє життя на небезпеку, адже розбійники могли бути десь неподалік. Вчинки цих людей дуже нагадують поведінку деяких наших сучасників, які, ставши свідками якоїсь надзвичайної ситуації або насилля, намагаються якомога швидше залишити це місце, говорячи, як персонаж Чехова: «Як би чогось не сталося». Інші ж, навпаки, не поспішають іти, оскільки вони хочуть подивитися на чужу біду, проте не для

того, щоб надати допомогу. Глибоко в душі вони радіють, що це сталося не з ними. І тільки третя категорія людей – саме в ній найяскравіше проявляються риси доброго самарянина – без будь-яких роздумів кидається на допомогу потерпілому: викликає «швидку допомогу», допомагає піднятися або наздогнати кривдника. На жаль, людей, які належать до третьої категорії, сьогодні стає дедалі менше.

Не склали вони більшості й за часів Ісуса Христа. Подумайте, чого коштувало самарянину його милосердя. Біблійний текст розповідає, що спочатку цей добрий чоловік зробив перев'язку, використавши при цьому масло та вино. Цілком очевидно, що для цього подорожньому потрібно було пожертвувати своїми планами: вино, масло, тканина, використана для перев'язки, була призначена, найімовірніше, для інших цілей. Однак самарянин був готовий принести цю жертву заради незнайомця. Утім, і перев'язки виявилось недостатньо. Він підняв пораненого і посадив його на свого осла, а сам ішов поруч. Самарянин не тільки втрачав багато часу, але й був готовий терпіти деякі незручності. Потім, діставшись до міста, він не віддав пораненого під опіку першому зустрічному або спеціальним службам, а зняв номер у готелі і сам провів ніч біля ліжка потерпілого. А зранку дав господарю готелю два динарії на витрати, щоб той доглянув хворого. Це не дві гривні і не двадцять: два динарії на той час складали дводенний зарібок поденного робітника, тобто на наші гроші – це приблизно 100 гривень. Погодьтеся, це не дріб'язок, який ми звикли кидати в кружку жебрака. Більше того, цей милосердний чоловік сказав, що коли повернеться, то відшкодує господареві готелю всі витрати, які можуть виникнути в майбутньому. Добрий самарянин не просто допоміг іншому в біді, виконав свій обов'язок і на цьому поставив крапку. Ні! Він відвів цьому неприглядному незнайомцю особливе місце у своєму житті. Іншими словами, Ісус у цій притчі намагається показати нам, що в той момент, коли ми надаємо комусь допомогу, ми впускаємо цю людину в своє життя і вже не можемо обмежитися короткостроковою участю в її потребах. Тут уже немає місця для байдужості!

Другою складовою поняття «милосердя», як ми пам'ятаємо, є готовність прощати кого-небудь виключно зі співчуття та людяності. Ще учень Христа Петро турбувався про справедливість такого підходу до прощення, запитуючи Ісуса про те, скільки разів варто прощати винного (Матв. 18:21, 22). Вчитель не тільки підтримав «великодушність» Петра, який готовий був прощати крив-

дника сім разів підряд, але й помножив цю цифру на сімдесят. Чому Ісус Христос зробив це? Хіба Він не знає, що в нашому житті є люди, яких і один раз прощати важко, не говорячи вже про 490? Так, Він знає про них! Але Йому відомо й про тих, чийого прощення ми чекаємо, можливо, вже не один рік з надією нарешті позбутися почуття вини, що обтяжує нашу душу. А найголовніше – Він, Бог і Спаситель Ісус Христос, усім серцем бажає подарувати нам, грішним істотам, Своє сповнене любові прощення, очікуючи того часу, коли ми усвідомимо в ньому потребу і попросимо Його про це.

Яка радість відчувати себе прощеним: здається, нічого не може затьмарити цієї радості. Утім, Ісус в одній зі Своїх притч вказує на те, що може стати перепоною на шляху отримання Божого прощення. У притчі Ісуса про боржника йдеться про людину, яка заборгувала своєму господареві 10 000 талантів. Навіть уявити собі таку суму в сучасному грошовому еквіваленті дуже важко. Те, що один талант у ті часи складав приблизно 26 кг, допомагає нам побачити масштаб трагедії боржника. Бути винним комусь десять тисяч раз по 26 кг золота, срібла чи іншого дорогоцінного металу! Повернути борг – вище людських можливостей, і господар це знав. Тому, коли убитий горем боржник попросив про відстрочення, господар вибачив йому увесь борг. Здавалося б, перед людиною, яку тільки-но вибачили, відкривається нове життя, але, на жаль, наш герой, вийшовши за ворота господарського дому, дуже швидко забув про те, що сталося кілька хвилин тому, і тепер був готовий задушити свого друга лише за 100 динаріїв.

Одного разу Ісуса запросив до себе в гості фарисей на ім'я Симон. Під час обіду до кімнати увійшла жінка-грішниця й обтерла ноги Ісуса дуже дорогим пахучим маслом. Усі засудили її вчинок, але Христос сказав: «Прощаються її численні гріхи, бо дуже вона полюбила; а кому мало прощається, той мало любить!» (Луки 7:47). Спаситель розкрив нам секрет справжнього прощення. Тільки той, хто з гідністю оцінив велич Божого прощення, може відчувати його життєдайну силу і впустити справжню любов у своє серце. Тільки за такої умови наше серце буде готове простити інших, і тоді слова Господньої молитви: «І прости нам провини наші, як і ми прощаємо винуватцям нашим», які ми повторюємо, прозвучать без єдиної фальшиві нотки.

Бути готовим допомогти і пробачити зі співчуття і людяності... Божою концепцією милосердя сьогодні кидає виклик кожному з нас. Чи приймемо ми його?



Джузеппе Марія Креспі.
«Добрий самарянин»

ЗАВЖДИ МАЛО

Лінда Діллоу



Влітку ми з дітьми вирушили в подорож по східноєвропейських країнах. Приїхавши до Румунії, ми вирішили провести декілька днів на березі Чорного моря. У кемпінгу серед приїжджих румунів – о чудо! – була вчителька англійської мови, за допомогою якої ми могли спілкуватися з усіма. Не одну годину ми провели з Кармен і її чоловіком у бесідах про життя в Румунії, про їхні надії та мрії, про причіп для мандрівок, який вони самі змайстрували... Послухавши їх, я зрозуміла, що основна мета їхнього життя – мати якомога більше. Коли ми розповіли їм про Христа, вони здивувалися: «Для чого нам Бог? Усе, що потрібно для життя, – це гроші та речі».

Жадібність може жити і в халупі бідняка, і в палаці багача. Ким би ми не були і де б ми не жили, нам потрібно навчитися бути задоволеними тим, що дав нам Бог.

Іммануїл Кант якось сказав: «Дайте людині все, що вона хоче, і цього одразу ж стане мало». Словник Вебстера дає таке визначення жадібності: «Це сильне бажання мати більше, значно більше, ніж потрібно». У книзі Приповістей Соломона 30:15 сказано: «Дві дочки у кровожерця: "Дай, дай"». Іншими словами жадібність – це ненажерливий черв'як-крокопівця.

Жадібність підступна і гидка. Богові вона ненависна. Жадібність неприємна й кожному з нас. Утім, інколи я знаходжу її в собі. Можливо, вона з'являється і у вашому домі.

За останні десятиліття і в Україні, і в Росії багато чого змінилося. Реклама на телебаченні, на вуличних стендах, у журналах перекопує, що речі зроблять життя легшим, здоровішим, щасливішим. Для чого виробникам потрібна реклама? Так вони створюють нові потреби, стверджуючи, що без їхнього товару щасливе життя неможливе.

БОРГИ

Нам не просто хочеться мати більше. Ми хочемо цього просто зараз і тому влазімо в борги. Гроші стають нашим господарем.

Проте ніде у Святому Письмі не сказано, що гроші або речі – це зло. Можливо, ви думаєте, що Біблія називає гроші коренем усього зла? Це не так. «Коренем усього зла є грошололюбство» (1 Тим. 6:10). У Посланні до євреїв читаємо: «У поведінці будьте не грошоловні, задоволені тим, що маєте. Бо Він сказав: Я тебе не покину і не відступлю від тебе!» (Євр. 13:5). Ви чули коли-небудь щось таке від своїх меблів, від нового одягу чи посуду?

Чому ж ми так багато часу приділяємо речам тимчасовим, якщо Бог узяв на Себе обов'язок постійно піклуватися про нас? Ми не можемо служити одночасно грошам і Богові. Тож кому ми служимо?

РЕЧАМИ ПОТРІБНО КОРИСТУВАТИСЯ, А НЕ ПОКЛОНЯТИСЯ ЇМ

Одне з найсерйозніших попереджень Ісуса, звернених до багатців, ми знаходимо в Євангелії від Луки 12-му розділі, у притчі про багатого землевласника. Цей чоловік зібрав рясний урожай і вирішив побудувати нові клуні, зібрати туди все збіжжя і все своє добро та жити заможнo довгі роки. Але Бог назвав його безумним, бо тієї ж ночі багач помер, не встигнувши натішитися своїми скарбами. Ісус попереджає: «Глядіть і стережіться всякої зажерливості (тобто жадібності, користолюбства, ненаситності – прим. автора), бо не від надміру багатства залежить життя людини!» (Луки 12:15).

Ейден Тозер якось сказав: «Речі захопили людське серце. Божі дари зайняли місце Бога, порушивши природний порядок у Всесвіті. Ми плутаємо, чому служити і чим користуватися».

Бог нещодавно подарував нам чудовий будинок у горах Колорадо. Вісімнадцять років ми тинялися по чужих квартирах, переїжджаючи з однієї країни в іншу, і я дуже вдячна Господу за цей подарунок. Однак інколи ми легко піддаємося бажанню міцніше схопитися за те, що належить нам, і жадібність бере над нами гору.

Святе Письмо недвозначно говорить, що жадібність огидна. Вона – джерело багатьох інших гріхів. Вона поглинає нас і керує нами. Ми не можемо позбутися її своїми силами. Потрібно усією душею молити Бога забрати цю п'явку з нашого серця.

НАШЕ СЕРЦЕ

А що в нас у серці? Можливо, і ви прагнете мати якомога більше грошей і речей, не усвідомлюючи, що це помилковий шлях?

Бажання мати якомога більше виражається по-різному, і в деяких випадках його не так легко виявити. Наприклад, я думаю, що в мене все є і що я усім задоволена, поки мені не випаде нагода купити дешеві речі. За три роки, які я провела в Гонконгу, я накупила купу непотрібних речей лише тому, що вони були дешевими.

Як же навчитися бути вдячними і радіти з того, що є? Єдина моя порада – берегти в серці Божі слова.

У Святому Письмі про гроші сказано більше, ніж про інші аспекти практичного життя християнина. Дивовижно, але це так. Мабуть, Бог хоче, щоб ми серйозно задумалися, що означають гроші, матеріальний достаток особисто для нас. Утім, чи є матеріальний достаток гріховним сам по собі?

УСЕ НАЛЕЖИТЬ БОГОВІ

«Твоя, Господи, могутність і сила, і велич, і вічність, і слава, і все на небесах та на землі! Твої, Господи, царства, і Ти піднесений над усім за Голову! І багатство та слава – від Тебе... і в руці Твоїй побільшити та зміцнити все... Бо все це від Тебе, і з Твоїх руки дали ми Тобі» (1 Хронік 29:11–14).

Ці біблійні вірші наштотують на висновок, що всі матеріальні блага ми отримали від Бога на тимчасове користування. Йому належить усе. Нам – нічого. Тому нас може цікавити тільки одне питання: скільки залишити собі?

Хтось скаже: «Але ж я заробив це тяжкою працею!» Деякою мірою це так. Але Хто дає нам здатність працювати? За допомогою Чийої мудрості та провидіння ми знайшли свою роботу чи свою квартиру?

Бог – Володар усього. Саме тому апостол Яків пише: «Все добре, що нам дане, і кожний досконалий дар походить згори, сходить від Отця світла, в Якому нема зміни, ні тіні переміни» (Якова 1:17).

ДЕ СЕРЦЕ ВАШЕ?

«Як багатство росте, – не прикладайте свого серця до нього!», – написано в Псалмі 62:11. Прислухайтесь до слів Ісуса: «Не збирайте собі скарбів на землі, де міль та іржа нищать і де злодії підкопують і крадуть; збирайте ж собі скарби на небі, де ані міль, ані іржа не нищать і де злодії не підкопують і не крадуть. Бо де ваш скарб, там буде й ваше серце!» (Матв. 6:19–21).

Де ваш скарб? Де ваше серце? Відповівши на ці запитання, ви дізнаєтеся, хто ви і для чого живете.

Як дізнатися, де ваше серце? Уявіть собі, що ви втратили все, що мали. Чи відобразиться це на вашій довірі Богові, на ваших стосунках з Ним? Якщо «так», то ваш скарб – на землі.

БУДЬТЕ ВДЯЧНІ

Ми чимо дітей не скаржитися. А самі? Елізабет Еліот пише, що діти в південноафриканському племені, де вона жила, ніколи не скаржилися. Не вміли. Не навчилися. Чого ви навчаєте своїх дітей? Прислухайтесь до свого серця,

Благословенна чаша

Щоранку, опускаючи пакетик чаю в кип'яток, ми спостерігаємо, як духмяний трав'яний збір, потрапляючи у звичайну воду, надає їй смаку й кольору. Завжди й за будь-яких обставин Христос бажає і може наповнити нас силою, а наше серце – відчуттям задоволення від життя. Його сила вливається в наше слабе тіло, у нашу душу й дух. Ми сильні завдяки Тому, Хто постійно наповнює нас силою.

Яким чином Бог наділяє нас здатністю бути задоволеними? Він вливає в нас це почуття через Своє Слово, яке перетворює нас, проникаючи в наш розум і серце. Чай стає міцнішим, якщо дати йому настоятися. Так і ми найкраще відчуваємо задоволення від життя, якщо проводимо час у читанні Божого Слова і дозволяємо йому наповнювати наше життя, змінюючи нас.

Згідно із задумом люблячого Бога, кожен з нас – особлива, неповторна «чаша». Можливо, хтось бачить себе вишуканою чашечкою з трояндами та золотом облямівкою, хтось – звичайною чашкою, зручною і, можливо, трохи надщербленою з краю, а хтось іще – міцною, місткою металевою квартою, яку майже неможливо розбити.

Бог наповнює нашу «чашу» тим, що, згідно з Його задумом, найкраще для нас, і відкриває нам наше призначення. Наші фізичні й емоціональні особливості, наші здібності, обставини, наші обов'язки та стосунки – усе в нашій «чаші». Утім, іноді нас не влаштовує її вміст.

У Гефсиманському саду наш Господь Ісус, передбачаючи страждання, які Йому належало перетерпіти, благав Небесного Отця: «Отче, коли хочеш, зроби, щоб минула Мене чаша ця; однак не Моя хай буде воля, але Твоя!» (Луки 22:42). Христос міцно тримав Свою чашу, підносячи її до Бога: «Я приймаю свою долю. Наповни мене Своєю силою, щоб Я міг випити цю чашу».

Згідно з Божим задумом, у кожного з нас – своє призначення, своя чаша. І вишукану порцеляну, і грубу кераміку виліпив Він. Нам вибирати: або взяти цю чашу і піднести її Господу зі словами: «Я приймаю її; я приймаю свою долю», або розбити її вщент, сказавши: «Мені не підходять розміри цієї чаші та не подобається її вміст. Боже, я відмовляюся її прийняти. Я сам буду керувати своїм життям».

Задовольнятися тим, що маєш, – означає визнавати Божу владу над собою незалежно від обставин.



до своїх слів. Погляньте на свої вчинки збоку. Чи вчите ви своїх дітей дякувати Богові за Його благословення? Чи діти постійно чимось незадоволені?

Проведіть невеличкий експеримент. Протягом тижня намагайтеся знайти якомога більше причин для того, щоб висловити свою вдячність Богові та близьким людям. Твердо вирішіть не бурчати і не скаржитися протягом цього тижня. Дякуйте своєму чоловікові, дітям, сусідці. Дякуйте друзям за їхню дружбу. Пам'ятайте: якщо ви засмучені через те, чого у вас немає, ви легко розгубите й те, що у вас є.

ДІЛІТЬСЯ

«Чим ділитися?» – з усмішкою скажете ви. Перечитайте біблійну історію про бідну вдову, яка принесла в храм останні гроші – увесь свій статок. Що сказав про неї Ісус? Якщо ви ділитесь тим, без чого, здавалося, не можете обійтися, це змінить усе ваше життя. Ви або будете нервувати, думаючи, як дожити до кінця місяця, або заспокоїтеся й довіритесь Богові, визнавши, що Він – Володар усього.

Бог хоче, щоб ми були задоволені тим, що маємо. Якщо ми прагнемо мати якомога більше – значить ми незадоволені. Ілюзорне щастя – мати бажане, і справжнє задоволення – бажати те, що маємо.

Буревісник

Буревісник – птах доволі незвичайний. Його також називають «птахом святого Петра». Англійська назва «petrel» походить від імені «Peter», тобто «Петро». Як відомо, апостол одного разу пішов по воді. Дивовижно, але ці птахи роблять те ж саме. Буревісники рідко сідають на землю, і ходити по суші в них виходить дуже незграбно. Зате на воді вони тримаються чудово. Перед тим як злетіти, вони, здається, аж біжать по поверхні води, доки їхні довгі крила не створять належної підйомної сили.

Усе, що нам відомо про буревісників, – це те, що в них перетинчасті лапи (це найменші з перетинчастопалих птахів), і те, що їм якимсь чином вдається утримуватися на поверхні води, «ідучи» по ній. Усі буревісники належать до ряду трубконосих, оскільки їхні ніздрі мають форму трубочок, витягнутих вперед.

Буревісник – птах океанічний; майже все своє життя він проводить над океаном і на суші з'являється лише в період відкладання яєць. Якщо подорожувати морем, часто можна бачити, як цей птах кружляє над кораблем або над гребнями хвиль. Під час шторму буревісники не можуть «ходити» по воді, тому день і ніч вимушені залишатися в повітрі.

Розміри буревісників дуже коливаються. Серед них є птахи, трохи більші за ластівок. Буревісники, які з'являються влітку на південно-східному узбережжі Сполучених Штатів, називаються «буревісниками Вілсона». Їхнє пір'я – чорне з білою плямою біля хвоста. Їхня довжина досягає 18 см, у них короткий дзьоб і довгі ходулеподібні лапи. Мандрівників вони вітають дружельною тріскотнею, утім, співати не вміють.

Усього існує близько 80 видів буревісників. Їх можна побачити на узбережжях усіх світових океанів. Особливо багато цих птахів у Південній півкулі. Найбільший з них – гігантський буревісник, розміри якого можуть сягати до 1 м, розмах крил – до 2 м, а вага – до 5 кг.



Леонардо да Вінчі

Леонардо да Вінчі навчався мистецтва живопису в одного з відомих майстрів свого часу. Одного разу старенький вчитель покликав до себе Леонардо й попросив закінчити свою картину, оскільки відчував, що вже не в змозі зробити це сам. Його пропозиція приголомшила молодого да Вінчі: до старого майстра та його живопису він ставився з великою пошаною. Єдиним словом, яке сказав йому вчитель як настанову, було: «Спробуй».

Тремтячи від почуттів, які його переповнювали, Леонардо взяв пензля і в молитві схилив коліна біля мольберта: «Заради мого дорогого вчителя я зроблю усе, на що здатний». Коли він почав роботу, його рука стала твердішою. У нього прокинувся геній. Так Леонардо створив свій перший шедевр.

Мій друже, візьми й ти пензля і схились перед своїм Учителем!



Дорогами християнства

ВІРА АПОСТОЛА АНДРІЯ —

віра наших батьків

ЯКИМ БУЛО
ВІРОВЧЕННЯ
ПЕРШИХ ХРИСТИ-
ЯН? ЯКА СПРАВ-
ЖНЯ ВІРА НАШИХ
ПРАБАТЬКІВ, ОСНО-
ВУ КОТРОЇ ЗАКЛАВ
АПОСТОЛ АНДРІЙ? ЧИ
ВІДПОВІДАЄ ВИЗНАННЯ
ВІРИ СУЧАСНИХ
ХРИСТИЯН ВЧЕННЮ
АПОСТОЛА АНДРІЯ
ТА ЙОГО
ПОСЛІДОВНИКІВ?



Віталій НЕРОБА,
магістр релігієзнавства,
м. Ніжин, Чернігівська обл.

«Так говорить
Господь: На дорогах
спиніться та
гляньте, і спитайте
про давні стежки, де
то добра дорога, – то
нею ідіть, і знайдете
мир для своєї душі!»
(Єрем. 6:16).

СТАВЛЕННЯ АНДРІЯ ДО ОБРЯДІВ ХРИСТИЯНСЬКОЇ ЦЕРКВИ

ХРЕЩЕННЯ

У наш час у християнстві існує чимало різних таїнств і обрядів. Як же обряди звершував Андрій і його послідовники? Як апостол хрестив тих, хто повірив у Бога Отця, Сина і Святого Духа? Безумовно, таким же способом, як був навчений своїми вчителями – Іваном Хрестителем та Ісусом Христом. Це було хрещення, яке звершувалося тільки у свідомому віці й тільки через повне занурення у воду. Недаремно в Євангелії уточнено, що Іван Хреститель «хрестив у Еноні, що поблизу Салима, бо там було багато води» (Івана 3:23). Цікаво і те, що біблійне дієслово «хрестив» нічого спільного зі співзвучним йому словом «хрест» не має. Це давньогрецьке слово, яке згадується в манускриптах Євангелія, звучить як «бапт'изон» і буквально перекладається «занурювальний». Іван Хреститель хрестив (занурював) людей біля Салима саме тому, що річка Йордан була в тому місці найглибшою і повністю занурювати дорослу людину у воду було зручніше.

Хрещення – це Божя постанова. Таким чином людина сповідує свою віру в смерть і воскресіння Ісуса Христа. Повністю занурюючись у воду в момент хрещення, вона символічно підтверджує своє рішення стати мертвою для гріха, а піднімаючись із води, образно заявляє про своє рішення жити новим життям з вірою у Свого Спасителя (див. Римл. 6:3). Таким чином вона визнає Христа Господом і стає частиною Його Церкви.

Чи міг Андрій хрестити немовлят? Згідно з ученням Біблії, обряд хрещення – будь-який без винятку – потребує від людини попередньої та усвідомленої підготовки. Той, хто бажає охреститися, повинен, по-перше, бути навченим принципів віри, викладених у Святому Письмі (див. Матв. 28:19, 20); по-друге, вірити в істинність цих принципів віри (див. Дії 8:35-37); по-третє, розкаятися у своїх минулих гріхах і, нарешті, прагнути почати нове життя згідно з веліннями Христа з вірою в Бога Отця, Сина і Святого Духа (див. Дії 2:36-41; Матв. 28:19). Очевидно, що немовлята у своєму віці не можуть виконати ці чотири обов'язкові умови щодо хрещення. Очікувати пізнання істини, віри, покаяння і бажання іти Господніми шляхами від немовлят неможливо. Тому їхнє хрещення не мало ніякого змісту. Аж до IV століття у віруючих сім'ях хрестилися тільки у свідомому віці. Історія наводить нам декілька переконливих прикладів такої біблійної прак-

тики: «Святий Іван Златоуст – жив у IV столітті. Його батьки – Секунд і Анфуса – були християнами. Однак Іван був хрещений у 20 років. Святий Григорій Богослов (IV століття), у якого матір була свята праведниця Нонна, а батько – християнин, єпископ, котрий посповідав сина Богові ще при народженні, був хрещений у 24 роки. Святий Василій Великий (IV століття), у нього батько й матір були благочестивими християнами. Приймаючи хрещення у віці близько 30 років»².

На жаль, більш пізня практика хрещення немовлят дуже далека від первісної, біблійної та апостольської. У Біблії не описано жодного випадку хрещення немовлят. Навіть Сам Господь Ісус Христос, даючи приклад наступним поколінням християн, охрестився приблизно в 30 років (див. Луки 3:23; Матв. 3:13-17). Святе Письмо ясно говорить: «Хто повірить і охреститься, буде спасений, а хто не повірить, осуджений буде» (Марка 16:16).

ПРИЧАСТЯ

Іншим відомим у християнстві обрядом є Вечеря Господня, або Причастя, під час якого християни на знак пам'яті про страждання Сина Божого причащаються хлібом і вином, які символізують тіло Христа та Його пролиту кров заради нашого спасіння.

Ісус Христос установив Причастя на основі біблійного свята Пасхи під час останньої Вечері з дванадцятьма апостолами напередодні Свого розп'яття. Тоді, ламаючи хліб і роздаючи його учням, а також подаючи їм чашу з вином, Господь урочисто оголосив символічне значення цих дій. Причастя мало стати постійним нагадуванням про Його викупну жертву за гріхи людства (див. 1 Кор. 11:23-28).

Важливо відзначити, що це була пасхальна Вечеря. А перед святом Пасхи, згідно з Божою постановою, усі віруючі прибирали зі своїх будинків усе квасне (див. Вих. 12:15). Тому перші християни під час цього свята їли тільки прісний хліб – символ безгрішного тіла Христа – і пили безалкогольне виноградне вино (виноградний напій, який ще не забродив, – прим. ред.). Апостол Павло, знаючи про значення пасхальних символів і дотримуючись їх на практиці, у своєму посланні християнам у Коринті написав: «...Адже наша Пасха, Христос, за нас принесений у жертву. Тому святкуймо не в старій заквасці й не в заквасці злоби та лукавства, а в прісності щирості та істини» (1 Кор. 5:7, 8).

Продовження в наступному номері.

¹ Огієнко І. І. Українська Церква. К., 1993. С. 18.

² Борисов. А. Побелевшие нивы. М., 1994. С. 169.

ТЕЛЕКАНАЛ
www.hope.ua

Надія

Позитивне телебачення для всієї родини

ТВ - програма*	ПОНЕДІЛОК	ВІВТОРОК	СЕРЕДА	ЧЕТВЕР	П'ЯТНИЦЯ	СУБОТА
НЕДІЛЯ						
00:00 Так промовляє Біблія	00:00 Богослуження в храмі на Подолі	00:00 Поспілкуймося	00:00 Вісті надії	00:00 Модна книга	00:00 Поспілкуймося	00:00 Богослуження в храмі на Подолі
00:30 Іудаїзм і християнство	01:00 Музична скринька	01:00 Открытая книга	00:25 5 хвилин для вічності	00:20 5 хвилин для вічності	01:00 Пророки говорять	01:00 Біблія продовжує говорити
01:00 ...єсть Любовь		02:00 Філософія	00:30 Згадуючи найважливіше	00:30 Под абажуром	01:30 Лицом к лицу	01:30 Принято считать
01:30 Контрасти душі	02:30 Поетическіє зустрічі	02:30 Поетическіє зустрічі	01:00 Вдохновение	01:00 Непростое состояние	02:00 Открытая книга	01:50 Ваша думка
02:00 Открытая книга	03:00 Евангеліє глазами авторів	03:00 Евангеліє глазами авторів	01:30 Поетическіє зустрічі	01:30 Выход рядом	02:30 В начале было Слово	02:00 Под абажуром
02:30 Поспілкуймося	03:30 Контрасти душі	03:30 Контрасти душі	02:00 ДИАГНОЗ: здоров'є	01:45 Люди и судьбы	03:00 Поетическіє зустрічі	02:30 Лицом к лицу
03:30 Люди и судьбы	04:00 В начале было Слово	04:00 В начале было Слово		02:30 Тайна жизни	03:30 Духовный дом	03:00 Тайна жизни
03:45 Заповеди блаженства	04:30 Лицом к лицу	04:30 Лицом к лицу	03:10 Советы и мнения	03:10 Советы и мнения	03:40 Выход поруч	03:40 Мамини секрети
04:00 Філософія	05:00 Ваша думка	05:00 Ваша думка	03:30 ДИАГНОЗ: здоров'є	03:30 ДИАГНОЗ: здоров'є	04:00 Так промовляє Біблія	04:00 Вознесіння колісницьі спасіння
04:30 Евангеліє	05:10 Принято считать	05:10 Принято считать	04:00 Контрасти душі	04:00 Контрасти душі	04:30 Так промовляє Біблія	04:30 В начале было Слово
05:00 Вдохновение	05:30 Непростое состояние	05:30 Непростое состояние	04:30 Лицом к лицу	04:30 Лицом к лицу	05:00 Контрасти душі	05:00 ...єсть Любовь
05:40 Евангеліє	06:00 В центре внимания	06:00 В центре внимания	05:00 Поетическіє зустрічі	05:00 Поетическіє зустрічі	05:30 Счастье вопреки всему	05:30 Іудаїзм і християнство
06:00 Модна книга	06:30 Згадуючи найважливіше	06:30 Згадуючи найважливіше	05:30 Ваша думка	05:30 Ваша думка	06:20 Ваша думка	06:00 Модна книга
06:30 Пророки говорять	07:00 А что, если да?	07:00 А что, если да?	06:00 Богослуження в храмі на Подолі	06:30 Богослуження в храмі на Подолі	06:30 Біблія продовжує говорити	06:30 Біблія продовжує говорити
06:30 Хочу Вас спросить	08:00 Вкус здоровья	08:00 Счастье вопреки всему	06:30 Предсказания древности	07:00 А что, если да?	07:00 А что, если да?	07:00 Хочу Вас спросить
07:00 ...єсть Любовь	08:20 Ваша думка	08:50 Ваша думка	07:00 А что, если да?	08:00 Непростое состояние	07:00 А что, если да?	07:30 В центре внимания
07:30 Так промовляє Біблія	09:00 А что, если да?	09:00 А что, если да?	08:00 € проблема	08:30 Земля обетованная	08:00 ...єсть Любовь	08:00 В пошуках істини
08:00 Сила Одного	09:30 Страницы для души	10:00 Познаєм істину	09:00 А что, если да?	09:00 А что, если да?	08:30 Евангеліє	08:30 Так промовляє Біблія
08:30 Дружболандія	09:45 Вкус здоровья	10:50 Ваша думка	09:30 А что, если да?	10:00 Вдохновение	09:00 А что, если да?	
09:00 Выход рядом	10:00 ДИАГНОЗ: здоров'є	11:00 А что, если да?	10:00 Помолитесь за меня	10:30 Так промовляє Біблія	10:00 Помолитесь за меня	
09:25 5 хвилин для вічності	10:30 Мамини секрети	11:00 А что, если да?	10:30 Так промовляє Біблія	11:00 А что, если да?	10:50 Ваша думка	
09:30 Страницы для души	10:30 Советы и мнения	11:00 А что, если да?	11:00 А что, если да?	12:00 Музична скринька	11:00 А что, если да?	
09:45 Вкус здоровья	10:30 ДИАГНОЗ: здоров'є	11:00 А что, если да?	12:00 Богослуження в храмі на Подолі	12:30 Счастье вопреки всему	12:00 В центре внимания	
10:00 Мамини секрети	10:30 Біблія продовжує говорити	11:00 А что, если да?	13:00 Непростое состояние	13:00 ...єсть Любовь	12:30 Іудаїзм і християнство	
10:10 Советы и мнения	10:30 Біблія продовжує говорити	11:00 А что, если да?	13:30 Предсказания древности	14:00 Хочу Вас спросить	13:00 Тайна жизни	
10:30 ДИАГНОЗ: здоров'є	11:30 В центре внимания	11:00 А что, если да?	14:00 Земля обетованная	14:30 ДИАГНОЗ: здоров'є	13:40 Выход рядом	
11:00 Біблія продовжує говорити	12:00 Богослуження в храмі на Подолі	12:00 Вісті надії	14:30 Музична скринька	15:00 Предсказания древности	14:00 Лицом к лицу	
11:30 В центре внимания	13:20 Ваша думка		15:00 Помолитесь за меня	15:00 Чудесный магазин	14:30 Так промовляє Біблія	
12:00 Богослуження в храмі на Подолі	13:30 Вісті надії	12:30 Іудаїзм і християнство	15:30 Мамини секрети	16:00 Чудесный магазин	15:00 Помолитесь за меня	
13:20 Ваша думка	14:00 Богослужіння у Львові	13:00 Пророки говорять	16:00 Малюваки	16:35 Дружболандія	15:50 Біблія, як вона є	
13:30 Вісті надії	14:30 Музична скринька	13:30 Модна книга	16:00 Малюваки	17:00 Вісті надії	16:00 Малюваки	
14:00 Богослужіння у Львові	15:00 Згадуючи найважливіше	14:00 Принято считать	16:20 В гостях у Добрячка	17:20 5 хвилин для вічності	16:00 Малюваки	
14:30 Дружболандія	15:30 Непростое состояние	14:30 Сила Одного	16:40 Мастерская добрых дел	17:30 Вкус здоровья	16:20 В гостях у Добрячка	
15:00 Згадуючи найважливіше	16:00 ДИТЯЧИЙ ЧАС	15:00 Познаєм істину	17:00 Евангеліє глазами авторів	17:45 Готовим вместе	16:40 Мастерская добрых дел	
15:30 Непростое состояние	16:20 ДИТЯЧИЙ ЧАС	16:00 Чудесный магазин	17:30 € проблема	18:00 Богослуження в храмі на Подолі	17:00 Вдохновение	
16:00 Малюваки	16:40 Дружболандія	16:30 В гостях у Добрячка	18:00 ...єсть Любовь	19:00 Тайна жизни	17:30 Богослужіння у Львові	
16:20 В гостях у Добрячка	17:00 Земля обетованная	16:45 Дружболандія	18:30 Так промовляє Біблія	20:00 Помолитесь за меня	18:00 В пошуках істини	
16:40 Мастерская добрых дел	17:30 Пророки говорять	17:00 Вдохновение	19:00 Поспілкуймося	20:30 Советы и мнения	19:00 Музична скринька	
17:00 Счастье вопреки всему	18:00 Богослужіння у Львові	17:30 Вознесіння колісницьі спасіння	20:00 Сила Одного	20:50 Вечірні історії	19:15 Выход поруч	
17:50 Ваша думка	18:30 ДИАГНОЗ: здоров'є	18:00 Детская страничка	20:30 5 хвилин для вічності	21:00 Модная книга	19:30 € проблема	
18:00 Модная книга	19:00 В пошуках істини	18:30 Детская страничка	20:40 Ваша думка	21:20 Выход рядом	20:00 Познаєм істину	
18:20 5 хвилин для вічності	19:30 Непростое состояние	19:00 Вдохновение	20:50 Вечірні історії	21:40 Страницы для души	20:50 Вечірні історії	
18:30 Земля обетованная	20:00 Непростое состояние	19:30 Вознесіння колісницьі спасіння	21:00 Вісті надії	22:00 Счастье вопреки всему	19:30 Згадуючи найважливіше	
19:00 Поспілкуймося	20:30 Предсказания древности	19:00 Детская страничка	21:20 Біблія, як вона є	22:50 5 хвилин для вічності	20:00 Счастье вопреки всему	
20:00 ...єсть Любовь	21:00 Помолитесь за меня	19:30 Детская страничка	21:30 Непростое состояние	23:00 Помолитесь за меня	20:50 Ваша думка	
20:30 € проблема	21:30 Вечірні історії	20:00 Детская страничка	22:00 Под абажуром	23:30 Принято считать	21:00 В центре внимания	
21:00 Вісті надії	22:00 Хочу Вас спросить	20:30 Дружболандія	22:30 Выход поруч	23:50 Духовный дом	21:30 Под абажуром	
21:20 Біблія, як вона є	22:30 Богослуження в храмі на Подолі	21:00 Музична скринька	23:00 В начале было Слово		22:00 Евангеліє глазами авторів	
21:30 Сила Одного	23:00 Познаєм істину	21:30 Музична скринька	23:30 Принято считать		22:30 Страницы для души	
22:00 Выход поруч	23:30 Біблія, як вона є	22:00 ...єсть Любовь			22:45 Люди и судьбы	
22:20 Ваша думка	23:50 Біблія, як вона є	22:30 Іудаїзм і християнство			23:00 Лицом к лицу	
22:30 Тайна жизни		23:00 Помолитесь за меня			23:30 Вісті надії	
23:10 Советы и мнения		23:50 Ваша думка			23:50 5 хвилин для вічності	
23:30 Філософія						
23:50 Евангеліє						

*ТВ-програма першого тижня липня (30.06.2013 - 06.07.2013). Телеканал залишає за собою право внесення змін до ТВ-програми.

АНОНС

Дивіться в липні

А что, если да...
счастье вопреки всемуЗНАТИ, ЩО таке щастя
БАЧИТИ, ДЕ живе щастя
РОЗУМІТИ, ЯК бути щасливим
ВМІТИ ДАРУВАТИ ЦЕ щастя іншимВедучий: магістр теології
Віктор АлексєєнкоПараметри налаштування
спутникового
телеканалу "Надія":Канал: Nadiya TV
Супутник: ASTRA-4A (Sirius), 5° сх.д.
Частота прийому: 12.284 МГц
Поляризація: V, FEC 3/4
Швидкість потоку: 27.500 Мбіт/с

ЦІЛОДОБОВО

Дивіться
програми телеканалу
в мережі Інтернет24 години на добу
7 днів на тиждень на сайті

www.hope.ua

Телефони гарячої лінії:

0 800 50 157 80

life: (093) 50-157-80

МТС (066) 707-00-05

КИЇВСТАР (098) 707-00-05

Молитовна підтримка
Розмова зі священнослужителем
Сімейна консультація
Питання, побажання і пропозиціїВивчайте Біблію разом з нами on-line
на сайті www.bibleschool.com.uaВаші пропозиції,
побажання, зауваження
надсилайте на адресу:

✉ contact@hope.ua

а/с 36, Київ - 71, 04071 Україна

S hope_channel_ukraine

Диски

Дружболандія

Незабутні пригоди у пошуках
головного: доброти,
дружби, ввічливості. Дружболандія —
це чудова країна, де не буде сліз,
хвороб, а всі жителі радіють та
допомагають один одному.

Мова: російська

А что, если да?..

Соціальна програма, що враховує різні
потреби людини. Її автор покаже зв'язок
між Нагірною проповіддю Ісуса і сучасним
суспільством, а також дасть практичні
поради по досягненню реальної
внутрішньої гармонії.

Мова: російська

Замовити диски або безкоштовний
каталог відеопродукції
Ви можете за адресами:

zakaz@hope.ua

а/с 36, Київ - 71, 04071 Україна

або за телефонами
гарячої лінії

Димовий сигнал

Одного чоловіка, уцілілого після корабельної аварії, викинуло хвилиною на маленький безлюдний острів.

Чоловік палко молився, щоб Бог спас його. Він постійно вдивлявся вдалину, сподіваючись побачити хоч що-небудь, що свідчило би про наближення допомоги. Нарешті, майже знесилений, він вирішив побудувати невеличкий шалаш із дощок, прибитих хвилиною до берега, щоб захиститися від негоди та зберегти вцілілі речі.

Якось, обійшовши острів у пошуках їжі та повернувшись на берег, чоловік побачив, що його шалаш охоплений полум'ям. Його тимчасове пристановище та речі – усе горіло. Дим від пожежі піднявся високо в небо. Гнів і відчай охопили цього бідолашу.

– Боже, як ти міг так вчинити зі мною? – ридючи, кричав він.

– Наступного дня рано-вранці його розбудив корабельний гудок. Неподалік від острова стояв корабель. Він прийшов, щоб спасти бідолашу.

– Звідки ви дізналися, що я тут? – запитав знесилений чоловік своїх рятівників.

– Ми побачили димовий сигнал, – відповіли ті.

Дуже легко занепасти духом, коли вам здається, що все втрачено. Утім, не будемо втрачати віри, тому що і в болі, і в стражданнях Господь з нами. Він невидимо керує нашим життям. Пам'ятайте: навіть якщо ваш маленький шалаш згорить дотла, він послугує димовим сигналом. Це сприятиме вашому спасінню та вічному благу.



Ціна царя

Одного дня цар влаштував багатоденний бенкет для всіх своїх князів і вельмож, бажаючи похвалитися великим багатством свого царства та власною величиною. На помості стояли золоті ложі, оточені завісами із шовків на срібних кільцях і багряних шнурах, прикріплених до мармурових стовпів. Напої подавали в дорожочинних посудинах, чимало вина було винесено із царських погребів – таким багатим був цар.

Коли розвеселилося серце царя від вина, він звернувся до своїх вельмож із такими словами:

Бажаю я, щоб ви оцінили мене й сказали, скільки я коштую – разом з усім, що я маю!

У залі запанувала велика тиша, бо кожен подумав, що призначити ціну цареві не під силу навіть ангелам. Лише один мудрий старець тихо сказав:

– Не вартий ти і тридцяти срібних монет.

Цар дуже розгнівався, і його серце закипіло від люті.

– Ти, напевно, вже несповна розуму! – грізно вигукнув цар. – Будь-яка золота нитка в моєму одязі коштує дорожче!

Утім, старець відповів царю:

– Бог, Котрий створив Усесвіт, був проданий за тридцять срібняків. Чому ти хочеш коштувати більше?

Почувши ці слова, цар засоромився своїми пихами і зрозумів, що все золото світу і земна слава – це лише порох, і тільки Господь, Котрий випробовує серця, оцінить його гідно.



МАЯТНИК ЗАНЕПОКОЄННЯ

Підготувала Ліка Введенська

Хтось одного разу сказав: «Занепокоєння – як маятник: постійно рухається, але нікуди не приходять... Бувають моменти, коли занепокоєння нас залишає. Ці короткі паузи для перепочинку називають панікою!»



«Початок тривоги – це кінець віри. Початок справжньої віри – це кінець тривоги».

Джордж Мюллер

Коли ми будемо свої плани, не питаючи поради в Бога, хвилювань і тривог нам не уникнути.

Хвилюючись, ми тим самим кажемо Богові: «Ти безсилий». Якщо нашу душу роздирає тривога – значить наша віра ослабла. Кожен з нас бажає мати глибоку віру, але саме тривога часто стає нашим другим «я». Її обійми завдають нам жорстоких страждань. Як швидко струмінь ледь помітного занепокоєння перетворюється на бурхливий потік, який захоплює собою всі наші думки! Нам необхідно позбутися тривоги.

На запитання: «Про що Ви найбільше турбуєтесь?» багато хто відповідає: «Про все!» Ось перелік найпоширеніших причин для тривоги, і перше місце в ньому, звичайно ж, займають гроші.

Гроші: «Чи зможемо ми внести в цьому місяці плату за кредит?», «Де взяти гроші, щоб оплатити навчання дітей?», «Як нам купити машину?».

Материнство: «Чи зможу я мати дитину?», «Чи зможу я стати гарною матір'ю, правильно виховати дітей?».

Шлюб: «Чи одружуся я коли-небудь?», «Чи витримає мій шлюб випробування, чи буде він життєздатним?», «А якщо чоловік/дружина зрадить мене?».

Здоров'я: «Чи не спіткає мене чи когось із моїх близьких якась страшна невиліковна хвороба?».

Робота: «Я буду працювати чи залишуся домогосподаркою?».

Вага: «Я справді така товста, як собі здаюся?», «Чи гарне в мене тіло?».

Небезпеки: «А якщо на мою дитину нападуть?», «А раптом літак упаде?».

Чому ж людина відчуває занепокоєння? Ті, кого запитують про це, зазвичай називають одну з трьох причин:

- Тому що цей світ некерований.
- Тому що я не можу контролювати свою сім'ю.
- Тому що мені не підвладне моє життя.

ЩО ТАКЕ ТРИВОГА?

Кожна людина коли-небудь переживала почуття тривоги. Деякими опановує підвищена тривожність внаслідок хімічного дисбалансу в організмі. Їм доводиться постійно приймати ліки, щоб контролювати напади паніки. Це органічне порушення потребує лікування. Ми ж говоримо про звичайний,

«повсякденний» неспокій, якому ми, однак, дозволяємо керувати нашим життям.

Згідно з результатами досліджень, проведених психологами Френком Мінертом і Полом Майєром, тривожність – найпоширеніший психологічний розлад. Почуття тривоги проявляється по-різному. Хтось не може заснути або відчуває ниття та біль у шиї і плечах, у когось спостерігається підвищена активність. Однак це зовнішній прояв тривоги, але ніяк не її визначення. Так що ж таке тривога?

Тривога являє собою розпливчастий, тривалий і невизначений страх із приводу майбутніх подій. Вона виникає в ситуаціях, коли ще немає (а втім, може й не бути) реальної небезпеки для людини, проте вона чекає її при цьому поки не уявляє, як впоратися із цією небезпекою. Мертва хватка тривоги позбавляє людину спокою. Вона приводить її до неспокою, розриває душу, заважає виконувати звичайні обов'язки і змушує без кінця продумувати свої дії в обставинах, які можуть ніколи не виникнути. Це звичка «перепливати річки, не дійшовши до них».

Хвилювання і тривоги пов'язані швидше з нашим поглядом на життя, ніж з обставинами. В одній і тій самій ситуації хтось буде переживати, а інший залишиться абсолютно спокійним. Зазвичай людина переживає, коли бачить, що їй або комусь із близьких загрожує небезпека. Небезпека може бути реальною або уявною. Якщо ваша дитина стоїть посеред вулиці і до неї наближається автомобіль, то небезпека – реальна, і в такому випадку ваш страх і хвилювання допомагають вам врятувати дитину від біди. Однак якщо ви переживаєте про те, що тільки гіпотетично може статися: «А раптом мій син спробує наркотики?» або «Що буде, якщо моя дочка завагітніє, її зрадить чоловік або я захворію на рак грудей?» – це небезпека уявна.

Французький філософ Мішель де Монтень якось сказав: «Моє життя було сповнене страшних нещастя, більшості з яких ніколи не трапилося». Якщо ми витрачаємо дорожочинний час на переживання про те, що може трапитися, занепокоєння важким тягарем лягає на наші плечі, виснажує наші сили і прирікає нас на бездіяльність.

Іноді люди плутають тривогу з депресією. За словами Френка

Мінерта та Пола Майєра, почуття тривоги пов'язане з майбутнім, а депресія пов'язана з минулим. Тобто депресія – це минуле, накладене на сьогодні, а тривога – майбутнє, накладене на сьогодні. Одна жінка сказала, що хвилювання – це попередній внесок за неприємності, які навряд чи стануться. Як правильно зазначено! На жаль, нас продовжують мучити різні тривоги і побоювання, які руйнують наше тіло, дух та душу.

ВМІННЯ ДОВІРАТИ

Петро був людиною імпульсивною і неспокійною. Він майже дійшов по воді до Ісуса, але занепокоєння і тут наздогнало його. Він одразу ж почав тонути (Матв. 14:30). Дізнавшись, що Ісуса зрадять, Петро дуже розхвилювався. Він навіть дорікав Христу за те, що Той повинен постраждати. Апостол Петро, в минулому рибалка Симон, знайшов спосіб позбавитися тривоги. У своїх посланнях він закликає нас упорити себе і довірити все могутньому Богу, віддати всі свої турботи в Його сильні руки.

Якщо неспокійний Петро навчився довіряти Богові, то й ми з вами на це здатні! Уміння довіряти приходить не відразу. Процес навчання довіри починається в той момент, коли ми визнаємо, що занепокоєння – це гріх, і сповідуємо його перед Богом. Наступні наші кроки – це вираження подяки Богові за те, що Він – Володар усього, і рішення довірити Йому своє життя – і день сьогоднішній, і своє майбутнє.

КОРОБКА ДЛЯ «ТРИВОГ»

Один з непоганих способів боротьби із занепокоєнням – коробка для «тривоги». Нею може стати будь-яка коробка, яка вам сподобалася. Коли вас починають долати тривоги, візьміть невеликий аркуш паперу і напишіть на ньому причини занепокоєння. Поставте дату і зверніться до Господа приблизно з такими словами: «Боже, я передаю Тобі ці тривоги, які роздирають моє серце і розум. Я кладу їх у цю коробку, і з цієї миті вони Твої. Я віддаю їх Тобі. Ти впорашеш з ними набагато краще, ніж я». Покладіть аркуш у коробку для «тривоги», закрийте її і подякуйте Богові за Його турботу про вас.

Особистий досвід

М. Ларшин

Один журналіст вирішив написати книгу про ув'язнених, засуджених на смертну кару. Йому хотілося розповісти правду про те, що відчують «смертники». Журналіст домовився із суддею, той сфабрикував йому «справу», і писак посадили до в'язниці.

Про їхню угоду не знав ніхто. Потрапивши до в'язниці, журналіст почав спостерігати за засудженими, розмовляти з ними, робити нотатки... Словом, усе йшло за планом.

За десять днів до свого «звільнення» журналіст із жахом дізнався з газети, яку підкинули в його камеру, що суддя передчасно помер. Нещасний декілька разів перечитував усе, що стосувалося судді: його ім'я, прізвище, місце роботи, зв'язуючи з відомою йому інформацією, — на жаль, усе збігалося. Це був саме той суддя, з яким у нього була укладена угода! Журналіст запанікував. Він намагався було пояснити, що перебуває у в'язниці для того, щоб зібрати матеріали для своєї книги. Але все було марно, йому не вірили, а навпаки, вирішили, що таким чином він хоче unikнути покарання. «Справа» була сфабрикована професіонально, з фактами та доказами. До того ж ув'язнені часто вдаються до різних хитрощів, тому їм не прийнято вірити.

Журналіст уже давно перестав цікавитися тим, що відчують ув'язнені,



засуджені на смерть; він закинув свої записи, адже справа набула серйозного оберту. Наближався день виконання вироку. Журналіст був у захливному відчаї. Зранку, за день до страти, його викликали до в'язничної канцелярії. Знесиленний від нервового напруження, він увійшов до кімнати й не повірив своїм очам. Перед ним сидів суддя, з яким він уклав угоду, живий і неушкоджений!

— Тепер я впевнений, що ти напишеш правдиву книгу про те, що відчують засуджені до смертної кари. Ти напишеш її, знаючи це з власного досвіду! — вигукнув суддя.

Усі ми — приречені на смерть в'язні гріха. Але далеко не завжди усвідомлюємо це. І тільки коли потрапляємо в обставини, з яких не бачимо виходу, розуміємо, що потребуємо заступництва верховного Судді — Ісуса Христа.

ЯКЩО Б НЕ БОГ...

«Якби не Бог, пережити це було б неможливо! Щороку похорони! Спочатку хвороба забрала рідного сина, потім мого батька. Чоловік розбився на машині, невдовзі я поховала маму. А через два місяці вбили сестру. Важко, страшно, самотньо! Навіть здоровій людині перенести стільки ударів у житті здається неможливим».

Назустріч мені крокувала жінка середнього віку. Вона насильно робила кожен крок, оскільки одна сторона тіла була паралізована. Спираючись на паличку, жінка дивилася вперед і усміхалася. По-знайомившись із Наталією, я зрозуміла: це особлива людина. Було видно, що вона перенесла багато болю, але неможливо було не помітити тієї дитячої радості і вдячності, які керували кожним її рухом. Що дало їй стимул далі жити, незважаючи на хворобу і втрати? І не просто жити, а радіти і дякувати Богові за кожну мить.

«Усе життя я працювала в торгівлі. Було все: обман, горілка, сигарети. Удача мені усміхалася, «мені повезло» — думала я, хваливши власне вміння і винахідливість. Люди не могли мене зупинити, зупинила хвороба. Інсульт. Мама почала мене доглядати, оскільки я

не вставала. У той час вона познайомилася з віруючими людьми, вони почали приходити до мене і розповідати про Бога, подарували мені Біблію. Я потихеньку почала підніматися і ходити. Пізніше мені запропонували путівку в санаторій. Виявилось, що всі, хто туди приїхав, були інвалідами. Я не знаю, звідки це взялося в мене, але там я почала всім розповідати про Бога, хоч сама офіційно не належала до жодної церкви. З того часу я почала цікавитися духовними питаннями. Отримавши запрошення на євангельську програму, ми разом із чоловіком почали її регулярно відвідувати і незабаром прийняли хрещення. Життя по-налагоджувалося. Але потім настала чорна смуга. Якби не Бог, я б не пережила цього! Щороку похорони!

Спочатку хвороба забрала рідного сина, потім мого батька. Чоловік розбився на машині. Невдовзі я поховала маму. А через два місяці вбили сестру. Важко, страшно, самотньо! Навіть здоровій людині перенести стільки ударів у житті, здається, неможливим. Щось утримало мене від відчаю. Ні, хтось! Зараз, озирнувшись назад, я розумію, що Бог не залишав мене, навіть коли я абсолютно про нього не згадувала. Потім Він потішав, зміцнював і підтримував у тих численних втрахах. У стражданнях я стала ближча до Бога. Я не опускаю рук! Навпаки, переживши біль, знаю, як можна підтримати тих, хто потрапив у подібні обставини. У мене з'явилася нова сім'я — моя Церква, в якій кожна людина — це брат і сестра. Я дуже люблю свою нову сім'ю! Незважаючи на своє слабке здоров'я, я ставлю великі цілі і прагну їх досягти. Я не вважаю себе хворою і не люблю, коли мене жаліють. Тим людям, які у відчаї, хочу сказати: ніколи не опускайте рук! Богів не все одно, що з вами! Він ніколи вас не залишить, навіть якщо все зруйнується! Він — Скеля!»

Наталія здійснює соціальне служіння — допомагає, підтримує тих, хто потребує допомоги. Своїм оптимізмом і любов'ю до людей завойовує їхню довіру, і не втрачає можливості засвідчити про те щастя і розраду, які знайшла в Бозі.



Ця коробка щороку буде нагадувати вам про те, що саме Бог несе тягар ваших турбот і тривог, а не ви. Раз чи два на рік відкривайте коробку і перечитуйте складені там «тривоги». Дякуйте Богу за те, про що Він уже подбав. Решту «тривог» складіть назад у коробку і знову довірте їй Йому.

Життя сповнене проблем і страждань. Але в нас є вибір: продовжувати хвилюватися або довіритися Тому, Хто гідний довіри. Коли вас охоплює неспокій, подумайте, чи варто вам намагатися керувати своїм життям? Чому б вам не довіритися Богові?

Скористайтеся досвідом тих, хто в боротьбі із занепокоєнням збагнув велику істину: Бог присутній у всіх наших «завтра». Джордж Макдональд, шотландський класик, якось сказав: «Вірно підмічено: ще ніхто не впавав під тягарем одного дня. Нам стає нестерпно важко, якщо до турбот про сьогодні додається тягар дня завтрашнього. Не обтяжуйте себе так, друзі мої. Якщо ви виявите, що взяли на себе занадто багато, то згадайте: ви це зробили самі. Бог тут ні до чого. Він просить вас віддати ваше майбутнє Йому».

Фредерік Б. Мейєр підтвердив цю істину: «Не намагайтеся зазирнути в майбутнє, не виявляйте нетерпіння в дорозі, але смиренно, крок за кроком, ідіть слідом за Пастирем. І ваше життя буде благословенним. Пастир завжди йде попереду овець. Він першим зустрічає їхнього ворога і відбиває його атаку. Бог іде попереду нас. Він з нами в нашому «завтра». Йому відкриті всі наступні дні нашого життя».

Богу вже відоме ваше «завтра». Тому ви можете сміливо довірити всі ваші турботи Йому. Складіть тягар ваших тривог на Його могутні плечі. Йому набагато легше нести тягар, ніж вам. Не турбуйтеся про завтрашній день, довіртеся Богові сьогодні!

Мне нужно увидеть Христа

Мне нужно, как воздух, Христово ученье,
Его милосердие, долготерпенье.
И больше жизни, достатка, везенья
Мне нужно для счастья Христова смиренья.
Мне хочется пить полной грудью средь вёсен
Густой неземной аромат наших сосен,
Не славу, почет, не людское признание —
Христова характера благоуханье.
Мне нужно увидеть Христа непременно,
Средь боли, страдания взглянуть откровенно
В Его милосердные, добрые очи
И вслушаться в голос негромкий, пророчий.
Мне нужно явить Его миру так зримо,
Чтоб не было тех, кто прошествовал мимо
Совсем равнодушно, ничуть не колеблясь,
В душе моей черствой, холодной изверясь.
Мне нужно отбросить свое самомненье
И гибнущим руку подать для спасенья,
А грешнику хлеба — в ответ на прошенье,
Тем выразив Божие соизволенье.
Мне нужно сумею победить зло любое
Не силой своею — Христовой любовью.
Мне действовать нужно, и без промедленья,
И труд совершить свой, и предназначенье.

Светлана Лагидная



«Зла» цибуля



Мені завжди не вистачало часу на власних дітей. Робота, кар'єра, особисте життя... Утім, мої діти ні в чому не мали потреби, у мене було достатньо коштів, щоб задовольняти їхні «шоколадно-комп'ютерні» потреби. Я заплещувала очі на вади їхнього характеру, а вони прощали мені відсутність уваги.

Однак ніжне, «шовкове» дитинство минуло. Почався важкий підлітковий період. З'явилися перші справжні почуття, перші взаємні звинувачення. Я зробила важливе відкриття: мої діти виросли без любові. Я мало займалася їхнім вихованням, не присікала поганих вчинків і не навчила відрізняти добра від зла.

Якось після чергової сварки я стояла на кухні, чистила цибулю, і сльози текли з моїх очей. До кухні ввійшла мама.

— Чого ти плачеш? — запитала вона.

— Ти знаєш, яка «зла» цибулина попалася. Є ж такі сорти, від яких не плачуть.

— Ні, — сказала мама, — напевно, цю цибулю мало поливали.

Того дня я зрозуміла одну важливу річ: якщо дітей мало «поливати» (проявляти любов) в дитинстві, то, ставши дорослими, вони принесуть немало сліз.



Мистецтво позитивної відмови



Метод тверджень, який застосовується у вихованні, зводиться нанівець зайве напруження в стосунках з дитиною. Розглянемо дію цього методу на практиці. Отже, перед нами – звичайна ситуація:

– Мамо, можна мені покататися на велосипеді?

– Ні, не можна! Ти ще сидиш за столом і навіть їсти не закінчив.

Використовуючи метод тверджень, матір діятиме інакше:

– Мамо, можна мені покататися на велосипеді?

– Так, тільки після того, як ти доїси те, що в тебе в тарілці.

Дітям потрібна позитивна увага. Критика, скарги, негативні коментарі на їхню адресу бентежать їх і часто призводять до погіршення поведінки. Підбадьорення, оптимізм і позитивна мотивація – те ж саме, що добриво для рослин. Дуже дієвим є метод «10 до 1», тобто десять позитивних тверджень на одну заборону.

Один з методів виховання, який навчає краще за будь-які догми, – дозволити дитині пожати плоди своїх дій. Повірте, природні наслідки її вчинку не змусять себе чекати. Якщо дитина кинула у двір велосипед, цілком можливо, що вона більше не знайде його.

У разі непослуху, коли немає природних наслідків або вони занадто жорсткі, вам потрібно обов'язково пояснити дитині, що їй не слід робити, і правильно вибрати тип покарання: «Якщо ти не хочеш грати з друзями без крику, тоді тобі доведеться гратися самому в будинку». Одним з позитивних моментів використання методу природних логічних висновків полягає в тому, що дитина не зможе сказати вам: «Це несправедливо!»

Є ще один метод, який потрібно практикувати, мабуть, від самого народження ваших дітей. Дивовижно, яких результатів можна досягти, використовуючи «шокову терапію». Цим ви, як то кажуть, застаєте дитину зненацька. Якщо вона очікує покарання, візьміть її на руки й обійміть. Якщо вона знає, що вас роздратує її вчинок, – усміхніться і вибачте їй.

«Шокову терапію» потрібно застосовувати в міру. Здебільшого діти потребують правил і заборон. Утім, іноді несподівано виявлена до них доброта творить чудеса.

Виховані мудрою любов'ю, якою Бог наділив батьків, діти увійдуть у «доросле» життя з багажем необхідних знань, маючи характер, сформований у найчистішій атмосфері рідної сім'ї. Вони будуть самі підготовлені до життя і зможуть підготувати до нього своїх дітей.



Мій лицар

– Чому в тебе кривий ніс? – запитала я й одразу ж пошкодувала про це. Ну хіба можна бути такою нетактовною?

Перед тим я думала про Річарда. Цей прекрасний чоловік дуже делікатно залицявся до мене. І якщо наші стосунки продовжуватимуться, то скоро моєму самотньому життю надійде кінець. А потім я поставила це нерозумне запитання... І хто тягнув мене за язика?

– Ні... – Річард зніяковіло замовк, намагаючись знайти відповідні слова. – З моїм носом усе гаразд, просто інші частини обличчя не на місці.

Його почуття гумору потішило мене. Я зрозуміла, що моя нестриманість його не злякала.

Якщо ви запитаете про Річарда в когось із моїх сусідів, вони скажуть, що він – солідний чоловік, який нещодавно переїхав у наш дім. Я ж дійшла висновку, що він – лицар у блискучих обладунках. Йому не вистачає тільки коня.

Я глибоко зітхнула. Тепер потрібно розповісти йому про те, що, найімовірніше, зруйнує наші стосунки.

– Ти знаєш, Річарде, я приймаю антидепресанти.

Він розгублено кліпав, але нічого не сказав.

– Це ліки, які допомагають мені долати біль. З антидепресантами мені значно легше. Вони дають мені сили жити далі. Без них я розкисаю і розвалюся на частини.

Мені стало ніяково, я опустила очі. Сімдесят відсотків людей, які страждають больовим синдромом, живуть на антидепресантах. Але тієї миті факти були не важливі. Важливим було те, як відреагує Річард.

Він узяв мене за руку.

– Ти можеш приймати все, що вважаєш за потрібне, під наглядом лікаря. Запам'ятай, – він заглянув мені у вічі, – я вірю, що любов володіє цілющою силою. Вона може допомогти там, де не допоможе жодна медицина.

У мене відлягло від серця, і я усміхнулася. За кілька років до цієї розмови я потрапила в аварію, після чого фізичний біль став невід'ємною частиною мого життя. І навіть тоді, коли ми з Річардом говорили про це, усе моє тіло нило від болю. Але я повірила в його теорію цілющої любові. Так, мені значно легше, коли він поруч.

Я була самотньою і незалежною жінкою «за сорок», і мені часом було важко відкритися Річардові, важко повірити в його любов. А пояснити, що таке хронічний фізичний біль, було ще важче. Незважаючи на це, Річард був переконаний, що наші стосунки триватимуть. Через кілька місяців я сказала йому «так», і ми одружилися.

Я легко прийняла рішення вийти заміж за Річарда. А ось довірити йому свій біль було нелегко. Щоразу, коли біль посилювався, я ніяк не могла зважитися сказати йому про це. Я змушувала себе довіритися йому. Мені самій було важко змиритися з обмеженнями, які наклали на моє життя недуга, і я сумнівалася в тому, що Річард прийме їх. Часто все закінчувалося сльозами розпачу, фізичним і емоційним виснаженням. Я більше не була сильною й активною жінкою, як колись, а мій біль і слабкість немов насміхалися з мене, коли я намагалася пристосуватися до нової для себе ролі дружини. У глибині душі я міркувала над тим, чи гідна любові Річарда жінка, яка постійно відчуває біль.

До того, як біль став моїм постійним супутником, я вела досить активний спосіб життя. У вихідні займалася аеробікою, а щонеділі годинами каталася на велосипеді. Під час відпустки я ходила в туристичні походи, зупинялася в мальовничих місцях, піднімалася в гори і навіть об'їздила на велосипеді всю провінцію



Нова Шотландія в Канаді. Я людина досить сором'язлива, і такі заняття надавали мені впевненості в собі. Завдяки їм у мене з'явилося безліч нових знайомих...

Того фатального зимового ранку я зупинилася на перехресті на червоний колір світлофора. Пам'ятаю, як підспівувала пісні, яка звучала по радіо... За мить у мою машину на повній швидкості врізалася вантажівка. Внаслідок аварії я пошкодила якийсь важливий нерв і м'язи шиї, плеча та спини. Весь наступний рік я провела в лікарнях і перенесла кілька складних операцій. Оскільки я була непрацездатна, то втратила роботу. Більше я нікуди не виїжджала, адже в мене не було сил терпіти біль. Це був дуже важкий час. Утім, саме тоді я навчилася покладатися на Бога і виявила в собі величезні внутрішні сили, про існування яких навіть не підозрювала.

Тоді ж у моєму житті з'явився Річард. Йому також довелося пережити чимало горя. У Лінді, його дружини, з якою він прожив двадцять три роки, виявили рак грудей. Доглядаючи за тяжкохворою дружиною, він шукав допомоги в Богові. І це допомогло йому пережити її смерть. Після декількох років самотності Річард вирішив знайти нову супутницю, з якою хотів провести залишок свого життя. І тоді ми зустрілися.

Голлівуд намагається переконати нас у тому, що, коли ми закохуємося, усі проблеми зникають, залишається тільки прекрасна музика, яка звучить за кадром. І хоча з появою Річарда моє життя стало більш яскравим та різноманітним, біль усе ж залишався.

Пам'ятаю, як ми вперше були змушені відмовитися від обіду з друзями через черговий напад болю, який скрутив мене. Як підполковник військово-повітряних сил, Річард не звик змінювати свої плани. По його очах я бачила, що він розмірковує, чи справді я плачу від болю. Чи зможе він коли-небудь зрозуміти, подумала я, наскільки сильним буває біль? Скільки ще таких епізодів буде в нашої родині...

Леслі Дж. Пейн

З перших тижнів нашого спільного життя почалося «навчання», яке триває й досі. Ми разом спостерігали за чергуванням періодів спокою і болю й намагалися виробити певні правила нашого життя. Зазвичай мені вистачає сил на три дні. Про це важливо пам'ятати, наприклад, плануючи спільну поїздку. Вдома я виділяю час для відпочинку, щоб набратися сил. У мене є спеціальні подушки, які забезпечують мені потрібний комфорт. Вночі я часто не можу заснути, і Річард знає, що мені набагато краще, якщо я не лежу.

Хоч я звикла вечеряти на самоті, мені дуже приємно готувати для чоловіка. Однак мені довелося навчитися готувати вечерю заздалегідь. Якщо я не робила цього на початку дня, то потім у мене вже не було на це сил. Дуже часто мені доводилося солити вечерю власними сльозами, коли я закінчувала її готувати, страждаючи від болю.

Я навчилася готувати їжу зранку. І все ж іноді в мене не вистачає на це сил. Утім, тепер, замість того щоб заплакати, я кажу собі: «Повір у любов Річарда; дай йому можливість подбати про тебе». Потім я спокійно повідомляю чоловіка, що не змогла приготувати вечерю. Тоді він пропонує: «Давай сходимо куди-небудь і поведемо». Так, проявляючи любов і довіру один до одного, ми уникаємо драматичних сімейних сцен.

У нас навіть з'явилася своя темна мова. Коли я почуваю себе добре, я «на хвилі». Коли починаються напади болю, я кажу тільки одне: «Мене штормить». І Річард знає, що скоро я почну «тонути», і пропонує мені допомогу.

Ми пройшли разом довгий шлях. За цей час ми навчилися довіряти один одному. Хоч ні, я все ще вчуся. Минулого четверга ми повинні були вирушити з друзями

на пікнік. Коли ми сіли в машину, я відчувала, що мій уявний човен ковзає вниз по хвилі. Я захвилювалася. Чому я відразу нічого не сказала, не знаю. Думаю, я дуже хотіла бути гарною дружиною.

Ми від'їхали на значну відстань від будинку, коли я, нарешті, зізналася:

– Повинна тобі сказати, що мене починає «штормити».

Як важко, коли не вдається йти в ногу з іншими! Я відвернулася від Річарда, щоб він не бачив моїх сліз.

Він нічого не відповів. Коли ми доїхали до наступної дорожньої розв'язки, він повернув назад. Потім нахилився до мене, стиснув мою руку і сказав:

– Ми приїдемо додому, і я покладу тебе в ліжко, щоб ти відпочила.

По моїх щоках потекли сльози. Я усміхалася, радіючи з того, що навчилася довіряти любові свого чоловіка. Мені здалося, що я чую цокіт кібських копит. Я глянула на Річарда і побачила, як на його обладунках заграло сонце. Мій симпатичний лицар з кривим носом знову врятував мене.

У житті кожного з нас бувають ситуації, коли нам необхідна допомога, «екстрений порятунок». Можливо, для вас «порятунком» буде ваш чоловік, який відведе дітей на прогулянку, бачачи, що ваші нерви вже на межі. Або вам допоможе зустріч з другом, душевна розмова. Або хтось надасть вам допомогу, узявши на себе частину ваших турбот по господарству.

Ми потрібні один одному. Дуже часто любов проявляється в здатності прийти на допомогу в потрібний момент.

Дякуйте своїм близьким за те, що вони допомагають вам. І частіше замислюйтеся над тим, яку допомогу ви можете надати тим, кого любите. Та пам'ятайте про те, що Бог завжди прийде на допомогу, навіть якщо поруч немає тих, хто може поклаватися про вас.

Катя Райнерт



Натуральний Фаст-фуд

Хочу потішити тих, хто вважає, що довголіття можна досягнути лише завдяки неймовірним зусиллям і великій кількості обмежень: ви легко можете продовжити своє життя на два-три роки, харчуючись корисним фаст-фудом. Цей вид фаст-фуду істотно сприяє зміцненню здоров'я. І цим найкращим натуральним фаст-фудом є горіхи. Як стверджують учені з медичного центру університету Лома Лінда (Каліфорнія, США), регулярне вживання горіхів може продовжити ваше життя.

Багато хто з нас із дитинства знає, що горіхи корисні. І тільки нещодавно на основі досліджень, проведених за останні двадцять років у тому ж медичному центрі університету Лома Лінда, вчені надали нам наукові докази тієї користі, яку приносять організму горіхи – джерело білка.

Горіхи корисні чоловікам і жінкам, вегетаріанцям і не-вегетаріанцям, повним і худим, молодим і старим, спортсменам і нетренованим людям. Тобто практично всім!

Речовини, що містяться в горіхах, знижують ризик розвитку хвороб серця і серцевих нападів. Під час медичних обстежень при порівнянні показників здоров'я тих, хто їв горіхи щодня, і тих, хто їв їх менше одного разу на місяць, виявилось, що в першій групі серцеві напади траплялися на 60% рідше, ніж у другій.

Також у разі вживання горіхів знижується ризик розвитку інсульту. Це не

дивно, оскільки інсульт здебільшого є результатом тих самих процесів, що й під час розвитку серцево-судинних захворювань.

У людей, які вживають горіхи, знижується ризик розвитку діабету та метаболічного синдрому. Багаторічні дослідження показали, що додавання 30 грамів горіхів на день до середземноморської дієти призвело до помітних покращень показників при метаболічному синдромі.

Завдяки вживанню в їжу горіхів знижується рівень холестерину в крові. Горіхи містять корисні жирні кислоти. Зокрема в грецьких горіхах – велика кількість цих кислот, які допомагають знизити рівень ліпопротеїдів низької щільності («поганого» холестерину) в крові.

Вживання горіхів знижує ризик розвитку ожиріння. Деякі з нас бояться набрати зайву вагу через вживання горіхів, але ці побоювання просто безпідставні. У горіхах – дуже низький рівень насичених жирів і високий рівень жирів ненасичених. Дослідження показали, що ті, хто часто їв горіхи, у середньому були стрункішими за тих, хто їв їх рідко. Насправді тривале додавання горіхів у їжу призводить до зниження маси тіла.

Беручи до уваги наведені факти, можна припустити, що ті, хто їсть горіхи щодня, забезпечують собі п'ять або шість додаткових років життя, до того ж без серцево-судинних захворювань, а ті, хто їсть горіхи ре-

Слово фаст-фуд (fast food) у перекладі з англійської означає «швидка їжа». Цим словом ми називаємо будь-яку страву, яка швидко готується, накривається і так само швидко з'їдається. Фаст-фуд – синонім шкідливої їжі.

Утім, сьогодні ми ознайомимося з іншим видом «швидкої», але дуже корисної їжі.



гулярно, хоч і не щодня, продовжують собі життя на два-три роки.

Дивовижно, наскільки корисний цей чудовий дар природи! Яку ж кількість горіхів ми повинні з'їдати? Дослідження показали: щоб отримати максимальну користь з продукту, щодня слід вживати 30–60 грамів горіхів.

Можливо, у вас постане запитання: у чому ж причина такої користі горіхів? Річ у тім, що в горіхах міститься багато ненасичених кислот і антиоксидантів та інших корисних речовин, які необхідні нам для профілактики серцево-судинних захворювань і навіть раку. У грецьких горіхах, горіхах pekan і їстівних каштанах – найвищий рівень антиоксидантів; у мигдалі – багато кальцію та магнію. Інші корисні речовини, що містяться в горіхах, – фолієва кислота, каротин, вітамін К, фосфор, мідь, селен, калій, цинк. Вживання в їжу різних видів горіхів, безсумнівно, матиме неабиякий позитивний вплив на ваше здоров'я.

Яку чудову страву приготував Господь для людей, зібрав у такій маленькій «тарі» стільки поживних речовин, які можуть захистити нас від численних серцево-судинних захворювань! Горіхи можна з легкістю ввести у склад оздоровчої дієти. Вони є натуральним фаст-фудом, цілком доступним для більшості з нас. Їхнє транспортування і зберігання не завдають клопотів, оскільки для цього не потрібен холодильник; їх не потрібно готувати; вони мають натуральне «упакування» і не завдають шкоди навколишньому середовищу. З'їдайте по жменьці горіхів щодня і живіть довше. Це так просто!

Смачний горіховий соус зі спеціями. Сир повинен мати консистенцію плавленого сиру. Підвісити його в марлі на мотузку на 8 годин. Після цього сир можна нарізати і прикрасити свіжою зеленню.



Мигдалевий сир

Інгредієнти (на 10 порцій)

- Мигдаль 600 г
- Сік лимонний 80 мл або 4 ст. л.
- Олія оливкова 6 ст. л.
- Петрушка поріzana 2 ст. л.
- Листя базиліку 1 ст. л.
- Вода питна 1,5 л

Приготування:

1. Несмажений мигдаль замочити на 12 годин.
2. Після цього у блендері подрібнити горіхи з водою в однорідну масу.

3. Далі необхідно відокремити мигдалеве «молоко» від горіхової маси за допомогою марлі. Марлю злегка закрутити у вузлик, віджати масу без зайвих зусиль – на цьому етапі вона не повинна стати сухою – консистенція повинна дозволити змішати її із зеленню. У місці залишається смачне горіхове молоко.

4. Віджату горіхову масу викласти з марлі, додати лимонний сік, маслинову олію, зелень і добре перемішати.

5. Отриману масу знову помістити в марлю, цього разу віджати вже із зусиллям. Рідину можна використовувати як

смачний горіховий соус зі спеціями. Сир повинен мати консистенцію плавленого сиру. Підвісити його в марлі на мотузку на 8 годин. Після цього сир можна нарізати і прикрасити свіжою зеленню.



Смійтеся на здоров'я!

Біблія закликає нас ніколи, за жодних обставин не сумувати і завжди радіти в Господі, дякуючи Йому за все (див. Филп. 4:4; 1 Сол. 5:16). У Святому Письмі сказано і про щоденні потреби людини в таких яскравих позитивних емоціях, як радість, «веселощі» (див. Матв. 6:16–18; Прип. 17:22). Християнину, який пізнав Божу любов і радість життя в Господі, не личить бути похмурим і засмученим. Бездумні ж «грубі жарти» – насмішки, вульгарні вульгарні вислови, непристойні фрази – засуджуються Словом Божим (див. Ефес. 5:4).

Ви, напевно, не раз чули про те, що сміх продовжує життя, але це не єдиний його позитивний ефект. Сміх – прекрасний імуностимулятор, він надійно захищає організм від стресу: завдяки сміху в організмі знижується рівень гормонів стресу, які негативно впливають на імунну систему. Давно доведено, що любителі посміятися рідше хворіють.

Сміх – чудовий заспокійливий засіб, який діє на нервову систему настільки ж ефективно, як і прогулянки лісом.

Сміх корисний і для серця. Вчені виявили, що веселі люди на 40 % рідше страждають від серцево-судинних захворювань, ніж похмурі.



11 ДИВОВИЖНИХ ФАКТІВ ПРО СМІХ:

- У момент звичайної усмішки функціонує 17 м'язів, а для того щоб нахмуритися, ми залучаємо 43 м'язи.
- Найусміхненіші люди живуть у Бразилії та на Кубі, а найпохмуріші – у країнах Скандинавії.
- Шестирічні діти сміються в середньому 300 разів на день. Дорослі ж сміються тільки 15–100 разів на день.
- Спостереження за людиною, яка сміється, покращує настрій.
- Канадський лікар і філософ Вільям Ослер називав сміх музикою життя і радив сміятися щодня хоча б протягом 10 хвилин. Вважається, що людина, яка сміється не менше 17 хвилин за добу, продовжує собі життя на один рік.
- Сміх позитивно впливає на організм хворих на астму або бронхіт – річ у тім, що повітря, яке виривається під час сміху з легень зі швидкістю 100 км/год, звільняє бронхи від слизу, накопиченого в них, і полегшує дихання.
- Весела вдача на 50 % знижує ризик появи різних недуг – так вважають вчені з Гарвардського університету. Зокрема під час сміху покращується вентиляція легень, а в судинах накопичується вуглекислий газ, який знижує артеріальний тиск. Також завдяки сміху помітно знижується рівень цукру в крові як у здорових людей, так і у хворих на цукровий діабет.
- У деяких країнах практикується сміхотерапія. Наприклад, у Японії з великим успіхом проводяться сеанси сміхотерапії в туберкульозних диспансерах. А в Малайзії в рамках експерименту студентів напередодні іспитів навчають особливих дихальних вправ, які імітують сміх. Завдяки цьому всі учасники експерименту успішно складають іспити.
- Сміх забезпечує прилив крові до шкіри обличчя. Таким чином шкіра отримує додаткове живлення. Результат очевидний – здоровий рум'янець і пружна шкіра.
- Чоловіки з почуттям гумору здаються жінкам розумнішими, ніж серйозні представники сильної статі. Вважається, що почуття гумору більш притаманне чоловікам, ніж жінкам. У чоловіків наявність почуття гумору безпосередньо пов'язане з рівнем чоловічого статевого гормону тестостерону.
- У 80–90 % випадків люди сміються з висловів, які не містять нічого смішного.


www.ugi.edu.ua


УКРАЇНСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ ІНСТИТУТ

Гуманітарний факультет

- «Філологія»
(англійська мова)
- «Філософія»
(релігієзнавство)
- «Журналістика»

Економічний факультет

- «Фінанси і кредит»
- «Менеджмент ЗЕД»

Планується відкриття нових програм у 2013 р.

Молодший спеціаліст

- «Музичне мистецтво»

Бакалавр

- «Економічна кібернетика»
(інформаційні технології в економіці)
- «Фізичне виховання»

Переваги:

Диплом **державного** зразка

Умови для гармонійного **розвитку** особистості

Толерантна атмосфера

Освіта, що ґрунтується на **християнських** цінностях

Студентське містечко у мальовничій **місцевості**

Екскурсії, зустрічі з ЦІКАВИМИ особистостями

Територія **вільна** від тютюнопаління та вживання АЛКОГОЛЮ

Увага, гнучка система знижок!

20%

знижка в оплаті на будь-яку спеціальність упродовж усього терміну навчання на денному та заочному відділенні

50%

знижка в оплаті впродовж усього терміну навчання на другій спеціальності

100%

знижка в оплаті за перший рік навчання для випускників шкіл, які отримали «Золоту медаль»

Тел.: +38 (093) 657-16-69; 08292 Україна, Київська обл., м. Буча, вул. Інститутська, 14

Нам пишуть

Шановна редакціє! Хочу поділитися несподіваною радістю. Зовсім недавно зайшла я до нашого сім'яного по хліб. Дивлюся, на столі лежить газета «Вічний Скарб». «Що це за газета, звідки вона і про що в ній йдеться?» – запитую у продавця. «Це нам приносить добрий чоловік з райцентру. Багато приносить примірників та односельці швидко їх розбирають. Оце одна залишилася, мабуть, якраз для тебе, – відповідає продавець. – А газета ця християнська!».

Я охоче взяла газетку і почала читати. Доки всю не переглянула – не зупинилася, а вражень від того читання – не передати!

Чимось новим, несподівано прекрасним повіяло з її сторінок. Почуття бадьорості й надії охопило мене. Бог любить нас і бажає вивести зі стану гріховної нудьги, подарувати радість і віру. А це мені дуже потрібно, бо багато прикрощів зазнала протягом свого життя. Дитинство було важке, оскільки народилася я небажаною дитиною. Вийшла заміж за чоловіка, який виявився егоїстом зі своїми примхами. А тепер, читаючи «Вічний Скарб», я зрозуміла, що моя розрада в Господі Ісусі, Його чудовому Слові, Його обітницях. Хай буде Йому вічна хвала.

Станіслава СМАЛІНСЬКА,
с. Полупанівка, Тернопільської обл.

Заочна Біблійна школа

Твоїм вірним помічником під час вивчення Біблії можуть стати заочні біблійні курси (ЗБК). Уроки цих курсів допоможуть отримати відповіді на найрізноманітніші запитання.

Ми пропонуємо такі курси:

Ви маєте можливість отримувати уроки як українською, так і російською мовами.

- «Нове життя» (серія уроків для вивчення основних біблійних істин);
- «Сила відродження» (поглиблений біблійний курс);
- «Небесна перлинка» (курс для дітей 6-10 років);
- «Тамниці пророцтв Даниїла» (уроки з вивчення книги Даниїла);
- «10 запитань до Бога» (уроки для молоді);
- «Формула життя» (уроки для підлітків та молоді) (рос. мовою);
- «Когда любовь возвращается домой» (біблійні принципи сімейного життя) (рос. мовою).

Заяви надсилайте за адресою:

04071, Київ-71,
а/с 36,
Заочні біблійні курси.

Дивіться в липні **НОВІ ВИПУСКИ** програми

Актуальні проблеми сьогодення з гостем в студії

ПРОБЛЕМА

Неділя - **20:30**

П'ятниця - **19:30**

ВАРТО ДИВИТИСЬ

ТЕЛЕКАНАЛ



«НАДІЯ»

www.hope.ua

Наша адреса:

Щомісячна газета «Вічний Скарб»
Видавець – християнське видавництво «Джерело життя»
Відповідальний за випуск: директор видавництва «Джерело життя» Василь Джулай
Головний редактор видавництва: Лариса Качмар
Богословська експертиза: докторант богослів'я Ігор Корещук, докторант богослів'я Максим Крупський
Відповідальний редактор: Яна Хорошун
Над номером працювали: Віліна Меркулова, Мирослав Джулай
Відповідальна за друк: Тамара Грицюк
Коректори: Олена Мехоношина, Ганна Борисовська
Дизайн та верстка: Тетяна Романко
Наклад: 100 000 прим.
Адреса: 04071, м. Київ, вул. Лук'янівська, 9/10-А
e-mail: dzherelo@ukr.net; тел.: (044) 428-84-38

Якщо Ви бажаєте пожертвувати кошти на розвиток газети, то можете це зробити через банк.

Наші реквізити:

Ідентифікаційний код:
ЄДРПОУ 19350731
Адреса: 04071, м. Київ,
вул. Лук'янівська, 9/10А
Рахунок: 26006149457
МФО 380805
Найменування банку
«РАЙФФАЙЗЕН БАНК АВАЛЬ» у м. Києві

Редакція залишає за собою право друкувати матеріали в дискусійному порядку, не поділяючи поглядів автора, а також право редагувати і скорочувати тексти. Рукописи не рецензуються і не повертаються. Оголошення, реклама та листи дописувачів друкуються мовою оригіналу. Листування ведеться лише на сторінках газети. Відповідальність за зміст статей несе автор.

Свідectво про державну реєстрацію
Серія KB №8176 від 03.12.2003



www.lifesource.com.ua