

ЦИТАТА НОМЕРА: без хороших отцов нет хорошего воспитания, несмотря на все школы, институты и пансионы.

Н. М. Карамзин



# Сокрытое Сокровище



12+ № 4(264) АПРЕЛЬ 2019 г.

[www.sokrsokr.net](http://www.sokrsokr.net)

ДУХОВНО-  
ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ  
ГАЗЕТА



**ПОДПИСКА**

Почта России  
Оформите подписку на нашу газету В ЛЮБОМ ПОЧТОВОМ ОТДЕЛЕНИИ для себя и ваших друзей, живущих в вашем регионе, или НА САЙТЕ [PODPISKA.POCHTA.RU](http://PODPISKA.POCHTA.RU) для любого региона России.

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС — П4059

QR code

По всем вопросам, связанным с доставкой, звоните на бесплатный телефон горячей линии Почты России: 8-800-2005-888

**ТАКЖЕ РЕКОМЕНДУЕМ:**

Газета «ВАШИ КЛЮЧИ К ЗДОРОВЬЮ»  
Советы специалистов, простые методы лечения, здоровое питание и рецепты  
ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС — П4049

Молодёжная газета «7D ФОРМАТ»  
Острые проблемы молодёжи, профилактика зависимостей, взаимоотношения  
ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС — П4041

Детский журнал «ЧУДЕСНЫЕ СТРАНИЧКИ»  
Добрые рассказы, беседы о здоровье, загадки, поделки, головоломки  
ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС — П4042

**БЕСПЛАТНАЯ ПОДПИСКА** Стр. 12

РЕКЛАМА 12+

Стр. 2

**ПАСХА, О КОТОРОЙ ЗНАЮТ НЕ ВСЕ**

Стр. 7

**ПОЗВОНИТЕ РОДИТЕЛЯМ!**

Стр. 9

**ЕДА, КОТОРУЮ ЛЮБЯТ КОСТИ**

# ПАСХА, О КОТОРОЙ ЗНАЮТ НЕ ВСЕ

Сегодня самые распространённые символы Пасхи — красочные яйца, куличи, творожная масса, новомодные европейские зайчики. Не секрет, что символы эти пришли из язычества, обросли преданиями, традициями, прижились и полюбились многим. Но каков истинный смысл Пасхи? Посмотрим, что говорит об этом Библия.

## ПРООБРАЗ

Первая Пасха связана с выходом Израильского народа из египетского рабства. Согласно Библии, после долгого сопротивления фараона отпустил евреев, Бог пообещал навести на Египет самую страшную, десятую, казнь. Он сказал: «В полночь Я пройду посреди Египта, и умрёт всякий первенец в земле Египетской» (Исход 11:4, 5). Но Бог предусмотрел и избавление от страшной участи для тех, кто послушает Его.

Каждая семья — сама или объединившись с другим семейством — должна была зарезать ягнёнка или козлёнка без порока и пучком исcosa покропить его кровью на обоих косыках и перекладине дверей в домах, чтобы ангел-губитель, проходя в полночь, миновал это жилище. Ночью евреи должны были есть целиком запечённого ягнёнка с пресным хлебом и горькими травами, как сказал Моисей: «Пусть будут чресла ваши препоясаны, обувь ваша на ногах ваших и посохи ваши в руках ваших, и ешьте его с поспешностью: это — Пасха Господня» (Исход 12:11).

В ту ночь, когда Бог сдержал Своё обещание, фараон не просто отпустил, а выгнал евреев из Египта. В память великого избавления все грядущие поколения должны были ежегодно праздновать этот день. «И да будет вам день сей памятен, и празднуйте в оный праздник Господу, во [все] роды ваши; [как] установление вечное празднуйте его» (Исход 12:14).

Само слово Пасха (или по-еврейски Песах) означает «миновал», «прошёл мимо». Пасха не только напоминала об освобождении народа из Египта, но и символически указывала на великое избавление, какое совершил Христос, освобождая Свой народ от рабства греха.

Жертвенный ягнёнок в Библии всегда символизирует собой Иисуса — «Агнца Божия». Апостол Павел говорит: «Пасха наша, Христос, застан за нас» (1 Коринфянам 5:7).

Первый агнец на земле был застан после грехопадения Адама и Евы: из его кожи Бог сделал людям одежду. Именно тогда был учреждён обряд жертвоприношения. Жертвоприношения, установленные Богом, должны были постоянно напоминать человеку, что он нуждается в исповедании грехов, и запечатлевать в сознании истину о том, что грех приводит к смерти.

## ИСТИННЫЙ АГНЕЦ

Когда сатана был низвергнут с

неба, он намеревался сделать землю своим царством. Соблазнив Адама и Еву, он думал, что овладеет этим миром. Он утверждал, что грешнику невозможно получить прощение, и поэтому падшие люди становились его законными подданными, а мир переходил в его собственность.

Но Бог отдал Своего возлюбленного Сына, предназначив Ему понести наказание за грех и таким образом открыть для грешников путь, которым они могли бы вернуть себе потерянный Эдем. Христос, Агнец Божий, взялся искупить мир от власти сатаны. Великая борьба, начатая на небе, должна была разрешиться в этом мире, на той самой земле, которую сатана объявила своей.

С величайшим изумлением Всепланная узнала, что Христос смирит Себя ради спасения падшего человека. Тот, Кому принадлежали все звёзды и миры, решил оставить славу, приняв человеческое естество.

## ПАСХА НА РУБЕЖЕ ЗАВЕТОВ

В конце Своей земной жизни Христос находился на рубеже двух заветов и двух великих праздников — Пасхи старой и Пасхи новой. Бесспорочный Агнец Божий отдавал Себя в жертву за грех, чтобы положить конец системе обрядов, которые на протяжении четырёх тысяч лет указывали на Его смерть.

Многие слышали о Тайной вечере, но не все знают, что тот памятный ужин Иисуса с учениками как раз и был пасхальной трапезой. Когда Спаситель вместе с учениками имел пасху, Он учредил вместо неё служение в память о Своей великой жертве.

Ветхозаветную Пасху праздновали в память об избавлении Израиля из египетского рабства. Новозаветная Пасха установлена в воспоминание о великом избавлении, которое было оплачено смертью Христа.

## НОВЫЕ ПАСХАЛЬНЫЕ СИМВОЛЫ

Христос находился за столом, на котором была расставлена пасхальная еда. Перед Ним лежали огрызки, пасхальное неперебродившее вино стояло на столе (всё квасное и перебродившее пе-



ред Пасхой удалялось из домов). «И когда они ели, Иисус взял хлеб и, благословив, преломил и, раздавая ученикам, сказал: примите, ядите: сие есть Тело Моё. И, взяв чашу и благословив, подал им и сказал: пейте из неё все, ибо сие есть Кровь Моя нового завета, за многих изливаемая во оставление грехов» (Матфея 26:26–28). Учредив это обряд, Спаситель сказал: «Сие творите в Моё воспоминание» (Луки 22:19).

Христос предложил ученикам не мясо ягнёнка, но новые бескровные символы. Агнцем был Он Сам, и Его святая кровь должна была вот-вот пролиться. Тем, кто верой примет эту великую жертву, Христос оставил новые символы Пасхи — Вечерю, или Причастие.

## ПРООБРАЗ ВСТРЕТИЛСЯ С РЕАЛЬНОСТЬЮ

После пасхального ужина Иисус направился в Гефсиманский сад, где Его и взяли под стражу первосвященники, оповещённые Иудой. Потом были долгие часы суда, издевательств, пыток и крестных мук.

Задолго до рождения Христа пророк Исаия предсказывал: «Но Он взял на Себя наши немощи и понёс наши болезни; а мы думали, [что] Он был поражаем, наказуем и унижен Богом. Но Он изъявлен был за грехи наши и мучим за беззакония наши; наказание мира нашего [было] на Нём, и ранами Его мы исцелились. Все мы блуждали, как овцы, сорвались каждый на свою дорогу: и Господь возложил на Него грехи всех нас. Он истязаем был, но страдал добровольно и не открывал уст Своих; как овца, ведён был Он на заклание, и как агнец пред стригущим его безгласен, так Он

не отвергал уст Своих» (Исаия 53:4–7).

На протяжении долгих часов мучений Христа на Него глазела насмехающаяся толпа, но Бог в густой тьме скрыл последние человеческие мучения Своего Сына.

Вдруг мрак рассеялся, и громоподобно прозвучал голос, который, казалось, разнёсся по всему миру: «Совершилось!» (Иоанна 19:30), «Отче, в руки Твои предаю дух Мой» (Луки 23:46). Затем Христос склонил голову на грудь и умер.

Когда громкий крик «Совершилось!» вырвался из уст Христа, священники совершили служение в Храме. Это было время вечернего жертвоприношения. Привели агнца, священник в чудесном символичном одянии стоял с поднятым ножом. Но вот земля стала дрожать и колебаться. Невидимая рука с треском разрывала внутреннюю завесу в храме сверху донизу, и глазам собравшихся открывается место, где некогда находился Бог. Никто, кроме первосвященника, никогда не приподнимал завесу, отделяющую это помещение от остальной части храма. Он входит туда раз в год, чтобы совершить служение примирения за грехи народа. Но вот завеса разорвана надвое. Священник приготовился заколоть жертву, но нож выскользывает из его обессилевшей руки, и агнец убегает.

В момент смерти Сына Божьего реальность встретилась со своим прообразом. Великая жертва была принесена. Новый путь к Богу подготовлен для всех. Сам Христос стал нашей Пасхой.

По материалам книг Эллен Уайт  
«Патриархи и пророки»,  
«Желание веков»



### ЗА 2018 ГОД В МИРЕ СДЕЛАНО 42 МИЛЛИОНА АБОРТОВ

Количество смертей по причине абортов в 2018 году превысило число умерших от рака, СПИДа, малярии и ДТП вместе взятых. В расчёт принимаются только медицинские абORTы, без учёта случаев самопроизвольных выкидышей. За сегодняшний день в мире делают около 165 тысяч абортов. Бог же говорит: «Не убивай».

Источник: [christianpost.com](http://christianpost.com)

### ДВОЕ ХРИСТИАН В ИРАНЕ ОТКАЗАЛИСЬ ОТРЕЧЬСЯ ОТ ВЕРЫ В ХРИСТА В ОБМЕН НА ОСВОБОЖДЕНИЕ ИЗ ЗАКЛЮЧЕНИЯ

Суд в Иране отправил в тюрьму

дождаться вердикта по обвинению в «подрывной пропаганде» двух христиан, отказавшихся отречься от веры в Христа в обмен на освобождение.

Христиане Сахеб Фадай и Фатемех Бахтери получили во время очередного заседания суда по рассмотрению апелляции заманчивые предложения от своих судей Хассана Бабая и Ахмада Заргара. Судьи предложили им отказаться от веры в Иисуса в обмен на освобождение, как стало известно международной христианской правозащитной организации «Всемирная солидарность христиан» (CSW) со штаб-квартирой в Великобритании.

Фадай и Бахтери держат в заключении по обвинению в «подрывной пропаганде против государства власти», которая выражалась в том, что они обсуждали доктрины христианского вероучения в домашней молельне.

«Приговор, вынесенный г-дам Фадаю и Бахтери за проповедь христианского вероучения, не только является грубым нарушением свободы вероисповедания, но и криминализует саму христианскую

веру, которую на словах защищает конституция Ирана, — говорит Мервин Томас, глава CSW. — Мы призываем правительство Ирана положить конец всем формам преследований и унижений, которым подвергаются мирные религиозные общины в этой стране, и незамедлительно освободить всех несчастных, отбывающих тюремные сроки за свою веру и духовные убеждения».

Источник: [sedmitza.ru](http://sedmitza.ru)

### ВЫШЕЛ ПЕРЕВОД НОВОГО ЗАВЕТА НА ЛЕЗГИНСКИЙ ЯЗЫК



Новое академическое издание Института перевода Библии (ИПБ) под грифом Института языкоиздания РАН вышло на одном из языков Дагестана.

Этим изданием ИПБ завершил многолетний труд по переводу Но-

вого Завета на лезгинский язык. В работе по подготовке этого перевода в разные годы принимали участие талантливые лезгинские писатели и поэты, опытные богословы-бibleисты, высококлассные специалисты по лезгинскому языку.

В России насчитывается более 400 тыс. лезгин, они проживают на юго-востоке Дагестана. Перевод был сделан на литературный лезгинский язык, в основу которого лёг распространённый здесь гюнейский диалект. Около 350 тыс. лезгин живут в сопредельной с Россией части Азербайджана и говорят на своём диалекте. Для того, чтобы Новый Завет могли читать и они, текст был адаптирован и оснащён примечаниями в сносках.

Ещё одной особенностью этой книги является наличие в ней фрагментов текста, переданных на лезгинском языке в поэтическом стиле. Это такие отрывки, как молитва Отче наш (Матфея 6:9-13), Песнь Марии (Луки 1:26-56), Песнь Захарии (Луки 1:68-79) и др. Они выделены в тексте поэтическим отступом и курсивом.

По материалам [CNLNEWS](http://CNLNEWS.cnlnews)

## КЛАССИКИ О ВЕЧНОМ

210 лет со дня рождения Николая Васильевича Гоголя

# Н. В. ГОГОЛЬ: «БЕЗ МОЛИТВЫ НЕ ПРИСТУПАЮ НИ К ЧЕМУ»

Начатки веры Гоголь получил в семье. Когда в возрасте 12 лет он поступал в Нежинскую гимназию высших наук, то обнаружил хорошие познания только по Закону Божьему, другие же дисциплины хромали.

Школьные товарищи Гоголя были невысокого мнения о его литературных способностях, особенно в области прозы. «В стихах упражнялся, — советовали ему, — а прозой не пиши: очень уж глупо выходит у тебя. Беллетрист из тебя не вытанцует, это сейчас видно». Да и сам Гоголь, кажется, склонялся в то время больше к стихам, чем к прозе. «Первые мои опыты, — вспоминал он много лет спустя в «Авторской исповеди», — первые упражнения в сочинениях, к которым я получил навык в последнее время пребыванья моего в школе, были почти все в лирическом и серьёзном роде. Ни я сам, ни сотоварищи мои, упражнявшиеся также вместе со мной в сочинениях, не думали, что мне придётся быть писателем комическим и сатирическим...»

Юный Гоголь был прекрасным актёром. Некоторые товарищи думали, что он поступит на сцену. Особенным успехом Гоголь пользовался в роли госпожи Простаковой из фонвизинского «Недоросля». Константин Базилий рассказывал впоследствии: «Видел я эту пьесу в Москве и в Петербурге, но сохранил всегда то убеждение, что ни одной актрисе не удавалась роль

Простаковой так хорошо, как играл эту роль шестнадцатилетний тогда Гоголь».

Ни литературные занятия, ни сценические успехи не охладили веры Гоголя в Бога. Его школьный приятель Василий Любич-Романович вспоминал, что в церкви он «молитвы слушал со вниманием, иногда даже повторяя их нараспев, как бы служа сам себе отдельную Литургию». Как-то раз Гоголь, недовольный пением, поднялся на клирос и стал подпевать хору, ясно произнося слова молитв. Но священник, услыхавший незнакомый голос, выглянул из алтаря и, увидев постороннего, велел ему удалиться.

Гоголь всегда был человеком милостивым. Школьные друзья вспоминают, что писатель не мог пройти мимо нищего, чтобы не подать ему, и если нечего было дать, то всегда говорил: «Извините». Однажды ему даже случилось оставаться в долгу у одной нищенки. На её слова: «Подайте Христа ради!» он ответил: «Сочтите за мной». И в сле-

дующий раз, когда та обратилась к нему с той же просьбой, он подал ей вдвойне, добавив при этом: «Тут и долг мой».

Шестнадцатилетний Гоголь, тяжело перенеся смерть отца, написал матери в письме: «Я си удар перенёс с твёрдостию истинного христианина... Благословляя тебя, священная вера! В тебе только я нахожу источник утешения и утоляния своей горести!»

С тех пор не оставляет писателя мысль о неизбежности смерти.

Гоголь писал: «Память смертная — это первая вещь, которую человек должен ежеминутно носить в мыслях своих». Писатель часто читал молитву Василия Великого: «Господи, даждь ми слёзы умиления и память смертную».

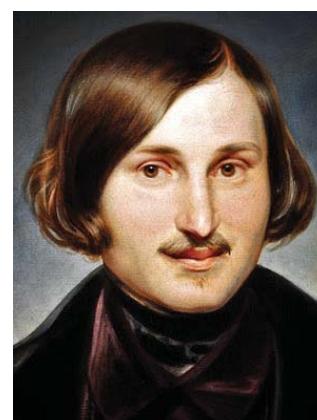
Гоголь опасался написать что-то неугодное Богу, а потому судил свои произведения в свете Евангелия: «Всякому человеку следует выполнить на земле призвание своё добросовестно и честно. Чувствуя, по мере прибавления годов, что за всякое слово, сказанное

здесь, дам ответ там, я должен подвергать мои сочинения несравненно большему соображению и осмотрительности, чем сколько делает молодой, не испытанный жизнью писатель».

Когда писатель скжёт второй том «Мёртвых душ», то объяснил это так: «Рождён я вовсе не затем, чтобы произвести эпоху в области литературной. Дело моё проще и ближе: дело моё есть то, о котором прежде всего должен подумать всякий человек, не только один я. Дело моё — душа и прочное дело жизни. А потому и образ действий моих должен быть прочен, и сочинять я должен прочно... Жгу, когда нужно жечь, и, верно, поступаю как нужно, потому что без молитвы не приступаю ни к чему». Впрочем, в других письмах Гоголь утверждает, что скжёт рукописи нечаянно.

Великим желанием Гоголя было исполнить волю Божью: «Мне нет дела до того, кончу ли я свою картину или смерть меня застигнет на самом труде, я должен до последней минуты своей работать, не сдававши никакого упущенья с своей собственной стороны. Если бы моя картина погибла или сгорела пред моими глазами, я должен быть так же покойен, как если бы она существовала, потому что я не зевал, я трудился. Хозяин, заказавший это, видел. Он допустил, что она сгорела. Это Его воля. Он лучше меня знает, что и для чего нужно».

Подготовила Елизавета Черникова



## Свободство наших читателей

\*\*\*

Человек, подними на Голгофу  
свой взгляд —  
Это вместо тебя Иисус там распял.  
Там свет Божьей любви всех людей  
озарил,  
Там тебе наш Спаситель Себя  
подарил.

Весть о старом кресте слышал ты  
много раз,  
И тебе надоел о распялье рассказ.  
Как зато превозношё ты себя самого:  
«Я не пью, не краду, не убил никого!»

Ты же слеп: весь в грехах от макушки  
до пят,  
Но не видишь того, гордым духом  
объят.  
Знай о том, что Христос до сих пор,  
без конца,  
О прощенье твоём умоляет Отца.

Царь царей руку дружбы тебе  
протянул —  
Ухватись за неё: не осёл ты, не мул.  
Хоть беспечен, упрям, но поверь:  
для Него  
Нет дороже тебя на земле никого.

Опустись перед Ним на колени,  
смиряясь,  
Очищающей силе Его покоряясь.  
Сердца дверь для Христа не спеши  
закрывать —  
Пусть прольётся дождём на тебя  
благодать.

Ирина Гладских,  
г. Магнитогорск

### ПЕСНЯ «АЛЛИЛУЯ!»

C Am  
Творец миров — Ты мой Господь,  
C Am  
А я всего лишь только плоть.  
F G F G  
Тебе хвалу от сердца вознесу я.  
C F G  
Ты — Дух живой, Ты — вечный Бог,  
Am F  
О, кто Тебя постичь бы мог?!

G Em Am  
Тебя я славлю, Боже! Аллилуйя!

Припев:  
F Am  
Аллилуйя! Аллилуйя!  
F C G C G  
Аллилуйя! Аллилуйя!

Ты в этот мир пришёл в Свой час,  
От вечной смерти Ты нас спас —  
К Тебе своей душою прилеплюсь я.  
На крест Голгофский Ты взошёл,  
Овец потерянных нашёл,  
По всей земле несёшся «Аллилуйя!»  
Припев

В Твоих руках — судьба миров,  
И с тайн снимаешь Ты покров.  
К Тебе молитву утром возношу я.  
Твой голос слышен на земле,  
И Дух Святой живёт во мне.  
Язык мой воспевает «Аллилуйя!»  
Припев

Агнесса З.,  
г. Магнитогорск



## ВСЕ НА ЛОДКАХ, А Я ПЕШКОМ

*Я хочу рассказать о Боге, Которого когда-то почти не знала.  
Зато Он знал меня, любил и стремился сделать счастливой.*

Я вышла замуж против воли родителей. Отец считал, что я не буду счастлива с человеком, у которого одни гулянки на уме. Уже через полгода после свадьбы я начала понимать мудрость отца, а через 4 года брак распался. Я осталась одна с двумя маленькими детьми на руках. Пришлось перенести скитания, нищету, непонимание, но я считала себя сильной, всего добивалась сама. В Бога я не верила и к Нему не обращалась.

Шли годы, дети выросли, и я решила, что пора подумать о себе. Познакомилась с мужчиной, закодировали его от алкоголя, и мы стали жить в деревне. Врачи предупредили, что, если пациент запьёт, за последствия они не отвечают. Муж стал нервным, раздражительным, агрессивным, распускал руки. Однажды он пришёл домой пьяный и с молодой женщиной, которую представил своей женой. Он приказал накрывать стол и развлекать гостью. Моя жизнь с тех пор превратилась в ад. Иногда муж не приходил домой неделю, иногда не выходил из дома, а иногда хватался за нож, и мне приходилось убегать и прятаться от него. У меня стали отниматься ноги и трястись руки. Я не знала, что делать. Когда муж меня гонял, хотелось всё бросить и уйти, но было его жалко. Часто ночью я выходила на улицу, вставала в снег на колени и в отчаянии кричала в небо: «Господи! Спаси меня, сохрани меня, я боюсь, некому защитить меня. Если Ты есть, приди на помощь!». И Бог, Которого я не хотела знать столько лет, услышал и пришёл.

Мы жили в старом доме. Двенадцать часов ночи. Печь не топлена, холодно. У меня отнялись ноги, ничего делать не могу, лежу под одеялом, пытаюсь согреться. Приходит пьяный муж, требует денег. После долгих угроз уходит, обещая вернуться. Я лежу и думаю, как такое могло случиться со мной. Некогда гордая и самоуверенная, теперь же абсолютно

беспомощная, никому не нужная, брошенная, больная, я замерзаю в одиночестве.

Проснулась от голоса: «Встань и уходи». Оглянулась вокруг, прислушалась: в доме никого нет, тишина. Наверное, приснилось... Снова засыпала. Опять слышу: «Встань и уходи». Теперь я поняла, что слышу голос наяву. Только как же я встану, если ноги не двигаются? Когда я в третий раз услышала: «Встань и уходи», то окончательно проснулась. Если Господь посетил меня и лично заговорил со мной, значит, мне угрожает опасность. Я попыталась согнуть холодные ноги, и они ожили. Встала с кровати, повторяя: «Что повелишь мне делать, Господи?». Я сообразила, что сюда больше не вернусь, и начала складывать вещи в мешки и носить к соседке. Мы договорились с Ниной, что до обеда я у неё отдохну, а потом отправлюсь в свой родной дом за рекой. Я шла за очередным мешком вещей, когда увидела, что к дому приближается муж. Тогда я даже не представляла себе, от чего меня спас Господь той ночью...

Был конец апреля 1992 года. Бурно таяли снега, весело журчали ручейки, сладко пели птички. Душа стремилась к новой жизни без страха и тревог. Я решила возвратиться домой самым коротким путём — через реку. Я летела, как на крыльях. Благополучно перейдя через реку по льду и преодолев ещё 10 км до дома, я успокоилась.

На следующий день в дверь постучал муж. Он рассказал мне, что случилось ночью: «Когда я оставил тебя одну, мной овладела мысль, что ты мешаешь мне строить счастье с молодой женой и от тебя нужно избавиться. Ночью я подготовился и рано утром отправился домой, прихватив с собой нож и надеясь расправиться с тобой, пока ты спала. Только увидев пустую кровать, я очнулся и пришёл в себя. Я не понимал, что со мной происходит, как во мне могут уживаться любовь и ненависть. Я так рад, что ты жива. Прости меня за всё». Когда

я рассказывала мужу, как Бог посетил меня и спас от его руки, он слушал молча. Но когда я упомянула, что домой пришла по реке, он стал кричать: «Зачем ты мне врёшь?! Я сегодня на лодке приплыл! Люди уже неделю по реке не ходят!» Он схватил меня за плечи и стал трясти: «Говори мне правду, как ты пришла!» А я твердила только одно: «Я пришла по реке». Наконец, муж выскочил за дверь со словами: «Точно сумасшедшая!»

Я долго соображала, как я могла пройти по реке. Я была в своём уме и точно видела кругом лёд, никаких проталин не было. Это был не сон: иначе, как я оказалась дома? Я пала на колени и рыдала: «Господи! Что мне сделать для Тебя, как мне отблагодарить Тебя за то, что Ты спас меня и заговорил со мной, чтобы вывести меня из ада? Возьми мою жизнь, ибо она теперь принадлежит только Тебе».

С того дня я стала искать Бога в Библии и молитве. У меня появлялось всё больше вопросов, и я молилась, чтобы Бог послал ответы. Он сделал это через мою знакомую Любю. Она предложила мне встретиться со служителем церкви, которую посещала. Мы собрались на встречу, но сильно опаздывали. Электричка, на которой нам нужно было ехать в город, вот-вот должна была отправиться, а до станции ещё идти 20 минут. Что делать? Любя решила: «Если Богу угодно, чтобы мы поехали, поезд подождёт». Я в её фантазии не поверила, но пошла ради интереса. Когда мы добрались до станции, на перроне стояли люди. Оказалось, что поезд задержался на 20 минут.

Какой у нас потрясающий Бог: и от беды спасает, и по воде проведёт, и поезд задержит! После девятичасовой беседы со служителем я поняла, что Церковь христиан адвентистов седьмого дня — мой дом и моя семья. Церковь помогла мне увидеть любящего Бога, Который принес всем людям спасение и прощение. Благодарю Его за ситуацию, в которой я оказалась, и за всех людей, которых Он использовал, чтобы смирить мой гордый дух и обратить к Себе.

Тамара,  
г. Пермь

# ПОЧЕМУ Я ВЕРЮ В ВОСКРЕСЕНИЕ УМЕРШИХ

В новостях часто появляются сообщения о страшных автокатастрофах. То здесь, то там происходят ДТП — в какой-то степени это стало привычным и вызывает, в лучшем случае, сочувствие к погибшим и их близким. Но вот новостной сюжет сменился следующим, и наше внимание переключается так же легко, как каналы телевизора.

Совсем другое дело, когда видишь последствия трагедии воочию. В ноябре мне пришлось ехать в Волгоград на автомашине. Километров за сто до места назначения мы увидели страшную картину: передняя часть легковушки всмятку под КАМАЗом, задняя — на трассе, на асфальте лужи крови, накрытые покрывалами тела погибших. По дороге разбросаны подушки — значит, люди были в дальней дороге.

Позже я нашла информацию об этом ДТП в интернете. Водитель, на большой скорости совершая обгон, не успел завершить манёвр и врезался в КАМАЗ. Погибли четыре человека, из них два ребёнка.

Остаток пути я размышляла о хрупкости человеческой жизни. Вот так живёт человек, строит планы, спешит куда-то, и в один момент жизнь может оборваться. Ради чего тогда всё это? Что ждёт нас за порогом смерти?

Я — верующий человек. Я верю, что Библия — это Слово Божье, Его письмо, адресованное человечеству. Значит, там должен быть ответ и на этот вопрос. Давайте поищем его вместе.

## ЧТО ГОВОРИТ БИБЛИЯ О ЖИЗНИ ПОСЛЕ СМЕРТИ

«Выходит дух его, и он возвращается в землю свою: в тот день исчезают [все] помышления его» (Псалом 145:4).

«Живые знают, что умрут, а мёртвые ничего не знают... и любовь их, и ненависть их, и ревность их уже исчезли, и нет им более части вовеки ни в чём, что делается под солнцем... Всё, что может рука твоя делать, по силам делай; потому что в могиле, куда ты пойдёшь, нет ни работы, ни размышлений, ни знания, ни мудрости» (Екклесиаст 9:5, 6, 10).

Получается, после смерти человека не может знать, что происходит с его близкими, не может контролировать их жизнь — Библия ясно говорит об этом. А как же бессмертная душа? Оказывается, такого словосочетания в Слове Божьем нет! Более

того, Библия говорит о смертности души: «Душа согрешающая, та умрёт» (Иезекииля 18:4).

Тогда возникает вопрос, а что же такое душа?

### ЧТО ТАКОЕ ДУША?

Впервые это слово встречается в Библии в повествовании о творении: «И сказал Бог: да произведёт вода пресмыкающихся, душу живую; и птицы да полетят над землёю, по твердям небесной... И сказал Бог: да произведёт земля душу живую по роду её, скотов, и гадов, и зверей земных по роду их. И стало так» (Бытие 1:20, 24).

А далее мы читаем о сотворении человека: «И создал Господь Бог человека из плаха земного, и вдунул в лицо его дыхание жизни, и стал человек душою живою» (Бытие 2:7). Обратите внимание, что во всех этих текстах употребляется словосочетание «душа живая». На древнееврейском языке это звучит как «нефешхайя», что значит «живое существо».

### ПРАХ + ДЫХАНИЕ ЖИЗНИ = ДУША ЖИВАЯ

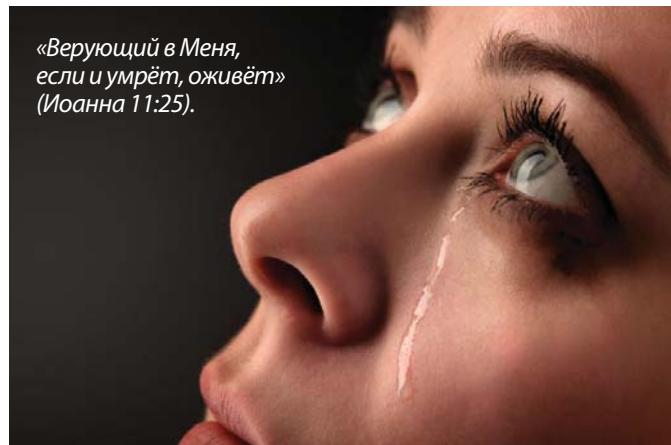
Мы видим, что при сотворении человека «живая душа» получилась от соединения «праха земного» и «дыхания жизни». В этот момент человек стал личностью, обладающей разумом, памятью, сознанием, волей.

В момент смерти происходит обратный процесс: «И возвратится прах в землю, чём он и был; а дух возвратится к Богу, Который дал его» (Екклесиаста 12:7). То есть живая душа (человек) минус дыхание жизни (дыхание от Господа) равно прах земной (безжизненное тело).

### ЖИВАЯ ДУША — ДЫХАНИЕ ЖИЗНИ = ПРАХ ЗЕМНОЙ

Слова «дыхание жизни» и «дух» обозначены одним и тем же древнееврейским словом «руах», которое можно перевести как «движение воздуха», «ветер», «брис», «дыхание ноздрей», «дыхание рта», «жизнь», «энергия жизни». Как видим, это во-

«Верующий в Меня, если и умрёт, оживёт»  
(Иоанна 11:25).



все не бестелесная субстанция, обладающая сознанием и характером умершего человека. Это просто данная Богом жизненная энергия.

В Библии смерть часто сравнивается со сном: «А человек умирает и распадается: отошёл, и где он?». Так человек лежит и не встанет; до скончания неба он не пробудится и не воспринянет от сна своего» (Иова 14:10, 12).

А вот, пожалуй, самые пессимистичные библейские тексты: «Потому что участь сынов человеческих и участь животных — участь одна: как те умирают, так умирают и эти... Всё идёт в одно место: всё произошло из праха и всё возвратится в прах» (Екклесиаста 3:19, 20).

### НАДЕЖДА ЕСТЬ!

Так что же теперь? Всё заканчивается смертью, как нас учили в советской школе? Для чего тогда мы живём? Слово Божье даёт ответ и на эти вопросы.

Иисус Христос сказал у гробницы умершего Лазаря: «Я есмь воскресение и жизнь; верующий в Меня, если и умрёт, оживёт» (Иоанна 11:25). Это славная надежда, которой жили многие поколения христиан. Спаситель поднимет из могил Своих последователей так же, как однажды пробудил от смертного сна Лазаря. Вот как пишет об этом апостол Павел: «Не хочу же оставлять вас, братия, в неведении об умерших, дабы вы не скорбели, как прочие, не имеющие надежды. Ибо, если мы веруем, что Иисус умер и воскрес, то и умерших в Иисусе Бог приведёт с Ним. Ибо сие говорим вам словом Господним, что мы живущие, оставшиеся до пришествия Господ-

ня, не предупредим умерших, потому что Сам Господь при возвещении, при гласе Архангела и трубе Божией, сойдёт с неба, и мёртвые во Христе воскреснут прежде; потом мы, оставшиеся в живых, вместе с ними восхищены будем на облаках в сретение Господу на воздухе, и так всегда с Господом будем. Итак, утешайтесь друг друга сими словами» (1 Фессалоникийцам 4:13–18).

Иисус сказал Своим ученикам, а в их лице и всем нам: «И когда пойду и приготовлю вам место, приду опять и возьму вас к Себе, чтобы и вы были, где Я» (Иоанна 14:3). Он обещал вернуться и взять к Себе всех, кто любил Его, ждал встречи со Спасителем и остался верен Ему. Эта надежда может стать и твоей, дорогой читатель!

Я не знаю, были ли погибшие в ДТП в Волгоградской области христианами и есть ли у них надежда на воскресение. Страшно, когда люди уходят из жизни, не успев прииться с Богом, не успев принять спасение от грехов, дарованное Иисусом Христом. Это самое важное дело, которое человек может совершить. Мы не знаем, что нас ждёт завтра, поэтому не мордите, дорогой друг! Тогда ты сможешь воскликнуть вместе с многострадальным Иовом: «А я знаю, Иисуситель мой жив, и Он в последний день восставит из праха распадающуюся кожу мою сию, и я во плоти моей узрю Бога. Я узрю Его сам; мои глаза, не глаза другого, увидят Его» (Иова 19:25–27).

Юлия Коровина

## СОВРЕМЕННЫЕ ПРИТЧИ



# НЕ ЖДИТЕ, КОГДА ВАС ВЫТОЛКНУТ ИЗ ПОВОЗКИ

Старый мудрый извозчик вёл повозку, в которой сидела женщина с ребёнком. Выпало много снега, и утро было очень холодным. На небе не было солнца. Старик начал замерзать, и женщина в повозке тоже. Извозчик увидел, что она постепенно становится синей и теряет сознание. Тогда он взял ребёнка, вытол-

кнул женщины из повозки и уехал прочь.

Женщина была шокирована. Она пытаясь бежать, крича и проклиная извозчика. А через полкилометра этого сумасшедшего марафона старик остановил повозку, посадил женщину обратно и сказал: «Теперь всё в порядке. Я должен был сделать это, иначе вы умерли бы».

Так и мы «замерзаем», а Господь нас раз — из повозочки полуокочневших, и, глядишь: румянец духовный на щёчках появился! «Я должен был это сделать, иначе вы умерли бы» — вот так порой делает Господь!

Благодарение Ему за все ситуации, которые проходим! Но лучше всё-таки не ждать, когда нас вытолкнут из повозки.

# ВСТРЕЧА С ПРИШЕЛЬЦЕМ

Вы верите в НЛО и пришельцев из космоса? Вопрос заставил вас улыбнуться? Между тем, в последнее время тема инопланетных гостей вновь ожива и вызывает большой интерес. Похоже, это неспроста...

С конца 60-х и в течение 70-х годов в США (в России пик пришёлся на 90-е годы) сообщений об увиденных НЛО было больше, чем за весь предыдущий период. Но одновременно наблюдался рост интереса к оккультизму и парapsихическим феноменам. Многие парapsихологи и оккультисты отрицают Иисуса как Сына Божия и считают, что мировые проблемы будут решены через гостей из космоса.

Я смею предположить, что наш мир уже готов к величайшему из обманов дьявола в отношении рода человеческого. Вопрос о том, были ли наблюдаемые явления в действительности или нет, не является главным. Основная задача заключается в обработке ума. Тысячи людей не видят путей решения мировых проблем. Голод, эпидемии, войны всё шире охватывают земной шар. Многие из отрицающих Библию обращаются за ответами к сверхъестественному. Поскольку они считают Библию устаревшей и утратили к ней доверие, то подготовлены к дьявольскому обману.

Дьявол прекрасно знаком с Писанием. Может ли произойти так, что он готовится появиться в виде Ангела света, заявляя, что он — существо из космического пространства, явившееся, чтобы разрешить проблемы человечества? Возможно ли, что перед буквальным, действительным Вторым пришествием Христа сатана появится и попытается обмануть множество людей?

Вот что говорит Библия: «Сам сатана принимает вид Ангела света» (2 Коринфянам 11:14). Сатана знает, что время его истекает. В последние дни земной истории он будет действовать, используя все знамения, лжечудеса и сверхъестественные феномены. В завершение сатана попытается обмануть массы своим собственным пришествием на землю.

«Горе живущим на земле и на море! потому что к вам сошёл дьявол в сильной ярости, зная, что не много ему остаётся времени» (Откровение 12:12). Это пророчество будет полностью исполнено непосредственно перед концом времени. Вы чувствуете, что происходит в мире сегодня? Сатана готовит декорации. В обстановке, когда люди не в состоянии мирно жить друг с другом, он явится в виде Ангела света. Из разных уголков нашей планеты начнут раздаваться голоса: «Христос пришёл! Христос пришёл!» Но это будет вовсе не Иисус!

«Тогда, если кто скажет вам: "вот здесь Христос", или "там", — не верьте. Ибо восстанут лжехристы и лжеупророки, и дадут великие знамения и чудеса, чтобы прель-

стить, если возможно, и избранных» (Матфея 24:23, 24).

Иисус говорит, как следует поступать, когда до нас дойдут слухи, что Он, якобы, пришёл: «Итак, если скажут вам: ... "вот, Он в поставленных комнатах" — не верьте» (Матфея 24:26).

Итак, в мире раздаётся: «Иисус пришёл!» Будут твориться удивительные чудеса. Будут исцеляться больные. Но Библия говорит, что это дела не Иисуса, но сатаны, подпринимающего вид Ангела света.

Как же нам не ошибиться? Есть ли способ, позволяющий отличить истинное пришествие Христа от ложного? Да, безусловно, есть! Библия даёт нам пять великих фактов относительно пришествия Иисуса Христа. И если вы будете помнить об этих пяти фактах, то враг вас не обманет.

**1 Второе пришествие Христа — это буквальное событие, а не просто духовное присутствие, проявление которого никто не может идентифицировать. Оно произойдёт в конкретный момент в недалёком будущем.**

Вот как Писание описывает воснесение Иисуса Христа: «Он поднялся в глазах их, и облако взяло Его из вида их. И когда они смотрели на небо, во время восхождения Его, вдруг представили им два мужа в белой одежде и сказали: мужи Галилейские! что вы стоите и смотрите на небо? Сей Иисус, вознёсшийся от вас на небо, придёт таким же образом, как вы видели Его восходящим на небо» (Деяния 1:9–11).

Иисус вознёсся на небо буквально. Ученики видели это событие. Вернётся Господь таким же образом. Он был взят облаком; вернётся Он также на облаках в том же славном, бессмертном теле, в котором когда-то вознёсся к Небесному Отцу.

Это Тот Христос, Который любит вас! Он возвращается на облаках небесных за вами! Он желает, чтобы вы были с Ним в вечности!

**2 Христос придёт видимо.** «Се, грядёт с облаками, и узрит Его всякое око» (Откровение 1:7).

«И тогда восплачутся все племена земные и увидят Сына Человеческого, грядущего на облаках небесных с силой и славою великою; и пошлёт Ангелов Своих с трубою громогласною, и соберут избранных Его от четырёх ветров, от края небес до края их» (Матфея 24:30, 31).

Здесь речь идёт не о том, что мир будет наблюдать за пришествием по телевидению. Все во-



очи увидят Христа одновременно! Это — Божественное чудо.

## 3 Пришествие Христа — это спышишое событие.

Когда Иисус придёт, в этом не будет никаких сомнений. Он придёт так, что не только всякое око увидит Его, но и каждое ухо услышит об этом: «Потому что Сам Господь при возвещении, при гласе Архангела и трубе Божией, сойдёт с неба, и мёртвые во Христе воскреснут прежде; потом мы, оставшиеся в живых, вместе с ними восхищены будем на облаках в сретение Господу на воздухе, и так всегда с Господом будем» (1 Фессалоникийцам 4:16, 17).

Иисус идёт, говорит Библия, под звуки трубы Божией, под трубные звуки победы!

Как вы помните, однажды Иисус пришёл тихо — младенцем в Вифлеемских яслях. За исключением нескольких пастухов, мир не знал о том, что Он пришёл. На этот раз Он придёт так, что об этом услышит всякое ухо.

## 4 Иисус не ступит на Землю.

Он только приблизится к земле. Господь воскресит праведников из мёртвых, а те из Его народа, которые находятся среди живущих, мгновенно перенесутся в бессмертие. И все будем восхищены, чтобы встретиться с Ним в воздухе.

Говорят ли Библия о том, что Иисус придёт на землю, чтобы установить здесь Своё Царство? Да, действительно, будет время, когда праведники наследуют землю. Но это будет спустя тысячу лет. А пока верующие «восхищены на облаках в сретение Господу на воздухе». Иисус сказал Своим ученикам: «Я иду приготовить место вам» (Иоанна 14:2). Где? В Его Царстве. Поэтому, когда настанет время, Он придёт, чтобы взять Свой народ в то место, которое Он подготовил.

**5 Второе пришествие Христа будет катастрофическим событием:** «И сделалось великое землетрясение, какого не бывало с тех пор, как люди на земле» (Откровение 16:18). Это событие невозможно пропустить. Будут нарушены сами основы этой земли: «всякая гора и остров двинулись с мест своих» (Откровение 6:14).

Те, кто отверг Бога и Его закон,

будут охвачены ужасом. Они будут взывать к скалам и горам, воскликнав: «Падите на нас и скроите нас от лица Сидящего на престоле и от гнева Агнца» (Откровение 6:16).

После прихода Иисуса, друзья мои, второго шанса не будет. В этой жизни Он даёт людям тысячи шансов. Он посыпает Дух Святой к нашим сердцам день за днём, неделю за неделей. Он обращается к нам мгновенья за мгновеньем. Иисус искренне желает, чтобы вы не попали в ту категорию, которая бежит в ужасе, которая отворачивается в агонии от Его пришествия. Нечестивые погибнут в ярком свете Христова пришествия. Земля и все дела на ней сгорят. А праведники будут воскликнуть: «Вот Он, Бог наш! Мы ждали Его, и Он пришёл!»

В какой группе окажешься ты? Пока не поздно, пока голос Любви продолжает звать и приглашать, приди к Богу, попроси у Него прощения за грехи, попроси изменить твоё сердце и жизнь так, чтобы ты мог с радостью встречать Иискупителя, когда Он придёт.

По книге Марка Финли  
«Великие пророчества Библии»

## Под открытым небом

И те, кто верят в силу и прогресс,  
И те, кто в храмах зажигают свечки,  
И те, кто ждут Спасителя с небес,  
И те, кто ждут «зелёных человечков»

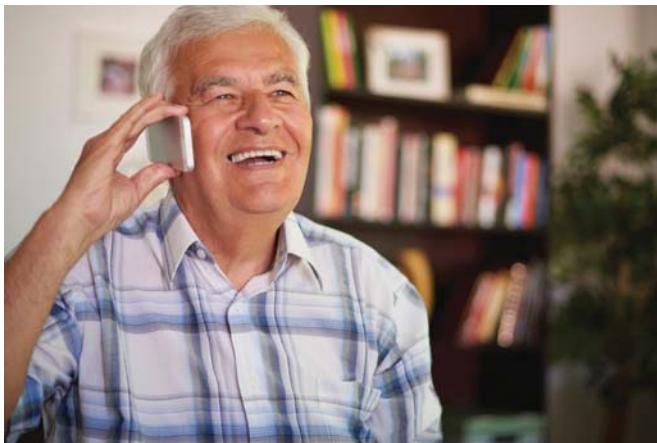
Все ждут пришельцев,  
но Пришелец был.  
А все живут, как будто Он и не был.  
Он был и небо для людей открыл,  
И мы живём все под открытым небом —

И те, кто ждут спасенья от людей,  
И те, кто ждут Пришествие второе.  
Не закрывают небеса дверей  
Для тех, кто сердце небесам откроет.

И Дух спасенья ждёт нас день и ночь,  
Ждёт от людей лишь одного  
решенья.  
Он слышит всех и всем готов помочь  
Преодолеть земное притяжение.

Татьяна Хлопкова

# ПОЗВОНИТЕ РОДИТЕЛЯМ!



**Когда повзрослевшие дети покидают родительское гнездо, то не перестают быть любимыми. Кроме того, они частенько становятся долгожданными. Как мало порой нужно, чтобы уделить несколько минут родителям, но как много это даёт их сердцам!**

Родители у меня уже в преклонных годах, но пока обслуживают себя сами, да и нам, молодым, умудряются помогать. И мы настолько к этому привыкли, что многие вещи воспринимаются как само собой разумеющееся — родители и денежку на праздник подают (хотя живут только на пенсию), и с внуками погуляют, и авоську с едой на другой конец города притащат, когда я болею.

А ещё телефонные звонки... Папа звонит каждый день, иногда по несколько раз. Причём, чаще всего он мне, а не я ему: мне некогда. И звонки эти нередко бывают некстати. Стараюсь бодро отвечать на обычный вопрос «Как дела?», а сама мыслями в работе. И так постоянно — спешка, заботы.

А на днях у нас потерялась мама. Она к 8 утра отправилась к окулисту, телефон забыла дома. Около двух мне позвонил обеспокоенный папа, собравшийся идти на поиски: мама до сих пор не вернулась. Я велела ему сидеть дома, а сама набрала регистрацию поликлиники, куда пошла мама, спросила, не было ли каких происшествий, не вызывали ли к кому скорую. Потом стала обзванивать другие больницы. «Такая не поступала», — был везде ответ. Когда «скорая помощь» заверила меня, что такой пациентки не было, я спокойно сообщила папе: «Наша нянида не поступала», а он со смешком сказал: «А ко мне вот только что поступила». Пришла! Беспокойство наше длилось не больше часа, но столько всего пролетело в голове за это время...

Неблагодарность самая гнусная, но, вместе с тем, самая обыкновенная и самая исконная — это неблагодарность детей к родителям.

Л. Вовенарг

уделить время родителям, нам необходим лёгкий (или серьёзный) испуг?

Пятая заповедь гласит: «Почтитай отца и мать». Почитать — значит уважать. Уважать можно тихо и пассивно, где-то в глубине души. Но в Библии есть уточнение: «Если же кто

о своих и особенно о домашних не печётся, тот отрекся от веры и хуже неверного» (1 Тимофею 5:8). Слово «печётся» здесь относится

Что ты сам сделаешь для родителей своих, того же ожидай и себе от детей?

Литтак

наем понимать своих родителей гораздо лучше. Нам проще поставить себя на их место, задать себе вопрос: «А как бы я хотел(а), чтобы мой ребёнок поступил по отношению ко мне в подобной ситуации?» Главное — не лениться примерять на себя роль пожилых родителей.

Когда дети, в которых вложено столько любви, времени и сил, по-

кидают родительское гнездо, что испытывают родители, особенно престарелые и немощные? Зачастую дети — это смысл их жизни. Сердце отчаянно ждёт звонка, весточки. Хочется знать, что тебя помнят. Особенно это касается одиноких стариков.

По соседству с нами жила одна старушка, у которой сын уехал с семьёй в Москву. Бабушке 80. Этаж пятый. Лифта нет. Сначала женщина сама ходила в магазин, потом ослабла. Стала забывчивой. Ей отключили газ, чтобы чего не натворила. Продукты приносили соседи. Еду тоже частенько соседи готовили. Старушка не роптала на долю, не жаловалась на сына. Она только ждала... Ждала звонка. Звонки случались, как правило, только по праздникам. Но сколько счастья было у женщины! Она всем соседям рассказывала, что звонила сама внучка! Много ли надо, чтобы порадовать одинокого человека? А мы (и к своему стыду говорю) порой скучимся даже на такую мелочь. Наверное, надо звонки родителям планировать и включать в список неотложных дел.

Стала я размышлять над словом «печься». Вспомнилась история одна (давно уже дело было, я ёщё с родителями жила), когда нас, верующих ребят, попросили помочь семье одного солдата: парень — на службе, а мама его одна с огородом еле справляется. Я стала собираться, а мама мне: «Всё-таки тебя тянет чужим помогать. Нет бы, нам с отцом помогла». Помню, тогда эти слова вызвали у меня некоторое раздражение. Я всё же отправилась на подвиги к чужим людям, но, приехав на место, обнаружила, что мама служивого гораздо мороже и бодрее моих родителей, участок гораздо меньше, чем наш, и, что самое главное, — у солдата оказалась ещё младшая сестра моих лет — здоровая девица в расцвете сил. Копала я там грядки, а сама думала о своих бедных родителях, которые в тот день были лишены помощи единственной дочери. Недаром в Библии сказано, что в благодетели должна быть рассудительность. Можно быть активным волонтёром и печься о голоддающих детях из далёкой Африки, при этом забывая о своих домашних.

Естественно, я не призываю к тому, чтобы сосредоточить всю жизнь только на «своих», но нужно помнить о том, что есть те, кто достоин нашего внимания в первую очередь хотя бы по справедливости: они отдали нам всё.

Пойду, позвоню родителям!

Евгения Соловьёва

## Закон Божий

Библия, Исход 20 гл.



«Если любите  
Меня, соблюдите  
Мои заповеди»  
(Иоанна 14:15)

I

Я Господь, Бог твой, Который вывел тебя из земли Египетской, из дома рабства; да не будет у тебя других богов пред лицом Моим.

II

Не делай себе кумира и никакого изображения того, что на небе вверху, и что на земле внизу, и что в воде ниже земли; не поклоняйся им и не служи им, ибо Я Господь, Бог твой, Бог ревнитель, наказывающий детей за вину отцов до третьего и четвёртого [рода], ненавидящих Меня, и творящий милость до тысячи родов любящих Меня и соблюдающим заповеди Мои.

III

Не произноси имени Господа, Бога твоего, напрасно, ибо Господь не оставит без наказания того, кто произносит имя Его напрасно.

IV

Помни день субботний, чтобы святить его; шесть дней работай и делай всякие дела твои, а день седьмой — суббота Господу, Богу твоему: не делай в субботу никакого дела ни ты, ни сын твой, ни дочь твоя, ни раб твой, ни рабыня твоя, ни скот твой, ни пришелец, который в жилищах твоих; ибо в шесть дней создан Господь небо и землю, море и всё, что в них, а в день седьмой почил; посему благословил Господь день субботний и освятил его.

V

Почтай отца твоего и мать твою, чтобы продлились дни твои на земле, которую Господь, Бог твой, даёт тебе.

VI

Не убивай.

VII

Не прелюбодействуй.

VIII

Не кради.

IX

Не произноси ложного свидетельства на ближнего твоего.

X

Не желай дома ближнего твоего; не желай жены ближнего твоего, ни раба его, ни рабыни его, ни вола его, ни осла его, ничего, что у ближнего твоего.

# СТРАНЕ НЕ ХВАТАЕТ ХОРОШИХ ОТЦОВ

*Психологи, социологи, священнослужители во все колокола звонят о кризисе отцовства. Причём, в нашей стране этот кризис имеет свои отличительные особенности. Традиционная семья сломалась, а требования времени давят всё больше. В результате мужчина потерял естественную для него роль в доме. Отсюда разводы, алкоголизм и даже суициды. Впрочем, это вопрос выживания и для общества в целом.*

В начале прошлого года в России появился «Совет отцов». Это одна из немногих мер, направленных на укрепление института отцовства, хотя на сегодняшний день не существует единого мнения насчёт того, каким образом государство реально может помочь отцам состояться и выполнять свои обязанности. Очень часто всё сводится просто к войне полов. На тематическом форуме «Отец. Отцовство. Отчество» в верхней палате РФ высказывается множество предложений, но пока все едини только в том, что нам давно пора официально учредить «День отца», о котором говорят ещё с начала нулевых.

## ИСТОРИЯ ВОПРОСА: СОВЕТСКИЕ ГОДЫ

Раньше образ отца связывался, в первую очередь, с понятием «кор-милец семьи». Сейчас мужчина и женщина зарабатывают примерно одинаково. При этом внятных требований относительно того, каким должен быть отец, общество не выдвигает.

По мнению директора «Института демографического развития и репродуктивного потенциала» Руслана Ткаченко, основной причиной распада патриархальной семьи стала революция 1917 года с последующими «раскрепощающими» декретами. Эти декреты сделали возможными «свободную любовь», аборты, разводы по письму, гомосексуализм и т. д. Но вскоре государству стало ясно, что для сохранения страны нужны более строгие законы, и уже в 30-е годы советская семья стала пропагандироваться как ячейка общества. Но «в саму основу советского строя были заложены резолюции, подкаивающие отцовство. Чтобы появилось всё общее, надо отобрать

всё частное. Вот только память о праве собственности нестереть без устранения института отцовства, — уверяет Ткаченко. — Основатели социализма писали, что невозможно воспитать колективного человека в традиционной семье, его необходимо возвращать в коллектив — в ясли, сад, школу. Право воспитания, передачи опыта и знаний взято на себя советское государство, фактически отстранив от этих вопросов родителей».

Эта тенденция продолжается и по сей день. Жизнь и воспитание детей не мыслятся без коллективных институтов — детского сада, школы и т. д.

А потом грянула Великая Отечественная война. Те, кому посчастливилось вернуться, были покалечены, причём, не только физически. Женщины были им благодарны, жалели (что никак не помогает мужчине состояться). К тому же нехватка мужчин породила не только конкуренцию среди женщин, но и необходимость брать на себя мужские обязанности. Страну ведь надо кому-то восстанавливать. Так началась эпоха советского мatriархата. Женщины научились инициировать браки и рождение детей, всё это без отрыва от работы на производстве и в доме — в общем, взяли на себя обязанности главы семьи.

Следующие после войны поколения быстро освоили эту семейную схему, настолько удобную для советского строя. Папа распивает с друзьями, иногда стучит кулаком по столу и иногда хватается за ремень. Мама — сильная и ответственная, которая иногда жалеет, а

**Лучшее, что отец может сделать для своих детей — это любить их матерью.**



иногда выгоняет большого ребёнка-папу из дома.

С послевоенных лет семейная политика связывала детство с материнством, а о проблемах отцовства говорилось только в контексте борьбы с пьянством, домашним насилием и прочим. В результате, в советские годы так и не сложилось достойной альтернативы дореволюционному укладу семьи.

## ИСТОРИЯ ВОПРОСА: ЛИХИЕ ДЕВЯНОСТИ

В девяностых к послевоенному наследию добавились и западные проблемы, рождённые из культа потребления и духовного упадка тамошнего общества. Теперь быть мужчиной стало означать иметь толстый кошелёк и побольше любовниц. От такого образа жизни мужчины не стали счастливей: на-против, именно в этот период, как утверждают эксперты, средний возраст мужчин в стране стал стремительно сокращаться.

«Говоря о сверхсмертности мужчин, обычно упоминают алкоголь, но не задумываются о том, почему люди так живут. Большинству современных мужчин жить незачем, у них нет целей..., так что беречь своё здоровье особого смысла не имеет», — комментирует ситуацию

Ткаченко. В этом смысле отцовство могло бы стать достойным мотивирующим фактором. «Отцовство даёт возможность мужчине удовлетворить свои амбиции, делает его самодостаточным... Воспитание детей — это тоже работа на результат, глобальный проект жизненного цикла», — делится Татьяна Попова, эксперт рабочей группы «Социальная справедливость». Стать отцом, которому есть чем гордиться, — достойная цель для каждого мужчины.

## ОТЦОВСТВО — В РУКАХ ОТЦОВ!

Хорошая новость заключается в том, что никто не обязан повторять ошибки своих предков. Каждый в силе разорвать порочный круг нездорового распределения ролей в семье. Это непросто (ведь уклад этот формировался не одно поколение), но возможно, если признать наличие проблемы и стать на путь исправления. Это значит взять на себя ответственность за свою семью, не довольствуясь оправданием «у нас всегда так было». Глупо ожидать результатов, если ничего не менять.

Когда мужчины возьмут на себя роль отцов, которые отвечают за семью, тогда и матери смогут наслаждаться своей ролью помощниц и хранительниц очага.

**Михаил Волгин**

## В БИБЛИИ ХОРОШИЙ ОТЕЦ:

■ **Общается с детьми**, проводит с ними время, гуляет, беседует, наставляет в духовных вопросах, учит Закону Божьему.

«И да будут слова сии, которые Я заповедую тебе сегодня, в сердце твоём; и внуший их детям твоим и говори о них, сидя в доме твоём, и идя дорогою, и ложась, и вставая» (Второзаконие 6:6, 7).

■ **Активно участвует в процессе воспитания**. Обуздывает детей. Его любовь не слепа и не пассивна. Он не рассчитывает, что

всё самой собой наладится, когда дети подрастут.

«Я объявил ему, что Я накажу дом его на веки за твою вину, что он знал, как сыновья его нечестивы, и не обуздывал их» (1 Царств 3:13).

«Кто жалеет розги своей, тот ненавидит сына; а кто любит, тот с детства наказывает его» (Притчи 13:24).

■ **Добывает хлеб насущный**, не ленится. Работает не только умственно, но и физически.

«Адаму же сказал: за то, что ты

послушал голоса жены твоей и ел от дерева, о котором Я заповедал тебе, сказав: “не ешь от него”, проклята земля за тебя; со скорбью будешь питаться от неё во все дни жизни твоей... В поте лица твоего будешь есть хлеб» (Бытие 3:17, 19).

«Если кто не хочет трудиться, тот и не ешь» (2 Фессалоникийцам 3:10).

■ **Не является деспотом**. Считается с чувствами и мнением домочадцев. С нежностью относится к супруге.

«Отцы, не раздражайте детей ваших, дабы они не унывали» (Ко-лоссянам 3:21).

«Так должны мужья любить своих жён, как свои тела: любящий свою жену любит самого себя. Ибо никто никогда не имел ненависти к своей плоти, но питает и греет её» (Ефесянам 5:28, 29).

«Мужья, любите своих жён и не будьте к ним суровы» (Колоссянам 3:19).

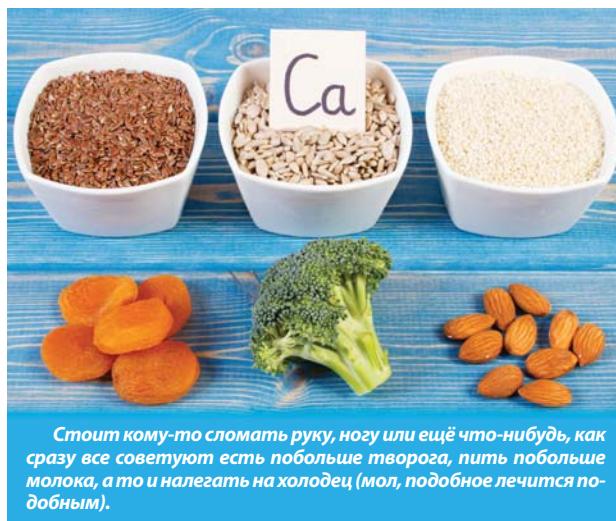
■ **Не хватается за ремень** без крайней нужды, помня, что «на разумного сильнее действует выговор, нежели на глупого сто уда-ров» (Притчи 17:10).

# ЕДА, КОТОРУЮ ЛЮБЯТ КОСТИ

Н и для кого не секрет, что молочные продукты богаты кальцием, а он очень важен для крепости костей. С другой стороны, есть информация, что людям зрелого возраста не рекомендуется увлекаться молоком. Кому же верить?

Исследования показывают, что в странах с самым высоким уровнем потребления молока и молочных продуктов зафиксирован максимум людей, страдающих различными заболеваниями костей, и наибольшее число переломов (США, Новая Зеландия, Австралия). Что происходит, и кто виноват? А виноват белок казеин, в большом количестве содержащийся в молоке. Он является сильным окислителем. Попадая в наш организм, он создаёт кислотную среду. Чтобы её нейтрализовать, нужен кальций. К счастью, он есть в молоке. Но беда в том, что очень часто весь этот кальций уходит на восстановление кислотно-щелочного баланса. Именно этим и объясняется полная усвояемость кальция из молока (только поступает он не в кости, а расходуется на химические реакции). Если же кальция, полученного с молоком, не хватает для нейтрализации кислотной среды, то используется кальций, поступивший с другой пищей. Если и его мало, то в ход идут внутренние резервы организма, то есть костные ткани. Если внутренние резервы кальция будут расходоваться постоянно, то это может привести к остеопорозу.

Учитывая эту информацию, очень важно научиться получать кальций из растительной пищи, так как она не содержит нежелательного казеина. Кунжут, льняное семя, мак, миндаль, инжир, курага, фундук, капуста, соевый сыр тофу, бобовые, апельсины, листовые овощи — именно с ними нужно дружить. Хотя кальция в этих продуктах, за исключением кунжута и тофу, меньше, чем в молоке, до костей его в итоге доходит больше, потому что на пути не стоит коварный белок казеин.



*Стоит кому-то сломать руку, ногу или ещё что-нибудь, как сразу все советуют есть побольше творога, пить побольше молока, а то и налегать на холода (мол, подобное лечится подобным).*

Кунжут и мак — рекордсмены по содержанию кальция, но в каком виде их есть? Сегодня мы освоим простой рецепт кунжутной пасты — тахини.

## ТАХИНИ

### Ингредиенты:

- семена кунжута — 4 столовые ложки с горкой;
- масло кунжутное/оливковое/ореховое — 2 – 3 ст. ложки.

### Приготовление

При покупке кунжутных зёрен, стоит попробовать их. Кунжут не должен горчить.

Масло можно взять любое на выбор. Главное, чтобы оно не имело сильного запаха.

Семена кунжута слегка подсушиваем на сковороде, затем измельчаем в блендере. Когда кунжутная масса начнёт наполнять на стеки блендера, пора добавлять масло.

Добавляем немного масла, взбиваем. Паста должна стать однородной, по консистенции похожей на густую сметану.

Ну, и что теперь делать с этой тахини? В ней часто добавляют лимонный сок, чеснок, петрушку и используют в ка-

честве подливки или просто подают с питой или хлебом. Также тахини можно смешать в равных пропорциях с любым густым вареньем, намазывать на хлеб или сухарики. Её можно добавлять в суп, готовить хумус, а можно сдать «пирожные».

Для этого в готовую тахини добавьте одну чайную ложку мёда. Если вы хотите «шоколадное» пирожное, то добавьте немного кэроба (полезный заменитель какао). Если у вас нет кэроба, можете поэкспериментировать с цикорием. Получившуюся массу намажьте на тост (подсущенный хлеб), обрежьте края, придя желаемую форму. «Шоколадные» тосты можно украсить кокосовой стружкой, а светлые — фруктами.

Вкус и здоровые привычки формируются со временем. Надо с чего-то начинать! Когда мы ели эти кунжутные пирожные, я рассказывала детям о важности кальция, о том, как много его содержится в этом блюде. Я даже сказала что-то вроде: «Мы едим то, что станет нашими костями». На следующий день трёхлетний Федя попросил: «Мама, намажь мне, пожалуйста, кости на хлеб». Кажется, он усвоил урок.

Александра Третьякова

## ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

6+

### ИТОГИ КОНКУРСА ДЕТСКИХ РИСУНКОВ

Благодарим всех ребят, приславших свои работы на конкурс детских рисунков (тема «Рождество») и поздравляем победителей! Всем участникам отправлены сертификаты, а победителям — дипломы и подарки.

Яковлева Яна, 15 лет, с. Як-Бодья, Удмуртия

2 место



Яковлева Настя, 11 лет, с. Як-Бодья, Удмуртия

1 место



Сырские Лида, 5 лет и Аня, 8 лет, г. Минск, Беларусь

3 место



Читайте другие статьи на [sokrsokr.net](http://sokrsokr.net) — рубрика «Готовим вместе»

## ТРЕБУЕТСЯ ПОМОЩЬ

### ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Большая часть тиража газеты «Сокрытое Сокровище» распространяется бесплатно и издаётся на пожертвования людей, которые хотят помочь людям найти радость, поддержку и утешение в Боге. Помогите газете «Сокрытое Сокровище» принести весть о Христе в каждый дом. Пожертвуйте хотя бы небольшую сумму, и она станет достойным вкладом в благое дело! Заранее благодарим!

### Реквизиты для пожертвований:

#### ЧЕРЕЗ БАНК

**Получатель:** Религиозная организация Поместная церковь Христиан Адвентистов Седьмого Дня «Ожидаящая» г. Йошкар-Ола, Республики Марий Эл

**ИНН** 1215064285

**КПП** 121501001

**БИК** 048860630

**р/с** 40703810037180101328

Отделение № 8614 Сбербанка России

г. Йошкар-Ола Республики Марий Эл

к/с 3010181030000000630

**Назначение платежа:** пожертвование

#### ПЕРЕВОД ОН-ЛАЙН

[sokrsokr.net/help](http://sokrsokr.net/help)

(через банковскую карту или Яндекс-деньги).

#### ПОЧТОВЫЙ ПЕРЕВОД

424003, Марий Эл, г. Йошкар-Ола,

ул. Прохорова, д.17,

Церковь ХАСД «Ожидаящая».

- Вы хотите бесплатно подписаться на нашу газету?
- Желаете узнать координаты распространителей в вашем населённом пункте?
- Хотели бы больше узнать о Библии, но не знаете, как?
- Болеете или имеете другую нужду, за которую нужно помолиться?

## ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

# 8 963-239-27-77

### ЗВОНИТЕ ИЛИ ПРИШЛИТЕ СМС!

Звонки принимаются:

Пн.-Чт. с 09:00 до 17:00 часов,

Пт. — с 09:00 до 12:00 (время московское).



\*Горячая линия — это частная инициатива сотрудников редакции, которые не ставят целью привлечение читателей в какую-либо религиозную организацию

### ЗАМЕЧАТЕЛЬНАЯ НОВОСТЬ!

Мы обновили сайт детского журнала «ЧУДЕСНЫЕ СТРАНИЧКИ»



Теперь у вас есть возможность слушать и скачивать наши аудиорассказы. А также стало удобнее читать детские истории, скачивать библейские самоделки, головоломки, христианские раскраски, библейские игры.



Посетите сами и порекомендуйте своим друзьям!

[chudostranichki.ru](http://chudostranichki.ru)

## ВЛАДИСЛАВ АЛБУЛ:

«Я не такой, как все, но у меня есть всё для счастливой жизни»

Владиславу Албулу 37 лет. Когда он родился, врачи обнаружили у него порок сердца и сказали родителям, что, если не сделать три операции, ребёнок не выживет. После последней операции у Владислава разошёлся шов. Это означало скорую смерть, но после усиленной молитвы родителей мальчик пошёл на поправку. Последствия операций остались в его жизни навсегда, однако Владислав нашёл способ жить полноценной и счастливой жизнью. Вот что он рассказывает о себе.

Мой отец был пастором церкви в г. Брянске. Через два месяца после моего рождения родители полетели в Москву, в институт им. Бакулева, чтобы сделать мне операцию. Вторую операцию нужно было делать в год, а третью — в полтора года. После первой операции врачи не гарантировали, что я буду жить. Дети с таким диагнозом в 95—99% случаев умирают. Однако родители подписали согласие на следующие операции.

После последней операции хирург напомнил родителям, что шансы на выживание были невелики, и заявил: «У вашего ребёнка разошёлся шов — это прямая смерть. Я не знаю, чем помочь вам. Приносите завтра новый костюмчик, чтобы его забрать. До утра он не доживёт».

Отец и мама вышли на улицу. При больнице был небольшой сквер с лавочками, где посетители встречались с больными. Они сели на одну из лавочек и всю ночь там молились. Отец сказал: «Господи, да будет воля Твоя. Если он должен жить, то пусть живёт, если нет, то забери его». Знаете, как было тяжело моей матери, когда отец

сказал ей: «Ты должна сказать Богу: "Да будет воля Твоя". Пока ты этого не сделаешь, Бог не вмешается и ничего не сделает!» И она сказала: «Да, Господи, да будет воля Твоя!» Рано утром они купили костюмчик, как сказал доктор, и приехали ко мне.

В отделении их встретила медсестра: «Я не знаю, что произошло, но ваш сын начал дышать и приходит в себя. Видя, что щёчки порозовели, я его покормила».

Так я пошёл на поправку. Спустя некоторое время меня в этом костюмчике фотографировали в фотосалоне вместе с братом.

Надо сказать, что перед операцией в брянскую церковь пришла одна женщина. Она увидела страдания моего отца и сказала: «Если Бог есть, пусть Он исцелит вашего сына. Тогда я приду в вашу церковь и приму крещение». И она сдержала слово.

Прошли годы, я вырос. Последствия после операции, к сожалению, остались. У меня приобретённый ДЦП (детский церебральный паралич). Я часто задавал вопросы отцу: «Почему я не такой, как все?» Однажды он спросил: «Ты действи-



Фото из семейного архива

тельно хочешь это узнать?» «Да», — решительно ответил я ему. «Вот тебе диск. Иди в свою комнату, посмотри его и получишь ответ!» На диске был фильм о Нике Вуйчиче, человеке без рук и ног, живущем полной и счастливой жизнью, которая часто недоступна здоровым людям. Я вы-

шли из комнаты в слезах. Отец посмотрел на меня и спросил: «Ну как? Ответ получил?» «Да», — ответил я и больше никогда не задавал этим вопросом.

Я понял, что, могу сказать спасибо Богу. Спасибо за то, что у меня есть руки и ноги, хоть и не такие, как у всех, но всё-таки я хожу. Есть люди, которые не встают, а только лежат, и

они «не опускают рук», не разочаровываются.

Слава Богу, у меня есть всё

для полноценной и счастливой

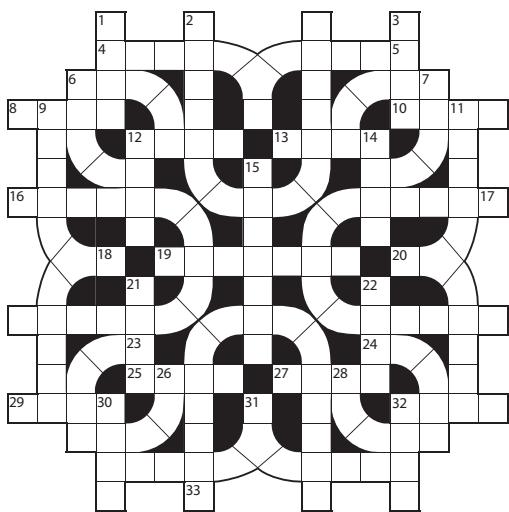
жизни — семья, друзья, я работаю,

я люблю Бога, хожу в церковь.

Бог заинтересован в счастье каждого человека. Он пытается спасти людей через различные обстоятельства. Он наполняет нашу жизнь глубоким смыслом. В вечности мы встретимся с Господом, и Он скажет нам: «Я допустил это в твоей жизни, чтобы спасти ещё одного человека». Доверьтесь Богу, и Он благословит вас.

Подготовила Людмила Яблочкина

Пришлите в редакцию правильные ответы на головоломку **ДО 15 МАЯ**, и вы станете участником розыгрыша призов. 20 победителей получат в подарок книгу на духовные темы.



Условия розыгрыша и ответы на предыдущие кроссворды на сайте [sokrsokr.net](http://sokrsokr.net)

**По горизонтали:** 8. Одна из тех, кого приветствовал апостол Павел в Риме (Рим. 16:7). 10. Сильное страдание (Мф. 25:46). 12. По его молитве Господь воскресил сына вдовы (З Цар. 17:17-24). 13. Орудует ложкой за столом. 19. «\_\_\_\_ Боже, сотворивший небо и землю и море и всё, что в них!» (Деян. 4:24). 25. «Праведны и истинны пути Твои, \_\_\_\_ святых» (Откр. 15:3). 27. «Кто ведёт в \_\_\_\_, тот сам пойдёт в \_\_\_\_» (Откр. 13:10). 29. «Осуществление ожидаемого и уверенность в невидимом» (Евр. 11:1). 32. Святая гора (Пс. 2:6).

**По вертикали:** 1. Предок Иисуса Христа (Мф. 1:9). 3. Автор 88 псалма. 12. «Ещё многое сказать вам, но вы теперь не можете вimestить» (Ин. 16:12). 14. Принц царя Соломона. 15. Чрезмерная гордость (Пс. 35:12). 21. «\_\_\_\_ Мой, сущий на небесах» (Мф. 16:17). 22. «\_\_\_\_ Господь, одна вера, одно крещение» (Еф. 4:5). 30. Женское имя. 32. Сын Хуши (Быт. 10:7).

**Подугам:** 2. Официальная принадлежность к какой-либо религии. 4. Отец апостола Иоан-

на (Мф. 4:21). 5. Апостол Павел по учению (Флп. 3:5). 6 **вправо**. «Видевший Меня \_\_\_\_ Отца» (Ин. 14:9). 6 **вниз**. Ученики сказали Христу: «\_\_\_\_, что Ты знаешь всё» (Ин. 16:30). 7 **влево**.

«Мука в кадке не истощится, и \_\_\_\_ в кувшине не убедит до того дня, когда Господь даст дождь на землю» (З Цар. 17:14). 7 **вниз**. «Сын мой, если сердце твое будет \_\_\_\_, то порадуется и мое сердце» (Пр. 23:15). 9. Основатель вавилонского царства (Мих. 5:6). 11. Ученик А. В. Суворова.

16. Дух Божий «\_\_\_\_ духу нашему, что мы — дети Божии» (Рим. 8:16). 17. Это слово раньше обозначало подпись, сейчас — драку. 18. Уверенность в чьей-то искренности (Деян. 27:11).

20. «Войско царя вавилонского \_\_\_\_ против Иерусалима» (Иер. 34:7). 23. Автор книги Ветхого Завета. 24. Вениамитянин, сын Шимея (1 Пар. 8:19). 26. Сотрудник апостола Павла (Рим. 16:3). 28. Сын Иосифа (Чис. 26:28). 31 **влево**. «Бог \_\_\_\_ нам жизнь вечную, и сия жизнь — в Сыне Его» (1 Ин. 5:11). 31 **вправо**. «Иисус, Сын \_\_\_\_! помилуй меня» (Мк. 10:47).

33. Возраст дееспособности человека.

Составил Вениамин Ядуванкин

# ДЕПРЕССИЯ: ДАВАЙ ПОГОВОРИМ

7 апреля отмечается Международный день здоровья. Темы праздника меняются ежегодно. В 2019 году темой Всемирного дня здоровья стала борьба с депрессией. Опытом борьбы с этим заболеванием делится врач пансионата «Наш Дом» Алексей Кацинский.

Наша постоянная пациентка Валентина привезла с собой тяжелобольную женщину, страдающую глубокой депрессией. Её лицо было подобно восковой фигуре, не выражало никаких эмоций. Глаза равнодушно смотрели вдаль. После нескольких заданных вопросов Ирина на конец-то ответила: «У меня душа болит».

Женщина страдала бессонницей, потерей аппетита и несколько месяцев пребывала в угнетённом состоянии. Она принимала антидепрессанты, но эффекта не было. При осмотре у неё не обнаружилось никаких физических отклонений. Дома её ждали муж и двое детей, но Ирина потеряла интерес ко всему: семье, работе, друзьям. Ситуация казалась безвыходной.

На второй день Ирина пришла в кабинет с перекошенным лицом. Это были судороги мимической мускулатуры. Причина заключалась в менингите, который она принимала бесконтрольно по дороге к нам. Всё сотрудники переживали за Ирину и много молились за неё.

На третий день положительных изменений в состоянии Ирины не было. Мне даже показалось, что ей стало ещё хуже. Я снова молился за неё. Внезапно сердце объяла тревога и сильное беспокойство. Я решил зайти в её комнату. На мой стук никто не отвечал. Постучав ещё, я вошёл. В комнате никого не было. Испытывая ещё большую тревогу, я открыл двери санузла и увидел то, что запомнилось мне на всю жизнь. На кафельном полу сидела Ирина и бритвой перерезала себе вены. Прежде чем

я успел что-то сделать, забежала Наталья, её инструктор. Она была удивлена не меньше меня. Крикнув на ходу: «Ты что надумал!», она забрала у женщины бритву. Наталья осталась с ней после процедур. А я вспомнил слова, которые сказал ей вначале: «Не переживайте. К нам уже не раз приезжали с депрессией, всё будет хорошо».

Я задумался, как быть дальше. Мы решили не оставлять её одну ни на минуту. Целый день рядом с ней кто-то был.

Настал пятый день заезда. Состояние Ирины оставалось тяжёлым. Казалось, наши усилия и молитвы не оказали никакого влияния. Валентина, сопровождавшая гостью, сообщила, что Ирина собирается уезжать домой.

До отъезда оставался 1 час, я сидел в своём кабинете, испытывая печаль и разочарование. Кто-то постучал в дверь. В кабинет вошла Ирина. На её лице сияла улыбка. Перемена была разительная.

— Я не знаю почему, но мне стало легче, — сказала женщина, — мы остаемся до конца заезда.

Через несколько дней я спросил у Ирины, почему её настроение изменилось. Женщина объяснила, что до конца не понимает этого. Но в тот день, когда она лежала на массажном столе, Наталья уговаривала её оставаться так, как будто она была её самым близким человеком. В тот момент Бог особым образом коснулся её сердца.

Человек, страдающий депрессией, долгое время может «поглощать»

доброту, заботу и внимание, эмоционально оставаясь при этом угнетённым. Но затем, после преодоления кризисной точки, наступают положительные перемены.

Вторая половина заезда прошла гораздо лучше. Ирина гуляла, общалась. Это был уже другой человек. Прошло уже много лет после той истории, но до сих пор в моей памяти сохранилось радостное лицо Ирины, которое свидетельствует о Божьей силе менять человеческие сердца.

Депрессия определяется в медицине как психическое нарушение, которое проявляется унынием, потерей интереса к жизни, апатией, неспособностью радоваться и получать удовольствие. При этом состоянии часто нарушается сон, аппетит, присутствует постоянное чувство усталости и плохая концентрация.

По прогнозам ВОЗ, к 2020 году депрессия займёт второе место в мире среди всех болезней, уступая лишь сердечно-сосудистым.

Риск развития депрессии среди одиноких и разведённых людей в 2–4 раза выше, чем среди семейных. Но одиночество испытывают не только люди, оставшиеся без семьи или любимой работы, но и те, у кого в общении нет духовного единства. Ставяясь заполнить душевную пустоту, не стоит искать общества людей, любящих бурно проводить время. Для здоровья души важно искать общения с людьми, имеющими глубокую духовность, сердечность и доброжелательность. Это принесёт духовное и эмоциональное удовлетворение.

Очень важно учиться думать, говорить и помнить о положительных сторонах жизни. Вспомните сегодня три случая, за что вы можете поблагодарить Бога. Делайте это каждый день.



Дефицит некоторых питательных веществ тоже может сопровождаться депрессией, усугубить её течение. Важным микроэлементом, оказывающим антидепрессивное воздействие, является магний. Особенно важно включить в рацион питания цельнозерновые каши, орехи и бобовые.

Следующим важным микроэлементом является цинк. Он входит в состав многих ферментов, отвечающих за работу клеток головного мозга. Хорошие источники цинка — цельнозерновые злаки: рис, рожь, овес, орехи: миндаль, греческие орехи, кедровый орех, кешью, семена подсолнечника, тыквы, горох нут, чечевица, соя.

Витамины группы В — незаменимые составные в работе нервной системы.

Постарайтесь сделать ваше питание разнообразным, используя каждый день овощи и фрукты. Если вы испытываете недостаток в средствах — не унывайте, Господь позаботится о вас, если будете просить Его об этом.

Божье Слово всегда действует целиком на разум и чувства. Важно каждый день «питаться» этим Словом, читать его.

По книге «Секреты здоровья и долголетия»

**Сельский Дом**  
Ждем Вас в гости & Работаем для Вас

**ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПАНСИОНАТ  
В АБХАЗИИ**

## ОТДЫХ И ВОССТАНОВЛЕНИЕ

При сахарном диабете, болезнях спины, суставных и кожных заболеваниях, пищевых аллергиях, простатите и аденоме, заболеваниях желудочно-кишечного тракта и сердечно-сосудистой системы, при укреплении иммунитета, в том числе после химиотерапии.

8 (800) 3-505-909 (Бесплатно из РФ)  
СЕЛЬСКИЙ ДОМ.РФ

Автомобилем: Абхазия, Гудаутский р-н, с. Мцара (40 км от Сухума, 80 км от Сочи). Поездом: Москва-Сухум до станции Гудаута.

Самолётом: Москва-Сочи, затем маршруткой до Аацинского поворота.

ИП Пилипенко В. Д. ОГРНП 316РА000423

РЕКЛАМА 12+

Читайте и оставляйте свои отзывы на сайте [8doktorov.ru/czotziv](http://8doktorov.ru/czotziv)

Читайте другие статьи на [sokrsokr.net](http://sokrsokr.net) — рубрика «Ключи к здоровью»

16+  
**ФОРУМ**

распространителей газеты  
**«Сокрытое Сокровище»**

в Нижнем  
Новгороде



2–4  
мая  
2019 г.

ХОЧЕШЬ УЧАСТВОВАТЬ?

Пиши: [administrator@sokrsokr.net](mailto:administrator@sokrsokr.net)

Звони: +7 906 334 09 66

Регистрируйся: [sokrsokr.info/forum2019](http://sokrsokr.info/forum2019)

# ВНИМАНИЕ! ГРАНДИОЗНАЯ ГАСТОРДАЖА

## ДЕТСКИЕ ЖУРНАЛЫ «ЧУДЕСНЫЕ СТРАНИЧКИ»

Приобретайте тематические выпуски журналов за прошлые годы в наборах:

### НАБОР №1 — 215 р.

- Ангелы
- Притчи Иисуса
- Доброта
- Библия — Книга книг
- Языки разных стран



### НАБОР №4 — 270 р.

- Рождество
- Мир вокруг нас
- Путешествия
- 8 правил здоровья
- Щедрый урожай
- В мире животных

### НАБОР №5 — 385 р.

- Рождество
- Охрана планеты
- Что под землёй
- Что мы едим
- Мир птиц

### НАБОР №2 — 240 р.

- Герои веры
- Моя семья
- Сокровища
- Изобретения
- Сотворение мира
- 10 Заповедей

### НАБОР №3 — 200 р.

- Книга природы
- Молитва
- Хочу в школу



\* Стоимость наборов указана с учётом почтовых расходов.

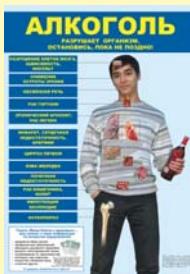
## ПЛАКАТЫ О ЗДОРОВЬЕ

Эти плакаты вы сможете повесить в общественных местах, поликлиниках, аптеках, образовательных учреждениях, в подъездах жилых домов.

При покупке плакатов «Алкоголь разрушает организм» плакаты «Пирамида питания» в ПОДАРОК!

Формат 60x90 см (A1).

\* Цены указаны с учётом почтовых расходов.



Плакат «Алкоголь разрушает организм» (П-1)	Плакат «Пирамида питания» (П-2) В ПОДАРОК	Стоимость*
5 шт.	1 шт.	240 р.
10 шт.	2 шт.	400 р.
15 шт.	3 шт.	550 р.
20 шт.	4 шт.	710 р.

Продавец — Религиозная организация Поместная церковь Христиан Адвентистов Седьмого Дня «Ожидаящая» г. Йошкар-Ола Республики Марий Эл, 424003, Республика Марий Эл, г. Йошкар-Ола, ул. Прохорова, д. 17. ОГРН 1021200000634

## ЗАОЧНАЯ БИБЛЕЙСКАЯ ШКОЛА

при газете «Сокрытое Сокровище»  
представляет курс уроков  
для самостоятельного изучения Библии.

БЕСПЛАТНО И ДОСТУПНО ДЛЯ КАЖДОГО!

### НОВАЯ ЖИЗНЬ

Хотите познакомиться с Библией и основами христианского вероучения? Эти уроки включают в себя подробные комментарии и цитаты из Священного Писания, раскрывающие глубины библейской мудрости, которая охватывает все стороны человеческой жизни.



Окончившему успешно этот курс — БИБЛИЯ В ПОДАРОК!  
Хотите пройти этот курс бесплатно? Пишите или звоните.



Уроки снабжены контрольными заданиями в форме «вопрос — ответ».

• 8(963)2392777 • 424003, РМЭ, г. Йошкар-Ола, ул. Прохорова, д. 17, редакция газеты «Сокрытое Сокровище» (с пометкой ЗБШ) • e-mail: zayavka@sokrsokr.net

Для тех, кто получил газету впервые:  
Позвоните по телефону  
**8(963)2392777**  
и получите в подарок книгу



### ПОЧЕМУ БОГ ДОПУСКАЕТ ИСПЫТАНИЯ

Пытаясь найти причину своих несчастий, многие винят во всём Бога, другие считают, что Он является лишь безучастным наблюдателем. Автор этой книги не ищет виновных, а показывает, что каждое наше страдание — это часть замысла Божьего, цель которого приготовить нас к вечности.



Звонки принимаются:  
Пн — Чт с 09:00 до 17:00,  
Пт с 09:00 до 12:00  
(время московское).

Акция действует  
ДО 15 МАЯ только  
на территории России.  
Количество ограничено.

Проект является духовно-просветительским и не ставит целью привлечение читателей в какое-либо религиозное объединение.

Адрес для писем: 424003, Марий Эл,  
г. Йошкар-Ола, ул. Прохорова, д. 17.  
Редакция газеты «Сокрытое Сокровище»  
E-mail: zayavka@sokrsokr.net

## КУПОН-ЗАКАЗ «Сокрытое Сокровище»

на бесплатную подписку на 6 месяцев

ФИО

Почтовый индекс

Адрес

Заполните купон-заказ печатными буквами,  
вырежьте его из газеты и вышлите по адресу вашего  
распространителя или в редакцию по адресу:

424003, РМЭ, г. Йошкар-Ола, ул. Прохорова, д. 17.

Газета «Сокрытое Сокровище» № 4(264).

Зарегистрирована в МИПР РФ, г. Москва,

св-во ПИ №77-13277 от 05.08.2002 г.

Адрес редакции: 424003, Марий Эл, г. Йошкар-Ола, ул. Прохорова, д. 17.

Учредитель (издатель) — Религиозная организация Поместная церковь Христиан Адвентистов Седьмого Дня «Ожидаящая» г. Йошкар-Ола Республики Марий Эл, 424003, г. Йошкар-Ола, ул. Прохорова, д. 17.

Главный редактор — Н. В. Воронина, зам. гл. редактора — Ю. Л. Коровина.

редакторы — Л. В. Яблочкина, А. М. Третьякова,  
редколлегия — Л. И. Бондарчук, Д. Н. Булатов, С. А. Павлюк, Е. С. Седов,  
С. П. Титовский; дизайн, вёрстка — С. В. Литвина, корректор — Т. Г. Веденникова.

В газете использованы иллюстрации с сайта 123rf.com и pixabay.com.

Цена свободная, часть тиража печатается на добровольные пожертвования и

распространяется бесплатно. Подлинный индекс П 4059.

Данное издание является рабочей копией  
и не предназначено для тиражирования.

## Бесплатная подписка

Дорогие читатели!  
Если вам понравилась наша газета,  
мы рады высыпать вам её  
**БЕСПЛАТНО** в течение **6 МЕСЯЦЕВ**.

### Чтобы оформить подписку:

Звоните или пишите  
в WhatsApp и Viber на

+79632392777

или по e-mail:  
zayavka@sokrsokr.net

Пришлите SMS на номер

**8 (963) 239-27-77**

► с буквой С и своим полным  
адресом, индексом и ФИО  
для получения печатной газеты  
► с буквой С и своим e-mail  
для получения газеты  
в электронном виде.

Газета печатается в городах: Москва, Санкт-Петербург, Владивосток, Воронеж, Иркутск, Йошкар-Ола, Казань, Краснодар, Красноярск, Мин.Воды, Н.Новгород, Ростов-на-Дону, Саратов, Симферополь, Челябинск и распространяется на всей территории РФ.

Общий тираж 350 500 экз.