

ЦИТАТА НОМЕРА:

Душа русского народа всегда искала своих корней в Боге и его земных явлениях: в правде, праведности и красоте.

Русский
философ
И. А. Ильин



ДУХОВНО –
ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ
ГАЗЕТА



Прочитай сам –
передай другому!

www.sokrsokr.net

№01(297)
2022 г.

12+

СЛАВА БОГУ ЗА ВСЁ!

Стр. 4



Наш Инстаграм:
[@sokr.sokr7](https://www.instagram.com/sokr.sokr7)

СОБЫТИЕ, КОТОРОЕ КОСНЁТСЯ ВСЕХ

Стр. 6



НЕ СТЕСНЯЙТЕСЬ ОТДЫХАТЬ

Стр. 11



ПОДПИСКА

РЕКЛАМА 12+



Вы можете оформить
подписку на нашу
газету В ЛЮБОМ
ПОЧТОВОМ ОТДЕЛЕНИИ
для себя и ваших друзей,
живущих в вашем регионе,
или НА САЙТЕ

PODPISKA.POSHTA.RU
для любого региона России.

ПОДПИСНОЙ
ИНДЕКС — П4059



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

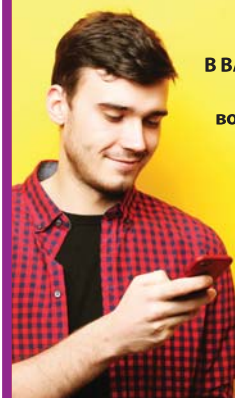


Детский журнал
«ЧУДЕСНЫЕ СТРАНИЧКИ»
Добрые рассказы,
беседы о здоровье,
загадки, поделки, головоломки
ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС — П4042



БЕСПЛАТНАЯ
ПОДПИСКА

Стр. 12



ВСЕ СТАТЬИ
В ВАШЕМ ТЕЛЕФОНЕ!
Также есть
возможность читать
материалы газет
«ВАШИ КЛЮЧИ
К ЗДОРОВЬЮ» и
«7D ФОРМАТ».



Приложение
«СОКРЫТОЕ СОКРОВИЩЕ О ХРИСТЕ»

ОТМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ СОБЛЮДАТЬ — ГДЕ ПОСТАВИТЬ ЗАПЯТУЮ?

НАГОРНАЯ ПРОПОВЕДЬ ХРИСТА. ЧАСТЬ 4.

Иисуса часто обвиняли в том, что Он нарушает закон. Как на самом деле относился к заповедям Христос?

Иисус знал, что недоброжелатели готовы ухватиться за любое Его слово, которое можно исказить в свою пользу. Он знал и о предрассудках многих Своих слушателей, а потому не говорил ничего, что могло бы поколебать их веру в предписания, сообщённые через Моисея. Христос когда-то Сам установил нравственный и обрядовый законы. Он пришёл не для того, чтобы подорвать доверие к Своим же указаниям. Именно из-за Своего величайшего почтения к закону и пророкам Он стремился разрушить стену преданий, огораживавшую иудеев. Отвергая ложные толкования закона, Он всеми силами оберегал Своих учеников от нарушения жизненно важных правил, заповедей данных им.

Фарисеи гордились своим послушанием закону, но они столь мало знали о его применении в повседневной жизни, что слова Спасителя прозвучали для них как ересь. Когда Он расчищал мусор, под которым была погребена истина, они думали, что Он уничтожает саму истину. Они шептались друг другу, что Он пренебрегает законом. Прочитав их мысли. Он ответил: *«Не думайте, что Я пришёл нарушить закон или пророков: не нарушить пришёл Я, но исполнить»* (Евангелие от Матфея 5:17). Тем самым Иисус опроверг обвинение фарисеев. Он пришёл в мир, чтобы подтвердить священные требования того закона, в нарушении которого Его обвиняли. Если бы Закон Божий можно было изменить или отменить, тогда Христу не нужно было бы выносить все последствия наших грехов и умирать на кресте позорной смертью. Он пришёл для того, чтобы открыть истинный смысл Закона Божьего.

Сострадая человеку, Бог даровал нам Свои святые заповеди. Они даны не для того, чтобы ограничить нашу свободу, но чтобы защитить от греха и его последствий. Стремясь сделать нас счастливыми, Господь установил Закон, повинаясь которому мы обретаем радость.

Закон был дан, чтобы обличить людей в грехе и открыть им, насколько они нуждаются в спасении. И сегодня Закон действует подобным образом. Он, как зеркало, показывает нашу греховность и приводит нас к Христу, чтобы мы были омыты и оправданы верою в заслуги Спасителя.

Иисус сказал: *«Доколе не преидёт небо и земля, ни одна иота или одна черта не преидёт из закона,*

пока не исполнится всё» (Евангелие от Матфея 5:18). Солнце, сияющее на небесах, земля, на которой ты живёшь, являются свидетелями Господа, подтверждающими, что Его Закон неизменен и вечен. Даже если небо и земля исчезнут, Божественные заповеди останутся: *«Скорее небо и земля прейдут, нежели одна черта из закона пропадёт»* (Евангелие от Луки 16:17). Пророчества, указывавшие на Иисуса как на Агнца Божьего (например, система жертвоприношений), упразднены Его смертью, но Десять заповедей столь же незыблемы, как и престол Господень. *«Закон Господа совершен, укрепляет душу»* (Библия, книга Псалтирь 18:8). Зачем отменять то, что совершенно?

Раввины считали, что пропуском на небеса является их праведность, но Иисус объявил о несостоятельности подобных надежд. Праведность фарисеев представляла собой соблюдение обрядов и теоретическое знание истины. Раввины считали себя святыми благодаря собственным усилиям в соблюдении Закона. На самом же деле они разделили религию и праведность. Хотя они очень скрупулёзно выполняли ритуалы, их жизнь была безнравственной и испорченной. Со своей так называемой праведностью они никогда не смогли бы войти в Царство Небесное.

Во времена Христа одно из величайших человеческих заблуждений состояло в том, что простое согласие с истиной и есть праведность. Однако опыт показывает, что теоретического познания истины недостаточно для спасения души. Это познание не ведёт к праведности. Ревностное отношение к тому, что называется богословской истиной, часто сопровождается ненавистью к истине, воплощённой в жизни.

Самые мрачные страницы истории испещрены преступлениями, совершенными религиозными фанатиками. Фарисеи считали себя самыми набожными в мире, но их так называемая ортодоксальность привела к тому, что они распыляли Господа. Та же опасность существует и сегодня. Многие считают себя христианами просто потому, что придерживаются определённых богословских догм. Но они не воплощают истину в практическую жизнь. Люди могут исповедовать веру в истину, но если это не делает их искренними, добрыми, терпеливыми, сдержанными и духовными, то



такая вера становится проклятием для них, а через них — проклятием миру.

Праведность, которой учил Христос, — это подчинение сердца и жизни воле Божьей. Грешники могут стать праведными тогда лишь, когда они верят в Бога и поддерживают живую связь с Ним. Тогда подлинное благочестие возвысит их помыслы и облагородит жизнь, тогда внешне формы религии будут соответствовать внутренней чистоте христианина, тогда обряды, составляющие часть служения Богу, перестанут быть бессмысленными, как у лицемерных фарисеев.

В Нагорной проповеди Иисус рассматривает каждую заповедь отдельно, объясняя всю широту и глубину их смысла. Не изменяя ни одной йоты Закона, Иисус показывает, какие важные принципы заложены в них, и открывает роковую ошибку иудеев, повиновавшихся Богу только наружно. Он говорит, что злое помышление или похотливый взгляд являются нарушением Закона Божьего:

«Вы слышали, что сказано древним: "не прелюбодействуй". А Я говорю вам, что всякий, кто смотрит на женщину с вожделением, уже прелюбодействовал с нею в сердце своём» (Евангелие от Матфея 5:27, 28).

«Сказано также, что если кто разведётся с женою своею, пусть даст ей разводную. А Я говорю вам: кто разводится с женою своею, кроме вины любодеяния, тот подает ей повод прелюбодействовать; и кто женится на разведённой, тот прелюбодействует» (Евангелие от Матфея 5:31, 32).

Всякий, кто допускает малейшую несправедливость, нарушает Закон и нравственно деградирует. Убийство сначала возникает в мыслях. Тот, кто вынашивает в своём сердце ненависть, вступает на путь убийцы, и его молитвы отвратительны Богу:

«Вы слышали, что сказано древним: "не убивай, кто же убьёт, подлежит суду". А Я говорю вам, что всякий, гневающийся на брата своего напрасно, подлежит суду; кто же скажет брату своему: "рака", подлежит синедрину; а кто скажет: "безумный", подлежит геенне огненной. Итак, если ты принесёшь дар твой к жертвеннику и там вспомнишь, что брат твой имеет что-нибудь против тебя, оставь там дар твой пред жертвенником, и пойди прежде примирись с братом твоим, и тогда приди и принеси дар твой» (Евангелие от Матфея 5:21–24).

Многие люди ревностно участвуют в богослужении, в то же время пребывая в соре со своими братьями, хотя можно было бы и помириться. Бог требует сделать всё возможное, чтобы восстановить согласие. До тех пор, пока этого не произойдёт, Господь не сможет принять их служение. Долг христианина в этом случае ясно определён.

Прелюбодеяние рождается в мыслях, убить можно и словом, ненависть и нежелание мириться тоже приравниваются к убийству — как видим, Христос не просто подтверждает, что заповеди нужно соблюдать: Он расширяет, раскрывает их глубинный смысл. Не к упразднению Закона Он призывает, а к исполнению не просто буквы, но и духа Закона. Господь хочет видеть не только внешне правильных людей, Ему важно чистое сердце. И Десять заповедей дороже Ему не на каменных скрижалях, но написанные в сердцах людских и исполняемые ими с любовью. Господь пообещал сделать это для тех, кто ищет Его: *«Вложу законы Мои в мысли их, и напишу их на сердцах их; и буду их Богом, а они будут Моим народом»* (Библия, Псалом 40:5).

Эллен Уайт,
«Желание веков»



В ВЕЛИКОБРИТАНИИ УСТАНОВЯТ ВЕЧНУЮ СТЕНУ ОТВЕЧЕННОЙ МОЛИТВЫ



Христианская благотворительная организация в Великобритании собрала более 2,5 млн долларов на строительство Вечной стены Ответенной молитвы высотой почти 50 метров.

Строительство Вечной стены начнется в следующем году недалеко от Бирмингема, Англия. Завершение проекта планируется к концу

2023 года. Согласно проекту, памятник будет выполнен в форме бесконечной петли, известной как лента Мебиуса, и будет состоять из миллионов кирпичей, каждый из которых будет символизировать ответенную молитву.

Главная цель памятника — объединить людей по всей Великобритании и за её пределами и напомнить о том, что услышанная молитва одного человека может стать надеждой для другого. Стена будет не просто красивой достопримечательностью, но одной из крупнейших возможностей для евангелизации.

Помимо Вечной стены благотворительная организация планирует построить молитвенную комнату, книжный магазин, центр для посетителей, кафе, образовательный центр и выставочное пространство для демонстрации христианских верований.

«Мы не знаем, как будут выглядеть и чем будут жить люди через сто лет, но мы знаем, что Вечная стена всё ещё будет стоять и что люди всё ещё смогут открыть для себя истории надежды и увидеть, что Иисус отвечает на молитвы, —

сказал директор проекта. — В конечном счёте, мы сделаем надежду видимой для поколений, направляя людей, нуждающихся в надежде, к Богу».

Источник: invictory.org

ГОНЕНИЯ НА ХРИСТИАН В АФГАНИСТАНЕ

Лидер подпольной церкви, служащей христианам в Афганистане, и основатель некоммерческой организации Global Catalytic Ministries, известный под псевдонимом Пастор Х, предоставил отчёт о ситуации в Афганистане.

«У Талибана есть список известных христиан, которых они преследуют и пытаются убить. Посольство США больше не функционирует, и для верующих больше нет безопасного места, где можно было бы укрыться», — говорится в заявлении.

«Все границы с соседними странами закрыты, все рейсы туда и обратно, за исключением частных самолетов, закрыты. Люди бегут в горы в поисках убежища. Они полностью полагаются на Бога, единственного, Кто может их защитить».

В заявлении отмечается, что «талибы ходят по домам, забирая женщин и детей».

Рекс Роджерс, президент некоммерческого христианского медиа-служения SAT-7, в своём заявлении подробно остановился на опасностях, с которыми сталкиваются христиане: «Мы слышим из надёжных источников, что талибы требуют у людей телефоны, и если они найдут загруженную Библию на вашем устройстве, они немедленно убьют вас», — сказал Роджерс.

По материалам The Christian Post

Прим. ред.: Когда задумываешься о том, что кто-то жертвует жизнью ради того, чтобы читать Книгу, которая у многих наших соотечественников пылится на полках, то начинаешь больше ценить Божье Слово. Библия — это письмо Бога к людям. Если нам она досталась без борьбы, это не преуменьшает её ценность. Сегодня Библия в свободном доступе. Её можно купить, получить в подарок или скачать в электронном виде. Эта Книга достойна того, чтобы её читали, потому что через неё с нами говорит Бог.

КЛАССИКИ О ВЕЧНОМ

«МАЛЕНЬКИЕ ВЕЛИКИЕ ЛЮДИ» ЛЕСКОВА, ИЛИ ПРАВЕДНИКИ СРЕДИ НАС

Николай Семёнович Лесков (1831 – 1895) в своём творчестве не только «обличал всеислие бюрократии, взяточничество, преступную бесхозяйственность, моральное разложение верхов общества, безграничный произвол властей, подавление личности»¹. Он умел разглядеть в человеке чистую душу, неподкупную, честную. О таких людях наш рассказ.

«Неужто в самом деле ни в моей, <...> и ни в чьей иной русской душе не видать ничего, кроме дряни? Неужто всё доброе и хорошее, что когда-либо заметил художественный глаз других писателей, — одна выдумка и вздор? Это не только грустно, это страшно. <...> Мне это было и ужасно, и несносно, и пошёл я искать праведных».

Так началась история создания Николаем Семёновичем Лесковым целого ряда произведений под общим названием «Праведники», хотя праведники постоянно встречаются и в других его сочинениях.

Лесков рос среди крестьянских детей, поэтому писал: «Я не изучал народ по разговорам с петербургскими извозчиками, а я вырос в народе», «Я смело, даже, может быть, дерзко, думаю, что я знаю русского человека в самую его глубь». Герои Лескова — самые разные люди: крестьяне, духовенство, дворяне, но все они ведомы голосом своей совести, невзирая на последствия. Зачастую они противостоят почти всему своему окружению, но остаются «солью земли». Горький называл их «маленькими великими людьми».

У каждого героя был свой путь к этой нравственной чистоте. Так, Алексашка Рыжов («Однодум»), бывший ещё почтальоном, «и на ходу и на отдыхе читал одну только свою Библию». «Он начитался её вволю», знал наизусть писания многих пророков и особенно любил Исаию. Интересно отношение к нему в связи с этим других людей:

«— ... есть в нём вредная фантазия. А в чём она заключается?

— Библии начался.

— Ишь его, дурака, угораздило!

— Да; начался от скуки и позабыть не может.

— Экий дурак! Что же теперь с ним делать?

— Ничего не сделаешь: он уже очень далеко начитан.

— Неужели до самого до «Христа» дошёл?

— Всю, всю прочитал.

— Ну, значит, шабаш.

Пожалели и стали к Рыжову милостивее. На Руси все православные знают, что кто Библию прочитал и «до Христа дочитался», с того резонных поступков строго спрашивать нельзя; но зато этикие люди что юродивые, — они чудесят, а никому не вредны, и их



«У НАС НЕ ПЕРЕВОДИЛИСЬ, ДА И НЕ ПЕРЕВЕДУТСЯ ПРАВЕДНЫЕ. ИХ ТОЛЬКО НЕ ЗАМЕЧАЮТ, А ЕСЛИ СТАТЬ ПРИСМАТРИВАТЬСЯ — ОНИ ЕСТЬ».

Н. С. ЛЕСКОВ,
«КАДЕТСКИЙ МОНАСТЫРЬ»

не бояться». Эти слова были сказаны об Алексашке, когда он (именуемый уже Александром Афанасьевичем) занимал пост городского головы. Он не был юродивым, просто был верен правилам, созданным «им себе на библейском грунте», например, взятку не брал совсем (даже солью), что для всего окружения было просто неслыхано.

Есть в числе праведников Лескова не только образцовые эк-

земпляры. Например, в рассказе «Пигмей» в ранг праведника Лесковым возводится совершенно обычный мелкопоместный дворянин, привычно-легко распоряжавшийся исполнением публичных телесных наказаний, который однажды послушался голоса Духа Святого и, несмотря на сильный страх, поступил по совести. Николай Семёнович предваряет этот рассказ глубокими словами: «Вы увидите, что может сделать для ближнего самый маленький человек, когда он серьёзно захочет помочь ему; — наше нынешнее горе в том, что никто ничего не хочет сделать для человека, если не чаёт от этого себе выгоды».

Лесков стремился показать, что праведники остались не только в житиях святых и на страницах Библии, они среди нас. Они не стремятся к земной славе, более высокому положению в обществе, но стремятся жить достойно звания христианина, будучи на своём месте. Горький писал: «Герои Лескова — это очарованные любовью к людям — то есть излучающие свет совершенной, братственной любви». В то же время в обществе они белые вороны, над ними смеются, их гонят. Но есть и для них отрада: «А праведник возвеселится о Господе и будет уповать на Него; и похвалятся все правые сердцем» (Библия, книга Псалтирь 63:11).

Подготовила [Алёна Лысякова](#)

¹Видуляк, И. Творчество Лескова в контексте русской литературы XIX века // Вопросы литературы. — 1981. — №2.

ТВОРЧЕСТВО
НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

Ты дал мне понять

Ты дал мне понять, что другие не видят.
Ты дал мне почувствовать тьму и рассвет,
Сказал, что навеки всегда рядом будешь,
Покуда дышу и живу на земле.

А что наша жизнь? Это пар во Вселенной.
Куда ты бежишь? От себя самого?
К чему эти игры? К чему передражки?
Все войны, раздоры, скажи, для чего?

А слышал ли ты про войну во Вселенной?
В войне той Иисус на кресте победил.
Пришёл и остался, прожил здесь, скитался,
Но чашу Свою до конца Он испил.

Бог спас нас и ждёт, ну когда же мы примем
Спасенье, которое нам подарил...
За нас здесь боролся, за нас здесь сражался,
А мир Его подвиг не принял, забыл.

Бог ищет заблудших, Он ищет несчастных,
Зовёт за Собой, чтобы в дом Свой ввести.
А слышишь ли ты Его голос прекрасный,
Который негромко нам шепчет: «Приди...»?

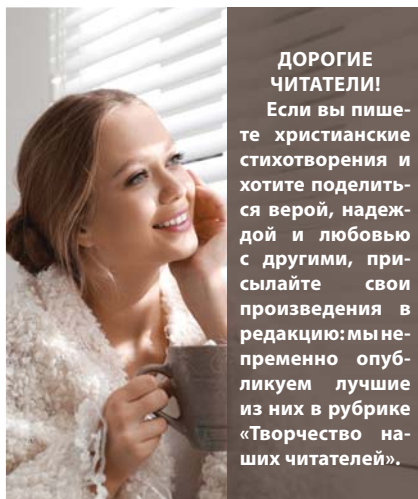
Приди и рассудим, приди и узнаешь,
Приди, побеседуем, вместе споем.
Приди... И всё ждёт нас, а мы... забываем...
Спешим далеко, напролом, всё бегом...

Куда?! Ну куда же бежишь ты от Бога?
Постой, человек! Ты же Божье дитя...
Приди, побеседуем, сядем, обсудим,
Ведь жизнь на земле здесь всего лишь одна.

А дальше? Что ждёт нас? А дальше... могила,
Но холод могильный Христос победил!
Распят на кресте был, и в смерти той — сила!
Он умер, воскрес, путь нам в небо открыл!

Ты дал мне понять, что другие не видят.
Ты дал мне почувствовать тьму и рассвет.
Пронзённые руки Твои дорогие
Мне дарят покой, и роднее их нет.

Лариса Коробова,
г. Котлас, Архангельская обл.



**ДОРОГИЕ
ЧИТАТЕЛИ!**
Если вы пише-
те христианские
стихотворения и
хотите поделиться
верой, надеж-
дой и любовью
с другими, при-
сылайте свои
произведения в
редакцию: мы не-
пременно опу-
бликуем лучшие
из них в рубрике
«Творчество на-
ших читателей».

И СНОВА «СЛАВА БОГУ» ЗА ВСЁ!

**Советская шестиклассница Алёна пытается понять,
есть ли Бог. Так есть ли?**

— Дети, некоторые ученики нашей школы бездумно говорят «слава Богу». Вчера одному мальчику за это был объявлен выговор. Вам строгое предупреждение — следите за своей речью и не произносите слов, порочащих честь нашей школы. От кого мы услышим фразу «слава Богу», того будем без предупреждения отчислять из школы! — тон и вид Ирины Алексеевны, завуча, не предвещал ничего хорошего.

— А мой папа говорит эти слова, — подумала я. — Неужели он верит в Бога? Какой позор! А мама верит в Бога? Надо её спросить.

Шёл 1981 год. Я училась в шестом классе. Любила школу и учителей. Верила всему, что они говорили. Пионер, носящий красный галстук, должен верить только Коммунистической партии Советского Союза, и никакого Бога нет. Или всё-таки есть? За ответом я отправилась в библиотеку. Библиотекарь указала мне на отдельно стоящий столик с табличкой «Атеистическая литература». «Вот здесь, — подумала я, — найду ответ на свой вопрос». Взяла домой первую попавшуюся книгу. Названия не помню, но это была историческая повесть о первых комсомольцах и о разгроме церквей. Пришёл приказ комсомольцам разгромить церковь в их селе. Но перед этим «страшным делом» молодёжь решила у батюшки узнать, есть ли Бог на самом деле или это всё сказка, чтобы поработать народ. Послали ночью пару самых бойких комсомольцев с бутылкой водки, чтобы «развязать язык» батюшке. Напоили парни батюшку и спрашивают его: «Скажи, батюшка, по совести: есть Бог или нет?» А батюшка и отвечает: «Скажу вам по совести: выше крыши ничего нет!» На следующий день разгромили комсомольцы церковь со спокойной душой...

— Мама, как ты можешь верить в Бога? Двадцатый век на дворе! И в космос Гагарин летал, не видел там Бога! Не надо верить в эту чушь! — уговаривала я маму после прочтения этой книги. — Даже сам батюшка сказал, что нет Бога! Я на 200% теперь уверена, что никакого Бога нет, и «слава Богу» больше никогда говорить не буду!



Мама слушала, отводила глаза и молчала. Молчал и Бог. Но через шесть лет Бог ответил. Вот как это произошло.

— Валентина, не оставляйте меня одну: я боюсь.

— Ты не бойся, перекрестись перед сном на все четыре стороны и скажи: «Во имя Отца и Сына и Святого Духа, аминь». И так по три раза на каждую сторону. И спокойно ложись спать. Бог тебя охранит! А я утром вернусь.

— Вы верите в Бога? — удивилась я.

— Да. Я убегаю: опаздываю на паром. До завтра. — Валентина вырвала свою руку из моей и убежала. А я осталась со своими страхами.

Это происходило в 1987 году недалеко от Усть-Каменогорска на турбазе «Алтайская бухта». Там проходил шахматно-шашечный фестиваль. Днём с друзьями я ещё держалась, во время игры забывалась, но вечером страх вернулся. В 10 вечера он стал невыносимым, и я решила сделать, как мне посоветовала Валентина. Я произносила слова, неуверенно крестясь. Мне было смешно, что я, не веря в Бога, делаю такую ерунду. Но, когда я легла в постель, страх вдруг исчез, и я быстро уснула. И видела сон...

Знояная пустыня, треснувшая земля, всё высохшее. Трудно дышать от пыли. А рядом бескрайнее прохладное море. Я Ассоль и жду корабль с алыми парусами, на котором должен приплыть мой капитан. На горизонте появляется вереница кораблей, но с чёрными парусами. И я знаю, что это конец. Я мечусь в панике. Впереди корабли, несущие смерть, а за мной — безжизненная пустыня. Выхода нет. Я поднимаю

руки к небу с криком: «Господи, помоги!» С высоты раздаётся голос, и я понимаю, что это говорит мне Бог: «Скоро будет так!» Всего три слова, но эти слова прошли сквозь меня, убирая весь страх. А дальше все корабли загорелись. Огонь и чёрный дым были до неба, горело и море. А я спокойно стояла и смотрела на это. Когда огонь стих и дым рассеялся, я увидела, что паруса на кораблях стали белыми. Я радовалась и ждала, когда они приблизятся. Это плыл ко мне мой Капитан, Который увезёт меня в Свою прекрасную страну, прочь из этой страшной и безжизненной пустыни.

Я проснулась. Луч солнца пробирался сквозь занавески. На душе удивительно спокойно. «Но что за слово — "Господь"?» — спрашивала я себя, вспоминая сон. Такого слова я не знала. Знала слова «Бог», «Батюшка»...

А жизнь продолжалась. Сон на время забылся. Я оставалась убеждённой атеисткой. Прошло ещё пять лет, был 1992 год. Я возвращалась с работы. На остановке что-то внутри подтолкнуло меня прочитать объявление на столбе. Никакие объявления я никогда не читала, проходила мимо. Но сейчас прочла: «Во Дворце культуры имени Хидоятова открываются библийские курсы. Вход свободный». — Ну вот, прочитала, — сказала я этому неведомому пока для меня Голосу. — Знаю, что такое «вход свободный»: затянут, а потом платить за всё придётся. И в Бога я не верю. Не пойду.

Но Бог сказал мне (я слышала чёткий голос):

— Ты не прочитала, когда и во сколько идти!

— 31 мая, в воскресенье, — прочитала я, — в 10 утра. Вот, прочитала, — ответила я Голосу.

— А теперь — иди! — ответил Господь. И в этот момент на меня излилось что-то невидимое, как будто вода. Мысли мои вмиг переменились, и я побежала домой, чтобы рассказать маме про это объявление и пригласить её туда. Всё во мне горело, я еле дождалась воскресенья, чтобы пойти с мамой во Дворец Хидоятова на встречу с Богом.

Прошло ещё полтора года, и 19 декабря 1993 года я приняла крещение. Это новое рождение — самое главное, что случилось в моей жизни. А ещё я нарушила своё детское обещание никогда не говорить «слава Богу». Теперь я каждый день говорю: «Слава Богу!»

Слава и благодарность Тебе, Господи, за всё!

Алёна Гусева

КОГДА МОЖНО КРЕСТИТЬСЯ?

Какие ассоциации возникают у вас, когда вы слышите слово «крещение»? Мороз, прорубь? Детский плач? Крестик? Давайте посмотрим, что о крещении говорит Библия.

«Ты крещёный?» Были времена, когда от ответа на этот вопрос зависели благополучие и жизнь человека. Причём маятник истории колебался так, что в разные времена ответ «да» мог привести к разным последствиям. После 1917 года такой ответ мог сильно огорчить атеистов-богборцев, облечённых властью. А во времена Средневековья ответ «нет» создал бы проблемы во взаимоотношениях с представителями инквизиции. Теперешний постмодернизм с его толерантностью старается всё нивелировать, но Божьи слова остаются неизменными: «Кто будет верить и креститься, спасён будет; а кто не будет верить, осуждён будет» (Евангелие от Марка 16:16). На всякий случай: под словом «креститься» имеется в виду не крестное знамение, а водное крещение.

СПРАВКА:

Крещение (греч. βάπτισμα — βάπτισμα — «погружение в воду») — одно из важнейших таинств в христианской церкви. Через крещение человек становится членом Церкви, присоединяется к сообществу верных. У иудеев существует твила — обряд омовения, сопровождающий не только вступление прозелита в иудаизм, но и многократно очищающий от ритуальной нечистоты. Крещение совершал в реке Иордан Иоанн Креститель, проповедуя иудеям грядущего Мессию — Иисуса Христа. Крещение совершали в знак покаяния крещаемого человека в своих грехах перед Богом. Иисус Христос также принял крещение Иоанна, хотя не имел греха. «Иоанново крещение» стало прообразом и проповедью христианского крещения.

Википедия

Апостол Пётр в своём послании обращает внимание на важный момент относительно крещения: «Так и ныне подобное сему образу крещение, не плотской нечистоты омытие, но обещание Богу доброй совести, спасает воскресением Иисуса Христа, Который, взойдя на небо, пребывает одесную Бога и Которому покорились Ангелы и власти и силы» (Библия, 1 послание Петра 3:21, 22).

Слово «обещание» подразумевает, что человек при крещении не пассивен. Крещение многие называют заве-

том с Богом. В Библии неоднократно можно встретить слово «завет», или договор. Бог даёт людям заповеди, просит их соблюдать и уверяет, что хранить Его постановления нужно, чтобы самим же людям было хорошо:

«Господь есть Бог на небе вверху и на земле внизу [и] нет ещё [кроме Его]; и храни постановления Его и заповеди Его, которые я заповедаю тебе ныне, чтобы хорошо было тебе и сынам твоим после тебя» (Библия, книга Второзаконие 4:39, 40).

«Соблюдайте же слова завета сего и исполняйте их, чтобы вам иметь успех во всём, что ни будете делать» (Библия, книга Второзаконие 29:9).

Видно, что Бог заинтересован в том, чтобы людям было хорошо. Если читать эти библейские отрывки в контексте, то становится ясно, что блага даются на условиях, и если кто-то пренебрежёт условиями, то пожнёт естественный результат.

Что же такое «обещание Богу доброй совести» (именно так апостол Пётр назвал крещение)? Это не что иное, как следование Божьим постановлениям и Его заповедям. Легкомысленное же и поверхностное отношение к крещению в стиле «я буду счастлив, несмотря на то, что продолжу ходить по произволу сердца моего» не приносит пользы человеку.

Если человек желает принадлежать Богу, то Господь может вмешаться в его жизнь, спасти, защитить и благословлять. После грехопадения Адама грех царствует на земле: «Посему, как одним человеком грех вошёл в мир, и грехом — смерть, так и смерть перешла во всех человеков, [потому что] в нём [в Адаме — прим. автора] все согрешили» (Библия, Послание римлянам 5:12). Несмотря на это Бог желает вернуть людям возможность жить свободными, находясь на оккупированной врагом территории. Путём к этому и является договор, или завет, или крещение — обещание Богу доброй совести. Вот почему абсурдным выглядит крещение младенцев, которые ещё ничего не решают, и крещение за умерших, которые уже ничего не решают.

Очень интересно в Библии показан статус человека, который принял решение целиком принадлежать Богу. «И сказал Господь сатане: обратил ли ты внимание твоё на раба Моего Иова? ибо нет такого, как он, на земле: человек непорочный, справедливый, богобоязненный и удаляющийся от зла... И отвечал сатана Господу, и сказал: кожу за кожу, а за жизнь свою отдаст человек всё, что есть у него; но прости руку Твою и коснись кости его и плоти его — благословит ли он



Тебя? И сказал Господь сатане: вот, он в руке твоей, только душу его сбереги» (книга Иова 2:3–6). Верность Иова наделяет Бога полномочиями определять его судьбу и полагать предел активности искушителя в его жизни.

Когда человек принадлежит Богу не только на словах (обещание), но и всей своей жизнью (добрая совесть), Бог не ограничен в том, чтобы спасать, избавлять и благословлять такого человека. Даже если на его долю выпадет испытание верности смертью, Бог благодаря этому завету имеет право воскресить человека и для жизни земной, и для жизни вечной. «Ибо я уверен, что ни смерть, ни жизнь, ни Ангелы, ни Начала, ни Силы, ни настоящее, ни будущее, ни высота, ни глубина, ни другая какая тварь не может отлучить нас от любви Божией во Христе Иисусе, Господе нашем» (Библия, Послание римлянам 8:38, 39).

ЧТО НУЖНО ДЛЯ КРЕЩЕНИЯ

Вера в искупительную жертву Христа как в единственное средство спасения от греха — первый шаг на пути к крещению. Христос говорил: «Кто будет верить и креститься, спасён будет» (Евангелие от Марка 16:16). Поскольку «вера — от слышания, а слышание — от слова Божия» (Библия, Послание римлянам 10:17), то важное место в подготовке к крещению должно отводиться изучению Священного Писания. Об этом говорится в великом поручении Христа: «Итак, идите, научите все народы, крестя их во имя Отца и Сына и Святого Духа, уча их соблюдать всё, что Я повелел вам» (Евангелие от Матфея 28:19, 20).

Покаяние. «Покайтесь, — сказал апостол Пётр, — и да крестится каждый из вас...» (Библия, книга Деяния Апостолов 2:38). В ответ на призыв Божий люди признают свою греховность, покоряются Богу, раскаиваются

в грехах, принимают искупительную жертву Христа и посвящают себя новой жизни в Нём. Только путём покаяния можно умереть для греха.

Плоды покаяния. Желая принять крещение необходимо «сотворить достойный плод покаяния» (Евангелие от Матфея 3:8). Жизнь должна стать ярким свидетельством любви к Богу, выраженной в послушании Его заповедям. Покаяние — это не что-то абстрактное. Оно имеет конкретные плоды. Иоанн Креститель ясно говорил об этом: «И спрашивал его народ: что же нам делать? Он сказал им в ответ: у кого две одежды, тот дай неимущему, и у кого есть пища, делай то же. Пришли и мытари креститься, и сказали ему: учитель! что нам делать? Он отвечал им: ничего не требуйте более определённого вам. Спрашивали его также и воины: а нам что делать? И сказал им: никому не обижайте, не клеветайте, и довольствуйтесь своим жалованьем» (Евангелие от Луки 3:10–14).

В следующий раз, когда услышите вопрос «Крещён ли ты?», что вы ответите? Крещены ли вы тем крещением, которого ожидает Бог? Приняли ли вы при крещении сознательное решение доверить свою жизнь Богу, или кто-то решал за вас? Верили ли вы в Господа в момент крещения, понимали ли, что такое грех, и раскаивались ли от всего сердца? Сотворили ли достойный плод покаяния? Пообещали ли вы служить Богу доброй совестью? И является ли вся ваша жизнь исполнением этого обещания? Если нет, то теперь самое время принять важное решение ввериться в руки Божьи, заключив с Ним завет, чтобы Бог имел безграничную силу в вашей жизни.

Алексей Третьяков

ВТОРОЕ ПРИШЕСТВИЕ ИИСУСА — СОБЫТИЕ, КОТОРОЕ КОСНЁТСЯ ВСЕХ

Иисус Христос уже приходил на землю чуть более 2000 лет назад. С этим фактом соглашаются многие. Но мало кто знает, что Христос пообещал прийти во второй раз. Между тем, события, происходящие в мире, уже не просто намекают, а красноречиво свидетельствуют о том, что Второе пришествие Христа у дверей.

Когда Адам и Ева согрешили, Бог дал самое первое обещание о том, что родится Тот, Кто спасёт их и весь мир от греха. Несколько тысячелетий верующие ожидали обещанного Избавителя. За 700 лет до рождения Христа пророк Исаия написал: «Се, Дева во чреве приимет, и родит Сына, и нарекут имя Ему: Еммануил» (Библия, книга пророка Исаии 7:14). «Еммануил, что значит С нами Бог» (Евангелие от Матфея 1:23). На рубеже двух эр ангел возвестил девушке по имени Мария: «Дух Святой найдёт на Тебя, и сила Всевышнего осенит Тебя; посему и рождаемое Святое наречётся Сыном Божиим» (Евангелие от Луки 1:35).

В Библии предсказано не только непорочное зачатие, но и:

✓ **Место рождения Иисуса:** «И ты, Вифлеем-Ефрафа, мал ли ты между тысячами Иудиными? из тебя произойдёт Мне Тот, Который должен быть Владыкою в Израиле и Которого происхождение из начала, от дней вечных» (книга пророка Михея 5:2).

✓ **Время рождения:** «С того времени, как выйдет повеление о восстановлении Иерусалима, до Христа Владыки семь седмин и шестьдесят две седмины» (книга пророка Даниила 9:25).

✓ **Предательство учеником:** «Даже человек мирный со мною, на которого я полагался, который ел хлеб мой, поднял на меня пята» (книга Псалтирь 40:10). Тридцать сребренников, которые получил Иуда за предательство: «И они отвесят в уплату Мне тридцать сребренников. И сказал мне Господь: брось их в церковное хранилище, — высокая цена, в какую они оценили Меня!» (книга пророка Захарии 11:12, 13).

✓ **Смерть на кресте, поведение людей при казни:** «Ибо псы окружили меня, скопище злых обступило меня, пронзили руки мои и ноги мои. Можно было бы перечислить все кости мои; а они смотрят и делают из меня зрелище; делят ризы мои между собою и об одежде моей бросают жребий» (книга Псалтирь 21:17–19).

✓ **Погребение:** «Ему назначили гроб со злодеями, но Он погребён у богатого, потому что не сделал греха и не было лжи в устах Его» (книга пророка Исаии 53:9).

Некоторые считают, что Иисус намеренно старался исполнять про-

во Христе воскреснут прежде» (1 послание фессалоникийцам 4:16).

ВТОРОМУ ПРИШЕСТВИЮ
БУДУТ ПРЕДШЕСТВОВАТЬ:

✓ **Моральное разложение общества:** «Знай же, что в последние



рочества, но разве мог Он выбрать место рождения, время рождения? Одно или два пророчества могли случайно исполниться в жизни разных людей, но как могло исполниться одновременно 61 пророчество? Вероятность случайного исполнения хотя бы 48 библейских пророчеств в одном человеке — 10¹⁵⁷.

Если все пророчества о первом пришествии Иисуса сбылись с поразительной точностью, то у нас есть все основания доверять и пророчествам о Его Втором пришествии, которых, кстати, гораздо больше, чем первых. Итак, что мы знаем о Втором пришествии?

ЭТО БУДЕТ СОБЫТИЕ:

✓ **Видимое:** «Как молния исходит от востока и видна бывает даже до запада, так будет пришествие Сына Человеческого» (Евангелие от Матфея 24:27).

✓ **Слышимое:** «Пошлёт Ангелов Своих с трубою громогласною, и соберут избранных Его от четырёх ветров, от края небес до края их» (Евангелие от Матфея 24:31).

ВТОРОЕ ПРИШЕСТВИЕ
БУДЕТ СОПРОВОЖДАТЬСЯ:

✓ **Разрушительный землетрясением:** «Сделалось великое землетрясение, какого не бывало с тех пор, как люди на земле. Такое землетрясение! Так великое!» (книга Откровение 16:18).

Воскресением умерших праведников: «Сам Господь при вознесении, при гласе Архангела и трубе Божией, сойдёт с неба, и мёртвые

дни наступят времена тяжкие. Ибо люди будут самолюбивы, сребролюбивы, горды, надменны, злоречивы, родители непокорны, неблагодарны, нечестивы, недружелюбны, непримирительны, клеветники, невоздержны, жестоки, не любящие добра, предатели, наглы, напыщенные, более сластолюбивы, нежели боголюбивы...» (2 послание Тимофею 3:1–4).

✓ **Голод, эпидемии, войны, участвующиеся землетрясения:** «Также услышите о войнах и о военных слухах. Смотрите, не ужасайтесь, ибо надлежит всему тому быть, но это ещё не конец: ибо восстанет народ на народ, и царство на царство; и будут глады, моры и землетрясения по местам; всё же это — начало болезней» (Евангелие от Матфея 24:6–8).

✓ **Активная проповедь Евангелия:** «И проповедано будет сие Евангелие Царствия по всей вселенной, во свидетельство всем народам; и тогда придёт конец» (Евангелие от Матфея 24:14).

✓ **Страх:** «Люди будут издыхать от страха и ожидания [бедствий], грядущих на вселенную» (Евангелие от Луки 21:26).

Это далеко не полный перечень библейских текстов, говорящих о Втором пришествии Христа. Если в первый раз Господь пришёл в наш мир беспомощным Младенцем, чтобы показать нам пример жизни в доверии Богу, чтобы взять на Себя наше наказание, умереть за наши грехи, то во второй раз Он придёт как Царь: «Се, гряди скоро, и возмездие Моё со Мною, чтобы воздать

каждому по делам его» (книга Откровение 22:12).

Дорогие друзья, накануне Второго пришествия Христа весь мир разделится на два лагеря — тех, кто принял Божье прощение, исповедал свои грехи и живёт по Закону Божьему, и тех, кто восстаёт против него, стараясь изменить заповеди Божьи в угоду себе.

Мы стали свидетелями того, как стремительно могут развиваться события, как быстро принимаются законы. На наших глазах люди делают врагами друг другу. Оттачиваются механизмы борьбы с инакомыслящими. Готовится почва для принятия начертания зверя, когда «всем, малым и великим, богатым и нищим, свободным и рабам, положено будет начертание на правую руку их или на чело их, и что никому нельзя будет ни покупать, ни продавать, кроме того, кто имеет это начертание, или имя зверя, или число имени его» (книга Откровение 13:16, 17). Мир готов к заключительным событиям, а они будут очень стремительными: «Если бы не сократились те дни, то не спаслась бы никакая плоть; но ради избранных сократятся те дни» (Евангелие от Матфея 24:22).

Дорогие, скоро, очень скоро, Иисус придёт опять. Сегодня — время принимать решения. Сегодня — время для Бога и для глубоких отношений с Ним, время молитвы. Сегодня — время изучать Библию, откровение Бога о Себе. Сегодня — время привести жизнь в соответствие с Десятью заповедями. Сегодня — время принять решение стоять до конца за истину. «Претерпевший же до конца спасётся» (Евангелие от Матфея 24:13).

Сегодня Христос готовит Небесную обитель для искупленных. Перед тем, как покинуть землю, Он пообещал Своим ученикам: «Я иду приготовить место вам. И когда пойду и приготовлю вам место, придите опять и возьму вас к Себе, чтобы и вы были, где Я» (Евангелие от Иоанна 14:2, 3). Как страстно Иисус желает, чтобы те, за кого Он положил Свою жизнь, были вместе с Ним в Небесной Отчизне!

Уважаемый читатель, если ты хочешь доверить свою жизнь Богу и встречать Христа с радостью, помолись:

Отец Небесный! Я верю, что Иисус скоро придёт опять. Прошу Тебя: приготовь меня к этому великому событию. Прости мои грехи (исповедуйте Богу грехи, которые приходят вам на память). Дай мне чистое сердце. Открой мне истину Твою, дай принять её всем сердцем и хранить верность до конца, чего бы мне это ни стоило. Во имя Иисуса Христа молитва моя, аминь.

Михаил Руканов

ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ КАЖДУЮ НЕДЕЛЮ



Вспомните, как в детстве вы ждали день рождения. Получали подарки, играли с друзьями, ели что-нибудь вкусненькое... А как вам идея устраивать радостный праздник каждую неделю?

В культуре еврейского народа по сей день есть особенная традиция — праздновать день рождения Земли. Празднование субботы закреплено в четвёртой заповеди Закона Божьего: «Помни день субботний, чтобы святить его; шесть дней работай и делай всякие дела твои, а день седьмой — суббота Господу, Богу твоему... ибо в шесть дней создал Господь небо и землю, море и всё, что в них, а в день седьмой почил; посему благословил Господь день субботний и освятил его» (Библия, книга Исход 20:8–11).

СУББОТА ГОВОРIT О СОЗДАТЕЛЕ

Библейская заповедь о субботе нравственно необходима, потому что для человека важно осознавать, что этот мир создан Богом. Чудеса природы, гармония законов мироздания, сложное устройство биологических организмов, да и вообще возможность жизни на Земле приводят только к одному трепетному выводу — этот мир возник не случайно. Очень сложно представить, что хаос большого космического взрыва во Вселенной через миллиарды лет породил организованные структуры биохимической жизни.

Вероятность самопроизвольного зарождения жизни на Земле не превышает вероятности того, что пролетающий над свалкой торнадо случайно соберёт из валяющихся в беспорядке деталей готовый к полёту Боинг-747.

Сэр Фред Хойл

Наш мир полон свидетельств продуманного и преднамеренного замысла: от красоты, которую мы видим в ярких цветах и птицах, до сложности клетки и самой структуры Вселенной. Свидетельство Разумного замысла

проявляется даже в нашей способности ценить красоту, а также в нашей способности исследовать творение и вдумчиво созерцать его значение. «Верую познаём мы, что вселенная сотворена словом Божиим и что [всё] видимое создано из невидимого...» (Библия, Послание евреям 11:3, современный перевод под редакцией Кулаковых).

Неизбежно мы задаёмся вопросом, как появилась уникальная сложность жизни. Этот вопрос привёл многих к Богу-Создателю, всемогуществу Которого проявляется в размере и мощи звёзд и Чьё всевидение обнаруживается в структуре живых клеток и точном взаимодействии физических и органических свойств материи. «Он есть Тот, Который восседает над кругом земли... Он распростёр небеса, как тонкую ткань» (Библия, книга пророка Исаия 40:22). «...Когда ещё Он не сотворил ни земли..., ни начальных пылинки вселенной» (Библия, книга Притчей 8:26). «О, бездна богатства и премудрости и ведения Божия! Как непостижимы судьбы Его и неисследимы пути Его!» (Библия, Послание римлянам 11:33).

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Суббота является краеугольным камнем в дискуссиях между эволюционистами и богословами. Задумывались ли вы когда-нибудь, что основанием семидневной недели служит именно Библия? Отсчёт суток зависит от оборота Земли вокруг своей оси. Календарный месяц привязан к вращению Луны вокруг нашей планеты. А год — это космическое путешествие нашего мира вокруг Солнца. А теперь задумайтесь: как появилась семидневная неделя? Ответ: только Библия даёт нам основание для этого отсчёта времени. Потому что Священное Писание говорит, что наш мир был создан за шесть дней, а в седьмой день, в

субботу, Бог установил отдых и празднование для всего человечества.

Когда были заложены основания земли, тогда было также положено основание субботы. Если бы соблюдалась суббота, никогда не было бы неверующих или атеистов. Соблюдение субботы спасло бы мир от идолопоклонства.

Эллен Уайт

ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ СУББОТЫ

Милосердный Творец после шести дней творения мира покоился в седьмой день и установил субботний покой для всех людей как памятник творения. Это было задолго до появления еврейского народа. Суббота была подарком всему человечеству. Четвёртая заповедь неизменного Закона Божьего выделяет седьмой день, субботу, из всех других как день покоя, день особого поклонения и служения. Суббота по Божьему замыслу — это день радостного общения с Богом и друг с другом. Это символ нашего искупления во Христе, знак нашего освящения, нашей верности и предвкушения нашей вечной жизни в Царстве Божьем. «Субботы Мои соблюдайте, ибо это — знамение между Мною и вами в роды ваши, дабы вы знали, что Я Господь, освящающий вас» (Библия, книга Исход 31:13).

«Ибо, как новое небо и новая земля, которые Я сотворю, всегда будут пред лицом Моим, говорит Господь, так будет и семья ваша и имя ваше. Тогда из месяца в месяц и из субботы в субботу будет приходить всякая плоть пред лицо Моё на поклонение, говорит Господь» (Библия, книга пророка Исаии 66:22, 23).

Суббота — это постоянное Божье знамение Его вечного завета со Своим народом. Радостное соблюдение этого святого времени с вечера пятницы до вечера субботы, от захода до захода солнца, есть торжественное воспоминание совершённого Богом творения и искупления.

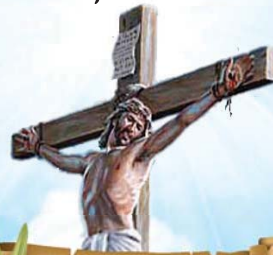
Суббота — это ещё и время отдыха от всех будничных трудов. Сегодня этот день особенно нужен человеку. Общество, страдающее от стрессов, усталости, постоянных житейских забот, нуждается в отдыхе. Суббота предлагает выход из постоянных проблем современной жизни, напоминая нам, что пришло время отдохнуть от суеты и шума этого мира, прийти в присутствие Того, Кто сотворил нас и знает, в чём мы нуждаемся.

Соблюдая субботу, мы соединяем два события вместе. Мы празднуем день рождения Земли и мечтаем о будущем мире, где не будет страданий и несправедливости. Для христиан суббота сегодня — это преддверие вечности, это атмосфера небесного дома.

Сергей Владимировский

Закон Божий

Библия, Исход 20 гл.



«Если любите Меня, соблюдайте 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 любящим 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 оный никакого дела ни ты, ни сын твой, ни дочь твою, ни раб твой, ни рабыня твою, ни скот твой, ни пришелец, который в жилищах твоих; ибо в шесть дней создал Господь небо и землю, море и всё, что в них, а в день седьмой почил; посему благословил Господь день субботний и освятил его.

V
Почитай 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.

РОЖДЕСТВЕННОЕ ЧУДО

Рождество — это не только время подарков, семейного общения, вкусных угощений, но особый праздник, когда люди вспоминают о рождении Младенца Иисуса — Спасителя мира. Пастухи, которым явились ангелы и сообщили об этом великом событии, поспешили на поиски новорождённого Спасителя. Мудрецы с Востока, следуя за звездой, пришли к младенцу и принесли Ему дары. А как насчёт нас? Хотим ли мы узнать Иисуса ближе? Желаем ли мы, чтобы Он присутствовал в нашей жизни на протяжении всего года?

История, рассказанная ниже, основана на реальных событиях, изменены только имена героев. Она поведает нам о том, что чудеса всё ещё происходят. Их основная цель — преобразовать жизнь человека так, чтобы он почувствовал себя по-настоящему счастливым.

Миша лежал на узкой кровати и смотрел в грязный потолок. Он не мог вспомнить, когда впервые попал в детский дом. Он знал только, что большую часть своей четырнадцатилетней жизни провёл здесь. Ему рассказали, что его родители погибли в автокатастрофе, а поиски родственников не увенчались успехом. За мальчиком никто не пришёл: ни бабушки, ни дедушки, ни тётки, ни дяди.

Другие дети не задерживались здесь надолго. Их забирали в семью в течение нескольких недель или месяцев. А Миша всё ещё был здесь.

Почему? Может потому, что он остался калекой из-за того несчастного случая, в результате которого погибли его родители? А может он уже слишком большой? Ведь все хотят усыновить маленьких.

— Миша?

Он обернулся и увидел пятилетнего Сашу, который стоял рядом с его кроватью.

— Привет, Миша!

— Привет, Саша!

— Скоро Рождество, Миша!

— Да, малыш, очень скоро.

Миша ласково взъерошил золотистые волосы мальчика.

— Ты молишься, Миша?

— Да, бывает.

— Когда я молился сегодня, — продолжал Саша, — я просил Бога, чтобы Он послал мне папу и маму на Рождество.

— И Он это обязательно сделает, поверь мне!

Саша радостно обнял Мишу.

А про себя Миша думал: «Бог не отвечает, потому что Его нет, как нет и Деда Мороза. Я уже давно перестал молиться о родителях».

На следующее утро за завтраком Миша увидел, как Ольга Сергеевна, заведующая приютом, зашла в столовую с какой-то супружеской парой, старше, чем большинство людей, искавших детей для усыновления.

— Кто-то из администрации, — пробормотал Миша, — проверяют, чтобы у нас было чистое жильё и достаточно еды.

Он даже не поднял глаз, когда они подошли к его столу.

— Здравствуй!

Миша удивлённо поднял глаза и увидел, что супружеская пара улыбается ему. Он быстро вскочил и в спешке опрокинул стул.

— Доброе утро!

— Как тебя зовут?

— Миша.

— Давай знакомиться. Я — Сергей Петрович, а это моя жена Елена Алексеевна, — мужчина протянул мальчику руку.

Поздоровавшись, они ушли. Миша смотрел, как они уходят, потом медленно сел.

— Как же мне не нравится, когда все эти начальники смотрят на меня, — сказал друг Миши Ваня.

— У них работа такая, — ответил Миша.

Это произошло за семь дней до Рождества.

После разговора с Сашей Миша постоянно думал о твёрдой вере мальчика в Бога. Как Саша молился! И он был уверен, что Бог ответит. Миша же считал, что до него Богу нет дела.

После обеда Ольга Сергеевна позвала Мишу к себе в кабинет.

— Миша, ты помнишь ту супружескую пару, которая разговаривала с тобой сегодня за завтраком?

— Да.

— Что ты о них думаешь?

— Они показались мне приятными людьми, — ответил он и подумал: «Потом она спросит моё мнение о том, будет ли у них хорошо Саше или кому-то из ребят. Я уже проходил это раньше».

— Эта пара ищет приёмного ребёнка.

— Это замечательно, Ольга Сергеевна! Значит им очень подошёл бы Саша. Они бы полюбили его.

— Наверное, ты прав. Но им понравился другой мальчик.

— А как же Саша?!

— Им понравился ты, Миша!

— Я?

Миша не верил своим ушам.

— Они хотели бы попробовать. Они придут в воскресенье днём.

— Что им нужно от четырнадцатилетнего калеки?

— Миша, почему ты злишься на себя? В течение многих лет ты мечтал жить в настоящем доме. Теперь у тебя есть шанс, — вздохнула Елена Сергеевна.

В воскресенье днём Ольга Сергеевна пришла в комнату отдыха вместе с Сергеем Петровичем и Еленой Алексеевной. Все уселись за игровой стол.

— Миша, — начала Елена Алексеевна, — наши дети уже выросли, и мы хотели бы пригласить жить кого-то в наш большой и уютный дом.

— Мы хотели бы, чтобы ты переехал к нам, — продолжил Сергей Петрович. — Что скажешь?

К горлу Миши подступил комок, и он не смог ничего сказать. Он не хотел, чтобы кто-то видел, как он плачет. Он, стремглав, выскочил из комнаты, и, добежав до кровати, упал на неё. Потом он безудержно зарыдал. О своих родителях и о ребятах, которые проводят ещё одно унылое Рождество в этом унылом месте.

— Миша, — вдруг рядом с кроватью раздался нежный голосок Саши. — Вася говорит, что ты собираешься уехать. Он слышал ваш разговор с этими людьми. Почему ты плачешь, Миша? Разве ты не хочешь, чтобы у тебя были дом и родители?

— Что мне делать, Саша? Приют, это единственное место, которое я знаю. Ребята и ты — это моя семья. Ты понимаешь, что я имею в виду?

— Как бы я хотел, чтобы они взяли меня!

— Да, это тебе надо идти к ним, малыш!

Миша внезапно встал и быстро захромал по коридору. Войдя в кабинет Ольги Сергеевны, Миша остановился. Приехавшие люди были ещё там.

— Я принял решение. Я отказываюсь от вашего предложения, потому что я хочу, чтобы вы вместо меня взяли Сашу. Ему всего пять лет. Ему так нужны родители! Каждый вечер он молится о том, чтобы Бог послал ему родителей. Пожалуйста, возьмите его, — умоляющим голосом попросил Миша.

Воцарилась тишина. Наконец Елена Алексеевна сказала:

— Миша, пожалуйста, подожди в коридоре, потому что мы ещё не закончили.

Миша ждал в коридоре, казалось, целую вечность.

Наконец дверь открылась.

— Миша, пожалуйста, позови Сашу, — сказала Ольга Сергеевна.

Сердце Миши готово было выскочить из груди.

— Да, конечно.

Он был так рад за Сашу, но глубоко в душе ощущал боль и разочарование.

Он привёл Сашу и собрался выйти, но его остановил голос Сергея Петровича:

— Миша, останься, пожалуйста.

Елена Алексеевна, прежде чем заговорить, переводила взгляд с одного мальчика на другого.

— Мальчики, мы хотим, чтобы вы оба переехали к нам. Мы видим, насколько вы близки, и хотим, чтобы вы были счастливы.

Миша поднял голову, сначала не понимая, что происходит.

— Вы хотите взять и Сашу, и меня? Ты слышал, малыш?

— Теперь мы будем настоящими братьями, Миша!

— Конечно.

Улыбнувшись своему младшему брату, Миша подумал: «В конце концов, на небесах есть Бог. Спасибо Тебе, Господи, за этот рождественский подарок».

Чудеса всё ещё происходят. Нужно только довериться Христу, и Он обязательно совершит их в нашей жизни.

По книге «Рождественские истории» издательства «Источники жизни» (Пересказала Наталья Скороход)



С РОЖДЕСТВОМ

В этом мире, от горя уставшем, Победённом и смертью, и злом, Бог родился в подобии нашем. С Рождеством!

Не в хоромах, от роскоши тесных, Не в лачуге и не под шатром, Лишь в хлеву для Него было место. С Рождеством!

Он любовью делился со всеми, Люди с Ним поделились крестом. И разбойники рядом висели. С Рождеством!

Он искал не земную обитель, Жить хотел только в сердце живом. Всех, в чьём сердце родился

Спаситель,

С Рождеством! С Рождеством!

С Рождеством!

Татьяна Хлопкова

КАКОЙ ДОЛЖНА БЫТЬ КАША

Каша — сила наша. Но в последнее время многие отказываются от полноценного зерна, ограничиваясь хлопьями быстрого приготовления. Сегодня мы хотим поделиться с нашими читателями рецептами вкусных и полезных каш.



ПЕРЛОВАЯ КАША С ГРИБАМИ

Ингредиенты:

- перловая крупа — 1 стакан
- вода — 3 стакана (может понадобиться немного больше)
- лук репчатый — 1 шт.
- грибы (шампиньоны, вешенки, лесные) — 300 г
- сметана (желательно растительная) — 3–4 ст. ложки

Приготовление:

Замочить перловку на ночь. Утром тщательно промыть. Засыпать в подсоленную кипящую воду, варить до готовности 1,5–2 часа. По необходимости можно добавлять жидкость. Отдельно на сковороде потушить полукольцами лук, добавить порезанные грибы, тушить до сухой сковородки (чтобы грибочки начали золотиться, но не подгорели), затем добавить сметану и стакан воды (или чуть меньше), тушить до загустения. Сковорода должна быть не сухая, немного сметанообразной жидкости должно остаться. Добавить грибы в перловку,

тщательно перемешать, подавать с зеленью. Приятного аппетита.

ОВСЯНАЯ ЦЕЛЬНОЗЕРНОВАЯ КАША

Ингредиенты:

- овсяная крупа (не хлопья) — 1 стакан
- вода — 3 стакана (может потребоваться чуть больше)
- растительное молоко (по желанию) — 0,5 стакана
- соль по вкусу
- фрукты/сухофрукты/фруктовое пюре — по желанию

Приготовление:

Овёс промыть и замочить на 8 часов, затем снова тщательно промыть. Засыпать овёс в кипящую подсоленную воду, варить 1,5–2 часа. При необходимости в конце варки можно добавить ещё воды. При подаче заправить растительным молоком, фруктовым пюре. Подсластить уже готовую кашу можно мёдом или любимыми сухофруктами (изюм, финики, курага).

ЯЧНЕВАЯ КАША НА ОБЕД

Ингредиенты:

- ячневая крупа — 1 стакан
- вода — 2,5–3 стакана
- томатная паста — 1 ст. ложка
- лук — 1 шт.
- морковь — 1 шт. (небольшая)
- соль, приправы — по вкусу
- растительное масло — 2 ст. ложки

Приготовление:

Замочить крупу на 6 часов, хорошо промыть, дать стечь жидкости. Лук порезать, морковь натереть на тёрке, поместить в кастрюлю с двойным дном, казан или сковороду, потушить овощи в собственном соку (можно добавить чуть-чуть воды), затем добавить масло, томатную пасту, приправы, соль, тушить 2–3 минуты. Добавить к овощам ячку, сразу же залить кипящей водой. Тушить 1,5 часа под крышкой, периодически помешивая. Жидкости оставаться не должно.

Елена Тихомирова

ТРЕБУЕТСЯ ПОМОЩЬ

ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Большая часть тиража газеты «Сокрытое Сокровище» распространяется бесплатно и издаётся на пожертвования людей, которые хотят помочь другим найти радость, поддержку и утешение в Боге. Пожертвуйте хотя бы небольшую сумму для бесплатной доставки наших газет подписчикам и для поддержки работы наших сайтов, и она станет достойным вкладом в благое дело! Заранее благодарим!

КАК МОЖНО ПОЖЕРТВОВАТЬ

По QR-коду:



Откройте приложение Сбербанк Онлайн (или другого вашего банка) и выберите «Оплата по QR или штрих-коду»; отсканируйте QR-код; введите сумму и подтвердите оплату.

Перевод онлайн

sokrsokr.net/help

(через банковскую карту, Яндекс-деньги или WebMoney).



Банковский перевод

Получатель: Религиозная организация Поместная церковь Христиан Адвентистов Седьмого Дня «Ожидающая» г. Йошкар-Олы, Республики Марий Эл
ИНН 1215064285
КПП 121501001
БИК 048860630
р/с 40703810037180101328
Отделение № 8614 Сбербанка России г. Йошкар-Ола Республики Марий Эл
к/с 301018103000000000630
Назначение платежа: пожертвование
Для перевода через приложение Сбербанк Онлайн достаточно указать только
ИНН 1215064285
В ГЛАВНОМ ОКНЕ ПОИСКА

РОЖДЕСТВЕНСКАЯ РАСКРАСКА

Наш юный друг, если ты уже знаешь цифры, то без труда сможешь раскрасить эту картинку. В кормушке для животных лежит малыш Иисус, рядом стоят Его заботливые родители — мама Мария и папа Иосиф. А над ними сияет особенная звезда — Вифлеемская. Она появилась на небе в тот день, когда родился Спаситель Иисус.

- 1 — оранжевый
- 2 — жёлтый
- 3 — светло-зелёный
- 4 — голубой
- 5 — синий
- 6 — фиолетовый
- 7 — коричневый
- 8 — розовый
- 9 — серый
- 10 — тёмно-зелёный



Ищите больше интересных заданий на сайте
chudostranichki.ru

«СОКРЫТОЕ СОКРОВИЩЕ О ХРИСТЕ» В МЕССЕНДЖЕРАХ:

Telegram

Viber



Мы пишем о вечном, молитве, вере, церкви и моральных принципах. Опыты излечения от болезней и вредных привычек с помощью Бога.

Подписывайтесь на нас, чтобы своевременно получать интересную и нужную информацию.

ЗАПРЕЩЁННЫЕ ПРИЁМЫ

В семейной жизни многим свойственно использовать запрещённые приёмы, которые никак не содействуют миру. Давайте обсудим эти деструктивные способы поведения, чтобы вовремя остановить себя, если заподозрим, что собираемся использовать один из них.

МЕШОК ОБИД

Порой мы долго копим в себе обиды, разочарования и печали. Когда нас обижают, мы не пытаемся немедленно разрешить возникшую проблему — возможно потому, что нас учили не делать этого. Так или иначе, но мы кладем эту проблему на дно мешка, который всегда с нами. Потом туда добавляются другие горести и обиды. Мешок становится всё тяжелее и тяжелее, и нам уже просто не по силам такая ноша. Наконец, когда он уже полон до краёв, кто-то ещё раз обижает нас. Мы пытаемся спрятать в мешок и эту обиду, но для неё уже не осталось места, и мы взрываемся. Накипело. Нередко обида не такая уж и серьёзная, и тот, на кого обрушивается наш гнев, не может понять, в чём дело, и сам приходит в ярость.

Бывает так, что нерешённые проблемы связаны с работой, а выплёскивается всё на ребёнка, накroшившего на столе, или на мужа, не убравшего носки, или на жену, не выключившую свет. Сущий пустяк может стать причиной «прорыва».

Если в вашем «мешке» прибыло, принимайте меры. Решайте конфликты по мере возникновения. Не копите обиды. Говорите с людьми, ищите покоя у Бога, Который приглашает: «Придите ко Мне все труждающиеся и обременённые, и Я упокою вас» (Евангелие от Матфея 11:28).

ОБОБЩЕНИЕ

Это случается тогда, когда мы используем фразы вроде: «ты никогда...» или «ты всегда...» Подобные высказывания несправедливы. Например, жена ругает мужа за то, что

он бросил своё пальто на спинку кресла, хотя надо было повесить его в шкаф. «Ты никогда ничего не вешаешь на место!» — взрывается она. Но ведь бывает и такое, что муж вешает пальто туда, куда надо. Значит, со стороны жены нечестно прибегать к таким обобщениям. Это обидно.

«ЕСЛИ БЫ НЕ ТЫ...»

Сцены, разыгрывающиеся под таким девизом, направлены на то, чтобы избежать ответственности за свои собственные неудачи и ошибки. Спутника жизни или другого члена семьи мы начинаем обвинять в том, что он является причиной нашей слабости: «Если бы не ты, я бы закончил колледж», «Если бы не ты, я бы купил новую машину», «Если бы не ты...» — и так до тошноты.

ЗАГОНЯЯ В УГОЛ

Представьте себе, что муж и жена собираются на выпускной сына.

Она: «Тебе не стыдно, что твоя жена пойдёт в таких туфлях? Они выглядят просто ужасно».

Он: «Начинается! Ты потратила столько денег на новое платье, и не говори мне, что теперь тебе нужны и новые туфли. Мы и так за выпускной кучу денег отдали».

Она: «Я не могу идти в этих позорных туфлях».

Он: «Так я и думал. Ты что, на самом деле не пойдёшь?»

Она: «В этих туфлях — нет».

Он: «Ну и сиди дома! Пойду один!»

Она: «Скатертью дорога!»

Сэтими словами она бежит в спальню, стаскивает с себя платье и, рыдая, падает на кровать. Что случилось? Да



просто оба загнали себя в угол. На самом деле она вовсе не считала, что в этих туфлях нельзя пойти — ей просто хотелось, чтобы муж как-то уверил её, что она по-прежнему хорошо выглядит. Если бы он сказал: «Дорогая, твоё новое платье так впечатляет, что на туфли никто и не посмотрит, да и, честно говоря, они сочетаются с ним просто превосходно. Ты прекрасно выглядишь!» Если бы он так сказал, запретная игра просто не состоялась бы, но стоило ей начаться, как каждая сторона поняла, что ей делать. Для достижения большего эффекта обе стороны утрировали свои доводы, и, прежде чем они поняли это, они выпалили гораздо больше, чем собирались сказать.

ВЫСМЕИВАНИЕ

Суть такого поведения заключается в том, чтобы высмеивать в человеке какую-либо особенность, которую он не в состоянии изменить, например, черты лица, прозвище, телесные недостатки и так далее. Такой приём — высшая точка в «грязной» ссоре, поскольку тот, над кем смеются, выходит из себя, не в силах что-либо возразить. Обычно это кончается тем, что в ответ он тоже использует такой же недостойный приём или физически покидает поле боя.

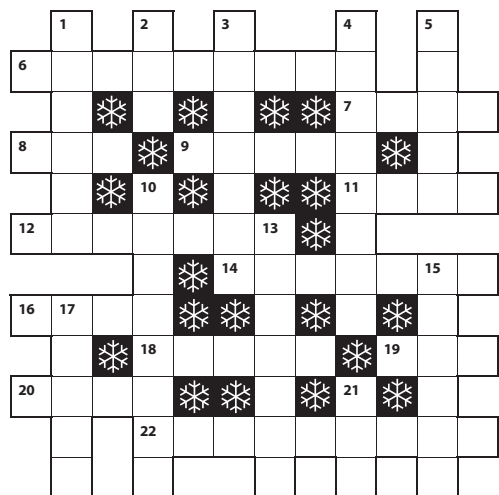
СПАЛЬНЯ — НЕ МЕСТО ДЛЯ ССОР

Некоторые супружеские пары прибегают все свои ссоры для спальни. Это не самый удачный вариант. Спальня — это то место в доме, куда ни в коем случае нельзя допускать семейные ссоры. В противном случае вам придётся спать рядом с ледяной стеной или идти на диван в другую комнату. Разрешайте все конфликты до вечера. В Библии есть совет: «Гневаясь, не согрешайте: солнце да не зайдёт во гневе вашем» (Послание ефесянам 4:26).

Разногласия в семье — это нормально. Проблема появляется тогда, когда мы не можем следить за ними, придавая им приличную форму.

Сколько вреда приносит семье высказывание нетерпеливых слов — стоит не сдержаться одному, как другой отвечает в том же духе и подобным же образом. Когда так и хочется сказать что-то неприятное, сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов и вспомните слова премудрого Соломона: «Начало ссоры как прорыв воды; оставь ссору прежде, нежели разгорелась она» (Библия, книга Притчей 17:14).

Лен Макмиллан,
«Мир наших эмоций»



Пришлите в редакцию правильные ответы на кроссворд до 15 ФЕВРАЛЯ, и вы станете участником розыгрыша призов. 10 победителей получат в подарок книги на духовные темы.

По горизонтали: 6. «Он — щит для ходящих _____» (Пр. 2:7). 7. «Се, иду как _____: блажен бодрствующий» (Откр. 16:15). 8. Древнееврейская мера объёма сыпучих тел (Втор. 25:15). 9. Одежда первосвященника (Откр. 1:13). 11. Место нахождения рая (Быт. 2:8). 12. «Родился Иисус, называемый _____» (Мф. 1:16). 14. «И Дух и _____ говорят: прииди!» (Откр. 22:17). 16. Небесное наказание. 18. Город, построенный Ассирумом (Быт. 10:12). 19. Христианин в Риме, которого приветствовал Павел (Рим. 16:14). 20. «Мерзость пред Господом — неодинаковые _____» (Пр. 20:23). 22. «Рассудительность будет _____ тебя» (Пр. 2:11).

По вертикали: 1. Отец моавитского царя Валака (Числ. 22:4). 2. «Еммануил, что значит: с нами _____» (Мф. 1:23). 3. Наследник царя Давида (3 Цар. 2:12). 4. Нужен, необходим (устар.). 5. «Вот _____ Ноя» (Быт. 6:9). 10. Ученик, предавший Христа (Мф. 10:4). 13. «Моё _____ и Моё золото, говорит Господь Саваоф» (Агг. 2:8). 15. «Время искать, и время _____» (Еккл. 3:6). 17. Завершение разговора с Богом (Мф. 6:13). 21. «Благо человеку, когда он несёт _____ в юности своей» (Плач Иер. 3:27).

Составил Вениамин Ядуванкин

Условия розыгрыша и ответы на предыдущие кроссворды ищите на сайте sokrsokr.net



НЕ СТЕСНЯЙТЕСЬ ОТДЫХАТЬ

В наш стремительный век многие просто не могут позволить себе остановку, а напрасно. Отдых — это не роскошь, это потребность любого человека.

ЕЖЕГОДНЫЙ ОТДЫХ

Если бы ежегодный отдых не был жизненно необходим, его не закрепили бы законодательно. Заметили, что человек, работающий без отпуска, начинает трудиться менее эффективно, чаще болеет. А кому нужны вялые и больные работники?

Не отказывайтесь от отпуска, проведите его на море, на даче, в походе. Да хоть дома, только не перед телевизором. Чаше гуляйте, наслаждайтесь свежим воздухом. Если вы уже на пенсии, то постарайтесь раз в году выбираться в санаторий или дом отдыха, чтобы сменить обстановку, отвлечься от ежедневных дел.

ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ОТДЫХ

«Работать никогда не грех», — считают многие. У Бога другое мнение. Еженедельный отдых закреплён Самим Творцом в четвёртой заповеди Закона Божьего. Тот, Кто сотворил человека и знает, как он устроен, ещё при создании мира подарил людям день отдыха — субботу.

Возможно, вам известно, что в ходе истории ставили эксперименты с продолжительностью трудовой недели. Но ничего лучше семидневной недели люди придумать не смогли.

Если мы хотим быть здоровыми и прожить долгую жизнь, мы должны найти верный ритм труда и отдыха, здоровый баланс между работой и восстановлением сил.

Как я благодарна Богу за субботу! Это время, когда я без всяких угрызений совести прекращаю работать и могу гулять, читать, молиться, играть с детьми, общаться с близкими и любимыми. Вся еда приготовлена заранее, дом убран. Это суббота. Отдых. Не прихоть, а заповедь. Дети всю неделю с нетерпением спрашивают: «А суббота скоро?» Вечер пятницы. Садится солнце. Согласно Библии, в это время наступает новый день. Мы собираемся семьёй, поём, читаем, молимся,

едим что-то особенно вкусное. Учеба, работа, финансы — в ближайшие сутки мы свободны от этих мыслей. На законном основании. И так из месяца в месяц, из года в год, всегда.

ЕЖЕДНЕВНЫЙ ОТДЫХ

Человеческому организму необходимо 7 – 8 часов ночного сна. Но более важно время засыпания. Два часа до полуночи — это особое время, когда тело восстанавливает и излечивает себя. Образование мелатонина (гормона, который, кроме прочего, помогает обрести спокойный сон ночью) увеличивается в ночное время и достигает максимума около 2 часов ночи.

К сожалению, современный образ жизни не поощряет нас ложиться спать около 21.00 – 22.00. Большинство из нас в это время бодрствует при электрическом освещении, что отрицательно влияет на образование мелатонина. Привычка поздно ложиться спать оказывает пагубное влияние на наше здоровье. Даже тем, кто упрямо считает себя «совами», рекомендуется ложиться в постель пораньше независимо от того, заснут они сразу или нет. По крайней мере, они немного отдохнут, лёжа в темноте с закрытыми глазами.

Многие не понимают, что тело жаждет регулярности. Когда мы не соблюдаем режим сна, разрушается наш циркадный ритм. Если это длится продолжительное время, то развиваются различные физические и даже психические расстройства, такие как депрессия. Категория людей, которые особенно уязвимы для депрессии в результате нарушенного циркадного ритма — те, кто работает посменно. У них нестабильный рабочий график, который приводит к нерегулярному сну, еде и т. д.

Как извлечь максимальную пользу из сна:

- Старайтесь ложиться спать не позднее 22.00.
- Спите в тёмной, прохладной



комнате (чтобы увеличить образование мелатонина).

- Постоянно спите в одной и той же комнате, на одной и той же кровати.

- Не допускайте шума в спальне (например от телевизора).

- Ужин должен быть лёгким (например фрукты) за 3 – 4 часа до сна. Или постарайтесь не ужинать совсем.

- Не выполняйте физические упражнения непосредственно перед сном, это возбуждает нервную систему и усложняет процесс засыпания.

- Не ворочайтесь в постели. Ложитесь спокойно.

- Не смотрите ночью на часы — это усилит беспокойство.

- В течение дня старайтесь быть активными.

- Перед сном избегайте деятельности, возбуждающей нервную систему (просмотр фильмов, чтение романов, мистики).

- Не спите днём, если это мешает вовремя лечь вечером.

- Хорошо помогает расслабиться тёплая (но не горячая) ванна.

- Постарайтесь посчитать Божьи благословения, которые вы получили в течение дня. Наполните сердце благодарностью и умиротворением. Помолитесь.

- Старайтесь не употреблять ме-

дикаментов, способствующих засыпанию, так как они вызывают зависимость, особенно при длительном использовании.

ОТДЫХ В ТЕЧЕНИЕ ДНЯ

Смена деятельности — тоже отдых. Если у вас сидячая работа, нужно периодически вставать, потягиваться, делать упражнения. Если есть большая нагрузка на глаза, то каждые 10 минут смотрите вдаль, выполняйте простые упражнения для глаз. В обеденный перерыв обязательно прогуляйтесь. Если у вас тяжёлый физический труд, не забывайте устраивать перерывы. Потянитесь, прогуляйтесь, если есть возможность. Посидите немного.

Бог заботится о нашем здоровье. Иисус, видя, как устали Его ученики, сказал им: «*Пойдите вы одни в пустынное место и отдохните немного, — ибо много было приходящих и отходящих, так что и есть им было некогда. И отправились в пустынное место в лодке одни*» (Евангелие от Марка 6:31, 32).

Всему своё время. Труд, отпуску, выходному, ночному сну, смене деятельности. Время весёлой компании и уединению. Помните об этом, и будьте здоровы!

Подготовила Оксана Соловьёва

Если вам нужна помощь в решении психологических проблем или вы хотите избавиться от зависимости, вы можете задать свой вопрос на сайте angel7d.ru и получить совет и бесплатную помощь квалифицированных психологов. Здесь же вы можете оставить молитвенную просьбу.

WhatsApp, Viber +7 996 336 09 91



ANGEL7D.RU

САЙТ МОЛИТВЕННОЙ И
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

Молитвенный марафон в прямом эфире
Каждую среду в 19:30 на телеканале Надежда

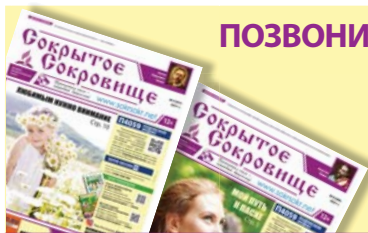
Молитвенные просьбы по
телефону 8(800)100-18-44



Христианский
телевизионный канал
www.hopetv.ru



ПОМОЛИТЕСЬ
за меня



ПОЗВОНИ СЕЙЧАС, ЗАКАЖИ ГАЗЕТУ БЕСПЛАТНО НА 3 МЕСЯЦА

8963-239-27-77

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

Адрес для писем:

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

Редакция газеты «Сокрытое Сокровище»

E-mail: zayavka@sokrsokr.net



**ЧТОБЫ ОФОРМИТЬ
БЕСПЛАТНУЮ ПОДПИСКУ:**

**ЗАОЧНАЯ
БИБЛЕЙСКАЯ ШКОЛА:**

Звоните или пишите в WhatsApp и Viber

Пришлите sms

- 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

Заполните этот купон-заказ на газету «Сокрытое Сокровище» печатными буквами, вырежьте его и вышлите в редакцию.

ФИО _____
Почтовый индекс и адрес _____

Этим предложением можно воспользоваться только **ОДИН** раз

РАЗОБРАТЬСЯ В БИБЛИИ ПРОСТО

ТАЙНЫ ПРОРОЧЕСТВ ДАНИИЛА

Уроки этого курса помогут вам самостоятельно изучить пророческую книгу Даниила. В ней вы найдёте ответы на вопросы, касающиеся будущего нашей планеты, которые были освещены задолго до нашей эры пророком Даниилом. Он связывает воедино прошлое, настоящее и будущее, освещая мрачный путь человеческой истории ярким лучом Божественного откровения.



Заказывайте брошюры в редакции или изучайте онлайн.

Окончившему успешно этот курс — книга в подарок!

3 р.

Новые буклеты серии «КЛЮЧИ К ЗДОРОВЬЮ»

Цена указана без учёта доставки.

ЗАКАЗЫ ПРИНИМАЮТСЯ:

WhatsApp, Viber:

+7 960-099-22-20



K3-09



K3-10



K3-11



K3-12



K3-13



K3-14



K3-15



K3-16

С текстом буклетов можно ознакомиться в интернет-магазине на сайте **sokrsokr.net/shop**

Продавец — Религиозная организация Поместная церковь Христиан Адвентистов Седьмого Дня «Ожидающая» г. Йошкар-Ола Республики Марий Эл, 424003, Республика Марий Эл, г. Йошкар-Ола, ул. Прохорова, д. 17. ОГРН 102120000634

Сельский Дом

Ждем Вас в Гости и 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, для укрепления иммунитета, в том числе после химиотерапии.

СЕЛЬСКИЙДОМ — ЭТО
Натуральная, вкусная и полезная пища как залог крепости духа и тела. Атмосфера гор Кавказа и воздух моря, дающие мотивацию на новые достижения.
Уединение и тишина, так необходимые для отдыха от суеты и обретения душевного мира.

8 (800) 3-505-909 (Бесплатно из РФ)

СЕЛЬСКИЙДОМ.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 Пилюленко В. Д. ОГРНИП 316РА000423

РЕКЛАМА 12+

Читайте и оставляйте свои отзывы на сайте **8doktorov.ru/czotziv**

ДЕТСКИЙ ЖУРНАЛ

«ЧУДЕСНЫЕ СТРАНИЧКИ»

Поучительные рассказы

Уроки доброты

Для детей от 5 до 10 лет.

65р.

Подпишись на сайте **PODPIСКА.ROSCHTA.RU**

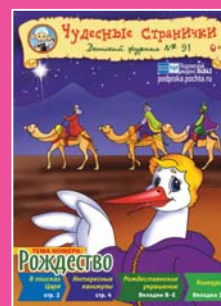
Подписной индекс П4042



Закажите журнал в интернет-магазине на сайте **sokrsokr.net/shop**

ЗАКАЗЫ ПРИНИМАЮТСЯ ТАКЖЕ:

WhatsApp, Viber:
+7 960-099-22-20



Продавец — Религиозная организация Поместная церковь Христиан Адвентистов Седьмого Дня «Ожидающая» г. Йошкар-Ола Республики Марий Эл, 424003, Республика Марий Эл, г. Йошкар-Ола, ул. Прохорова, д. 17. ОГРН 102120000634



Эта газета содержит очень важные духовные истины, Закон Божий и другие тексты из Священного Писания. Пожалуйста, не выбрасывайте её, не используйте в хозяйственных целях, а, прочитав, сохраните у себя или передайте другому!

Газета «Сокрытое Сокровище» №01(297). 12+

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 «Ожидающая» г. Йошкар-Ола Республики Марий Эл, 424003, г. Йошкар-Ола, ул. Прохорова, д. 17.

Главный редактор — Ю. Л. Коровина, редактор — А. М. Третьякова,

редколлегия — Р. И. Кошкин, Е. С. Седов, С. П. Титовский; дизайн, вёрстка — С. В. Литвина, корректор — Т. Г. Ведерникова.

В газете использованы иллюстрации с сайта 123rf.com.

Цена свободная, часть тиража печатается на добровольные пожертвования и распространяется бесплатно. Подписной индекс П4059.

Данное издание является рабочей копией и не предназначено для тиражирования.

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

Общий тираж 354 500 экз.