



МУДРОСТЬ

«Не хлебом одним будет жить человек, но всяким словом, исходящим из уст Божиих»  
(Мф. 4:4).

500UA  
РЕФОРМАЦІЇ

# ВЕЧНОЕ СОКРОВИЩЕ

№ 9 Сентябрь 2017

Ежемесячная христианская газета

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



## ПСАЛОМ 90



Живущий под кровом Всевышнего под сенью Всемогущего покоятся, говорит Господу: "прибежище мое и защита моя, Бог мой, на Которого я уповаю!" Он избавит тебя от сети ловца, от гибельной язвы, перьями Своими осенит тебя, и под крыльями Его будешь безопасен; щит и ограждение – истина Его. Не убоишься ужасов в ночи, стрелы, летящей днем, язвы, ходящей во мраке, заразы, опустошающей в полдень. Падут подле тебя тысяча и десять тысяч одесную тебя; но к тебе не приблизится: только смотреть будешь очами твоими и видеть возмездие нечестивым. Ибо ты сказал: "Господь – упование мое"; Всевышнего избрал ты прибежищем твоим; не приключится тебе зло, и язва не приблизится к жилищу твоему; ибо Ангелам Своим заповедает о тебе – охранять тебя на всех путях твоих: на руках понесут тебя, да не преткнешься о камень ногою твою; на аспида и василиска наступишь; попирать будешь льва и дракона. "За то, что он возлюбил Меня, избавлю его; защищу его, потому что он познал имя Мое. Воззовет ко Мне, и услышу его; с ним Я в скорби; избавлю его и прославлю его, долготою дней насыщу его, и явлю ему спасение Мое".



## ЗОНТИК

Холодные капли монотонно барабанят по стеклу, и мне вспоминается одна маленькая история, из которой я извлек для себя большой урок.

Это произошло год назад, в один из тихих осенних дней, когда небо прозрачное и воздух кажется звонким. Ветер срывал первые желтеющие листья, и дома усидеть было невозможно.

Солнце уже клонилось к закату, когда я, жена и наша младшая дочка отправились прогуляться, а заодно навестить друзей. Там мы неплохо проводили время в разговорах за чаем, когда в уютную тишину вечера ворвалась частая дробь падающих капель дождя. Надеясь переждать его, мы задержались допоздна. За окном давно стемнело, а ливень не прекращался. Кроме того, мы вышли из дома без зонта, а тот, который одолжили нам друзья, мало помог – мы возвратились домой промокшими до нитки. Настроение испортилось – мы опасались простуды.

Однако все обошлось, и об этом эпизоде можно было забыть, если бы он не имел продолжения. Когда через несколько дней распогодилось и

## НАВСТРЕЧУ СОЛНЦУ – ЗНАЧИТ ДОМОЙ



Я шел против солнца. Это было очень трудно, но терпимо, иначе я давно повернулся бы назад. Но идти надо было. Я знал это точно. Где-то там меня ждал мой дом.

Дома хорошо. Там тебя все любят, уважают, всегда рады видеть. Дома уютно. «Мой дом – моя крепость», – говорит народная мудрость. И это правильно сказано. Дома чувствуешь себя защищенным, нужным, востребованным, даже когда ничего не делаешь. Память о доме живет глубоко во мне и побуждает стремиться вперед.

Когда-то давно я вышел из дома, решив прогуляться. Солнце светило в спину, поэтому идти было легко. Оно не было в глазах, не пекло лицо, а просто светило и грело.

Но потом наступила ночь. Стало холодно и неуютно. И я сразу вспомнил о солнце и пожалел, что ушел из дома.

Но пришел рассвет, и тяготы ночи забылись, привлекли новые приключения дня. Так я пошел дальше, и дальше, и дальше...

Со временем я настолько принарвался к ночи, что полюбил ее больше, чем день. Ночью многое не видно, а кое-что предстает в привлекательном свете. Однако внутри меня осталось чувство чего-то утраченного. И все эти развлечения и приключения не смогли заглушить его. Напротив, чем дальше я находился вне дома и солнца, тем больше становилась тоска.

Сначала я понимал, что меня тянет домой. Потом понимание ушло,

но чувство осталось. Не понимая, что это, я погружался в приключения, надеясь избавиться от этого чувства. Но кто испытал его, тот понимает: все напрасно.

Потом кто-то рассказал мне о своем доме и спросил о моем. А я настолько удалился от своего дома и от света, что посмеялся над этим человеком. Но когда он ушел, я задумался...

Вспомнил, что у меня тоже был свой дом, были родные и близкие. Сравнил ту жизнь и эту. Решил посмотреть на все при солнечном свете. Посмотрел и ужаснулся. А потом пошел домой. Но забыл, что путь домой – это дорога лицом к солнцу. А против солнца идти трудно.

И теперь я брел, словно в пустыне. Мимо меня проплывали дома, люди, машины. Но это было как будто во сне, в тумане. «Мираж», – думал я и шел вперед. Я не понимал, почему солнце так недружелюбно ко мне. Ведь я иду к нему, иду домой. А оно будто хочет расплывть меня, испепелить. Да, трудно идти против солнца!

Ужасно хочется пить. Сглатываю слюну, но и она какая-то сухая. На минуту жажды утихает, а потом разгорается снова. Нужна настоящая вода – свежая, прохладная. Нужен поток воды, чтобы и попить, и искупаться.

Мысли о воде на время заглушили чувство реальности и жары. Но потом я поднял голову, и слепящий луч солнца привел меня в чувство. А

в следующий момент я понял кое-что, и идти стало гораздо легче.

Солнце – друг. Оно не печет, греет всех одинаково. Дело во мне, в моем восприятии. И как только я это осознал, перестал ощущать жажду. Я стал идти не против солнца, а навстречу ему. Стало просто тепло. Подул ветерок. Мгновенно стала появляться тень, еще больше облегчая мою дорогу. И солнце оказалось сбоку, как товарищ, плечом к плечу. Оставшийся путь до дома я преодолел легко и радостно. Порой еще становилось жарко, но каждый раз это помогало мне осознавать и вспоминать теплоту родного дома.

Однако ничто не сравнится с прибытием домой. Это праздник. Ведь дом – это место для тебя. Здесь все родные и все родное. Каждый из нас родился, чтобы быть в Отчем доме.

Человек рожден, чтобы пребывать в постоянном общении с Богом. Быть с Отцом – значит быть Дома. Только с Ним чувствуешь себя в безопасности, чувствуешь свою востребованность. Грех отделяет человека от Бога, но Христос умер, чтобы разрушить это препятствие. Поэтому в период жизни на Земле у каждого из нас есть шанс повернуть к Дому, попасть в объятия самой родной Личности, в объятия Небесного Отца. Нельзя упускать такой шанс, иначе будет поздно.

Иван Федотов

мы снова собрались на прогулку, наша дочка отправилась доставать свой маленький зонтик. При этом она просила нас последовать ее примеру и непременно взять с собой наши зонты. Когда мы с женой пытались возражать, ссылаясь на хорошую погоду, наша малышка, совершенно искренне удивляясь беспечности взрослых, напомнила о том дождливом вечере, заставшем нас врасплох. Всего лишь одна ночной прогулка под чужим зонтом убедила ее в двух важных вещах. Во-первых, она была уверена, что дождь – явление скорее неизбежное, чем вероятное, и твердо решила приготовиться к нему заранее, не позволяя себе обмануться безоблачным небом. Во-вторых, ребенок понял, что лучше для подобного случая иметь собственный зонт, чем чужой, да еще и один на всех.

Помню, тогда меня поразила недетская мудрость четырехлетнего ребенка. Вспомнились слова Иисуса Христа, когда Он обращался к Богу Отцу: «Славлю Тебя, Отче, Господи неба и земли, что Ты утаил сие от мудрых и разумных и открыл младенцам» (Лк. 10:21). Этот простой пример с зонтиком убедил меня в превосходстве

живой детской веры над пресловутой житейской опытностью. И мы больше не смеялись над нашей дочерью, разгуливавшей с зонтом при ясной погоде. Она чувствовала себя в безопасности и была готова к любым неожиданностям – у нее был свой маленький зонтик.

Мои взрослые друзья! Когда вы снова услышите о Спасителе мира – Иисусе Христе, не спешите отвергать предложенное Им спасение. Ведь речь идет не о дожде и простуде. Это уже вопрос жизни и смерти. И Спаситель Христос подобен тому зонтику, который закрывает людей от опасностей.

Христово спасение адресовано всем. Но для этого нужна вера в то, что опасность и само спасение от нее – реальны и находятся в Божьей власти. Но главное – спасительная вера в Иисуса должна быть сугубо личной. Чужая вера спасти не может. Только вы сами должны получить от Иисуса ваш давно приготовленный «зонтик» спасения. Получив же его, не выпускайте из рук никогда, даже если небо кажется ясным. И будьте внимательны к детям. Возможно, они научат вас

предусмотрительной мудрости, как это случилось со мной благодаря моей маленькой дочке.

Владимир Ш.



## РАДИ БОЖЬЕЙ ЛЮБВИ



Английский писатель Уильям Сомерсет Моэм сказал однажды: «Величайшая трагедия жизни – это не то, что люди умирают, а то, что они перестают любить». Возможно, это так. Или, может быть, величайшая трагедия – это не то, что люди перестают любить, а то, что они никогда не любили.

Когда смотришь на мир, то плоды так называемой любви могут показаться на самом деле мучительными. Многое, что совершается во имя любви, заставляет людей думать, что любовь – не что иное, как проклятие, иррациональный эмоциональный порыв, побуждающий к ужасным действиям. Подумайте о расторженных браках, разрушенных домах, разбитых и оскорбленных сердцах. Такие примеры, повторяющиеся вновь и вновь на протяжении истории, влияют на восприятие этого чувства.

И все же любовь – это основополагающий элемент творения. Она пронизывает и объединяет Божью Вселенную от мельчайших атомов и до самых холодных сфер космоса. Поскольку Бог есть любовь, то мы можем быть уверены, что это что-то хорошее, несмотря на то, насколько жалко она проявляется среди нас. Нам необходимо знать, что такое любовь, потому что результатом прощения, которое мы обретаем посредством креста, является наша любовь к Богу и человечеству.

В христианстве любовь исходит от Бога. И мы любим, потому что Бог прежде возлюбил нас. Обратите внимание на слово «прежде». Человеческие существа любят, потому что любовь изливается в наши сердца от Бога. Если мы не получим этой любви, то никогда не сможем проявить ее. Христиане, познавшие Бога и Его любовь, проявляют любовь как к Богу, так и к ближним, отражая качества своего Творца.

Божья любовь к нам предшествовала нашей любви к Нему. Не наша любовь к Богу побудила Его послать Иисуса в этот мир; это была Его любовь к нам. Даже если бы мы не любили Бога, Христос все равно пришел бы на Землю. Божья любовь к нам не основывается на том, что мы можем дать взамен. Его любовь превосходит нашу и не зависит от нее.

Каждый может сказать, что любит кого-то. Но что это означает? Небесный Отец доказал Свою любовь к нам, послав Сына на смерть за наши грехи. Только после того как мы осознаем, что это означает, мы сможем начать понимать ту невероятную любовь, которая была проявлена к нам.

Неудивительно, что мы любим Бога. Благодаря Христу нам прощены наши грехи. А мы проявляем любовь к Нему, соблюдая Его Заповеди. Жизнь со Христом в послушании – это не просто внешнее следование свободу правил и предписаний. И робота можно запрограммировать таким образом. Напротив, послушание включает в себя чувства, мысли, цели и мотивы – те сферы нашей жизни, которые

являются источником наших поступков и поведения. Мы подчиняемся Богу не только потому, что нам было заповедано поступать так, но потому, что любим Бога, ведь Он явил нам, что любит нас и желает нам всего самого лучшего. Крест показывает нам, что мы можем доверять Господу, что Ему не безразличны наши желания. Мы подчиняемся не потому, что хотим спасти, а потому, что Он уже спас нас, потому, что через Иисуса наши грехи прощены и у нас уже сейчас есть обетование о вечной жизни. Благодаря этому мы любим Бога, и следствием нашей любви является исполнение Его Заповедей.

«В сердце, обновленном Божественной благодатью, любовь является мотивом действий. Она меняет характер, управляет побуждениями, удерживает страсти, усмиряет вражду и облагораживает чувства» (Э. Уайт).

Нет никакой тайны в Законе Божьем и в том, почему Господь хочет, чтобы мы его соблюдали. Если бы ребенок стоял на десятиметровой высоте, хотел бы отец, чтобы его дитя сделало шаг вперед? Конечно же, нет. Но почему? Ответ прост: согласно закону притяжения, ребенок упал бы на землю и разбился. Живя в этом мире, мы подчиняемся не только физическим законам, но и нравственным. Нарушение физических законов может повлечь гибель, нарушение нравственных законов также причиняет нам вред. Бог не хочет, чтобы это происходило с нами. И причина этого в том, что Он просто любит нас.

«Закон, данный на Синае, провозглашал принципы любви... Господь открыл Израилю предназначение закона, сказав: «И будете у Меня людьми святыми»» (Э. Уайт. Нагорная проповедь Христа).

Божья любовь подчеркивает каждое предписание Закона. Заповеди предназначены для нашего счастья, и нарушение их приводит к гибели. Закон Божий – это не вопрос поступков, а нашей сущности, нашего образа жизни. Десятисловный Закон – это скорее принципы, чем правила и предписания того, что можно и чего нельзя. Бог желает, чтобы эти принципы стали частью нашего характера. Именно это Он и подразумевает, когда обещает вписать Свой Закон в наши сердца. Бог сделает их основой нашей жизни. Это будет свидетельствовать о том, что мы пребываем со Христом. Гармония с Его Заповедями станет нашим образом жизни.

Апостол Павел обращал внимание на связь между любовью и Законом. Между ними нет ни напряженности, ни противоречия, ни противостояния. Апостол не говорит то, что мы часто слышим от людей: «Нам не нужно соблюдать Закон; все, что нам требуется, – это любовь». Он утверждает обратное. Соблюдение Закона не заменяет любовь; соблюдение Закона – это особое проявление любви. Любовь – это глагол. Она предполагает действие. А Закон является лишь указанием на

то, как проявлять любовь и к Богу, и к людям.

Вера во Христа никоим образом не освобождает человека от исполнения Закона. Наоборот, мы любим Бога и благодарим за то, что Он сделал для нас. Если крест и то, что он означает для нас, не побуждают человека любить Господа, то все остальное бесполезно. Мы любим Бога и ближних благодаря кресту, и Десять Заповедей представляют собой принципы того, как выражается эта любовь и к Богу, и к человеку. Оправдание по вере ставит Закон на более высокую ступень в христианской жизни, делая очевидным то, что значит быть последователем Христа, а не отрицает его.

Мы не можем заслужить спасение послушанием. Бог дает спасение даром, и оно принимается верой. Послушание является плодом веры. Если мы пребываем во Христе, если любовь Божья живет в нас, наши чувства, мысли, намерения и поступки будут в согласии с волей Бога, выраженной в Его святом Законе.

Христос – наш Спаситель, умерший за грехи мира; взирая на Агнца Божьего, распятого на Голгофском кресте, мы начинаем лучше понимать тайну искупления, и благость Божья ведет нас к покаянию. Своей смертью ради спасения грешников Христос явил непостижимую любовь. Эта любовь, принятая нами, смягчает наши сердца, пленяет разум и пробуждает в душе раскаяние.

Человек может сопротивляться этой любви, этой силе, влекущей его ко Христу. Однако если он не воспротивится, то непременно будет привлечен к Иисусу. Познавая План спасения, он придет к подножию креста с покаянием в своих грехах, которые причинили столько страданий возлюбленному Сыну Божьему. Немногие задумываются о тех страданиях, которые грех причинил нашему Создателю. Все Небо страдало вместе со Христом, и это страдание не началось и не закончилось Его явлением человечеству. Крест лишь открывает нашим притупленным чувствам боль, которую причинил Божьему сердцу грех. Каждое отступление от справедливости, каждый грубый поступок, каждая неудача человечества в достижении Его идеала огорчают Христа.

Господь не требует, чтобы мы отказались от того, что служит для нашего блага. Он всегда действует в интересах Своих детей. Человек причиняет себе величайший вред, когда мыслит и действует вопреки воле Божьей. Нельзя быть по-настоящему счастливым, идя запрещенным Богом путем. Ведь только Он знает, что именно для нас лучше, и все делает для нашего блага. Путь греха – это путь страдания и гибели.

Господь дарует каждому прощение, исходящее из сердца, полного бесконечной любви. Приняв эту любовь, мы обретем совершенный мир, превосходящий всякое понимание.

Подготовила Лика Введенская

## Любовь – лучшее лекарство



Однажды Уинстона Черчилля пригласили на банкет. После того как гости насытились, их спросили, кем бы они хотели стать, если бы имели возможность повернуть время вспять. Когда пришла очередь Черчилля, он встал за свою жену, положил руку на ее плечо и сказал: «Если бы я не мог быть тем, кем я есть сейчас, то мне хотелось бы стать вторым мужем леди Черчилль». Несомненно, это был необычный способ показать жене свое расположение и уважение.

Любовь, как и сама жизнь, является даром нашего прекрасного Творца. Он сотворил человека с желанием дарить и принимать любовь. В наши сердца Бог вложил потребность любить и быть любимыми. Кто-то сказал: «Человек так же сильно нуждается в открытой любви и в открытом восхищении, как и в воздухе». Почему же мы так редко проявляем свою любовь к другим, если сами так в ней нуждаемся? Подарите сегодня миру немного любви. Если вы любите кого-то, покажите это. Любовь – не просто эмоция, это действие. Любовь не может существовать без внешних проявлений, как и огонь нельзя поддерживать без дров. Чтобы любовь росла, ее надо подпитывать, как растение, за ней нужно ухаживать. Но как можно вырастить любовь? Подумайте о проявлении нежности, о готовности скорее уступить, чем настаивать на своем, отдавать, а не брать; интересоваться потребностями других, проникаться переживаниями близких, а не говорить постоянно о своих. Стоит ли оставаться второй скрипкой в семейном оркестре, если уважением к чувствам другого, признанием своих ошибок мы можем занять первое место в жизни своего спутника? «Всякое раздражение и ярость, и гнев и крик, и злоречие со всякою злобою да будут удалены от вас; но будьте друг ко другу добры, сострадательны, прощайте друг друга, как и Бог во Христе простил вас» (Еф. 4:31, 32). Доктор Карл Менninger, известный психиатр, как-то сказал: «Любовь – это средство для спасения мира». Мы жили бы совсем в другом мире, если бы движущей силой каждого человека была любовь!



## ЕЛИЗАВЕТА ТЮДОР



Имя Елизаветы неразрывно связано с золотым веком в истории Англии. Так время правления королевы Елизаветы называли не только исследователи, даже современники с восторгом отзывались о дочери Генриха VIII, ценя ее образованность, решительность и меценатскую деятельность. Без преувеличения можно сказать, что в XVI веке не было более могущественной женщины, которая имела бы большую власть и лучше бы сумела воспользоваться ею для преобразования доверенной ей страны в доминирующую силу в Европе – как на суше, так и на море. Однако роль Елизаветы не ограничивалась политикой, экономикой и культурой – именно благодаря ей Реформация окончательно утвердилась в Англии.

Елизавета родилась 7 сентября 1533 года в семье Генриха VIII Тюдора, английского короля, и его второй жены Анны Болейн. Рождению девочки предшествовали драматические события. Еще с 1509 Генрих был женат на Екатерине Арагонской, дочери испанских монархов Фердинанда Арагонского и Изабеллы Кастильской. Из одиннадцати рожденных в браке с Екатериной детей (среди которых было и три мальчика) выжила только дочь Мария, будущая «Кровавая Мэри». Все остальные дети умерли в младенчестве. Король был разочарован: он начал изменять жене, постепенно отдаляясь от нее. В 1526 году Генрих влюбился в Анну Болейн, сестру его бывшей любовницы Мэри. Анна, в отличие от сестры, не уступала домогательствам короля. Она поставила условие, что должна стать его законной женой.

Генрих начал искать способ аннулировать свой брак с Екатериной Арагонской. Сам король обосновал свое желание разорвать союз с женой тем, что, женившись на Екатерине, пошел против библейского постановления: «Если кто возьмет жену брата своего: это гнусно; он открыл наготу брата своего, бездетные будут они» (Лев. 20:21), ведь она до этого была в браке с братом Генриха Артуром, который умер молодым. Екатерина же доказывала: поскольку брак с Артуром не был консуммирован (молодые не жили супружеской жизнью), то нельзя считать его действительным. Не дал разрешения развестись королю и сам Папа. Это разозлило Генриха, который решил пойти на риск – заставил парламент утвердить Акт о супрематии (акт, провозгласивший Генриха VIII единственным верховным земным главой Англиканской церкви), который отменил полномочия Папы Римского как главы Англиканской церкви. Отныне он сконцентрировал в своих руках всю полноту политической и религиозной власти в своем государстве.

Екатерину Арагонскую отправили в отдаленный замок – она не согласилась с решением своего мужа, считая себя законной королевой. Генрих даже запретил ей видеться и общаться с дочерью Марией, обещая, однако, изменить ситуацию, если они признают законность его нового брака. Екатерина и Мария отказались. Они продолжали переписываться благодаря друзьям, которые тайно передавали письма матери и дочери. Стоит отметить, что и значительная часть английского общества симпатизировала стойкой

королеве, в частности, та, которая оставалась католической.

Четырнадцатого ноября 1532 года английский король тайно женился на Анне Болейн. Немного позже назначенный Генрихом новый архиепископ Кентерберийский Томас Кранмер аннулировал брак короля с Екатериной Арагонской и через четыре дня признал действительным брак с Анной Болейн.

Однако вместо ожидаемого сына родилась дочь Елизавета. В течение следующих двух лет у Анны несколько раз были выкидыши, и Генрих начал искать альтернативу своей жене. Вскоре он заинтересовался Джейном Сеймуром и, чтобы жениться на ней, начал расследование по обвинению в государственной измене против Анны Болейн. Второго мая 1536 года королева была арестована. Уже 14 мая Кранмер признал брак Генриха с Анной недействительным, а через пять дней королева была казнена. Так Елизавета потеряла мать в два с половиною года. Поскольку брак ее родителей был аннулирован, она потеряла титул принцессы Уэльской и провозглашалась незаконорожденным ребенком, как и ее сводная сестра Мария, дочь Екатерины Арагонской.

В день казни Анны Генрих обучился с Джейном Сеймуром. Свадьбу они отпраздновали уже через 10 дней. Именно Джейн подарила королю долгожданного наследника. Двенадцатого октября 1536 года новая королева родила сына Эдуарда. Елизавета после рождения сводного брата вошла в его свиту: они воспитывались вместе и, несмотря на конфликты, сопровождавшие их рождение и ранние годы, любили и поддерживали друг друга в течение всей жизни.

Учиться Елизавета начала достаточно поздно, только в 1544 году, когда отец все же признал ее законнорожденной, как и ее сестру Марию, восстановив дочерей в праве на престолонаследие после Эдуарда и его возможных детей. Кто же учил будущую королеву? Если подытожить, то все они имели реформаторские убеждения и были из круга архиепископа Томаса Кранмера, а также немецких реформаторов. Уильям Гриндаль, выпускник Кембриджа, учил принцессу латыни и греческому языку. Жан Бельмен, который был также учителем Эдуарда, преподавал Елизавете французский и каллиграфию. В августе 1549 года Эдмунд Аллен, катехист евангелического направления, стал ее духовником. По просьбе Мартина Буцера Аллен также привлек к кругу учителей Елизаветы Иохана Спитховиуса, ученика Филиппа Меланхтона. Имя ближайшего соратника Лютера не случайно появилось в контексте образования принцессы. Как показали дальнейшие события, великий педагог Реформации Меланхтон не ошибался, предоставляя образовательному направлению преимущество в первые годы религиозной реформы. Ведь и принц Эдуард, уже будучи, хоть и недолго, королем Эдуардом VI, и Елизавета покажут себя защитниками протестантизма в Англии. Религиозной стойкостью Эдуард и Елизавета, безусловно, во многом обязаны своим учителям.

Вернемся к семейному кругу: отрицательно или положительно он влился на Елизавету? После смерти Джейн Сеймур, матери Эдуарда, Генрих женился еще три раза. Как ни странно, но то,

что король менял жен, особо не влияло на его дочь. Более того, с последней его женой Катариной Парр, на которой Генрих женился в 1543 году (за четыре года до своей смерти), у Елизаветы и Эдуарда были дружеские отношения. Кроме доброжелательного отношения, этому, несомненно, способствовали реформаторские убеждения Катариной. Она, в отличие от консервативного короля, была убежденной протестанткой.

В 1547 году Генрих VIII умер, оставив престол своему малолетнему сыну Эдуарду. Лордом-протектором стал Эдуард Сеймур, а епископ Кранмер продолжал реформировать церковь. В 1547 году были применены жесткие ограничения относительно икон в церквях. Традиционные церковные облачения и утварь были сожжены или переплавлены. В 1551 году система епископатов была изменена – епископы становились государственными служащими, которых назначал король. В следующем 1552 году Книга общей молитвы (исповедание англиканской веры и сборник молитв) была отредактирована в пользу строгого протестантского толкования. Таким образом, Реформация, основанная Генрихом, продолжалась. Принц, которого воспитывали в протестантском духе, одобрял этот процесс.

Однако 6 июня 1553 года юный король (ему едва исполнилось 15) умер от легочной болезни, по мнению современных исследователей, от туберкулеза. Эдуард перед смертью, не желая видеть на троне свою сестру-католичку Марии, исключил ее из порядка престолонаследия. Ему пришлось исключить и Елизавету, потому что, по мнению его советников, в том числе Джона Дадли, герцога Нортумберлендского, нельзя было лишить прав на трон лишь одну из сестер. Поэтому после смерти Эдуарда Дадли попытался утвердить на престоле леди Джейн Грей, двоюродную внучку Генриха VIII. Однако этот замысел провалился – юная королева была казнена, пробыв на троне менее двух недель, а все, кто ее поддерживал, – арестованы.

Правление Марии Тюдор, дочери Генриха и его первой жены Екатерины, продолжалось с июля 1553 года до 17 ноября 1558 года. Оно означало начало Контрреформации в Англии. Мария преследовала и казнила протестантов, за что современники и исследователи называли ее «Кровавая Мэри».

Уже в январе 1554 года против Марии поднялось восстание под предводительством Томаса Ваята. Целью восставших было помешать заключению брака королевы с Филиппом II Габсбургом, фанатичным католиком. Более того, часть восставших выступала и за передачу короны Елизавете. Восстание было быстро подавлено, однако тень подозрения пала на саму Елизавету. Она была восстановлена при дворе только в 1556 году, когда снова получила шанс стать королевой после своей сестры. Осенью 1558 года Мария тяжело заболела. Она умерла 17 ноября, признав перед смертью Елизавету своей наследницей.

Новую королеву радушно встретила столица. Накануне своей коронации, 15 января 1559 года, она со свитой прошла торжественным шествием по Лондону. Елизавета понимала свою ответственность перед подданными, ждущими положительных изменений. Перед молодой королевой было несколько важных задач и проблем: религиозное законодательство, брачные вопросы и, немного позже, война с Испанией, которая была следствием религиозной политики и конфликта интересов в морской торговле. Рассмотрим, как Елизавета ответила на все эти вызовы. Прежде всего был принят Реформационный билль (акт или устав, принятый парламентом в Англии), который возвращал независимость Англиканской церкви, отменяя решения, принятые католичкой Марией. Также билль утверждал реформационные толкования сути причастия, запрещал почитание икон, позволял пасторам жениться и признавал Елизавету верховным правителем Англиканской церкви. Восьмого мая 1559 года был принят новый Акт о супрематии – Елизавета стала главой Англиканской церкви. Тогда же был принят и другой документ – Акт об единобразии (Act of uniformity), благодаря которому Книга общей молитвы (сборник вероисповедальных документов и молитв) принималась как единственная и обязательная для общего использования.

Второй задачей был выбор мужа. Елизавета должна была сделать выбор между браком по любви и браком по расчету. При дворе всем было известно,

что молодая женщина полюбила своего друга детства Роберта Дадли. Тот в 1559 году был еще женат на уже тяжелобольной Эмме Робсарт. Однако после загадочной смерти жены в сентябре 1560 года Дадли так и не смог жениться на Елизавете. Против выступил Тайный Совет, главный совещательный орган при королеве. Лорды утверждали, что она потеряет популярность и доверие народа. Оставался брак по расчету. Королева с осторожностью подходила к выбору мужа среди многочисленных кандидатов. Среди них были и Филипп II, который был не против жениться на сестре первой жены, и Эрик XIV, король Швеции, а также Иван IV Грозный, московский царь, Генрих и Франциск Анжуйские, герцоги Алансонские, и многие другие. В 1563 году Елизавета переболела оспой и проблема престолонаследия встала с новой остротой. Парламент требовал, чтобы королева вышла замуж и родила наследника, дабы избежать гражданской войны в случае ее внезапной смерти. Елизавета пообещала лордам: «Я никогда не нарушу слово короля, данное публично, для сохранения своей чести. Поэтому говорю снова, что я выйду замуж настолько быстро, насколько это будет прилично, если только Господь не заберет к Себе того, за кого я хочу выйти, или меня саму, или не позволит еще чему-то значительному помешать мне». Однако время шло, а королева отказывала потенциальным мужьям и не желала называть наследника. Что же было причиной такого поведения? Во-первых, будучи долгое время второй в порядке престолонаследия, она помнила, как уязвима позиция монарха, когда уже известно, кто будет следующим, – особенно ярко это проявилось на примере ее сестры Марии. Во-вторых, ее сердце все еще принадлежало Роберту Дадли. Это чувство она пронесла через всю жизнь.

Другой проблемой были внешнеполитические конфликты. В конце 1580-х годов обострились отношения между Англией и Испанией. Поводом к войне стали удачные и дерзкие экспедиции Фрэнсиса Дрейка, пирата, который, атакуя испанский торговый флот и порт Кадис, спровоцировал ощущимые финансовые потери испанцев. Филипп II объявил войну Англии и отправил к ее берегам Большую Армаду – впечатляющую флотилию испанских военных кораблей под предводительством герцога Пармского. Корабли должны были вторгнуться в Англию с юго-востока. Из-за просчетов, незнания прибрежных течений и неудачной атаки английского флота возле Гравелина почти все суда Армады были разбиты на рифах, сожжены английскими моряками, а оставшиеся отступили. После этого испанский флот получил среди современников насмешливое название – «Непобедимая Армада». В начале августа Елизавета, еще не зная о поражении испанцев, посетила английские войска возле Тилбери. Одетая в сияющие доспехи поверх белого вельветового платья, она выступила перед военными с одной из самых известных своих речей. Елизавета произнесла слова, которые можно считать ее жизненным девизом: «Я знаю, что у меня тело слабое и немощной женщины, однако сердце и желудок короля, к тому же короля Англии, и никогда не допущу, чтобы Парма или Испания, или любой другой король Европы вторгся в мое королевство». Поданные восприняли победу над Армадой как знак Божьей благосклонности к Англии под руководством королевы-девственницы.

Конец жизни Елизаветы был отмечен рядом потерь и сложностей в политической жизни. Королева была сломлена смертями своих близких и друзей. По свидетельствам современников, в марте 1603 года она погрузилась в депрессию: ее любимый Роберт Дадли, ближайший советник Уильям Сесил, ее подруга Кэтрин Ховард, графиня Ноттингемская – все они уже ушли из жизни, и Елизавета чувствовала себя одинокой. Двадцать четвертого марта 1603 года она умерла во сне. Тогда Джеймс Стюарт был провозглашен английским королем Яковом I. Так закончилась династия Тюдоров, уступив Стюартам. Со смертью Елизаветы кончился и золотой век в истории Англии. Однако королеву не забыли: до сих пор ее уважают не только в родной стране, но и далеко за ее пределами, признавая ее исключительную харизму, несокрушимую силу воли и отвагу королевы-протестантки.

Степания Ковбасюк,  
кандидат исторических наук

## СТРАХ ВРАГА



Много лет я молчал о том случае, даже почти забыл о нем. А вспомнил, перечитывая начальную строчку 63-го псалма: «Услыши, Боже, голос мой в молитве моей, сохрани жизнь мою от страха врага». И я понял, как сильно все изменилось с тех пор...

Нередко случается так, что нам досаждают не столько наши враги, сколько наши собственные (часто преувеличительные) страхи, связанные с их присутствием в нашей жизни. Был такой враг и у меня. И самой большой угрозой, исходящей от него, была угроза моего публичного разоблачения. Но обо всем по порядку...

Я с детства боялся темноты и грозы, сторонился цыганок, остерегался собак. Особенно мне досаждала одна собачка из соседнего дома.

Заметив меня издали, она молнией бросалась ко мне и, заливисто лая, щелкала зубами в шаге от моих брюк. Я замирал, и, покрываясь холодным потом, ненавидел и это создание, и долговязого старика – хозяина собаки – за то, что тот ее любил и отпускал гулять без поводка.

Тогда я, как это иногда делает каждый из нас, ни к кому особо не обращаясь, эмоционально говорил: «Только бы пронесло!»

...Потом были пожары. Сначала – в соседнем подъезде, потом что-то горело в нашем подвале. И каждый раз, когда пожарные машины с жутким воем въезжали к нам во двор, у меня внутри все переворачивалось. А когда среди ночи в двух шагах от нашего дома несколько раз вспыхивали то сараи, то



трансформаторная подстанция, я очень испугался огня.

С тревогой я ждал приближения каждой ночи: вдруг мы уснем, а дом загорится?! Я вздрагивал от любого подозрительного звука. В дрожащем свете фар мне мерещились языки пламени. А тревожные сирены пожарных машин неизменно вызывали у меня повышение адреналина и надолго лишали сна. Я все недоумевал: как это взрослые позволяют себе безмятежно и крепко засыпать, не боясь сгореть во сне? Чтобы хоть как-то успокоиться, я тихо шептал в потолок: «Хоть бы этой ночью не случилось пожара!» – и лишь тогда засыпал.

Пожаров с тех пор не было, но страх остался, и я каждый раз перед сном повторял своего рода «молитву». Иногда добавлял к ней какую-нибудь сиюминутную просьбу: о здоровье мамы, о родных, о спасении от школьных стоматологов. Да мало ли какие еще страхи тревожат сердце подростка?! И по-прежнему этот вечерний молитвенный ритуал действовал на меня успокаивающе – я чувствовал, что делаю это не напрасно, меня обязательно услышат и как-то защитят неведомые, но добрые силы: мои представления о Боге были слишком расплывчатыми и неопределенными.

Но страхи страхами, а, как известно, реальные проблемы возникают внезапно. И как-то незаметно для себя я начал прибегать к услугам «высших сил» и днем. А для усиления своих молитв я решил еще и троекратно креститься – как это делала бабушка...

Теперь я «молился» по любому поводу. Сравнительно безмятежное течение моей жизни убеждало меня, что это и есть результат моих регулярных молитв.

...Но однажды меня разоблачили... Я шел вдоль школьного забора и о чем-то в очередной раз «договаривался» с Небесами. Оглянувшись по сторонам и никого не заметив, я трижды быстро перекрестился. Но меня засекли трое старшеклассников-хулиганов из соседнего двора. Они появились из-за угла, и их заводила ехидно спросил: «Ты что это тут – МОЛИШЬСЯ?» Он так и сказал – не «крестишься», а «молишься».

Мысли спутались: а если об этом случае станет известно в школе?! Там меня знали совсем другим: тихоня-отличник, член школьного Совета дружины, фотография которого – на Доске почета. И вдруг такой позор – крестится! А значит, и Богу молится. Тогда это было ужаснее, чем курить в школьном туалете или ругаться бранными словами!

Если бы они обыскали мои карманы, требуя мелочь, это было бы хоть и

унизительно, но все же не так страшно. Но те трое словно вытрясли мне душу – нагло и бесцеремонно! Что им сказать?! Опустив безвольно руки и даже не пытаясь оправдываться, я ждал пинков, оскорблений. Но они, постояв несколько минут, переглядывались со своим вождем. А тот, видимо, не совсем понимая, что со мной делать, развернулся и увел свою ватагу, пригрозив, чтобы я больше не смел молиться...

Так у меня появился враг, а моя школьная жизнь превратилась в кошмар. Креститься на виду я перестал, а молился в основном о том, чтобы тот мальчишка не выдал меня, а лучше бы и вовсе скорее забыл.

Как шпион, я незаметно следил за каждым его шагом. Встречаясь с ним в школьных коридорах, я мгновенно отворачивался к окну или убегал. Казалось, я чувствовал его и в любой толпе мгновенно сканировал его ехидное лицо с узким прищуром недобрых глаз.

Однажды мы все же столкнулись. Я осталенел, а он, скользнув по мне равнодушным взглядом, прошел всего в двух шагах от меня. «Неужели забыл?! Не может быть!» – блеснула радостная мысль. Но, даже измучившись от «страха врага», я все не решался поверить в «вымоленное» мной чудо.

...Прошло много лет. Детские страхи, подтолкнувшие меня к молитве, развеялись. Один за другим куда-то пропали враги. Но всякий раз, когда я слышал в толпе, как кто-то взволнованно шепчет: «Только бы не опоздать!», «Только бы получилось...!», «Только бы...!», я вспоминал, с какой искренней надеждой сам шептал каждый день подобные слова. И как просто однажды они превратились в настоящие молитвы, когда я ближе узнал Бога – Того, Кто все эти годы безотказно откликался на мои просьбы.

Я больше не стыжусь своих страхов, своих слабостей, своих молитв к Богу. Знаю, что Он, познавший горести и страдания, понимает меня и потому не осудит, не останется в стороне.

Помолитесь Богу и вы, если что-то тревожит. Расскажите Ему обо всем и... живите дальше. Вспомните, сколько раз вы и сами пытались молиться – перед лицом страха, когда сердце рвалось от отчаяния и надежды...

\*\*\*  
Молитесь Богу. Поверьте: это не трудно, не стыдно. Может быть, вам трудно начать? Тогда попробуйте повторить уже известный вам стих из 63-го псалма: «Услыши, Боже, голос мой в молитве моей; сохрани жизнь мою от страха врага» (ст. 2) Дальше – сами...

Владимир Шишков

## Как взбодриться осенью?



С приходом осени постоянно хочется спать, иногда нет сил даже ужин приготовить. Как избавиться от этого состояния?

Действительно, в условиях недостатка солнечных лучей очень трудно просыпаться и чувствовать себя бодро целый день, и все это из-за нехватки солнца и витамина D в организме. Но все-таки существует несколько способов, как взбодрить себя даже в самый холодный и серый день. Однако лучше все делать регулярно и в комплексе.

## 1. ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Комплекс упражнений утром поможет вам зарядиться энергией и бодростью, ведь физическая активность помогает мобилизовать работу корковых и подкорковых отделов центральной нервной системы, способствует улучшению крово- и лимфообращения, ускоряет венозный кровоток и устраняет застойные явления после сна. Оптимальный комплекс гимнастики состоит из упражнений, в которых задействованы все группы мышц.

## 2. РАННИЙ ОТБОЙ

Выделяйте 8 часов для сна, постоянно ложитесь и вставайте раньше и в одно и то же время. Это поможет организму просыпаться отдохнувшим каждое утро.

## 3. УПОТРЕБЛЯЙТЕ БОЛЬШЕ ПРОДУКТОВ, СОДЕРЖАЩИХ ТРИПТОФАН

Это аминокислота, из которой синтезируется серотонин. Серотонин имеет много важных функций: влияет на трудоспособность, концентрацию внимания, память и другие интеллектуальные процессы, а при его высоких концентрациях человек чувствует душевный подъем, эйфорию и радость. При сокращении светового дня выработка серотонина снижается, восполнить его запасы можно с помощью триптофана. Он содержится в орехах, бобовых.

## 4. БОДРЯЩИЙ СВЕТ

Циркадные ритмы человека зависят от солнечного света. Когда количество света по утрам снижается, ритмы организма не соответствуют нашему рабочему графику. Помогает фототерапия: сеансы по 30 минут в утренние часы с режимом облучения 10 000 люкс (нужны специальные лампы, делаются в поликлиниках). А можно купить специальный световой будильник, который за полчаса до пробуждения имитирует рассвет.

## 5. ВОДНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ

Каждое утро принимайте контрастный душ. О его пользе известно всем и давно, но большинство из нас находит десятки причин, чтобы не начинать эту для многих сначала малоприятную процедуру.

## 6. СВЕЖИЕ ФРУКТЫ И ОВОЩИ

Их необходимо употреблять, чтобы поддерживать запасы витаминов и микроэлементов.



## НА ГОЛГОФСКОЙ ВЕРШИНЕ



Я стою на Голгофской вершине,  
На пропитанной кровью земле.  
Здесь распят мой Господь... И отныне  
Мое место – на этой горе.

Среди тьмы, в тишине, на коленях,  
Со слезами и болью в глазах  
Я взираю на крест, где в мученьях  
Бог страдает на ржавых гвоздях.

«О, Иисус! Как же рана жестока!  
Что мне сделать? Как гвозди сорвать?  
Чем могу я помочь, хоть немного  
Твою боль нестерпимую снять?»

Я всем телом к кресту припадаю,  
Выбиваясь от плача из сил.  
Слышу шепот с креста: «Умираю  
За тебя Я, чтоб вечно ты жил!»

Так утешься, отри свои слезы.  
Я смогу. Я стерплю. Я спасу.  
Только верь – и тогда через грозы  
Я тебя на руках пронесу!»

Он вздохнул, застонал, содрогнулся:  
«Как в груди Мое сердце болит!  
Этот мир от Меня отвернулся,  
Грех планеты всей грудь Мне теснит.»

О, Земля! Ты одна во Вселенной  
Кровь Творца своего пролила.  
Только знай, что Любовь неизменно  
За тебя на Голгофу взошла!

Кровь сильнее из ран заструилась,  
Ороша меня под крестом.  
И воскликнул Иисус: «Совершилось!  
Бедный грешник, ты принят Отцом!»

Ты прощен! Ты омыт Моею кровью!  
Так возрадуйся, житель Земли!  
Ты навек спасен Божьей любовью!  
Так не медли, иди же, иди!

В Моих ранах, пробитых гвоздями,  
Есть твой тоже удар молотка.  
Так спеши со своими грехами  
Ко кресту, чтоб их смыть навсегда!»

Христос умер тогда, но не в силах  
Была Господа смерть удержать:  
Он с победой воскрес из могилы,  
Чтобы жить, исцелять и спасать!

Жив Спаситель! Он рядом, Он с нами!  
Он – Путь, Истина, Жизнь, Он – наш Бог!  
Торжествуйте же все, христиане:  
Иисус нашу веру зажег!

...Я стою на Голгофской вершине,  
Где открылся мне путь в Небеса.  
Моя вечная жизнь – в Божьем Сыне!  
Здесь я буду стоять до конца!



## СКОЛЬКО ЗВЕЗД НА НЕБЕ?



### НОВОЕ К ДРЕВНЕМУ СПОРУ АСТРОНОМИИ С БИБЛИЕЙ

**1. Структура Вселенной.** Одной из основных проблем астрономии является вопрос об устройстве Вселенной. В течение прошлых столетий спорили о ее бесконечности. Какую структуру имеет мироздание вообще? На основе результатов новейших научных исследований сделан вывод: мы этого не знаем! Очевидно, структуру Вселенной познать невозможно. Американские астрономы Джон Барроу и Йозеф Зильк в 1989 году поставили вопрос: «Будут ли к 2000 году решены важнейшие космологические проблемы?». И сами ответили: «К возможности решения вопроса об ограниченности или бесконечности космоса следует относиться скептически. Во всяком случае в прошлом практически любое совершенствование астрономических приборов лишь мешало решению этого вопроса». Приблизительно так же высказывались до сего дня и другие астрономы.

Немецкий астрофизик Фолькер Вайдеман на одном конгрессе заявил: «Космология основывается на философских предположениях больше, чем все другие отрасли естествознания. Если мы, будучи вынуждены убрать границы того, что может называться наукой, не сможем надеяться найти ответы на фундаментальные вопросы космологии, тогда нам следует признать, что мироздание в основе своей непознаваемо. Наука должна примириться с тем, что есть вопросы, на которые ответить невозможно. Нам остается лишь теория о нашем познании».

А дает ли нам ответ Библия? О знании структуры Вселенной написано в книге Иеремии: «Так говорит Господь: если небо может быть измерено вверху, и основания земли исследованы внизу, то Я отвергну все племя Израилю за все то, что они делали» (31:37). Другими словами, если ученые смогут исследовать структуру Вселенной и недра земли, тогда Бог отвергнет народ Израиля.

Это примечательный стих, так как Бог связывает здесь два совершенно разные понятия. Какое отношение имеет структура мироздания к верности Бога Израилю? Кажется, совершенно никакого. Нередко в Библии мы находим места, где разные понятия связываются в одном высказывании. Зачем Господь это делает? Я пришел к следующему заключению. Возможно, мы к одному высказыванию относимся с большим доверием, другое же нам трудно понять. Тогда Бог говорит, что если мы с первым согласны, тогда и во втором мы можем быть уверены. В том, что Бог верен Израилю, мы убедились и на рубеже XX и XXI веков, когда Он Свой народ возвращает на их землю, как и обещал

в течение тысячелетий. Тем не менее другое высказывание вызывает вопросы. Как можно было в древности (за 600 лет до н. е.) утверждать, что никто не сможет понять структуру мироздания и недр земли?

Известно, что каждый проект исследования структуры Вселенной – это поиск квадратуры круга. Проблема остается нерешенной. Почему так, мы не знаем. Может быть, Вселенная создана так, что человеческому разуму решение такой задачи не под силу? Вселенная так устроена по замыслу Бога.

**2. Вселенная пуста.** Верно ли высказывают другие тексты Библии то, что знает современная наука о Вселенной? В книге Иова написано: «Он распространял север над пустотою, повесил землю ни на чём» (26:7). Это означает, что Вселенная пуста и Земля свободно, без опоры, парит в ней.

Нам кажется, что это высказывание неверно. Действительно ли Вселенная пустая? В одной лишь галактике Млечный Путь, в которой находится наша Земля, насчитывается 200 миллионов звезд. Как, принимая во внимание такое огромное число, можно сказать, что Вселенная пуста?

Если всю материю Млечного Пути равномерно распределить в занимаемом им пространстве, то четыре атома водорода пришлось бы на один кубический сантиметр. Для сравнения: в одном кубическом сантиметре воздуха находится около  $27 \times 10^{18}$  молекул. За один раз мы вдыхаем примерно 500 кубических сантиметров воздуха. В сравнении с вдыхаемым нами воздухом материя Млечного Пути разрежена приблизительно в более чем семь триллионов ( $7.000.000.000.000.000.000$ ) раз. Одной из ближайших к нам (к Млечному Пути) галактик является отдаленная от нас на 2,25 миллиона световых лет Туманность Андромеды. Между ними пусто! Поэтому библейское высказывание «Вселенная пуста» поразительно точное.

**3. Вселенная темна.** В книге Исаии сказано: «Я облекаю небеса мраком» (50:3). Утверждению Библии, что Вселенная темна, можно возразить: Солнце все освещает. Однако светло у нас лишь потому, что Земля окружена атмосферой, которая равномерно рассеивает солнечный свет. Если бы наша планета не имела атмосферы, то мы на небе видели бы лишь одно светлое пятно – Солнце, все остальное было бы черным. Свидетелями этому были астронавты на Луне. Они видели Землю, как голубую жемчужину на черном бархатном фоне. Слово Божье и в этом случае совпадает с детальными научными данными. Предположим, что Земля находилась бы между Туманностью Андромеды и Млечным Путием (внутри

которого Земля и находится), тогда и то, и другое казалось бы нам двумя маленькими точками. Отдельных звезд мы бы не различали. Лишь при помощи огромных телескопов можно было бы видеть другие галактики. Все созвездия видимого невооруженным глазом звездного неба относятся к Млечному Пути, кроме Магеллановых Облаков и Туманности Андромеды. В этом мы видим свое особое положение в мироздании: благодаря тому, что Земля находится внутри галактики, мы ночью видим звездное небо; благодаря нашей «близости» к Солнцу, мы имеем источник света, и благодаря тому, что Земля окружена атмосферой, у нас равномерно освещенный день. А во Вселенной царит полный мрак.

**4. Земля свободно парит в пространстве.** Это высказывание из книги Иова (26:7) о свободном парении Земли в пространстве выразили математически немецкий астроном Иоганн Кеплер (1571 – 1630) посредством уравнений, получивших название законы Кеплера, и английский ученый Исаак Ньютон (1643 – 1727) в виде закона всемирного тяготения. В древности считали невозможным, чтобы такая громадная планета, как Земля, могла свободно парить в пространстве. И в этом случае Библия в описании действительности далеко опередила науку.

**5. Число звезд.** По сегодняшним астрономическим познаниям во Вселенной насчитывается около  $10^{25}$  (единица с 25 нулями) звезд. Фактически их, наверное, гораздо больше, так как астрономические приборы имеют ограниченное увеличение. В книге Иеремии Бог говорит о числе звезд: «Как неисчислим песок морской» (33:22). Здесь Бог сравнивает количество звезд с морским песком. И то, и другое неисчислимо. В древности астрономия была одной из самых развитых наук. Астрономы были убеждены, что существует около 3000 звезд, приблизительно столько их видно невооруженным глазом. Тогда телескопов еще не было, и это число считалось научно достоверным познанием.

То есть в то время переданные Иеремией слова Бога казались неверными, совершенно невероятными; высказывание пророка считалось крайним преувеличением. Лишь теперь, в конце XX и начале XXI века – 2600 лет после Иеремии, – мы можем подтвердить научно, что звезды никто не может сосчитать. Современные компьютеры могут произвести около 10 миллиардов математических операций в секунду. Но чтобы лишь один раз досчитать до числа звезд, ему нужно 30 миллионов лет! Не урок ли это осуждающим библейским высказываниям, которые мы не понимаем или которые некоторые считают недостоверными, так как они, с точки зрения современной науки, кажутся невероятными? Бог говорит, что Слово Его верно. И это непоколебимо и в том случае, когда детали научно подтверждены невозможно. Приведенные здесь тексты из Библии наглядно показывают, что Слово Божье оказалось верным, в частности, высказывание Иеремии относительно количества звезд на небе. Многое, что нам сегодня кажется необъяснимым, возможно, будет понято и объяснено грядущими поколениями. Пусть приведенные примеры покажут, с какой осторожностью следует судить о научной «недостоверности» Слова Божьего.

**Вернер Литт** – профессор, специалист по информатике, директор Государственного физико-технического института, Брауншвейг, Германия



ТВ-программа на сентябрь (03.09 – 09.09)\*



HOPE.UA



НА СПУТНИКЕ



SMART TV

ASTRA 4A

LG, PHILIPS, SAMSUNG



В КАБ. СЕТЯХ



НА МОБ. ПРИЛОЖ.

ВАШЕГО ГОРОДА

IOS, ANDROID

0 800 30 20 20

Бесплатно по Украине

Молитвенная поддержка  
Разговор со священнослужителем  
Семейная консультация  
Вопросы, пожелания  
и предложения



contact@hope.ua  
а/я 36, Киев – 71, 04071, Украина



contact-hope



Изучайте Библию  
вместе с нами on-line на сайте  
[bible.ua](http://bible.ua)

50 грн\*



«Вкус здоровья» (выпуск третий)

8 передач и 15 рецептов: 1. Искусство выпечки. 2. Не просто каша. 3. Овощной калейдоскоп. 4. Вот так фрукты! 5. Полезные бобовые. 6. Жиры – за и против. Блюда из авокадо. 7. Десерты детскими руками. 8. Планируем вместе (обед).

1 DVD // Язык: рус.

67 грн\*



«В будущее – с надеждой»

Идея программы – чтобы Вы вместе с нами научились жить здоровой полноценной жизнью и были не только физически здоровыми, но и целостными личностями.

5 DVD // Язык: рус.

Заказать диски Вы можете по телефонам горячей линии или по адресу: [zakaz@hope.ua](mailto:zakaz@hope.ua); а/я 36, Киев – 71, 04071 Украина

### ВОСКРЕСЕНЬЕ 3 сентября

- 06:00 Інша сторона  
06:40 Ваша думка  
07:00 Біблія продовжує говорити  
07:30 Непростое состояние  
08:00 Познавая непостижимое  
08:30 В центре внимания  
09:00 В гостях у Клиффа Гольдштейна  
09:30 Мозаїка батьківства  
09:50 Готовим вместе  
10:00 О чём говорят женщины  
10:30 Пазлы Паркера  
11:00 Малюваки  
11:20 ЧП+  
11:35 Очима жінки  
12:00 Богослужение в Храме на Подоле  
13:20 Музична скринька  
14:00 Ломастер  
14:20 В гостях у Добрячка  
14:40 Дружболандия  
15:00 Інша сторона  
15:40 По ту сторону пригод  
16:10 Очима жінки  
16:30 Дорогами христианства  
17:00 Непростое состояние  
17:30 Готовим вместе  
17:50 Біблія свідчить  
18:00 Детонация  
18:30 Стиль жизни  
19:00 ДЖЕМ  
20:00 ...є Любов  
20:30 Мозаїка батьківства  
20:50 5 хвилин для вічності  
21:00 Вісті Надії  
21:20 Біблія, як вона є  
21:30 День седьмой  
22:00 Музична скринька  
22:40 Очима жінки  
23:00 Так промовляє Біблія  
23:30 Сила Одного  
00:00 Біблія, як вона є  
00:30 Є проблема

### ПОНЕДЕЛЬНИК 4 сентября

- 06:00 Музична скринька  
06:40 Вісті Надії  
07:00 Ранок Надії  
08:00 Удивительные факты  
09:00 Ранок Надії  
10:00 Вернись к истокам  
11:00 Ранок Надії  
12:00 Очима жінки  
12:40 Притчи рабби Ісуса  
13:00 Мозаїка батьківства  
13:20 О чём говорят женщины  
13:40 Філософський камінь  
14:00 Малюваки  
14:20 ДЖЕМ  
15:10 Тайни древних пророков (сурдо)

### ВОСКРЕСЕНЬЕ 3 сентября

- 15:40 10 дней в верхней горнице (сурдо)  
16:10 Удивительные факты  
17:00 Біблія продовжує говорити  
17:30 Так чи інакше  
18:30 Тайны древних пророков  
19:00 Рожеві окуляри  
19:30 Живой Бог  
20:00 Познаем истину  
20:50 Пригоди Марка  
21:00 Реформація-500  
22:00 В контексті  
23:10 Інша сторона  
00:00 Біблія, як вона є  
00:30 В гостях у Клиффа Гольдштейна

### ВТОРНИК 5 сентября

- 06:00 ЧП+  
06:10 Познаем истину  
07:00 Ранок Надії  
08:00 Кисть Мастера  
08:30 Тайны древних пророков  
09:00 Ранок Надії  
10:00 Непростое состояние  
10:30 Мозаїка батьківства  
11:00 Ранок Надії  
12:00 Очима жінки  
12:20 Притчи рабби Ісуса  
13:00 Біблія продовжує говорити  
13:30 Біблія свідчить  
14:00 ЧП+

### ЧЕТВЕРГ 7 сентября

- 05:45 Богослужіння  
15:50 Вопрос доктору (сурдо)  
16:00 Вісті Надії  
16:30 В контексті  
17:30 О чём говорят женщины  
18:00 Живой Бог  
18:30 Притчи рабби Ісуса  
19:00 Дорогами христианства  
19:45 ЧП+  
20:00 Модная книга  
20:20 В гостях у Клиффа Гольдштейна  
20:50 Вечірні історії  
21:00 Кисть Мастера  
21:30 ...є Любов  
22:00 2Я — одне життя  
23:00 Вопрос служителю церкви  
00:00 Біблія, як вона є  
00:30 ЧП+

### СРЕДА 6 сентября

- 06:00 В контексті  
07:00 Ранок Надії  
08:00 Мозаїка батьківства

### НОВЫЙ СЕЗОН ЧТ 18:30

- 08:30 В гостях у Клиффа Гольдштейна  
09:00 Ранок Надії  
10:00 Тайны древних пророков  
10:40 Філософський камінь  
11:00 Ранок Надії  
12:00 Очима жінки  
12:20 Притчи рабби Ісуса  
13:00 ДЖЕМ  
14:00 ЧП+

### ПЯТНИЦА 8 сентября

- 00:30 ...є Любов  
06:00 Вісті Надії  
06:30 Біблія продовжує говорити  
07:00 Ранок Надії  
08:00 А что, если да?  
09:00 Ранок Надії  
10:00 Рожеві окуляри  
10:20 ЧП+

### СУБОТА 9 сентября

- 00:30 ...є Любов (сурдо)  
15:30 ...є Любов (сурдо)  
16:00 Так чи інакше  
17:00 2Я — одне життя  
18:00 Іудаизм и христианство  
18:30 Живой Бог  
19:00 Вісті Надії  
19:30 Ангели Надії  
20:20 Біблія продовжує говорити (сурдо)  
20:50 Пригоди Марка  
21:00 Дорогами христианства  
21:40 Мозаїка батьківства  
22:00 ДЖЕМ  
23:00 Ангели Надії  
00:00 Біблія, як вона є  
00:30 Рожеві окуляри

### ЧЕТВЕРГ 7 сентября

- 05:45 Богослужіння  
07:00 Ранок Надії  
08:00 Дорогами христианства  
08:50 На перехресті  
09:00 Ранок Надії  
10:00 Ангели Надії  
11:00 Ранок Надії  
12:00 Очима жінки  
12:20 Притчи рабби Ісуса  
13:00 Філософський камінь  
13:30 Біблія продовжує говорити  
14:00 Малюваки  
14:30 Інша сторона  
15:10 Тайны древних пророков  
15:40 ЛоМастер  
16:00 Ангели Надії  
17:00 Вісті Надії  
17:30 ...є Любов  
18:00 Мозаїка батьківства  
18:30 Реформація-500  
19:30 Вопрос служителю церкви  
20:10 Модная книга  
20:30 Рожеві окуляри  
20:50 Вечірні історії  
21:10 2Я — одне життя  
22:00 Так чи інакше  
23:00 Удивительные факты  
00:00 Біблія, як вона є  
00:30 Так чи інакше

## «Кто не со Мною, тот против Меня»



«Кто не со Мною, тот против Меня» (Мф.12:30).

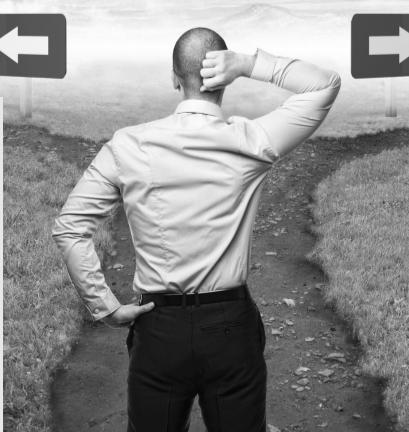
Нам приходится принимать в своей жизни множество решений: важных и незначительных, сознательных и неосознанных. Ученые считают, что человеку приходится принимать около 1600 решений ежедневно.

Некоторые важные шаги мы делаем с большим трудом. Недавно я прочел о 79-летнем человеке, который впервые в своей жизни женился. На вопрос корреспондента о том, почему он так поздно решился, последовал ответ: «Знаете, я хотел больше узнать о своей избраннице». Интересно, что до этого он знал ее на протяжении 50 лет!

Мы также часто пытаемся просто уйти от принятия конкретного решения, стремясь найти некую «золотую середину». Однако в духовных вопросах это сделать невозможно, потому что нейтральной позиции просто не существует. Не будем пытать иллюзии по этому поводу!

Евангелие ставит нас перед выбором, не оставляя при этом некоего промежуточного положения. Либо я говорю «да» Господу Иисусу Христу и принимаю Его как своего Спасителя, либо я говорю «нет» и тем самым становлюсь на путь противления Богу. Те, кто так и не решился примкнуть к Господу, становятся Его противниками, потому что Он сказал вполне определенно: «Кто не со Мною, тот против Меня» (Мф.12:30).

Решение «за» или «против» Иисуса является самым важным решением в жизни каждого человека. Именно это решение определяет нашу вечную участь: быть спасенным или же потерянным навеки! Выбор за нами!



## РЕБЕНОК-РАСТЕРЯША



Бессспорно, самое важное – не вещи, но весьма неприятно, если ваш сын или дочка постоянно что-то теряет или забывает. Некоторые родители постоянно покупают игрушки, варежки и шарфы, не говоря уже о резинках для волос, заколках и носовых платках.

Еще печальнее ситуация в школьном возрасте. Рассеянные первоклассники (и не только) несколько раз в год теряют сменную обувь, спортивную форму и учебники, а содержимое пеналов обновляется почти ежемесячно. Стоит ли говорить, что спрашивать о местонахождении потерянных вещей, а также искать их просто бесполезно. Все призывают родителей к бережному отношению к вещам, а также нотации не приводят к положительному результатам.

### ПОЧЕМУ РЕБЕНОК ВСЕ ТЕРЯЕТ?

Прежде чем учить ребенка следить за своими вещами, давайте разберемся, почему он все теряет.

#### • Невнимательность

Причина подобной рассеянности – невнимательность и несобранность. В дошкольном возрасте (до 5 лет) это явление можно назвать нормой. Внимание ребенка привлекает все новое, яркое, интересное. Познавая окружающий мир – трогая,нюхая, пробуя на вкус, – трудно контролировать личные вещи. Именно поэтому интерес к игрушке заменяется вниманием к красивой птичке, полетевшей к воротам детского сада, а оттуда ребенка позвала воспитательница, и никто не вспомнил о варежках на лавочке, которые были занесены снегом. И даже если ребенок позже поймет, что потерял варежки, то не будет способен установить временные связи между своими действиями, так как у него еще не до конца сформировано логическое мышление. Бесполезно спрашивать малыша о том, где он потерял свои вещи, – не вспомнит.

#### • Погруженность в себя

Существует отдельная категория детей, погруженных в себя: в свои мысли и фантазии. Им трудно сосредоточиться на чем-то материальном. В голове таких детей прекрасные замки, мечты о будущем, длинные сказки со счастливым концом. Это особенность характера, которая будет сопровождать ребенка все его детство, а возможно, и всю жизнь.

Мало кого удивит рассеянность писателей или ученых. А ведь это не следствие гениальности, а просто способность полного погружения в свой внутренний мир. Одни люди сосредоточены на внешнем мире, а другие – на внутреннем. Естественно, что забывание своих вещей происходит совершенно неосознанно.

#### • Детские игры

Общение детей в общественных учреждениях часто подчиняется детским правилам, среди которых распространена практика обмена. Дети меняются игрушками и заколками, берут друг у друга вещи, а к вечеру уже невозможно

вспомнить, с чем ты пришел в детский сад и кто потерял твои вещи.

#### • Повышенный темп

Часто сосредоточению мешает постоянная спешка. Особенно это касается медлительных детей. Причина этого в неправильном режиме. Спешка в утренние часы не позволяет ребенку сосредоточиться на своих вещах. Он даже не помнит, во что был обут, так как его, сонного, обувала мама. Подобная ситуация может быть в школе, если ребенок спешит на урок после физкультуры и боится опоздать. В приоритете стоит факт опоздания со всеми последствиями, а не контроль над вещами. Подобные примеры можно продолжить.

#### • Отсутствие самостоятельности

Некоторые родители ограждают детей от многих дел, включая заботу о вещах. Они сами собирают школьный портфель, готовят вещи на завтра, следят за их состоянием, не привлекая к этому детей. И порой ребята даже не знают, что у них в портфеле, не помнят, какого цвета сегодня шарф, и, естественно, забывают вещи.

#### • Повышенная загруженность

Некоторые родители перегружают детей чрезмерными полномочиями: школа, дополнительные занятия по отдельным предметам, кружки по интересам, прогулки с собакой. Каждый день расписан по минутам, несмотря на достаточно юный возраст. Хорошо это или плохо, нужно рассматривать в каждом конкретном случае, но все-таки необходимо помнить, что повышенные нагрузки вызывают сбой в работе детской психики. Ребенок просто устает, и рассеянность является защитной реакцией. Если это о вашем ребенке, то пересмотрите его занятость.

#### • Отсутствие восприятия собственности

Эта проблема часто встречается в семьях с несколькими детьми. Родители боятся формирования скупости и настойчиво игнорируют собственнические тенденции в семье. Вещи других детей могут браться без спроса, а игрушки являются общими, а не личными. По этой причине дети не следят за вещами, так как они общие, а не их собственные.

#### КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНОК ВНИМАТЕЛЬНО ОТНОСИТЬСЯ К СВОИМ ВЕЩАМ

Если ваш ребенок невнимательный, то нужно приступить к воспитанию внимательного отношения к вещам. Потеря вещей один-два раза – случайность, к которой нужно относиться с пониманием и поддержкой. А вот регулярное забывание личных вещей – проблема, которую нужно решать.

Прежде всего поясните, что в каждой вещи – труд родных и близких, так как все стоят денег. Объяснив это своему ребенку, попросите смотреть за вещами. Важно, чтобы он понял, почему вас расстраивает подобная ситуация.

Несколько простых приемов помогут научить ребенка следить за своими вещами.

1. Сделайте метки на детские вещи и ознакомьте с ними ребенка. Пусть одежда имеет личный логотип с буквами имени или каким-то рисунком. Его легко пришить или приклеить на вещи, включая школьные учебники или пенал. Эта небольшая хитрость поможет научить ребенка легко узнавать свои вещи среди других таких же или похожих.

2. Не давайте детям дорогих вещей. Главное, чтобы было удобно. Скажите, что потерянную дорогую вещь всегда будет заменять более простой и дешевой.

3. Учите детей простым способом ухода за вещами: положить мокрые варежки на батарею, затолкать шапку в рукав, класть носочки в тапочки и т. д. В таком случае дети не будут искать вещи, а будут знать их место в соответствии с ситуацией.

4. Собирай ребенка на прогулку, пересчитайте с ним предметы, которые он берет с собой, пусть он проговоривает все вслух. Придя домой, проверьте, все ли на месте.

5. Не торопитесь с покупкой новой вещи при потере старой. Ребенок должен ощутить дискомфорт от своей расеянности. На сменную обувь можно взять старенькие кроссовки, а потеря совка и ведерка просто не позволит дошкольнику играть с песком. Ребенок должен ощутить на себе негативные последствия безответственного отношения к вещам. С покупкой нового телефона или электронной игры можно вообще повременить.

6. Не покупайте ребенку лишних вещей. Его просьбы не должны удовлетворяться сиюминутно. Иначе радость от покупок просто исчезнет, а вещи перестанут цениться. Кроме того, будет портиться характер ребенка.

7. Воспитывайте в ребенке аккуратность во всем. Каждая вещь заслуживает уважения: она должна находиться на своем месте и быть всегда чистой. Найдите место для каждой вещи, включая книги и игрушки, рассмотрите, как нужно за ней ухаживать. Не наводите порядок самостоятельно. При необходимости возвращайте ребенка к начатому делу. Учите его самостоятельности и на выки ухода за вещами.

8. Учите ребенка планированию. Его нужно отучать от суеты и спешки, которые являются причиной рассеянности. Планируйте режим дня, учитывая особенности ребенка. Учите его правильно складывать портфель и одеваться. Эти навыки увеличат скорость выполнения этих действий и избавят от ненужного стресса.

9. Не ругайте ребенка за пропажу. Обсудите причины случившегося и тактику последующих действий. Ребенок должен понимать, что его не наказывают, а просто принимают меры. Старые кроссовки и спортивная форма, недорогие простые школьные принадлежности взамен утерянных – это результат незапланированных расходов.

Ребенок должен осознать свою невнимательность и стараться контролировать себя. Это долгий процесс, требующий времени и усилий, но стоящий того, чтобы видеть ребенка собранным, аккуратным, уверенным в себе, а значит, счастливым!

Светлана Садова



## ДЕРЖИТЕ ЯЗЫК ЗА ЗУБАМИ •



Все, что вы говорите, может быть использовано против вас. Как сложно бывает сдержаться, чтобы не сболтнуть лишнего! Но именно это умение отличает зрелую личность от несформировавшейся. Ведь все, что

вы говорите, влияет на вашу жизнь. «Семь раз отмерь – один раз отрежь», – это высказывание демонстрирует то, насколько взвешенно нужно выражать свои мысли. Лучше промолчать и хорошо обдумать ответ, чем под действием эмоций высказывать то, что вертится у вас на языке, и потом сожалеть об этом.

**Благотворительность.** Добрые дела – отличная практика, но не стоит рассказывать о них на каждом углу. Хотите сделать мир лучше – делайте это молча. Лучший способ донести что-то до людей – показывать пример своей повседневной жизни, а не постоянно говорить об этом.

**Помощь.** Бескорыстно помогите кому-то, уберите мусор, оставленный соседями, проявите участие – и забудьте об этом. Вы будете вознаграждены за хорошие поступки, если сможете удержаться от искушения сообщить о них всем.

**Семейная жизнь.** Конфликты бывают в любой семье. Но лучше молчать о них, ведь скора утихнет, а мнение о вас и ваших близких

изменится. Чем меньше вы рассказываете о своих семейных делах, тем вероятнее то, что ваша личная жизнь будет складываться успешно.

**Еда.** Угощая других людей, не хваляйте, из каких продуктов и как приготовлена пища. Хороший вкус еды гость и сам способен оценить. Если он пожелает, то возьмет у вас рецепт, но бравировать своими кулинарными талантами не стоит.

**Дети.** Если вы думаете, что всем остальным очень интересно узнать об успехах вашего ребенка в школе, то глубоко ошибаетесь. Мамы, которые бесконечно нагружают всех знакомых информацией о своем ребенке, – несчастны. Вы же не хотите, чтобы о вас думали так же? Конечно, есть люди, с которыми можно поделиться самым сокровенным – страхами, переживаниями, сомнениями, неожиданной радостью... Но таких людей – немного! Признак культуры человека – умение отделять поверхностных знакомых от близких людей.

Тот, кто плохо вас знает, может сделать неправильные выводы из представленной вами информации!



## В ПОИСКАХ "БЫСТРОЙ ЗАПЛАТКИ" •



Я сам склонен к «быстрым заплаткам» – кое-как замотать изолентой там, где нужен основательный ремонт, прикрыть, чтобы не торчало, быстро переложить газетой, чтобы не шумело... Я знаю, что это неразумно, – ни изолента, ни газеты не решат проблему, ею все равно потом придется заниматься. Так происходит в быту, но так же и в отношении к здоровью.

Некогда выяснять диагноз, нет ни сил, ни желания менять свою жизнь, диету и т. д. Хочется просто принять какую-нибудь таблетку, чтобы стало легче. Это не только глупо, но еще и опасно – можно дождаться серьезного ухудшения здоровья.

Но самое неразумное и опасное – это искать «заплатки» к жизни в целом. Например, искать их в религии – пусть мои проблемы, причиняющие мне боль, будут решены, пусть все устроится, как я хочу: и быстро, и без особых вложений. Так действует простодушное язычество в любой культуре – совершу какой-нибудь ритуал перед почитаемым образом – и проблемы на работе и в личной жизни решатся. Часто люди так же подходят и к Богу: «Куда надо поставить свечку, чтобы моя проблема решилась?»

Иногда Господь дает нам «быстрые заплатки», но далеко не всегда. И это потому, что Он нас любит. Бог видит

источник наших проблем – испорченное сердце. Чтобы обрести подлинное, прочное и вечное счастье, мы должны измениться, то есть разрешить Богу изменить нас. Нам нужно перестроить всю нашу жизнь на другом основании – на Иисусе Христе.

То, что в нашей жизни что-то рушится, что-то разваливается, что-то болит, может быть симптомом гораздо более глубокой проблемы. Это результат того, что мы не находимся в правильных отношениях с Богом. Однако многим людям некогда налаживать эти отношения, ведь у них проблемы на работе и в семье, проблемы со здоровьем. И они снова спрашивают: «Куда надо поставить свечку?»

Увы, так не получится. Вы или целиком отдаетесь Богу, или нет; решаетесь покориться Ему или нет. Чтобы Господь разобрался в ваших проблемах, вы должны искать Его воли и поступать так, как Он желает. Это означает, что в вашей жизни произойдут большие перемены и вы признаете, что отныне Хозяин вашей жизни – Христос. Чтобы выехать из того места, куда вы заехали, надо разрешить Ему сесть за «руль» вашей жизни. Необходимо покаяться, то есть признать, что вы были не правы, когда поступали по своей, а не по Божьей воле. Твердо решите отныне повиноваться Христу. Поверьте

## Самое страшное оружие



Самое страшное оружие, которое существует сегодня, – это человеческий разум, не знающий Бога и Его законов. Все остальные виды оружия – ничто по сравнению с ним. Чтобы уничтожить любую ныне существующую страну, нет необходимости в войне. Достаточно, чтобы ее жители не признавали авторитет Господа и Священного Писания, пренебрегая Божими законами. Такая страна сама себя уничтожит и натворит вокруг несчетное число бед!



в Него и положитесь на Его милость и в отношении спасения, и в отношении каждой жизни. Тогда ваша жизнь преобразится настолько глубоко, что «заплатки» просто не понадобятся.

Сергей Худиев



## КАК НЕ ПРЕВРАТИТЬ УЧЕБУ В МУЧЕНИЕ



С началом учебного года многие семьи с детьми сталкиваются с проблемами: «Ни как не заставишь ребенка ни читать, ни писать!» «Буквы просто отказываются учить...» «Больше минуты ничего раскрашивать не заставишь!». Это не жалобы мам первоклассников, а отрывки диалогов тех родителей, чьи пятилетние дети посещают развивающие занятия.

Число развивающих детских студий, центров и клубов растет в крупных городах с каждым годом. Но растет ли в начальной школе число высокоразвитых детей-интеллектуалов с широким кругозором и большим познавательным интересом?

У меня много знакомых педагогов, которые говорят: «По сравнению со средней и старшей школой в начальных классах дети еще не создают столько проблем». В классе пока не ругаются бранными словами, не применяют силу и даже добровольно руки поднимают. Но многие дети приходят в школу не такими, как предыдущие поколения. «Становится меньше детей с горящими глазами», — заметила одна учительница.

Я не буду рассуждать о дошкольниках, которыми родители просто не занимаются, сажают перед голубым экраном и покупают компьютер или планшет, чтобы ребенок не мешал, сидел в своей комнате. Или отдают в первый попавшийся садик, а чем там наполняют детский досуг — уже не важно.



Меня все больше интересует способность к учебе тех детей, которыми до школы занимаются: водят на занятия, делают уроки, трепетно отслеживают успехи. Но результат таких титанических усилий может не оправдать родительских ожиданий.

Я не намерена говорить о вреде раннего развития. О его вреде и о пользе написано немало. Я убеждена, что раннее развитие важно, если имеется в виду способность родителей как можно раньше увидеть в своем ребенке личность, готовую к интересному диалогу.

Раннее развитие как самоотверженная готовность мамы возить ребенка в специализированный центр — это также неплохо, если только это не случается слишком рано, когда ему в силу возраста надо сидеть дома и общаться с родственниками.

Если ребенку уже исполнилось четыре года, то можно полчаса поиграть с педагогом в небольшой компании на специальном занятии. Развиваются важные социальные навыки: слышать чужого взрослого (в будущем — учителя), добровольно уступать соседу право отвечать на вопрос или первым входить в учебный зал, не забывать карандаши под столом, не небрасывать с криком на чужие игрушки.

А родителям эти занятия дают возможность лучше оценить задатки ребенка и узнать, какое занятие вызывает наибольший восторг. Если ребенку нравится рисование, а в музыкальном зале он капризничает — можно сделать вывод, что пока рано мечтать о карьере музыканта, но можно найти хорошую изостудию. Дальнейшие наблюдения позволят понять точнее: нравится или не нравится ребенку только педагог или сам род деятельности.

Но почему-то большинство родителей, записывая дитя на занятия, мечтают совсем о другом. Для них это возможность заложить крепкий фундамент для будущей учебы в школе, вырастить круглого отличника за два года до первого звонка. «В школах сейчас требуют...» — пугают друг друга бабушки и мамы в коридорах развивающих студий и делятся советами, как заставить дитя учиться и слушать учителя.

Одна мама жаловалась, что уже месяц не гуляет с ребенком, — слишком много времени уходит на то, чтобы выполнить домашние задания. А у ребенка хронический бронхит, ему необходимо часто бывать на свежем воздухе.

## ПСАЛОМ 22



Господь — Пастырь мой; я ни в чём не буду нуждаться:

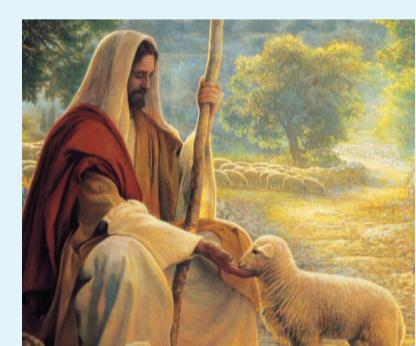
Он покойт меня на злачных пажитях и водит меня к водам тихим, подкрепляет душу мою, направляет меня на стези правды ради имени Своего.

Если я пойду в долину смертной тени, не убоюсь зла, потому что Ты со мной;

Твой жезл и Твой посох — они успокаивают меня.

Ты приготовил предо мною трапезу в виду врагов моих; умастил елеем голову мою; чаша моя преисполнена.

Так, благость и милость да сопровождают меня во все дни жизни моей, и я пребуду в доме Господнем многие дни.



Итак, не стоит недооценивать детей, требовать от них невозможного. Преподаватель показывает им, как писать буквы, пока просто для интереса, для игры, а вовсе не для тяжелого труда. Старание может сопровождать только произвольную деятельность по достижению определенной цели. У дошкольников еще не сформирована способность к длительной целенаправленной деятельности. Поэтому не прививайте у ребенка отвращение к буквам и всему остальному.

Если в четыре или пять лет ребенок еще ничем не интересуется, в этом нет ничего плохого. Если, например, мама переживает, что ребенок не может запомнить букву «Ф», то лучше изобразить ее, подбоченившись в виде буквы «Ф», чем заставлять его писать три строчки. От этого будет больше позитива, и толку. С пользой выполненное задание — то, после которого ребенок просит сделать еще что-нибудь.

А приучать к труду силовыми методами раньше, чем ребенок в силу возраста сможет понять цель такого труда, — занятие скорее вредное, чем просто бессмысленное.

Елена Фетисова



В год-полтора малыши начинают примерять обувь взрослых. Знаете ли, о чем это говорит? Это значит, что в их голове прошел процесс мысленного отделения предметов одного класса (обуви) из ряда других, определение их назначения — ношения на человеческих конечностях, причем именно нижних, поиск пары одинаковых предметов из всего класса обуви, контроль над их перемещением из тумбочки на детские конечности...

А Корней Иванович Чуковский написал книгу («От двух до пяти») о том, какие дети талантливые лингвисты, проиллюстрировав множеством примеров глубину постижения детьми законов языка.

# ГОРМОНЫ СЧАСТЬЯ



Не секрет, что воодушевление, вдохновение и просто отличное настроение – это не что иное, как череда химических процессов в организме, запущенная биологически активными веществами: эндорфинами, серотонином, дофамином, окситоцином. Давайте узнаем, как стимулировать их естественную выработку в своем организме.

Вялость, апатия, плохое настроение, чувство одиночества, растерянность и другие психофизические состояния не лучшим образом сказываются на нашей производительности, мотивации, социальных связях и благополучии. Откуда они берутся? Возможно, у вас появились проблемы со здоровьем, а может, вам всего лишь нужно направить работу своего организма в правильное русло при помощи простых действий и правильно-го питания.

## ЭНДОРФИНЫ

Эндорфины естественным образом вырабатываются в нейронах головного мозга в ответ на боль и стресс и помогают облегчить беспокойство и депрессию. Подобно морфину, они действуют как болеутоляющее и успокаивающее средство, уменьшая наше восприятие боли. Например, во время беременности их количество увеличивается, а после родов резко падает, и это одна из причин развития послеродовых депрессий и неврозов. Нарушение синтеза эндорфинов, по мнению ученых, может лежать и в основе хронических болевых синдромов.

Способствовать выработке эндорфинов в организме могут питание, привычки и физические упражнения.

## ПИТАНИЕ

Что бы такое съесть, чтобы избавиться от навалившегося эмоционального груза?



• Некоторые ароматы влияют на выработку эндорфинов. Например, по данным нью-йоркского онкологического центра Memorial Sloan-Kettering Cancer Center, пациенты, вдохнувшие перед прохождением МРТ аромат ванили, в 63 % случаев реже испытывали чувство беспокойства. В ходе другого исследования обнаружилось, что запах лаванды помогает бороться с депрессией и бессонницей. Применяйте ваниль и лаванду в качестве приправ, добавляйте эфирные масла в ванну, используйте ароматические свечи на их основе, а также делайте целебные настоек этих растений.

• Помимо улучшения умственной работоспособности, в том числе памяти и концентрации, снижения уровня сахара в крови у людей с диабетом второго типа, лечения некоторых сердечно-сосудистых заболеваний и болезней легких, женьшень снимает физическую усталость и психологическое напряжение. Многие бегуны и бодибилдеры принимают его, чтобы усилить физическую выносливость.

## ПРИВЫЧКИ

Каждый ребенок знает, что смех продлевает жизнь. А вот взрослые об этом часто забывают. Именно поэтому малыши смеются сотни раз в день, а их родители – не больше десяти.

Известное библейское наставление гласит: «Веселое сердце благотворно, как врачевство, а унылый дух сушит кости» (Библия, книга Притчей 17:22).

Существует интересная история, связанная с целебными свойствами смеха для души и тела. А произошла она с Норманом Казинсом – американским ученым, преподавателем и журналистом. Однажды Норман начал ощущать сильные боли в суставах, а позже врачи поставили ему несовместимый с жизнью диагноз дегенеративного заболевания. После этих неутешительных слов пациент решил, что выздоровление зависит лишь от него самого, и выписался из больницы, отказавшись от лекарств. Лечение свело к приему витаминов и непрекращающимся сеансам смехотерапии. Норман постоянно смотрел развлекательные программы по телевизору, ему читали юмористические рассказы, а он не уставал смеяться. Через месяц боль из отступила, а впоследствии и вовсе ушла. Опыт Казинса лег в основу популярных книг, а его пример воодушевил множество других больных. Найдите повод посмеяться. Выработайте привычку находить что-то радостное или веселое вокруг. Это самый простой способ «ускорить» выработку эндорфинов, который помогает чувствовать себя хорошо.

А что предшествует смеху? Конечно же, улыбка! Но не та неестественная и натянутая, что встречается на лицах офисных работников, а та искренняя и невольная улыбка, которая появляется, например, на лицах влюбленных людей. В науке она называется улыбкой Дюшена и возникает в результате сокращения большой скелетальной мышцы и

нижней части круговой мышцы глаза. То есть это улыбка «глазами и ртом».

Смотрите фотографии с приятной историей, общайтесь с веселыми и интересными людьми и не упускайте повода улыбнуться в ответ.

Касания, близость и приятные ощущения успокаивают нервы, придают чувство безопасности и уверенности, а также поднимают настроение. Брачные отношения воодушевят вас и укрепят физическое состояние.

## ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Занимайтесь спортом. Это быстрый и полезный метод выработки эндорфинов с эффектом отсроченного действия. Любая физическая нагрузка способствует выделению в кровоток эндорфинов, значительно улучшая настроение. Важно упомянуть, что групповые занятия и командные игры имеют преимущество. Например, исследование 2009 года обнаружило, что гребцы-синхронисты получали повышенный прилив гормонов счастья в сравнении с одиночниками. Хотя самостоятельные пешие прогулки, бег, езда на велосипеде, аэробика также дают нужный результат.

## ДОФАМИН

Дофамин (допамин) – нейромедиатор, мотивирующий человека к достижению целей, удовлетворению желаний и потребностей. Вырабатывается он в мозге и вызывает чувство удовлетворения (или удовольствия) в знак поощрения за полученный результат, а также играет важную роль в системе мотивации и обучения людей.

Дофамин заставляет нас прикладывать усилия на пути к своим целям. Промедление, отсутствие энтузиазма и неуверенность в себе всегда связаны с недостатком дофамина. Исследования на крысах показали, что грызуны с низким уровнем нейромедиатора выбирали простое решение задачи и довольствовались малой порцией еды. А крысы, которые были готовы потрудиться ради большего вознаграждения, имели повышенный уровень дофамина.

## ПИТАНИЕ

Дофаминовая диета состоит из:

- Авокадо, банана, миндаля, тофу (соевого творога), рыбы, семян тыквы. Все эти продукты содержат тирозин – аминокислоту, синтезируемую в диоксифенилаланин, а последний и является предшественником дофамина.

- Зеленых и оранжевых овощей, цветной и брюссельской капусты, свеклы, спаржи, моркови, перца, апельсина, клубники и других продуктов с большим содержанием антиоксидантов и витаминов группы С и Е. Они помогут защитить клетки мозга, отвечающие за выработку дофамина.

## ПРИВЫЧКИ

При правильном настроении все равно, чего вы достигли: взобрались на высокую гору или поднялись на один раз больше, чем вчера. Нейромедиатор дофамин все равно задействует центры удовольствия. Поэтому важно научиться разбивать глобальные цели на небольшие задачи.

Руководителям на заметку: поощряйте своих подчиненных премиями или похвалой за локальные успехи, чтобы дофамин увеличил их производительность и мотивацию.

Приобретший уверенность работник способен «прыгнуть выше своей головы».

## СЕРОТОНИН

Серотонин помогает чувствовать собственный значимость и важность. Его недостаток ведет к алкоголизму, депрессии, агрессивному и суицидальному поведению. Существует мнение, что нехватка нейромедиатора является одной из причин, по которой люди становятся преступниками. Многие антидепрессанты сосредоточены на выработке серотонина.

В одном из исследований ученые доказали роль серотонина в определении социального статуса у мартышек. Они установили, что уровень нейромедиатора у доминирующей особи был выше, чем у других обезьян. Однако если гла-ва терял контакт над своими подчиненными (был отсанжен в клетку), то уровень серотонина в его крови постепенно снижался.

## ПИТАНИЕ

Принято считать, что биосинтезу серотонина способствуют продукты питания с повышенным содержанием триптофана: молочные продукты (особенно сыр), финики, сливы, инжир, томаты, молоко, соя.

## ПРИВЫЧКИ

Отслежена связь между временем, проведенным на солнце, и увеличением уровня серотонина: летом он выше, нежели зимой. Кожа поглощает ультрафиолетовые лучи, что форсирует выработку нейромедиатора. Разумеется, в погоне за хорошим самочувствием не стоит злоупотреблять пребыванием на солнце и наносить вред своему здоровью. Чтобы поднять себе настроение, откройте жалюзи для доступа естественного света.

Испытываете напряжение во время работы? Расслабьтесь на минутку и вспомните о чем-то хорошем. Приятные воспоминания способствуют выработке серотонина. Задумайтесь о своих предыдущих свершениях или переосмыслите еще раз значимый момент из прошлого. Такая практика напоминает нам о том, что нас ценят и что есть множество вещей, которые можно ценить в жизни.

## ОКСИТОЦИН

Окситоцин усиливает чувство доверия, снижает тревогу и страх, дает спокойствие и уверенность. Гормон укрепляет человеческие отношения. Например, он участвует в формировании связи между матерью и ребенком сразу после родов. Предполагается участие окситоцина в развитии чувства любви.

## ПРИВЫЧКИ

Окситоцин иногда называют гормоном объятий. Американский эксперт по окситоцину доктор Пол Зак (Paul Zak) даже рекомендует обниматься минимум восемь раз в день.

Окситоцин усиливает доверие и... щедрость! Работает и обратный процесс. Если вы хотите укрепить отношения, достаточно приготовить человеку подарок – и гормон сделает свое дело.

\*\*\*

«Гормоны счастья» могут не вырабатываться в необходимом количестве по множеству причин. Их синтез уменьшается при эндокринных, инфекционных и вирусных заболеваниях, синдроме хронической усталости. Имеет значение даже питание: если в семье каждый пустяк воспринимается как повод для уныния, то постепенно плохое настроение становится для человека нормой и он привыкает жить с пониженным содержанием этих веществ.

## ОБ ИСЦЕЛЕНИИ

(Псалом 6, 102, Исаии 53)

Помилуй меня, Господи, ибо я немощен; исцели меня, Господи, ибо кости мои потрясены; и душа моя сильно потрясена; Ты же, Господи, доколе? Обратись, Господи, избавь душу мою, спаси меня ради милости Твоей. Удалишься от меня все, делающие беззаконие, ибо услышал Господь голос плача моего, услышал Господь моление мое; Господь примет молитву мою.

Благослови, душа моя, Господа и не забывай всех благодеяний Его. Он прощает все беззакония твои, исцеляет все недуги твои; избавляет от могилы жизнь твою, венчает тебя милостью и щедротами; насыщает благами желание твое: обновляется, подобно орлу, юность твоя.

Но Он (Христос) взял на Себя наши немощи и понес наши болезни; а мы думали, [что] Он был поражаем, наказуем и уничтожен Богом. Но Он изъявлен был за грехи наши и мучим за беззакония наши; наказание мира нашего [было] на Нем, и ранами Его мы исцелились. Все мы блуждали, как овцы, совратились каждый на свою дорогу; и Господь возложил на Него грехи всех нас.



**ШКОЛА  
БІБЛІЇ**  
ГОЛОВНА ОСВІТА ЖИТТЯ

**БІБЛЕЙСКІ УРОКИ**

- «Верую» (укр./рус.)
- «Новая жизнь» (укр./рус.)
- «Удивительные факты» (укр./рус.)
- «Сила возрождения» (укр./рус.)
- «Discover» (рус.)

**УРОКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ**

- «Небесная жемчужина» (укр./рус.)
- «Удивительные факты» (укр./рус.)

**УРОКИ ДЛЯ ПОДРОСТКОВІЙ МОЛОДЕЖІ**

- «Формула жизни» (рус.)

**УРОКИ ПО ПСИХОЛОГІЇ СЕМЕЙНИХ ОТНОШЕНІЙ**

- «Когда любовь возвращается домой» (рус.)

Заказывай бесплатный курс для себя и своей семьи

**0 800 30 20 20**  
(\*бесплатно с мобильных и стационарных телефонов Украины)

Пройди интерактивный курс изучения Слова Божьего на сайте **bible.ua** и **ПОЛУЧИ ПОДАРОК**

**ИЗУЧАЕМ БІБЛІЮ ВМЕСТЕ!**



**РАДІО  
ГОЛОС  
НАДІЇ**

**ГДЕ СЛУШАТЬ?**

- В Интернете **24/7**  
**radio.hope.ua**
- Через приложения для **Android** и **iOS**
- Через **Tuneln, SmartTV**
- В оффлайн-режиме через подкасты
- На УР-1  
**СБ 17:30 / ВС 07:55**
- УР-2  
**ПН 18:55 / ВТ 18:45**



Всегда на связи **0 800 30 20 20**

**РАДІО, КОТОРОЕ ДАЕТ НАДЕЖДУ ...**



**К 500-ЛЕТИЮ РЕФОРМАЦИИ**



**17 СЕНТЯБРЯ**  
ВСЕУКРАИНСКИЙ  
**ПРАЗДНИК БЛАГОДАРЕНИЯ**

● **ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ**  
на телеканале «НАДІЯ»

Hope.UA  
телеканал Надія

- Выступления известных людей
- Концертная программа
- Молитва за Украину
- Специальные площадки для детей
- Спортивный городок
- Выступление человека-легенды Н. Вуйчича

на спутнике  
ASTRA 4A

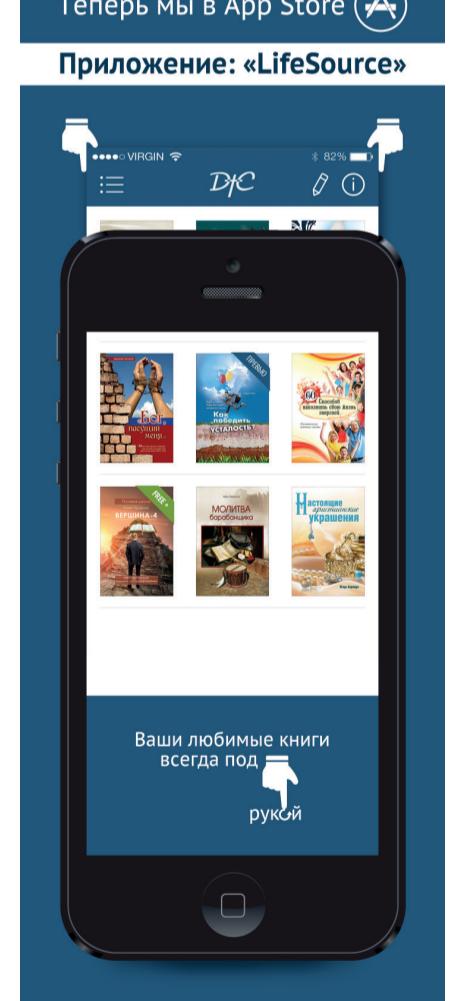
на спутнике  
SMART TV  
LG, PHILIPS, SAMSUNG

в каб. сетях  
ВАШЕГО ГОРОДА

на моб. прилож.  
IOS, ANDROID

Теперь мы в App Store 

Приложение: «LifeSource»



**Наш адрес**

**Ежемесячная газета «Вечное Сокровище»**  
Издатель – христианское издательство «Джерело життя»  
Ответственный за выпуск: директор издательства «Джерело життя» Василий Джулай  
Главный редактор издательства: Лариса Качмар  
Богословская экспертиза: доктор богословия Игорь Корешук  
Ответственный редактор: Яна Хорошко  
Над номером работали: Елена Котлярова, Елена Мехонюшина  
Ответственная за печать: Тамара Грицок  
Корректоры: Людмила Шаповал, Инна Джердж  
Дизайн и верстка: Артур Альтер  
Тираж: 100 000 экз.  
Адрес: 04071, г. Киев, ул. Лукьяновская, 9/10А  
E-mail: dzherelo@ukr.net; тел.: (044) 467-50-72

Ежемесячная газета «Вечное Сокровище»  
Издатель – христианское издательство «Джерело життя»  
Ответственный за выпуск: директор издательства  
«Джерело життя» Василий Джулай  
Главный редактор издательства: Лариса Качмар  
Богословская экспертиза: доктор богословия Игорь Корешук  
Ответственный редактор: Яна Хорошко  
Над номером работали: Елена Котлярова, Елена Мехонюшина  
Ответственная за печать: Тамара Грицок  
Корректоры: Людмила Шаповал, Инна Джердж  
Дизайн и верстка: Артур Альтер  
Тираж: 100 000 экз.  
Адрес: 04071, г. Киев, ул. Лукьяновская, 9/10А  
E-mail: dzherelo@ukr.net; тел.: (044) 467-50-72

Если вы желаете пожертвовать средства на развитие газеты, можете сделать это через банк.

**Наши реквизиты:**

Идентификационный код:  
ЄДРПОУ 19350731  
Адрес: 04071, г. Киев, ул. Лукьяновская, 9/10А  
Счет: 26006149457  
МФО 380805  
Наименование банка:  
«РАЙФАЙЗЕН БАНК АВАЛЬ» в г. Киев

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.

Свидетельство о государственной регистрации  
Серия КВ №8176 от 03.12.2003

