

Ознаки

№ 1 (86) 2014

часу



с. 4. Навіщо вибачатися?

с. 10. Навчитися прощати

**с. 18. Як я можу отримати
прощення гріхів від
Бога?**

**с. 22. Пробач – і будь
здоровий**

«Пробачити — значить зрозуміти», — прочитала я якось в одному з великих. Прочитала і задумалася. А й справді! Справжнє прощення приходить тоді, коли ти, нарешті, розумієш... людину, проблему, свої почуття.

Пам'ятаю, коли я під час навчання жила в гуртожитку, була в мене сусідка Неля. Дівчинка хороша, товариська, але вжитися в нас ніяк не виходило. Різна культура, виховання, сміті — було дуже складно. Їй завжди чомусь усе про мене було цікаво, а розповідати мені не хотілося. І взагалі, дедалі більше дратувала настирлива увага і спроби подружитися. Ми страшенно сварилися через будь-які дрібниці, і я тримала в серці багато зла. Так ми мучилися близько півроку, оскільки верселися можливості не було. І ось одного разу до нас в університет приїхала цікава група людей. Це було щось на зразок театру, але не зовсім. Група психологів розробила дивовижний проект: вони працюють з проблемами людей із зали за допомогою наочного моделювання ситуації. А саме: ви розповідаєте свою проблему, вибираєте з команди того актора-психолога, який зіграє вас, вашого близького та інших. Потім уважно дивитеся. Ось я тоді й вирішила: за раз розповім ситуацію, нехай Нельці покажуть, яка вона приставуча та настирлива! Актори розійшлися по різних куточках сцени — і вистава почалася. Я, задоволена собою, поглядала на свою «проблем-ну» сусідку. Сказати, що я була шокована, — не сказати нічого. Коли почали показувати мене, я зрозуміла, у чому була проблема... Я побачила себе збоку настільки ясно, наче в дзеркалі. Це не моя сусідка, а я через нерозуміння закривалася, хоч могла просто піти на контакт, елементарно попити чаю разом ввечері, обговоривши наші образи... Того ж вечора ми помирилися. І прожили ще півроку мирно і дружно. А влітку Неля запросила мене бути дружиною на її весіллі... Я б ніколи в житті не повірила, якби раніше хтось сказав мені, що так буде!

Розуміння суті проблеми допомагає вирішити її. Розуміння мотивів, особливостей виховання і характеру іншої людини допомагає її про-
бачити. Жити в постійній образі боляче і важко, думаю, кожен з вас
погодиться. У цьому номері зібрані матеріали про прощення — про
те, як оволодіти цим непростим вмінням, про те, як пробачити себе,
як знайти підхід до різних людей і якою «мовою» просити в них ви-
бачення. Сподіваємося, матеріал буде актуальним і корисним для вас,
дорогі читачі. Ми живемо серед недосконалих людей і самі далекі від
ідеалу. Та побудувати місток взаєморозуміння нам завжди допоможе
прощення. Адже нам прощено значно більше, друзі. Бог простив нам
усі наші гріхи та провини і подарував надію на світле майбутнє. Про
це також читайте далі.

З повагою, відповідальний редактор Марія Бадардінова

2 Слово редактора

4 **Навіщо вибачатися?**
Якби наш світ був досконалим, то нам не треба було б просити пробащення. Та оскільки він далекий від досконалості, без бажання прощати нам просто не прожити

9 **Чи легко пробачити людину?**
Опитування

10 **Навчитися прощати**

13 **Христос в гостях у мужика**

18 **Як я можу отримати прощення гріхів від Бога?**

20 **Небесный рецепт здоров'я та краси**

22 **Пробач – і будь здоровий!**

26 **Між раєм і пеклом – тут і зараз.**
Таким чином, на підставі інформації, що міститься в Біблії сто-

совно того, що відбувається з людиною після смерті, а також даних про заключні події земної історії можна зробити висновок: пекло — це життя без Бога, яке одного разу закінчиться вічним забуттям.

32 **У чому сенс життя?**

34 **Поезія**

35 **Дизайн: бабка. Дивовижна ідея для створення гелікоптера**

40 **Цікаві факти про людину**

42 **Прекрасный подарунок собі.**
Прощення — це особистий вибір кожного, чудовий подарунок, який ми в змозі собі зробити...

Відповідальний за випуск директор видавництва
Василь Джулай

Головний редактор
Лариса Качмар

Відповідальний редактор
Марія Бадардінова

Редакційна колегія:
В. В. Алексєнко
Л. Т. Волощук
С. В. Носов

Коректура:
Юлія Вальчук,
Олена Мехоношина

Дизайн та верстка:
Марія Бадардінова

Фотографії:
ru.depositphotos.com;
www.odonata.su;
Юрій Поліщук

Відповідальна за друк:
Тамара Грицьок

Реєстраційне свідоцтво
№ 51 KB від 10 вересня 1993 р.
Формат 60х84 1/8.
Папір крейдований.
Офсетний друк.
Ум. друк. арк. 5.
Наклад 2300 прим.

Адреса редакції:
04107, м. Київ,
вул. Лук'янівська, 9/10-а
Телефон: 428-84-38

© 2014, журнал
«Ознаки часу»

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



Навіщо вибачатися?

Якби наш світ був досконалим, то нам не треба було б просити пробачення. Та оскільки він далекий від досконалості, без бажання прощати нам просто не прожити.

Я багато років займався антропологією — вивченням людської культури. Один з очевидних висновків, до яких приходить кожен антрополог, полягає в тому, що всім людям притаманне почуття моральності: вони розуміють, що є правильним і добрим, а що — неправильним і злим. У психології це часто називають совістю. У Біблії також існує поняття совісті: у Новому Завіті слово «суюнейдесіс» вживається 30 разів.

Зрозуміло, стандарти, за якими совість або викриває, або схвалює вчинки і думки людини, визначаються культурою. Наприклад, у культурі ескімосів прийнято, якщо хтось переселився, залишивши своє житло, то, увійшовши в іглу (крижаний будинок), кожен може там їсти все, що хоче. У західній культурі, як правило, входити у незайнятий будинок означає «вторгнення» і розцінюється як злочин. Стандарти, за якими оцінюють, що правильно, а що — ні, різняться від культури до культури, а іноді навіть у рамках однієї культури.

Коли уявлення окремо взятої людини про правильний порядок порушуються, вона відчуває гнів і ворожість до того, хто порушив порядок. Неправильні вчинки стають бар'єром між двома цими людьми, їхні стосунки погіршуються. Вони вже навіть при всьому бажанні не можуть жити так, нібито нічого поганого не сталося. Усередині ображеної людини щось починає шукати справедливості.

Саме ці реалії слугують основою всіх судових систем.

ПЛАЧ ЗА ПРИМИРЕННЯМ

Якщо торжество справедливості може принести скривдженій людині почуття задоволення, воно, як правило, не призводить до примирення. Якщо співробітник якоїсь компанії спійманий на крадіжці, потрапив під арешт і був оштрафований або засуджений до позбавлення волі, усі кажуть: «Справедливість взяла гору». Та навіть після цього компанія навряд чи буде готова прийняти до себе цю людину назад. З іншого боку, якщо співробітник краде на своєму підприємстві, але потім, усвідомивши всю згубність своїх дій, відкрито зізнається в них своєму начальству, висловить щирий жаль про скоєне, готовність відшкодувати збитки і попросить виба-

чення, він цілком може розраховувати на те, що його не каратимуть і дозволять працювати далі.

Людина має дивовижну здатність прощати. Я пам'ятаю, як кілька років тому опинився в англійському місті Ковентрі. Я стояв серед стін собору, зруйнованого фашистськими бомбами під час Другої світової війни. Екскурсовод розповідав, як поруч із цим собором побудували новий. Після війни група німців приїхала туди і допомагала будувати новий собор: з їхнього боку цей вчинок був актом покаяння за ті біди, які під час війни заподіяли їхні співвітчизники. Усі погодились з тим, щоб руїни старого собору перебували в тіні нового. Обидві будови вийшли вельми символічними: одна символізує нелюдність, на яку здатні люди, а друга — силу прощення і примирення.

Усередині нас є щось таке, що шукає примирення, коли чийсь неправильні дії руйнують стосунки. І бажання примирення часто виявляється сильнішим від спраги справедливості. Чим ближчі відносини між людьми, тим сильнішим буде їхнє бажання примиритися. Коли чоловік поводить ся з дружиною несправедливо, вона, відчуваючи біль і гнів, стоїть перед непростим вибором між жагою справедливості та бажанням пробачити. З одного боку, їй хочеться відплатити йому за несправедливість, а з іншого — примиритися з чоловіком.

І тільки щире бажання чоловіка покаятися перед дружиною відкриває шлях до примирення. Якщо ж із його боку бажання попросити пробачення немає, її почуття моральності посилює спрагу справедливості. Протягом своєї багаторічної практики мені багато разів доводилося спостерігати процеси з розірвання шлюбу і бачити, як суддя намагається визначити, який ре-

зультат у цій конкретній ситуації був би найбільш справедливим. І часто я просто дивувався, коли щире бажання попросити вибачення запобігало сумно-му кінцю.

НЕБАЖАННЯ ВИБАЧАТИСЯ

Необхідність просити вибачення живе в кожній людині. Шлюб, виховання дітей, дружні стосунки і відносини на роботі вимагають цього. Без вибачення гнів дедалі міцніше стає на ноги і дедалі сильніше підштовхує нас до справедливості. Коли ж справедливість не візьме гору, ми часто беремо справу у свої руки і прагнемо помститися своїм кривдникам. Гнів наростає все більше і більше й може перетворитися на жорстокість. Людина, яка вривається в кабінет до свого колишнього роботодавця і стріляє в нього, а заодно і в трьох співробітників, не є душевно хворою. Імовіріше, цю людину переповнює почуття несправедливості, і вона вважає, що виправити ситуацію може тільки вбивство. Усе могло б скластися інакше, якби вона знайшла в собі сили не тримати на цих людей зла і якби в її кривдників знайшлася сміливість попросити в неї вибачення.

У сімейному житті внутрішня напруженість у стосунках часто заснована на небажанні вибачитися. Дружина говорить: «Він поводить себе зі мною як з якоюсь річчю, а потім прагне до інтимних стосунків. Ну як він може так поводитися?». Тоді як чоловік відповідає: «Вона поводить себе зі мною як з дитиною, хоче контролювати моє життя. Я одружився з нею не для того, щоб у мене з'явилася друга мати». Обоє відчують біль, обоє розгнівані й не можуть знайти шляхи до примирення, тому що в жодного немає бажання попросити пробачення. Зважаючи на відсутність такого бажання вони перебувають у стані війни, яка іноді триває роками й часто закінчується

ся розлученням або смертю. Партнери в здоровому шлюбі завжди готові попросити один в одного пробачення.

ЧИ МОЖЕТЕ ВИ ПРОБАЧИТИ БЕЗ ВИБАЧЕНЬ?

Істинне прощення і примирення є тими явищами в стосунках між людьми, шлях до яких відкриває прохання про прощення. Деякі люди, наприклад, ті, хто дотримується християнського світогляду, розповідають про прощення без вибачення. Вони часто цитують слова Ісуса: «Якщо ж не прощаєте людям їхніх переступів, то й ваш Отець не простить вам ваших переступів» (Матв. 6:15). Таким чином, вони говорять дружині, чий чоловік обманює її та продовжує свої любовні пригоди: «Ви повинні пробачити його, інакше Бог не пробачить вас». Таке тлумачення вчення Ісуса не витримує жодної критики, тому що вирвано з контексту вчення всього Писання про примирення. А Біблія навчає нас прощати людей так, як Бог прощає нас самих. А як Бог прощає нас? У Писанні сказано, що якщо ми сповідуємо наші гріхи, то й Бог простить нам наші гріхи (див. 1 Івана 1:9). Ні в Старому, ні в Новому Завіті ніде не сказано, що Бог прощає гріхи тих людей, які не каються.

Закликаючи дружину пробачити свого грішного чоловіка, тоді як він продовжує йти хибним шляхом, пастор закликає цю жінку зробити те, чого не робить Сам Бог. Учення Ісуса полягає в тому, що ми завжди повинні бути готові пробачити, як Бог завжди готовий пробачити



тих, хто кається перед Ним. Хтось може заперечити, сказавши, що Ісус простив тих, хто Його вбивав. Але в Писанні про це нічого не сказано. Ісус молився: «Отче, прости їм, бо вони не знають, що роблять!» (див. Луки 23:34). Ісус висловив Своє співчуття і бажання бачити Своїх убивць прощеними. Такими самими повинні бути і наші бажання та молитви. Але саме їхнє прощення настало пізніше, коли вони усвідомили, що вбили Сина Божого.

Прощення без прохання пробачити часто йде на користь того, хто прощає, а не кривдника. Таке прощення не призводить до примирення. Коли немає вибачення, християнин передає кривдника Божій справедливості. Дитріх Бонхеффер, відомий богослов, який прийняв мученицьку смерть у нацистському концтаборі 1945 року, виступав проти «проповіді про прощення без покаяння». Він говорив про таке прощення як про «дешеву благодать... у якій ми бачимо виправдання гріха, але не виправдання грішника, що кається».

Істинне прощення усуває той бар'єр, який створює образа, і відкриває шлях до поступового відновлення довіри. Якщо до образи стосунки були тісними і теплими, вони знову можуть стати такими. Якщо ж відносини носили характер випадкового знайомства, після вибачення вони можуть стати більш глибокими. Якщо кривди завдала незнайома людина, наприклад, ґвалтівник чи вбивця, ні про яке відновлення відносин не може бути й мови. Якщо ж він вибачився, а ви пробачили, кожен вільний іти далі по життю своєю дорогою, хоча злочинця це не звільнить від юридичної та кримінальної відповідаль-

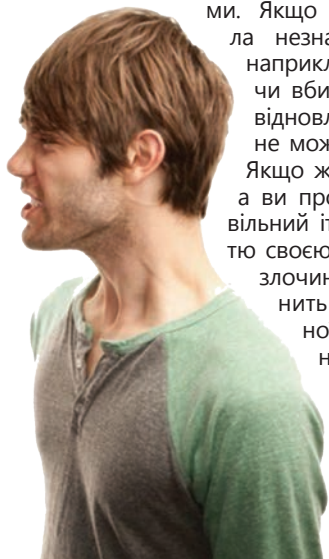
ності, створених нашою культурою для протидії злочинності.

ДВАДЦЯТИЛІТРОВИЙ КОНТЕЙНЕР

Коли ми просимо вибачення, то беремо на себе відповідальність за свою поведінку, прагнучи змінити на краще стосунки з ображеними нами людьми. Непідробне бажання вибачитися відкриває шлях до прощення і примирення. Після цього ми можемо продовжувати будувати наші стосунки далі. Без вибачення образа залишається своєрідним бар'єром, і якість наших відносин не змінюється. Для гарних стосунків завжди характерне бажання покаятися, пробачити і примиритися. Причина, чому часто відносини між людьми залишаються холодними і відчуженими, криється в нашому небажанні вибачитися.

Щирий намір вибачитися пом'якшує почуття провини. Уявіть собі свою совість у вигляді двадцятилітрового контейнера, який ви звалили собі на спину. Щоразу, коли ви когось ображаєте, ви ніби виливаєте галон рідини собі на совість. Після трьох або чотирьох образ ваша совість наповнюється цією рідиною, і вам стає важко. Наповнена таким чином совість залишає людину з почуттям провини і сорому. Єдиний спосіб звільнити совість — покаятися перед Богом і вибачитися перед тим, кого ви образили. І коли ви це зробите, то зможете з повним правом постати перед Богом, дивитися на себе в дзеркало, а тій людині, яку ви образили, дивитися в очі, і не тому, що ви такий хороший, а тому, що знайшли в собі сили відповісти за свої помилки.

Можливо, ви оволоділи мистецтвом просити вибачення ще в дитинстві. У здорових сім'ях батьки вчать цього своїх дітей. Однак багато дітей ростуть у неблагополучних сім'ях, де біль, гнів і гіркота стають нормою життя і ніхто просити вибачення навіть не думає. ►



ЧИ МОЖЕМО МИ НАВЧИТИСЯ ПРОСИТИ ВИБАЧЕННЯ?

Добра звістка містить у собі мистецтво просити вибачення, якого ми можемо навчитися. Наші довгі дослідження показали нам п'ять фундаментальних аспектів процесу, при якому люди висловлюють бажання покаятися. Можемо назвати їх п'ятьма мовами, на яких просять вибачення.

- 1. Вираз жалю: «Мені шкода».**
- 2. Готовність відповідати за свої вчинки: «Я був не правий».**
- 3. Готовність відшкодувати збиток: «Що мені зробити, щоб виправити становище?».**
- 4. Щире покаяння: «Я зроблю все, щоб не повторювати цього надалі».**
- 5. Готовність попросити вибачення: «Будь ласка, пробач мені».**

Кожна з них дуже важлива. Проте для когось та чи інша, а можливо, і дві мови з цієї групи можуть виявитися більш ефективними, ніж для решти людей. Ключ до хороших взаємин криється у вивченні мови вибачення, властивій іншим людям, і в бажанні розмовляти нею. Коли ви говорите однією мовою, то стає простіше пробачити. Якщо вам це не вдається, процес прощення ускладнюється, тому що люди не знають, щирі ви у своєму бажанні вибачитися перед ними чи ні.

Розуміння і практичне застосування цих п'яти мов значно покращить будь-які взаємовідносини між людьми.

В «Історії кохання», популярному кінофільмі 70-х років, зафіксована знаменита думка: «Любов часто означає, що тобі зовсім не потрібно просити вибачення». Ні, насправді все навпаки. Любов часто змушує нас говорити слова жалю і каяття, а справжня любов передбачає з боку кривдника бажання бути пробаченим і прощення з боку скривдженого. У цьому і полягає шлях до відновлення відносин любові. А починається він з готовності навчитися говорити правильною мовою, коли ви когось ображаєте **ЗВ**

**Гері Чемпен, Дженніфер Томас,
книга «П'ять мов прощення»**

Чи легко пробачити людину?

«Сказати «прощаю» легко, але позбутися образи, ненависті, злості часом буває складно. Прощення іноді займає кілька секунд, а іноді — роки і навіть десятиліття. Хтось справляється із цим, а хтось — ні»

(Наїра, 22 роки).

«Важливо не те, прощаєш ти людину чи ні. Головне, щоб людина зрозуміла, що її пробачили»

(Олексій, 20 років).

«Прощення — це дар, який ми можемо попросити в Господа. Самі ми пробачити іноді не в змозі. Ми слабкі. Але ми можемо благати Бога дати нам цей дар, потрібно тільки щиро прагнути отримати його. Ісус не в усіх містах творив чудеса, а тільки там, де цього бажали»

(Валерія, 32 роки).

«Прощення образи потрібне передусім не кривдникові, а скривдженому, щоб припинити руйнівний процес злоби та жалю до самого себе»

(Раїса, 56 років).



Навчитися прощати

Одного разу я розповів своєму другові про те, як мені складно пробачити одну людину і знову прийняти її в моє серце. Це був важкий біль, з яким я намагався впоратися, але не знав, як це зробити. Більше того, я не знаходив жодного аргументу на користь прощення цієї людини.

Мій друг нагадав мені одну історію про найбільшу і нелогічну любов на цій Землі. Вона оповідає про Бога, Який створив людину, знаючи, що та Його зрадить. І навіть коли Адам з Євою не послухали Господа і згрішили, Він все одно зробив вибір на користь спасіння людства, знаючи, скільки болю вони завдадуть як Йому, так і один одному. Незважаючи ні на що, Ісус віддав Своє життя заради Своїх зрадників, щоб вони мали шанс на спасіння.

Відтоді ми робимо один одному боляче, а Бог закликає нас прощати. Але чому це так важливо? Як впоратися з тим болем, який нас мучить?

1. Не прощаючи, ми шкодимо собі.

Нельсон Мандела — один з найвідоміших активістів у боротьбі за права людини. Через активний захист прав чорношкірих він відбув 27 років покарання у в'язниці. Це не зламало Мандели. Незабаром після свого виходу на волю він став першим в історії чорношкірим президентом ПАР.

Неймовірна історія про неймовірну людину. Як можна провести майже 30 років у в'язниці й не втратити сили духу? Девізом Нельсона Мандели були такі слова: «Ображатися й обурюватися — це ніби випити отруту з надією, що вона вб'є твоїх ворогів».

Нам здається, що є люди, які просто не заслужили нашого прощення. Але, відчуваючи ненависть до іншої людини, ми лише знищуємо самих себе. Це ніяк не позначається на наших ненависниках, зате відображається на нашому внутрішньому світі.

2. Простивши, ми стаємо вільними.

У своєму бестселері «Хатина» Вільям Пол Янг розповідає про чоловіка, маленька донька якого була викрадена, згвалтована і вбита. Гіркоту трагедії, яку пережила вся його родина, важко навіть уявити. Через 4 роки Мак, батько родини, отримує листа від Самого Бога, у якому Той запрошує його зустрітися з Ним. Мак відгукується на заклик і проводить кілька чудових днів у спілкуванні з Творцем. Усе їхнє спілкування побудоване так, ніби вони подорожують до якоїсь конкретної мети, приготованої Богом. Нарешті вони досягають цієї мети, і вона говорить: пробачити вбивцю дочки. Коли я дочитав книгу до цьо-

го моменту, то був обурений: «Боже, що завгодно, але тільки не це! Ти не можеш вимагати від нас прощення таких злочинів». Але це єдиний шлях звільнення від тягаря на нашому серці. Якщо ми не прощаємо людини, ми немов закуті ланцюгами образи та ненависті.

Прощення — це єдиний шлях заглушити наш біль. Звичайно, деколи треба час, багато часу... Але якщо ви щиро захочете цього, то повільно, але надійно ваше серце почне зцілюватися від ран.

3. Не відкидайте знедолених.

Не всі люди, які заподіюють нам біль, — погані. Згадайте той випадок, коли ви простягали людині руку, але вона не помітила цього і не відповіла взаємністю. Як ви себе тоді відчували? Вам хотілося, щоб ніхто не помітив цієї незручної ситуації. Багато людей були неодноразово відкинуті своїми рідними та близькими. Це змусило їх сховатися під оболонкою байдужості до інших, щоб захистити себе від такого ж болю в майбутньому.

Деякі люди здаються нам зарозумілими, але ми зовсім не знаємо, що в них в серці. Ми не знаємо, який біль криється за їхньою поведінкою. Можливо, вони страхують себе від можливого ризику бути відкиненими. Такі люди більше за інших потребують любові. Адже якщо людину неодноразово відкидали її рідні та близькі, то вона починає думати, що її немає за що любити. Це вимагає великого терпіння і неодноразового прощення з нашого боку. Тільки так ми зможемо допомогти людині знову повірити і полюбити себе. ►

4. Люди не можуть замінити нам Бога.

Часом ми покладаємо на людей надії, яких вони не можуть виправдати. Пізніше ми відчуваємо себе обдуреними, зрадженими, розчарованими і не можемо пробачити їм за це. Головна ж проблема полягає в тому, що ми всі запрограмовані на команду «споживати», думаючи, що це зробить нас щасливішими. Але, тільки віддаючи, ми знаходимо щастя.

Часто наша емоційна невдоволеність пов'язана з дефіцитом спілкування з Богом. Ми вимагаємо підтримки від людей, не помічаючи поруч Господа. І, звичайно, ми розчаровуємося, адже наше серце залишається порожнім.

Якщо ви віддасте своє серце Богові, Він наповнить його Своєю любов'ю. І тоді ми перестанемо вимагати від інших того, що може дати нам тільки Він. Навпаки, наповнюючись Його любов'ю, ми самі будемо шукати будь-якої можливості, щоб подарувати її іншим.

5. Прощайте, як і ви були прощені.

Ми не можемо уявити, скільки болю ми заподіяли іншим людям у своєму житті. Ми навіть і не здогадуємося, як часто нас прощали за наші провини, яких ми навіть не помічали. Іноді я думаю: швидше б уже Ісус усіх нас забрав на Небо, де не буде жодних мовних бар'єрів і ми навчимося розуміти один одного з півслова.

Спочатку я розповів вам історію кохання, у якій Бог вирішив створити людину, незважаючи на те що знав про її майбутню зраду. Так чому ж це не зупинило Його? Ті маленькі моменти радості, які Бог переживає ра-

зом з нами, були варті того, щоб створити людину. Те почуття щастя, яке ми іноді відчуваємо, було головним мотивом у створенні.

Ми всі не ідеальні, але прощати один одного варто заради себе і заради інших. Часом це нестерпно складно, але іншого шляху немає. Це єдиний спосіб зцілити наше серце і звільнитися від важкого тягаря непростення. **ЗВ**

Андрій Гомер

Блог автора: dryps.livejournal.com



ХРИСТОС В ГОСТЯХ У МУЖИКА

РАССКАЗ (сокращенно)



Настоящий рассказ о том, как сам Христос приходил на Рождество к мужику в гости и чему его выучил, я сам слышал от одного старого сибиряка, которому это событие было близко известно. Что он мне рассказывал, то я и вам передам его же словами.

Наше место поселенное, но хорошее, торговое место. Отец мой в эти места прибыл за крепостное время в России, а я тут и родился. Имели достатки по своему положению довольные и теперь не бедствуем. Веру держим простую, русскую. Отец был начитан и меня к чтению приохотил. Который человек науку любил, тот был мне первый друг, и я готов был за него в огонь и в воду. И вот послал мне один раз Господь в утешение приятеля Тимофея Осипова, о котором я и хочу вам рассказать, как с ним чудо было. Тимофей Осипов прибыл к нам в молодых годах. Мне было тогда восемнадцать лет, а ему, может быть, с чем-нибудь за двадцать. Поведения Тимоша был самого непостыдного. За что он прибыл по суду за поселение -

об этом по нашему положению, щадя человека, не расспрашивают, но слышно было, что его дядя обидел. Опекуном был в его сиротство да и растратил, или взял, почти все наследство. А Тимофей Осипов за то время был по молодым годам нетерпеливый, вышла у них с дядей ссора, и ударил он дядю оружием. По милосердию Создателя, грех сего безумия не до конца совершился - Тимофей только ранил дядю в руку насквозь. По молодости Тимофея большого наказания ему не было, как из первогильдийных купцов сослан он к нам на поселение.

Именье Тимошино хотя девять частей было разграблено, но, однако, и с десятою частью еще жить было можно. Он у нас построил дом и стал жить, но в душе у него обида кипела, и долго он от всех сторонился. Сидел всегда дома, и батрак да батрачка только его и видели, а дома он все книги читал, и самые божественные. Наконец мы с ним познакомились, именно из-за книг, и я начал к нему ходить, а он меня принимал с охо-

тою. Пришлись мы друг другу по сердцу. Родители мои попервоначально не очень меня к нему пускали. Он им мудрен казался. Говорили: «Неизвестно, какой он такой и зачем ото всех прячется. Как бы чему худому не научил». Но я, быв родительской воле покорен, правду им говорил, отцу и матери, что ничего худого от Тимофея не слышу, а занимаемся тем, что вместе книжки читаем и о вере говорим. Как по святой воле Божией жить надо, чтобы образ Создателя в себе не уронить и не обесславить. Меня стали пускать к Тимофею сидеть сколько угодно, и отец мой сам к нему сходил, а потом и Тимофей Осипов к нам пришел. Увидали мои старики, что он человек хороший, и полюбили его, и очень стали жалеть, что он часто сумрачный. Вспомнит свою обиду, или особенно если ему хоть одно слово о дяде его сказать, - весь побледнеет и после ходит смутный и руки опустит. Тогда и читать не хочет, да и в глазах вместо всегдашней ласки - гнев горит. Честности он был примерной и умница, но к делам за тоскою своею не брался. Но скуке его Господь скоро помог: пришлось ему по сердцу моя сестра, он на ней женился и перестал скучать, а начал жить, поживать и добра наживать, и в десять лет стал у всех в виду как самый капитальный человек. Дом вывел, как хоромы хорошие; всем полно, всего вдоволь и от всех в уважении, и жена добрая, а дети здоровые. Чего еще надо? Кажется, все прошлое горе позабыть можно, но он, однако, все-таки помнил свою обиду, и один раз, когда мы с ним вдвоем в тележке ехали и говорили во всяком благодушии, я его спросил:

- Как, брат Тимоша, всем ли ты теперь доволен?

- В каком, - спрашивает, - это смысле?

- Имеешь ли все то, чего в своем месте лишился?

А он сейчас весь побледнел и ни слова не ответил, только молча лошадью прашивил.

Тогда я извинился.

- Ты, - говорю, - брат, меня прости, что я

так спросил... Я думал, что лихое давно... минуло и позабылось.

- Нужды нет, - отвечает, - что оно давно... минуло, - все помнится...

Мне его жаль стало, только не с той стороны, что он когда-нибудь больше имел, а что он в таком помрачении: Святое Писание знает и хорошо говорить умеет, а к обиде такую память хранит.

Я и задумался, так как во всем его умнее себя почитал и от него думал добрым рассуждением пользоваться, а он зло помнит... Он это заметил и говорит:

- Что думаешь?

- А так, - говорю, - думаю что попало.

- Нет: ты это обо мне.

- И о тебе думаю.

- Что же ты обо мне думаешь?

- Ты, мол, не сердись, я вот что о тебе подумал. Писание ты знаешь, а сердце твое гневно и Богу не покоряется. Есть ли тебе через это какая польза в Писании?

Тимофей не осерчал, но только грустно омрачился в лице и отвечает:

- Ты святое слово приводить не сведущ. Не сведущ, - говорит, - ты и в том, какие на свете обиды есть, коих стерпеть нельзя, - и рассказал мне, что он не за деньги на дядю своего столь гневен, а за другое, чего забыть нельзя.

- Век об этом молчать хотел, но тебе, - говорит, - как другу моему откроюсь.

И открыл мне, что дядя смертно огорчил его отца, свел горем в могилу его мать, оклеветал его самого и при старости своих лет улестил и угрозами понудил людей выдать за него, за старика, молодую девушку, которую Тимоша с детства любил и всегда себе в жену взять располагал.

- Разве, - говорит, - все это можно простить. Я его в жизни не прощу.

- Ну да, - отвечаю, - обида твоя велика - это правда, а что Святое Писание тебе пользы не приносит, и то не ложь.

А он мне опять напоминает, что я слабее его в Писании, и начинает доводить, как в Ветхом Завете святые мужи

сами беззаконников не щадили и даже своими руками заклали. Хотел он, бедняк, этим совесть свою передо мною оправдать.

А я ответил:

- Тимоша! Ты умник, ты начитан и все знаешь, и я против тебя по Писанию отвечать не могу. Я что и читал, откроюсь тебе, не все разумею, я человек грешный и ум имею тесный. Однако скажу тебе: в Ветхом Завете все ветхое, а в Новом - яснее стоит: «возлюби да прости», и это мне нравится, как злат ключ, что всякий замок открывает. А в чем же прощать, неужели не в самой большой вине?

Он молчит.

Тогда я положил в уме: «Господи! Не угодно ли воле Твоей через меня сказать слово душе брата моего?» И говорю, как Христа били, обижали, заплевали и так учредили, что одному Ему нигде места не было, а Он всех простил.

- Последуй, - говорю, - лучше сему, а то я опасюсь, что «многие книги безумным тебя творят».

- Ты, - говорю, - ополчись на себя. Пока ты зло помнишь - зло живо, а пусть оно умрет, тогда и душа твоя в покое жить станет.

Тимофей выслушал меня и сильно сжал мне руку, но обширно говорить не стал, а сказал кратко:

- Не могу, оставь, мне тяжело.

Я оставил. Знал, что у него болит, и молчал. А время шло, и убыло еще шесть лет, и во все это время я за ним наблюдал и видел, что он все страдает, что если пустить его на всю свободу да если он достигнет где-нибудь своего дядю, - забудет он все Писание и порабатывает сатане мстительному. Но в сердце своем я был спокоен, потому что виделся мне тут перст Божий. Спасет Господь моего друга от греха гнева.

Тимофей был у нас в ссылке шестнадцатый год, и прошло пятнадцать лет, как он женат. Было ему, стало быть, лет тридцать семь или восемь, и имел он трех детей и жил прекрасно. И была у Тимофея такая привычка, что как бли-

зится солнце к закату, он непременно выходил в свой садик и читал на скамеечке книгу. Больше, сколь мне известно, и то было, что он тут иногда молился.

Таким точно порядком пришел он раз сюда и взял с собой Евангелие. Присел, раскрыл книгу и стал читать. Читает, как Христос пришел в гости к фарисею и Ему не подали даже воды, чтобы омыть ноги. И стало Тимофею нестерпимо обидно за Господа и жаль Его, так жаль, что он заплакал. Вот тут, в эту самую минуту, и случилось чудо начало, о котором Тимоша мне так говорил.

- Гляжу, - говорит, - вокруг себя и думаю: какое у меня всего изобилие и довольство, а Господь мой ходил в такой бедности...

И наполнились все глаза мои слезами, и никак их сморгнуть не могу; и все вокруг меня стало розовое, даже самые мои слезы. Так вроде забытья или обморока, и воскликнул я: «Господи! Если бы Ты ко мне пришел - я бы Тебе и себя самого отдал».

А ему вдруг в ответ откуда-то в ветерке розовом дохнуло:

- Приду!

Тимофей с трепетом прибежал ко мне и спрашивает:

- Как ты об этом понимаешь: неужели Господь ко мне может в гости прийти?

Я отвечаю:

- Это, брат, сверх моего понимания. Как об этом в Писании?

А Тимофей говорит:

- В Писании есть: «Все Тот же Христос ныне и во веки», - я не смею не верить.

- Что же, - говорю, - и верь.

- Я велю на столе Ему прибор ставить.

Я плечами пожал и отвечаю:

- Ты меня не спрашивай, смотри сам лучшее, что к Его воле, а в приборе Ему обиды не считаю, но только не гордо ли это?

- Сказано, - говорит. - «Сей грешники приемлет и с мытарями ест».

- А и то, - отвечаю, - сказано: «Господи! Я не достоин, чтобы Ты взошел в дом

мой». Мне и это нравится.

Тимофей говорит:

- Ты не знаешь.

- Хорошо, будь по-твоему.

Тимофей велел жене с другого же дня ставить за столом лишнее место. Как садятся они за стол пять человек - он да жена, да трое ребяточек, - всегда у них шестое место в конце стола почетное, и перед ним большое кресло.

Жена любопытствовала: что это, к чему и для кого? Но Тимофей ей не все открывал. Жене и другим он говорил только, что так надо по его душевному обещанию «для первого гостя», а настоящего, кроме его да меня, никто не знал.

Ждал Тимофей Спасителя на другой день после слова в садике, ждал в третий день, потом в первое воскресенье, но ожидания эти были без исполнения. Долгодневны были его ожидания: на всякий праздник Тимофей все ждал Христа в гости и истомился тревогою, но не ослабевал в уповании, что Господь Свое обещание сдержит - придет. Открывал мне Тимофей так, что «всякий день, - говорит, - я молю: «Ей, гряди, Господи!» - и ожидаю, но не слышу желанного ответа: «Ей, гряди скоро!»»

Разум мой недоумевал, что отвечать Тимофею, и часто я думал, что друг мой загордился и теперь за то путается в напрасном обольщении. Однако Божие смирение о том было иначе.

Наступило Рождество. Стояла лютая зима. Тимофей приходит ко мне на сочельник и говорит:

- Брат любезный, завтра я дождусь Господа.

Я к этим речам давно был безответен и только спросил:

- Какое же ты имеешь в этом уверение?

- Ныне, только что я помолился: «Ей, гряди, Господи!», - как вся моя душа во мне всколыхнулась и в ней словно трубой воштрубило: «Ей, гряди скоро!». Завтра Его святое Рождество - и не в сей ли день Он пожелует. Приди ко мне со всеми родными, а то душа моя страхом трепещет.

Я говорю:

- Тимоша! Знаешь ты, что я ни о чем этом судить не умею и Господа видеть не ожидаю, потому что я муж грешник, но ты нам свой человек - мы к тебе придем. А ты если уповательно ждешь столь великого гостя, зови не своих друзей, а сделай Ему угодное товарищество.

- Понимаю, - отвечает, - сейчас пошлю служающих у меня и сына моего обойти села и звать всех ссыльных - кто в нужде и бедствии. Явит Господь дивную милость - пожелует, так встретит все по заповеди.

Мне и это слово его тоже не нравилось.

- Тимофей, - говорю, - кто может учредить все по заповеди? Одно не разумеешь, другое забудешь, а третье исполнить не можешь. Однако, если все это столь сильно «трубит» в душе твоей, то да будет так, как тебе открывается. Если Господь придет, Он все, чего не достанет, пополнит, и если ты кого Ему надо забудешь, Он сам приведет.

Пришли мы в Рождество к Тимофею всей семьей, попозже, как ходят на званный стол. Так он звал, чтобы всех дожидаться. Застали большие хоромы его полны людей, всякого нашенского, сибирского, засыльного рода. Мужчины и женщины, и детское поколение, всякого звания и из разных мест. Тимофей собрал всех бедных поселенцев, которые еще с прибытия не оправились на своем хозяйстве. Столы большие, крыты скатертями и всем, чем надобно. А на дворе уже смеркалось, да и ждать больше было некогда: все послы домой возвратились, и гостям неоткуда больше быть, потому что на дворе поднялась метель и вьюга, как светопреставление.

Одного только гостя нет и нет, который всех дороже.

Надо было уже огни зажигать да за стол садиться, потому что совсем темно понадвинуло и все мы ждем в сумраке при одном малом свете.

Тимофей ходил и сидел, и был, видно, в тяжкой тревоге. Все упование его поколебалось - теперь уже видное дело, что не бывать «великому гостю».

Прошла еще минута, и Тимофей вздохнул, взглянул на меня с унылостью и говорит:

- Ну, брат милый, вижу я, что либо угодно Господу оставить меня в посмеянии, либо прав ты: не умел я собрать всех, кого надо, чтоб Его встретить. Будь о всем воля Божия: помолимся и сядем за стол.

Я отвечаю:

- Читай молитву.

Он стал и вслух зачитал: «Отче наш, иже еси на небеси», а потом «Христос рождается, славите, Христос с небес, срящите, Христос на земли...»

И только это слово вымолвил, как что-то так страшно ударило со двора в стену, что даже все зашаталось, а потом сразу же прошел шум по широким сеням, и вдруг двери в горницу сами открылись настезь.

Все люди, сколько тут было, в неописанном страхе шарахнулись в один угол, а многие пали, и только кои всех смелее на двери смотрели. А в двери на пороге стоял старый-престарый старик, весь в худом рубище, дрожит и, чтобы не упасть, обеими руками за при толки держится. А из-за него из сеней, где темно было, неописанный розовый свет светит, и через плечо старика вперед в хоромину выходит белая, как из снега, рука, и в ней длинная глиняная плошка с огнем... Ветер с вьюгой с надворья рвет, а огня не колышет... И светит этот огонь старику в лицо и на руку, а на руке в глаза бросается заросший старый шрам, весь побелел от стужи.

Тимофей как увидел это - вскричал:

- Господи! Вижу и приму его во имя Твое, а Ты Сам не входи ко мне: я человек злой и грешный, - да с этим и поклонился лицом до земли. А с ним и я упал на землю от радости, что его настоящей покорностью тронуло, и воскликнул всем вслух: - Молитесь: Христос среди нас! - А все отвечали: - Аминь, то есть «истинно».

Тут внесли огонь - я и Тимофей восклонились от полу, а белой руки уже не видеть, только один старик остался.

Тимофей встал, взял его за обе руки и посадил на первое место. А кто он был, этот старик, может быть, вы и сами догадаетесь. Это был враг Тимофея, дядя, который всего его разорил. В кратких словах он сказал, что все у него пошло прахом, и семьи, и богатства он лишился, и ходил давно, чтобы отыскать племянника и просить у него прощения. И жаждал он этого, и боялся Тимофеева гнева, а в эту метель сбился с пути и, замерзая, чаяя смерти единой.

- Но вдруг, - говорит, - кто-то неведомый осиял меня и сказал: «Иди, согрейся на Моем месте и поешь из Моей чаши», - взял меня за обе руки, и я стал здесь, сам не знаю отколе.

А Тимофей при всех отвечал:

- Я, дядя, твоего Провожатого ведаю: это Господь, который сказал: «Аще алчет враг твой - ухлеби его, аще жаждет - напой его». Сядь у меня на первом месте - ешь, пей во славу Его и будь в доме моем во всей воле до конца жизни.

С той поры старик так и остался у Тимофея и, умирая, благословил его, а Тимофей стал навсегда мирен в сердце своем. Так научен был мужик устроить в сердце своем ясли для рожденного на земле Христа. И всякое сердце тоже может быть такими яслями, если оно исполнит заповедь: «Любите врагов ваших, благотворите обидевшим вас», - и Христос придет в сердце его, как в убранный горницу, и сотворит Себе там обитель. **Зв**

Николай Лесков



Як я можу отримати прощення гріхів від Бога?

«Тому хай буде відомо вам, мужі-браття, що через Нього (Ісуса — прим. ред.) звіщається вам прощення гріхів...» (Дії 13:38).

Що таке прощення і чому я його потребую?

Слово «прощати», згідно зі словником Ожегова, означає «не зарахувати за провину щось, забути провину, образу, звільнити від якогось зобов'язання». Коли ми засмучуємо когось, то просимо вибачення для відновлення наших стосунків. Прощення не дається з тієї причини, що хтось заслуговує його. Ніхто не заслужив прощення. Прощення — це акт любові, милосердя та благодаті. Прощення — це рішення не мати нічого проти іншої людини незалежно від того, що вона нам зробила.

У Біблії написано, що всі ми потребуємо Божого прощення і що всі згрішили. Книга Еклезіяста 7:20 говорить: «Немає людини праведної на землі, що робила б добро й не грішила». У 1 Івана 1:8 сказано: «Коли скажемо, що не маємо гріха, то самих себе обманюємо, і немає в нас правди». Будь-який гріх є актом повстання проти Бога (див. Псал. 52:4 – у давн.-євр. «куг» означає «відхилятися, відступати»; перен. «зраджувати, бути невірним»). Тому ми відчайдушно потребуємо Божого прощення. Якщо наші гріхи не будуть прощені, ми поженемо наслідки цього (див. 2 Сол. 1:9; Івана 3:36).

Як отримати прощення?

На щастя, Бог — люблячий і милосердний — бажає пробачити всі наші гріхи! Апостол Петро у своєму 2-му посланні 3:9 говорить: «Господь... довготерпеливий до нас, не бажаючи, аби хтось загинув, а щоб усі прийшли до

каяття». Бог бажає пробачити нас, тому Він дарував нам прощення.

Єдине справедливе покарання за гріх — це смерть. «Бо заплата за гріх — смерть...» (Римл. 6:23). Вічна смерть — це те, що ми заслуговуємо за наші гріхи. Але Бог, додержуючись Свого досконалого Плану спасіння, став людиною — Ісусом Христом (див. Івана 1:1, 14). Спаситель помер на хресті та прийняв на Себе наше покарання — смерть. Апостол Павло в 2-му посланні до коринтян 5:21 вчить нас, що «Того, Хто не знав гріха, Він зробив за нас гріхом, щоб ми в Ньому стали Божою праведністю». Ісус помер на хресті, Він заплатив за наш гріх! Смерть Ісуса як Бога забезпечила прощення гріхів усьому світу. «Він — примирення за наші гріхи, і не тільки за наші, а й за гріхи всього світу» (1 Івана 2:2). Ісус воскрес із мертвих і проголосив перемогу над гріхом і смертю (див. 1 Кор. 15:1-28). Слава Богу, що через смерть і воскресіння Ісуса Христа Він подарував нам життя вічне.

Чи хочете ви отримати прощення гріхів? Чи є у вас це постійне відчуття вини? Ви можете знайти прощення гріхів, якщо повірите в Ісуса Христа як свого Спасителя. У Посланні до ефесян 1:7 написано: «В Ньому маємо викуплення Його кров'ю, прощення переступів, згідно з багатством Його благодаті». Ісус заплатив наш борг, щоб ми отримали Боже прощення. Усе, що ви повинні зробити, — це попросити Бога пробачити вас через Ісуса, вірячи в те, що Він помер, щоб заплатити за ваші гріхи, — і Господь простить вас! Євангеліє від Івана

3:16, 17 містить прекрасне послання: «Бо так Бог полюбив світ, що дав Свого Єдинородного Сина, щоб кожний, хто вірить у Нього, не загинув, але мав життя вічне. Бо не послав Бог Свого Сина у світ, щоб судити світ, але щоб через Нього спасти світ».

Невже прощення — це так просто?

Так, це справді так! Ви не можете заслужити в Бога прощення. Прощення не можна купити. Ви можете отримати його тільки через віру, завдяки милості та благодаті Божій. Якщо ви хочете прийняти Ісуса Христа як свого Спасителя й отримати від Бога прощення гріхів, зверніться до Бога в молитві. Пам'ятайте: сама молитва не дає спасіння, а тільки віра в те, що Ісус Христос забезпечив прощення гріхів. Ця молитва — просто спосіб висловити те, що ви вірите в Бога і дякуєте Йому за подароване вам спасіння.

«Боже! Я знаю, що згрішив проти Тебе і заслуговую покарання. Але Ісус Христос поніс це покарання, призначене мені, щоб через віру в Нього я міг бути прощений. Я віддаю мій гріх Тобі й вірю, що Ти — моє спасіння. Дякую за Твою милість до мене і прощення! Амінь!» 



Небесний рецепт здоров'я та краси

«Любов... не задумує лихого» (1 Кор. 13:4, 5).

ВЕДУЧИ СТАТИСТИКУ ЗЛА

У кожного з нас всередині є особлива «бухгалтерська» система. В одній колонці облікової книги ми записуємо хороші випадки свого життя, в іншій — злі вчинки. З року в рік ця накопичена статистика переважає то в одну, то в іншу сторону. Домінантна сторона справляє сильний вплив на всю нашу сутність.

Я чула, що одна жінка веде маленький записник, де відводить по сторінці на кожного знайомого. Щоразу вона заносить туди щось сказане чи зроблене проти неї. А коли кількість записів досягає певного числа, вона перекреслює сторінку двома темними діагональними лініями, видаляючи таким чином людину зі списку своїх друзів!

Проте прощення робить дещо дивовижне зі списком образ того, хто прощає. Воно начисто стирає статистику зла, накопичену у внутрішній книзі обліку. У Першому посланні до коринтян 13:5 ми читаємо, що любов «не задумує лихого». Іншими словами, вона не підраховує зло.

Так легко накопичувати, вести рахунок злим вчинкам, спрямованим на нашу адресу! Ми заштовхуємо злі вчинки глибоко в себе, вкладаємо їх шар за шаром, замість того щоб пробачити і позбутися їх. Лікарі кажуть, що, роблячи так, можна

захворіти. Таке ставлення до образ роз'їдає нас зсередини, викликаючи емоційні, а іноді й фізичні недуги.

Можливо, демонструючи своє право не відмовлятися від злого, негативного, звинувачувального і образливого духу, ми відчуваємо задоволення, гордість, почуття власної гідності. Та насправді всі ми опиняємося переможеними. Емоційне та фізичне наповнення з'являється, тільки коли ми беремо духовний ластик і шляхом вибачення все стираємо.

НІЯКОЇ СТАТИСТИКИ ЗЛА!

«Будьте ж добрими одне до одного, милосердні, прощаючи одне одному, як і Бог через Христа вам простив!» (Ефес. 4:32).

Я чула чиєсь висловлювання про те, що ми відповідальні за вираз свого обличчя у віці після сорока. Розташування зморшок свідчить про певні емоції, які проявлялися упродовж багатьох років. Незважаючи на досконалу природну красу, принагідність обличчя зникає, якщо на ньому зачіалося роздратування, невдоволення і дух звинувачення. Навіть найпрекрасніші риси обличчя не зможуть компенсувати обурено зморщений рот з опущеними від роздратування куточками, звужені від підозрілості очі, які відображають статистику зла. Та найпростіші риси обличчя якимось чином оживають слайвом і красою, не випромінюючи сварливості, злості й обурення, а тільки любов.

Одна з найпрекрасніших жінок, яку мені будь-коли доводилося бачити, — це шістдесятилітня християнка, яку я зустріла на позаміській конференції. Ми вчилися прощати інших у молитві. І після однієї з таких молитов вона повідомила мені:

– Евеліно, я чесно не могла згадати нікого, кого б я не пробачила. Розумієш, протягом багатьох років я прощаю відразу ж. Ніколи нічого не маю проти інших.

Ця шістдесятилітня жінка, котра світилася від щастя, була живим прикладом того, що відбувається із зовнішністю, якщо протягом багатьох років не ведеться статистика зла.

Сучасна медицина робить акцент не просто на лікуванні наявної хвороби, але й на профілактичних факторах. Однак ця формула існує вже протягом двадцяти століть у Біблії: «Будьте ж добрими одне до одного, милосердні, прощаючи одне одному, як і Бог через Христа вам простив!» (Ефес. 4:32). У цьому тексті Бог дав нам рецепт душевного спокою, здоров'я і краси. Він простий, але дієвий. Просто спробуйте! **Зв**

Евелін КРИСТЕНСОН

Пробач — і будь здоровий



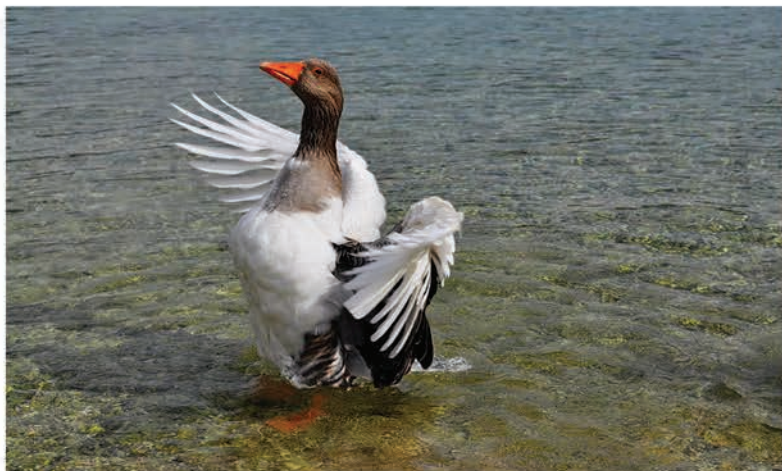
Щастя тісно пов'язане зі здоров'ям. Сьогодні багато лікарів згодні з тим, що стан розуму та душевна рівновага впливають на здоров'я людини.

Одного разу дівчина проходила курс лікування, але все виявилось безуспішним. Лікар порадив їй піти до дільничного лікаря за направленням у санаторій. Дільничний лікар дав дозвіл, але зауважив, що в кількох аналізах крові цифри не збігаються.

Було вирішено зробити контрольний аналіз. Врешті-решт стало очевидно, що показники змінилися.

— Чи відбувалося у вашому житті щось незвичайне з часу вашого останнього відвідування лікарні?
— запитав лікар дівчину.

— Так, я пробачила людину, до якої відчувала заздрість і образу, і мені стало значно легше.



Гусак. Оксана Долженко



Лебідь на ставку. Юлія Вальчук

МЕГАПІКСЕЛІ ТВОРІННЯ

oznakychasy@gmail.com



Бабка. Сергій Журавський



Ящірочка. Юрій Поліщук

Між раєм і пеклом — тут і зараз

«Пекло? Його не існує, є тільки Рай і Земля» (Бернар Вербер).

«Ти справді будеш навчати мого сина? Отакої! Боюся, що відтепер для мого шибеника почнеться пекло на Землі!»

Такими словами мій друг зустрів новину про те, що я буду викладати в старших класах школи, де навчається його син-підліток. Усмішка, що з'явилася при цьому на його обличчі, зайвий раз довела мені, що з почуттям гумору в мого давнього приятеля все гаразд.

Ця коротка розмова наштотувала мене на думку про те, наскільки часто ми асоціюємо ідею пекла зі своїм повсякденним життям. Незважаючи на те, що багато людей заперечують наявність останнього або вважають, що потрапити туди можна тільки після смерті, це не заважає їм час від часу проводити паралелі між пеклом і своїм життям. Згадайте, скільки в нашій мові існує різних фразеологізмів та ідіом на тему раю і пекла. Ось лише деякі з них: «райське місце»; «цей шлюб був укладений на небесах»; «це стане можливим, лише коли замерзне пекло»; «дорога в пекло відхиляється від дороги в рай спочатку лише на один міліметр», «мені довелося пройти через пекло» і т. ін.

Таким чином, наше з вами повсякденне спілкування включає в себе релігійну термінологію. Здається, це закладено в кожній людині на рівні підсвідомості. Що б не означав цей феномен, однозначно можна говорити про те, що концепція раю і пекла більшою чи меншою мірою впливає на життя кожної людини.

Живучи «загробним життям»

.....
Слід зазначити, що в нашому підсвідомому прагненні до того,

щоб привнести частку «життя після смерті» в повсякденне життя, є певне раціональне зерно. У Біблії чітко сказано про те, що вибір, який ми робимо сьогодні, здатний визначити вічну долю кожного з нас. Святе Письмо повідомляє, що якщо ми з готовністю відгукуємося на виявлену Богом любов, то будемо ставати все більш схожими на її Джерело і це відобразиться на наших учинках: «Любов стала в нас досконалою, щоб ми мали сміливість у день суду, бо як Він, так і ми є в цьому світі» (1 Івана 4:17).

І навпаки, чим більше ми віддаляємося від Бога, тим менше стаємо схожими на Нього. Зважаючи на це, можна сказати, що рай і пекло «маячать на горизонті» життя кожного з нас уже сьогодні (щоб дізнатися, що слід розуміти під «пеклом», дивіться примітку в кінці статті).

Опинитися в пеклі не є раптовим, несподіваним покаранням для нечестивців. Навпаки, це результат заданого ними самими напрямку життєвого вектора. Це лише кінцевий пункт призначення, до якого вони так відчайдушно прагнули шляхом прийняття відповідних рішень.

Докази, що свідчать про наш вибір на користь раю чи пекла, є досить очевидними. Коли хтось претендує на право називатися християнином, апостол Павло радить спочатку звернути увагу на життя цієї людини, а саме на те, який духовний «плід» вона приносить, і вже після цього робити висновок про щирість таких заяв. «Плід же Духа – любов, радість, мир, довго-

терпіння, ласкавість, доброта, віра, лагідність, стриманість...» (Гал. 5:22, 23). Таким чином, нам слід чесно відповісти на запитання: «Чи прагну я у своєму житті принести плоди благочестя, чи є ці якості тими цінностями, за якими давно вже зну́дгувалося моє серце?»

.....

Наша планета перебуває в центрі вселенського конфлікту між добром і злом. Це боротьба між такими ключовими поняттями, як любов і пристрать, альтруїзм і егоїзм. Царство Боже — це місце, у якому любов є основоположним принципом. Небеса існують згідно з Божим Законом, який відображає люблячий характер Творця.

.....

Павло підтверджує цю думку: «Любов не чинить ближньому зла; тож любов — це виконання Закону» (Римл. 13:10). Прагнучи проявляти в стосунках з іншими любов, ви тим самим вчитеся силою Христа жити і поводитися згідно з покликанням громадянина Царства Небесного.

На противагу цьому пекло є місцем, у якому панує неспокій. І це логічно, адже егоїзм і потурання власним гріховним нахилам приносять тільки сум'яття і відсутність миру. Одна з книг Біблії, Об'явлення, попереджає нас, що ті, хто відкидає Божу любов і милість, зрештою неминуче потраплять у пекло, де «не мають спокою

ні вдень, ні вночі» (Об'явл. 14:11) (*дивіться примітку в кінці статті).

Водночас неспокійний стан спіткає грішників задовго до того, як вони потраплять у пекло. Воно супроводжує їх усе життя. Пророк Ісаїя двічі підтверджує думку про те, що «для безбожних спокою немає...» (Ісаї 57:21; див. також 48:22). У 57-му розділі Господь протиставляє почуття душевного умиротворення, що супроводжує тих, хто слідує за Ним, і стан тих, що йдуть шляхом спротиву Богові: «Несправедливі — як море розбурхане, коли бути спокійним не може воно, і коли води його багно й мул викидають» (вірш 20). Натхненний Богом пророк зауважує стан занепокоєння в тих, хто продовжує чинити гріх, задовго до того як смерть поставить крапку в їхньому житті.

У Біблії йдеться про душевний неспокій, відсутність упевненості в завтрашньому дні. Таким чином, згідно з біблійною концепцією, пекло являє собою душевний стан, який усе більше і більше поглинає людину, коли вона віддаляється від Бога.

Бог уже давним-давно вирішив усе за нас?

.....

Деякі християни вважають, що Бог за допомогою якоїсь неймовірної космічної лотереї вже визначив тих, хто потрапить у рай, а хто в пекло. Відповідно, ми проживемо наше життя саме так, як було заздалегідь визначено. Швейцарський реформатор Жан Кальвін описав це такими словами: «Люди народжуються з нерівними можливостями. Тоді як одні визначені наперед для того, щоб жити вічно, а долею інших мають стати вічні муки».

При поверховому розгляді ця ідея співзвучна з нашим життям. Хіба апостол Павло не стверджував, що «проданий гріхові» (Римл. 7:14)? Навпаки, він публічно зізнався: «Адже я не розумію, що чиню: роблю не те, що хочу, а те, що ненавиджу» (Римл. 7:15). Досвід Павла є також і моїм досвідом.

Скільки я терпів поразок у боротьбі за те, щоб чинити добре... Чи означає це, що ми були визначені наперед чинити погано і пекло є кінцевим пунктом призначення нашого життєвого шляху?

Та перш ніж робити такі висновки, нам слід поглянути на життя апостола Павла пильніше. Нам не слід забувати про те, що навіть якщо він був призначений наперед до вічної загибелі, його життя не було «прожите у відриві від Бога». Про це свідчить те, що в житті цієї людини були присутні духовні плоди: любов, радість, мир і т. д. (див. Гал. 5:22, 23). Цікаво, що незадовго до смерті Павло промовив: «Я звершив добрий подвиг, закінчив свій біг, зберіг віру. А тепер приготовлено мені вінець праведності, який того дня дасть мені Господь, справедливий Суддя; і не тільки мені, а й усім, що полюбили Його прихід» (2 Тим. 4:7, 8). Також і в апостола Петра не виникало сумнівів щодо справедливості Бога, Його любові й того, що Господь «довготерпеливий, не бажаючи, аби хтось загинув, а щоб усі прийшли до каття» (2 Петра 3:9). Іншими словами, щирим бажанням Бога є наш життєвий вибір на Його користь. З погляду Бога, пекла може уникнути

кожен. «Як живий Я, – говорить Господь Бог, – не прагну смерті несправедливого, а тільки щоб вернути несправедливого з дороги його і буде він живити!» (Єзек. 33:11).

Зрештою, на завершальному етапі історії людства залишаться лише дві групи людей: ті, що обрали шлях покори Божим заповідям, і ті, що назавжди відкинули Його. Якби в людини не було права вибору, то можна було б звинуватити Господа в тому, що Він винен у тому, що долею людини стало вічне забуття. Проте не буде жодної людини, яка хотіла б краще пізнати Бога і слідувати за Ним, але не змогла б цього зробити. Звертаючись до людства зі сторінок Святого Письма, Господь каже: «І будете шукати Мене, і знайдете, коли шукатимете Мене всім своїм серцем» (Єрем. 29:13).

Не може бути нейтралітету

Розмірковуючи про те, що рай і пекло є результатом усвідомленого вибору, зробленого кожною людиною, у деяких може скластися враження, що наша Земля схожа на якесь роздоріжжя, на якому ми повинні кожної миті життя приймати рішення щодо свого життєвого напрямку. Якоюсь мірою це правильно: поки людина живе, вона може вибрати інший шлях. Однак проблема лежить значно глибше, адже правда полягає в тому, що, згрішивши, людство вже стало на шлях спротиву своєму Творцеві. Бог закликає нас до покаяння, а це вже свідчить про те, що спочатку

кожна людина перебуває у во-
рожнечі з Богом.

Мені здається, що заключний пе-
ріод земної історії життя на нашій
планеті буде мало чим відрізняти-
ся від пекла. Говорячи про ознаки
Другого приходу, Христос сказав:
«Повстане народ проти народу
і царство проти царства; і будуть
місцями великі землетруси, голод,
пошесті, й жахливі події, і будуть
великі ознаки з неба» (Луки 21:10,
11). Люди, які продовжують чини-
ти гріхи, матимуть можливість по-
бачити «пекло на землі».

Таким чином, ми з вами втяг-
нені в глобальний конфлікт між
Богом і сатаною, між спокоєм і
тривогою. Тільки у вічності кожен
з нас зможе повною мірою усві-
домити, наскільки доленосними
були прийняті нами рішення. За-
раз від нашого розуміння багато
чого приховано. «Тепер бачимо,
як у дзеркалі, неясно; тоді ж – об-
личчям до обличчя. Тепер знаю
частково, а тоді пізнаю так, як і
сам був пізнаний» (1 Кор. 13:12).

Правда полягає в тому, що ко-
жен з нас у цей момент впевнено
рухається по шляху, питання лише
в тому, куди веде цей шлях — до
раю чи до пекла.

У нас із вами є надійний орієн-
тир — це духовний плід. З огляду
на нього, ми можемо зрозуміти:
чи йдемо ми шляхом, незмінни-
ми супутниками якого є неспокій
і душевна порожнеча, чи ж радіс-
но і з надією крокуємо по стежці,
яка одного разу приведе нас до
чудових небесних осель. Чи мо-
жемо ми, як натхненний псалмист,

вигукнути: «Скуштуйте й побачте,
який добрий Господь, блаженна
людина, що надію на Нього кла-
де!»? (Псал. 34:9).

***Чи вічно палає пекельне полум'я?**

*Щодо тих, хто відкидає Бога,
Біблія повідомляє: «І дим їхніх мук
підіймається на віки віків. І не ма-
ють спокою ні вдень, ні вночі, – ті,
що поклоняються звірові та його
образові, або коли хто приймає
знак його імені!» (Об'явл. 14:11).*

Якщо вирвати цей текст із за-
гального біблійного контексту,
то стає очевидним, чому багато
людей вірять у реальність існу-
вання пекла як місця, де грішники,
які відмовилися прийняти викуп-
ну жертву Христа заради їхнього
спасіння, будуть мучитися цілу
вічність.

Та Біблія вчить нас, що коли
боротьба між Богом і сатаною
завершиться й зацарює правда,
вогонь зійде з неба й пожере са-
тану і всіх його поплічників (див.
Об'явл. 20:9). Більше того, смерть
і ад будуть вкинені у вогняне озе-
ро (вірш 14), після чого ми з вами
отримаємо можливість жити на
новій мирній землі, на якій буде
мешкати правда (див. 2 Петра
3:13).

Зверніть увагу на слово «поже-
ре». Як може щось існувати вічно,
якщо воно буде поглинене, припи-
нить своє існування, адже саме це
означає слово «пожертви»?

Аналогічно, і ті, хто вирішить
відкинути жертву Ісуса Христа
і всяку надію на спасіння, оста-

точно загинуть. Замість того щоб терпіти вічні муки в пеклі, вони просто припинять існування. Погодьтеся, що з боку Бога було б несправедливо піддавати вічним стражданням грішника, який творив беззаконня хай навіть усе своє життя (70-80 років), але порівняно з вічністю — це ніщо. Для людини, яка любить гріх і не уявляє собі іншого життя, вічне перебування серед безгрішних істот було б справжніми тортурями. Вибір зроблено. Тому винесений безбожникам вирок, який полягає у тому, що їхнє існування навічно припиниться, є справедливим.

.....

Таким чином, на підставі інформації, що міститься в Біблії стосовно того, що відбувається з людиною після смерті, а також даних про заключні події земної історії можна зробити висновок: пекло — це життя без Бога, яке одного разу закінчиться вічним забуттям.

.....



Метью ЛЮЧІО (Signs of Times, США)

A close-up photograph of a silver claw hammer with a wooden handle, lying on a light-colored wooden plank. Several silver nails are scattered around the hammer, some pointing towards it and others away. The lighting is soft, creating gentle shadows.

У чому сенс життя?

Уявіть собі молоток. Він призначений для забивання цвяхів. А тепер уявіть, що молоток ніколи не використовується. Він просто лежить собі в ящику для інструментів.

Ще раз уявіть собі той самий молоток, тільки з розвиненою самосвідомістю. Дні минають одним за одним, а він так і спочиває в ящику без діла. Йому якось ніяково від цього, чогось бракує в його житті, але він не знає, чого саме.

І ось одного разу хтось витягує його з ящика, щоб наламати гілок для каміна. Молоток у нестямі від радості. Його тримають, ним працюють, але в кінці дня він усе ще відчуває себе незадоволеним. Бити по гілках було добре, але цього недостатньо для почуття повноти.

У наступні дні його використовують значно частіше. За допомогою нього зібрали шафу для посуду, забили на місце ніжку від кухонного столу, розламали старі книжкові полиці. І знову він не повністю задоволений. Він хоче, щоб його використовували по максимуму. Молоток розуміє, що всього того, що він робив досі, просто недостатньо для відчуття повноти життя. Крім того, він вірить, що існує рішення його проблеми порожнечі та незадоволеності.

І ось одного разу хтось використав його для забивання цвяха. Немов світло запалилося в темряві для молотка. Тепер він нарешті зрозумів, для чого він був створений. Він призначений для забивання цвяхів. Усі інші враження від робіт, у яких його використовували, просто тьмяніють порівняно з досвідом забивання цвяхів. Тепер він знає, що шукав усе своє життя.

Ми створені за образом Божим і для взаємин з Ним. Тільки стосунки з Господом можуть задовольнити всі потреби нашої душі. Ми можемо отримати багатий життєвий досвід, але поки не пізнаємо Бога, ми ніколи так і не вдаримо по цвяху. Ми можемо зробити багато всіляких добрих і благородних вчинків, але жоден з них не є вчинком, для якого ми були створені. Августин одного разу сказав: «Ти [Боже] створив нас для Себе, і неспокійне серце наше, поки не заспокоїться в Тобі».

Взаємини з Богом – це єдине, що заспокоїть нудьгу нашої душі. Ісус Христос сказав: «Я хліб життя! Хто приходить до Мене – не буде голодувати, і хто вірить у Мене, – ніколи не буде спраглим» (Івана 6:35). Поки не прийдемо до Бога, ми ніколи не зможемо вгамувати свій душевний голод і свою спрагу повністю. Ми, як цей молоток, не розуміємо, що може забрати з життя порожнечу і незадоволеність. Навіть перебуваючи у фашистському концтаборі, Корі Тен Бум знаходила спокій і задоволення в Богові: «Основою нашого щастя було усвідомлення того, що ми знали Христа, наше життя було захищене в Ньому, у Богові. Ми могли мати віру в Божу любов... нашу Склею, яка міцніша і сильніша за будь-яку п'янку».

Якщо ми живемо без Бога, то намагаємося знайти задоволення в чомусь іншому, але ніколи не відчуваємо наповнення, тому що цього «іншого» ніколи не буває достатньо.

Наше найпотаємніше бажання – прагнення до пізнання Бога, до взаємин з трансцендентною Особистістю. Чому? Тому що для цього ми і були створені. **ЗВ**

А ви вже ударили по цвяху?



К чему копить ничтожные обиды,
Им не давать исчезнуть без следа,
Их помнить, не показывая виду
И даже улыбаясь иногда?

Они мелки, но путь их страшно долог,
И с ними лучший праздник нехорош.
Они - как злой блуждающий осколок:
Болит внутри, а где - не разберешь.

Вот почему я их сметаю на пол,
Пускай не все, но большую их часть.
Осколок только кожу оцарапал,
А мог бы в сердце самое попасть.

Константин Ваншенкин, 1954 г.



ДИЗАЙН: БАБКА.

Дивовижна ідея для створення
гелікоптера

Багато комах наділені здібностями, що перевершують можливості птахів. Система польоту бабки є чудом дизайну. Ведучий конструктор гелікоптерів Сікорський проектував один зі своїх гелікоптерів, взявши за зразок бабку. ►





Політ

Бабки є хорошими літунами завдяки дуже складному механізму польоту. Їхнє тіло схоже на гвинтову структуру, загорнуту в метал. Два крила хрестоподібно розташовані на тілі, яке має найрізноманітніше забарвлення. Така структура дозволяє бабці прекрасно маневрувати.

Незалежно від напрямку і швидкості польоту, бабка може зупинитися в будь-яку секунду і продовжити свій політ у протилежному напрямку. Під час полювання вона зависає в повітрі й у такому положенні досить швидко пересувається до здобичі. Бабка розганяється до 40 км/год, таку саму швидкість розвиває атлет, який біжить стометрівку на Олім-



піаді. На такій швидкості вона зіштовхується зі здобиччю. Сила удару дуже висока, проте її міцний і еластичний панцир пом'якшує його дію, чого не можна сказати про здобич, яка падає «неприємною» від такого зіткнення.

Вистежуючи інших комах, бабки використовують маневрування, що дозволяє їм здаватися нерухомими для об'єктів переслідування. Складні очі бабки прекрасно вловлюють найменший рух іншої комах. Властивість здаватися нерухомим дуже корисна для непомітного підкрадання або для вислизання від хижака. У журналі New Scientist сказано: «Бабки рятуються від своїх ворогів за допомогою складних маневрів, про які військові льотчики можуть тільки мріяти... Це вимагає загострених почуттів і повного контролю над позиціонуванням під час польоту, людям складно цього досягти без дорогих і громіздких вимірювальних приладів».



Крила

Однією з найважливіших частин тіла бабки є її крила. Аеродинамічна мембрана крил і кожна пора на мембрані є результатом Розумного Задуму. Бабка має дві пари крил, які розташовані хрестоподібно. Вони працюють асинхронно, тобто поки два передніх крила піднімаються, задня пара опускається. Крила управляються двома протилежними групами м'язів, прикріпленими до важелів усередині тіла. Поки одна група м'язів тягне вгору пару крил, інша група відкриває іншу пару рефлексом. Це дозволяє бабці зависати, рухатися назад або швидко змінювати напрямок. Передня і задня пари крил махають з різним ритмом, що забезпечує комасі

прекрасну техніку польоту. Вертольоти літають і опускаються за допомогою схожої технології.

Еволюція не в змозі пояснити походження такого механізму польоту. Припустимо, у комах, що пересуваються по землі, відбулися мутації, і частина шкіри на тілі змінилася. Безпідставно вважати, що подальші мутації могли «випадково» додаватися, щоб утворити крило. Вони не принесли б жодної користі, а тільки знизили б мобільність комах. Через не вигідне становище природний відбір привів би до вимирання цієї неповноцінної комах. Саме тому мутації просто не можуть спричинити формування літального механізму.

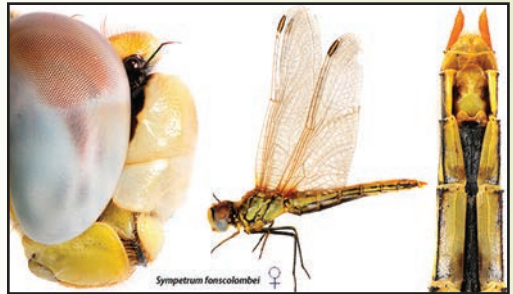


Очі бабки

Око бабки має найбільш складну та ефективну структуру серед усіх комах. Вдале розташування двох напівсферичних очей, що займають половину голови, сприяє досить широкому полю зору комах. Кожне око складається приблизно з 30 000 різних лінз.

Око бабки працює за принципом аппозиції (приєднання). Кожна з маленьких фасеток, або лінз, є окремим світлочутливим елементом. Мозок забезпечує зображення за допомогою об'єднання інформації, що надходить від сенсорних елементів кожної маленької лінзи. Кожна фасетка має власний сенсор для уловлювання світла від специфічних кутових сегментів картинки.

Кожен маленький сенсор ока має лінзу і трубку, щоб уловлювати частини цілого зображення. Усе відбувається в діаметрі товщиною з людську волосину. Сигнали з кожної фасетки потім передаються в мозок. Для мозку це вельми складний підхід для отримання



зображення, але однією з переваг є можливість визначення руху в межах маленької частини картини, використовуючи менше часу, ніж необхідно для обробки повного зображення.

Метаморфози бабки

Після запліднення самки бабки відкладають дозрілі яйця на міліні озер або інших водойм. Вилупившись із яйця, личинка живе і харчується у воді протягом 3-4 років. Для цього в неї є тіло, здатне досить швидко плавати, щоб ловити дрібну рибку. У міру зростання личинки її шкіра натягується. Личинка скидає свою шкіру 4 рази. Перед останнім (п'ятим) скиданням вона виходить з води і підіймається на рослину або камінь. За допомо- ▶



гою спеціальних гачків на кінчиках її лапок личинка закріплюється на поверхні (один промах — і падіння означає для неї неминучу смерть). Ця остання стадія відрізняється від попередніх тим, що личинка перетворюється на літаючу істоту.

Спочатку тріскається задня частина її шкіри, утворюючи відкрити щілину, через яку виходить нова комаха. Цей надзвичайно крихкий організм захищений натягнутими зв'язками, залишеними від попередньої істоти. Ці зв'язки прозорі й еластичні, а інакше вони б ламалися і не утримували личинку, що призвело б до її загибелі.

Бабка має ряд механізмів, які допомагають їй скинути шкіру, — це насосна система і спеціальна рідина. Її тіло стискається всередині старої оболонки і стає зморшкуватим. Ці зморщені частини тіла роздуваються після її виходу через щілину за допомогою закачування рідини. Тим часом розчинні речовини руйнують зв'язки, не пошкоджуючи при цьому нового тіла. Якби одна лапка застрягла в старому тілі, це призвело б до загибелі бабки. Лапки потім підсихають і тверднуть за 20 хвилин.

Крила повністю сформовані, але знаходяться в згорнутому стані. За допомогою різких скорочень тіла рідина закачується в тканини крил, після чого вони випрямляються і висихають. Випробувавши всі лапки та крила, комаха набуває призначеної для польоту форми. Важко повірити, що цей досконалий літаючий механізм і є тією схожою на гусеницю істотою, яка вийшла з води.

Досліджуючи те, як відбуваються всі ці чудеса, ми знову стикаємося з неспроможністю еволюції, оскільки теорія наполягає на появі видів у результаті низки послідовних випадковостей. Метаморфоза — складний процес, що відбувається так, щоб на жодному з етапів не сталося найменшої помилки, яка зробила б перетворення неповним і призвела б до пошкодження або загибелі бабки. Метаморфоза, як складний процес, свідчить про ознаки творіння.

Літопис скам'янілостей: створив Бог їх за родом їх

Слово Боже говорить, що Господь спочатку створив усі живі форми окремими видами для розмноження «за родом їх». Еволюція ж вчить, що одні види походили з інших (наприклад, ссавці з рептилій) і що всі вони мають спільного предка.

На чітку користь свідчать скам'янілості? На користь Слова Божого! Крім відсутності перехідних форм, величезних розривів між групами тварин і їхньою різкою появою, літопис сповнений прикладів живих копалин. Немає різниці між скам'янілостями найдавнішої бабки і бабками, які живуть сьогодні. Немає останків комахи, які були б наполовину бабкою або «бабкою з крилами, що з'являються».

Скільки б часу не минуло між скам'янілостями і сучасними бабками, постійно існувала їхня незмінна популяція.

Живі копалини свідчать про відсутність макроеволюції. Бабка спочатку була створена Богом, а не еволюцією.

Висновок

Те, чого не можуть домогтися найвинахідливіші інженери за допомогою громіздких систем, Творець бабок реалізував у крихітному мозку.

«Адже те, що можна знати про Бога, відоме: бо Бог їм відкрив. Тож Його невидиме від створення світу через творіння стає зрозумілим, – Його вічна сила і Божественність. Так що нема їм виправдання» (Римл. 1:19, 20). ЗВ

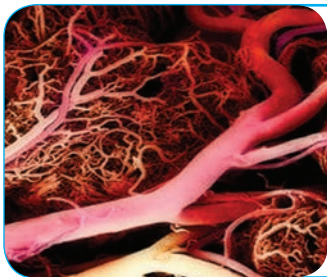
Розумний задум, №1, 2006



Цікаві факти про людину

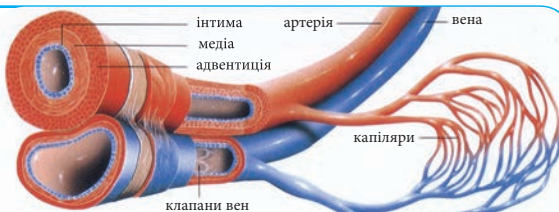
Людина — дивовижне створіння. Кожна клітинка нашого тіла — це частинка Всесвіту. Але чи так добре ми себе знаємо?

Вентиляція легенів (кількість вдихів, помножена на об'єм вдихуваного повітря) у здорової людини досягає 5-9 літрів за хвилину.



У тілі людини налічується 100-160 мільярдів капілярів. Якби можна було витягнути їх в одну лінію, то її довжина становила б 60-80 тисяч кілометрів, а це вдвічі більше за довжину земного екватора.

Крупні артерії людини можуть витримувати тиск до 20 атмосфер.

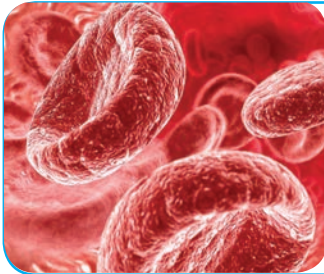


Стінки кровоносних судин складаються з трьох шарів. Особливо важливу функцію виконують ці шари артерії.



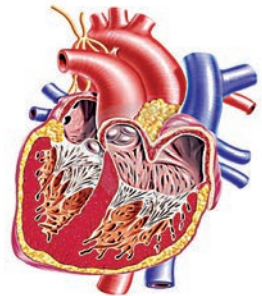
За твердістю зубну емаль можна порівняти з кварцом. Відомо, що навіть вістря шаблі при ударі об емаль затупляється.

У клітинах головного мозку людини міститься 80 % води, у м'язах — 76 %, у кістках — близько 25 %.



Якщо рахувати еритроцити людини зі швидкістю 100 штук за хвилину, то для того, щоб перерахувати їх усі, знадобиться 450 тисяч років.

Маса серця складає 1/200 маси тіла, проте на харчування серця витрачається 1/20 всіх енергетичних ресурсів організму. Обмін речовин у серцевому м'язі відбувається в 10-20 разів інтенсивніше, ніж у будь-якому іншому органі людини.



Джон МЕЙСОН 



Дивіться на телеканалі «Надія»



■ Науково-популярні та філософські ідеї в контексті Біблії

■ Методика Кліффа Гольдштейна заснована на детальному і неординарному дослідженні життєвих питань, вона відкриває замки найбільш важкодоступних істин, якими він готовий поділитися!

В ГОСТЯХ У КЛІФФА ГОЛЬДШТЕЙНА

П'ЯТНИЦЯ

21:00

НЕДІЛЯ

18:30



0 (800) 50 157 80 +380 93 50 157 80 +380 66 707 000 5 +380 98 707 000 5

Шукайте ТК «Надія» в кабельних мережах і на супутнику Astra 4A: 5° сх.д., 12 284 V, SR 27.500, FEC 3/4

ВИБІР ЗА ВАМИ

ПРЕКРАСНИЙ
ПОДАРУНОК...

...СОБІ

***Не отвечайте злом на зло, оно без пищи распадется...
Лекарство в мире есть одно... Оно ПРОЩЕНИЕМ зовется.***

Прощення — це готовність, бажання й рішення попрощатися зі своєю образою. Пробачити — не означає робити вигляд, що нічого не сталося; не означає «зам'яти», проігнорувати, загасити проблему. Пробачити — не означає погодитися, що ви заслужено відчуваєте біль і терпите погане до себе ставлення. Прощення зовсім не передбачає факт того, що ви виправдовуєте дії кривдника. Воно жодним чином не свідчить, що ви потураєте комусь, а також не звільняє кривдника від відповідальності за свій учинок.

І нарешті, прощення — це ще не зцілення від болю, але перший і дуже важливий крок на шляху до нього.

У літературі з психології розглядається два різних типи прощення – «вольове» та «емоційне».

Вольове прощення можна охарактеризувати як низку практичних дій, спрямованих на те, щоб змінити своє ставлення до людини, котра вас образила.

Емоційне прощення передбачає усвідомлене витіснення з пам'яті негативних емоцій, пов'язаних з образою. Саме емоційне прощення визначає наш фізичний стан.

Говорячи «Я прощаю тебе», ви тим самим заявляєте: «Я хочу бути здоровим». Річ у тім, що людський мозок сприймає й накопичує інформацію, яку отримує протягом усього життя. У результаті ми набуваємо життєво необхідний нам досвід. У мозку створюються нейронні зв'язки, і людина починає діяти автоматично. Але в разі образи, ненависті й інших негативних емоцій деякі зв'язки руйнуються практично безповоротно. Пережитий негативний досвід записується мозком, і чим частіше людина активізує спогади, тим стійкіше утворюється зв'язок. Чим сильніший цей зв'язок, тим мозок більш схильний сприймати навколишнє життя і світ у найбільш негативних фарбах, що у свою чергу спричиняє цілий «букет» захворювань.

Прощення і його вплив на ваше здоров'я

До цього часу опубліковано понад 1200 результатів досліджень, спрямованих на встановлення взаємозв'язку між прощенням і загальним станом людини. Ці дані переконливо свідчать на користь того, що завзяте небажання прощати загрожує низкою згубних наслідків, а саме:

- Зниження рівня стресостійкості, на тлі якого зростає ризик розвитку м'язової ригідності (пониження м'язового тонусу).
- Погіршення функціонування імунної системи.
- Часте підвищення артеріального тиску та прискорення серцебиття.
- Погіршення пам'яті.
- Підвищення рівня гормонів стресу (адреналін і кортизол).
- Підвищений ризик розвитку депресивного стану, захворювань серцево-судинної системи, виникнення онкологічних хвороб.
- Погіршення взаємин з членами сім'ї та в колективі.

На противагу цьому, під час цих самих досліджень були виявлені позитивні наслідки, до яких призводить прощення. Серед них особливо хочеться відзначити такі:

- Покращення психологічного, фізичного та емоційного стану.
- Зниження почуття тривожності, ворожості щодо зовнішнього середовища.
- Зниження рівня артеріального тиску.
- Зникнення ознак депресії.
- Зниження ризику виникнення алкогольної та наркотичної залежності.
- Можливість відновлення душевної рівноваги та внутрішньої гармонії.

ВИБІР ЗА ВАМИ

Безумовно, іноді нам наносять глибокі психологічні рани, які дуже непросто викреслити з пам'яті.

Однак спробуйте поглянути на ситуацію під іншим кутом. Зрештою, людина, яка вирішила пробачити, і людина, яка вирішила не прощати, можуть відчувати однаково сильну образу. Проте одна шукає зцілення, а інша ятрить свої рани, вирішуючи, зрештою, що вони невиліковні, понуро несе тягар образи і животіє.

Тож чи не краще вибрати перший варіант? Уявіть, що прощення — це подарунок, який ви підносите самі собі, адже психічні ресурси, які ви витрачаєте на гнів та інші деструктивні емоції, могли б бути використані вами більш конструктивно.

Пам'ятайте, що за правильними рішеннями повинні йти правильні вчинки. Помолитися за людину, яка вас образила, сказати їй добре слово, добре ставитися до неї в ситуації, коли вона цього абсолютно не заслуговує — усе це можна назвати кроками віри. Та ці кроки поволі підводять нас до моменту, коли морок образи розсіюється в променях щирого прощення.

Прощення — це особистий вибір кожного, чудовий подарунок, який ми в змозі собі зробити... 3в

Арлен ТЕЙЛОР





mafusal
християнський веб-стор

mafusal.com

(095) 344 21 15
(044) 361 969 1

info@mafusal.com

Дорогі читачі!

Ми дуже вдячні вам за те, що ви протягом минулого року надсилали свої чудові фото до нашої рубрики «Мегапікселі творіння».

Ми щиро радіємо вашій увазі та старанності. Продовжуйте ділитися своїми роботами. Найкращі фотографії публікуватимуться на центральному развороті у кожному номері. Велике прохання більш уважно ставитися до технічних вимог – це значно пришвидшить процес роботи дизайнера.

Побільше вдалих кадрів та приємних моментів вам!

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ!

Вимоги до фото:

- при 300 dpi – розмір фото не менше 10 см;
- при 72 dpi – фото не менше 50 см;
- формат – tif, jpg;
- модель, бажано, СМУК.

Фото мають бути чіткими, у фокусі. Без позначки дати у кутку.

Надсилати за адресою:

oznakychasy@gmail.com,

у темі вказувати «Мегапікселі творіння».

**З нетерпінням чекаємо
ваших робіт!**



Якщо під час прочитання матеріалів номеру у вас виникли якісь запитання — звертайтеся до нас за адресою: oznakychasy@gmail.com, і ми спробуємо повно і чітко відповісти вам, задіявши також професіоналів сфери богослів'я, сімейних стосунків та психології.