

# Флешка

Молодежная  
христианская  
газета

«Собирайте себе  
сокровища на небе...»  
(Мф. 6:20).

№ 4 (83) 2021

## ЧТО НАМ МЕШАЕТ СЛУЖИТЬ БОГУ?

2

ДРУЖБА  
З ДРАКОНОМ

9


БЕГСТВО  
В СЕРИАЛЫ

14

365 ЛИШНИХ  
ВЕЩЕЙ

22

# ЧТО НАМ МЕШАЕТ СЛУЖИТЬ БОГУ?



**З**наешь ли ты, что служение Богу – это неотъемлемая часть жизни истинного христианина? Это особенное время, когда ты на практике можешь применить те знания, которые получил в своем христианском опыте, и те таланты, которыми тебя наделил Господь. Используя вверенные тебе дары, ты приумножишь их, и они принесут еще больше плодов.

Наш Творец хочет, чтобы твоя жизнь обрела живой смысл, а это возможно тогда, когда ты служишь Иисусу и людям. В служении ты не только приносишь пользу и радость другим, но и воспитываешь в себе благородный характер. Ты учишься терпению, прощению, трудолюбию, искренней любви.

Ведь сама сущность Бога – это всецелая отдача Себя и всего того, что у Него есть, нам. А поскольку мы созданы по Его образу и подобию, то в нас заложено это же желание и стремление к бескорыстной отдаче.

И хотя каждый из нас понимает это, но все же есть то, что нам мешает служить Богу и людям. Давай рассмотрим, какие препятствия могут нас останавливать. ▶

## ● | 1 **ДЕФИЦИТ СИЛЬНОЙ ВЕРЫ**

Часто мы до конца не понимаем, с Кем имеем дело и в Кого верим. Ведь осознав величие и силу Всемогущего Бога, мы просто не сможем молча сидеть на месте. Лично знакомясь с нашим Господом, мы почувствуем непреодолимое желание служить людям. Вера – это тот двигатель, благодаря которому мы преодолеваем огромное расстояние между нами и Богом. Вера способствует нашему личному духовному становлению и обращению через нас многих людей.

## ● | 2 **НЕЗНАНИЕ СВОИХ ТАЛАНТОВ**

Всем нам известно, что Бог каждого человека наделяет талантами. Но не все знают, как обнаружить свои дары и применить их на практике. Именно поэтому нам нужно «вникать в себя» и внимательно наблюдать за тем, что у нас легко получается, что приносит пользу окружающим. Нужно пробовать себя в разных видах служения и спрашивать мнения со стороны, что тебе легко дается.

## ● | 3 **ОТСУТСТВИЕ ВРЕМЕНИ**

Иногда нам кажется, что мы не способны служить из-за того, что у нас нет свободного времени. Удобная отговорка и отчасти правдивая. Проси у Бога умения правильно расставлять приоритеты и мудрости в планировании времени. И у тебя обязательно найдется время для служения!

## ● | 4 **СТРАХ БЕЗРЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ**

Как часто после евангельского проекта в церковь приходит 100 человек? А 10 человек? А хотя бы один? Не всегда. Это нам и может мешать. Мы беспокоимся о том, что наша деятельность будет бесплодной. Но что, если мы дадим возможность Святому Духу действовать и работать с сердцем человека? Может ли такое влияние быть безрезультативным?

## ● | 5 **МЫ САМИ**

Наш эгоизм и нежелание выходить из зоны комфорта очень сильно мешают служить

Богу. Наш скверный характер и плохие привычки останавливают нас. Пока мы не начнем работать над собой, мы будем деградировать и отдаляться от Бога.

## ● | 6 ДЬЯВОЛ

Жаль, что мы недооцениваем постоянную борьбу, происходящую вокруг каждого человека. Цель дьявола – погубить всех людей. Он возводит всевозможные преграды для того, чтобы помешать Богу действовать через людей. Это должно пробудить в нас желание твердо противостоять ему и действовать, несмотря ни на что.

жить Господу и людям. В Еф. 2:10 мы читаем: **«Ибо мы – Его творение, созданы во Христе Иисусе на добрые дела, которые Бог предназначил нам исполнять»**. Какие потрясающие слова! Ведь здесь мы видим наше призвание и предназначение.

Я очень хочу, чтобы каждый из нас при встрече с Царем Вселенной мог посмотреть в Его любящие глаза и смело сказать слова Иисуса: **«Я прославил Тебя на земле, совершил дело, которое Ты поручил Мне исполнить. И ныне прославь Меня Ты, Отче...» (Ин. 17:4, 5).**

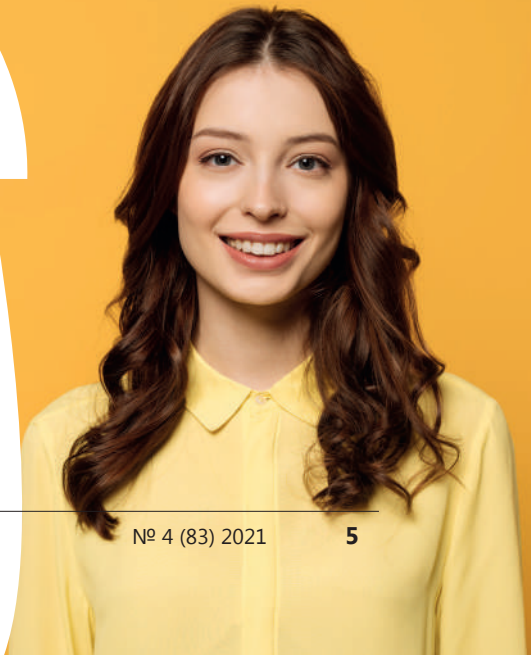


Майя Ступка


## ● | 7 ПРОКРАСТИНАЦИЯ

Часто ли ты откладывал участие в каком-то служении на лучшие времена? Как часто ты к этому возвращался? Новая идея живет в нас около 72 часов. Если не начать ее реализовывать, она угасает. Поэтому действуй сразу!

Этот список можно продолжать и дальше. Но наша главная задача – сосредоточиться на том, как преодолеть все эти препятствия и достойно слу-







LOVE IS

# РЕЦЕПТ ДЛЯ ДВОИХ, ИЛИ КАК ЛАДИТЬ С ЛЮДЬМИ

**П**очему так происходит, что в течение дня мы находим добрые слова для посторонних людей, но забываем о вежливости, как только переступаем порог собственного дома? Рецепт, который я хочу предложить, подходит не только для семейных пар, но и для друзей, родственников и т. д. Как же «готовятся» мир и взаимопонимание?

### 1. Возьмите отношения и обильно посыпьте заботой

Секрет долговечного брака заключается в мелочах: незначительных бескорыстных поступках, мимоходом произнесенных словах, маленьких знаках внимания, ненавязчивых проявлениях заботы.

### 2. Тщательно удалите скандалы

Полезных ссор не бывает. Дайте выход своим страстям каким-нибудь другим способом. Ссоры никогда не проясняют атмосферу – они способны только отравлять ее, оставляя

в душе глубокие раны. Важно помнить, что под влиянием сиюминутных эмоций мы добиваемся противоположного результата. Война есть война, какими бы средствами ее не вели – кулаками или эпитетами. Раны, нанесенные словами, подчас более страшны, чем удары дубинкой.

### 3. Добавьте в равных пропорциях:

- ✓ взаимную признательность и сердечность;
- ✓ вежливость;
- ✓ прямоту характера (с этим ингредиентом будьте аккуратнее).

Резкость и ранящая откровенность – это не добродетели, а серьезные недостатки. В семье им не место. Впрочем, им не место в любых человеческих отношениях.

### 4. Добавьте любовь высшего сорта. Не экономьте!

Как определить высший сорт любви, сказано в Священном Писании. Это хорошее правило, которое поможет вам научиться ладить с людьми всегда и везде. **«Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не пре-** ▶

***возносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а сорадуется истине; все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит» (1 Кор. 13:4-7).*** В этих

словах недвусмысленно подчеркнута ценность другой личности. Слишком часто на нее просто не обращают внимания. И в результате один из супругов (или друзей) утрачивает чувство безопасности.

### **Как определить сорт своей любви?**

Ответьте на вопросы:

- Я бываю нетерпелив(а)?
- Не присущи ли мне хвастливость и высокомерие?
- Не бываю ли я порой груб(а)?
- Не слишком ли я себялюбив(а) и обидчив(а)?
- Не веду ли я счет обидам, несправедливостям и любым проявлениям пренебрежительного отношения к себе?
- Не слишком ли я забочусь о своих правах, ревниво следя за тем, чтобы их признавали остальные?

### **Где взять высший сорт любви и другие ингредиенты?**

Стены дома предназначены для того, чтобы заключать в себе счастье. Мы можем обрести его, если Христос живет в нашем доме. Пригласите Его изменять вас и ваши характеры. И тогда проявлять себя с лучшей стороны и оказывать маленькие знаки внимания друг другу станет естественно.

**Помните: счастье завоевывается небольшими, казалось бы, ничего не стоящими знаками внимания. Признательность всегда вознаграждается, критическое отношение – никогда. Открыто выраженная нежная привязанность – вот на чем строятся счастливые отношения.**



**Джордж Вандеман**



# ДРУЖБА З ДРАКОНОМ

Колись жив-був великий і шляхетний король, землі якого спустошував хитрий дракон. Масивний крилатий звір, вкритий лускою, насолоджувався спустошенням сіл своїм вогненним подихом. Коли безпомічні жертви вибігали зі своїх охоплених вогнем будинків, дракон хапав їх своєю пащею або кігтями. Тим, кого він з'їдав одразу, щастило більше, ніж тим, кого він відносив до свого лігва, щоб з'їсти пізніше. Як тільки не боровся король зі страшним звіром: і синів своїх виряджав, і відважних лицарів, і навіть цілі армії. Ніхто не міг його здолати. ►

Якось молодший син короля, гуляючи на самоті лісом, почув, як хтось пошепки кличе його на ім'я. Пробравшись крізь гущавину кущів і дерев, він побачив дракона, який лежав серед валунів, згорнувшись калачиком. Напівзаплющені повіки чужеродної істоти частково приховували хижий погляд, спрямований на принца, а паща звіра розтягнулася в солодкій усмішці.

– Не лякайся, – сказав дракон, коли з його ніздрів піднялися маленькі клуби диму. – Я не такий, як думає про мене твій батько.

– А який ти тоді? – запитав принц, повільно оголюючи меч а й натягуючи повід, щоб не дати своєму переляканому коневі втекти.

– Я дарую задоволення, – сказав дракон. – Спробуй прока-татися на моїй спині, і ти відчуєш неймовірну насолоду, яку годі й уявити. Сідай-но, у мене немає поганих намірів. Я шукаю друзів, когось, хто розділив би зі мною політ у небі. Ти коли-небудь мріяв літати посеред хмар?

Думки про політ високо понад горами так захопили принца, що він незчувся, як зіліз із коня й підійшов до дракона. Той склав своє крило так, щоб юнак, ніби сходинками, виліз на його

ребристу спину й уместився між виступами колючок. Після цього дракон змахнув крильми й здійнявся в небо. Побожання принца переросли в трепет і захоплення.

Відтоді він часто потай зустрічався з драконом. Як він міг розповісти своєму батькові, братам та іншим лицарям, що потоваришував з ворогом? Поступово юнак відчув себе відокремленим від них усіх. Він більше не переймався їхніми турботами та переживаннями. І навіть коли не був із драконом, юнак менше часу проводив з рідними, а більше усамітнювався.

Шкіра на ногах принца вкрилася мозолями від того, що вони терлися об ребристу спину дракона, а руки ставали шершавими. Він почав носити рукавички, щоб приховати це. Після багатьох нічних польотів на драконі він виявив, що його спина та руки поступово вкриваються лусочками. Із жахом юнак усвідомив наслідки спілкування з драконом, тож вирішив більше не повертатися до нього.

Однак через два тижні він знову розшукав дракона, оскільки його мучило непереборне бажання літати. І так повторювалося раз-у-раз. Незважаючи на свою рішучість обірвати цей



зв'язок, він відчував себе безсилим. А дракон тихо й терпляче завжди чекав на нього.

Однієї холодної безмісячної ночі їхній політ перетворився на набіг на селище. Підпалюючи солом'яні дахи вогняним подихом, дракон захоплено ревів, коли перелякані жертви вибігали зі своїх охоплених полум'ям будинків. Принц міцно заплющив очі, намагаючись не дивитися на все це.

Рано-вранці юнак, оговтуючись після безчинства свого дракона, повертався до замку. На дорозі, яка зазвичай була безлюдною, він побачив натовп. Перелякані біженці кинулися до захисних стін палацу. Принц спробував прослизнути крізь юрбу, щоб сховатися у своїх покоях, але дехто з урятованих його впізнав.

– Він був там! – закричала одна жінка, указуючи на нього пальцем. – Я бачила його на спині дракона.

Інші сердито хитали головами. У дворі принц із жахом побачив свого батька із закривавленою дитиною на руках. Обличчя короля відображало агонію, коли він дивився на сина. Принц кинувся тікати, але варта затримала його, ніби звичайного волоцюгу. Його привели до великої зали, де на троні урочи-сто сидів його батько.

Люди звідусіль указували на нього пальцями й кричали.

– Вигнати його! – почув він сердитий крик одного зі своїх братів.

– Спалити живо! – кричали інші голоси.

Коли король підвівся зі свого трону, усі побачили його запламовані кров'ю поранених шати. Натовп замовк в очікуванні його наказу. Не в змозі поглянути у вічі батькові, принц потупив очі в підлогу.


– Зніми рукавички й туніку, – наказав король.

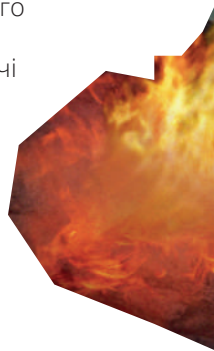
Зі страхом у серці принц повільно почав виконувати наказ. Невже він недостатньо осоромився? Юнак сподівався на швидку смерть без подальшого приниження.

У натовпі почулися звуки відрази, коли люди побачили згрубілу, вкриту лускою шкіру принца та гребінь уздовж хребта. Король повільно підійшов до свого сина. Принц заплющив очі й зібгався в очікуванні удару. Та натомість батько міцно обійняв його й заплакав:

– Синку, чи хочеш ти звільнитися від дракона?

– Скільки разів я намагався це зробити, але мені не вдалося. Я втратив надію.

– Тобі не перемогти змія самотужки, – сказав король. 



## STORY

– Тату, я більше не твій син.  
Я наполовину звір, – ридав принц.

– У твоїх жилах тече моя кров.  
У глибині душі в тебе завжди залишалося моє благородство.  
Це ніколи не зміниться.

Зі сльозами на очах, ховаючись в обіймах батька, принц почув, як король давав натовпу настанови:

– Дракон хитрий. Дехто стає жертвою його обману, а де-хто – насильства. Милосердя буде виявлене до всіх, хто хоче звільнитися. Хто ще з вас літав на драконі?

Принц підвів голову й побачив, що хтось виходить з натовпу. З подивом він упізнав свого старшого брата, відвагу й добродетель якого вихваляли в усьому королівстві. Приходили й інші. Одні плакали, інші від сорому схиляли голови. Король обійняв їх усіх.

– Правда буде найпотужнішою зброєю проти дракона, – оголосив він. – Правда! Більше жодних таємних польотів. Поодинці ви не зможете протистояти йому. Лише об'єднавшись, ми зможемо його перемогти.

Так принц отримав прощення, і його чесність дала йому безмірну силу стати великим воїном у царстві свого батька.

Ти не зможеш боротися з гріхом самотужки. Твої сили волі

недостатньо, щоб перемогти дракона. Твої дисципліни та самоорганізації недостатньо, щоб перемогти гріх. Один у полі не воїн.

**Милості, прощення та благодаті Божої достатньо. І якщо сьогодні ти борешся з гріхом, не залишайся на самоті. Іди до Бога, шукай підтримки в друзів. Не сідай на спину дракона, щоб не вирости лусочки й ти не став його заручником. Адже прагнучи пізнати незвідане, можеш залишитися ні з чим.**



# BOOKSON

Інтернет-книгарня



## ХРИСТІЯНСЬКІ КНИГИ

для  
всієї  
сім'ї

**ЗАМОВЛЯЙ ЛЕГКО –  
ОТРИМУЙ ШВИДКО**

+38 (099) 45-595-45

[shop@bookson.com.ua](mailto:shop@bookson.com.ua)

[www.bookson.com.ua](http://www.bookson.com.ua)



# БЕГСТВО В СЕРИАЛЫ

**С**колько времени мы проводим у экранов гаджетов? Прошли те годы, когда мы часами смотрели телевизор. Весь развлекательный контент сейчас переместился в Интернет. Мы смотрим фильмы в смартфоне, скроллим *YouTube* в планшете, проводим время за очередным сериалом перед ноутбуком.

Речь сейчас больше не о средствах, а о содержимом! Вспомните, как в 90-е годы людей приковывали к экранам «Санта-Барбара» или «Любовь и тайны Сансет Бич» (какой же я древний, раз помню эти названия). Сегодня контент стал разнообразнее, интереснее, со спецэффектами, здесь есть все: от постапокалипсиса до банальных мыльных опер. ▶

## КАК МОЖЕТ ОТРАЗИТЬСЯ НА НАС ЛЮБОВЬ К СЕРИАЛАМ?

**Кража времени.** За просмотр сериалов мы часто полностью теряем контакт с реальностью, чувство времени, страдает самодисциплина, а это зачастую неблагоприятно отражается на всех сферах нашей жизни.

**Проблемы с желудком.** Ты настолько поглощен, что можешь даже отказаться от еды, лишь бы не отвлекаться от просмотра серии. Почему отказаться? Да потому что вчера ты все съел, а готовить что-то новое займет не один десяток минут. Лучше купить фастфуд и посмотреть сериал. Но любая ситуация, когда ты жертвуешь здоровьем ради чего-то, так или иначе скажется на твоём самочувствии, после чего ты точно начнешь питаться правильно и строго по графику. Тебе нужны эти проблемы?

**Отсутствие профессионального роста.** Ты безвозвратно теряешь время, которое мог бы потратить на то, чтобы освоить новую программу или новый эффект в обработке

фотографии, научиться рукоделию, прочесть книгу по экономике или психологии. Сначала ты будешь отмахиваться от этих мыслей, думая, что нагонишь, ведь одна неделя ничего не изменит. Но эта неделя может продолжаться бесконечно, а в итоге ты заметишь, что стал дольше выполнять свою работу по сравнению с коллегами и просто теряешь в зарплате, потому что можешь элементарно не знать способа решения поставленной задачи. Однажды ты прочувствуешь всю серьезность упущенного.

**Проблемы в семье.** Не встретил жену после работы, не приготовила мужу еды, не поцеловал лишний раз – все начинается с малого. Через неделю назреет первый конфликт: ты не уделяешь времени семье. Дальше тебе скажут: «Ты проводишь больше времени с телефоном, чем со мной». И вскоре у тебя на столе окажется бумажка, где нужна лишь твоя подпись, чтобы стать свободным и «заключить брак» с любимыми сериалами. Слишком нагнетаю? Это произойдет не сразу, но взрыв рано или поздно гарантирован!

**Оболванивание населения, или деградация.** Не секрет, что в каждом сериале

заложена определенная цель. И цель эта – заставить человека думать о том, что ему на самом деле не нужно, и «неожиданно понять», что это все-таки нужно!

Наконец к тебе придет осознание, что больше без этого невозможно жить! Это может быть пропаганда гаджетомании, алкоголя или курения. Это может быть принцип «живи одним днем» или «бери от жизни все здесь и сейчас» и так далее. Со временем сам сериал начнет тебе внушать, что ты должен быть успешным. Но как быть, если ты потратил лучшие годы жизни на сериалы, которые тебе постоянно что-то внушали? В голове у тебя уже сформированы различные образы. Сможешь ли ты вырваться из этой сети самостоятельно? Подумай в начале пути, пока крюк еще не очень большой.

## БЕГСТВО ОТ РЕАЛЬНОСТИ – ПРИЧИНА ПРОСМОТРА

Жизнь многогранна, и прятаться от нее за различными временными иллюзиями нет смысла. Твоя жизнь может быть не менее интересной, чем жизнь героев любимого сериала. Если ты любишь шоу о путешествиях, то возьми рюкзак, термос и взойди на самую популярную гору в твоем городе или области, а после напиши историю об этом в *Instagram*. Поверь: ты проведешь время интереснее, чем за экраном ноутбука. А если ты любишь детективы, проведи расследование, кто съел последний кусочек сыра, пока ты был на учебе. Кто это? Мама, папа, кошка или же бабуля из соседнего подъезда, которая приходила к вам в гости сегодня утром?

**Жизнь интереснее,  
чем нам кажется. До-  
статочно лишь напи-  
сать свой сценарий  
и следовать ему!  
И не забывай, что  
Бог всегда рад помочь  
тебе в пути!**

Ник Дугинов





# ОРУЖИЕ САМОПОРАЖЕНИЯ

**Э**то качество многими любимое, многими практикуемое и многих поражающее. Нытье – привычка изливать свое недовольство Богу, себе, знакомым и чужим. Иногда такое поведение нормально, но постоянное мышление в таком ключе действует саморазрушающе.

Чем опасно «безобидное» нытье? **Во-первых**, оно формирует у нас самих представление о себе как о слабых и беспомощных. Всякий раз жалуясь на что-то, мы признаем факт, что не можем ничего с этим поделать, что нам плохо и мы вынужде-

ны страдать. Так формируется безответственное отношение к себе и к жизни. Нет ответственности – нет и достижений. Нет достижений – нет и самоуважения. И кажется, что человек себя ох как ценит, а другие его – нет. Но на самом деле человек тоже обесценивает себя.

**Во-вторых**, твоё нытье формирует у окружающих мнение, что ты – слабак. Да, кто-то пожалеет, кто-то даже бросится спасать вначале, но большинству адекватных людей будет свойственна реакция избегать тебя. Ведь рядом с человеком, который заиклен на себе и своих проблемах, нет роста. И как следствие – отсутствие сильного окружения и отсутствие благоприятных условий личного развития.



**В-третьих,** это грех. Ведь в корне нитья лежит равнодушие и эгоизм. Нитьем мы обесцениваем заботу Бога о нас. Библия не раз говорит о том, что **«великое приобретение – быть благочестивым и довольным» (1 Тим. 6:6).**

Один из способов избавиться от вредной привычки за 21 день – это носить некий браслет. Всякий раз, когда человек срывается, он переодевает браслет на другую руку и снова отсчитывает 21 день. Но есть и другие, более осмысленные методы избавления от нитья.

### 1. Разделяй и властвуй.

Когда появляется желание понять из-за проблемы, надо понять: что я могу (и могу ли) сделать с этим? Можно взять лист бумаги и написать способы решения проблемы. Потом выбрать самый подходящий и воплотить его в жизнь. Иногда это легко, иногда – очень сложно. Важно понять: я несу ответственность за свои чувства и решения.

Не влезаешь в джинсы – иди в спортзал или покупай новые. Если не можешь решить проблему, принимай ситуацию такой, какой она есть, и переходи ко второму пункту.

### 2. Замечай и благодари.

Не все блага нам даны, но как же много всего хорошего у нас уже есть. Главное – научиться замечать. Рекомендую взять себе за правило: каждый день отмечай для себя семь пунктов, за которые ты благодарен, и записывай их в блокноте, ежедневнике или на стикере на холодильнике. Главное – постоянно и честно.

### 3. Будь благословением.

А теперь переведи взгляд с себя на окружающих. Есть те, для кого ты можешь стать помощью, поддержкой и выходом из сложной ситуации. Это поможет тебе переоценить и свою ситуацию.

**4. Общайся с Богом.** В общении с Богом человек преображается. Господь дает чувство счастья и удовлетворения от жизни, несмотря ни на что.

Главное – понять и признать, что есть проблема.

Захотеть изменить себя.

Просить помощи и руководства у Бога.

Придерживаться дисциплины.

И верить: «Все могу в укрепляющем меня Иисусе Христе!»



Лилия Гнатишко

# ЕСТЬ ЛИ ВРЕД ОТ КАЛЬЯНА?

Анастасия Северс

**В** какое кафе ни придешь, везде предлагают покурить кальян. У многих людей он даже есть дома, так что они могут курить его хоть каждый день. Ни одна светская тусовка не проходит без него. Люди, даже выезжая на природу, берут с собой кальян.

Кальян – прибор для курения, в котором вдыхаемый дым охлаждается и фильтруется через воду или другие жидкости.

Сейчас кальяны можно увидеть повсюду. И многие утверждают, что они совсем безвредны и являются прекрасной альтернативой сигаретам. Это кажется заманчивым, но так ли все безопасно, как нам твердят?



## ФАКТОРЫ РИСКА

1. Никотина в курительной смеси для кальяна в восемь раз больше, чем в простых сигаретах. Следовательно, зависимость от кальяна будет развиваться в несколько раз быстрее.

2. Кого-то успокаивает, что в кальяне есть жидкий фильтр, задерживающий вредные примеси, но, рассудив логически, можно прийти к выводу, что и в сигаретах имеется фильтр, причем более эффективный (угольный), но никотин он все же не удерживает. А вода является не самым лучшим фильтром, т. к. неспособна очищать дым на должном уровне. Когда горят угли и табак, выделяются мощные токсические вещества. Эти вещества со временем скапливаются в человеческом организме и могут вызывать рак.

3. Курение кальяна провоцирует развитие сердечных заболеваний, что уж говорить о тех курильщиках, у которых уже большое сердце. По статистическим данным, приверженцы кальяна чаще страдают от рака, заболеваний дыхательных путей и сердечно-сосудистой системы, чем любители сигарет.

4. Не следует забывать о вреде пассивного курения, поскольку даже некурящим, находящимся в одной комнате с кальяном, до-

стается своя доза угарного газа и канцерогенных веществ.

5. Чаще всего вред обусловлен несоблюдением правил гигиены. Во многих заведениях плохо обрабатывают кальяны после посетителей, что увеличивает шанс передачи заболеваний, таких как туберкулез, гепатит.

Для многих кальян является соблазном. Но стоит ли ради сомнительных ощущений губить свое здоровье? Не ведись на этот тренд, оставайся верным своим принципам. Друзья тебя поймут.

Однажды меня пригласили на день рождения, где, конечно же, должен был быть кальян. Я отказалась. Но это очень огорчило мою подругу, так что в конце концов я решила все-таки пойти. И никто мне даже слова не сказал, что я не курила. Отстаивать свои принципы – это нормально. Это даже круто, не все так умеют.

Бывает, что нас влекут подобные соблазны. Но если ты устоишь, то потом точно не пожалеешь. Желания мимолетные, а последствия будут длительными. Поэтому будь верен своим убеждениям и не позволяй моде управлять тобой.

**Храни свое тело, ибо это храм Божий.**

# 365 ЛИШНИХ ВЕЩЕЙ

**П**редставь, что у тебя есть всего 10 минут, чтобы собрать в сумку только необходимые и важные вещи в твоём доме. Что это будет? Или представь такую ситуацию: твой дом горит, что ты попытаешься спасти в первую очередь? Эти два вопроса помогают нам понять важность или бесполезность вещей, которые у нас имеются. Поэтому я стала участником проекта #Бум\_минимализм365, цель которого – убрать из жизни лишнее.

Суть проекта заключается в том, чтобы каждый день выбрасывать по одной вещи. Это может быть физический, цифровой или душевный мусор. Выброшенные вещи могут накапливаться в «банке». Например, убирая в шкаф, я за один день отдала друзьям или

на благотворительность 125 вещей, и теперь у меня есть чем перекрыть те дни, когда мне нечего будет выбросить. Конечно, нельзя удалить 365 лишних фотографий в телефоне и полагать, что план за год выполнен. Это не считается. Проект помогает удалить лишнее, и только от тебя зависит добросовестность в участии.

**Зачем я это делаю?** Хотя бы потому, что я барахольщица. Люблю минимализм, но не упускаю возможности оставить что-то «на всякий случай», который никогда не наступит. Я знаю: чтобы в твоей жизни появилось что-то новое, нужно сначала удалить старое. И это работает. Еще не прошло и двух месяцев, а в моем доме появилось много того, о чем я давно мечтала, но его место было

занято тем, что мне не нравилось, но было жалко выбросить.

Мы даже не осознаем, как лишнее мешает нам ощутить свободу. Когда я избавляюсь от ненужных вещей, становится легче дышать. Дома сразу чисто и уютно, хочется работать и творить. Все на своих местах. Каждый из нас сталкивался с этим чувством удовлетворения: когда вместо беспорядка воцарилась идеальная чистота. И не только в видимом пространстве, но и в шкафу, ящиках, коробочках. Везде только самое важное и ничего лишнего. Вспомнили? А теперь представьте, что это чувство остается навсегда и беспорядок вас больше никогда не побеспокоит.

### Что это дает?

**1. Помогает избавиться от лишнего в голове.** Освободить мышление от того, что материально. Больше ценить моменты, людей, эмоции.

**2. Делает тебя богаче.** Ведь в будущем ты уже несколько раз подумаешь, прежде чем покупать очередную безделушку или ненужную вещь.

**3. Экономит время.** Мусору не из чего браться – а значит, и убирать гораздо легче. Потратив три часа на удаление лишних фотографий в телефоне, ты уже

не будешь фотографировать все подряд, а только самое важное.

### 4. Делает тебя благодарным.

Если быть честным, на самом деле у нас есть все, что нам действительно нужно. И великое приобретение быть довольным этим.

Думаю, Бог хотел бы, чтобы мы были минималистами. Даже у Иисуса на Земле было мало вещей. Он мог в любой момент уйти в другой город. И это Он сказал: **«Не собирайте себе сокровищ на земле...» (Мф. 6:19).** Самое лучшее, что мы можем сделать, – использовать эти сокровища, чтобы сделать счастливыми других или помочь кому-то. Ведь на самом деле мы имеем больше, чем необходимо. Нам внушают, что для счастья нам чего-то не хватает. А ведь мы с вами весьма благословенные люди. И если бы мы убрали из дома 365 вещей, все равно бы не обеднели, а наоборот, стали богаче благодаря правильному мышлению. А сколько доброго можно сделать, пожертвовав свои вещи или сэкономленные на них средства для помощи другим!

**Попробуйте, вам обязательно понравится. Лучше начать и бросить на 57-ом дне, чем не попробовать вовсе! Пусть в вашей жизни будет все только самое важное и ничего лишнего!**



Инна Бутурим



Тобі<sup>1</sup>, напевно<sup>2</sup>, знайоме<sup>3</sup> слово<sup>4</sup> «депресія»<sup>5</sup>. Згідно<sup>6</sup> з<sup>7</sup> нудною<sup>8</sup> статистикою<sup>9</sup>, чи<sup>10</sup> не<sup>11</sup> кожен<sup>12</sup> третій<sup>13</sup> страждає<sup>14</sup> від<sup>15</sup> цієї<sup>16</sup> недуги<sup>17</sup>. Одна<sup>18</sup> письменниця<sup>19</sup> порівняла<sup>20</sup> це<sup>21</sup> відчуття<sup>22</sup> зі<sup>23</sup> страшною<sup>24</sup> істотою<sup>25</sup>, яка<sup>26</sup> висмоктує<sup>27</sup> всі<sup>28</sup> позитивні<sup>29</sup> емоції<sup>30</sup>, і<sup>31</sup> боротися<sup>32</sup> з<sup>33</sup> нею<sup>34</sup> можна<sup>35</sup> лише<sup>36</sup> шоколадом<sup>37</sup>. Шкода<sup>38</sup>, що<sup>39</sup> в<sup>40</sup> житті<sup>41</sup> це<sup>42</sup> не<sup>43</sup> діє<sup>44</sup>. Однак<sup>45</sup> маю<sup>46</sup> добру<sup>47</sup> новину<sup>48</sup>: є<sup>49</sup> засіб<sup>50</sup>, у<sup>51</sup> сотні<sup>52</sup> разів<sup>53</sup> ліпший<sup>54</sup> за<sup>55</sup> шоколад<sup>56</sup>. Це<sup>57</sup> спілкування<sup>58</sup> з<sup>59</sup> Богом<sup>60</sup>. Господь<sup>61</sup> єдиний<sup>62</sup> знає<sup>63</sup> всі<sup>64</sup> твої<sup>65</sup> переживання<sup>66</sup> й<sup>67</sup> може<sup>68</sup> подарувати<sup>69</sup> тобі<sup>70</sup> розраду<sup>71</sup>. Якщо<sup>72</sup> раптом<sup>73</sup> ти<sup>74</sup> відчуєш<sup>75</sup> збентеження<sup>76</sup>, просто<sup>77</sup> звернися<sup>78</sup> до<sup>79</sup> Нього<sup>80</sup> в<sup>81</sup> молитві<sup>82</sup>. За<sup>83</sup> Богом<sup>84</sup> не<sup>85</sup> треба<sup>86</sup> бігти<sup>87</sup> до<sup>88</sup> магазину<sup>89</sup>, Він<sup>90</sup> завжди<sup>91</sup> поруч<sup>92</sup> і<sup>93</sup> розуміє<sup>94</sup> тебе<sup>95</sup> найкраще<sup>96</sup>, бо<sup>97</sup> Він<sup>98</sup> – твій<sup>99</sup> Творець<sup>100</sup>!



Михайло Юзефович

**Дорогий друже!**

Ти можеш цілковито довіряти Мені. Це шлях до радісного життя з подостатком. Ти вчишся цінувати скрутні часи, бо в цей період більше відчуваєш Мою присутність. Завдання, яких ти боявся, перетворюються на можливість насолодитися близькістю зі Мною. Коли ти почувашся втомленим, згадай, що Я – твоя сила, навчися з радістю покладатися на Мене. Я отримую задоволення від твого бажання частіше проводити зі Мною час, особливо в періоди смутку та самотності.

Перебуваючи поруч з іншими людьми, ти часто забуваєш про Мою присутність. Твій страх бути причиною невдоволення близьких робить тебе залежним від думки інших людей. Ти починаєш зосереджувати свою увагу на них. Та коли ти опинишся в такій ситуації, прошепочи Мое Ім'я. Цей маленький акт довіри поверне Мене на перше місце у твоєму житті, бо це місце належить тільки Мені. Щойно поринувши у благословенне блаженство близькості зі Мною, ти зможеш ділитися цим з іншими людьми. Це і є життя з подостатком!

**З любов'ю – твій Ісус**





■ ПРИКИНЬ

# НАВКОЛОСВІТНЯ ПОДОРОЖ УКРАЇНОЮ

Початок у попередньому номері



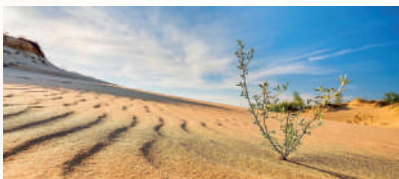


ПРИКИНЬ ■



## НІМЕЦЬКИЙ СААРШЛАЙФЕ НА ТЕРНОПІЛЬЩИНІ

Тернопільська область багата на туристичні принади. Одна з них – село Заліщики. Воно оточене водами річки Дністер, а дістатися з нього до суші можна через невеликий міст. Заліщики – це практично маленький півострів за 150 кілометрів від Тернополя. Ця місцевість надзвичайно схожа на німецьке село Оршольц, пагорби якого теж оточені річкою Саар. Окрім мальовничих краєвидів, у Заліщиках є на що подивитися: це і величний розкішний маєток князя Понятовського, і костел Щепанова, і собор Святої Трійці.



## УКРАЇНЬСЬКА «САХАРА»

Хоч Олешківські піски не є пустелею, їх досить часто порівнюють з африканською Сахарою, оскільки велика частина заповідника справді вкрита піщаними барханами. Появу цього місця науковці пояснюють тим, що у XVIII-XIX століттях великі стада худоби надто прорідили, а подекуди навіть повністю знищили трав'яний покрив, унаслідок чого й утворилося це природне явище. У наші дні Олешківські піски вважають одним з найбільших піщаних масивів у Європі.



## ДУХ СТАРОЇ ЄВРОПИ У ЛЬВОВІ

Це місто порівнюють з найкращими європейськими столицями. Тут зібрані дивовижні пам'ятки архітектури, збережений романтичний дух і розміреність старої Європи. Потрапляючи до Львова, захоуєшся в нього назавжди. Він дивовижно поєднує найкращі європейські досягнення різних епох з унікальною та самобутньою українською культурою.





## БЛИЗНЮК НІМЕЦЬКОГО ЗАМКУ В МУКАЧЕВІ

Замок Паланок розкинувся на високому пагорбі в місті Мукачево Закарпатської області. Раніше його використовували як королівську резиденцію, княжі хорони, а пізніше він став форпостом Австрійської імперії. І хоч його історія на декілька століть коротша, ніж у його брата-близнюка замку Бурггаузен у Німеччині, але вона не менш цікава й насичена.



## МАЙЖЕ ВАЛЛІЙСЬКИЙ ЗАМОК У БІЛГОРОДІ- ДНІСТРОВСЬКОМУ

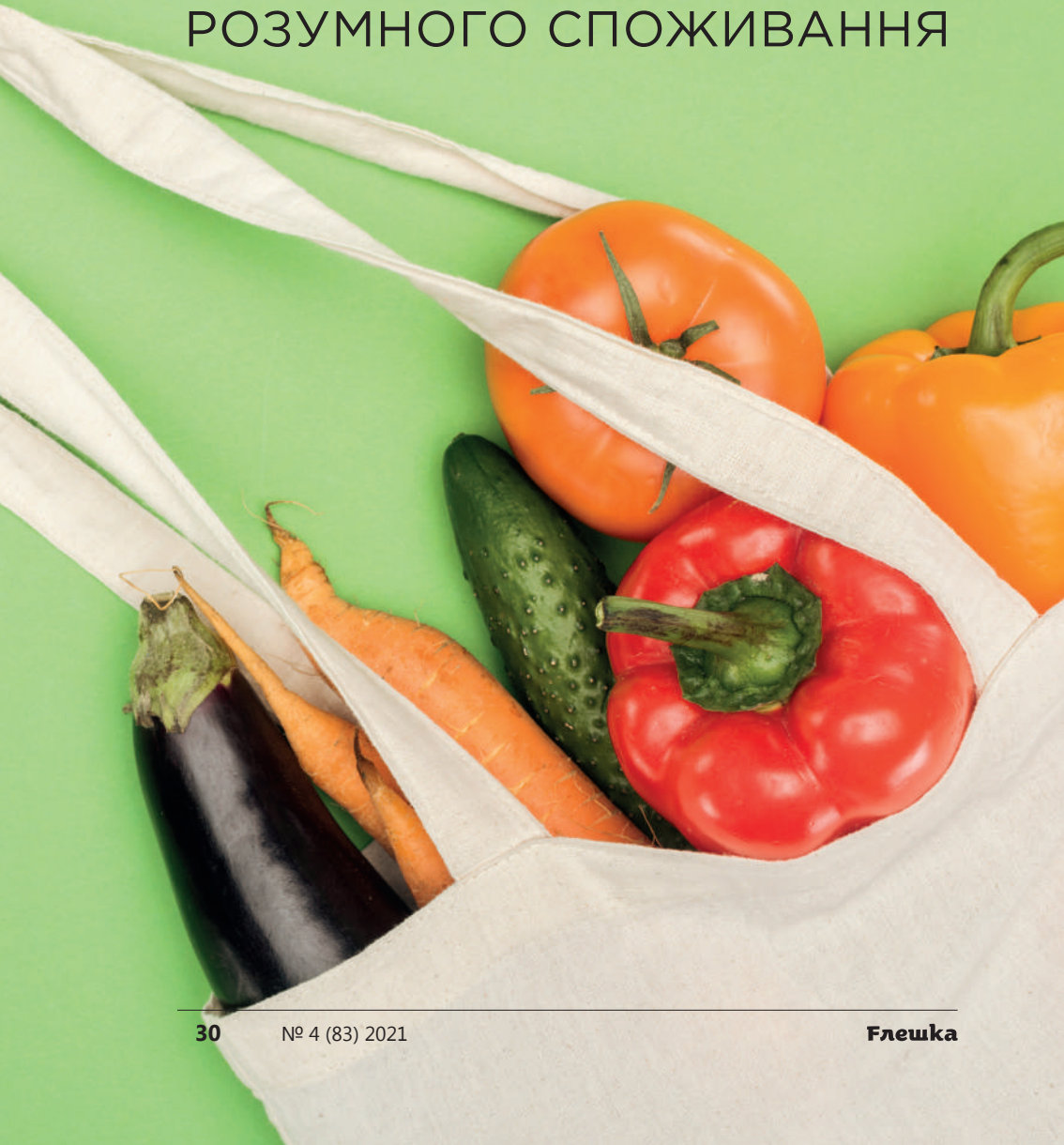
На скелястому узбережжі Дністровського лиману розташована Аккерманська фортеця. Це одна з найцікавіших пам'яток міста Білгород-Дністровський, збудована ще в XIII столітті. Місцеві жителі розповідають безліч дивовижних легенд і переказів про це місце. Багато хто стверджує, що чув дивні звуки з-під землі біля фортеці. Так чи інакше, але згідно з описами істориків це місце, окрім своїх високих і міцних стін, мало цілий лабіринт підземних ходів, які в різні часи використовували для різної мети. На жаль, нині більшість із них засипана. Часто Аккерманську фортецю порівнюють з іншими європейськими фортифікаційними спорудами, проте за архітектурою та манерою побудови вона дуже нагадує замок Конві в Уельсі, Велика Британія.

Як бачите, у нашій країні є безліч прекрасних місць і загадок, здатних дивувати, захопувати й принаджувати до себе знов і знов. Тож не потрібно крутити глобус у пошуках вдалого туристичного маршруту в іншому куточку світу. Просто збирай валізу чи рюкзак, купи квиток і вирушай назустріч пригодам і мальовничим краєвидам з упевненістю, що навіть дуже короткого проміжку часу вистачить для незабутнього відпочинку.

■ ЧЕЛЕНДЖ

# ЧЕЛЕНДЖ

## РОЗУМНОГО СПОЖИВАННЯ



**1.** Фіксуй протягом місяця, які продукти в тебе зіпсувалися, і склади список, щоб урізати обсяги майбутніх покупок. Звіряйся із цим списком у магазині.

**2.** Запиши всі страви, які ти часто готуєш, і тримай їхній перелік на помітному місці. Так ти ефективніше використовуватимеш наявні продукти.

**3.** Проведи ревізію гардеробу та склади два списки: базові речі, які ти носиш регулярно, і одяг, який ти купуєш, але не носиш. Звіряйся з ними під час шопінгу. Не купуй нових речей, доки не зносяться старі.

**4.** Проведи ревізію своїх косметичних засобів: якими ти справді користуєшся, а які купив імпульсивно. Роздай засоби, які ти не використовуєш і в яких ще не скінчився термін придатності. Напиши список засобів,

якими ти користуєшся, і звіряйся з ним у магазині. Не відкривай новий засіб, доки не закінчиться аналогічний старий.

**5.** Фіксуй протягом місяця, які книги та журнали ти купуєш і які справді читаєш. Склади стоп-список зайвих видань та канцелярських товарів.

**6.** Бери із собою сумку для продуктів. Роби помітки щоразу, коли ти використовуєш її замість пластикового пакета. Кожна помітка – це твої заощаджені кошти.

**7.** Носи із собою термокухоль для чаю. Роби помітки щоразу, коли ти використовуєш його замість одноразових пластикових чи паперових склянок.

**8.** Заміни звичайні батарейки на акумулятори. Роби помітки щоразу, коли ставиш акумулятор замість батарейки.

**Наприкінці кожного тижня підраховуй, скільки пакетів удалося «врятувати».**



**Наприкінці кожного тижня підраховуй, скільки склянок удалося «врятувати».**



**Наприкінці кожного тижня підраховуй, скільки батарейок удалося «врятувати».**



**Отрывной талон**

Меня зовут: \_\_\_\_\_

Мой адрес: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

указывайте, пожалуйста, полный адрес с индексом

☐ Я хочу пройти курс молодежных уроков:

☐ «Формула жизни» ☐ «10 вопросов к Богу»

Молодежная христианская газета

**Флешка**

фамилия и имя \_\_\_\_\_

мне \_\_\_\_\_ лет



## МОЛОДІЖНІ УРОКИ

- Що означає дружба?
- Якою є мета мого життя?
- Чи існує справжня любов?
- Хто придумав секс?
- Хто створив наш світ?
- Коли настане кінець світу?

На ці та інші запитання ви зможете знайти відповіді в уроках **"10 запитань до Бога"** та **"Формула життя"**

 **bible.ua**

☎ 0 800 30 20 20

✉ bible@hope.ua

а/с 36, Київ, 04071

#### Ответственный за выпуск:

директор издательства  
«Джерело життя»  
Василий Джулай

**Главный редактор:** Лариса Качмар

**Ответственный редактор:**

Елена Мехоношина

#### Председатель редколлегии:

Евгений Алехин

**Редколлегия:** Петр Сироткин,

Андрей Шевчук

**Корректоры:** Елена Мехоношина,

Анна Борисовская, Инна Гунько

**Верстка, дизайн:** Артур Аптер

#### Ответственная за печать:

Тамара Грициук

**Тираж:** 3 000 экз.

Адрес: 04071 г. Киев,

ул. Лукьяновская, 9/10 – а

e-mail: fleshka@i.ua

Если ты желаешь пожертвовать средства на развитие газеты, то можешь сделать это через банк.

Наши реквизиты:

Адрес: 04071, г. Киев,  
ул. Лукьяновская, 9/10а

Получатель: УКУ АСД

Код ЄДРПОУ: 19350731

IBAN: UA753808050000000026006149457

МФО 380805

Наименование банка:

«РАЙФАЙЗЕН БАНК АВАЛЪ»

в г. Киеве

Редакция оставляет за собой

право печатать материалы

в дискуссионном порядке,

не разделяя мнений автора,

а также право редактировать

и сокращать тексты.

Ответственность за содержание

статей несет автор.

Приложение к газете

«Вечное Сокровище»

Свидетельство

о государственной

регистрации:

Серия КВ №8176

от 03.12.2003