

Знаменія Ознаки часу **времєни**

№ 2 (91) 2015

Іскри, що летять угору с. 4

Тільки вірою можна піднятися над негараздами життя! Тільки вірою можна радіти, коли для цього найменше підстав!

Девиз нашого времєни с. 15

Первая помощь при остром отравлении новостями с. 19

Точка невозврата с. 44

Усталость – это рассеянная секретарша, которая «поможет» потерять то ценное, над чем мы долгое время трудились, продвигаясь к цели.

Дорогие читатели, мы рады снова встретиться с вами на страничках «Знамений»!

Прошлый номер был посвящен борьбе с трудностями. Все-таки живем в непростое время, и сегодня, как никогда, каждому нужна надежда и точка опоры. Несколько месяцев назад я сама попала в тяжелую ситуацию. В марте, вернувшись домой вечером, я оказалась в перевернутой вверх дном квартире без техники и сбережений. Встречала меня на грудах грубо выброшенных из шкафов вещей только живая и невредимая, хотя и очень напуганная, кошка. Потрясение было настолько сильным, что я прижимала ее к груди дрожащими руками, молилась и звонила родителям, не зная, куда идти или обратиться, так как живу одна. Благо, милиция во дворе, что несколько не смутило воров. Прибывшие стражи порядка поискали отпечатки пальцев, сделали снимки, вызвали понятых, пошутили... Все было похоже на один большой кошмар. Лишь после ухода бригады я обессиленно опустилась на пол посреди разбросанных и затоптанных вещей, на глаза навернулись слезы, но плакать не получалось. Какое-то странное спокойствие окутало меня с ног до головы, и вместо обиды и злости на обидчиков была только благодарность – что не вернулась раньше, иначе могла быть убита преступниками, что осталась в живых кошка, что не украли ничего из документов. Жалела только о ноутбуке и фотоаппарате, ведь они нужны для работы и с ними пропала огромная часть материалов. В этот момент мой взгляд мельком упал на шкаф, и я увидела в нем уголок сумки. В ней лежал мой старый компьютер, который хоть и требовал ремонта, но еще был вполне пригоден. Как воры его не заметили, не знаю и благодарю Господа за такой подарок. Мы много молились с родителями, я перечитывала статьи и стихи из Библии, которые помогли справиться со страхом и горечью потери. Но самым трогательным моментом стало то, как отнеслись к происшедшему коллеги – они собрали для меня довольно крупную сумму, которая помогла дожить до конца месяца. Когда я увидела тот конверт на столе, мое сердце наполнилось теплом и благодарностью Богу и замечательным отзывчивым людям, с которыми мы бок о бок трудимся.

Ни одна вещь из утерянных до сих пор не найдена, но я отдала это в руки Божьи. На все Его воля, и Он знает, что и как лучше для нас. Надеюсь и молюсь лишь о том, чтобы воры остановились и я была их последней «жертвой».

Были ли у вас такие сложные ситуации или возможно кто-то и сейчас переживает непростое время в своей жизни? А может быть, Господь уже совершил в вашей жизни чудо? Присылайте свои опыты на ***oznakchasy@gmail.com***, наиболее яркие и обнадеживающие мы обязательно напечатаем! Ведь каждому нужно видеть и знать, что он не одинок. Об этом и многом другом вы сможете прочесть в этом номере.

Мира, добра и Божьего присутствия в вашей жизни!

С уважением, ответственный редактор
Мария Бадардинова.

2 Слово редактора

4 Искри, що летять угору

Тільки вірою можна піднятися над негараздами життя! Тільки вірою можна радіти, коли для цього найменше підстав!

8 Чому все так?

11 А ведь так хочется, чтобы это не было сказкой...

15 Девиз нашего времени

17 Хочу бути телевізором

19 Первая помощь при остром отравлении новостями

22 Знаете ли вы, что...

- чем заняты счастливые люди;
- як сміх впливає на наш організм;
- интересные факты о теле человека.

27 Кофеин: стоит ли игра свеч?

33 Ви не вірите в Бога?

37 Нічого дивовижного ніколи не відбувається

42 Перспектива

44 Точка невозврата
Усталость – это рассеянная секретарша, которая «поможет» потерять то ценное, над чем мы долгое время трудились, продвигаясь к цели.

**Ответственный за выпуск
директор издательства:**
Василий Джулай

Главный редактор:
Лариса Качмар

Ответственный редактор:
Мария Бадардинова

Редакционная коллегия:
В. В. Алексеенко
Л. Т. Волощук
С. В. Носов

Корректур:
Елена Мехоношина,
Анна Борисовская,
Людмила Шаповал

Дизайн и верстка:
Мария Бадардинова
Фотографии:
ru.depositphotos.com

Иллюстрации:
Мария Бадардинова

Ответственная за печать:
Тамара Грицюк

Регистрационное свидетельство № 51 КВ от 10 сентября 1993 г.
Формат 60х84 1/8.
Бумага мелованная.
Офсетная печать.
Усл. печ. л. 5.
Тираж 2300 экз.

Адрес редакции:
04071, г. Киев,
ул. Лукьяновская, 9/10-а
Тел.: 428-84-38

© 2013, журнал
«Знамения времени»

Редакция оставляет за собой право печатать материалы в дискуссионном порядке, не разделяя взглядов автора, а также редактировать и сокращать тексты. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Объявления, реклама и письма читателей печатаются на языке оригинала. Переписка ведется только на страницах газеты. Ответственность за содержание статей несет автор.

Іскри, що летять вгору

Ви коли-небудь сиділи пізно ввечері поряд з близькою вам людиною біля вогнища? Якщо ви з тих людей, які люблять стежити за язиками полум'я, то не могли не помітити чогось надприродно-таємничого в малесеньких іскорках, які, долаючи земне тяжіння, рвуться вгору й розчиняються в нічному небі.

Я сиджу біля багаття й мимоволі згадую одну біблійну історію. Уявляю, як крізь язики полум'я три поважні мужі простягають свої руки ближче до вогню, аби зігрітися. На їхніх обличчях простежуються сліди глибокої скорботи й болю. Голови посипані попелом. Вони не розтуляють своїх вуст. Вони втомилися плакати. Ці троє — великі мудреці, але їхній розум не може дібрати жодного слова, щоб хоч якось розрадити свого друга, який лежить неподалік, вкритий овечими шкурами. На перший погляд, він дримає, але це тільки здається, бо він не може спати від страшних мук, яких завдає йому хвороба. Тіло чоловіка вкрите проказою. Час від часу з його вуст злітає тихий стогін чи кілька слів. Важко сказати, до кого він звертається — до друзів, до Бога чи до самого себе... Нарешті, один із мудреців на ім'я Еліфаз втрачає терпіння. Його очі, сповнені рішучості, замислено вдивляються кудись у височінь вслід за іскорками вогню, а уста починають промовляти слова: «Нещастя виходить не з пороху, а горе росте не з землі, — бо людина народжується на страждання, як іскри, щоб угору летіти...» (Йова 5:6, 7).

На щастя, Біблію писали різні автори в різний час, інакше я подумав би, що вони змовилися. Зважте самі. Апостол Петро пише так: «Радійте, що ви є учасниками Христового страждання» (1 Петра 4:13). Яків радить: «Брати мої, майте велику радість, коли попадаєте в різні випробування!» (Якова 1:2). Павло ж свідчить: «При всій нашій журбі я сповнився віхою і переповнився радістю» (2 Кор. 7:4). Солуняни жили «серед великих утисків з радістю Святого Духа» (1 Сол. 1:6). Коринтяни «серед великого досвіду переживання мали надмір-

ну радість» (2 Кор. 8:2). Євреї ж «з радістю приймали розграбування свого майна» (Євр. 10:34). А ось слова Самого Ісуса Христа: «Ви будете плакати й ридати... Ви будете сумувати, але ваш смуток на радість зміниться!» (Івана 16:20). Що ви на це скажете?

Розумієте, ці люди насправді говорили про радість у стражданнях! Вони не жартували, не іронізували, не перебільшували, не намагалися заспокоїти себе чи відволіктися від переживань. Вони мали на увазі саме те, про що писали! Більше того, це був не бездумний оптимізм, не самонавіювання, не втеча від реальності, не спроба забути, налаштувати себе на краще, підняти настрій, не думати про погане... Я хочу підкреслити, що ці люди говорили не про психологічні методи позитивного мислення, а про справжню надприродну силу радості, яка була реальністю в їхньому житті. Це проти всіх законів логіки? Можливо. Це не вкладається в межі здорового глузду? Так! Тому всі, хто намагається зрозуміти ці слова, не враховуючи природи їхнього Автора, приречені на розчарування. Так з'являються скептики, які не вірять у чудеса.

Нам доведеться визнати, що страждання й радість у Святому Письмі утворюють тісний вузол, який неможливо розв'язати.

Коли я одного разу порушив цю тему в розмові з друзями, мене запитали: «Що ти маєш на увазі? Невже ми повинні видавлювати із себе награну усмішку, коли всередині біль? Невже ми повинні одягати маску, приховуючи справжні почуття? Чи хоче Бог, аби ми говорили, що все добре, коли в житті катастрофа?» Саме так і виходить, якщо розгляда-

ти свої проблеми через мікроскоп, замість того щоб узяти в руки телескоп Божого відкриття!

Чи раділи ви, коли загубили цінну річ; або коли у вас заболів зуб, або вас обікрали, або коли ви зламали ногу, або коли вас принизили, або коли хтось висміяв вашу віру?

Ось двоє побитих людей. На їхніх обличчях синці й запекла кров. Їхні ноги забиті в колодки. Що вони роблять? Невже збираються співати своїми пересохлими скривавленими вустами? Чому їхні обличчя світяться невимовною радістю? Не дивуйтеся, це Павло і Сила (Дії 16) — дві Божі іскри, які піднялися вище в'язничних ґрат, болю несправедливості та зраних тіл.

У багатті відбуваються цікаві процеси. Тяжкі матеріали, згораючи, стають попелом і лишаються на землі. А легкі перетворюються на іскри й піднімаються в небо.

Від чого залежить сила іскор? Авжеж, від температури полум'я!

Коли ви потрапите в горнило випробувань, у вас буде два варіанти: залишитися серед попелу або злетіти у височині, зануритися в депресію чи радіти у вірі! Третього не дано. Або ви впадете під куш, як Йона, або, як Йов, іскоркою підніметеся на Божі висоти, пізнаючи Його дедалі більше й промовляючи: «Та я знаю, що мій Викупитель живий!» (Йова 19:25). Можливо, вас опанує страх, як Саула, або ж ви, як Давид, підете на Голіафа в ім'я Господа! Температура впливає на людей по-різному... Чому?

Нам заважають злетіти гріхи, які ми відмовляємося залишити, сумніви й тягарі,

до яких ми вже навіть звикли. Або ми позбудемося їх, або ж зостанемося з ними на землі!

«Радійте, співайте сумісно, о єрусалимські руїни!» (Ісаї 52:9). Ви коли-небудь говорили людині на інвалідному візку, щоб вона раділа? Розумієте, уся ця ідея була б безглуздою і навіть нетактовною, якби це говорив не Бог! Господи, це ж руїни!.. Як їм радіти?

Я дивився на своє життя, точніше на те, що від нього залишилося... Це були руїни. Зруйнована особистість, зруйновані стосунки, зруйновані мрії... Однак після навернення до Бога в моєму серці поселилося незрозуміле почуття. Воно було схоже на... радість! Чому? Я знав, що тепер моє життя в руках Бога і Він це так не залишить! Усім своїм єством я передчував зміни і насолоджувався ними, хоча їх ще не було. Я бачив відбудовані мури, підняті прапори, триумф перемоги. Для мене це була не мрія, а факт.

Тільки вірою можна піднятися над негараздами життя! Тільки вірою можна радіти, коли для цього найменше підстав!

Можливо, звучить безглуздо, але радість — це єдиний шанс для руїн, щоб знову стати містом! Якщо руїни починають жалітися на те, що вони руїни, це аж ніяк не покращить їхнього становища. Одного разу, коли Божий народ збирався пожаліти себе, Господь відразу заборонив це: «Не сумуйте, бо радість у Господі — це ваша сила!» (Неєм. 8:10).

Бог подарував нам потужну зброю — радість у Святому Духові! І вона активно допомагає перемагати у випробуваннях. Будьте іскрами, а не попелом!

Я знову вдивляюся в іскри, які радісно танцюють над багаттям. Вони непідвладні земному тяжінню. Вони вільні й щасливі. Де б ці іскорки взяли силу піднятися вгору, якби не висока температура вогнища? І чим вища температура, тим вище вони піднімаються. Апостол Павло також це помітив: «Наскільки в нас множаться страждання Христа, настільки через Христа множиться і наша втіха» (2 Кор. 1:5) Коли у ваше життя прийде вогонь, не пропустіть: це ваш шанс злетіти вгору, ближче до Господа!

Так, іскрам гаряче! Однак це ціна висоти!

Ісус падав і знову підіймався. Біль обпікав тіло пекельним вогнем. Та погляд Христа був спрямований уперед! Його били й плювали в очі, та Він не ховав обличчя! Друзі зрадили Його, та Він шепотів їхні імена! Його розп'яли – Він не жалів Себе, не нарікав і нікого не звинувачував. ВІН НЕ ЗДАВСЯ! До самого кінця. Він просто летів угору... Як Іскра!

А вам би хотілося, ніби іскра вогню, піднятися у височінь вічності й розчинитися в обіймах Небесного Отця?

Зв Дмитро ДОВБУШ



РОЗДУМИ

Чому Все Та^к?!



Ми часто роздумуємо над питанням: «Чому все в нашому житті так, як є?» — і не знаходимо відповіді. Люди нерідко обманюють себе, перекладаючи відповідальність за власне життя на плечі інших, на державу, на долю, на випадок. Справді, у житті кожного з нас є об'єктивні чинники: від нас не залежить, наприклад, колір нашої шкіри. Однак, дивлячись правді у вічі, розумієш, що інші чинники (суб'єктивні) здатні впливати на нас рівно настільки, наскільки ми дозволяємо їм це робити. Урешті-решт, те, яким буде наше життя, визначають прийняті нами ж рішення. ►



У житті немає нічого випадкового

Що б не відбувалося у вашому житті, на все є причина. Ви захворіли, тому що одяглися, не врахувавши погодні умови, або контактували з кимось із застуджених людей. Ви втратили роботу, оскільки регулярно порушували трудову дисципліну, обумовлену контрактом.

Світ існує в межах певних законів, а не хаотично. У разі відсутності цих правил планети зійшли б зі своїх орбіт, а наша Земля навряд чи була б придатною для життя.

Закони — це не обмеження, а механізми, які регулюють життя у Всесвіті (наприклад, правила дорожнього руху регулюють рух транспорту на дорогах).

Безглуздо заперечувати наявність фізичних законів, за якими існує цей світ (закон гравітації, закон Архімеда тощо), оскільки в разі їхнього порушення негативні наслідки не змусять себе довго чекати. Крім фізичних, існує ще й духовний, або моральний закон, даний людству Самим Богом — Творцем. Порушуючи або ж дотримуючись його, ви тим самим справляєте потужний вплив на своє фізичне та емоційне здоров'я, стосунки з людьми, благополуччя, життєвий успіх і, зрештою, вічну долю.

Змінити життя

Багато хто намагається поліпшити або змінити окремі аспекти власного буття, змушуючи при цьому змінюватися інших людей. Однак це помилковий шлях. Хочете змінити життя — будьте готові змінюватися самі.

Зміни — це те, що, зародившись усередині нас, стає очевидним зовні. Прийняття рішення, віра, думки, плани, що з'явилися всередині нашого єства, знаходять практичне втілення в наших вчинках, тим самим докорінно змінюючи життя.

Письменник У. Джеймс сказав: «Найбільша революція мого життя — це відкриття того, що люди здатні змінювати зовнішні аспекти власного життя, змінивши внутрішнє ставлення до них».

Тому можна скласти руки і назавжди внести себе до списку невдах, перестати боротися, а отже, перестати жити. Або ж можна спробувати знову, знайшовши мир з Богом, із самим собою, з навколишніми, отримавши спасіння через віру в Ісуса Христа.

Кожному з нас слід запастися терпінням і витримкою, старанністю і натхненням, аби все подолати і врешті стати щасливими. «І не пристосовуйтеся до цього віку, але змінюйтеся оновленням вашого розуму, щоб ви пізнавали, що є Божа воля: добре, приємне і досконале» (Римл. 12:2).

*А ведь так
хочется, чтобы
это не было
сказкой...*



«Большинство людей, которые терпят неудачу в достижении своей мечты, терпят ее не от недостатка способностей, а от недостатка целеустремленности»

(З. Зиглар).

За окном ночь. Ярко светит луна. В комнате тихо. Вы сидите на диване с кружкой горячего ароматного чая, блаженно жмурясь и иногда сладко потягиваясь. На душе спокойно, ничто не угнетает, потому что у вас нет никаких «хвостов». Все, что планировали, выполнено, поставленные цели достигнуты, неотвеченных электронных писем нет, всем, кому обещали, перезвонили... Одним словом, выполнили все, что должны были. Вы знаете, что никто не упрекнет вас в какой-либо незавершенной или же халатно выполненной работе. Пришло время ставить себе новые цели. Вы планируете что-нибудь интересное, даже грандиозное, зная, что вам это по силам, поскольку вы – человек, умеющий грамотно распоряжаться временем...

Тут и «сказке конце, а кто слушал – молодец». А ведь так хочется, чтобы это не было сказкой. Мне лично очень хотелось бы, чтобы эти стихи Библии были обо мне: **«Он — как дерево, что у реки посажено, вовремя плод свой принесет оно, и лист его никогда не увянет. Успешен он во всяком деле своем» (Пс. 1:3 - перевод М. П. Кулакова).**

К сожалению, у меня есть масса запланированного и неделанного. Это угнетает, но не обескураживает. Я верю, что с Божьей помощью человек может стать успешным и научиться достигать намеченных целей. Есть три пункта, которые в этом здорово помогут:

1. Необходимо ставить цели

«Стремлюсь к цели, к почести высшего звания Божия во Христе Иисусе» (Флп. 3:14).

Люди, не имеющие в жизни цели, редко бывают по-настоящему счастливы. «Бесцельно прожитая жизнь» - убийственная формулировка, не так ли? Безрадостный итог жизненного пути... Вряд ли кто-либо хотел бы услышать такое в свой адрес.

Зная это, Господь предлагает нам не просто некий жизненный ориентир, а Самого Иисуса! Христа можно сравнить с компасом. Подобно этому хитроумному механизму, помогающему ориентироваться на местности, находить верный путь даже при неблагоприятных погодных условиях, Иисус является надежным связующим звеном между Небом и землею. В Библии сказано, что Он есть путь, истина и жизнь. Что может быть лучше уверенности в том, что наша кратковременная жизнь – не конец, а только начало? Вернуть то, чего человечество лишилось в результате грехопадения, – достойная цель, не так ли?

2. Необходимо анализировать свою жизнь во свете Слова Божьего

«Блажен муж, который не ходит на совет нечестивых и не стоит на пути грешных, и не сидит в собрании развратителей, но в законе Господа воля его, и о законе Его размышляет он день и ночь! (Пс. 1:1, 2).

Есть такая закономерность: «С кем общаешься, в того и превращаешься». Думаю, поразмыслив немного, каждый вспомнит по крайней мере один пример из жизни, подтверждающий это. Маленькие дети – мастера подражания. Случалось ли вам наблюдать, как годовалый карапуз, еще нетвердо держащийся на ногах, примеряет мамины туфли на каблуках? С возрастом очевидность подобного подражания несколько теряется, однако суть при этом остается неизменной. Если мы любим Бога и стремимся привести собственную жизнь в согласие с требованиями Его Закона, нам следует избегать тесного общения с людьми, связь с которыми способна пошатнуть наши моральные устои, а вместо этого почаще сравнивать собственное поведение с жизнью Иисуса. Повиновение без любви – тягостное бремя. Любить того, кого не знаешь, невозможно. Узнать кого-то, не общаясь с ним, нереально. Секрет соблюдения нравственного Закона прост: узнав Бога ближе, вы полюбите Его, после чего послушание Ему станет для вас естественным. Вот вам и сформулирована цель.

3. Необходимо полагаться на Христа

«Пребудьте во Мне, и Я в вас. Как ветвь не может приносить плода сама собою, если не будет на лозе, так и вы, если не будете во Мне. Я есмь Лоза, а вы ветви; кто пребывает во Мне, и Я в нем, тот приносит много плода; ибо без Меня не можете делать ничего» (Ин. 15:4, 5).

Сегодня, как и раньше, практически невозможно достигнуть каких бы то ни было целей, да и просто выжить, без поддержки кого-то по-настоящему близкого. К сожалению, вследствие грехопадения человеческая натура стала изменчивой и непостоянной. Нередко в трудную минуту эмоции или же личные неурядицы берут верх, и тогда тот, на кого рассчитывал, отворачивается. Впоследствии одни сожалеют об этом, другие – нет. Как бы то ни было, вам уже сделали больно... Обжегшись несколько раз, многие теряют всякую веру в человеческие отношения и безрадостно бредут по жизни в одиночестве. Видя это, Бог плачет, ведь человек – существо социальное, поддержка и понимание кого-то близкого для него жизненно важны. Желая исправить ситуацию, Господь предлагает нам Свою заботу и дружбу, обещая: **«Забудет ли женщина грудное дитя свое, чтобы не пожалеть сына чрева своего? но если бы и она забыла, то Я не забуду тебя» (Ис. 49:15).** Он всегда выслушает, утешит и никогда не предаст. Корни подобной дружбы уходят в вечность.

Никогда не опускайте рук, ведь впоследствии может оказаться, что до цели оставалось, как говорят, рукой подать... 3в



ДЕВУЗ НАШЕГО ВРЕМЕНИ



Заголовки современной прессы пестрят заявлениями об экономическом кризисе в Украине, повышении цен, инфляции, кризисе в Европе, о грядущем крахе мировой финансовой системы... С экранов телевизоров на нас обрушивается все тот же негативный поток информации, который усугубляется рекламой, прочно укоренившейся в умах поколения потребителей... Люди живут в постоянном страхе, поскольку благодаря средствам массовой информации им навязан стереотип, что для счастья человек обязан быть успешным в материальном плане. Тем не менее это далеко не всегда так.

Большинству из нас для счастливой жизни вполне хватило бы не «много» денег, а просто «достаточно». Достаточно для того, чтобы иметь возможность приобрести еду, практичную одежду, оплатить счета за коммунальные услуги, получить квалифицированную медицинскую помощь, покрыть транспортные расходы. Если вдуматься, не так уж много. При этом с полной уверенностью можно сказать, что жизнь наша совершенно не зависит от изобилия тленных вещей: **«Душа больше пищи, и тело – одежды» (Лк. 12:23); «...Берегитесь любостяжания, ибо жизнь человека не зависит от изобилия его имения» (Лк. 12:15).**

В таком случае что же является ценностью в любое время, особенно в моменты, когда общество охвачено смутными предчувствиями надвигающихся бедствий? Ответ на эти вопросы содержится в Библии, в книге Псалмов: **«Приклони сердце мое к откровениям Твоим, а не к корысти» (Пс. 118:36).** Итак, во все времена по-настоящему важным было и остается одно: то, как Бог открывается личности, покаяние, происходящее в сердце грешника, как отклик на Божественную любовь, прощение грехов, дар вечной жизни. Эти знакомые и даже ставшие обыденными для многих слова на самом деле таят в себе величайшую ценность – незыблемый смысл человеческого существования. Вдумайтесь в написанное – и тогда, возможно, вы переосмыслите собственную жизнь, по-новому расставите приоритеты.

Когда вокруг вас рушатся годами формировавшиеся жизненные устои, приклоните свои сердца к познанию Господа, укрепляйте свои взаимоотношения с Тем, Кто Вечен, Чьи уставы незыблемы, Кто стоит у истоков мироздания. Когда кажется, что выхода нет, взывайте к Богу, твердой верой уповайте на Христа, благодаря жертве Которого мы вновь имеем возможность взывать к Небесному Отцу и получать поддержку.

 Подготовил **Константин РОГАЧОВ**

Хочу бути ТЕЛЕВІЗОРОМ

ДОСВІД

Учителька початкових класів одного разу попросила дітей написати твір про те, що б вони хотіли, щоб Бог зробив для них. Увечері, перевіряючи роботи, вона натрапила на один твір, який дуже її засмутив. Цієї миті до кімнати ввійшов чоловік і побачив сльози на обличчі дружини.

«Що трапилося?» — стурбовано запитав він.

«Прочитай», — відповіла вона, простягнувши твір одного хлопчика.

«Господи, сьогодні в мене є одне особливе прохання: перетвори мене на телевізор. Я хочу зайняти його місце. Хочу жити так, як телевізор у нашому домі. Хочу мати особливе місце і збирати сім'ю довкола себе, щоб мене слухали, не перебиваючи і не ставлячи запитань, коли я говорю. Хочу бути центром уваги. Хочу, щоб мною займалися, як займаються телевізором, коли він ламається. Хочу бути в товаристві батька, коли він повертається додому втомлений. Хочу, щоб моя мама, замість того щоб ігнорувати, ішла до мене, коли залишається сама й сумує. Хочу, щоб хоч іноді мої батьки залишали все і проводили небагато часу зі мною. Боже, я не прошу багато... Я тільки хочу жити так, як живе будь-який телевізор».

«Жах! Бідний хлопчик! — вигукнув чоловік учительки. — Що ж це за батьки такі?!»

Жінка зі сльозами на очах відповіла: «Це твір нашого сина...» **ЗВ**

Первая помощь при остром отравлении

НОВОСТЯМИ



Что ни говорите, а в новостях есть какая-то сила. Если позволить, они способны поглотить все наше внимание, сознание и чувства. Новостям свойственно вдохновлять и угнетать, вызывать прилив сил и вгонять в уныние. Они способны заполнять разум нужной информацией или, соответственно, ненужной, открывать глаза и вводить в заблуждение, направлять и дезориентировать.

Современные средства массовой информации – мастера формировать и изменять мировоззрение, разжигать эмоции, предоставлять человеку очки, через которые тот «самостоятельно» будет воспринимать жизнь.

Жаль, что многие до сих пор считают СМИ носителями информации, тогда как они давно перестали таковыми являться. И если не все, то многие.

Печальное и удручающее зрелище: люди, исполненные злорадства вместо сочувствия; люди, разрушающие отношения вместо проявления сопереживания; люди, произносящие колкости вместо молитв или ненужные слова вместо тактичного молчания.

Я понимаю эмоции людей, на глазах которых рушится их привычный уклад, жизнь летит в тартарары и в одночасье меняется все вокруг. Их слова, возможно, написанные сгоряча, непонятные другим чувства и боль по крайней мере объяснимы.

Однако сложно понять тех, кто также пишет сгоряча и полон эмоций, но при этом живет за тысячи километров от мест событий, где куются новостные

сюжеты, воспринимая мир сквозь диагональ телеэкрана, а реальность – через статьи излюбленных сайтов и мысли любимых телеведущих.

«Я видел сам», – заявляет телезритель.

«Я знаю», – утверждает пользователь сети.

«Мне все доподлинно известно!» – восклицает читатель ежедневной газеты.

Они все знают и возмущены или, напротив, рады, огорчены или довольны...

Кипящие чувства толкают следующие костяшки китайского домино: эмоции выплескиваются в комментарии, заметки, отзывы. Кто-то уходит в «бан», а остальные читают эти новые тексты и вновь реагируют эмоционально и горячо.

Если это ваше состояние и новости захватили вашу душу, подумайте о следующем:

Новостные сюжеты — не обязательно истина.

Журналисты не передают информацию, а подают материал, обработанный и выверенный, поэтому только «глупый верит всякому слову».

Если сообщение важное, будьте критичны к увиденному и потратьте время, чтобы перепроверить его.

Проверяйте то, что читаете, смотрите и слушаете. Забудьте о цитатах – обращайтесь к первоисточникам. Откажитесь от вырезанных сюжетов – поищи-

те цельную запись. Однобокая подача информации – признак ее недостоверности.

Не пытайтесь успеть за всей информацией.

Новости подобны реке, которая никогда не останавливается. Бесспорно, сила бурлящей воды шумного водопада завораживает, и смотреть на него можно бесконечно, однако в нем можно и погибнуть! Решите, что часть событий пройдет мимо вас: за всем не уследишь!

Четко определите для себя, сколько минут в день вы готовы выделить для просмотра новостей.

Все остальное время постарайтесь посвятить другим вопросам.

Храните сердце и свои чувства, дабы не «вскипать» от новостей.

Если уже поздно и вы оказались в эмоциональной зависимости от новостного потока, возьмите паузу, «информационный шабат». Отключите телевизор, уйдите с новостных сайтов и выйдите из социальных сетей. Надеюсь, у вас не начнется «информационная ломка». Если это все же произойдет, то паузу следует сделать больше, чем на два дня.

Напомните себе, что все на земле временно. Происходящее сегодня может с легкостью измениться завтра. Толпа будет кричать «Осанна!», затем «Распни!», а после – «Что нам делать, чтобы спастись?».

Поэтому сбавьте обороты, спокойнее относитесь к происходящему, меньше переживайте и больше молитесь.

Позвольте Богу сделать вас носителем Его мира, а не жертвами или разжигателями вражды!

«Глупый верит всякому слову, благоразумный же внимателен к путям своим» (Притч. 14:15).

Зв Денис ПОДРОЖНЫЙ



ЧЕМ ЗАНЯТЫ СЧАСТЛИВЫЕ ЛЮДИ?

Британские ученые проанализировали данные социологических опросов, которые проводились в течение последних тридцати лет среди 30 тыс. человек. Участникам предлагалось ответить на вопрос, как они проводят свободное время, и оценить при этом свое настроение и душевное состояние.

По полученным сведениям, счастливые люди оказались наиболее социально активными: они больше общались, ходили в церковь и читали. Несчастливые люди почти все свободное время проводили у телевизора. После сравнения семейного положения, дохода и возраста выяснилось, что считающие себя несчастными смотрели телевизор на 28 % больше, чем их счастливые соотечественники.

Кроме того, авторы исследования обнаружили, что у 51 % несчастных людей есть много дополнительного времени, которое они не знают, как потратить. А вот у счастливых вопрос со свободным временем стоит иначе: «лишнее» время оказалось лишь у 19 % опрошенных счастливлчиков.

Между тем исследователи утверждают, что 8 % смертей можно было бы предотвратить, если бы британцы сократили время просмотра ТВ с четырех часов в день до часа. Это помогло бы сохранить 30 жизней из 373.



ЯК СМІХ ВПЛИВАЄ НА НАШ ОРГАНІЗМ?

Усі ми знаємо, що сміх продовжує життя. Утім сміх здатний не тільки на це!

1. Сміх – найкращі ліки від депресії. Лише одна хвилина сміху здатна замінити цілий сеанс релаксації.
2. Сміх сприяє поліпшенню фігури. 10-15 хв. сміху спалюють стільки калорій, скільки ви спалили б у спортзалі за 30 хв. Сміх залучає до роботи 80 груп м'язів!
3. Сміх стимулює імунну систему. Доведено, що люди, які дуже люблять сміятися, рідше хворіють.
4. Сміх заспокійливо діє на нерви.
5. Сміх здатний омолоджувати шкіру. Щирий сміх приводить у тонус м'язи обличчя, забезпечує приплив крові до шкіри, зокрема додає їй здорового рум'янця та пружності.
6. Сміх дуже корисний для серця. Усміхнені люди на 40 % менше страждають від серцево-судинних захворювань, ніж похмурі.
7. Навіть у Біблії сказано: «Серце радісне добре лікує, а пригноблений дух сушить кості» (Прип. 17:22). ►



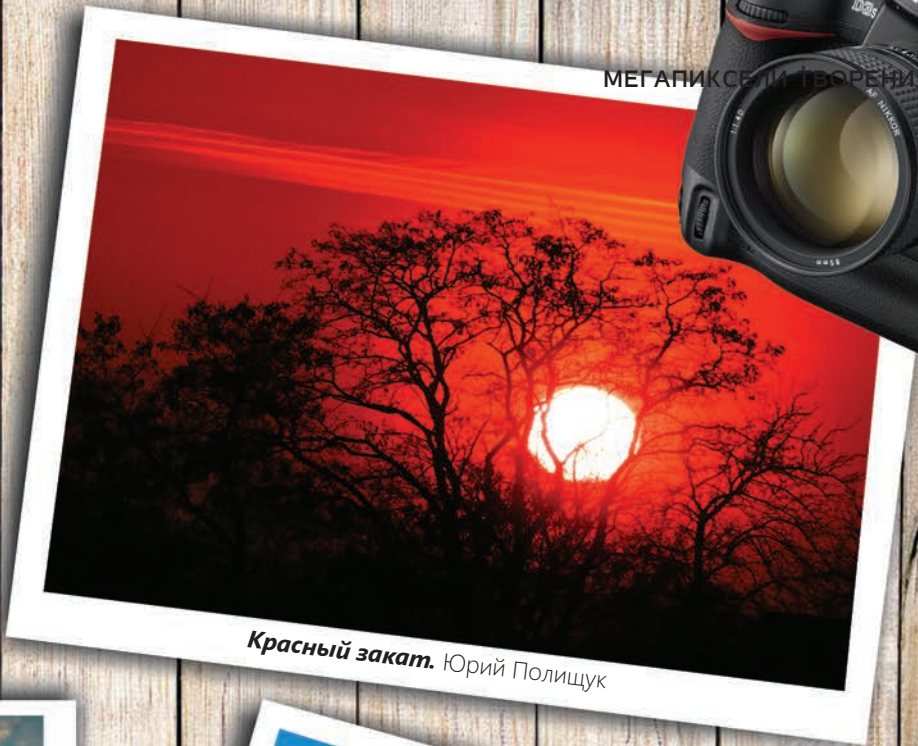


Небо. Александр Ковалевский



Рассвет. Наталья Литвиненко

МЕГАПКСЕЛИ ТВОРЕНИЯ



Красный закат. Юрий Полищук



Зеркало неба. Александр Яненко

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ О ТЕЛЕ ЧЕЛОВЕКА

Пальцы человека настолько чувствительны, что, будь они размером с Землю, вы бы могли почувствовать разницу между домом и автомобилем.

sciencedaily.com

Глаз человека настолько чувствителен, что, если бы Земля была плоской, вы могли бы заметить мерцающую в ночи свечу на расстоянии в 30 км.

livescience.com

Мы могли бы видеть ультрафиолетовое излучение, если бы эта способность не отфильтровывалась хрусталиком глаза. Некоторые люди после операции по удалению хрусталика видят ультрафиолет.

en.wikipedia.org

Наши мышцы на самом деле намного мощнее, чем кажется. Эта сила обычно ограничена, чтобы человек не повредил мышцы и сухожилия. Ограничения можно снять при помощи адреналина. Именно под его воздействием люди способны поднимать валуны и даже автомобили.

wikipedia.org

Наряду с пятью органами чувств - слухом, зрением, осязанием, обонянием и вкусом, у людей есть также 15 «других» чувств. Среди них чувство баланса, температуры, боли, времени и, кроме того, внутренние ощущения удушья, жажды и пресыщения.

en.wikipedia.org

 Подготовили: **Елена КОТЛЯРОВА,**
Елена МЕХОНОШИНА

КОФЕИН: СТОИТ ЛИ ИГРА СВЕЧ?





Мы живем в «высокоскоростном» мире, где нас окружают скоростные автомобили, скоростные компьютеры, скоростные средства коммуникаций. Чтобы выдержать столь стремительный ритм, многие люди ощущают потребность в некоем импульсе извне. При этом в качестве источника для подобной «подзарядки» они нередко выбирают напитки, содержащие кофеин (кофе, чай, кола, энергетоники). Подобный выбор во многом обусловлен быстротой возникновения «бодрящего» эффекта.

Общественное мнение и промышленность поставили потребление кофеина на поток, в то время как многие даже не догадываются о том, что он из себя представляет. Истина проста: кофеин – это легкий наркотик, который обладает основными свойствами наркотических веществ:

- **создает предсказуемые, устойчивые ощущения (эйфорию);**
- **вызывает стойкое желание принять новую дозу;**
- **временно снимает боль и другие негативные ощущения;**
 - **в перспективе ухудшает дееспособность;**
 - **вызывает привыкание.**

Последний пункт может вызвать сомнения. Дабы развеять такие, попробуйте прекратить употребление кофеина на несколько дней и проанализируйте свои ощущения. Самый распространенный при этом физический симптом – умеренная или сильная головная боль. Иногда появляется мигрень, наблюдаются чувство истощения, отсутствие аппетита, тошнота и рвота. Симптомы могут проявляться от одного до пяти дней.

Психологические последствия могут быть еще более серьезными. Возможна депрессия.

Люди привыкают к возбуждающим на-

питкам в течение дня. Такую тягу можно сравнить с желанием закурить – этому сложно противостоять.

В природе кофеин – это натуральный «алкалоид», который продуцируется некоторыми растениями (кофейным деревом, чаем, гуараной, колой и др.) для защиты от вредителей. Но так как данное вещество является токсичным, хранится оно в специальных отсеках клеток, называемых вакуолями. Последние надежно изолируют кофеин от остального содержимого клетки до тех пор, пока это необходимо. Человек – один из немногих видов, способных употреблять кофеин без сиюминутного ощутимого вреда для своего здоровья.

Тем не менее в долгосрочной перспективе кофеин имеет свойство разрушать наш организм.

Самые очевидные последствия – это перевозбужденная нервная система, нервозность, тревога. Со временем эти симптомы уступают место хронической усталости, отсутствию энергии и постоянной бессоннице.

Напитки с кофеином могут вызвать раздражение желудка. Виновниками этого являются главным образом добавки, кофеин же сам по себе оказывает сокращающее воздействие на кровеносные сосуды. Таким образом, он может препятствовать пищеварению. Большие дозы кофеина вызывают рвоту.

Напитки с кофеином также стимулируют желудок выделять избыточную кислоту. Это обостряет язвы и другие проблемы с желудком. Обнаружено,

что кофеин препятствует всасыванию кальция и железа. Ввиду таких всевозрастающих болезней, как остеопороз и анемия, над этим следует задуматься. Кофеин также повышает уровень сахара в крови.

Более того, при разложении кофеина в организме образуется диметилксантин – вещество, способствующее выведению воды из организма. Таким образом, частое употребление кофеина вместе с недостаточным употреблением воды способствует хроническому обезвоживанию, что может вызвать ряд аутоиммунных заболеваний, а также привести к преждевременному старению органов. В некоторых исследованиях прослеживается связь рака мочевыводящих путей с употреблением кофеина. Также было доказано, что кофеин ускоряет приступы астмы и активизирует аллергические реакции.

Итак, существует ли здоровая альтернатива? Какие напитки способны подарить заряд бодрости без риска для здоровья?

К счастью, альтернатива существует, и не одна. Ниже приводятся лишь некоторые из них.

Цикорий

Цикорий – одна из самых распространенных альтернатив кофе. Вкус у этого напитка действительно очень «кофейный». Разве что цикорий не имеет такого сильного аромата и чуть сильнее горчит. Он совершенно не содержит кофеина, однако обладает внушительным списком полезных свойств, в частности оказывает противомикробное, ►



НА ЗДОРОВЬЕ

противовоспалительное, желчегонное действие. Напитки на основе цикория улучшают обмен веществ, уменьшают полноту, а также благотворно влияют на состояние сердечно-сосудистой и нервной систем.



Смузи

Напиток из взбитых в блендере ягод, фруктов, орехов или овощей придаст энергии и укрепит иммунитет. А еще утренний витаминный смузи подарит заряд бодрости на целый день. Взбейте в блендере 2 киви, половинку лимона, 1/3 стакана орехов, 2 абрикоса и ложку меда.



Вода с лимонным соком

Этот напиток в отличие от кофе имеет продолжительное бодрящее действие. Просто добавьте в стакан с водой немного лимонного сока. При желании можно положить немного меда. Напиток взбодрит и зарядит ваш организм витаминами (не рекомендуется употреблять часто при заболеваниях желудка, желчного пузыря и двенадцатиперстной кишки).



Мятный чай

Этот охлаждающий напиток мгновенно вернет вас к жизни. Его действие нередко сравнивают с действием на организм нашатыря. Мята улучшает работу головного мозга, способствует концентрации внимания. Мятный чай – это не только бодрость, но и свежее дыхание, а также здоровый желудок.



Напиток из кэроба

Это сладкая и полезная альтернатива кофе. Кэроб получают путем дробления стручков рожкового дерева. Этот фиточай обеспечит прилив энергии, укрепит иммунную систему и нормализует работу желудочно-кишечного тракта.



Чай из лимонника

Чай из лимонника обладает сильным тонизирующим свойством, а также может справиться с депрессией. Кроме того, он благотворно влияет на печень и улучшает память.

Лимонник противопоказан при гипертонии, беременности, бессоннице, нервном возбуждении, а также детям до 12 лет. Даже совершенно здоровым людям при употреблении лимонника нужно знать меру, поскольку он повышает артериальное давление.



Ройбуш

Превосходно бодрит и освежает даже в холодном виде. Ройбуш - природный источник тетрациклина, поэтому считается хорошим бактерицидным средством. Чашка напитка хранит в себе целый комплекс витаминов и минералов: витамины А, С, Е и Р, кальций, марганец, фторид, магний, цинк, медь, калий, натрий и железо, а также ароматические масла. Кроме того, в состав чая входит большое количество антиоксидантов, которые активно противостоят свободным радикалам, способствующим старению организма. Наличие в составе ройбуша глюкозы делает его вкус сладковатым без использования сахара или подсластителей.



И напоследок хотелось бы сказать несколько слов о кофе без кофеина. Казалось бы, вот оно – решение проблемы, однако факты свидетельствуют об обратном.

На самом деле кофе без кофеина не так уж безвреден. Во-первых, для его производства используется особый вид кофейных зерен со значительным содержанием жиров. Поэтому употребление этого напитка может ►

способствовать набору лишнего веса. Кроме того, он способствует накоплению так называемого «плохого» холестерина, что ведет к атеросклерозу. Во-вторых, технология производства декофеинизированного кофе связана с применением различных химических веществ, в частности этилацетата, который используется в качестве пищевой добавки E1504, а также как растворитель целлюлозы, жиров, восков и яд для насекомых. Вдобавок ко всему в процессе производства полностью очистить кофейный порошок от вредных примесей не удастся. О пользы такого продукта судите сами.

Здоровье – это Божий дар. Как им распорядиться – личный сознательный выбор каждого. Но все же, прежде чем отправиться к автомату за очередной порцией горячего кофе, задумайтесь: а стоит ли игра свеч?

 Подготовила: **Елена КОТЛЯРОВА**

Использованные источники:

1. Ханс Диель, Эйлин Ладингтон «Сила здоровья»
2. Уинстон Дж. Крейг «Пища и ваше будущее».
3. <http://www.medpulse.ru/health/prophylaxis/diet/8611.html>
4. <http://www.lief.ru/blog/2006/07/kofein-zhizn-bez-narkotika/>

Ви не вірите в Бога?

1 Ви не вірите в Бога, але на знак подяки говорите «спасибі» («спаси, Боже»).

Ви не вірите в Бога, але ведете відлік часу від Різдва Христового.

2

3 Ви не вірите, що Хам (син Ноя, Буття 9:18-29) існував, але не любите, коли вам хамлять.

Ви не вірите, що цап-відбувайло (рос. козел отпущения) існував (Левит 16:20-22), але не любите, коли доводиться виконувати його роль.

4

5 Ви не вірите в духовні закони, але водночас вас часто мучать докори сумління, коли ви робите щось не так.

Ви визнаєте тільки матеріальний світ, але водночас не заперечуєте існування таких нематеріальних категорій, як совість, милосердя, заздрість, печаль, ненависть, віра, надія, любов.

6

7 Ви не вірите в Бога, оскільки Його ніхто не бачив, але водночас вірите, що можна розмовляти по мобільному телефону, хоча радіохвиль теж ніхто не бачив.

Ви не вірите в Бога, але віддаєте перевагу натуральним (створеним Богом) продуктам та лікам над матеріалами синтетичними (створеними грішною людиною).

8

9 Ви вірите, що аксіоми не потребують доведення, але вимагаєте доказів існування Бога.



ПОЗНАЕМ ИСТИНУ

ПН 20:00

**Путешествие по страницам Библии,
знакомство с ее героями, открытие
событий и явлений, подтверждающих
чрезвычайную любовь Бога!**

СМОТРИТЕ
НА ТЕЛЕКАНАЛЕ
«НАДІЯ»

Ищите ТК «Надія»
в кабельных сетях,
Интернете (www.hope.ua)
и на спутнике Astra 4A :
5° в.д., 12 284 V,
SR 27.500, FEC 3/4
0 800 30 20 20



10

Ви не вірите в Бога, але використовуєте слова з Біблії в повсякденному лексиконі:

- Хто не працює, той не їсть (2 Сол. 3:10).
- Що посієш, те й пожнеш (Гал. 6:7).
- Хто копає яму, той у неї впаде (Екл. 10:8).
- Закопати талант у землю (Матв. 25:18).
- Давид і Голіаф (1 Сам. 17:11-58).
- Час збирати каміння і час розкидати каміння (Екл. 3:5).
- У вогонь і в воду (Псал. 65:12).
- Голос волаючого в пустелі (Матв. 3:3).
- Не хлібом єдиним (Матв. 4:4).
- Чи не від світу цього (Івана 18:36).
- Кесарю — кесарево (Луки 20:25).
- Вустами немовлят (Матв. 21:15; 16).
- Манна небесна (Вих. 16).
- Нести свій хрест (Марка 8:34).

Вас захоплює гармонія та краса цього світу: гори, моря, ліси, поля, річки, зірки, звірі, птахи — але ви вважаєте, що все це з'явилося саме собою.

11

12

Ви не вірите в Бога, але вірите в науку, незважаючи на те що вона (теорія імовірності) засвідчує: ймовірність того, що цей світ був створений розумною істотою в трильйони разів вища за ймовірність того, що він і все в ньому з'явилося саме собою. Імовірність самовільного зародження життя, з урахуванням імовірності мимовільного виникнення необхідних сприятливих умов, мізерно мала і має стільки показників (наприклад, орбіта Землі, нахил її осі, параметри Сонця, склад земного ґрунту, атмосфери), що її навіть не можна точно підрахувати. Навіть якщо не брати до уваги тисячі чинників, ця ймовірність значно менша, ніж 0,000 000 001 %.

Ви вважаєте себе розумнішими за віруючих, але водночас вірите, що вашими прабатьками були мавпи.

13

14

Ви вважаєте, що весь світ з'явився внаслідок довільного сполучення хімічних елементів, але не вважаєте, що комп'ютерні програми з'явилися шляхом довільного сполучення нулів і одиниць. Ви заперечуєте існування Творця Всесвіту в першому випадку, але вірите в розробника комп'ютерних програм у другому.

Ви не хочете дотримуватися християнських заповідей, вважаючи, що людина сама має право вирішувати, що для неї добре, а що погано, і водночас не хочете, щоб ваша дружина чи чоловік вас зраджували, щоб ваш син був п'яницею, щоб ваша донька стала жінкою легкої поведінки, щоб вас обкрадали, обманювали, здійснювали замах на ваше життя...

11

Може, варто переглянути свою позицію?

ЗВ **Андрій АНДРІЙЧУК**



Нічого **Дивовижного** ніколи не відбувається



Конні вибігла на ґанок свого будинку, щоб помахати своїй подрузі Еліс, яка саме мчала повз на своєму велосипеді. Дівчинка сіла на веранді. Вона почувалася дуже самотньою.

— Наше містечко таке тихе, — міркувала вона, — тут ніколи нічого захопливого не відбувається. От якби в мене був велосипед, я могла б принаймні кататися містом після обіду, як це робить Еліс.

Однак дівчинка прекрасно знала, що на велосипед у неї найближчим часом не з'явиться. Зараз мама з татом не могли дозволити собі такої дорогої покупки, а грошей, які Конні отримувала, доглядаючи за сусідськими дітлахами, ледь вистачало на найнеобхідніше.

Ледь розквітлі нарциси привітно кивали дівчинці своїми жовтими голівками. Вітер ніжно куйовдив її волосся, поправляючи пасма, які впали на обличчя. Конні раділа йому. Справді, у такий незвично спекотний травневий день він був дуже доречним.

Цієї миті з дому визирнула мама.

— Конні, будь ласка, піди до місіс Браун. Вона обіцяла дати мені новий рецепт солодкого пирога, — попросила вона.

— Уже йду, матусю, — відповіла дівчинка, радіючи, що тепер їй є чим зайнятися. Вона добре знала місіс Браун, оскільки частенько няньчила її трирічну доньку Шерлі.

Будинок Браунів знаходився лише за квартал від них. Через кілька хвилин Конні була на місці й стукала у двері. Визирнувши з вікна сусіднього будинку, місіс Браун крикнула їй: «Заходь, Конні. Я зараз підійду, от тільки зроблю один дзвінок. Наш телефон не працює».

Дівчинка вирішила почекати на ґанку й сіла на гойдалку.

— Цікаво, де зараз Шерлі? — подумала вона, а потім згадала, що маля, напевно, спить у себе в кімнаті. Час був пообідній.

Раптом Конні здалося, що вона чує голос Шерлі. Звук долинав ніби з вулиці.

Зістрибнувши з гойдалки, дівчинка в роздумах підійшла до парадного ґанку. Зробивши кілька невпевнених кроків вгору по сходах, вона завмерла. І раптом чітко почула, як малятко перелякано кличе маму.

— Мамо! — знову пролунав її голосок.

Звук долинав звідкись зверху. Конні повернулася у двір і почала вдивлятися у вікна дитячої, яка була на другому поверсі. Одне з них було трохи прочинене. Крізь щілину розміром не більше ніж 15 см Конні побачила руки й обличчя

Шерлі. Маля плакало. І тут дівчинка зрозуміла, що так налякало дитину: з відчиненого вікна сірою цівкою просочувався дим.

— Я йду, — ледь чутно видихнула Конні. Стрімголов кинувшись до будинку, вона на одному диханні вибігла по сходах на другий поверх. Назустріч їй шугнули язички полум'я. Мабуть, осередок займання знаходився десь у коморі. Кімната Шерлі була далі по коридору. Як же пробратися до дитини?

Відстань між протилежною стіною і вогнем становила не більше ніж півметра. Втиснувшись у стіну, Конні на мить завмерла, однак голос переляканої дівчинки, який дедалі слабшав, сповнив її рішучості. Притискаючись до стіни, вона благополучно пододала небезпечну ділянку.

Через завісу диму Конні все ж вдалося розгледіти, що двері в дитячу залишилися відчиненими. Забігши в кімнату, вона знайшла заплакану Шерлі біля вікна.

— Шерлі! — вигукнула вона, радіючи з того, що маля ціле та неушкоджене. Не гаючи часу, Конні підхопила дитину на руки і поспішила назад у коридор. Однак до того часу дим став таким густим, що викликав у обох дівчаток напад задушливого кашлю. Очі почали сльозитися.

Крізь димову завісу Конні намагалася розгледіти хоч щось. Не може бути! Вогонь відрізав їм шлях до відступу!

Притискаючи Шерлі до себе, Конні повернулася назад у дитячу кімнату. Прочинивши вікно, вона помітила, що до будинку стікається юрба людей, серед них була і місіс Браун. Десь вдалині завивала пожежна сирена.

Однак Конні розуміла, що в них немає часу чекати на допомогу. Дівчинка квалливо оглядала стіну будинку. Раптово вона помітила ринву. Проте відстань між нею і вікном становила близько півметра.

Зібравшись із духом, Конні посадила Шерлі на ліжко і наказала:

— Залазь мені на плечі, Шерлі, як тоді, коли ми з тобою грали в конячок! Язички полум'я танцювали вже в дверному отворі.

— Що ти збираєшся робити? — тремтячим голосом запитала Шерлі, коли Конні наблизилася до вікна.

— Це таємниця, — відповіла дівчинка, намагаючись не видати власного хвилювання, — ти, головне, тримайся міцніше!

Не наважуючись глянути вниз, Конні обережно ступила на підвіконня. Вона скинула туфлі-човники, адже босоніж зручніше. Дотягнувшись до ринви, Конні міцно-міцно обхопила її обома руками.

— Тримайся міцніше! — повторила вона, обернувшись до Шерлі, хоч це було ►

зайвим. Вона відчувала, що малятко щосили обхопило її. Конні зробила крок із підвіконня.

Натовп унизу злякано ахнув.

Дівчатка повисли в повітрі. «Чи витримає труба таке навантаження?» — промайнула в голові думка. Конні сподівалася на диво. Труба злегка подалася вперед, проте інших пошкоджень наче не було. Повільно Конні зісковзнула вниз. З вікна дитячої, яку вони ледве встигли покинути, виринали язики полум'я і валив дим.

Погляди присутніх унизу людей були спрямовані на дівчаток. Навіть приїзд пожежної машини не зміг відвернути їхньої уваги. Коли нога Конні нарешті торкнулася землі, пролунали радісні вигуки. Люди обступили дівчаток, бажаючи похвалити Конні за відвагу.

По щоках місіс Браун текли сльози полегшення та радості. Притискаючи до себе Шерлі, вона промовила до Конні: «Я так вдячна тобі. Не знаю, що б ми без тебе робили!».



Хтось у натовпі запропонував:

— Що скажете, якщо ми крикнемо «ура!» на честь найхоробрішої дівчинки нашого міста? Присутні схвально закивали, а щоки Конні вкрилися густим рум'янцем.

Наступного дня, повернувшись додому зі школи, Конні побачила автофургон із крамниці Джонсонів, припаркований біля її будинку. Працівник служби доставки саме розвантажував з нього новий блискучий велосипед.

— Ви, напевно, помилилися адресою, — підійшовши до нього, зауважила Конні.

— Не думаю, — відповів той, усміхнувшись, — ви хіба не міс Конні Денфорд?

— Так, це я, — здивовано кивнула Конні.

— Тоді це для вас!

До того часу велосипед уже красувався на доріжці.

Від хвилювання в Конні перехопило подих. Дівчинка помітила конверт зі своїм ім'ям, прикріплений до його керма.

Швидко відкривши його, вона дістала записку. Ось що в ній було написано:

«Дорога Конні!

Ми ніколи гідно не зможемо віддячити тобі за хоробрість, яку ти виявила вчора, рятуючи Шерлі. Одного разу в розмові зі мною твоя мама обмовилася, що ти мрієш про велосипед. Ми сподіваємося, що ти приймеш цей подарунок на знак нашої тобі подяки.

З любов'ю і щирою вдячністю,

місіс Дженіс Браун».

Склавши записку, Конні сховала її в кишеню. Усе ще не вірячи своїм очам, вона погладила блискуче кермо велосипеда, задоволено бурмочучи під ніс: «А я ще говорила, що в нашому місті ніколи нічого дивовижного не відбувається!»

 **Еллен Е. МОРРИСОН**

Переклад: **Олена КОТЛЯРОВА**

ПРИТЧА

Перспектива

Один мудрець показав учням птаха і запитав: у яких випадках птах може бути більшим за гору? Юнаки так і не знайшли відповіді. Тоді вчитель відповів сам: коли він знаходиться до нас ближче, ніж гора.

Звісно, жоден навіть найбільший птах не може бути більшим навіть за найменшу гору. Однак саме такий оптичний парадокс виникає, коли пташки сідають на моє вікно і затуляють собою на горизонті гору.

Часом ми бачимо таку саму спотворену перспективу, коли ми дивимося на свої проблеми. Вони здаються нам величезними, грізними та нездоланими. Однак усе це з однієї простої причини: проблеми близько, а Бог здається далеким, зовсім як та гора, а тому сприймається нами як малопомітний і недосяжний.

Пророк Ісаї виправляє наш погляд, ставлячи риторичні запитання: «Хто води поміряв своєю долонею, а п'ядею виміряв небо, і третьою мірою обняв пил землі, і гори ті зважив вагою, а взгир'я – шальками?» (Ісаї 40:12). Господь «змученому дає силу, а безсилому – міць» (в. 29).

Як птах ніколи не зможе стати більшим за гори, так і всі наші потреби та скорботи ніколи не перевищать Божої сили та доброти. Річ у перспективі. 



Точка невозврата



Я никогда не страдала рассеянностью. И не припомню, чтобы когда-то что-то теряла в общественных местах. Разве что дома, скажем, второй носок... Или кошелек с правами оставляла в одной сумке, а уезжала с другой. Но во время недавней пересадки в аэропорту я едва не забыла сумку ручной клади. Дважды. И если бы не мой спутник, который первый раз подсказал, что было бы хорошо, уходя, захватить сумку, а второй раз, уже ничего не говоря, просто смиренно катил ее, сняв с ленты досмотра, я бы потеряла самое ценное из того, что везла с собой.

Спустя полчаса или час я заметила отсутствие своей ручной клади. Однако удивилась не тому, что сумка все время катилась рядом, оставаясь вне поля моего зрения, поскольку подобное для меня не редкость, а тому, что мне отнюдь несвойственно, – эпизоду «оставить и забыть» с убедительным повторением. Точно зная, что «вместо шапки на ходу он надел сковороду» – это не обо мне, я оправдала потерю бдительности усталостью от двух бессонных ночей в совокупности с пятнадцатью часами в воздухе.

● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

Усталость – это рассеянная секретарша, которая поможет потерять то ценное, над чем мы долгое время трудились, продвигаясь к цели.

.....

С ее легкой руки мы оставляем свой ценный груз на ленте лет, потому что устаем нести его дальше, устаем от огня испытаний, который его очищает, устаем концентрироваться на надежде, которую Бог однажды вдохнул в наше сердце, устаем долго верить в то, что уже годы стоит на запасных путях...

Сколько времени человек способен хранить в своем сердце Божье обетование? У Ноя были все шансы свернуть 120-летнюю стройку ковчега уже после первых десяти лет и перестать выглядеть чудачком. А Сарра и Авраам, которые ждали обещанного ребенка до несоответствующего возраста и родили сына, когда могли бы уже иметь правнука? А Иосиф, который, увидев фрагменты из привлекательно-почтенного будущего, тут же «загребел» на много лет в непривлекательную тюрьму? А Давид, который, вместо того чтобы быстро надеть на себя обещанную царскую корону, тринадцать лет бегал от копья Саула?..

Слово Божье, когда-то давно вошедши в нашу жизнь, с тех пор не утратило своей силы. Его Слово – не воздушный шарик, который с течением времени, теряя давление, сдувается и упраздняется. У Божьего Слова нет срока годности, оно непоколебимо, его исполнение не зависит от того, на какое время ожидания рассчитывает наше нетерпеливое терпение.

Для Бога не представляется сложным изменить ситуацию сегодня и ►

сейчас, не заставляя нас в течение долгих лет смотреть в безоблачное небо в ожидании дождя. Но Господь укрепляя нашу веру, высекая и ваяя характер, переплавляя золото, держит облака в связке, дабы однажды пролить из них обещанный обильный дождь, воплотив слово, которое Он когда-то изрек с тем, чтобы побудить нас отплыть от одного житейского берега к другому.

Между словом Бога и его воплощением перекинут мост – время подготовки. Когда мы концентрируемся на прозвучавшем для нас обетовании, то извлекаем ценности из расставленных на пути духовных «тренажеров». Если же мы фокусируемся на ожидании, то устаем; и усталость размывает картинку целевого берега, незаметно ворюя из нашего сердца сокровище – Слово Бога, которое отправило нас в путь.



.....

Усталость поможет растерять все ценности пройденного пути и прибить нас к исходному берегу. Но близкое завершение пути – не лучшая точка возврата.

.....

«Наблюдайте за собою, чтобы нам не потерять того, над чем мы трудились, но чтобы получить полную награду» (2 Ин. 1:8).

 Автор: Марина Миронова



Теперь мы в App Store



Приложение: «LifeSource»

