



ВІЧНИЙ СКАРБ



ЗЦІЛЕННЯ
ХАРАКТЕРУ

4



ОДИН ДЛЯ
ВСІХ ЗАКОН

5



КІШЧИН
ДІМ

8



НАДІЙНИЙ
ПОКРИВ

11

БОЖА - ГАЛЕРЕЯ МИСТЕЦТВ



«Небо звіщає про Божу славу, а про чин Його рук розказує небозвід. Оповідує день днів слово, а ніч ночі показує думку, – без мови й без слів, не чутний їхній голос, та по цілій землі пішов відголос їхній, і до краю вселенної їхні слова!» (Псал. 19:2-5).

Божий Усесвіт – це книга природи, «друга Біблія» для грішної людини. Подорожуючи по світу, ми вчимося цінувати Божественне відкриття, виражене в природі. З глибоким хвилюванням ми пізнаємо любов, виявлену Богом у всіх учинках Його рук.

Дивлячись на гори, ми усвідомлюємо, що вони є Божою вісткою людині, подібно до шрифту Брайля (рельєфно-точкового шрифту для читання тексту сліпими), а небеса – Його голосом. Жоден феєрверк не порівняти з Чумацьким Шляхом, особливо коли спостерігаєш за ним у Південній півкулі. Від Австралії до Аляски жоден людський витвір не зрівняється з ніччю, коли пухнасті хмари «грають у хованки» з кругловидим золотим місяцем.

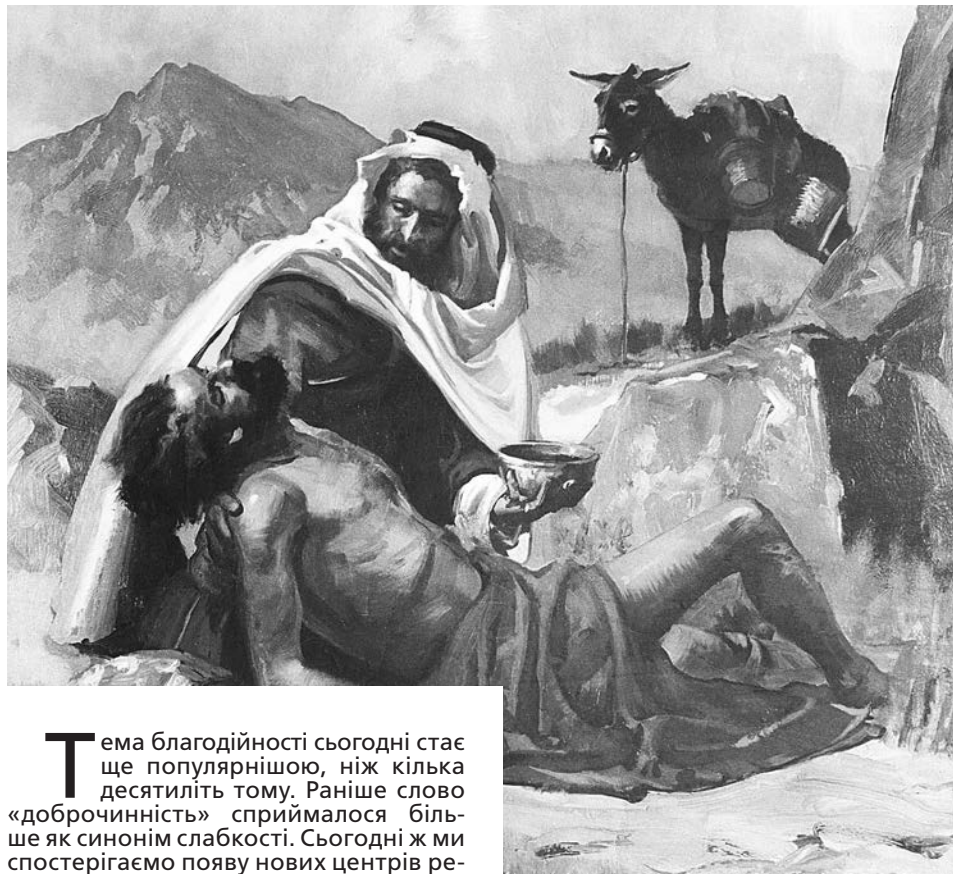
Численні нічні польоти дають змогу зібрати колекцію картин сонця, хмар, що відбивають місячне світло, зірок, розсіяних на оксамитовому покриві небес, неначе діаманти. Кожну із цих картин ретельно береже людська пам'ять. Якщо раптом виникають сумніви в Божій любові та Його існуванні, вирушайте на прогулянку коридорами своєї пам'яті, і сумніви відразу ж зникнуть.

Якщо коли-небудь вас спіткає розчарування і ви не будете знати, куди прямувати, погляньте на небо з мерехтливими зірками й місяцем, піднесіть ваше серце до Бога у хвалі та подяці. Коли ви дивитесь на дерево, квітку, пташку, зірку, нехай ваша душа наповнюється подякою та хвалою. Ви нехай і назавжди отримаєте запевнення, що наш Бог великий, Він живе, править, керує і підтримує. Його найбільше бажання – благословити вас!

За які картини природи ви прославляєте Бога понад усе?



ЛЮБОВ МИЛОСЕРДНА



Тема благодійності сьогодні стає ще популярнішою, ніж кілька десятиліть тому. Раніше слово «добročинність» сприймалося більше як синонім слабкості. Сьогодні ж ми спостерігаємо появу нових центрів реабілітації, благодійних фондів, *charity weekend* («благодійних вихідних») та інших соціальних установ, які опікуються нужденними. Звичайно, поряд зі зростанням кількості таких організацій виникають і розмови про відмивання коштів під виглядом безкорисливих благодійних жевств, про організовані групи «прохачів», що стоять у переходах і біля входів до храмів. Наша проблема в тому, що будь-яка тема про допомогу та підтримку ближніх зводиться до цих розмов і люди, прикриваючись різними виправданнями, як і раніше, тримають у полоні подаровану Богом чесноту любові – милосердя.

Що таке милосердя? Один з тлумачних словників визначає це поняття як «готовність допомогти комусь або пробачити когось зі співчуття та людинолюбства». Якщо зі словом «допомогти» запитань не виникає, то ось «пробачити» здається незвичним, якщо не сказати чужим. Розглядаючи біблійну концепцію милосердя, християни зазвичай згадують історію про доброго самарянина як еталон доброчинності. Чому ця притча зацікавлює й водночас вражає читачів? З якої причини, володіючи такою силою в розповідному сенсі, вона, як і раніше, залишається «незбагненою» для більшості в її практичному застосуванні? З'ясувати це можна лише під час детального дослідження біблійного оповідання.

«Один чоловік ішов з Єрусалима в Єрихон і попав у руки розбійників, що його пограбували й завдали йому ран, та відійшли, залишивши його лежати живим. Проходив випадково один священик 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 власникові гостиниці та сказав: Подбай про нього, а якщо більше витратиш, то віддам тобі, коли повертатимуся» (Луки 10:30-35).

Отже, спочатку ми бачимо побитого й пограбованого чоловіка. Зауважте, ніде не згадується ані про його національність, ані про соціальний статус, на відміну від прямої вказівки на це щодо людей, які його знайшли. Однак нас більше цікавить реакція перехожих на побачене. Священик, шанована духовна особа Юдеї, побачивши потерпілого, поклався пройти повз. Левит відреагував трохи інакше: підійшов досить близько, щоб задовольнити свою цікавість, але теж поспішив піти, не бажаючи брати на себе тягар чужих проблем і наражатися на небезпеку, адже бандити могли бути десь поблизу.

Поведінка цих людей нагадує деяких наших сучасних співвітчизників, які, ставши очевидцями якоїсь надзвичайної ситуації або насильства, намагаються якнайшвидше залишити місце пригоди. Вони мислять, як і персонаж Чехова: «Як би чого не вийшло». Інші ж, навпаки, не квапляться допомагати п'ятами, оскільки їх мучить непереборна цікавість до чужої біди. Утім, вони й не збираються допомагати нужденному, а просто споглядають, як погано може бути комусь, і глибоко в душі навіть можуть радіти, що це відбувається не з ними. І лише третя категорія людей – саме вона найбільше нагадує доброго самарянина – без будь-яких роздумів кидається на поміч потерпілому: викликає швидку, допомагає підвестися, надає притулок і т. д. Проте представників третьої категорії сьогодні, на жаль, стає дедалі менше.

Проаналізуємо, чого коштувала самарянинові його допомога. Перше, про що повідомляє нам біблійний текст, – добрий чоловік зробив потерпілому перев'язку, змастивши рани оливою та вином. Щоб зробити це, подорожньому довелося пожертвувати своїми планами: вино, олія, та й тканина, якою він перев'язав рани, призналися для іншої мети. Проте самарянин був готовий змінити свої плани, він зупинився й жертвував своєю власністю заради незнайомця. Проте й перев'язки йому здалося недостатньо. Він підняв пораненого чоловіка, посадив його на чисте покривало на спині свого осла, а сам ішов поруч. Він не лише втратив час, а й готовий був терпіти деякі незручності і зайві витрати. Потім, діставшись міста, самарянин замовив номер у готелі й сам протягом ночі дбав про потерпілого. А зранку дав господареві готелю два динарії на різні витрати для догляду за хворим. Це не просто дві гривні й навіть не двадцять, два динарії за тодішніми розцінками складали дводенний заробіток поденника. Явно сума не схожа на ті дві-три гривні, які ми звикли виділяти жебракам. Більше того, цей дбайливий чоловік сказав, що коли повернеться, то відшкодує всі витрати, які можуть бути в подальшому.

Добрий самарянин не просто допоміг незнайомцеві в біді, виконав свій обов'язок і на цьому поставив крапку. Ні! Він присвятив цьому знедоленому сторінку у своєму житті. Інакше кажучи, Ісус хоче сказати, що момент, коли ми допомогли іншим, задовольнили їхні потреби, не є завершальним, а, навпаки, закладає фундамент для нових взаємин, впускає ще одну людину у ваше життя. І тут уже немає місця байдужості!

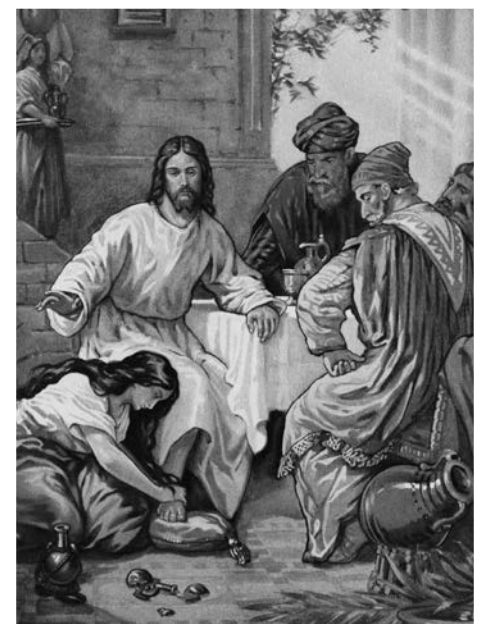
Другою складовою поняття «милосердя» є готовність прощати людей зі співчуття та людинолюбства. Ще

учнем Петро переймався справедливостю такого підходу до прощення, запитуючи Ісуса про те, скільки разів потрібно прощати винного (див. Матв. 18:21, 22). Учитель не тільки не підтримав «великодушності» Петра, який готовий був прощати кривдника сім разів поспіль, але й помножив цю цифру на сімдесят. Чому Ісус встановив такий високий стандарт прощення? Хіба Він не здогадується, що в житті багатьох з нас є такі люди, яких і один раз прощати не варто, не кажучи вже про 490 повторень болю. Так, Він знає про них! Проте Христос знає й про тих людей у нашому житті, чийого прощення ми очікуємо, можливо, вже не один рік, сподіваючись скинути тягар почуття провини. А найголовніше – Бог і Спаситель Ісус Христос усім серцем бажає подарувати нам, грішним істотам, Своє сповнене любові прощення, чекаючи, коли ми усвідомимо потребу в Ньому й попросимо Його про це.

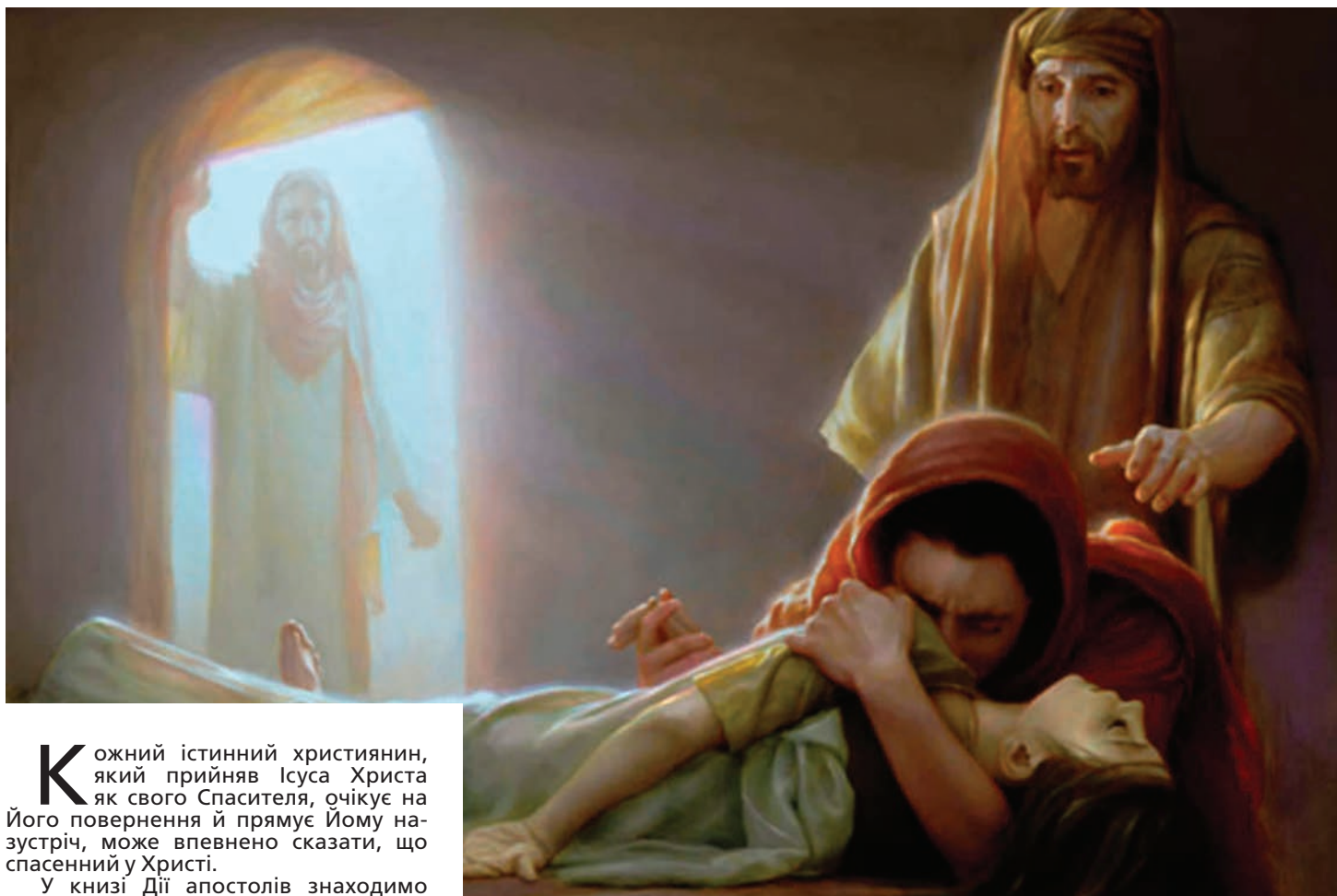
Яка радість відчутти себе прощеним! Здається, ніщо не може затьмарити такого дійства. Але Ісус в одній зі Своїх притч вказує на те, що може стати перепороною на шляху отримання Божого прощення. Це розповідь про боржника (див. Матв. 18:23-35). Чоловік заборгував панові 10 000 талантів. Складно уявити цей борг у сучасному грошовому еквіваленті (за нинішнім курсом золота до гривні – 1 200 грн за грам – 10 000 талантів дорівнюють 312 млрд грн). Однак сам факт, що один талант становив приблизно 26 кг, допомагає уявити масштаб трагедії боржника. Повернути такий борг – понад людські можливості! Пан добре розумів це, тому коли боржник, пригнічений горем, просив відтермінувати виплату, то він вирішив пробачити йому весь борг. Здавалося, після такого неосяжного прощення перед людиною відкривається нове життя, але, на жаль, наш герой, вийшовши за ворота будинку пана, швидко забув про те, що сталося кілька хвилин тому, і готовий був задати свого друга лише за 100 динарів.

Одного разу Ісуса запросив на гостину фарисей на ім'я Симон. І коли Месія обідав у нього, до будинку прийшла жінка-грішниця й помазала ноги Ісуса дорогоцінним миром. Усі обурилися через таке марнування грошей, але Христос сказав: «Прощаються її численні гріхи, бо дуже вона полюбила; а кому мало прощається, той мало любить» (Луки 7:47). Спаситель розкрив секрет істинного прощення. Тільки той, хто гідно оцінив велич Божого прощення, може по-справжньому відчутти його чудодійну силу та впустити справжню любов у своє серце. Лише за такої умови ми будемо готові пробачити інших. І тоді слова Господньої молитви: «І прости нам провини наші, як і ми прощаємо винуватцям нашим» (Матв. 6:12) – звучатимуть з наших вуст без єдиної нотки фальші та лицемірства. Бути готовим допомогти й пробачити зі співчуття та людинолюбства – ця Божя концепція милосердя кидає виклик кожному з нас. Чи приймемо ми його?!

Євген Кучерявенко



ПОВНОТА БОЖОГО СПАСІННЯ



Кожний істинний християнин, який прийняв Ісуса Христа як свого Спасителя, очікує на Його повернення й прямує Йому назустріч, може впевнено сказати, що спасенний у Христі.

У книзі Дії апостолів знаходимо важливе для всіх нас запитання й не менш важливу відповідь. «Що потрібно мені робити, аби спастися?» – запитав апостолів один чоловік. І у відповідь почув: «Віруй в Господа Ісуса Христа – і спасешся ти та твій дім» (Дії 16:30, 31). Та чи достатньо тільки вірити в Христа? Хоч без віри спасіння неможливе, проте потрібно не лише вірити, а й коритися Його волі. Якщо ми приймаємо Ісуса Христа як особистого Спасителя, це означає, що ми запрошуємо Його змінити наше життя. І тоді Він стає нашим Адвокатом на Небесному суді, звершуючи наше спасіння в усій його повноті.

Як часто й наскільки глибоко ми розмірковуємо про своє спасіння? Грецьке слово «содзо» означає «спасати». Звернемося до Святого Письма й розглянемо чотири уривки з Євангелія від Луки, у яких вживається це слово. У кожному випадку воно має свій відтінок значення, відкриваючи нам різні аспекти спасіння, з яких складається загальна картина.

Отже, **перший уривок**. Коли Ісус гостював з іншими людьми в домі фарисея Симона, прийшла жінка-грішниця, яка, плачучи, омала слюзою ноги Христа, обтерла їх волоссям своїм, цілувала Його ноги й мазала миром. Фарисей же засудив у серці своїм Ісуса за те, що Він дозволив їй зробити це. Тоді Христос, розповівши притчу про двох боржників, сказав йому: «Прощаються їй численні гріхи, бо дуже вона полюбила; а кому мало прощається, той мало любить! А до неї Він промовив: Прощаються твої гріхи! Ті, що сиділи при столі, почали міркувати собі: Хто ж Він, що й гріхи прощає? Він же сказав жінці: Твоя віра спасла тебе; іди в мирі!» (Луки 7:47-50).

Тут слово «содзо» вжито в 50-му вірші: «Твоя віра спасла тебе». Віра цієї жінки в Христа врятувала її від скоєних нею гріхів. Мало чи багато їх було – Ісус простив їй усе. Чому? Вона полюбила Господа, розкалася в гріхах і прагнула змін у своєму житті. Так і наша віра спасає нас від наших гріхів. Господь не лише звільняє нас від тягаря гріхів, але й дає мир і спокій, які люди шукають у цьому світі, але не можуть знайти. Вони намагаються заповнити порожнечу свого серця речами, грішми, захопленнями, але все це не дає ні спокою, ні миру. Ми, християни, знаємо, що тільки Ісус Христос дарує душевний мир і спокій, втішає в усіх труднощах і захищає від зла.

Другий уривок записаний у восьмому розділі Євангелія від Луки: «І люди вийшли побачити те, що сталося; вони прийшли до Ісуса і знайшли

чоловіка, з якого біси вийшли: він сидів зодягнений, при розумі, біля ніг Ісуса – і налякалися, бо ті, що бачили, розповіли їм, як зцілювся біснуватий» (Луки 8:35, 36). У грецькому оригіналі слово, перекладене як «зцілювся», – це те ж саме «содзо», тобто Слово Боже говорить, що біснуватий спасся. Тож наступний аспект – це спасіння від диявола та одержимості бісами.

Ми всі, ще не знаючи Господа, жили в залежності від лукавого. Хтось може сказати: «Я не знав і диявола». Але в цьому світі кожна людина може зайняти тільки одну з двох можливих позицій: або з Богом, або з дияволом. Атеїст, який стверджує, що не вірить ні в диявола, ні в Бога, насправді перебуває на боці диявола. Нейтральної позиції у Великій боротьбі між добром і злом, між Христом і сатаною не існує. Отже, Господь спасає нас від одержимості дияволом.

Щоб дізнатися **третій аспект** спасіння, далі читаємо Євангеліє від Луки: «А жінка, що хворіла на кровотечу дванадцять років, яка віддала лікарям усе майно, однак ніхто не міг її вилікувати, підійшовши ззаду, доторкнулася до краю Його одягу. І вмить спинилася їй кровотеча. А Ісус запитав: Хто доторкнувся до Мене? Коли ж усі відмовлялися, сказав Петро і ті, що з ним: Наставнику, люди товпляться навколо Тебе і тіснять, а Ти питаєш: Хто той, що доторкнувся до Мене? Ісус



же сказав: Доторкнувся до Мене хтось, бо Я відчув, як сила вийшла з Мене. А жінка, побачивши, що не втаїться, з тремтінням підійшла і впала перед Ним, розповідаючи перед усім народом, чому вона доторкнулася до Нього і як умить стала здоровою. Він же сказав їй: Дочко, віра твоя спасла тебе; іди в мирі!» (Луки 8:43-48). Отже, віра спасає ще й від фізичних недуг. Господь хоче, аби ми менше хворіли (3 Івана 2). Він бажає повністю звільнити й очистити нас не лише від гріха й від диявола, але й від хвороб.

Четвертий уривок з Євангелія від Луки розповідає про начальника синагоги Яіра, що прийшов до Ісуса з проханням зцілити його дочку, яка була при смерті. «І ось прийшов чоловік на ім'я Яір, що був старшим у синагозі. Він, припавши до ніг Ісуса, благав Його зайти до його дому, бо мав єдину дочку, років зо дванадцять, і вона помирала» (Луки 8:41, 42). Яка віра! Яір був начальником синагоги, юдейським вчителем, але він вірив Ісусові Христу, вірив у те, що Той покладе руку – і дочка не помре. Він визнав Ісуса Великим Учителем, здатним повертати до життя невеличкого хворого і приречених.

«А Ісус, почувши це, відповів: Не бійся, тільки віруй, і вона буде здорова!» (Луки 8:50). Знову тут ужите слово «содзо». Спасення буде від чого? Від вічної смерті. Ісус Христос у відповідь на віру начальника синагоги Яіра пішов з ним до його будинку, але його дочка вже померла, «усі плакали й голосили над нею. Він же сказав: Не плачте, вона не померла, але спить! Та вони почали глузувати з Нього, бо знали, що вона померла. А Він, вигнавши усіх геть і взявши її за руку, сказав: Дівчино, встань! І повернувся до неї дух, і вона вмить воскресла» (Луки 8:52-55).

Подібно до того як Ісус повернув до життя померлу дочку Яіра, Він звершує й наше спасіння для життя вічного. У цьому полягає Божественна повнота спасіння через віру. Ісус спасає від гріхів, від диявола, від хвороб і від смерті. Ось Його робота на цій Землі. Сьогодні Бог продовжує спасати нас, і ми рухаємося до останньої фази спасіння, освячуючись на цьому шляху. Невдовзі настане славний час, коли мертві в Христі воскреснуть, а смертні тіла живих зміняться й стануть безсмертними. Наше спасіння остаточно завершиться під час Другого приходу Господа Ісуса Христа. Так Бог спасе нас, і всі ми увійдемо у вічний спокій!

Костянтин Садовник

ЕТИКЕТ



«Знаємо, що Закон добрий, коли хто його законно застосовує; знаємо й те, що Закон не даний для праведника, але для беззаконних і нестриманих, безбожних і грішників, несправедливих і нечестивих» (1 Тим. 1:8, 9).

Дороті Мінчін-Комм написала чудову статтю під назвою «Невеликі таблички». Стаття переносить нас у часи Людовика XIV, який перетворив звичайний заміський маєток на один із найпрекрасніших палаців Європи.

Садівник доклав величезних зусиль, щоб викласти точними кругами, трикутниками й ромбами квіткові клумби довкола палацу. Це був живий килим з красивих, майстерно розташованих квіткових узорів. Проте сезон за сезоном знатні пані та пани постійно топтали клумби. Майстерні руки садівника знову і знову намагалися виправити заподіяну шкоду. Нарешті він зважився на досить рішучий учинок: звернувся до самого Людовика XIV. Садівник попросив короля, якщо можливо, наказати, щоб поставили огорожу, яка би завадила відвідувачам палацу псувати насадження.

Король розпорядився розставити навколо квіткових клумб «невеликі таблички», французькою мовою «етикет». Потім Людовик XIV видав королівський указ, звелівши всім підданам обережно ходити доріжками, відзначеними «етикетом» – рядами невеликих табличок.

Ця розповідь викладає нам урок щодо Божого Закону. Етикет – правила поведінки людей у суспільстві. Ми також повинні шанувати нашого Бога й не топтати Його Заповіді. Сьогодні ми можемо зустріти напис: «По газону не ходити». Божі Заповіді є попередженням не ходити «газонами» Божої волі. Зверніть увагу: згідно з 1 Тим. 1:8, 9, Закон засуджує тільки тих, хто порушує його, – «беззаконних і нестриманих». Ті, що шанують Царя Всесвіту, радіють з Божої загрози, завдяки якій Божі сади мають чудовий вигляд. Проте всі ми топтали квіткові клумби нашого Царя. Ми ламали огорожу і збивалися з дороги, але, слава Богу, Він прощає нас і був готовий допомогти нам дотримуватися Заповідей.

Чи подякуєте ви Богові за те, що Він дав нам Закон, щоб ми були щасливими? Він спорудив огорожу Закону для нашого ж добра і для краси Його Царства. Як Божий Закон допомагає вам не затьмарювати красу Всесвіту?



ЗЦІЛЕННЯ ХАРАКТЕРУ



Справжнє зцілення передбачає значно більше, ніж просто лікування захворювань. Це цілковите відновлення здоров'я, що включає в себе тіло, розум і дух. Слова апостола Павла в 1 Сол. 5:23 показують біблійну позицію щодо єдності тіла, розуму та духу: «А Сам Бог миру хай повністю освятить вас: нехай ваш дух, душа і тіло бездоганно будуть збережені в цілості до приходу нашого Господа Ісуса Христа». Утім, усе ж ми часто забуваємо, що формування «святого» характеру та освячення тісно пов'язані з нашим харчуванням та іншими звичками способу життя.

ЗАКони життя

Коротко розглянемо, як була створена людина. У Буття 2:7 ми читаємо, що Бог використав елементи Землі (вуглець, кисень, водень, залізо, кальцій та ін.) як складові людини. Очевидно, що ці елементи підвладні фізичним законам. Атоми об'єднуються, щоб утворити такі речовини, як цукор, жири, білки, ферменти та багато іншого, – усі вони керуються хімічними законами. Ці речовини утворюють клітини та тканини: м'язи, кістки, шкіру тощо. Вони підпорядковуються біологічним законам. Далі йдуть органи та системи: нирки, дихальна та інші системи – усі вони функціонують згідно з фізіологічними законами. Розум підпорядковується психологічним законам. Зрештою, людина названа «храмом Святого Духа» (1 Кор. 6:19) і сама підпорядковується Божому моральному Закону. Вона була створена щасливою, здоровою та «святою». Цей стан мав тривати всю вічність.

СТВОРЕНІ ЗА ОБРАЗОМ БОЖИМ

Найпрекрасніший і найдивовижніший факт полягає в тому, що «Бог на Свій образ людину створив» (Бут. 1:27). Це перевершує всяке наше розуміння й має наповнювати нас захопленням і благоговінням.

Вищі здібності розуму – моральне сприйняття, судження, воля з її силою та здатністю до прийняття рішень, сумління – зосереджені в лобових частках мозку. На жаль, гріх затьмарив образ Божий, святий характер Господа в нашому розумі. Божий План спасіння має на меті відновити в нас Його образ.



ВІДНОВЛЕННЯ ОБРАЗУ БОЖОГО

Апостол Павло закликає нас думати та відчувати, як наш Взірець Ісус: «Плекайте в собі ті самі думки, що й у Христі Ісусі» (Филп. 2:5).

Сам Ісус наголосив на необхідності перебувати в тісному єднанні з Ним, кажучи: «Я є Виноградна Лоза, ви – галузки. Хто перебуває в Мені, а Я в ньому, той приносить рясний урожай» (Івана 15:5).

ЩО ТАКЕ ХАРАКТЕР?

Румунський словник дає слову «характер» таке визначення: це сукупність основоположних психічних і моральних якостей особистості, які виявляються в тому, як вона себе поводить, у її думках і діях. Тобто про характер людини можна дізнатися за її думками, вчинками та поведінкою. Ісус сказав: «За їхніми плодами впізнаєте їх» (Матв. 7:16).

Британська енциклопедія дає детальнішу інформацію, пояснюючи, що характер має дві основні складові. Інтелектуальна складова, представлена думками, є керівною силою, а емоційна, виражена почуттями, – мотиваційною. Обидві разом визначають нашу поведінку.

Тепер ми можемо зрозуміти зв'язок між любов'ю до Бога та дотриманням Його заповідей. Ісус сказав: «Якщо любите Мене, ви будете дотримуватися Моїх заповідей» (Івана 14:15). Заповіді нікого не спасають. Вони вказують шлях, яким потрібно йти, і їх слід збагнути розумом. Потім іде любов як рушійна сила: «Бо любов Христа охоплює нас» (2 Кор. 5:14).

ЯК ФОРМУЄТЬСЯ ХАРАКТЕР?

Дитина не народжується зі сформованим характером. Вона народжується з вродженими тенденціями та схильностями, які слід розвинути або виправити протягом життя. «Характер – це не справа випадку. Не поодиноким спалах гніву чи один хибний крок формують характер. Не що інше, як повторювана дія, яка переходить у звичку, формує добрий або поганий характер. Правильний характер можна сформувати тільки за допомогою наполегливих, невтомних зусиль та використання кожного довіреного людині таланту й здібності на Божу славу» (Е. Уайт. Вісті для молоді, с. 163).

Зверніть увагу на послідовність кроків: спочатку з'являються думки та почуття. Після аналізу та узагальнення вони перетворюються на ідеї, потім переростають у рішення, а за допомогою використання волі втілюються в дії. Повторні дії формують звички, а сукупність звичок становить характер.

Божий План спасіння передбачає відновлення в людині «святого» характеру – образу Божого. «Отож, хто в Христі, той нове творіння; давнє минуло, – ось постало [всє] нове» (2 Кор. 5:17).

АНАТОМІЯ ХАРАКТЕРУ

Бог створив нас із п'ятьма органами чуття, щоб ми могли взаємодіяти з оточенням. Їх іноді називають «підступами до душі», адже враження, отримані за допомогою органів чуття, породжують думки та почуття, які формують основу наших поглядів, вчинків і поведінки. Добрі враження породжують добрі погляди, а погані враження ведуть до хибних поглядів.

Саме із цього має починатися профілактична медицина. Стежте за враженнями, які отримуєте через очі, за прочитаними книгами та сценами, які споглядаєте. Яку музику слухають ваші вуха? Яких друзів ви обираєте? Ось своєчасна порада апостола Павла: «Наостанку, брати: те, що істинне, що чесне, що справедливе, що чисте, що любе, що гідне хвали, – коли яка чесно-та або коли яка похвала, – про це роздумуйте» (Филп. 4:8).

Сенсорні органи складаються зі спеціальних тканинних структур, здатних перетворювати різні подразники в малі електричні струми. Чутливі нерви проводять ці струми у відповідні ділянки мозку, де вони розшифровуються та обробляються. Наприклад, світло, що потрапляє в наші очі через рогівку та кришталік, проектується на сітківку, де чутливі нерви виробляють електричні струми. Вони проходять через кілька «станцій» до кінцевого пункту призначення – візуальної ділянки задньої частки головного мозку, де утворюють барвисті тривимірні віртуальні «зображення». За допомогою різних нервових зв'язків ці зображення інтерпретуються в лобових частках. В інших центрах здійснюється внесення необхідних коригувань у дихання, серцевий ритм або м'язові дії.

ЗДОРОВ'Я МОЗКУ

Основними функціями лобових часток мозку є: здатність розрізняти, судження (розсудливість), самовладання, сила волі. Наша поведінка та формування характеру залежать від цих чотирьох функцій. Інакше кажучи, наша поведінка вдома, у школі, на роботі, місці або в будь-якій іншій ситуації, наша здатність долати стрес тощо – усе це залежить від здоров'я мозку, особливо лобових часток. Для повноти розуміння ми повинні згадати тут імунну систему та інші життєво важливі функції, оскільки всі вони залежать від здорової роботи мозку та пов'язаних з ним центрів.

Д-р Мервін Хардінг описує чинники, які негативно впливають на функції головного мозку: недостатнє надходження кисню, втома, переїдання чи недоїдання, вживання алкоголю та психотропних препаратів, деякі лекції, телевізор і музика (М. Hardinge. A. Philosophy: 138–148).

Нескладно помітити, що спосіб життя загалом – свіже повітря, регулярний відпочинок, харчування,

повна відмова від стимуляторів та інформація, що надходить через органи чуття, – впливає на роботу нашого мозку й має бути предметом нашої ретельної турботи. Наше духовне зростання відбувається з використанням тих самих анатомічних структур і фізіологічних механізмів під керівництвом Святого Духа.

«Кожна людина великою мірою має можливість зробити себе такою, якою хоче бути. Їй доступні благословення як цього життя, так і безсмертного стану. Вона може збудувати характер, котрий має велику цінність, здобуваючи нові сили на кожному кроці. Вона може щодня зростати в пізнанні й мудрості, зазнаючи нових радощів у міру свого просування вперед, додаючи чесноту до чесноти, благодать до благодаті. Її здібності розвиватимуться завдяки їх використанню; чим більше мудрості вона здобуде, тим більшою буде здатність до її осягнення. Таким чином її інтелект, знання й чесноти набуватимуть більшої сили та досконалішої гармонії».

З іншого боку, людина може дозволити своїм здібностям притупитися внаслідок бездіяльності, зіпсуватися через лихі звички, брак самовладання або моральних і релігійних засад. У такому разі вона рухається похилою стежкою донизу, не підкоряється Законом Божому та законам здоров'я... Наслідок цього – марнування сил, хвороба і смерть. Така історія життя багатьох людей, котрі могли б стати корисними в справі Бога й людства» (Е. Уайт. Поради щодо їжі та харчування, с. 15).

Йохен Хавлічек

Ув'язнений раб



У Тоскані, Італія, біля підніжжя Альп є знаменитий мармуровий кар'єр. Білі стіни кар'єру з мармурової скелі виступає половина статуї – це «Ув'язнений раб», що належить різцю Мікеланджело. Уже понад 500 років цей раб наполовину закутий у скелю. З невідомих причин Мікеланджело пішов, не закінчивши статуї. Відтоді раб чекає, щоб хтось витягнув його з мармурової брили.

Так само біблійний персонаж, який був паралізованим і лежав, чекаючи оздоровлення в купальні Витезда, є символом закутого в гріх людства, яке очікує звільнення. До свого «раба» Мікеланджело так і не повернувся. Проте до закутого людства незабаром прийде Той, Хто розпочав велику справу звільнення від беззаконня! Він іде, щоб звільнити ув'язнених і подарувати їм спасіння! «Отож, якщо Син визволить вас, то справді будете вільні» (Івана 8:36).

ОДИН ДЛЯ ВСІХ ЗАКОН



Господь явив Себе не тільки в страшній величі Судді та Законодавця, а й як милосердний Покровитель Свого народу: «Я – Господь, Бог твій, що вивів тебе з єгипетського краю з дому рабства». Той, Котрий був Провідником та Визволителем народу з рабства, Хто проклав дорогу через море й знищив фараона та його військо, показавши, що Він вищий над усіма богами Єгипту, проголошував тепер Свій Закон.

Цей Закон був призначений не лише для євреїв. Бог удостоїв їх честі бути охоронцями та виконавцями Його Закону – священного спадку для цілого світу. Принципи Десятислів'я стосуються всього людства, вони дані кожному з нас для навчання та управління. Десять Заповідей, коротких, усебічних та авторитетних, указують на обов'язки людини щодо Бога та ближніх. Усі вони ґрунтуються на величому, фундаментальному принципі любові: «Люби Господа Бога свого всім серцем своїм, і всією душею своєю, і всією силою своєю, і всією думкою своєю, і ближнього свого, як самого себе» (Луки 10:27; див. також П. Зак. 6:4, 5; Левит 19:18). Ці принципи детально викладені в Десяти Заповідях та актуальні за будь-яких обставин.

«Хай не буде тобі інших богів передо Мною!» Єгова, Одвічний, Джерело життя та Вседержитель, лише Він гідний найвищої пошани та поклоніння. Ця заповідь забороняє людині обирати інший об'єкт поклоніння, крім Господа, відводити йому перше місце у своїх почуттях та служінні. Усе те, що стає настільки дорогим для нас, що послаблює нашу любов до Бога або заважає служити Йому, стає для нас богом, ідолом.

«Не роби собі різьби і всякої подобі з того, що на небі вгорі, і що на землі долі, і що в воді під землею. Не вклоняйся їм і не служи їм». Друга заповідь забороняє поклонятися істинному Богові в зображеннях та образах. Чимало язичницьких

народів запевняло, що їхні ідоли – це лише образи або символи, за допомогою яких вони поклоняються правдивому Божеству. Однак Господь назвав таке служіння гріхом. Спроба представити Одвічного Бога за допомогою матеріальних предметів спотворює уявлення людини про Бога. Це також відволікає її від роздумів про безмежну досконалість Єгови, спрямовує її увагу на творіння, а не на Творця. Оскільки уявлення людини про Бога примітивне, то й сама вона починає вироджуватися.

«Я – Господь, Бог твій, Бог заздрісний». Близькі, священні взаємини Бога з Його народом символічно представлені у вигляді шлюбних взаємин. «Заздрісний» – в інших перекладах «ревнивий». Оскільки ідолослужіння є духовним перелюбом, то й невдоволення Господа із цього приводу відповідно назване ревністю.

«...Що карає за провини батьків на синах, на третій і на четвертій покоління тих, хто ненавидить Мене».

Діти неминуче страждатимуть від наслідків гріховних вчинків своїх батьків, але в жодному разі не будуть покарані за батьківську провину, хіба що вони також братимуть участь у їхніх гріхах. Однак діти зазвичай ідуть слідами своїх батьків. Згубні звички, спотворені смаки, аморальність, як і фізичні недуги та виродження, передаються спадково від батька до сина – і так до третього та четвертого покоління. Ця страшна істина з притаманною їй руйнівною силою повинна стримувати людей від гріха.

«...І що чинить милість тисячам поколінь тих, хто любить Мене, і хто держиться Моїх заповідей». Друга заповідь, забороняючи поклоніння фальшивим богам, закликає шанувати істинного Бога. А тим, хто вірно служить Йому, обіцяна милість, і не лише до третього й четвертого покоління (як у разі з ненависниками Бога, котрі самі наражають себе на Його гнів), а до тисячі родів.

«Не призывай Імення Господа, Бога твого, надаремно, бо не помилує Господь того, хто призиватиме Його Імення надаремно». Ця заповідь забороняє не тільки давати неправдиві клятви та божитися, а й марно чи легковажно промовляти Ім'я Боже, забуваючи про величчій зміст, який міститься в ньому. Ми зневажаємо Бога, коли необдуманно згадуємо про Нього в розмовах, засвідчуємо Ним у незначних справах або часто й бездумно повторюємо Його Ім'я. «Святе та грізне Його Імення!» (Псал. 111:9). Поміркуйте про величчю, чистоту та святість Бога, щоб ваше серце постійно перебувало в благоговінні від притаманних Йому чеснот. Святе Боже Ім'я слід вимовляти шанобливо й урочисто.

«Пам'ятай день суботній, щоб святити його! Шість днів працюю і роби всю працю свою, а день сьомий – субота для Господа, Бога твого: не роби жодної праці ти й син твій, та дочка твоя, раб твій та невольниця твоя, і худоба твоя, і прихосько твій, що в брамах твоїх. Бо шість день творив Господь небо та землю, море та все, що в них, а дня сьомого спочив, тому поблагословив Господь день суботній і освятив його».

Субота представлена тут не якоюсь новою постановою, але встановленою ще під час творіння. Про неї потрібно пам'ятати й дотримуватися її як нагадування про те, що Господь створив світ. Указуючи на Бога як на Творця неба й землі, субота допомагає відрізнити правдивого Бога від усіх фальшивих богів. Усі, хто святкує сьомий день, доводять цим, що вони поклоняються Єгови. Тож субота стане ознакою вірності людини Богові, доки на Землі залишатимуться люди, котрі служитимуть Йому!

Четверта заповідь – єдина з усіх десяти, котра містить у собі Ім'я та титул Законодавця. Вона єдина вказує на те, Чією владою був даний Закон. Таким чином, субота є Божою печаткою, що скріплює Божий Закон, доводячи цим його достовірність та обов'язковість.

Бог дав людині шість днів для праці, і Він хоче, щоб вона виконувала всю свою буденну роботу в ці дні. Справи невідкладної допомоги та милосердя не забороняються робити в суботу. За хворими та стражденими потрібен постійний догляд, однак роботи, яку можна зробити заздалегідь, сьомого дня старанно уникайте.

«Якщо ради суботи ти стримаєш ногу свою, щоб не чинити своїх заборон у день Мій святий, і будеш зва-ти суботу приємністю, днем Господнім святим та шанованим, і її пошануєш, – не підеш своїми дорогами, діла свого не шукатимеш та не будеш казати даремні слова...» (Ісаї 58:13). До переліку заборон входять «даремні слова» та «діла». Обговорення справ або складання планів у суботу Бог вважає фактичним виконанням роботи. Щоб зберегти суботу у святості, ми не повинні дозволити своїм думкам навіть зосереджуватися на земних речах. Ця заповідь стосується всіх, хто перебуває в нашій домівці: ніхто з рідних чи навіть гостей не повинен займатися земними справами в цей священний відрізок часу. Об'єднайтеся всі, аби своїм добровільним служінням поклонитися Богові в Його святий день.

«Шануй свого батька та матір свою, щоб довгі були твої дні на землі, яку Господь, Бог твій, дає тобі!» Батьки мають право на виняткові любов і пошану, які не повинні належати жодній іншій особі. Сам Бог, Котрий поклав на них відповідальність за душі, довірені їхній опіці, призна-чив, щоб у ранні роки життя своїх дітей батьки посіли для них місце Бога. Тому той, хто не визнає законної влади батьків, відкидає й Божий авторитет. П'ята заповідь вимагає від дітей не лише поважати, коритися та слухати своїх батьків, а й ставитися до них із любов'ю й ніжністю, полегшувати тягар їхніх турбот, стояти на варті їхньої честі, а також бути для них підтримкою та втіхою в старості. Ця заповідь також стосується поваги до служителів, начальників та всіх тих, кого Бог наділив владою.

За словами апостола, це «перша заповідь з обітницею» (Ефес. 6:2). Ізраїлю, котрий сподівався невдовзі увійти до Ханаану, вона обіцяла за умови послуху довге життя в тому доброму краї. Утім, ця заповідь має ще більше значення. Вона поширюється на весь Ізраїль Божий і обіцяє вічне життя на землі, звільнений від прокляття гріха.

«Не вбивай!» Усякі вчинки несправедливості, які призводять до вкорочення чийогось життя; дух ненависті та помсти або потурання якійсь пристрасті, що має згубні наслідки для інших чи змушує нас виявляти до них недоброзичливість (бо «кожний, хто ненавидить свого брата, той убивця»); егоїстичне нехтування потребами нужденних або страждальців; необмежене потурання власним бажанням,

непотрібні обмеження чи надмірна праця, що руйнують здоров'я, – усе це більшою або меншою мірою є порушенням шостої заповіді.

«Не чини перелюбу!» Ця заповідь забороняє не лише аморальні вчинки, а й хтиві думки, бажання й усе, що може викликати їх. Не тільки наша поведінка повинна відзначатися моральною чистотою, а й таємні наміри та бажання серця. Христос, викладаючи людям глибокий зміст Божого Закону та його вимог, зазначив, що нечиста думка або погляд є таким самим гріхом, як і переступ.

«Не кради!» Ця заборона поширюється як на явні гріхи, так і на таємні, скоєні конкретно особою чи суспільством. Восьма заповідь засуджує викрадення людей, работоргівлю, злодійство, грабіжництво, забороняє вести загарбницькі війни та вимагає беззастережної чесності в найдрібніших життєвих питаннях. Вона засуджує шахрайство в торгівлі, вимагає справедливого розрахунку з боргами та чесною оплати праці. Ця заповідь говорить про те, що будь-яка спроба скористатися недосвідченістю, слабкістю або нещастям іншої людини зазначається в небесних книгах як обман.

«Не свідкуй неправдиво на свого ближнього!» Сказана нами неправда, кожна спроба або намір ввести ближнього в оману підпадає під цю заповідь. Неправда – це також будь-який намір обманути. Наші погляди, жести, вираз обличчя можуть так само красномовно говорити неправду, як і слова. Кожне умисне перебільшення, натяк, розраховані на те, щоб справити хибне або перебільшене враження, навіть виклад фактів із метою ввести в оману є неправдою. Ця заповідь забороняє будь-яку спробу заплямувати репутацію нашого ближнього – чи то спотворенням фактів, чи то недобрими припущеннями, наклепами або плітками. Навіть умисне замовчування правди, яке може зашкодити іншим, є порушенням дев'ятої заповіді.

«Не жадай дому ближнього свого, не жадай жони ближнього свого, ані раба його, ані невольниці його, ані вола його, ані осла його, ані всього, що ближнього твого!» Десята заповідь влучає в сам корінь гріха, застерігаючи від себелюбних бажань, які призводять до гріховних учинків. Хто, виконуючи Божий Закон, утримується навіть від потурання гріховному бажанню заволодіти тим, що належить іншому, той не буде винним і в несправедливому вчинку щодо ближніх.

Такими були десять священних заповідей Десятислів'я, виголошених серед грому та вогню з надзвичайними проявами сили та величі всемогутнього Законодавця. Бог хотів закарбувати цю сцену в пам'яті людей і викликати в них глибоку пошану до Творця неба та землі. Він також бажав показати людям святість, важливе значення й незмінність Свого Закону.

З книги Еллен Уайт
«Патріархи і пророки»



ПОДЯКА



«Алілуя! Хваліте Господа з неба, хваліте Його в висоті! Хваліте Його, всі Його Ангели, хваліте Його, усі війська Його! Хваліте Його, сонце й місяцю, хваліте Його, усі зорі ясні! Хваліте Його, небеса із небес, та води, що над небесами! Нехай Господа хвалять вони, бо Він наказав, – і створились вони» (Псал. 148:1-5).

Невже всі наші молитовні зусилля зводяться тільки до того, щоб просити й отримувати? Невже ми завжди маємо думати тільки про наші потреби й ніколи не розмірковувати про отримані нами благословення?

Завжди є за що дякувати, незалежно від обставин. Секрет подячного настрою криється в постійному бажанні дякувати.

У нас є родичка, яка страждає від важкої форми артриту. Вона захворіла більше сорока років тому, ще коли була маленькою дівчинкою. Нині вона ледве пересувається. Руки настільки вражені хворобою, що їй важко тримати ніж або виделку. Проте приємна усмішка на її обличчі й добрий настрій неначе говорять Господу і людям, що вона вдячна за саме життя.

Понад усе ми повинні дякувати за Ісуса Христа. Щодня ми маємо співати Йому хвалу!

Читаючи псалми в Біблії, ви побачите, що вони сповнені прославлення Бога за Його могутні діла, велич і творчу силу. Сьогодні та в майбутньому слідуєте цьому прикладу – славте Господа!

ПСАЛОМ 91

¹ Хто живе під покровом Всевишнього, хто в тіні Всемогутнього мешкає.

² Той скаже до Господа: Охороно моя та твердине моя, Боже мій, я надіюсь на Нього!

³ Бо Він тебе вирве з тенет птахолова, з моровиці згубної.

⁴ Він пером Своїм вкриє тебе, і під крильми Його заховаєш ти! Щит та лук Його правда.

⁵ Не будеш боятися страху нічного, ані стріли, що вдень пролітає.

⁶ Ані зарази, що в темряві ходить, ані моровиці, що нищить опівдні.

⁷ Впаде тисяча з боку від тебе, і десять тисяч праворуч від тебе, до тебе ж не дійде!...

⁸ Тільки своїми очима подивись, і заплату безбожним попобачиш.

⁹ Бо Господа, охорону мою, Всевишнього ти учинив за своє пристановище!

¹⁰ Тебе зло не спіткає, і до намету твого вдар не наблизиться.

¹¹ Бо Своїм Ангелам Він накаже про тебе, щоб тебе пильнували на всіх дорогах твоїх.

¹² На руках вони будуть носити тебе, щоб не вдарив об камінь своїєї ноги!

¹³ На лева й вужа ти наступиш, левчука й крокодила ти будеш топтати!

¹⁴ Що бажав він Мене, то його збережу, зроблю його сильним, бо знає ім'я Моє він.

¹⁵ Як він Мене кликатиме, то йому відповім, Я з ним буду в недолі, врятую його та прославлю його;

¹⁶ довгістю днів Я насичу його, і він бачити буде спасіння Моє!

КОЛІБРІ: МАЛЕНЬКЕ ДИВО



Найменша пташечка на земній кулі – колибрі. Вона безстрашна, енергійна й витривала. Це одне з найкрасивіших Божих створінь. Люди називають цих пернатих «топазний колибрі», «смарагдове горлечко», «летючий аметист». Мешкають вони в Америці, причому не лише в тропіках і субтропіках, а й в інших кліматичних зонах, навіть на Алясці. Ці птахи живуть там, де є квіти, але особливо багато їх у тропічних зонах.

Нещодавно дослідники опублікували деякі факти про колибрі в журналі Current Biology. Згідно з різними джерелами, у природі налічується близько 350 видів цих птахів, які отримали широку популярність завдяки своїй повітряній акробатиці та веселковому забарвленню. Зазвичай вони важать лише кілька грамів. Найбільший з них – велетенський колибрі (Patagona gigas) з південноамериканських Анд, що досягає розмірів шпакка, а найменша – колибрі-бджілка (Mellisuga helenae) з острова Куба, що завдовжки лише 7 см (від кінчика хвоста до кінчика дзьоба!). Важить вона лише два грами і є найменшим видом птахів у світі.

Літальні м'язи становлять 25-30% ваги тіла колибрі. Триграмова пташка махає крилами з дивовижною швидкістю – 50-70 разів на секунду. При цьому ембріон, що володіє всіма цими дивовижними здатностями, розвивається в яйці розміром з горошину. Деякі види колибрі мігрують до засніжених каньйонів Скелястих гір, де здатні підтримувати температуру яєць, на 25 °C тепліше за температуру повітря. Як це можливо? Річ у тім, що завдяки високій щільності оперення на один дюйм тіла (2,54 см) пір'я колибрі забезпечує одну з найкращих у світі теплоізоляцій серед інших маленьких і середніх птахів. Більше того, для збереження енергії вони здатні сповільнювати свій метаболізм, впадаючи в стан заціпеніння.

Перед міграцією колибрі концентрують до 70 % маси тіла у вигляді жирних відкладень, оскільки жир енергетично ефективніший, ніж вуглеводи. Ці птахи здатні здійснювати протяжні сезонні перельоти. Наприклад, на шляху з Флориди до півострова Юкатан один з видів колибрі перетинає водну перешкоду, не маючи змоги повернутися назад чи зробити зупинку. Тому птах змушений за один переліт долати близько 1 000 км (за швидкості 50 км/год йому потрібно летіти приблизно 20 годин). Це неймовірна витривалість і дивовижний подвиг для організму завважки лише кілька грамів. Усе це вимагає найтоншого фізіологічного внутрішнього налаштування.

Швидкість польоту, яку здатна розвивати колибрі, надзвичайно висока (до 80 км/год). Її спритний і маневровий політ нагадує політ метеликів. У польоті дрібні види створюють крилами характерне дзижчання, здійснюючи до 80-100 змахів за секунду. При цьому великі види роблять лише 8-10 змахів за секунду. Рух крил такий швидкий,

що їхні обриси просто зливаються. Часто птахи нерухомо «завмирають» перед квітами завдяки швидким змахам крил, як сутінкові метелики.

Колібрі – єдині птахи у світі, які вміють літати у зворотному напрямку. В експериментах за допомогою камер, здатних робити надшвидкі послідовності кадрів, були відображені моменти польоту колибрі в піку. При цьому птахи досягали швидкості майже в 400 своїх корпусів за секунду. Якщо зіставити довжину тіла колибрі зі швидкістю, це співвідношення більше, ніж у винишувача з увімкненим форсажем чи в космічного корабля в момент входження до земної атмосфери. На останній стадії піку, коли колибрі розкривають крила, вони демонструють миттєве гальмування, недоступне жодному іншому живому організму, який здійснює повітряні маневри. У стані спокою серце колибрі б'ється з частотою 500 ударів на хвилину, а під час польоту – 1200 й більше. Колібрі вміє літати не лише вперед і назад, але й убік.

Раніше біологи вважали, що колибрі харчуються тільки нектаром квітів, але насправді головну, а для багатьох видів і виняткову їжу становлять дрібні комахи, яких вони дістають з квіток або з поверхні листя. Птахи ніколи не сідають на землю, аби підживитися, – харчуються тільки на льоту. Колібрі вважається найненаситнішою пташкою на Землі: за 16 годин вона здатна пити до 120 разів і з'їдати більше їжі, ніж становить маса її тіла.

Спостерігалось, що колибрі хапали комах, які загрузали в павутині, або ловили летючих комах. Коли колибрі п'є, вона опускає язик у шийку квітки 20 разів на секунду. При цьому половинки язика, потрапляючи в нектар, розправляються, а потім, повертаючись у дзьоб, – знову скручуються. У природі колибрі відіграють важливу роль як запилювачі. А нещодавно вчені встановили ще одну дивовижну здатність цього птаха – запам'ятовувати. Доведено, що колибрі запам'ятовують інформацію, оскільки оминають квітки, які нещодавно «спустошили», і повертаються до тих, які ще містять їжу.

Пір'ячко колибрі схоже на дорогоцінне каміння. На сонці воно переливається, ніби змінюючи своє забарвлення. Гніздо цієї маленької пташки вимощене з найніжніших матеріалів – павутинок, шерстинок і дрібних шматочків кори. Розмір його в середньому (залежно від виду) – зі шкаралупу

волоського горіха. Але сміливості цій пташці не бракує: вона безстрашно нападає навіть на змії, якщо ворог підбирається до гнізда. Як стріла, колибрі кидається на захист пташенят і встромляє свій довгий і гострий дзьоб у ніс або в очі противника.

Як може все це поєднуватися в такому маленькому створінні? Колібрі – яскравий приклад, який свідчить про існування Бога-Творця. Еволюція не може пояснити, яким чином у птаха з'явився складний апарат, необхідний для нерухомого зависання в повітрі й висмоктування нектару з квітки. Щоб колибрі могла так літати й виживати, усі її унікальні пристосування – довгий дзьоб, спеціальний язик, величезне серце, швидкий обмін речовин тощо – мали працювати ідеально від самого початку. Здатність до енергозбереження, витривалість, навігація, сила долати довгі дистанції також існували від самого початку, щоб дорослі особини могли дістатися до місць свого гніздування й повернутися назад уже з потомством. Немає сумнівів у тому, що ця дивовижна пташка створена рукою Бога-Творця!

«Але запитай хоч худобу – і навчить тебе, і птаство небесне – й тобі розповість. Або говори до землі – й вона вивчить тебе, і розкажуть тобі риби морські. Хто б із цього всього не пізнав, що Господня рука це вчинила?» (Іова 12:7-9).



ТВ-програма на ЛИПЕНЬ (01.07 – 07.07)*

HOPE.UA



в YouTube та Facebook

Для тих, хто прагне корисно харчуватися,
уникати хвороб та бути здоровим.

Ми зібрали для наших підписників найкраще!

**НЕДІЛЯ**
1 липня

00:00 Біблія, як вона є
00:30 Реформація.500
01:00 Счастье вопреки всему
01:50 Богослужіння
02:50 «Притчи рабби Иисуса»
с Александром Болотни-
ковым
03:30 Сила одного
04:00 Богослужіння
05:20 Інша сторона
06:00 Так чи інакше
07:00 Біблія продовжує
говорити
07:30 2Я - одне життя
08:20 Guten Morgen з
Ганнеле Отчофскі
08:30 Дорогами християнства
09:10 Сложных текстов нет
09:30 Є проблема
10:00 Малюваки
10:25 ЧП+
10:40 Мозаїка батьківства
11:00 2Я - одне життя
12:00 Богослужіння
13:20 «Притчи рабби Иисуса»
с Александром Болотни-
ковым
14:00 ЛоМастер
14:20 Грани музики
15:00 В гостях у Добрячка
(сурдо)
15:20 Біблія продовжує
говорити (сурдо)
15:50 5 хвилин для вічності
16:00 Є проблема
16:30 МЕДРЕФОРМА: РЕАЛІЇ
17:50 Сложных текстов нет
18:10 Вопрос служителю
церкви
18:30 ...є Любов
19:00 Диагноз: здоровье
19:30 Інша сторона
20:10 5 хвилин для вічності
20:20 ЧП+
20:30 Рожеві окуляри
20:50 5 хвилин для вічності
21:00 Вісті Надії
21:40 Мозаїка батьківства
22:00 Удивительные факты
23:00 Грани музики
23:40 Філософський камінь

ПОНЕДІЛОК
2 липня

00:00 Біблія, як вона є
00:30 Реформація.500
01:00 Є проблема
01:30 Вопрос служителю
церкви
01:50 Дорогами
християнства
02:30 Богослужіння
03:45 ЧП+
04:00 ДЖЕМ
05:00 Інша сторона
05:40 Сложных текстов нет
06:00 ...є Любов
06:30 Біблія продовжує
говорити
07:00 Ранок Надії
08:00 2Я - одне життя
09:00 Ранок Надії
10:00 Реформація.500
10:30 Сила одного
11:00 Ранок Надії
12:00 ...є Любов

12:30 Біблія продовжує
говорити
13:00 Сложных текстов нет
13:20 Вісті Надії
14:00 Малюваки
14:20 ДЖЕМ
15:20 Інша сторона (сурдо)
16:00 Удивительные факты
17:00 Так промовляє Біблія
17:40 Сложных текстов нет
18:00 Реформація.500
18:30 Мозаїка батьківства
18:50 5 хвилин для вічності
19:00 Так чи інакше
20:00 Познаем истину
20:50 Пригоди Марка
21:00 Інша сторона
21:40 Рожеві окуляри
22:00 В контексті
23:00 Дорогами християнства
23:40 Вопрос служителю
церкви

ВІВТОРОК
3 липня

00:00 Біблія, як вона є
00:30 Грани музики
01:10 Сложных текстов нет
01:30 Богослужіння
02:45 ЧП+
03:00 Дорогами християнства
03:40 В контексті
04:40 ДЖЕМ
05:40 «Притчи рабби Иисуса»
с Александром Болотни-
ковым
06:10 Інша сторона
07:00 Ранок Надії
08:00 Познаем истину
09:00 Ранок Надії
10:00 Рожеві окуляри
10:20 Дорогами християнства
11:00 Ранок Надії
12:00 Реформація.500
12:30 Сила одного
13:00 Є проблема
13:30 В гостях у Клиффа
Гольдштейна
14:00 В гостях у Добрячка
14:20 Інша сторона
15:00 2Я - одне життя (сурдо)
15:50 5 хвилин для вічності
16:00 Вісті Надії
16:40 В контексті
17:40 Дорогами християнства
18:20 Так промовляє Біблія
19:00 Рожеві окуляри
19:20 Дивовижні відкриття
20:20 Є проблема
20:50 Вечірні історії
21:00 2Я - одне життя
22:00 ...є Любов
22:30 Біблія продовжує
говорити
23:00 Дивовижні відкриття

СЕРЕДА
4 липня

00:00 Біблія, як вона є
00:30 Є проблема
01:00 Удивительные факты
02:00 Біблія продовжує
говорити
02:30 Богослужіння
03:45 В контексті
04:45 На перехресті
05:00 Реформація.500
05:30 ...є Любов
06:00 Сложных текстов нет

06:30 Є проблема
07:00 Ранок Надії
08:00 В контексті
09:00 Ранок Надії
10:00 Біблія продовжує
говорити
10:30 Реформація.500
11:00 Ранок Надії
12:00 Так промовляє Біблія
12:30 ДЖЕМ
13:30 Диагноз: здоровье
14:00 ЧП+
14:10 «Притчи рабби Иисуса»
с Александром Болотни-
ковым
14:40 Рожеві окуляри
15:00 МЕДРЕФОРМА: РЕАЛІЇ
(сурдо)
16:30 Так чи інакше
17:30 Вісті Надії
18:10 В контексті
19:10 ЧП+
19:15 Філософський камінь
19:30 Счастье вопреки всему
20:20 Біблія продовжує
говорити
20:50 Пригоди Марка
21:00 Дорогами християнства
21:40 Мозаїка батьківства
22:00 ДЖЕМ
23:00 Счастье вопреки всему

ЧЕТВЕР
5 липня

00:00 Біблія, як вона є
00:30 Диагноз: здоровье
00:50 На перехресті
01:00 Біблія продовжує
говорити
01:30 Богослужіння
02:45 Дорогами християнства
03:30 «Притчи рабби Иисуса»
с Александром Болотни-
ковым
04:10 Мозаїка батьківства
04:30 2Я - одне життя
05:30 Рожеві окуляри
06:00 Диагноз: здоровье
06:30 Сила одного
07:00 Ранок Надії
08:00 ЧП+
08:20 Дорогами християнства
09:00 Ранок Надії
10:00 Інша сторона
10:40 Мозаїка батьківства
11:00 Ранок Надії
12:00 «Притчи рабби Иисуса»
с Александром Болотни-
ковым
12:40 Біблія свідчить
12:50 На перехресті
13:00 Біблія продовжує
говорити
13:30 Малюваки
14:00 В контексті
15:00 Є проблема (сурдо)
15:30 Сложных текстов нет
(сурдо)
15:50 5 хвилин для вічності
16:00 Вісті Надії
16:40 Мозаїка батьківства
17:00 ...є Любов
17:30 «Притчи рабби Иисуса»
с Александром Болотни-
ковым
18:10 Інша сторона
18:50 5 хвилин для вічності
19:00 МЕДРЕФОРМА: РЕАЛІЇ
20:30 Є проблема

21:00 На перехресті
21:10 Так промовляє Біблія
22:00 Удивительные факты
23:00 МЕДРЕФОРМА: РЕАЛІЇ

П'ЯТНИЦЯ
6 липня

00:30 Біблія, як вона є
01:00 Вопрос служителю
церкви
01:30 Вісті Надії
02:10 Мозаїка батьківства
02:30 Богослужіння
03:45 В контексті
04:45 Біблія свідчить
05:00 ДЖЕМ
06:00 Удивительные факты
07:00 Ранок Надії
08:00 «Притчи рабби Иисуса»
с Александром Болотни-
ковым
09:00 Ранок Надії
10:00 Так чи інакше
11:00 Ранок Надії
12:00 МЕДРЕФОРМА: РЕАЛІЇ
13:30 Так промовляє Біблія
14:00 В гостях у Добрячка
14:20 2Я - одне життя
15:10 Познаем истину (сурдо)
16:00 ДЖЕМ
17:00 В контексті
18:00 Грани музики
18:40 Інша сторона
19:30 Суботній вечір
20:20 Людина. Храм. Спасіння
20:50 Пригоди Марка
21:00 Сложных текстов нет
21:20 2Я - одне життя
22:10 Познаем истину
23:00 Суботній вечір

СУБОТА
7 липня

00:00 Біблія, як вона є
00:30 В контексті
01:30 Так чи інакше
02:30 Богослужіння
03:45 Так промовляє Біблія
04:20 Дорогами християнства
05:00 Богослужіння
06:00 Пригоди Марка
06:10 Суботній вечір
07:00 2Я - одне життя
08:00 В контексті
09:00 Музична скринька
10:00 Познаем истину
10:50 «Притчи рабби Иисуса»
с Александром Болотни-
ковым
11:30 Богослужіння **LIVE**
13:00 Суботній вечір
14:00 В контексті
15:00 Богослужіння
16:15 Сложных текстов нет
16:30 Інша сторона
17:10 5 хвилин для вічності
17:20 ...є Любов
17:50 Біблія свідчить
18:00 Так промовляє Біблія
18:40 Грани музики
19:30 Дорогами християнства
20:20 Людина. Храм. Спасіння
20:50 Вечірні історії
21:00 Є проблема
21:30 «Притчи рабби Иисуса»
с Александром Болотни-
ковым
22:10 Вісті Надії: тиждень
22:50 Інша сторона
23:30 ...є Любов


НА СУПУТНИКУ
ASTRA 4A
В КАБ.МЕРЕЖАХ
ВАШОГО МІСТА
SMART TV
LG, PHILIPS, SAMSUNG
НА МОБ.ДОДАТКАХ
IOS, ANDROID**0 800 30 20 20**

Безкоштовно по Україні
Молитовна підтримка
Розмова зі священнослужителем
Сімейна консультація
Питання, побажання та пропозиції

contact@hope.ua
а/с 36, Київ - 71, 04071 Україна

contact-hope

Вивчайте
Біблію
разом з нами online на сайті
bible.ua

**«Ті, хто очікує»**

Документальний фільм про адвен-
тистів з інформаційним буклетом*

Їхня чисельність по всьому світу
в більш ніж 200 країнах становить
близько 25 млн людей та продовжує
стрімко збільшуватися з кожним
роком. Вони вважають, що Біблія –
це Слово живого Бога та єдине
джерело віри. Вони ведуть актив-
ну благодійну діяльність, надають
великого значення фізичному та
духовному здоров'ю. Чому ж вони
називають себе «Ті, хто очікує»?

30 грн

*Кількість примірників обмежена

1 DVD// Мова: укр/рос

Замовити диски Ви можете
за телефонами гарячої лінії
або за адресою: zakaz@hope.ua; а/с 36,
Київ - 71, 04071 Україна

Заноза в серці: вина та образа



Заноза – це дрібне чужорідне тіло, що потрапило під шкіру людини. Видаляти її боляче, адже іноді доводиться робити надріз, а якщо вона увійшла занадто глибоко – оперувати. Заноза ніколи не стане частиною живої тканини. Організм прагнучим її відторгнути. Проста скалка здатна спровокувати абсцес і навіть привести до сепсису. Тривале перебування занози в тілі може коштувати людині життя.

А якщо заноза в серці?! Але як вона може потрапити туди, якщо цей орган захищений грудною кліткою й не контактує із зовнішнім середовищем? Заноза в серці – це образа. Серце зникає від болю, кровоточить, надривається, стогне. З таким болем людина не може ні їсти, ні спати, ні працювати, ні жити. Також скалкою в серці є почуття провини, яке завдає не меншої шкоди. Тільки видалення, очищення, звільнення є прямим шляхом до зцілення. Що ж робити? Як вчинити? Відкинути страх, біль, сумніви й пробачити. Не треба виправдовуватися, продумувати відмовки, немає сенсу недооцінювати проблему. Це марно. **ТІЛЬКИ ПРОБАЧИТИ.**

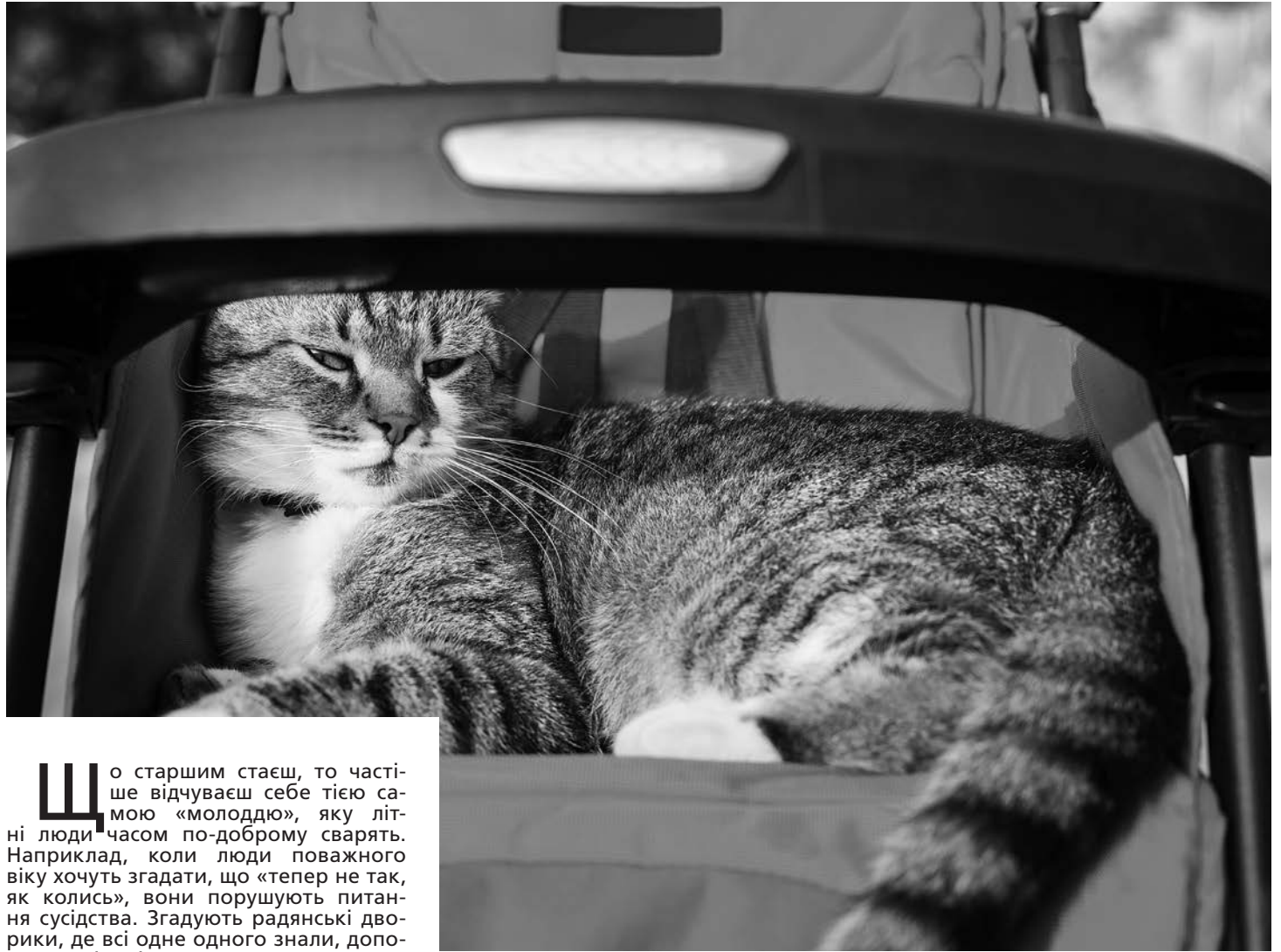
Завдяки прощенню завданої образи є шанс видалити скалку повністю, без залишку. *«Будьте ж добрими одне до одного, милосердні, прощаючи одне одному, як і Бог через Христа вам простив!»* (Ефес. 4:32). Можливо, буде нестерпно боляче. Та іноді потрібно просто відмовитися від меншого, аби зберегти більше. Живе серце незрівнянно більше від хоч і маленької, але підступної занози-образи. Якщо серце страждає від занози-провини, попросіть Бога пробачити й очистити вас і будьте певні, що Він це зробить. *«А Господеві, нашому Богові, – милість та прощення...»* (Дан. 9:9). *«Якщо ж визнаємо свої гріхи, то Він, вірний і праведний, щоб простити нам гріхи й очистити нас від усякої неправедності»* (1 Івана 1:9).

Мине час – і рана обов'язково загоїться. Просіть Господа про силу та спроможність прощати.

Г. П. Буровцева



КІШЧИН ДІМ



Що старшим стаєш, то частіше відчуваєш себе тією самою «молоддю», яку літні люди часом по-доброму сварять. Наприклад, коли люди поважного віку хочуть згадати, що «тепер не так, як колись», вони порушують питання сусідства. Згадують радянські дворики, де всі одне одного знали, допомагали, іноді шкодили, але навряд чи проходили повз сусіда, не вітаючись і не підозрюючи, що він узагалі сусід.

Кілька років тому наша сім'я переїхала саме в такий «радянський» двір. І відтоді ми отримуємо нескінченні уроки сусідських взаємин. Кажуть, що нашу невелику двоповерхівку будували полонені німці, а за відомостями старожилів – самі мешканці господаруноківним способом. Держава виділяла будматеріали, виконроба й кількох фахівців, а майбутні власники житлоплощі мали відпрацювати на будівництві певний термін за право на квартиру в будинку. Однак розповісти хотіла про те, як ми із сім'єю намагалися «вписатися» в колектив сусідів.

Найближчі сусіди вразили нас відразу ж, коли ми ще тільки готувалися до переїзду. По-перше, тим, що не соромилися зупинитися навпроти нашого вікна, співчутливо коментуючи татів спосіб здирання шпалер і мій живіт (я була на восьмому місяці вагітності), адже я шпаклювала дерев'яну раму, сидючи на підвіконні. По-друге, здивувала чуйність сусідки за стіною. На перше ж прохання поділитися молотком ця бабуся не тільки винесла цілий ящик з інструментами, а ще й пригостила чаєм, картопляним пюре та печивом із цукерками, а пізніше неодноразово пропонувала підгодувати горе-ремонтників. Звичайно,

ми намагалися якнайшвидше всіх запам'ятати й з усіма вітатися, однак повністю «вписатися» в колектив не вдавалося. Я ухилялася від надмірних розпитувань, а сама не питала ні про кого й ні про що (некоректно якось), за що невдовзі й поплатилася.

Серед сусідів була одна жінка середнього віку – «котятча мати». Вона годувала й впускала в будинок одночасно близько десятка хвостатих. Мисок і бруд у під'їзді не було, але непорозуміння все одно згодом з'явилися. Проблемаю стало зберігання дитячого візочка. Коридор у нашій квартирі змушував вибирати: або ти, або коляска, тому дитячий транспортний засіб ми відразу ж після переїзду почали залишати в під'їзді. Звичайно ж, коти оцінили нашу щедрість! Ще б пак – таке зручне, м'яке ложе... Вони швидко зрозуміли, як можна пірнути під захисний чохол, і зранку дитячий візочок зустрічав нас клаптями шерсті й характерним запахом. Варто було посадити в нього дитину, а пізніше взяти її на руки – мій пуховик уміє просочуватися тим самим неможливо різким і стійким запахом. Ми почали використовувати чохол з поліетилену – він був швидко порваний кігтями; складали коляску – коти ночували на її складеному капюшоні. Зрештою я не витримала й вирішила поговорити із сусідкою – пояснити їй, що домашніх кішок тримають удома, а безхатченків віддають до притулку, а не підгодовують біля чужої коляски. Зрозуміло, сусідка відреагувала нервово. На її крики вибігла та найдобріша бабуся, котра пригостила нас печивом під час ремонту, і винесла стару щільну ковдру. Вона ненадовго врятувала ситуацію – на ті кілька днів, доки сама не просочилася моторошним запахом.

Не все гаразд було й у дитячій пісочниці. Пускати туди дитину не ризикувала жодна мама з нашого двору. Я умисно описую малоприємні деталі, аби читач відчув хоча б краплю мого материнського обурення. Якийсь час згодом я вже серйозно обмірковувала, чи не посадити всіх кішок у багажник машини й не вивезти на околицю міста або до свекрухи на дачу.

Усі, кому я описувала факти зі скаргою на сусідку, співчували й розводили руками. Факти – ефективний аргумент, якщо правильно їх підібрати. Я не підбирала спеціально, просто знала далеко не все. За рік я дізналася від

бабусі за стіною, що самотня сусідка зовсім не самотня. Одного разу я зайшла до доброї бабусі в сусідню квартиру, щоб пригостити її огірками з дачі. А вона запитала, чи можна поділитися з котятницею. Виявилось, що в жінки вся пенсія йде на сина-інваліда. Він психічно хворий, тому вона не працює: не може надовго залишати його без нагляду. А ліків треба багато. І я відразу згадала свою спробу «серйозно поговорити» із цієї нещасною матір'ю. Стало навіть не соромно, а сумно.

Через деякий час я зібрала продукти й попросила добру бабусю їх анонімно передати. Іти самій було ніяково. Бабуся, напевно, вирішила обійтися без анонімності – й уже за півгодини у двері стукала «голова інституту котознавства», як я її колись називала. Жінка зі сльозами на очах дякувала, кажучи, що й сама не дуже рада кішкам. Проте тільки вони й заспокоюють сина. Стрибають до нього на коліна – і він засинає. Сусідка принесла мені міцний мішок, щоб постелити його на візочок...

Факти – вбивча сила, коли зібрані в усій повноті: вбивча для «праведного» гніву, «справедливого» засудження та інших сумних наслідків невідання.

Олена Фетисова



ДОЗВОЛЬ МЕНІ ХОДИТИ З ТОБОЮ



«Які гарні на горах ноги благовісника, що звіщає про мир, що добро провіщає, що спасіння звіщає, що говорить Сіонові: "Царює твій Бог!"» (Ісаї 52:7).

У моїй шафі багато різного взуття. Деякі пари добряче зношені: вони пройшли багато кілометрів за своє коротке життя. Зі скількома тисячами інших туфель їм довелося зустрітись «носок у носок» або йти пліч-о-пліч. Одна пара взуття – мої «всюдиходи». Вони особливо часто долали різні непрохідні хащі,

ідучи слідом за пошуковим собакою-рятувальником. На відстані 10 метрів іти за мускулистим псом, що тягне за собою й цілком заклопотаний тим, щоб не втратити невидимий слід, – досить захопливе заняття. Нагорода, яка очікує наприкінці шляху, коли собака знаходить зниклу людину, – величезна.

У мене є й інше взуття, яке також може пройти великі відстані заради того, щоб знайти зниклих. Людина може заблукати як у звичайній пустелі, так і в «пустелі» щоденного життя. Хтось загубився в горах, не знайшов стежки через зсув, а хтось, можливо, втратив окреслену Господом стежку через «зсув» життєвого тягаря. Чи відчували ви трепет від того, що вам хотілося взяти свої туфлі й вирушити на пошуки людини, аби привести її до Спасителя?

Утім, щоб туфлі могли ходити, потрібно, аби їх взули чийсь ноги. Туфлі не можуть знайти того, хто загубився в лісі життєвих проблем, якщо їх не взує духовно здорова людина. Де вони можуть знайти таку людину? Дві тисячі років тому Ісус носив пару сандалій. Наше взуття має ходити по одній з Ним стежці: «На це ви були покликані, тому що й Христос постраждав за нас, залишивши нам приклад, щоб ми йшли Його слідами» (1 Петра 2:21).

Іноді наше взуття буде брудним, якщо ми зійдемо з прокладеної Ним стежини. Однак наш Отець може очистити його від бруду й знову поставити на шлях істини. Дозвольте вашому взуттю привести вас до тих, кому сьогодні потрібно знайти шлях.

Сюзанна К.



Я ЗНАЮ, ХТО ДАЄ СПОКІЙ -

Ісус запрошує прийти до Нього всіх неспокійних, незадоволених, пригнічених та засмучених. Він любить вас і прагне вашої любові. Ісус хоче, щоб ви пам'ятали: Він віддав Своє дорогоцінне життя, аби ви не загинули; і Він буде вам допомогою в недолях, що часто трапляються. Тільки дивіться на Ісуса й розповідайте Йому про всі свої труднощі й

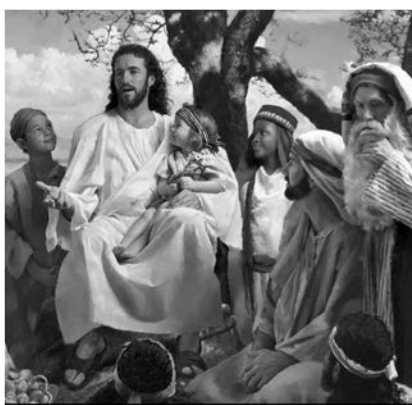
випробування... Просіть Його зміцнити й благословити вас і вірте, що Він чує ваші молитви...

Усі Небеса з найглибшою зацікавленістю спостерігають за вами. Одна єдина душа, за яку помер Христос, коштує більше, ніж увесь світ. Якщо люди прийдуть до Ісуса такими, як є, наскільки б грішними й опоганеними вони не були, Він прийме їх тієї ж миті, коли вони віддадуть себе Йому. Ісус наповнить Своїм Духом серце покірного прохача. Того, хто приходить до Нього, Він не вижене геть. Ви можете любити Ісуса всім серцем, Він ніколи не розчарує вашу довіру. Його слова – це життя, розрада й надія. Сатана знає: усе, що вам потрібно, – це дивитися на Ісуса, піднесеного Спасителя. Поранена, понівечена, хвора душа знайде в Ісусі бальзам для своїх ран...

Ви здобудете мир, який наповнює душу, оскільки цей мир – у цілковитій покорі Ісусові Христу. Послух Божій волі приносить спокій. Учень, який покірно й лагідно прямує за Спасителем, знаходить заспокоєння, якого світ не може ані дати, ані

забрати. «Думку, оперту на Тебе, збережеш Ти у повнім спокої, бо на Тебе надію вона покладає» (Ісаї 26:3).

Покірний, лагідний дух, яким завжди вирізнялося життя Божого Сина та яким володіють Його істинні послідовники, приносить вдовolenість, мир і щастя, що підносять їх над рабством життя, позбавленого природної простоти.



Иду ли полем



Иду ли полем – хлеб о Нем вещает;
Иду ль по лесу, где растут грибы,
Плыву ли теплым морем я и таю,
Мне шепчет все: «О, Боже, это Ты!»

В любой былинке, веточке, цветочке,
Туманах, росах, облаках вдали
И даже в самом маленьком росточке
Ты, Господи, во всем! Везде лишь Ты.

И где сирени цвет благоухает,
Где шмель мохнатый на цветок летит,
О Господе творение вещает
И нежным ароматом нас пьянит.

А благодать Господня в том сокрыта,
Что в этом мире Сам Христос ходил.
В Нем на Голгофе вся любовь открыта,
Там Иисус Свой подвиг совершил!

Л. Соколова



МНЕ НУЖНО УВИДЕТЬ ХРИСТА

Мне нужно, как воздух, Христово ученье,
Его милосердье и долготерпенье,
И более жизни, достатка, везенья,
Мне нужно для счастья Христово смирение.

Мне хочется пить полной грудью средь весен
Густой аромат неземных наших сосен,
Не славу, почет, не людское признание –
Христова характера благоуханье.

Мне нужно увидеть Христа непременно
Средь боли, страданья 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, ни чуть не колеблясь,
В душе моей черствой, холодной изверясь.

Мне нужно отбросить свое самомнение,
И гибнущим руки тянуть для спасенья,
И грешнику хлеба подать на прошение,
Тем выразив Божие соизволение.

Мне нужно суметь победить зло любое, –
Не силой своею – Христовой любовью.
Мне действовать нужно, и без промедленья,
И труд совершить свой и предназначенье.

Светлана Лагидна

Займенник «МИ»



Подружні пари, які майже завжди говорять про свої стосунки, вживаючи займенник «ми», мають більше шансів успішно впоратися з міжособистісними конфліктами, – помітили психологи. Експерти проаналізували розмови між 154 парами середнього та старшого віку й виявили, що ті, хто часто вживає займенники «ми», «наш» і «нас», позитивніше налаштовані на розв'язання конфліктів у взаєминах і відчують менше стресу через сварки. А пари, у яких партнери підкреслюють свою незалежність, частіше вживаючи займенники «я», «мені» й «ти», менш задоволені в шлюбі. Особливо це стосується чоловіків і жінок зрілого віку. Серед сімей пенсійного віку вживання таких займенників здебільшого пов'язане з нещасливим шлюбом.

Крім того, літні пари частіше говорять про свій шлюб, використовуючи займенник «ми», ніж пари середнього віку. Також було зафіксовано, що просте слово «ми» допомагає й молодим закоханим підтримувати більш щасливі та гармонійні взаємини. Коли в стосунках партнери не прагнуть випинати свою індивідуальність, а, навпаки, прагнуть показати спільність і неподільність цілей, це свідчить про взаєморозуміння, про кращу здатність залагоджувати розбіжності, про схожість емоцій та фізіологічних реакцій, які виражаються у звичайній розмові. Займенник «ми» ніби проголошує, що сім'я – це передусім команда, де партнери впевнені одне в одному й здатні протистояти проблемам разом.



«Я ТЕБЕ НІКОЛИ НЕ ПРОБАЧУ!»



Один американський генерал мудро зауважив: «Єдиний спосіб виграти війну – уникнути її!» Як консультант із питань сім'ї та шлюбу я згадую ці слова, коли намагаюся допомогти подружжю, яке веде відкриту війну. У ній ніхто не може перемогти. Утім, незважаючи ні на що, війна триває: чоловік і дружина поводяться, мов закляті вороги! У деяких сім'ях ця війна прихована. Ворожнеча реальна, хоч і замаскована, але врешті-решт може виявитися смертельною, якщо її вчасно не розпізнати й не зупинити.

СМЕРТЕЛЬНИЙ УДАР ПО ЛЮБОВІ

Іноді я спілкуюся із сім'ями, які не хочуть зізнатися в недобрих почуттях одне до одного. Вони стверджують, що відчують лише байдужість. Однак після глибоких міркувань розуміють, що ця байдужість є результатом прихованого гніву, який призвів до депресії, знищив усі почуття – і добрі, і погані. Любов не може зростати в серці, де гніздяться негативні емоції: гнів, гіркота, недоброчинність, відчай або неприязнь.

У негативних стосунках є один спільний знаменник – дух непростення. Треба виявити його, звільнитися, щоб уникнути руйнівної війни та відкрити шлях для багатьох благословень, одним з яких буде оновлення щасливого сімейного союзу, навіть якщо подружжя вважало це неможливим. «Але мої почуття справедливі, – протестує іноді чоловік чи дружина. – Ви не уявляєте, що я переніс (або перенесла)». Я відповідаю, що справа не в цьому. Якщо ви хочете, щоб ваші сімейні взаємини були сповнені любові, не дозволяйте собі безпричинно дратуватися чи гніватися. Тривале непростення щодо чоловіка чи дружини завдає смертельного удару по любові.

Хочу поділитися з вами двома основними принципами прощення. Перший: ви не повинні керуватися почуттями. Другий: ви не є безпорадними в'язнями свого минулого. Ось основні контраргументи людям, яких закликають до прощення. Вони часто відповідають: «Може, це й так, але я ніколи не зможу пробачити чоловікові те, що він зробив» або «Я хотів би пробачити своїй дружині, але нічого не можу вдіяти зі своїми почуттями». Такі люди стали заручниками власних почуттів або ж подій, які сталися з ними в минулому. Проте в Біблії сказано, що християни здобули свободу в Христі (див. Івана 8:32, 36). Тож почніть з усвідомлення необхідності віддати Богові контроль над своєю поведінкою та своїми думками.

Прощення включає в себе три етапи: 1. Використання незалежної волі для того, аби прийняти рішення пробачити. 2. Обдумані дії згідно із Словом Божим.

3. Надія на силу Христа. Він оновить наш розум, щоб ми могли будувати нові взаємини зі своїм чоловіком чи дружиною.

ВИРІШУЙТЕ – РАЗ!

Щоб допомогти подружжю у виборі шляху прощення, у Посланні до євреїв Господь залишив важливе попередження: «Майте мир з усіма і святість, без яких ніхто не побачить Господа. Пильнуйте, щоб ніхто не був позбавлений Божої благодаті, аби хто не

наробив прикращі, коли випустить гіркий корінь, та щоб ним багато хто не опоганився» (Євр. 12:14, 15). Бог попереджає, що впертий у своєму непростенні буде позбавлений повноцінного життя і почне отруювати гіркотою не тільки себе, а й інших людей. Не прощати – все одно що добровільно помістити себе в концтабір.

Коррі Тен Бум, колишня військово-полонена концтабору, порівнює непростення з перебуванням у темній кімнаті із запнутими шторами, які заступають сонячне світло й не пропускають свіжого повітря. Іноді пробачити складно. Проте Бог простив нам значно більше, ніж ми можемо збагнути своїм розумом. Зважившись пробачити, ви зрозумієте, що зробили величезний крок до свободи, емоційного здоров'я та духовного зростання. Щойно чоловік та дружина приймуть рішення пробачити розумом та волею й віддадуть цю справу в руки Божі, як вони звільняться від образ і влади минулого. Тоді, хай там що не було в минулому, негативні події стануть тільки історією, а не емоційним фактом. Подружжя відкриє свої рани Небесному Цілителю й переконається, що любов Христа, яка рясно зливається на них, звершує велике цілення – і гострий біль зникне.

Згадайте слова Господа Ісуса, що описують Його служіння. Він сказав: «Дух Господній на Мені, бо Він помазав Мене благовістити убогим, послав Мене ціляти розбитих серцем, проповідувати полоненим визволення, сліпим – прозріння, і пригноблених відпустити на волю» (Луки 4:18). Цими словами Христос пропонує нам звільнення та цілення. Немає такої рани й такого емоційного переживання в шлюбі, які Господь не міг би цілювати, якщо чоловік і дружина зважаться пробачити одне одному й довірити своє життя Христові. Ненависть не зможе утримати їх у рабстві непростення, якщо вони оберуть свободу. Жодне негативне почуття не заволодіє подружжям, якщо воно вирішило відмовитися від цього, обравши покірність Господу. Любов Христа перемагає старе почуття образи. І ми ніби піднімаємо важкі фіранки, відкриваючи вікна в темній кімнаті. Яскраве світло наповнює весь дім і проганяє темряву з усіх його куточків. Повітря стає свіжим, приємним і життєдайним.

РОБІТЬ – ДВА!

Другий етап до прощення коротко викладений у Посланні апостола Павла до ефесян 4:31, 32: «Всяке роздратування, гнів, лют, крик, зневага нехай віддаляться від вас разом з усякою злобою. Будьте ж добрими одне до одного, милосердні, прощаючи одне одному, як і Бог через Христа вам против!»

Суть такого доброзичливого ставлення полягає в тому, щоб кожен поведився з іншим так, як хотів би, щоб поведилися з ним. Доброзичливе ставлення замість негативної реакції, без сумніву, містить доказ прощення. Чоловік і дружина ніколи не повинні дорікати одне одному за минуле.

Я пригадую одного пацієнта, якого кілька років тому зрадила дружина. Він сказав, що пробачив їй. Однак і сьогодні його ставлення чітко демонструє те, що він не довіряє їй. Імовірно, цей чоловік по-справжньому так і не пробачив, і дружина прекрасно розуміє це. Можете собі уявити, як важко процвітає почуття кохання за таких обставин! Пробачити – означає назавжди розпрощатися з боєм минулого й звільнитися від його впливу на сьогодення. Це підводить нас до третього етапу прощення.

ДУМАЙТЕ – ТРИ!

А тепер настав час забути про минуле й поглянути в майбутнє. Це можливо, коли подружжя дозволяє Богові через Його Слово відновлювати розум, замінюючи негативне ставлення почуттям любові, яке принесе благословення сімейним стосункам.

Християнське життя – це сьогодення та майбутнє. Бог влаштував так, що християнин може почати жити з того місця, де він перебуває зараз, але по-новому, відповідно до Божих принципів. Немає таких заплутаних ситуацій, які Господь не міг би розплутати й використати для нашого ж добра. Людині важко зрозуміти, як Творець допоможе їй розпочати жити з чистого аркуша, проте Він може й бажає це зробити. Божа вірна любов невичерпна. Його милості немає кінця, вона оновлюється щоранку.

Тому разом з апостолом Павлом ми можемо сказати: «Брати, я не вважаю себе тим, що досягнув. Але забуваючи те, що позаду, і прямуючи до того, що попереду» (Филп. 3:13). Забуваючи образи минулого й упевнено прямуючи до майбутнього – ось спосіб увійти в царство любові з моменту прощення, щоб жити там до кінця своїх днів.

А що ж робити з негативним ставленням одне до одного, якщо є бар'єром, зведеним проти почуття любові? Вам потрібно взяти на себе ініціативу й самому попросити пробачення. Передусім позбудьтеся всього, що створює між вами відчуження. Своїми словами, вчинками та ставленням покажіть, що ви усвідомлюєте свої помилки й хотіли би виправити їх. Просто визнайте, що не маєте рації, та перепросіть. Не звинувачуйте іншого. Змусити супутника життя відчувати себе винним – це найгірше, що можна зробити, якщо ви хочете відновити любов у своєму шлюбі. Навіть якщо ваш чоловік відразу не відгукнеться позитивно, продовжуйте своїм доброзичливим ставленням доводити, що зі свого боку ви пробачили й готові любити до кінця. Пам'ятайте, що прощення може початися з одного кроку. І нехай цей крок буде вашим!

Ед Уїт



НАДІЙНИЙ ПОКРИВ



«Ти покрива моя, Ти від утиску будеш мене стерегти, Ти обгорнеш мене радістю спасіння» (Псал. 32:7).

Шкіра вкриває все тіло та є захисним бар'єром між зовнішнім середовищем і організмом людини. Її площа становить близько 2 м². Шкіра здатна відчувати дотик, холод і тепло, оскільки містить безліч чутливих рецепторів. Протягом доби через неї може виділятися від 0,5 до 3 літрів води. Її зовнішній вигляд часто є показником внутрішнього стану організму.

Шкіра складається з трьох основних шарів: зовнішній шар – епідерміс, дерма (власне шкіра) і підшкірна жирово-клітковина.

Зовнішній шар має товщину від 0,01 до 1 мм, найтонший він на повіках. У тих місцях, де тіло піддається найсильнішому тертю, шкіра починає помітно товщати. Наприклад, на стопі або долонях епідерміс може ставати в 10-30 разів товщим, ніж на обличчі. Епідерміс має шарову будову. Клітини з нижнього шару, що межують з дермою, інтенсивно діляться, поступово переміщуючись угору й утворюють роговий шар епідермісу. Тут вони починають лущитися й відпадати, тому за все життя ми непомітно втрачаємо близько 20 кг шкіри. Протягом 3-4 тижнів зовнішній шар шкіри повністю оновлюється. Найінтенсивніше це відбувається в ранковий час.

Під епідермісом розташована дерма – найтовщий шар шкіри. Вона складається з переплетених між собою волокон, які надають їй еластичності та пружності. Від цього шару залежить, як виглядатиме шкіра здоровою чи в'ялою та зморшуватою. Волокна дерми здатні вбирати й накопичувати багато вологи. Якщо людина п'є достатню кількість води, то волокна набухають і збільшуються, при цьому шкіра має гладкий і еластичний вигляд. У дермі містяться безліч нервових закінчень і волосяних цибулин. Біля кожної волосної цибулини є сальні залози,

що виділяють шкірне сало. Також тут пролягає безліч дрібних судин, які, реагуючи на холод чи тепло, здатні звужуватися або розширюватися, тим самим регулюючи температуру тіла. Цей процес відбувається автоматично. У дермі розташовані також потові залози. Під час посиленого нагрівання тіла вони починають виділяти піт, віддаючи частину тепла та захищаючи організм від перегріву.

Найглибший шар шкіри – це підшкірна жирова клітковина. Її товщина може бути різною: від кількох міліметрів до кількох сантиметрів. Вона, мов подушка, захищає тіло від механічного впливу, є природним теплоізолятором і слугує джерелом енергії в разі інтенсивної фізичної діяльності або голоду. Підшкірна жирова клітковина відкладається насамперед на животі, сідницях і стегнах. Товщина її шару залежить від харчування, ступеня фізичної активності, роботи гормональної системи та спадковості. Піт, шкірне сало та органічні кислоти, що містяться в них, виділяються назовні, утворюючи на поверхні шкіри тонку плівку, яка має слабкокисло-середовище (рН 3,8-5,6). Вона захищає шкіру від пересихання, а також від грибків і хвороботворних мікроорганізмів. Часте умивання лужним милом порушує природний баланс мікроорганізмів на шкірі та сприяє пошкодженню кислотної плівки.

Шкіра вкриває все тіло та є чудовим природним захистом від несприятливого впливу зовнішнього середовища. Проте істинною й надійною охороною для людини завжди є рука Всевишнього, що захищає нас від багатьох бід і скорбот. Якби ми тільки знали про всі невидимі небезпеки, що підстерігали нас на шляху й від яких Господь зберіг нас, і пам'ятали про звільнення від скорботи, тоді ми, сповнені вдячності, сказали б разом з Давидом: *«Ти покрива моя, Ти від утиску будеш мене стерегти, Ти обгорнеш мене радістю спасіння»* (Псал. 32:7).

ЧОМУ З'ЯВЛЯЮТЬСЯ ЗМОРШКИ

«...їхня шкіра стягнулась на їхній кості, зробилась сухою, як дерево...» (Пл. Єрем. 4:8).

З віком кожна людина помічає, як її гладка та ніжна шкіра стає сухою й вкривається глибокою павутиною зморшок. І хоч час зупинити неможливо, але уповільнити процес старіння ми в змозі.

Однією з причин, що прискорює старіння шкіри, медики вважають куріння. Особливо його вплив помітний на обличчях жінок-курців. У них навколо рота та очей з'являються глибокі зморшки, при цьому шкіра набуває сіруватого відтінку з ділянками підвищеної пігментації. Згодом вона стає сухою, млявою й слабо реагує навіть на найсучасніші косметичні засоби. А найнеприємніше для жінки те, що вона починає виглядати на кілька років старшою.

Процес посиленого старіння в разі куріння пов'язаний з тим, що токсичні речовини сигаретного диму, нагромаджуючись у глибоких шарах шкіри, негативно діють на гени. Зрештою,

виділяються ферменти, що зменшують вміст еластичних волокон у дермі. Як наслідок, зменшується кількість волокон, втрачається пружність – і шкіра вкривається сітчастим візерунком. Доведено також, що нікотин звужує судини, погіршує кровообіг у всіх шарах шкіри, що призводить до нестачі поживних речовин, і шкіра набуває сірого відтінку.

Не менш шкідливий вплив має й алкоголь. Він розширює судини, і внаслідок регулярного вживання спиртного вони звикають до такого стану. Це веде до формування більших судин, що змушує шкіру набувати червонуватого відтінку. Окрім цього, алкоголь розщеплює вітаміни й поживні речовини, які так необхідні для шкіри. Етиловий спирт негативно впливає на печінку, тому її працездатність помітно знижується. А це призводить до недостатньої спроможності органа знешкоджувати токсичні речовини в крові, тому згодом шкіра набуває нездорового жовтого кольору.

Негативно впливає на шкірний покрив вживання солодощів та рафінованої їжі у великій кількості. Дерматологи давно встановили, що цукор може вступати в хімічну реакцію з білковими структурами шкіри, що призводить до руйнування її еластичних волокон. Тому вони швидше втрачають гнучкість і передчасно старіють. Цей процес помітно посилюється при сонячних опіках, коли ферменти, що відповідають за відновлення шкірного покриву, вступають в хімічну реакцію з цукром і втрачають свої корисні властивості. Від надмірного вживання жирної їжі шкіра вкривається гнійними, з'являється висипка у вигляді вугрів.

Щоб зберегти шкіру здоровою, потрібно правильно харчуватися, пити достатню кількість води, гуляти на свіжому повітрі, захищати обличчя від впливу прямих сонячних променів. У зимову пору й вітряну погоду використовуйте креми для зволоження шкіри, щоб запобігти її пересиханню. У цей період також можна робити маски з овочевих соків. Для цього марлю, складену в 4-5 шарів, добре змочіть соком і накладайте на попередньо очищену шкіру обличчя на 15-20 хвилин, потім змийте водою. Такі маски посилять живлення й кровопостачання шкіри, освіжать обличчя та розгладять дрібні зморшки. У сезон ягід корисно застосовувати маски з полуниці, смітці та помідорів, які трохи відбілюють, живлять і очищують пори, особливо жирної шкіри.

Поява зморшок свідчить про немилу старість, але не варто надто засмучуватися. Існує вислів: «Старість – це не захід життя, а світанок мудрості». І це правда, якщо ми навчилися жити згідно з голосом розуму та сумління. Нехай же одна біблійна обітниця допоможе нам зміцнитися в надії на краще, навіть коли ми побачимо в дзеркалі свої зморшки: *«Адже наше життя – на небесах, звідки й очікуємо Спасителя, Господа Ісуса Христа, Котрий силою, якою Він може все підкорити Собі, перемінить наше принижене тіло так, щоб воно було подібне до Його прославленого тіла»* (Филп. 3:20, 21).

УЛЬТРАФІОЛЕТ І РАК ШКІРИ

«Чоловік, коли буде на шкурі тіла його напухлина, або лишай, або біла пляма... то буде спроваджений він до священика Аарона або одного з синів його, священників» (Левит 13:2).

За даними ВООЗ, у світі щороку реєструється 132 тисячі випадків захворювання на злоякісну меланому (найнебезпечнішу форму раку шкіри) і 66 тисяч смертей від неї та інших форм раку шкіри. Ці цифри продовжують зростати: у Норвегії та Швеції рівень щорічної захворюваності на меланому за останні 45 років зріс більш ніж утричі, а в США він подвоївся за останні 30 років.

Сьогодні медицина особливо наголошує, що користування обладнанням для штучної засмаги може призвести до розвитку раку шкіри й що люди до 18 років не повинні відвідувати солярії. Відомо, що опіки, отримані внаслідок впливу ультрафіолетових променів у молодому віці, підвищують ризик

розвитку меланоми в подальшому. А нещодавні дослідження свідчать про прямий зв'язок між використанням обладнання для засмаги та онкозахворюваннями. Деякі прилади для засмаги випромінюють ультрафіолетову радіацію, рівень якої в рази перевищує рівень ультрафіолетової радіації полуденного сонця. Проте сьогодні тільки в деяких країнах існують дієві правові норми щодо апаратів для засмаги або їхнього використання.

Надлишок ультрафіолету є канцерогенним для людини. Пошкоджуючи ДНК клітин, він викликає основні типи раку шкіри, як-от: базальноклітинна карцинома, плоскоклітинна карцинома та меланома. Небезпеку становить і надлишок сонячного опромінення, особливо для людей, які працюють в офісі, а потім отримують інтенсивну засмагу.

В одному із закордонних досліджень вказано, що в разі отримання сильних сонячних опіків (з утворенням пухирів) ризик розвитку меланоми зростає в 2,5-6 разів. Не всім відомо, що вплив УФ-випромінювання має кумулятивний властивість, тобто здатність нагромаджуватися. Тому рак шкіри може розвинутися через багато років після надмірного опромінення в молоді роки, навіть якщо потім людина уникала надлишку сонячних променів.

Рак шкіри частіше виникає на відкритих ділянках тіла: обличчі та руках. До групи ризику належать люди з блідою шкірою та світлим очима, особливо сприйнятливих до сонячних опіків. Якщо в людини є великі коричневі родимки (невуси), це теж може підвищити ризик появи захворювання. Періодично їх слід оглядати (раз на три місяці). Ось можливі ознаки переродження родимки в меланому: посилені ріст, зміна кольору, кровоточивість, свербіж, асиметричність форми. Інші види раку шкіри проявляються у вигляді незагоєної виразки, яка періодично кровоточить і вкривається шкіркою. Наслідками надмірного УФ-опромінення є передчасне старіння та рак шкіри, а також пошкодження очей. Крім того, надлишок ультрафіолету ослаблює роботу імунної системи й підвищує ризик розвитку інфекційних захворювань. ВООЗ наполегливо попереджає: уникайте надмірного впливу УФ-випромінювання, а в разі вимушеного перебування на сонці ефективно захищайте свою шкіру. Пам'ятайте, що ультрафіолет із пристроїв для штучної засмаги є канцерогенним.

У давнину, якщо в когось на шкірі з'являлася пухлина або виразка, його відсилали до священика. Він оглядав хворого й потім вирішував його подальшу долю. Сьогодні цим опікується лікар, проте страждальцю потрібно звернутися й до Священика, а не земного, а Небесного – Ісуса Христа. Він благословить зусилля лікарів і подарує не лише тілесне зіцелення, а й духовне. *«Бо маємо не Такого Первосвященника, Який не може співчувати нашим слабостям... Тому приступаймо сміливо до престолу благодаті, щоб одержати милість і знайти благодать для своєї часної допомоги»* (Євр. 4:15, 16).

Олексій Хащинський





РАДІО, ЯКЕ ДАРУЄ НАДІЮ...

ДЕ СЛУХАТИ?

- ▶ В Інтернеті 24/7
radio.hope.ua
- ▶ Через додатки
для Android та iOS
- ▶ На SoundCloud
- ▶ В офлайн-режимі
через подкасти

Завжди на зв'язку
0 800 30 20 20

radio.hope.ua



ВІЧНИЙ СКАРБ

Щомісячна християнська газета

Видавець – видавництво
«Джерело життя»

Відповідальний за випуск –
директор видавництва
«Джерело життя»
Василь Джулай

**Головний редактор
видавництва**
Лариса Качмар

Богословська експертиза
доктор богослов'я
Ігор Корещук

Відповідальний редактор
Яна Хорошко

Коректори
Ганна Борисовська
Інна Гунько

Дизайн та верстка
Артур Аптер

Відповідальна за друк
Тамара Грицюк

Підписано до друку 04.06.2018 р.
Наклад 100 000 прим.
Адреса: 04071, м. Київ,
вул. Лук'янівська, 9/10А
E-mail: dzherelo@ukr.net;
Тел.: (044) 467-50-72

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

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. Київ

**Свідцтво
про державну реєстрацію**
Серія KB №8176 от 03.12.2003



НАША АДРЕСА



ВИВЧАЙМО БІБЛІЮ РАЗОМ!

Замовляй
безплатний
курс для себе
та своєї сім'ї

0 800 30 20 20
(*безкоштовно
з мобільних
та стаціонарних
телефонів України)



БІБЛІЙНІ УРОКИ

- «Вірую» (укр./рос.)
- «Нове життя» (укр./рос.)
- «Дивовижні факти» (укр./рос.)
- «Притчи Рабби Іисуса» (рос.)
- «Еммануїл» (рос.)
- «Таємниці пророка Даниїла» (укр./рос.)
- «Discover» (рос.)

УРОКИ ДЛЯ ДІТЕЙ

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

УРОКИ ДЛЯ ПІДЛІТКІВ ТА МОЛОДІ

- «Формула життя» (рос.)
- «10 вопросов к Богу» (рос.)

УРОКИ З ПСИХОЛОГІЇ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ

- «Когда любовь
возвращается домой» (рос.)

ЛЮДИНА ХРАМ СПАСІННЯ

З ОЛЕКСАНДРОМ БОЛОТНІКОВИМ

- Як отримати впевненість у спасінні?
- Чи існує прощення за навмисний гріх?
- Хто має перевагу вважатися святим?

СТАРОДАВНІ ТЕКСТИ ДОПОМОЖУТЬ
РОЗКРИТИ ТАЄМНИЦЮ
ВПЕВНЕНOSTІ В МАЙБУТНЬОМУ

ДИВІТЬСЯ
НА ТЕЛЕКАНАЛІ



ПТ | СБ 20:20

