

**ЦИТАТА НОМЕРА:** Любвью служите друг другу. Ибо весь закон в одном слове заключается: «люби ближнего твоего, как самого себя».

Апостол  
Павел



# Сокрытое Сокровище

№09(305)  
2022 г.

ДУХОВНО –  
ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ  
ГАЗЕТА



Прочитал сам –  
передай другому!

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

12+

## БЕРЕГИТЕ ДРУГ ДРУГА

Стр. 4



КТО  
СИЛЬНЕЕ:  
БОГ ИЛИ ДЬЯВОЛ?

Стр. 2

ЛЮБОВЬ —  
ЭТО ДЕЙСТВИЕ ИЛИ  
ЧУВСТВО?

Стр. 7

ЧТО ДЕЛАТЬ  
С ПОДРОСТКОМ?

Стр. 10



### 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](http://PODPISKA.POSHTA.RU)

для любого региона России.

ПОДПИСНОЙ  
ИНДЕКС — П4059



#### 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



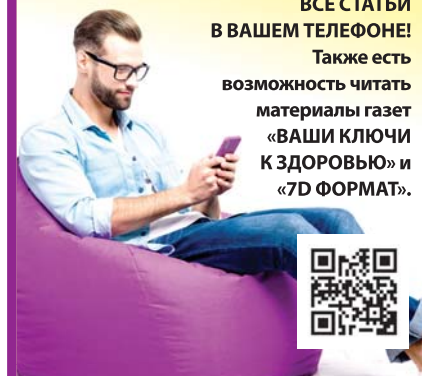
БЕСПЛАТНАЯ  
ПОДПИСКА

Стр. 12

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

ВСЕ СТАТЬИ  
В ВАШЕМ ТЕЛЕФОНЕ!

Также есть  
возможность читать  
материалы газет  
«ВАШИ КЛЮЧИ  
К ЗДОРОВЬЮ» и  
«7D ФОРМАТ».



Приложение  
«СОКРЫТОЕ СОКРОВИЩЕ О ХРИСТЕ»

# КТО СИЛЬНЕЕ: БОГ ИЛИ ДЬЯВОЛ?

Евангелия от Матфея 8:28–34, от Марка 5:1–20, от Луки 8:26–39

**После ночи на бурном озере Спаситель и Его спутники причалили к берегу. Но только ступили они на землю, как увидели зрелище намного ужаснее, нежели ярость бури.**

## НЕОЖИДАННАЯ ВСТРЕЧА

Из своих убежищ, находящихся среди гробниц, выбежали двое бесноватых и бросились к Христу и Его ученикам, словно желая разорвать на части. На этих несчастных висели обрывки цепей. Их тела, израненные острыми камнями, были покрыты кровотокающими язвами. Из-под длинных спутанных волос злобно сверкали глаза. Казалось, бесы, овладевшие страдальцами, уничтожили полностью человеческий облик, и они походили скорее на диких зверей, чем на людей.

## БЕЖАТЬ?

Ученики и спутники Христа в страхе бежали. Но вскоре, заметив, что с ними нет Иисуса, вернулись, ища Его. Он стоял там, где они Его оставили. Христос не стал убегать от бесов. Когда эти люди, скрежеща зубами, с пеной у рта, приблизились к Нему, Иисус поднял руку, недавно усмирившую волны, и они не могли подойти ближе. Так они и стояли — рассвирепевшие, но бессильные перед Его могуществом.

## ИЗГНАНИЕ

Властным голосом Иисус повелел нечистым духам выйти из одержимых. Его слова проникли в помрачённый разум несчастных. Они смутно начали понимать, что перед ними был Тот, Кто может кончить с мучившими их бесами. Они припали к стопам Спасителя, чтобы поклониться Ему. Но едва их уста открылись, чтобы просить Иисуса о милости, бесы заговорили через них, бешено крича: «Что Тебе до меня, Иисус, Сын Бога Всевышнего? умоляю Тебя, не мучь меня» (Евангелие от Луки 8:28).

Иисус спросил: «Как тебе имя?» «Легион имя мне, потому что нас много» (Евангелие от Марка 5:9), — последовал ответ. Используя страдальцев как своих посредников, бесы умоляли Иисуса не высылать их прочь из этой страны. Неподальёку на склоне горы паслось большое стадо свиней, и бесы просили позволения войти в них. Иисус позволил им. Стадо свиней сразу же пришло в неистовство. Стремглав бросились они с утёса вниз и утонули в озере.

## ПРЕОБРАЖЕНИЕ

А тем временем одержимые бесами чудесным образом преобразились. Сознание вернулось к ним, и в глазах засветилась мысль. Их внешний облик, продолжительное время

искажённый и уподобившийся образу сатаны, неожиданно изменился, окровавленные руки были мирно сложены, радостными голосами эти люди славилы Бога за своё избавление.

## КОГДА СВИНЬЯ ДОРОЖЕ ЧЕЛОВЕКА

Пастухи, видевшие всё происшедшее, поспешили сообщить об этом своим хозяевам и всему народу. В трепете и изумлении окрестные жители собрались возле Иисуса. Одержимые наводили страх на всю округу. Никто не мог спокойно миновать это место, потому что они набрасывались на каждого прохожего с дьявольской свирепостью. Теперь же эти люди, обретшие здравый ум, сидели у ног Иисуса и слушали Его наставления. Впрочем, собравшихся не радовало это зрелище. Потеря свиней казалась им более значительным событием, нежели избавление пленников сатаны. Огорчение и раздражение, вызванные потерей материальных благ, ослепили владельцев погибших животных, и они не разглядели милости Спасителя.

## ИЗБАВИТЬСЯ ОТ БОГА

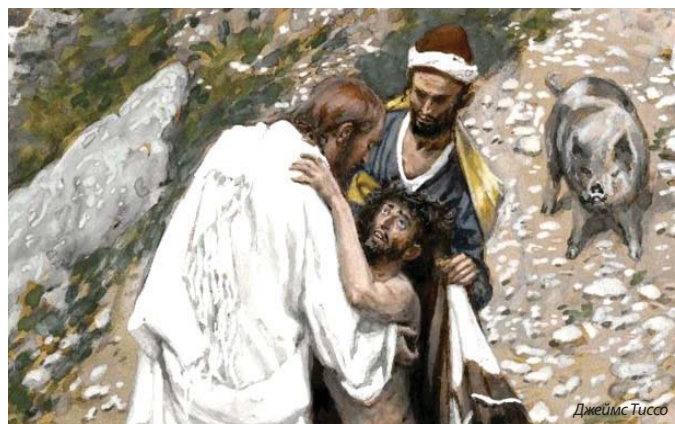
Проявление сверхъестественной силы возбудило в народе суеверный страх. Если чужестранец останется с ними, то это приведёт к дальнейшим бедам. Боясь разорения, они решили избавиться от Него. Напуганные люди толпились вокруг Иисуса, умоляя Его удалиться от них. И Он согласился, тотчас отплыв на лодке на противоположный берег.

Жители Гергесинской страны имели живое свидетельство силы и милости Христа. Они видели людей, которым был возвращён разум, но, боясь за своё мирское благополучие, с Тем, Кто на их глазах победил князя тьмы, обошлись, как с незваным гостем. Дар Неба отошёл от их дверей.

У нас нет возможности отвергнуть Христа так, как это сделали жители Гергесинской страны, но многие люди по-прежнему отказываются подчиниться Его слову, поскольку послушавшись означало бы принести в жертву некоторые земные интересы.

## ПЗВОЛЬ ОСТАТЬСЯ С ТОБОЙ!

Но совсем иначе рассуждали исцелённые. Они пожелали следовать за своим Освободителем. В Его присутствии они чувствовали себя в безопасности от бесов-мучителей, лишивших их человеческого достоинства. Когда Иисус собрался войти в лодку, они не



отходили от Него: став на колени, умоляли позволить остаться с Ним, чтобы всегда слушать Его речи.

## РАССКАЖИТЕ СВОИМ

Но Иисус повелел им идти домой и рассказать о том, что совершил для них Господь. Они с готовностью повиновались Ему и везде поведали о спасительной силе, освободившей их от бесов.

Двое исцелённых бесноватых стали первыми миссионерами, которых Христос послал проповедовать Евангелие в Десятиградии. Эти люди общались с Христом всего несколько минут. Они не слышали ни одной проповеди из Его уст, они не могли наставлять народ так, как могли это делать ученики, ежедневно внимавшие Христу. Но они сами были доказательством того, что Иисус — Сын Божий. Они могли рассказать о силе Христа то, что сами узнали, увидели, услышали и почувствовали. Это есть то свидетельство, к которому нас призывает Господь и без которого мир погибнет.

## ВТОРОЙ ШАНС

Хотя гергесинцы не приняли Иисуса, Он не оставил их во тьме, которую они предпочли. В то время, когда они просили Его удалиться от них, им ещё не приходилось слышать Его проповеди. Они не знали, от чего отказываются, поэтому Господь снова послал им свет через тех, кого они не могли не выслушать.

## БОГ ВСЁ ОБРАЩАЕТ ВО БЛАГО

Уничтожив стадо свиней, сатана хотел отвратить народ от Спасителя и помешать проповеди Евангелия в этой местности. Но именно это взволновало всю страну и привлекло всеобщее внимание к Христу. Хотя Сам Спаситель удалился, но люди, которых Он исцелил, остались свидетелями Его силы. Все изумлялись, слыша эту дивную весть. Весь этот край был открыт для Евангелия. Когда Иисус возвратился в Десятиградию, люди тол-

пились вокруг Него, и в течение трёх дней весть о спасении слышали не только обитатели одного города, но тысячи жителей окрестных мест. Даже бесы повинуются нашему Спасителю, и злые замыслы обращаются в добро.

## БОГ СИЛЬНЕЕ ДЬЯВОЛА

Встреча с бесноватыми в стране Гергесинской стала уроком для учеников. Она показала те глубины вырождения, в которые сатана стремится ввергнуть весь род человеческий, и величие миссии Христа, пришедшего освободить людей от сатанинской власти.

Сатана постоянно воздействует на людей, чтобы, притупив их самоконтроль, направить мысли к злу, подтолкнуть к насилию и преступлению. Он ослабляет тело, омрачает ум и развращает душу. Когда люди отвергают призыв Спасителя, они отдают себя во власть сатаны. Множество людей в разных ситуациях — дома, на работе и даже в церкви — поступают сегодня именно так. Поэтому распространились по всей земле насилие и преступление, и нравственная тьма, подобно погребальному савану, окутывает жилища людей. Своими изощрёнными искушениями сатана толкает человека к всё более страшным порокам, пока не добьётся полного разложения и гибели. Единственная защита от его власти — это присутствие Христа.

Сатана показал себя перед людьми и ангелами как враг и губитель. А Христос явил Себя как Друг и Избавитель. Его Дух пробудит в человеке всё благородное и возвышенное. Он восстановит человека, его тело, душу и дух во славу Божию. Те, которые были некогда орудиями сатаны, преобразуются силой Христовой в вестников праведности. Сын Божий посылает их рассказать о том, «что сотворил с тобою Господь и [как] помиловал тебя» (Евангелие от Марка 5:19).

По книге Эллен Уайт  
«Желание веков»



# В ШКОЛУ МОЖНО НЕ ХОДИТЬ

В «Сокрытом Сокровище» уже публиковались статьи о семейном образовании. Сегодня мы расскажем ещё об одной альтернативе классической школе.

В сентябре 2021 года на базе частной христианской школы «Исток» г. Нижнего Новгорода открылись классы дистанционного обучения. Это стало ответом на многочисленные молитвы взрослых и детей. Этого события ждали особенно те, в чьём городе, посёлке не было возможности получать образование, в основе которого лежали бы христианские принципы обучения.

Слову Божьему отведено здесь по праву почётное место: уроками размышления над библейскими текстами начинается каждый новый учебный день, а каждый урок открывает молитва.

Прошло время, когда многие не в силах были повлиять на качество по-



лучаемого образования, вынуждены были терпеть неблагоприятную атмосферу школьного окружения, в которой формируется личность ребёнка. Школа «Исток» — это безопасное пространство, где нет безразличных учителей, где никто не унижит ребёнка из-за его личных особенностей или религиозных убеждений. Здесь все сотрудники, без исключения, — христиане. Они любят Бога, детей и преподаваемый предмет. Поэтому здесь счастливы все: и ученики, и педагоги, и родители!

Кроме перечисленного, онлайн-обучение имеет ещё целый ряд пре-

имуществ. Вам не нужно будет отправлять ребёнка в школу в дождь, мороз, слякоть, да ещё и с огромным рюкзаком. Для организации занятий нужен лишь компьютер или планшет с доступом в интернет. Очень важным условием успешности в обучении является понимание ребёнком учебного материала, поэтому в классах здесь не более десяти человек.

Дистанционная школа помогает освободиться от разного рода ограничений: здесь примут детей с любым уровнем подготовки, проживающих в любой точке земного шара. Продолжить далее обучение ученики смогут, где захотят. Для этого у них будет всё необходимое: крепкие знания и аттестат государственного образца, который примет любой колледж или вуз. Школа, имеющая государственную лицензию, также предоставляет возможность аттестации в партнёрских школах.

Удобная платформа дистанционного обучения помогает родителям и педагогам внимательно следить за успеваемостью учеников и своевременно оказывать помощь в случае необходимости. Если учащийся часто болеет, он и тогда может посещать занятия в дистанционном классе. Даже в случае переезда семьи на новое место жительства ребёнок избежит стресса из-за смены привыч-



ного окружения — ставших друзьями одноклассников и педагогов.

Новички могут, начав обучение бесплатно, в течение пробной недели присмотреться к учителям, одноклассникам, условиям обучения, а затем, приняв решение продолжить занятия здесь, оплатить выбранную форму обучения.

В «Исток» можно получить огромный ряд дополнительных услуг: помощь ученикам (независимо от уровня начальной подготовки) освоить любой школьный предмет, подготовка к ОГЭ и ЕГЭ по всем предметам, подготовка дошкольников; доступны консультации логопеда и психолога.

Несмотря на то, что дистанционное отделение школы «Исток» существует всего один год, многие родители, ученики и педагоги, проанализировав пройденный вместе путь, оставили немало хороших отзывов.

**Наталья Дмитриева,**  
учитель русского языка и  
литературы школы «Исток»



## УЧЕНИКИ, РОДИТЕЛИ И УЧИТЕЛЯ ОБ «ИСТОКЕ»

Школа «Исток» — это новый этап образования у моих детей. Младшие перешли на удалённое обучение, а старший наблюдал за ними целый год. В итоге пришёл к выводу, что тоже хочет учиться в этой школе. Доброжелательность и грамотность учителей покорили его. Объясняют до тех пор, пока не станет понятно.

**Татьяна Мещерякова,**  
мама учащихся 2 и 4 классов

Когда я услышала о дистанционной школе, сначала были сомнения. В таком формате я раньше не работала. Теперь могу точно сказать, что в школе созданы все условия, чтобы учитель смог дать знания детям и получить удовольствие от результата, общения с учениками и профессионального роста.

**Светлана Новосельцева,**  
учитель математики

Наш ребёнок очень доволен христианской школой «Исток». Особенно ценны чистота общения между детьми, уважительное и внимательное отношение к детям, желание педагогов увидеть в ребёнке индивидуальность и рассмотреть в нём те особенные качества, которые в обычной школе увидеть сложно. Благодарим за утренние духовные чтения и молитвы в классах. Наша школа — это маленькая семья!

**Виктория Вихарева,**  
мама ученика 6 класса

Педагог во время проведения урока вовлекает всех, даёт возмож-

ность проявить себя каждому. Родители об итогах обучения узнают через электронный дневник. Большое внимание уделяется воспитанию нравственности. Из минусов: учащийся много времени находится перед компьютером.

Очень приятно, что для многодетных семей действует система скидок.

**Марина Черняк,**  
мама ученика 8 класса

Я перешёл в школу «Исток» в выпускной 9 класс. До этого учился в обычной школе. В «Исток» стало значительно легче обучаться. Классы небольшие. Учителя более добрые, отзывчивые и дружелюбные. В отличие от других школ, здесь можно рассчитывать на их помощь, понимание и поддержку.

**Павел Кацель,**  
ученик 9 класса

Я перешёл в «Исток» после 5 класса обычной школы. Здесь больше свободного времени, можно чуть позже встать утром, не нужно с собой таскать тяжёлый портфель. Каждый день интересный библейский урок. Все учителя — христиане, понимают тебя. Здесь хорошие одноклассники. Но пришлось адаптироваться к электронной платформе, чтобы всё вовремя сдавать и не нахватать долгов по невыполненным заданиям.

**Ростислав Осин,**  
ученик 6 класса

Мой сын Ростислав давно мечтал о семейном образовании. Он

смотрел на старшего брата, который учился дома, и ему казалось, что это не учёба, а сказка: сидишь дома за компьютером, никуда ходить не нужно — ну просто мечта любого ребёнка. Своим одноклассникам Ростик объявил, что переходит в интернет-школу и теперь ему уроки делать не нужно, читать не нужно. Вот с такими радужными представлениями мой сын пришёл в «Исток». Первая четверть была переломной и самой сложной. Оказалось, что тут тоже нужно учиться, а требования повыше, чем в общеобразовательной школе. Да и спрашивают тебя практически на каждом уроке, а внимания тебе уделяют больше, потому что в классе народу меньше, отлучаться не получится.

Ко второй четверти Ростик привык к новым реалиям, в третьей вообще всё пошло как по маслу. В итоге год сын закончил с отличием. На вопрос, скучает ли по своему классу в общеобразовательной школе, уверенно отвечает, что нет. Возвращаться обратно не хочет. Его в «Исток» всё устраивает. Контингент детей здесь другой. Да, они озорные, могут быть непослушными. Но они всё равно другие. У них другие стремления. Огромный плюс школы «Исток» в том, что все учителя — христиане. Они на одной волне с нами, родителями.

**Ирина Осина,**  
мама ученика 6 класса

В этой школе реализуются фундаментальные христианские принципы: любви, уважения к детям и заинтересованности в их всестороннем росте и развитии. Мой сын, можно сказать, прошёл курс эмоциональной и духовной реабилитации. Уверена, что никто в секулярной среде не способен предложить лучшей альтернативы!

**Ирина Шкитова,**  
мама ученика 8 класса

Моя дочь отучилась первый год в дистанционной школе «Исток». О результатах обучения можно судить по тому, что она не хотела уходить на летние каникулы. Очень нравится педагогический состав, их доброта и заинтересованность в детях. Они лучшие! В таких необычных условиях умудряются интересно проводить уроки. Моя дочь стала спокойнее, и успеваемость тоже улучшилась.

**Алевтина Рыбина,**  
мама ученицы 8 класса

**Если вас заинтересовала наша школа, и вы хотите обучаться в ней, ждём вас с нетерпением. Принимаем учеников из любой точки мира в любое время года!**

**НАШИ КОНТАКТЫ:**  
Сайт: [istok.school](http://istok.school)  
Тел.: 8-927-164-73-87  
E-mail: [info@istok.school](mailto:info@istok.school)

## ДУХОВНАЯ ПОЭЗИЯ

*Берегите друг друга*

В час, когда я печали plena,  
Когда сердцу несказанно трудно,  
Обращаюсь с призывом я к вам:  
БЕРЕГИТЕ ДРУГ ДРУГА!

Будьте бережны с теми, кто стар,  
Кого груз лет согнул полукругом,  
Будьте бережны с теми, кто мал,  
БЕРЕГИТЕ ДРУГ ДРУГА!

Берегите подросших юнцов  
В их цветенье и силе упругой,  
Не топчите прекрасных цветов.  
БЕРЕГИТЕ ДРУГ ДРУГА!

Берегите того, кто созрел,  
Кто стал опытным, трезвым и  
мудрым.

Не зависеть его бы предел...  
БЕРЕГИТЕ ДРУГ ДРУГА!

Мы не ведаем, выпадет кто  
Раньше всех из житейского круга.  
Так приблизьте друг к другу плечо —  
БЕРЕГИТЕ ДРУГ ДРУГА!

Бог любви полноту нам явил,  
Благодать Его к нашим услугам.  
Как Христос Своих в мире

хранил,

БЕРЕГИТЕ ДРУГ ДРУГА!

Лидия Жидкова

*Непобедимая любовь*

Здесь, в этом мире зла,  
где льётся кровь,  
Есть сила сверхъестественная Божья.  
Ту силу называем мы «любовь»,  
И победить её ничто не может.  
То сердце, где нашла любовь покой,  
Для зависти и злобы недоступно.  
Любовь своею властью неземной  
Пленяет силу вражью поминутно.  
Лишь тот, кто любит, побеждает мрак.  
Лишь тот, кто любит, — это Божий

воин.

Кто любит не за что-то. Просто так!  
Любовь не к тем, кто этого достоин.  
Любовь... Подобной силы не найти!  
Любовь — вершина Божьего Закона.  
Пока ты любишь, победитель ты  
Любого зла, любого бастиона.  
Над яростью, над ненавистью всей —  
Пока ты любишь — знамя

распростёрто.

Ты посмотри вокруг в глаза людей —  
И сразу среди них заметишь мертвых.  
Они мертвы без Бога, без любви.  
Завистливы, надменны, непокорны...  
Чем злей они, сильнее их любви!  
Люби их горячо. И безусловно.  
О, где был ты, о, где же я была,  
Когда Любовь над нами наклонилась  
И нас же, недостойных, подняла,  
Чтоб мы другим явили Божью

милость?!

Бог зло тебе простил. Прощай другим.  
Люби других, как Богом ты возлюблен!  
Когда ты любишь, ты непобедим!  
Когда ты любишь, Бога видят люди!

Светлана Теребилина

## МАМА, ОН ТАК ИЗМЕНИЛСЯ!

Можно ли восстановить испорченные отношения? Вадим попробовал, и вот что из этого получилось...

попрошайничество, а дело без молитвы — это наглая самоуверенность.



же знаешь, какой я, Господи! Как?! Почему ради такого, как я, Ты пошёл на крест и умер? Я не достоин этого. Ты знаешь всю мою жизнь и видишь меня насквозь, но всё равно прощаешь и призывает к Себе? Боже, мне не понять Твоей любви!» Я поверил, что Господь любит грешника и хочет меня спасти.

Я задал закономерный вопрос Богу: «Господи, что я могу сделать для Тебя?» Первая мысль, пришедшая мне в голову, была о Полине. Голос внутри меня напомнил: «Какие у тебя отношения с младшей сестрой?» Я сказал: «Господи, она меня ненавидит!» и горько заплакал. Но в моих руках была открытая Библия, и в одно мгновение Бог указал мне на стих, записанный в Евангелии от Матфея 7:12: «Итак, во всём, как хотите, чтобы с вами поступали люди, так поступайте и вы с ними, ибо в этом закон и пророки».

Меня как будто ударило молнией! Я чётко понял: если я хочу, чтобы сестра полюбила меня, то должен сделать первый шаг. Сначала мои попытки проявить любовь были смешными и нелепыми. Вы бы видели, как Полина вытаращивала глаза, когда я просто подходил и целовал её в щёчку. Она спрашивала: «Вадик, что с тобой?» Первое время она была, как ёжик, и мне порой казалось, что все усилия тщетны. Но я упорно продолжал проявлять к ней любовь.

Когда я постепенно стал помогать сестре в житейских делах, говорить с ней о жизни, дарить подарки, брать с собой в красивые места, куда я отправлялся, её отношение ко мне изменилось. Я думал: «Она моя сестра, и я хочу дать ей то, чем в своё время обладала её». Я трудился и молился. Молитва всегда сопряжена с делом. Молитва без дела — это

Спустя полгода был трогательный момент, когда мы вместе плакали и просили прощения за всю ту боль, которую причинили друг другу. Ещё через некоторое время, перед самым Новым годом, Полина сказала: «Я вижу, как за год ты изменился, и Вадик, который сейчас стоит передо мной, уже не тот Вадик, который был прежде. Ты стал другим, но этот новый Вадик мне нравится больше». После этих слов Полина ушла. Она этого не знает, но я не смог тогда сдержать слёз радости и благодарности Богу.

Это был очень длинный и трудный путь, он увенчался победой, но это ещё не всё. Спустя год у меня появилась возможность поступить учиться на священнослужителя в Заокскую духовную академию. Перед отъездом сестра сказала мне: «Раньше, Вадик, я говорила: "Поскорее бы ты уехал!", но сейчас понимаю, что не хочу, чтобы ты уезжал». Когда я уже прибыл на место учёбы, мама рассказала мне по телефону, что Полина плакала и говорила: «Мама, он так изменился, он так повзрослел».

С того времени уже прошло три года. Пройденный путь напоминает нам, что нужно дорожить друг другом и беречь кровные отношения.

Дорогой читатель, помни, что только любовь может зародить любовь. Я не знаю, в каких жизненных обстоятельствах ты находишься и какие у тебя отношения с родными и близкими. Возможно, ты в тупике или тебе кажется, что ты борешься один против целого мира, но ты не одинок. У тебя, как и у меня, есть возможность приходить каждый день к Богу, чтобы услышать то, что Он говорит через Слово Божье, указывая верный путь. Твои отношения с близкими могут измениться. Тебе может казаться, что тебя никто не любит, но Иисуса первого невзлюбили и распяли, а Он всё равно продолжал любить. Его желание — примириться с человеком и чтобы люди примирились между собой. На что ты готов пойти сегодня, чтобы примириться со своими близкими?

Вадим Антюшин



# А КАК ЖЕ МОИ ПЛАНЫ?

**Синдром Неемана — весьма распространённое явление. Возможно, и вас он не обошёл стороной, а его тягостные симптомы постоянно дают о себе знать. Чтобы начать лечение, нужно правильно поставить диагноз. Итак, проверим себя...**

В жизни каждого человека бывают скорби и страдания. В такие моменты христианин ищет помощи и спасения у Бога. Но порой возникает ощущение, что вокруг тебя полная тьма. Выхода из тупика не видно совсем. А Бог как будто молчит, или Его ответ не соответствует твоим ожиданиям. И дальше становится только хуже и хуже.

Но Господь дал нам обещание: «*Не оставляю тебя и не покину тебя*» (Библия, Послание евреям 13:5). В самых сложных и безнадёжных, как нам кажется, обстоятельствах Он остаётся нашим Помощником и Спасителем. Причина, по которой мы испытываем замешательство от Божьих ответов на наши молитвы и впадаем в отчаяние, заключается в «синдроме Неемана». Это весьма распространённый духовный недуг.

## КТО ТАКОЙ НЕЕМАН

История Неемана, военачальника сирийского царя, записана в Библии. Нееман «*был великий человек у господина своего и уважаемый, потому что через него дал Господь победу Сириянам; и человек сей был отличный воин, но...*» (4 книга Царств 5:1). Было одно но: этот доблестный воин болел проказой. Библейские комментаторы отмечают, что здесь и далее в этой главе — это общее название всех кожных болезней, а не только собственно лепры, болезни Хансена. Так или иначе, но публичному человеку эта болезнь доставляла много неудобств и страданий. И потому, узнав от израильской маленькой девочки-пленницы, служившей его жене, о пророке из Самарии, способном исцелять проказу, Нееман незамедлительно отправляется в путь.

К пророку Елисею Нееман прибывает «*на конях своих и на колеснице своей*» (4 книга Царств 5:9) и останавливается у входа в его дом. Сирийский военачальник был гордым человеком, но «*Бог гордым противится, а смиренным даёт благодать*» (Библия, Послание Иакова 4:6). Елисею как пророку было известно, что на сердце у Неемана, и он решил преподать тому урок смирения.

В нарушение канонов восточного гостеприимства Елисей посылает вместо себя слугу со словами: «*Пойди, омойся семь раз в Иордане, и обновится тело твоё у тебя, и*

*будешь чист*» (4 книга Царств 5:10), чем вызывает гнев сирийского военачальника. Как закончилась эта история, можно узнать, прочитав всю главу. Нас же интересует реакция Неемана: «*Вот, я думал, что он выйдет, станет и призовет имя Господа, Бога своего, и возложит руку свою на то место и, снимет проказу*» (4 книга Царств 5:11).

«Вот, я думал...» Ещё до своего приезда к израильскому пророку Нееман составил план из нескольких пунктов, согласно которым должно было произойти его исцеление. Своего рода чек-лист. И когда «что-то пошло не так», когда Елисей поступил вразрез с представлениями Неемана о «протоколе» исцеления, больной испытал разочарование и выразил протест. Это самые первые симптомы синдрома Неемана.

## ПРОЯВЛЕНИЯ СИНДРОМА НЕЕМАНА

Человек с синдромом Неемана приходит к Богу с проблемой, уже имея своё понимание, как Он должен помочь, и молится с ожиданием конкретных результатов. Это чем-то напоминает визит сотрудника к генеральному директору с подготовленным ежегодным планом работ, чтобы завизировать его.

И когда человек вот так является к Богу с заранее подготовленным планом действий для Него, Он берёт этот план и в правом верхнем углу аккуратно ставит Свою визу. А знаете, что там написано? «*Мои мысли — не ваши мысли, ни ваши пути — пути Мои*» (Библия, книга пророка Исаии 55:8).

А дальше Бог начинает действовать по Своему плану, как Знающий конец от начала, чем вызывает у страдающих синдромом Неемана растерянность, страх, гнев и ощущение безнадёжности. Это ведёт к дальнейшему ропоту и может закончиться «кораблекрушением в вере», как это случилось с израильским народом, вышедшим с Моисеем из Египта. «*Но вы не захотели идти и воспротивились повелению Господа, Бога вашего, и роптали в шатрах ваших, и говорили: Господь, по ненависти к нам, вывел нас из земли Египетской, чтоб отдать нас в руки Аморреев [и] истребить нас; куда мы пойдём?*» (книга Второзаконие 1:26–28).

Синдром Неемана вызывает искажённое представление о Боге. Его любовь воспринимается как



ненависть. Его молчание — как безразличие. А Его ответы — как угроза: «*Он повёл меня и ввёл во тьму, а не во свет*» (Библия, книга Плач Иеремии 3:2).

Один из библейских героев, Иов, тяжело перенёс синдром Неемана. Исцелившись, он прозрел и засвидетельствовал: «*Я слышал о Тебе слухом уха; теперь же мои глаза видят Тебя*» (Библия, книга Иова 42:5).

Бог ведёт своих детей не ведомыми им путями, но Он не забывает и не покидает тех, кто доверяется Ему. Он разрешил, чтобы Иов подвергся испытаниям, но Он не забыл его, и видения, полученные им там, изобилуют картинами бессмертной славы. Бог допускает, чтобы Его народ подвергся испытаниям, ибо, проявив преданность и послушание, он духовно обогатится, послужит источником силы для других... Столь жестокие испытания нашей веры и заставляют думать, что Бог, наверное, забыл о нас, но в действительности они приводят нас к Христу, чтобы мы могли сложить все свои тяготы у Его ног и вкушать тот мир, который Он посылает нам вместо страданий.

Из книги Эллен Уайт «Патриархи и пророки»

## ПОГОВОРИМ О ПРОФИЛАКТИКЕ

Существует ли надёжная профилактика синдрома Неемана? Да, при помощи Библии можно выработать необходимый иммунитет. Но сами по себе приведённые ниже библейские тексты работать не будут. Их необходимо активи-

ровать личными отношениями с Богом, ежедневно на практике познавая Его характер, учась доверять Его промыслу.

Итак, вот эти библейские тексты.

1. «*Ибо [только] Я знаю намерения, какие имею о вас, говорит Господь, намерения во благо, а не на зло, чтобы дать вам будущность и надежду*» (книга пророка Иеремии 29:11). Ни нам самим, ни нашим родным и друзьям ничего не известно о намерениях Бога относительно нас. И намерения эти, какими бы нелогичными и непонятными они нам порой ни казались, направлены нам во благо, чтобы мы имели надежду на будущее.

2. «*Вас постигло искушение не иное, как человеческое, и верен Бог, Который не попустит вам быть искушаемыми сверх сил, но при искушении даст и облегчение, так чтобы вы могли перенести*» (1 послание коринфянам 10:13). В обстоятельствах, которые могут казаться невыносимыми, нам нужно твёрдо держаться мысли, что Бог допустил эти испытания, хорошо зная запас наших сил и веры. И выход у Него для нас есть всегда из самой безнадёжной ситуации. Просто выход может находиться в другом месте, а не там, где мы привыкли его искать.

3. «*Притом знаем, что любящим Бога, призванным по [Его] изволению, всё содействует ко благу*» (Послание римлянам 8:28). Бог активно взаимодействует с любящими Его, чтобы неблагоприятные обстоятельства превратить для них во благо.

«Мы познали любовь Божию к нам и доверились ей», — написал апостол Иоанн в одном из своих посланий. Будем же и мы познавать ежедневно Его любовь и учиться доверяться ей.

Роман Земцов

# УМЕРЕТЬ ДВАЖДЫ?

На фонарном столбе красовалась наклейка с таким содержанием: «Смерть вторая. Геенна огненная». Не очень жизнеутверждающе, не очень информативно, но запоминается. Вы когда-нибудь слышали о второй смерти?



## СМЕРТЬ ПЕРВАЯ

Первая смерть — это то, с чем сталкивается каждый. Человек рождается, живёт и умирает. Эта смерть в Библии не один раз сравнивается со сном. «Выходит дух его, и он возвращается в землю свою: в тот день исчезают [все] помышления его» (книга Псалтирь 145:4), — утверждает Библия. Ни о какой загробной жизни речи нет. Человек испускает дух (то есть дыхание жизни) и возвращается в прах, из которого когда-то был сотворён.

Множество спекуляций в разных религиях основано на представлении о том, что душа после смерти продолжает существовать вне тела. Библия не даёт оснований так считать, но, наоборот, утверждает, что человек, умирая, переходит в бессознательное состояние: «Живые знают, что умрут, а мёртвые ничего не знают... и любовь их, и ненависть их, и ревность их уже исчезли...» (книга Екклесиаста 9:5, 6). Как бы ни было приятно думать, что умершие родственники смотрят на нас с небес, это не соответствует учению Священного Писания. Да и всем ли умершим приятно было бы смотреть на то, что происходит с их родными и любимыми на земле? Рай не покажется раем, если ты видишь, как твой ребёнок ведёт аморальный образ жизни, разрушает себя.

## ПЕРВОЕ ВОСКРЕСЕНИЕ

Если все мы умрём, а загробной жизни нет, то в чём смысл, где надежда? А надежда всех христиан — в воскресении. Если смерть — это и не смерть вовсе, а просто переход в другую форму существования, то какой смысл в воскресении? Воскресение нужно умершим. Первое воскресение (воскресение праведных) произойдёт при Втором пришествии Христа. Апостол Павел пишет так: «Если же о Христе проповедуется, что Он воскрес из мёртвых, то как некоторые из вас

говорят, что нет воскресения мёртвых? Если нет воскресения мёртвых, то и Христос не воскрес; а если Христос не воскрес, то и проповедь наша тщетна, тщетна и вера ваша... ибо если мёртвые не воскресают, то и Христос не воскрес... И если мы в этой только жизни надеемся на Христа, то мы несчастнее всех человеков... Как в Адаме все умирают, так во Христе все оживут, каждый в своём порядке: первенец Христос, потом Христовы, в пришествие Его» (Библия, 1 послание коринфянам 15:12–23).

Когда более 2000 лет назад Иисус родился на земле, чтобы спасти нас и умереть за наши грехи, это было первое пришествие. Во второй раз Иисус придёт, чтобы забрать на Небеса тех, кто верует в Него. «Так и Христос, однажды принеся Себя в жертву, чтобы поднять грехи многих, во второй раз явится не [для очищения] греха, а для ожидающих Его во спасение» (Библия, Послание евреям 9:28).

Итак, при Втором пришествии Бог воскресит тех, кто верил в Него. «Блажен и свят имеющий участие в воскресении первом: над ними смерть вторая не имеет власти, но они будут священниками Бога и Христа и будут царствовать с Ним тысячу лет» (Библия, книга Откровение 20:6). Этим людям вторая смерть не грозит. Они будут жить вечно.

## ВТОРОЕ ВОСКРЕСЕНИЕ

Что же будет с теми, кто отвергал Бога? «Прочие же из умерших не оживут, доколе не окончится тысяча лет» (Библия, книга Откровение 20:5). Мы читаем, что нечестивые будут воскрешены для последнего суда спустя 1000 лет после Второго пришествия. «Тогда отдало море мёртвых, бывших в нём, и смерть и ад отдали мёртвых, которые были в них; и судим был каждый по делам своим» (Библия, книга Откровение 20:13).

## СМЕРТЬ ВТОРАЯ

Что же произойдёт при втором воскресении (воскресении нечестивых)? «Когда же окончится тысяча лет, сатана будет освобождён из темницы своей и выйдет обольщать народы... и собирать их на брань; число их — как песок морской. И вышли на широту земли, и окружили стан святых и город возлюбленный. И ниспал огонь с неба от Бога и пожрал их; а диавол, прельцавший их, ввержен в озеро огненное и серное... И смерть и ад повержены в озеро огненное. Это — смерть вторая» (Библия, книга Откровение 20:7–10, 14). «Боязливых же и неверных, и скверных и убийц, и любодеев и чародеев, и идолослужителей и всех лжецов участь — в озере, горящем огнём и серою. Это — смерть вторая» (Библия, книга Откровение 21:8).

Итак, каким же будет наказание нечестивых? Апостол Павел отвечает на этот вопрос, когда говорит, что они «подвергнутся наказанию, вечной гибели, от лица Господа и от славы могущества Его» (Библия, 2 послание фессалоникийцам 1:9) и что «возмездие за грех — смерть» (Библия, Послание римлянам 6:23).

Если первая смерть в Библии сравнивается со сном, после которого последует пробуждение (воскресение), то вторая смерть — это полное прекращение бытия. Заметьте, речь не идёт о бесконечных мучениях: иначе это уже будет не смерть, а вечная жизнь в страданиях. Смерть вторая — прекращение существования навсегда. «Ибо вот, придёт день, пылающий как печь; тогда все надменные и поступающие нечестиво будут как солома, и попалит их грядущий день, говорит Господь Саваоф, так что не оставит у них ни корня, ни ветвей» (Библия, книга пророка Малахии 4:1). От этой смерти уже не будет воскресения. Она будет вечной.

## ВЕЧНАЯ ЖИЗНЬ

Но есть благая весть: жизнь спасённых тоже будет вечной. «И отрет Бог всякую слезу с очей их, и смерти не будет уже; ни плача, ни вопля, ни болезни уже не будет, ибо прежнее прошло» (Библия, книга Откровение 21:4).

Наша земная жизнь дана для того, чтобы сделать выбор, чью сторону занять в великой борьбе между добром и злом. Бог взывает к каждому: «Во свидетели пред вами призываю сегодня небо и землю: жизнь и смерть предложил я тебе, благословение и проклятие. Избери жизнь, дабы жити ты и потомство твоё, любил Господа, Бога твоего, слушал глас Его и прилепился к Нему; ибо в этом жизнь твоя...» (Библия, книга Второзаконие 30:19, 20).

Дьяволу тоже есть, что предложить: деньги, удовольствия, роскошь, власть, престиж, похоть, суету в погоне за всем этим. Библия же говорит: «Ибо всё, что в мире: похоть плоти, похоть очей и гордость житейская, не есть от Отца, но от мира сего. И мир проходит, и похоть его, а исполняющий волю Божию пребывает вовек» (1 послание Иоанна 2:16, 17).

Бог не хочет твоей смерти. Он желает дать тебе жизнь — не несколько бранных десятилетий, а жизнь вечную. «Ибо так возлюбил Бог мир, что отдал Сына Своего Единородного, дабы всякий, верующий в Него, не погиб, но имел жизнь вечную» (Евангелие от Иоанна 3:16).

Отвлекись от житейской гонки, это преходящее. Посмотри в небеса. Остановись. Найди время для Бога, остальное — тщета. Скажи Ему, как ты устал, как Он нужен тебе. Без научных штампов, своими словами. Не верь тем, кто говорит, что ты недостаточно хорош, чтобы Бог услышал тебя. Бог любит тебя и ждёт. Да, ты далёк от совершенства, но это не делает тебя чужим для Господа. Поспеши к Нему, попроси изменить твою жизнь, простить грехи, открыть истину. Если Дух Святой сейчас нежно обращается к твоему сердцу, не отвергай этот голос. Как будут сожалеть об упущенных возможностях те, кто пробудится во второе воскресение! Они вспомнят те моменты, когда Господь стучал в их сердце, взывал через людей и обстоятельства, звал к Себе, но... они не захотели. Тогда поздно будет что-то менять. Сейчас время выбирать!

Михаил Руканов

## «Великая борьба»

Хотите понять своё место в великой борьбе между силами добра и зла?

Интересно, чем закончится история нашего мира? Желаете больше узнать о жизни и смерти?

Слушайте бесплатную аудиоверсию книги «Великая борьба». Эта книга, основанная на Библии, способна перевёрнуть представление о мире и происходящих в нём событиях!



Viber

НАВЕДИТЕ КАМЕРУ  
ТЕЛЕФОНА ДЛЯ ПЕРЕХОДА  
В ГРУППУ  
С АУДИОКНИГОЙ:



Telegram



# ЛЮБОВЬ — ЭТО ДЕЙСТВИЕ ИЛИ ЧУВСТВО?

С чем у вас ассоциируется слово «любовь»? С действием или с чувством?



Н икогда не забуду того волнительного момента, когда мой будущий муж признался мне в любви. К выражению его чувств добавлялись цветы, подарки, а также нежная забота обо мне, помощь в решении проблем, сочувствие.

На страницах Священного Писания Господь много раз признаётся человеку в любви. Но в чём она выражается? Только ли в словах? Писатель Марк Финли в своей книге «Надежда на все времена» пишет: «Действительно ли Бог любит нас? Посмотрите на крест! Бог говорит: "Я люблю тебя! Я не хочу быть на небесах без тебя!"». Золотой стих Библии гласит: «Бог ведь так полюбил этот мир, что пожертвовал Сыном Своим единственным, чтобы всякий, Кто верит в Него, не погиб, но обрёл жизнь вечную» (Евангелие от Иоанна 3:16)\*. Бог признался нам в любви и доказал её на деле.

А как мы можем ответить Богу на Его любовь? Соблюдать Его заповеди, которые созданы Богом для нашего же блага. «Вы же, если любите Меня, будете соблюдать заповеди Мои» (Евангелие от Иоанна 14:15), — сказал Иисус.

З акон Божий записан в Библии, в 20 главе книги Исход.

I. Первая заповедь гласит: «Других богов, кроме Меня, быть у тебя не должно». Истинные отношения, основанные на любви, подразумевают отношения двоих — третьего быть не может.

II. «Не сотвори себе кумира», — сказано во второй заповеди. Представьте себе, что, придя на свидание с возлюбленной, молодой человек не обращает на неё никакого внимания и на протяжении встречи занят телефоном. Кумиром может стать всё, что разделяет нас с Богом. Эта особая заповедь, так как в ней Господь обещает: «Но тем, кто любит Меня и соблюдает заповеди Мои, Я милость творю и в тысячном поколении». То есть, соблю-

дая эту заповедь, будем благословлены не только мы, но и наши потомки.

III. «Не произноси без нужды имя Господа, Бога твоего, — не посчитает Он невинным Того, Кто это делает». Произносите ли вы имя любимого человека просто так, в суете, например, когда ударитесь или чем-то недовольны? Это казалось бы странным. Имя Господа величественно и прекрасно, к Нему нужно относиться с благоговением.

IV. Как здорово, когда у нас есть выходной день, который мы можем полностью провести с любимыми людьми, ни на что не отвлекаясь. Такой же день Господь отделил и для отношений с Ним. «Помни день субботний — да будет священным он для тебя!»

V. «Почитай отца своего и мать свою, чтобы жил ты долго на земле...». Ещё одна заповедь с обещанием. Отношения с родителями тоже должны быть основаны на любви. Подарившие нам жизнь и самих себя ждут от нас радостного ответного отклика.

VI. «Не убивай». Убить можно не только человека, но и отношения, разрушив их критикой, злобой, недовольством.

VII. «Не прелюбодействуй». Измена — страшное слово. Она рушит не только семьи, но, прежде всего, души, особенно хрупкие и незащищённые детские души. К сожалению, сегодня многие люди с большим пренебрежением относятся к этой заповеди.



Семьи рушатся легко. Зачастую основанием становятся слова: «Я её (его) разлюбил(а), мы не находим общего языка, мы не сошлись характерами». Мужчина, у которого в семье было трое детей, ушёл к другой женщине, которая тоже бросила троих детей ради отношений с ним. Аргументировали они это так: «В Библии сказано: "Любите друг друга". Мы полюбили, а всё остальное неважно». Любовь ли это? Любовь — это не только чувство, но и принцип. Любовь — это ответственность.

VIII. «Не кради». Трудно забыть то отвратительное чувство, когда тебя обокрали. Но как часто, не задумываясь, мы крадём друг у друга время и доверие.

IX. «Не давай ложных показаний против ближнего твоего». Сплетни — это источник зла. Любая ложь, всякая попытка или намерение обмануть нашего ближнего включаются в эту заповедь. Всё это разрушает отношения любви.

X. «Не желай завладеть тем, что принадлежит ближнему твоему». Эта заповедь поражает корень всех грехов, запрещая себялюбивые желания, являющиеся основой греховных поступков. Стоит даже опасаться таить в себе греховное желание иметь то, что принадлежит другим. Любовь не мыслит зла, не совершает никакого бесчестного поступка по отношению к ближним.

В еликие принципы любви к Богу создают тесную связь между Ним и Его творением. Библия ещё раз призывает нас: «Люби Господа, Бога своего, всем сердцем своим, всей душой своею и всеми силами своими» (книга Второзаконие 6:4, 5). «Ни перед кем и ни в чём не оставляйтесь в долгу, кроме взаимной любви: кто любит ближнего, тот исполнил Закон. Ибо [заповеди]: не прелюбодействуй, не убивай, не кради, не пожелай [чужого] и любящая другая — не более как одна заповедь: "Люби ближнего твоего, как самого себя". Любящий не сделает ближнему зла, любовь поэтому есть исполнение Закона» (Послание римлянам 13:8–10).

Подготовила Наталья Скороход

\* Библейские тексты приведены в современном переводе под редакцией Кулаковых.

В статье использованы отрывки из книг  
➔ «ПАТРИАРХИ И ПРОРОКИ»  
(Эллен Уайт) и  
➔ «НАДЕЖДА НА ВСЕ ВРЕМЕНА»  
(Марка Финли).

Где их купить?  
8-800-100-54-12 (звонок бесплатный)  
www.7knig.org  
inmarket@lifesource.ru

ООО Издательство "Источник жизни", 301000, Тульская обл., п. Заокский, ул. Восточная, 9. ОГРН 1027103674454

## 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 твоя, 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.

РЕКЛАМА 12+

# НАДЯ, КОТОРУЮ ЛЮБИТ БОГ



**«А давайте возьмём интервью у нашей Нади», — предложила главред. «А давайте!» Для тех, кто не в курсе: наша команда, кроме «Скрытого Сокровища», выпускает газеты «Ваши ключи к здоровью», «7D формат» (молодёжное издание) и детский журнал «Чудесные странички». Так вот, Надя — редактор этого самого детского журнала. А так как работаем мы удалённо, живём в разных городах, то такое интервью — отличная возможность познакомиться поближе. Итак, знакомьтесь — Надежда Селезнева.**

— Надя, расскажи, пожалуйста, о своём духовном пути. Потом перейдём к земному.

— Когда мне было лет 8, я выучила молитву «Отче наш» и молилась утром и вечером. Потом мамин коллега рассказала ей, что молиться можно не только по молитвослову, но и своими словами. Мама поведала об этом мне, и к заученным молитвам добавились мои собственные. У меня была молитвенная подушечка, свой молитвослов, свой платочек... Конечно, особенно ревностно я молилась перед экзаменами и контрольными.

Осознанно я пришла к Богу позднее. Оказывается, моя мама в своё время (ещё при СССР) посвятила меня Господу и благополучно забыла об этом до тех пор, пока я не стала ходить в церковь. А пришла я туда в 17 лет, потому что не понимала, для чего живу. Я молилась, чтобы Бог показал мне смысл жизни или просто прекратил её: в то время я искренне считала своё существование бессмысленным. Он очень быстро ответил на мою молитву, буквально в течение недели. Я стала изучать Библию, приняла крещение, влилась в служение. Интересно, что мы с мамой крестились в один день, 7 ноября. Так её «советское» обещание исполнилось на советский праздник.

— Но мама ведь обещала посвятить тебя именно на служение. Чем же ты занялась?

— В церкви я стала заниматься

с детьми, потом мы организовали клуб «Следопыт». Уже 16 лет я занимаюсь с подростками.

— Здесь чуть подробнее. Что это за клуб такой, и причём здесь церковь?

— «Следопыт» — это всемирный клуб для подростков 10 – 15 лет. Он ориентирован на трёхстороннее развитие — физическое, интеллектуальное и духовное. Есть ещё клуб «Искатели приключений» для детей помладше (6 – 9 лет). На занятиях ребята вместе с родителями и наставниками в игровой форме изучают окружающий мир, ремёсла, Библию и учатся строить отношения. Мы помогаем людям, ходим в походы, ездим в гости к следопытам в другие города, проводим слёты и лагеря. Жизнь кипит. Это если коротко.

— А как ты стала Селезневой? Я так понимаю, вы с мужем единомышленники. Как вы нашли друг друга?

— Когда-то нас с мужем разделяло 3500 км. Совершенно «случайно» (помня, что у Бога случайностей не бывает) Рома оказался в наших краях: приехал на обучение руководителей следопытов. Там мы и познакомились. Наша свадьба была шоком для тех, кто жил с нами на биваке, для тех, кто ходил со мной в церковь. Они даже не поняли, почему Рома вдруг появился в нашем городе. Мне казалось, что это очевидно. А никто даже не подозревал, что мы готовимся к свадьбе.

— А кто ты по образованию?

— В 15 лет я пошла учиться на бухгалтера. Потом получила высшее экономическое образование. Я много лет проработала в этой сфере, до сих пор мужу помогаю с бухгалтерией. Мне очень нравятся цифры, нравится всё сводить. Удовольствие получаю. Без шуток. 1С нравится. Сейчас я иду к тому, чтобы стать программистом 1С. Это моё такое увлечение.

— Как же тебя угораздило стать редактором?

— Сколько я себя помню, я всегда писала. Начиналось с дневника наблюдений за огурцами на бабушкином окне, за кошкой, птичками... Писала короткие рассказы о них. В школе я очень любила русский и литературу. Моя учительница была педагогом от Бога. Она много для меня сделала: собирала все мои работы, отправляла их на конкурсы. Она помогла мне поверить в то, что я на что-то способна. Последняя моя публикация была в сборнике христианских стихотворений. Когда книга вышла в свет, я пришла навестить любимую учительницу. Она тяжело болела и была уже прикована к постели. Я подарила ей эту книгу, а спустя несколько месяцев она умерла.

Вообще-то я мечтала стать учителем русского и литературы или поступить на журфак, но мама перекрыла оба направления. Сказала, что учителем я не смогу быть, потому что охрипну в первую неделю. А насчёт журналистики... Не все понимают, что журналист — это не только тот, кто всегда в гуще событий с диктофоном. С журналистским образованием можно много где работать. Мама считала, что я не пробивная. Оказалось, она не права: все мои знакомые могут сказать, что я достану кого угодно откуда угодно. Мама не хотела, чтобы я была безработным журналистом. Так я стала бухгалтером со своими драгоценными циферками. Математика была моим третьим любимым предметом после русского и литературы.

Когда я увидела объявление о том, что журналу «Чудесные странички» требуется редактор, то поняла, что это моё-моё-моё. Я люблю буквально всё, о чём этот журнал: поделочки, добрые истории...

— Можешь ещё пару слов сказать о «Чудесных страничках»?

— Журнал «Чудесные странички» — это замечательное христианское издание для детей 5 – 9 лет. Выходит он 6 раз в год, то есть раз в 2 месяца. Наполнение разнообразное. Каждый ребёнок найдёт что-то интересное для себя. А главное, в этом журнале рассказывается о Боге! «Чудесные странички» — хорошее подспорье для верующих родителей. Было бы здорово иметь это издание в каждой семье. Это добрая и достойная замена традиционным развивашкам. Там и раскраски, и головоломки, и интересные факты о животных, и библейская история, и здоровый образ жизни в доступной форме. Там настольные игры, стишки, самоделки, чтение по слогам с картинками и Кудряшкина школа с гарантированными призами. Бывают полезные постеры, конкурсы рисунков. И всё это направлено на духовно-нравственное воспитание детей. Это моё!

— А как ты эту бурную редакторско-следопытскую деятельность совмещаешь с семьёй и материнством? Получается отдыхать?

— У нас две дочки, 9 и 7 лет. Они с рождения везде с нами — и в клубе, и в волонёрском служении. Они очень самостоятельные и большие помощники. Куда деваться, если бабушки очень далеко?

Из хозяйства у нас две кошки, пёс и пчёлки. Очень интересные они. Второй год занимаюсь пчеловодством, учусь. У меня появился новый вид отдыха — сесть напротив улья и смотреть, как насекомые трудятся.

— Надя, ты такая позитивная и энергичная. В чём секрет?

— Меня Бог очень любит. Да Он каждого любит. Просто я научилась везде и во всём видеть эту любовь и быть благодарной. Когда-то давно, когда я в последний момент чудом попала на христианский слёт на внезапно освободившееся место, мой удивлённый пастор сказал: «Надя, Бог тебя очень любит!» Я запомнила это. Я вижу, что Богу нравится исполнять мои желания, даже самые странные и, казалось бы, незначительные. В детстве у меня была мечта стрелять из лука. А сбылась она, когда я начала заниматься со следопытами. Я мечтала ездить на лошади. Бог эту мечту тоже исполнил. И всё в служении. Я хочу порадовать Бога, а Он радуется мне. Как родители любят делать что-то приятное своим детям, так и Небесному Отцу нравится делать нам сюрпризы. Я замечаю эти жесты и очень ценю.

Беседовала  
Александра Третьякова



## ДЛЯ ЛЮБИТЕЛЕЙ «ЯИЧНОГО РАСТЕНИЯ»

Плоды баклажана на ранней стадии напоминают по форме яйца, а потому в некоторых языках получили название яичного растения (не путать с яичным деревом). Синенькие, демьянка, ба-дريدжан — это тоже про них.



### САЛАТ ИЗ БАКЛАЖАНОВ С ПОМИДОРАМИ

#### Ингредиенты на 1 порцию:

- 60 г помидоров (1 небольшой помидор),
- 120 г баклажанов (половина некрупного баклажана),
- чеснок по вкусу,
- соль по вкусу,
- масло подсолнечное нерафинированное,
- петрушка.

#### Приготовление:

Баклажаны нарезать средним кубиком, обильно посолить и оставить на 20 минут. Затем тщательно промыть, чтобы ушла горечь. Баклажаны выложить на сухой противень и запекать при 180°C 25 минут (до образования корочки). Помидоры нарезать средним кубиком, петрушку измельчить, чеснок натереть на мелкой тёрке или пропустить через чесночницу. Соединить все ингредиенты. В этом салате очень важно, чтобы чувствовался чеснок.

По книге Алексея и Вероники Вавиловых  
«Худеем без ограничений»

### БАБАГАНУШ

Бабагануш — это ближневосточная закуска из запечённых баклажанов с кунжутом, чесноком и травами. Его можно намазывать на лаваш, тосты и есть с любым гарниром. Баклажаны запекаются любым способом: над углями, в духовке или в мультиварке.

Предлагаем вам такой рецепт:

#### Ингредиенты:

- 2 баклажана,
- 3 ст. ложки оливкового масла,
- 1 зубчик чеснока,
- 0,5 ст. ложки кунжута или тахини,
- 0,5 ч. л. сока лимона (или по вкусу),
- Соль, сахар — по вкусу,
- Копчёная паприка — по вкусу,
- Петрушка или кинза на украшение.

#### Приготовление:

Баклажаны проколоть вилкой в нескольких местах и отправить в духовку на 40 минут (температура около 200°C). Готовые баклажаны немного остудить, затем очистить от кожицы. К баклажану добавить оливковое масло, чеснок, кунжут (или тахини), сок лимона, соль, немного сахара и копчёную паприку. Хорошо измельчить в блендере. Если вы используете кунжут, а не тахини, то желательно предварительно перемолоть его в кофемолке. Массу выложить в небольшой салатник, украсить измельчённой зеленью петрушки или кинзы.

Подготовила Оксана Соловьёва

## СОВЕТЫ СОЛОМОНА

Наши юные друзья! Начался новый учебный год, и мы хотим пожелать вам... Впрочем, читайте сами. Эти советы в стихах основаны на словах мудрейшего человека — царя Соломона. Прислушайтесь к ним и будьте разумными.

### Знай свои обязанности и ответственно выполняй их, не ленись:

«Пойди к муравью, ленивец, посмотри на действия его и будь мудрым. Нет у него ни начальника, ни приставника, ни повелителя: но он заготовляет летом хлеб свой... Доколе ты, ленивец, будешь спать? когда ты встанешь от сна твоего?» (Библия, книга Притчей 6:6–9).

К муравью пойдя, ленивец,  
От него возьми урок:  
Нужно людям всем трудиться —  
Так велит Господь наш Бог.

Ты без дела не валяйся,  
Ты без дела не ходи.  
Быть полезным ты старайся  
И приказов ты не жди.

Муравья кто заставляет?  
Кто начальник у него?  
Муравей работу знает.  
Нужно ли пинать его?

Так и ты: не жди команды,  
А по совести трудись.  
Радуй папу, радуй маму,  
Бога радовать стремись.



### Прислушивайся к старшим:

«Отвергающий наставление не радеет о своей душе; а кто внимает обличению, тот приобретает разум» (Библия, книга Притчей 15:32).

Не считай себя мудрее  
Всех на свете, дорогой.  
Будь внимательней, скромнее.  
Для совета ум открой.  
Если мама учит жизни,  
Слушай преданно, не ной.  
Не упрячься и не кисни,  
Если дружишь с головой.  
Мудрый слушает совета,  
Мудрый заповедь хранит.

Мудрый тянется лишь к свету.

Мудрый к знанию открыт.

Слушать — это не зорно.

Слушать — старших уважать.

Искренне и непритворно

Слушать — опытнее стать.

Многих избежишь падений,  
Изберёшь надёжный путь —  
Слушай взрослых

наставленья  
И послушным сыном будь.

### Выбирай хороших друзей:

«Общающийся с мудрыми будет мудр, а кто дружит с глупыми, развратится» (Библия, книга Притчей 13:20)

Ты усвой, как дважды два,  
Правило простое:  
Станешь ты, как те друзья,  
Что всегда с тобою.

Можешь ты культурным быть —  
Не курить, не драться,  
Грязных слов не говорить  
И не обзывать,

Только, если попадёшь  
В круг дурных знакомых,  
Незаметно обретёшь  
Много качеств новых.

Выбирай друзей таких,  
На кого равняться.  
И запомни этот стих,  
Чтоб не ошибаться.

Людмила Масленникова



## ТРЕБУЕТСЯ ПОМОЩЬ

### ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Большая часть тиража газеты «Сокрытое Сокровище» распространяется бесплатно и идёт 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](https://sokrsokr.net/help)

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



#### Банковский перевод

**Получатель:** Религиозная организация Поместная церковь Христиан Адвентистов Седьмого Дня «Ожидаящая» 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** 30101810300000000630

**Назначение платежа:** пожертвование  
Для перевода через приложение Сбербанк Онлайн достаточно указать только **ИНН 1215064285**  
В ГЛАВНОМ ОКНЕ ПОИСКА

## СЛУШАЙТЕ НАШ ПОДКАСТ «СОКРЫТОЕ СОКРОВИЩЕ»

### АУДИОВЕРСИЯ ИЗБРАННЫХ СТАТЕЙ

#### ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ:

- Google Podcasts
- Яндекс.Музыка

- iTunes
- ВКонтакте



[sokrsokr.net/podcasts](https://sokrsokr.net/podcasts)



# ХОТЬ КОЛ НА ГОЛОВЕ ТЕШИ!

Многие родители обеспокоены тем, что у их детей отсутствуют мотивация и ответственность. Этим аморфных чад постоянно приходится убеждать, уговаривать, заставлять. В ход идут пряники, кнуты, угрозы, шантаж, а ситуация не меняется. Разве что у родителей глазик дергается начинает. Как быть?

Вот лишь некоторые вопросы, которые задают отчаявшиеся родители. Как можно помочь?

**Ребёнок ничего не хочет. Точнее, хочет только валяться на диване с телефоном. Как вдохнуть в него жизнь?**

Это одна из форм бунта — тихий бунт. Так ребёнок протестует, не принимая ваши правила. Он привык, что инициатива всегда исходит от вас, что источник всех мотиваций — тоже вы. Он давно уже уловил, что учёба нужна не ему, а вам. Чем больше вы давите и вызываете к совести и разуму, тем больше он протестует. Оставьте его, дайте ему понять, что вы не будете силой извлекать его из этого пассивного мирака. Знаете, как пережить подростковый возраст ребёнка? Займитесь собой, своими делами. Это совет для тех, у кого складывается описанная выше ситуация. Можно много говорить, как не дойти до такого, но если реальность такова, то вспомните, что у вас есть своя жизнь и интересы помимо учёбы ребёнка. Не растрояйтесь в нём. Не живите за него.

**Сыну (девятикласснику) школа уже поперёк горла. Раньше покладистый был, а теперь твердит одно: «Неинтересно, не хочу, не буду». Только и может с друзьями гулять да за компьютером сидеть. Он совершенно не думает, куда поступать дальше. А я устала думать и решать за него. Как быть?**

Прекрасно ответила на похожий вопрос Людмила Петрановская:

Никак. 9 класс не у вас, а у ребёнка. Надо решить, куда идти дальше? Надо.

Задайте ему этот вопрос. Вопрос дали — родительский долг выполнен. Пусть подумает, у него ещё есть время. Чем больше будете думать вы за него, тем меньше будет думать он. Скажите ему: «Дорогой, тебе 14 лет, как ты решишь, так мы и сделаем».

**У дочери-подростка нет никакой мотивации. Уроки совсем делать не хочет.**

А кто в этом возрасте хочет делать уроки? У неё есть полное право не хотеть. И нужно честно признать это её право. Вы сами в 13 лет хотели делать уроки и ходить в школу? Но ходили ведь? Есть вещи, на которые очень сложно замотивировать. Что же вы можете сделать? Для начала научите свою дочь «глотать лягушку».

Справка:

«Лягушка» — самая важная и неприятная работа, которую нам свойственно откладывать. «Съесть лягушку» — разобраться со сложным делом до того, как оно стало для тебя серьёзной проблемой и негативным фактором, угнетающим твоё моральное состояние.

Марк Твен как-то сказал, что если с утра съесть лягушку, остаток дня обещает быть чудесным, ведь худшее на сегодня уже позади. Всем, кто хочет чего-то добиться, каждый день в первую очередь нужно съедать свою «лягушку»: выполнять самое трудное и самое важное из всех предстоящих дел.

Скажите дочери, что прекрасно понимаете, как ей неохота заниматься. А затем переходите к «лягушке».



Поведайте ей (не лягушке, а дочке) о своей борьбе, о том, как вы собираете волю в кулак и делаете то, чего делать не хочется. Объясните, что не всегда в жизни мы делаем только то, что нам нравится. Договоритесь с ней, что, пока она «глотает лягушку», вы испечёте что-нибудь вкусненькое, чтобы подбодрить её.

**Мы боимся, что сын так и пролежит всю жизнь на диване.**

«Чем больше вы боитесь, тем больше они лежат. Это механизм созависимости. Когда человек чувствует, что кто-то живёт его жизнью и слишком переживает за него, он начинает отстаивать свою субъектность», — убеждена Людмила Петрановская. Так вот, если ребёнок отстаивает эту самую субъектность активно, он может позволить себе послать взрослых куда подальше. А когда на активное сопротивление сил нет, он начинает отстаивать себя пассивно. Замыкаясь и закрываясь.

**Как научить ребёнка ответственности в ранние годы, чтобы не кусать локти, когда он станет подростком?**

Не пренебрегайте физическим развитием. В здоровом теле — здоровый дух. С детства поручайте детям

работу по дому и саду, благодарите их и поощряйте за хорошо выполненные обязанности. Адекватные физические нагрузки — это эндорфины и хорошее настроение.

Не усаживайте ребёнка за учебники слишком рано, не отбивайте интерес к учёбе только потому, что сын соседки в 3 года уже читает и считает. Для чтения выбирайте интересные познавательные книги, которые вырабатывают позитивное отношение к учёбе. Вместе радуйтесь открытиям. Пусть дети видят, что вы сами с энтузиазмом чему-то постоянно учитесь. И не торопитесь с приобретением того самого телефона, на который потом будете жаловаться. Вместе путешествуйте, ходите в походы, на экскурсии — личным примером покажите, что счастье — не в телевизоре и не на просторах интернета.

И ещё. Учёба — не главное в жизни. Помните об этом. Когда ребёнок лежит с температурой, ты вдруг понимаешь, что вся школа с её требованиями — это суета. А вчера столько крика было, столько слёз пролилось из-за этой учёбы... Ради чего? Гораздо важнее вырастить здорового, счастливого, доброго, любящего и любимого человека, чем отличника.

Подготовила Ирина Вологина

Все ответы можно найти на страницах этого номера.

Н	В	Е	Л	А	К	Е	Л	И	С
О	И	Г	С	И	Ш	Н	О	Й	Е
К	Ш	М	З	Н	У	А	Д	Е	А
О	Л	О	Р	Д	Р	М	Л	Ж	Д
С	А	О	П	Е	Т	Н	А	Р	Е
Е	С	Т	Р	Ж	У	Р	К	Ж	Б
Ш	Ц	Ы	А	Н	Щ	Ь	О	Н	Ё
Ы	Е	К	У	Ч	О	М	О	П	О
М	И	Р	Е	Ё	С	Ч	Е	С	В
Т	Н	Е	Щ	Б	А	А	Р	Т	Ь

Отгадайте слова и отыщите их на буквенном поле. В скобках указано количество букв в слове. Слова могут изгибаться под прямым углом. Из оставшихся букв сложите ключевое слово. Придумайте для него определение и пришлите в редакцию слово и определение до 15 ОКТЯБРЯ, и вы станете участником розыгрыша призов. 10 победителей получат в подарок книги на духовные темы.

Близкая родственница (6)  
Боевая единица римских войск (6)  
Ветхозаветный пророк (6)  
Заключение завета с Богом (8)  
Кладёт конец разлуке (7)  
Ожидание чего-либо благоприятного, в сочетании с уверенностью в его осуществлении (7)  
Определённое сочетание признаков болезни (7)  
Периодическое издание (6)  
Процесс познания (5)

Растение, листья и корнеплоды которого используются в качестве приправы к блюдам (8)  
С их помощью мы двигаемся (5)  
Содействие кому-либо или чему-либо (6)  
Учебное заведение для получения общего образования (5)  
Человек в период детства (7)

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





# МЯСО — ТО, ЧТО НУЖНО

Я знаю Лену как сторонницу ЗОЖ и вегетарианку. И вдруг мне попадаетея её статья «Мясо — то, что нужно». Неожиданно. Читаю и понимаю, что мне тоже очень нужно мясо!

Разговор сегодня пойдёт о мясе. А точнее, о мясе как альтернативе салу. Почему мясо лучше сала? Вы уже представили себе и то, и другое в виде двух аппетитных кусочков на столе? Отлично! А теперь следующий шаг: представьте мясо и сало в своём теле и сравните: чего больше? А что нужнее?

Да, конечно, предпочтительнее иметь в своём теле побольше мяса, а не сала. Ведь мышечная ткань —местилище крови и помощник сердца: чем лучше трудятся мышцы, тем легче сердцу, а кровь — это наша жизнь. В крови растворены питательные вещества, из которых мы получаем энергию и материалы для созидания новых клеток. В крови движутся иммунные клетки и белки, защищающие нас от болезней. Кровью же разносятся по телу гормоны, упорядочивающие работу всех систем организма и дающие нам возможность испытывать различные чувства. Кровь избавляет наше тело от «отходов» жизнедеятельности. Она снабжает все «уголки» нашего тела кислородом. Сало — тоже важная часть организма, но при условии, что его меньше, чем мышц. Жир создан совсем для других целей, чем кровь. И, наверное, мало кому из нас хочется называться полным или жирным — гораздо лучше быть полнокровным. Одним словом, чем больше мяса, тем лучше, а с салом наоборот.

Следующий шаг: сравниваем ноги и тело. У большинства из нас ноги — это половина всего тела (по крайней мере, так должно быть в

норме). Представьте себе, если половина тела — не мышцы, а сало. Это значит, что у нас меньше крови, меньше иммунных клеток, меньше кислорода, зато больше концентрация «отходов», гормонов и питательных веществ (в том числе глюкозы и жиров).

Часто ли вам доводилось встречать гипертоников, диабетиков или депрессивных среди мускулистых сильных людей? Полнокровной жизнью живут люди, у которых большие мышцы, и поэтому «полно крови»! Человек с достаточной мышечной массой реже болеет, быстрее выздоравливает, ведь его иммунитет работает как надо, у него обычно хорошее настроение. Если для нетренированного тела снять и повесить шторы, помыть в квартире пол, затащить сумку с продуктами на пятый этаж — это целое событие, то для натренированного тела эти занятия не вызывают ни затруднений, ни уныния. Даже укусы змеи для мускулистого человека не будут смертельными! То же можно сказать и о других ядах и болезнетворных микробах, попадающих в тело. Даже это благодаря большему объёму крови.

Итак, мы определились: нам всем нужно мясо на наших собственных костях. Мясо наших ног, ягодиц, а также рук, спины и живота должно перевешивать жир на всех этих местах, чтобы объём крови был достаточным. Как же это мясо нарастить? Мышцы растут от работы.

Ещё лет сто назад людям приходилось добывать свой хлеб физическим трудом. Колоть дрова, переносить тяжести, стирать, мыть, пахать и со-



бирать урожай приходилось без помощи электричества и бензина. Место работы чаще всего находилось за километры от дома, и ходить туда нужно было пешком. Вот уж где вспотеешь! И это каждый день! В то время и унитазов-то не было — приходилось делать глубокие приседания минимум по разу в день (что способствовало сохранению суставов и кишечника в рабочем состоянии). Основной питания наших прадедов были злаки и овощи. И именно в таком образе жизни исполнялось повеление, данное Богом согрешившему Адаму: «...со скорбью будешь питаться от неё (от земли) во все дни жизни твоей; терние и волчцы произрастят она тебе; и будешь питаться полевою травой; в поте лица твоего будешь есть хлеб...» (Библия, книга Бытие 3:16–18). Наше тело рассчитано на долгую и утомительную физическую работу. Если мы не способны долго и усиленно работать мышцами, значит, состояние тела не соответствует норме.

В наше время, чтобы добыть себе пропитание, многим не приходится поднимать ничего тяжелее собственной головы. Жить стало трудно уже не от работы, а от слабости. Решение проблемы слабости мышц и недостаточного объёма крови — труд или упражнения.

Если вы решили качать мышцы трудом, то помните: шесть соток обеспечат вас лишь овощами и зеленью. А пшеницу с просом и гречкой добывают на больших площадях, которым вполне могут соответствовать многократные приседания с отжиманиями. Приседания — один из лучших способов увеличить объём и силу мышц ног, живота и спины. Если приседать с гантелями, то накачаются и руки.

Итак, друзья, не откладывая на понедельник нового года, примите решение уже сегодня начать наращивать мясо! В режиме своего дня выделите время для занятий физкультурой и выполняйте этот добрый план. Пусть упражнения будут не менее важными, чем другие дела. Приобретите подходящую для упражнений удобную одежду, в которой вы будете себе нравиться. Расскажите о своём решении друзьям и родственникам и попросите их поддержать вас. Прочитайте им эту статью: может, они захотят примкнуть к вашей партии здоровых. Скажите себе: «Мышцы — то, что мне необходимо! Сам Бог велел мне быть сильным и здоровым! Он поможет, и у меня все получится!»

**Елена Голованова,**  
инструктор по физкультурно-оздоровительным технологиям

Если вам нужна помощь в решении психологических проблем или вы хотите избавиться от зависимости, вы можете задать свой вопрос на сайте [angel7d.ru](http://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**  
Каждый понедельник в 19:00 на телеканале Надежда

Молитвенные просьбы присылайте на WhatsApp, Viber

**8 (915) 688-76-01**



**ПОМОЛИТЕСЬ ЗА МЕНЯ**



Христианский телевизионный канал  
[www.hopetv.ru](http://www.hopetv.ru)

**Христианский центр реабилитации «КОВЧЕГ»**

оказывает помощь людям, страдающим алкогольной и наркотической зависимостями.



Срок реабилитации зависимых не менее 9 месяцев без медикаментов. Также центр «Ковчег» нуждается в волонтерах.

Подробности по телефонам:

**8(910) 942-11-20**  
**8(915) 690-41-06**

**reabkovcheg.ru**

Фонд «Новомосковск против наркотиков»  
OGRN 1027101412271

РЕКЛАМА 12+





ПОЗВОНИ СЕЙЧАС, ЗАКАЖИ ГАЗЕТУ 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).



Пришлите sms с буквой С и своим полным адресом, индексом и ФИО для получения газеты.



Этим предложением можно воспользоваться только ОДИН раз.

Изучайте Библию в Заочной библической школе.

**БИБЛИЯ О ЗНАНИИ**

«Глупый не любит знания, а только бы выказать свой ум» (книга Притчей 18:2).

«Знание надмевает, а любовь назидает. Кто думает, что он знает что-нибудь, тот ничего ещё не знает так, как должно знать. Но кто любит Бога, тому дано знание от Него (1 послание коринфянам 8:1-3).

«Надейся на Господа всем сердцем твоим и не полагайся на разум твой. Во всех путях твоих познавай Его, и Он направит стези твои» (книга Притчей 3:5, 6).

«Так говорит Господь: да не хвалится мудрый мудростью своею, да не хвалится сильный силою своею, да не хвалится богатый богатством своим. Но хвалящийся хвалится тем, что понимает и знает Меня, что Я — Господь, творящий милость, суд и правду на земле; ибо только это благоугодно Мне, говорит Господь» (книга пророка Иеремии 9:23, 24).

ВАЖНО НЕ КОЛИЧЕСТВО ЗНАНИЙ, А КАЧЕСТВО ИХ.  
МОЖНО ЗНАТЬ ОЧЕНЬ МНОГОЕ, НЕ ЗНАЯ САМОГО НУЖНОГО.  
Л. Н. ТОЛСТОЙ**КАЖДУЮ ВТОРУЮ СУББОТУ МЕСЯЦА СМОТРИТЕ****«ВЕЧЕР С ГАЗЕТОЙ»**

Это уютное обсуждение интересных вопросов из свежих номеров газет «Сокрытое Сокровище» и «Ваши ключи к здоровью» за чашкой чая. Также в программе живая музыка.



Заокская церковь

**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.

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

ИП Пилипенко В. Д. ОГРНИП 316РА000423

РЕКЛАМА 12+

Читайте и оставляйте свои отзывы на сайте **8doktorov.ru/czotziv****«ЧУДЕСНЫЕ СТРАНИЧКИ»****ДЕТСКИЙ  
ЖУРНАЛ**

ПОУЧИТЕЛЬНЫЕ РАССКАЗЫ ДЕТЯМ ОТ 5 ДО 10 ЛЕТ УРОКИ ДОБРОТЫ

**Тема номера:  
ХОЧУ УЧИТЬСЯ!**

- Сила есть — ума не надо?
- Бывают ли на свете собачьи школы?
- Увлекательные задания (головоломки, раскраски)
- Расписание уроков

**Подпишись на сайте [RODPISKA.ROSNTA.RU](http://RODPISKA.ROSNTA.RU)**  
**Подписной индекс П4042**

Заказы принимаются:

**WhatsApp, Viber:  
8 960-099-22-20**А также в интернет-магазине  
на сайте **sokrsokr.net/shop**

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



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!

Адрес для писем:  
424003, Марий Эл,  
г. Йошкар-Ола,  
ул. Прохорова, д. 17.  
Редакция газеты  
«Сокрытое Сокровище»  
[zayavka@sokrsokr.net](mailto:zayavka@sokrsokr.net)Газета «Сокрытое Сокровище» №09(305). 12+ Зарегистрирована в МПТР 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-Олы Республики Марий Эл, 424003,  
г. Йошкар-Ола, ул. Прохорова, д. 17. Главный редактор — Ю. Л. Коровина, редактор — А. М. Третьякова, редколлегия — Е. А. Екимов, Р. И. Кошкин, Е. С. Седов, С. П. Титовский; дизайн, верстка — 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.

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, Челябинск и распространяется на всей территории РФ.

Общий тираж 359 500 экз.