

# Сокрытое Сокровище



ПРОЧИТАЛ САМ —  
ПЕРЕДАЙ ДРУГОМУ!

## ПОДПИСКА

Реклама 12+



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

## ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС ПЧ059

Вы можете оформить подписку на газету «СОКРЫТОЕ СОКРОВИЩЕ»

в любом почтовом отделении для себя и ваших друзей, живущих в вашем регионе, или на сайте [PODPISKA.POCHTA.RU](http://PODPISKA.POCHTA.RU) для любого региона России.



ТАКЖЕ РЕКОМЕНДУЕМ

## ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС ПЧ049

Газета «ВАШИ КЛЮЧИ К ЗДОРОВЬЮ»

Советы специалистов, простые методы лечения, здоровое питание и рецепты



## ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС ПЧ042

Детский журнал «ЧУДЕСНЫЕ СТРАНИЧКИ»

Добрые рассказы, беседы о здоровье, раскраски, поделки, головоломки



8

## ТРЕЗВОСТЬ — ЭТО НОРМА

ВСЕ СТАТЬИ  
В ВАШЕМ ТЕЛЕФОНЕ!

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



3

БИБЛИЯ  
ОБ ОТНОШЕНИИ  
К ЖИВОТНЫМ

7

БОГ, ЗАБОТАЩИЙСЯ  
О ТЕБЕ

11

КАК ПОБЕДИТЬ  
МЕТАБОЛИЧЕСКИЙ  
СИНДРОМ



Приложение  
«СОКРЫТОЕ  
СОКРОВИЩЕ О ХРИСТЕ»

# ПОЖАЛЕЙ СЕБЯ!

«Пожалей себя», — шепнёт нам кто-то. Чей же это голос? Кто накануне важнейшей битвы уговаривает снять доспехи и быть милостивыми к самим себе?

## ОН ЗНАЛ ЗАРАНЕЕ

Служение Христа на земле подходило к концу. Перед Его взором как наяву проходили сцены будущего, к которому Он направлялся. Задолго до Своего воплощения Христос видел весь путь, что предстояло Ему пройти на земле, чтобы спасти нас. Боль, которая пронзит Его сердце, оскорбления, которые обрушатся на Него, лишения, которые Он должен будет перенести, — всё было открыто Ему ещё до того как Он отложил в сторону Свой венец и царственные одежды и сошёл с небесного престола, чтобы облечь Свое Божество в человеческую природу. Путь от яслей до Голгофы был открыт перед Ним. Он знал страдания, которые Ему надлежало перенести. Он знал их — и, тем не менее, мог сказать: «*Вот, иду; в свитке книжном написано о мне: я желаю исполнить волю Твою, Боже мой, и закон Твой у меня в сердце*» (Библия, книга Псалтирь 39:8, 9).

Точно так же видел Он и будущие плоды Своей миссии. Его земная жизнь, исполненная тяжкого труда и самопожертвования, скрашивалась мыслью, что труд Его не напрасен. Отдав Свою жизнь за жизнь людей, Он снова приобретёт мир для Бога. Хотя сначала грехи мира должны были обрушиться на Его невинную душу, хотя тень невыразимого горя лежала на Нём, но во имя грядущей радости Иисус избрал крест.

## НУЖНО ПОДГОТОВИТЬ УЧЕНИКОВ

Того, что предстояло перенести Иисусу, не знали даже избранные Его ученики, но час, когда они станут очевидцами Его страданий, был близок. Им предстояло увидеть Того, Кого они любили и Кому доверяли, в руках врагов, затем — распятым на Голгофском кресте. Иисус должен был оставить их в мире одних, лишив Своего видимого присутствия. Он знал, с какой яростью, ненавистью и неверием люди будут преследовать Его учеников, и желал приготовить их к будущим испытаниям.

## РАЗБИТЫЕ НАДЕЖДЫ

Ученики всё ещё надеялись, что Христос не вечно будет оставаться в бедности и безвестности. Приближается время, когда Он установит Свое царство. Ученики Христа и представили себе не могли, что ненависть священников и раввинов

никогда не прекратится. Христос будет отвергнут Своим народом, осуждён как обольститель и распят, как разбойник. Власть тьмы приближалась, и Иисус должен был открыть Своим ученикам предстоящую борьбу. Предвидя их испытания, Он скорбел.

До сих пор Иисус ничего не говорил им о Своих страданиях и смерти. Пришло время снять завесу, скрывающую будущее. «*С того времени Иисус начал открывать ученикам Своим, что Ему должно идти в Иерусалим, и много пострадать от старейшин и первосвященников и книжников, и быть убиту, и в третий день воскреснуть*» (Евангелие от Матфея 16:21).

Ученики слушали, потеряв от горечи и удивления дар речи. Иисус говорит о Своих страданиях и смерти. Это невозможно было постигнуть! Не в силах дальше молчать, желая отворотить неизбежное, Пётр обратился к своему Наставнику и воскликнул: «*Будь милостив к Себе, Господи! да не будет этого с Тобою!*» (Евангелие от Матфея 16:22). Пётр любил Господа, но Христос не одобрил желания защитить Его от страданий.

## «ПОДУМАЙ О СЕБЕ» — ЗАЧАСТУЮ ИДЕЯ НЕ ОТ БОГА

Слова Петра отнюдь не были утешением и поддержкой Иисусу в Его великом грядущем испытании. Эти слова не соответствовали благим намерениям Божиим о милости к падшему миру, не соответствовали и тому уроку самопожертвования, который пришёл преподавать Иисус. Пётр не желал видеть крест в служении Иисуса. Впечатление, которое могло произвести сказанное им, было прямо противоположно тому, что Христос желал внушить Своим последователям. И поэтому Спаситель был вынужден произнести самый суровый укор в Своей жизни: «*Отойди от Меня, сатана! ты Мне соблазн! потому что думаешь не о том, что Божие, но что человеческое*» (Евангелие от Матфея 16:23).

## СЛЕПАЯ ЛЮБОВЬ В РУКАХ ИСКУСИТЕЛЯ

Сатана пытался запугать Иисуса и отворотить Его от Его миссии. И Пётр, ослеплённый любовью, стал орудием в руках искушителя. Князь зла внушил ему эту мысль. В порывистых словах Петра чувствовался сатанинский соблазн. В пустыне са-



тана предлагал Христу владычество над миром, если Он оставит путь смирения и самопожертвования. И ныне он точно так же искушал ученика Христова. Сатана стремился показать Петру земную славу, чтобы он не мог увидеть креста, на который желал направить его взор Иисус. Через Петра сатана вновь искушал Иисуса. Но Спаситель не поддавался этому искушению.

Сатана встал между Петром и его Наставником, чтобы сердце ученика не затронуло предсказание об унижении Христа. Слова, сказанные Христом, относились не к Петру, а к тому, кто пытался отделить его от Искушителя. «*Отойди от Меня, сатана, — не ставь между Мною и Моим заблуждающимся слугой; дай Мне стать лицом к лицу с Петром, чтобы Я мог открыть ему тайну Моей любви*».

## ГОРЬКИЙ УРОК

Для Петра это был очень горький урок; ему непросто было понять, что путь Христа на земле проходил через муки и унижения. Этого ученика пугало соучастие в страданиях Господа, но в горниле испытаний он должен был познать благословения такого участия. Много лет спустя, согнувшись под бременем трудов и лет, он писал: «*Возлюбленные! огненного искушения, для испытания вам посылаемого, не чуждайтесь, как приключения для вас странного, но как вы участвуете в Христовых страданиях, радуйтесь, да и в явление славы Его возрадуетесь и восторжествуете*» (Библия, 1 послание Петра 4:12, 13).

## «ВОЗЬМИ КРЕСТ СВОЙ»

Иисус объяснял Своим ученикам, что Его жизнь в самоотречении является примером того, какой должна быть и их жизнь. И, созвав к Себе находившийся поблизости народ, сказал: «*Если кто хочет идти за Мною, отвергнись себя, и возьми крест свой, и следуй за Мною*» (Евангелие от Матфея 16:24).

Крест напоминал о власти Рима; он был орудием наиболее жестокой и унижительной смерти. Самые презренные преступники должны были нести свой крест на место казни, и часто, когда его возлагали на их плечи, они отчаянно сопротивлялись,

пока их насильно не привязывали к кресту. Но Иисус повелел Своим последователям взять свой крест и следовать за Ним. Его слова, смутно понимаемые учениками, призывали к смирению и покорности вплоть до смерти во имя Христа.

Невозможно выразить полное самоотречение лучше, чем этими словами Спасителя. Всё это Он принял на Себя ради людей. До тех пор пока мы были потеряны, для Иисуса не было радости на небе. Он покинул небесную обитель, чтобы претерпеть поношения, и оскорбления, и постыдную смерть. Он, обладающий бесценными сокровищами неба, стал нищим ради нас, чтобы мы обогатились Его нищетой. Мы должны идти тем путём, которым шёл Он.

## СЧАСТЬЕ — ОДАВАТЬ И ЖЕРТВОВАТЬ

Любить людей, за которых умер Христос, не жалея для них себя, означает распять своё «я». Самопожертвование, сострадание, любовь, явленные Христом, должны стать очевидными в жизни Его последователей. «*Ибо кто хочет душу свою сберечь, тот потеряет её, а кто потеряет душу свою ради Меня, тот обретёт её*» (Евангелие от Матфея 16:25).

Слово «душа» здесь используется в значении «жизнь». Себялюбие — это смерть. Ни один орган нашего тела не мог бы существовать, если бы его деятельность ограничивалась собою только. В Царстве Божьем не живут для себя. Подлинное счастье — в том, чтобы отдавать и жертвовать.

Враг иногда нашёптывает нам: «*Подумай о себе. Люди неблагодарны. Никто не оценит твоих усилий...*» Теперь вы знаете, чей это голос. А Господь призывает делиться, жертвовать, помогать, спасать. Даже если с человеческой точки зрения это происходит в ущерб себе, Небо смотрит на это иначе, и в день, когда Иисус придёт во славе, Он скажет: «*Приидите, благословенные Отца Моего, наследуйте Царство, уготованное вам от создания мира*» (Евангелие от Матфея 25:34).

По книге Эллен Уайт «Желание веков»



### ЗАВЕРШИЛАСЬ РАБОТА ПО ПЕРЕВОДУ БИБЛИИ НА БАШКИРСКИЙ ЯЗЫК

Завершилась работа по переводу Библии на башкирский язык, длившаяся около двадцати лет.

Перевод Ветхого Завета подготовлен Российским библейским обществом, Нового Завета — Институтом перевода Библии. С 2015 года шла работа по объединению переводов в единую Библию. На сегодняшний день работа завершена — на башкирском языке появилась Библия, содержащая все книги Ветхого и Нового Заветов.

### ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ В РОЛИ ПРОПОВЕДНИКА

9 июня 2023 года сотни немецких лютеран посетили церковную службу в соборе Святого Павла в Фюрте близ Нюрнберга, Бавария (Герма-

ния), которая почти полностью была сгенерирована искусственным интеллектом.

Служба была создана ChatGPT и Йонасом Зиммерляйном, теологом и философом из Венского университета.

Чат-бот ChatGPT, олицетворяемый аватаром бородатого чернокожего мужчины, на огромном экране над алтарём начал проповедовать перед более чем 300 людьми. «Дорогие друзья, для меня большая честь стоять здесь и проповедовать вам в качестве первого искусственного интеллекта на съезде протестантов в Германии в этом году», — сказал аватар монотонным голосом с невыразительным лицом.

«Я спросил искусственный интеллект: "Мы на церковном конгрессе, вы проповедник... как будет выглядеть церковная служба?"» — сказал Зиммерляйн. Он также попросил включить псалмы, молитвы и благословение в конце богослужения.

«В итоге мы получили довольно солидную церковную службу», — сказал Зиммерляйн, выглядя почти удивлённым успехом своего эксперимента, в ходе которого верующие в церкви внимательно слушали, как искусственный интеллект пропо-

ведовал о том, чтобы оставить прошлое позади, сосредоточиться на проблемах настоящего, преодолеть страх смерти и никогда не терять веру в Иисуса Христа.

Всю службу «вели» четыре разных аватара на экране — две девушки и двое юношей.

Одни прихожане с энтузиазмом снимали происходящее на мобильные телефоны, другие относились к эксперименту более критично.

Хайдероуз Шмидт, 54-летняя женщина, работающая в сфере IT, сказала, что она была взволнована и ей было любопытно, когда служба запустилась, но с течением времени находила её всё более отталкивающей. «Не было ни сердца, ни души, — сказала она. — Аватары вообще не проявляли эмоций... и говорили так быстро и монотонно, что мне было очень трудно сосредоточиться».

Марк Янсен, 31-летний лютеранский пастор, привёл группу подростков из своей общины в собор Святого Павла: «На самом деле я представлял себе, что будет хуже. Но я был приятно удивлён, насколько хорошо это работало».

Зиммерляйн сказал, что он не намерен заменять религиозных лидеров искусственным интеллектом.

Скорее, он рассматривает использование ИИ как способ помочь им в их повседневной работе в собраниях. По его словам, некоторые пасторы ищут вдохновения в литературе, так почему бы также не обратиться к ИИ за идеями относительно предстоящей проповеди. Другие хотели бы иметь больше времени для индивидуального духовного сопровождения своих прихожан, так почему бы не ускорить процесс написания проповеди с помощью чат-бота, чтобы уделить время другим важным обязанностям.

«Искусственный интеллект будет всё больше и больше завладевать нашей жизнью во всех её аспектах», — сказал Зиммерляйн.

Однако экспериментальная церковная служба также показала и слабости искусственного интеллекта. Не было реального взаимодействия между верующими и чат-ботом, который не мог реагировать на смех или любую другую реакцию прихожан, как это сделал бы пастор-человек.

«Пастор находится в общине, живёт с людьми...» — сказал Зиммерляйн. — Искусственный интеллект не может этого сделать. Он не знает собрания».

По материалам Седмица.ру

## БИБЛИЯ ОТВЕЧАЕТ НА ВОПРОСЫ

# БИБЛИЯ ОБ ОТНОШЕНИИ К ЖИВОТНЫМ

Вопрос: Сейчас многие буквально помешаны на животных, любят их больше, чем людей. Недавно ребёнок сильно покусала собака.

В комментариях под новостью многие оправдывали собаку и обвиняли ребёнка. Мне кажется, это уже перебор.

Что говорит Библия об отношении к животным?

**Ответ:** Мне очень нравится следующий библейский текст: «Праведный печётся и о жизни скота своего, сердце же нечестивых жестоко» (книга Притчей 12:10). О животных непременно надо заботиться. Забота предполагает и ответственность. Животное (особенно проявляющее признаки агрессии) должно содержаться так, чтобы не причинять вреда людям. Например, у нас есть соседка, держащая коров на вольном выпасе (хотя по чужим огородам). Среди них есть буйная молодая телочка, которая, видя человека, несётся на него на всех парах. Несколько раз чуть детей моих не подавила. На мои жалобы хозяйка животного твердит одно: «Она безобидная». До случая. Чтобы ребёнок пережил серьёзное потрясение, не обязательно его бодать и топтать.

В Ветхом Завете есть такой принцип: «Если вол забодает мужчину или женщину до смерти, то вол побить камнями и мяса его

не есть; а хозяин вола не виноват; но если вол бодлив был и вчера и третьего дня, и хозяин его, был извещён о сём, не стерёг его, а он убил мужчину или женщину, то вол побить камнями, и хозяина его предать смерти» (книга Исход 21:28, 29). Сурово, но логично. Моё животное не должно представлять опасности для окружающих людей. И для чужих животных, кстати, тоже: «Если чей-нибудь вол забодает до смерти вола у соседа его, пусть продадут живого вола и разделят пополам цену его; так же и убитого пусть разделят пополам; а если известно было, что вол бодлив был и вчера и третьего дня, но хозяин его не стерёг его, то должен он заплатить волу за вола, а убитый будет его» (книга Исход 21:35, 36).

Господь Сам любит животных и нас призывает к тому же. Некогда Он заступился за ослицу, которую безжалостно бил Валаам: «За что ты бил ослицу твою вот уже три



раза?» (Библия, книга Числа 22:32). «Взгляните на птиц небесных: они ни сеют, ни жнут, ни собирают в житницы; и Отец ваш Небесный питает их. Вы не гораздо ли лучше их?» (Евангелие от Матфея 6:26).

Всё-таки осмелюсь сказать, что жизнь человека в глазах Бога ценнее жизни животного. Бывает очень грустно, когда любители животных отчаянно ненавидят людей, и их отношение к животным противоречит разуму или интересам человека. Например, зоорадикалы безжалостно избивают отца, пнувшего уличную собаку, кидавшуюся на его ребёнка. Всех, поставивших лайк под новостью о том, что отловленастая агрессивных уличных собак, так называемые защитники животных называют «недочеловеками», пугают адским пламенем и обещают, что им прилетит бумеранг. Некоторые даже оскорбляются, когда собаку называют собакой: это

ведь пёсель, хвостик, носик... И что плохого в слове «собака»?

Здорово, когда помогают приятам, гуляют с животными, привозят корма. Но если при этом зооволонтёра совсем не беспокоят беды людей, это тревожный звонок.

Кстати, 16 сентября — День ответственности за свою собаку. Ещё раз повторю, что ответственность — это не только хорошие условия содержания, но и обеспечение безопасности людей, которые так или иначе с вашей собакой пересекаются.

И в заключение напомним тем, кто относится к животным не иначе как к игрушкам для своих деток: «Мы в ответе за тех, кого приручили». Это не из Библии. Это Сент-Экзюпери. Но мысль достойная. И за лягушку, которых безжалостно тискают ребёнок, мы тоже в ответе, хоть и не приручили их. И за ящерок, и за ужинок, и за ёжиков... Это не игрушки.

Егор Стасов

# А ОН ГОВОРИТ, ЧТО ЛЮБИТ

Одни люди рождаются в семье верующих родителей, в обществе, где нет места другим религиям и деноминациям. В большинстве случаев их выбор религии предопределён. Другие рождаются и зреют в иных обстоятельствах и в своей жажде по Богу, по истине, по смыслу жизни вынуждены изучать и выбирать, какой дорогой идти.

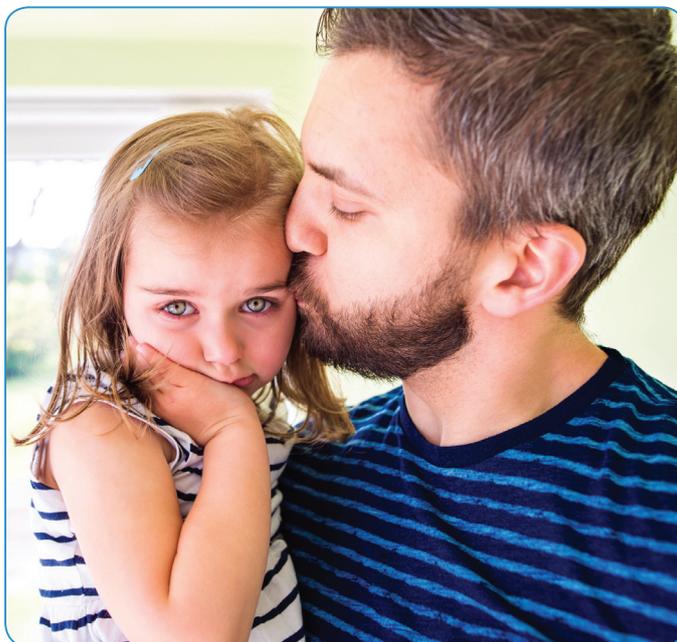
Думаю, у меня не было выбора, стать христианкой или, например, буддисткой, или хотя бы даже мусульманкой, потому что я родилась в православном городе, где на 44 км<sup>2</sup> и на 110 тысяч жителей приходится 60 православных храмов и монастырей. Правда, мама воспитывалась в атеистической семье, и религия в её жизни появилась только в девяностые годы. Не знаю, верил ли в Бога папа: его бабушка и мама были христианками, а отец — атеистом.

Мы иногда перед сном размышляли о других мирах, о звёздах, о том, как мог произойти наш удивительный мир. Вся религия держалась на моей бабушке, которая, хоть и не была воцерковленной, старалась соблюдать основные правила и традиции. В 90-е верующими стали почти все. Вот и я стала православной (скорее номинальной, но всё же). В 6 лет меня крестили, и с этого момента начались мои искания Бога.

В этом возрасте, конечно, ещё не было какой-то сильной жажды Бога, скорее интерес. В 14 лет я как будто стала религиознее: в то время было много страхов, а молитва давала надежду, что я под Божьей охраной.

Лет в 17 искания Бога начались по иным мотивам: я жаждала прощения, чистоты, другой жизни, не похожей на мою тогдашнюю. Подростковый возраст прошёлся по мне катком. В 16 я порвала отношения с лучшей подругой, с которой дружила с детского сада, и только спустя время меня накрыло чувство вины и осознание того, что мой поступок был сродни предательству. Вследствие моих необдуманных действий избили человека (не знаю, сильно ли), и то, что это произошло из-за меня, угнетало. Я нашла список грехов, почти в каждом я была виновна. Я хотела другую жизнь.

Иногда я слышала истории о верующих людях, и мне хотелось быть такой же, как они, мне хотелось в их мир. Я старалась стать лучше. Но мне хотелось освобождения, прощения, чтобы кто-то сказал: «Я не осуждаю тебя, ты не виновата». Пойти к священнику на исповедь хотелось, но было страшно. Во-первых, я не знала, как это делается, куда надо подойти, когда, что надо делать перед этим, что надо говорить. Во-



Путь к Богу у всех разный. Евгения шла к Нему так.  
Хотя это вопрос, кто к кому шёл...

вторых, смогу ли я вообще сказать всё о своих грехах, повернётся ли язык? Прийти со списком и читать? Да и разве можно всё перечислить? А не долго ли, а вдруг нельзя долго? А поймёт ли меня священник, разве знает он всю мою жизнь? А вдруг не простит, а вдруг не поверит в мою искренность?

Я пыталась читать Библию, и меня к ней тянуло, но до определённого момента я не понимала её, она не касалась моего сердца. И только когда в моей жизни появился человек, который молился за меня, который помогал разобраться в духовных вопросах, слова из Библии для меня обрели смысл. Тогда я получила освобождение от чувства вины, тогда я узнала, что Бог прощает меня. Я ревела, когда читала 15-ю главу Евангелия от Луки: «На небесах более радости будет об одном грешнике кающемся, нежели о девяноста девяти праведниках, не имеющих нужды в покаянии». На небесах радуются сейчас обо мне! Радуются, а значит, Бог прощает меня тогда, когда я каюсь, и этого достаточно. Он делает это не как-то так снисходительно, а Он рад мне. А дальше стали открываться грани Его любви. Я обрела в Нём утешение, поддержку; Он был Тем единственным, Кто меня понимает до конца, Кому я могу доверить абсолютно всё.

Однажды меня мучили негативные мысли, я устала от них: я понимала, что должна перестать думать о неприятной ситуации, но не могла ничего поделать. Я даже стала поститься и не ела несколько дней. Но освобождение не приходило. Я дошла до точки, когда сделала всё, что могла, и расписалась перед Богом в своём бессилии. Я не понимала, почему Бог не отвечает. Но в какой-то момент Он сказал мне: «Я тебя всё равно люблю. Видишь, как папа любит свою дочку, когда она падает, когда она делает что-то не так? Отец всё равно её любит и жалеет». И всю мою ненависть, боль сняло как рукой. Бог не сказал мне: «Я прощаю тебя» или что-то типа того, Он просто сказал мне о Своей любви. Я и подумать не могла, что нуждаюсь именно в этих словах. Что они меня исцелят. Разве я не знала, что Он меня любит? Знала, но где-то в глубине души, видимо, не верила в это. Мы порой представляем, что раз мы грешим, то Бог смотрит на нас с осуждением, а Он, как и земные мама и папа, смотря на неверный выбор своих детей, не оправдывает грех, не потакает ему, но при этом Ему невыразимо больно, и Он готов лечить любовью, Своими объятиями.

На самом деле мне не хватило того раза, чтобы навсегда убедиться в Божьей любви. Но Он не устаёт

мне говорить в минуты сомнений, которых я даже не осознаю, что я важна для Него. Мало что рос в семьях с безусловным принятием; поступаешь хорошо — ты любим, сделал что-то не так — тебя ругают. И хоть взрослые мозгами понимаешь, что, когда родители сердятся, они всё равно любят, но где-то внутри мир рушится. Вот и Бога видимо каждый воспринимает через призму своих отношений с родителями или другими значимыми людьми. Нам трудно порой понять, что Бог любит не за что-то, а вопреки и не смотря на...

Почему наш Спаситель мог переносить труднейшие испытания, почему он был устойчив к мнению о Нём людей? Потому что Он был уверен в любви Отца. В замечательной книге о Христе «Желание веков» есть одна интересная цитата об этом: «Помня о гласе с небес, Он покоился в любви Своего Отца». Глас с небес — это голос Отца при крещении Иисуса: «Ты Сын Мой Возлюбленный; в Тебе Моё благоволение!» (Евангелие от Луки 3:22). «Когда над нами сгущаются тучи, когда мы оказываемся в затруднительных обстоятельствах, когда нас постигает несчастье или бедность, сатана тут как тут со своими искушениями и нападками. Он использует наши слабые стороны. Он старается поколебать наше доверие Богу, Который допускает такое положение вещей. Он стремится пошатнуть нашу веру в Бога, искушает сомнениями в любви Господней. Часто искуситель подходит к нам, как подошёл к Христу, пугая нас нашими слабостями и немощами. Он надеется, что ему удастся лишить нас мужества и прервать нашу связь с Богом».

Есть в моём христианстве и интеллектуальная составляющая, не всё только эмоции: мне было важно понимать Библию, копаться в ней, искать истинные смыслы. Это ещё глубже раскрывает Того, Кто когда-то сотворил меня, Кто из раза в раз смиряет и смягчает моё сердце не кнутом, а любовью, Кто любит миловать и жалеть, Кто любит дарить расцветы, о Ком сказано: «Бог милость Свою тебе явит, и, если заплачешь ты, — Он отзовется, едва услышав. Пусть [порой] горьким хлебом накормит Владыка тебя, [утолит жажду твою] водой печали, но не жадается от тебя Учитель твой — своими глазами будешь видеть Его, ушами своими услышишь, как голос позади тебя скажет: "Вот путь, по нему и ступай"» (Библия, книга пророка Исаии 30:19–22, современный перевод института перевода Библии в Заокском).

Евгения Резникова

# БОГ ИЗБЫТКА

О Боге, дающем не «по капочке».

На страницах Библии мы находим различные откровения Бога о Себе Самом, которые помогают людям составить представление о Нём. Например, Моисею Бог открылся на горе Синай как милосердный, долготерпеливый, неизменный в любви, полный сочувствия и истинный. Мы же поговорим о таком важном свойстве нашего Творца, как щедрость.

## «ПО КАПОЧКЕ»

У моей любимой тётчи есть сказка — «по капочке». Она произносит её каждый раз, когда ставит угощение на стол. «По капочке» означает понемногу, чтобы хватило всем. Дело в том, что она родом из тамбовского села. Она была старшей в семье и отвечала за шестерых младших братьев и сестёр. Моя тётча всегда переживала, чтобы всем хватило еды за столом. И эта привычка с «капочкой» осталась.

У меня есть хорошая новость для вас: Бог не даёт «по капочке». Библия говорит, что Он любит давать с избытком. К примеру, хранящим завет с Богом обещано следующее: «С избытком даст тебе Господь, Бог твой, успех во всяком деле рук твоих, в плоде чрева твоего, в плоде скота твоего, в плоде земли твоей; ибо снова радоваться будет Господь о тебе, благодетельствуя [тебе], как Он радовался об отцах твоих» (книга Второзаконие 30:9).

А в книге Притчей Соломоновых даётся такой совет, связанный с избытком: «Чти Господа от имени твоего и от начатков всех прибытков твоих, и наполнятся житницы твои до избытка...» (Притчи 3:9, 10).

Интересно, что Бог нелицеприятен в избытке и по отношению к тем, кто не хранит верность Ему. Только тут избыток не в благословении, а в наказании. Псалмопевец призывает: «Любите Господа, все праведные Его; Господь хранит верных и поступающим надменно воздаёт с избытком» (книга Псалтирь 30:24).

## ОБЕТОВАНИЕ ИЗБЫТКА

В Священном Писании есть особое обетование избытка: «Принесите все десятины в дом хранилища, чтобы в доме Моём была пища, и хотя в этом испытайте Меня, говорит Господь Саваоф: не открою ли Я для вас отверстий небесных и не изолью ли на вас благословения до избытка?» (книга пророка Малахии 3:10).

Удивительно, но это тот редкий момент, когда Бог Сам предлагает нам испытать Его на щедрость! Воспользуемся ли мы этим уникальным шансом, зависит только от нашего личного выбора. Я уже тридцать лет «испытываю» таким образом Бога и ещё ни разу не пожалел об этом.

## ИИСУС И ИЗБЫТОК

Во время земного служения Иисус Христос полностью раскрыл характер Небесного Отца, в том числе и Его щедрость.

В Евангелиях есть две чудесные истории, когда Христос накормил голодную и уставшую многотысячную толпу слушателей, имея всего несколько хлебов и рыб. И накормил Он их не «по капочке», а с избытком. В первом случае после ужина осталось кусков на двенадцать коробов: «И велел народу возлечь на траву и, взяв пять хлебов и две рыбы, воззрел на небо, благословил и, преломив, дал хлеба ученикам, а ученики — народу. И ели все, и насытились; и набрали оставшихся кусков двенадцать коробов полных» (Евангелие от Матфея 14:19, 20). А во втором случае осталось кусков на семь корзин. С избытком, не иначе.

В Евангелии от Иоанна записано такое свидетельство Христа о Себе: «Я пришёл для того, чтобы имели жизнь и имели с избытком» (10:10).

Иисус не просто говорил, но Он иллюстрировал Свои слова совершенными чудесами. И одним из таких чудес, связанных с избытком, было призвание на служение рыбака Симона Петра и его товарищей. Они усердно трудились всю ночь



в лодках, закидывая и вытаскивая сети, но так ничего и не поймали. Знакомая нам история, не правда ли? Мы тоже порой прилагаем много усилий, чтобы добиться успеха или просто заработать своей семье на жизнь. Но у нас не всегда это получается успешно.

Расстроенные и обесилевшие рыбаки уже сворачивали сети, когда в их жизни появился Христос. «Отплыли на глубину, и закиньте сети свои для лова», — посоветовал Он Петру.

Несмотря на неудачный опыт ночной рыбалки, Пётр решил поступить по Его слову. Они отплыли на глубину и снова закинули сети. А дальше... А дальше случился тот самый избыток: «Сделав это, они поймали великое множество рыбы, и даже сеть у них прорывалась. И дали знак товарищам, находившимся на другой лодке, чтобы пришли помочь им; и пришли, и наполнили обе лодки, так что они начинали тонуть» (Евангелие от Луки 5:4–7).

Если Бог даёт, Он даёт с избытком.

## ИЗБЫТОК ДУХА

Но не «хлебом единым», как известно, будет жив человек. У каждого из нас есть и духовные потребности. Перед тем как покинуть Землю, Христос дал обещание, что Он просит Своего Отца прислать нам Утешителя, Святого Духа.

В Евангелии от Иоанна сказано, что «не мерою даёт Бог Духа» (3:34). Так и случилось в День Пятидесятницы, когда излитие Святого Духа было подобно мощному ливню, и это не могло скрыться от глаз окружающих. Дух Святой был дан верующим первоапостольской церкви с избытком. По сути, книгу Нового За-

вета Деяния святых апостолов можно смело назвать «Деяния Святого Духа». Горстка верующих явно не своей человеческой силой смогла донести весть о Христе во все уголки мира.

## ТЕБЕ НУЖНЫ ДАРЫ ИЛИ ИХ ПОДАТЕЛЬ?

Означает ли это, что у верующего человека в материальном плане всё всегда будет с избытком? Нет, не означает. Английский проповедник Фредерик Мейер более века назад задавался этим вопросом на примере древнего пророка Илии у пересохшего потока. Он писал: «Почему Бог позволяет иссякать дарам? Он желает научить нас полагаться не на Его дары, а на Него Самого».

Сам апостол Павел признавался, что научился жить и в скудости, и в достатке. Но если он и испытывал порой материальные затруднения, то духовно его жизнь была с избытком. Размышляя о Боге, Павел замечает: «Тому, Кто действующую в нас силою может сделать несравненно больше всего, чего мы просим, или о чём помышляем...» (Библия, Послание ефесянам 3:20).

Дорогие друзья! В какой бы сложной ситуации мы ни оказались, какие бы сильные внутренние переживания и страхи ни испытывали, главное, что мы должны всегда помнить: наш любящий Бог способен восполнить любые наши физические и духовные нужды. И Он любит это делать с избытком. Поэтому в следующий раз, когда вы будете разговаривать в личной молитве с Богом, можете смело попросить Его: «Господи, дай мне не по капочке. Дай мне с избытком!»

Роман Земцов

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



ПОМОЛИТЕСЬ  
ЗА МЕНЯ

8 (915) 688-76-01



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



Многие слышали о так называемом начертании зверя и связывают его исключительно с техническими деталями: ИНН, паспорт, чипы и т. д. На самом деле борьба развернётся вокруг поклонения.

В последней книге Библии (Откровение, или Апокалипсис) мы встречаем зверя (и «образ зверя»). Он символизирует власть, восстающую против Бога. Эта богорборческая сила намерена поставить на людях своё начертание. Вот что говорит об этом Библия: «И дано ему было вложить дух в образ зверя, чтобы образ зверя и говорил и действовал так, чтобы убиваем был всякий, кто не будет поклоняться образу зверя. И он сделает то, что 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» (Откровение 13:15–17).

Сложно? Непонятно? Обратите внимание на выделенный отрывок. Нам пока будет этого достаточно. Мы видим, что разгорится борьба за поклонение. «Образ зверя» будет ставить печать на чело (лоб) и на руку. Лоб символизирует тех, кто осознанно поклоняется зверю. Рука же обозначает, что будут те, кто не очень вникнет в глубинные аспекты происходящего конфликта, но будет действовать заодно с большинством (рука — символ действия). Как видим, не разбирающиеся в происходящем, но плывущие по течению и делающие то, что навязывает власть, получают начертание на руку.

Господь предостерегает от поклонения зверю: «Кто поклоняется зверю и образу его и принимает начертание на чело своё или на руку свою, тот будет пить вино ярости Божией, вино цельное, приготовленное в чаше гнева Его, и будет мучим в огне и перед святыми Ангелами и перед Агнцем» (Откровение 14:9, 10).

Неужели вы думаете, что такая участь постигнет тех, кто оформит паспорт нового образа, ИНН или согласится на вакцинацию? Или тех, кто даст разрешение на обработку персональных данных? Это лишь механизмы, которые с большой долей вероятности будут использоваться, чтобы ограничить в правах и свободах тех, кто не пожелает поклониться зверю. Сначала их лишат права покупать и продавать (это будет легко сделать, учитывая мас-

совый переход на безналичный расчёт), а потом повелят убить.

А слышали ли вы, что у Бога тоже есть своя печать? Апостол Иоанн, написавший книгу Откровения, говорит: «И видел я иного Ангела, восходящего от востока солнца и имеющего печать Бога живого. И воскликнул он громким голосом к четырём Ангелам, которым дано вредить земле и морю, говоря: не делайте вреда ни земле, ни морю, ни деревьям, доколе не положим печати на челах рабов Бога нашего» (Откровение 7:2, 3).

Примечательно, что печать Божья ставится только на чело. Ещё бы: кому захочется за компанию, не видя в этом смысла, лишиться житейских преимуществ и подвергнуться риску смерти? В великом противостоянии между добром и злом сторону Бога можно занять только осознанно, только по любви. Сейчас в церкви много случайных людей, но наступит день, когда каждому нужно будет определиться, на чьей он стороне. Это расколет мир на две группы.

В чём же состоит Божья печать? Библия отвечает на этот вопрос: «Но твёрдое основание Божие стоит, имея печать сию: "познал Господь Своих"; и: "да отступит от неправды

всякий, исповедующий имя Господа"» (2 послание Тимофею 2:19). Итак, печать Божью получают отступающие от неправды.

«Всякая неправда есть грех» (Библия, 1 послание Иоанна 5:17).

«Всякий, делающий грех, делает и беззаконие; и грех есть беззаконие» (Библия, 1 послание Иоанна 3:4).

«Законом познаётся грех» (Библия, Послание римлянам 3:20).

Чтобы отступить от неправды (беззакония), нужно обратиться к закону. Знакомы ли вы с Законом Божьим? Знаете ли Десять заповедей, соблюдение которых покажет, на чьей вы стороне в великом противостоянии? Вот как охарактеризованы те, кто получит Божью печать: «Здесь терпение святых, соблюдающих заповеди Божии и веру в Иисуса» (Откровение 14:12). Эти люди не только говорят о вере, но и соблюдают Божьи заповеди. О вере будут говорить и лжехристы, и зверь, и миллионы их последователей. Самые ужасные злодеяния совершаются во имя «веры». Мировая религия будет на стороне врага. Сторону же Бога выберет меньшинство.

Ещё раз повторю: Десять заповедей — именно вокруг них разгорит-

ся борьба. Впрочем, борьба эта уже давно идёт. Судите сами. На стр. 7 этой газеты приведён текст Десяти заповедей. Вы можете самостоятельно найти их в Библии в 20-й главе книги Исход. Обратите особое внимание на вторую и четвёртую заповеди. Главенствующая религия всячески пытается их перефразировать, истолковать по-своему, изменить, наконец. Это было предсказано древним пророком Даниилом: «И против Всевышнего будет произносить слова и угнетать святых Всевышнего; даже возмечтает отменить у них [праздничные] времена и закон» (Библия, книга пророка Даниила 7:25).

Про вторую (ясную и понятную) заповедь, запрещающую поклонение изображениям, людям внушили, что там совсем не о том, что мы и не поклоняемся вовсе, а почитаем. Четвёртую заповедь о святости субботнего дня всячески пытаются предать забвению. Говорят, что суббота только для евреев, а мы воскресенье Христа празднуем. Задам закономерные вопросы: «А Бог вас об этом просил? Он где-то говорил, что надо праздновать воскресный день? Он хоть словом обмолвился о переносе святости с субботы на воскресенье?» Нет, это всё сделали люди, религиозная система, названная в Библии Вавилоном — смешением истины с заблуждением. Кто-то ревностно служит этому Вавилону (печать на чело), а кто-то просто идёт за большинством, не отягчая себя вопросами: «Почему так? А как учит Бог? Что говорит Библия?» (печать на руку).

Дорогие, мы живём в особенное время. На наших глазах сбываются древние пророчества, мы становимся их участниками. Чрезвычайно важно разобраться, где истина, и следовать ей. Не за большинством следовать, а за истиной. «Все заповеди Твои — истина» (Библия, книга Псалтирь 118:86). Господь взывает к миру: «Убойтесь Бога и воздайте Ему славу, ибо наступил час суда Его, и поклонитесь Сотворившему небо, и землю, и море, и источники вод» (Откровение 14:7). Обратите внимание на выделенные слова. И сатана, и Бог призывают к поклонению. Чью сторону выберете вы? Чью печать получите?

Михаил Руканов

## ЭТО ИНТЕРЕСНО

## ГОВОРИТЕ ПРАВИЛЬНО

В сентябре отмечается Международный день грамотности. Неплохой повод повысить качество речи и запомнить правильный вариант произнесения слов, часто используемых в церкви.

а́лкать, но вза́лкать  
блудни́ца  
благове́ствование, благове́ствуем  
вероиспове́дание

вече́ра  
дарова́ть, дару́ю, дарова́нный  
догово́р  
ере́тíк

о за́пове́дях  
злоба́  
зна́мение  
мы́тарь  
му́ченическая  
наме́рение  
новорожде́нный  
неприя́знь  
некроло́г  
обетова́нная  
ободрíт, ободрю́  
отча́яние  
па́мятýя  
по плóти  
псалмьí

поже́ртвования  
помáзание  
про́щено  
рамена́, на рамена́х  
раска́яние  
распя́т  
рыка́ть, рыка́ющий  
сирóты  
су́етный, су́етная,  
уме́рший  
уми́лостивить  
утеше́тель  
хода́тайство, хода́тай  
чу́вствования  
в а́слях

Подготовила Елизавета Черникова

# БОГ, ЗАБОТЯЩИЙСЯ О ТЕБЕ

Представьте себе ребёнка, который сетует на то, что ему не досталось конфетки, и не замечает, что рядом с ним стоит ведро клубники, добытое заботливыми родителями. Нечто похожее происходит порой между Богом и людьми.



Бывает, что люди обижаются и злятся на Бога, не исполняющего их просьбу. Они пытаются «мстить» Ему, живя так, как будто Его нет. Порой сердце так ожесточается, что человек перестаёт замечать очевидное: Бог их очень любит! Обиженный по привычке твердит: «Где же Бог? Куда Он смотрит?» и не видит, что в его жизни происходят настоящие чудеса. Я сейчас наблюдаю одно из таких чудес.

У соседей сгорел дом. Большой и добротный дом. Они делились со мной, что им бы домик поменьше, что слишком большой они купили. Теперь горе. Естественно, много вопросов к Богу. Но как развиваются события? Люди со всей страны объединяются и набирают приличную сумму для помощи погорельцам. Второй этаж приходится убирать совсем и делать дом одноэтажным. Хотели дом поменьше? Пожалуйста.

Пока идут работы по возведению новой крыши, вокруг льют дожди, а у нас сушь. Вчера специально понаблюдала. Мы были в деревне. Там дождь. Въехали в город, тут лужи огромные везде. Высказываю мужу предположение: «А у нас сухо. Соседям же дождик сейчас нельзя». Приехали домой. Точно. Говорю соседке: «Как вас Бог любит! Делайте скорее крышу, а то я даже о дожде помолиться не могу». Я на примере соседей сейчас прекрасно вижу, как Бог буквально нянчится с людьми, носит их на руках, жалеет, ободряет, посылает помощь. Вот об этом первая заповедь. Она о том, что Бог делает для нас. О «клубнике», которую многие не замечают.

Звучит первая заповедь так: «Я Господь, Бог твой, Который вывел

тебя из земли Египетской, из дома рабства; да не будет у тебя других богов пред лицом Моим» (Библия, книга Исход 20:2, 3). Бог приводит причину, почему Его заповедям стоит повиноваться. Он будто говорит: «Посмотри на свою жизнь. Это Я вёл тебя. Это я хранил, выручал, спасал. Хватит оплакивать конфетку, которой у тебя нет. Она тебе не во благо. Посмотри на ведро клубники».

К сожалению, люди часто стремятся во что бы то ни стало получить «конфету», а потому, если Бог не решает их вопрос так, как им того хотелось бы, они с лёгкостью обращаются к другим «богам». А Творец в первой заповеди просит: «Да не будет у тебя других богов».

«Всякое даяние доброе и всякий дар совершенный нисходит свыше, от Отца светов» (Библия, Послание Иакова 1:17). Всё, что делает для нас Бог, служит нам ко благу. Вера как раз в том и заключается, чтобы научиться принимать Божью волю и действовать в соответствии с ней. Почему бы, вместо того чтобы обвинять Бога, нам не проанализировать путь, которым Он вёл нас до этого дня? Почему бы не оторвать свой взгляд от «конфеты» и не перевести его на гораздо более ценное, что предлагает нам Бог? Из какого «Египта» вывел Бог тебя лично? Или ты всё ещё в рабстве? Поразмыслий об этом во время чтения стихотворений.

## ИСХОД

Земля — Египет, все земляне в рабстве. С цепями грешная душа срослась. И главный идол у людей — богатство, Ему все жертвы, у него вся власть.

Работа, отдых и опять работа... И так по кругу до скончания дней. Наследство детям — колесо заботы, Рабы свободных не родят детей.

Богат ли, беден, впереди могила. Пути другого нет ни у кого. Всего Один был в мире «не от мира», Уйти из рабства можно лишь в Него.

Кругом Египет, во Христе свобода. А дверь из рабства — испуленья крест. И тот лишь к новому готов исходу В ком раб распялся, а Христос воскрес!

## НЕТ ТАКОГО, КАК ТЫ

Нет такого, как Ты, и нет дел, как Твои, Только Ты даришь сердцу восторг. Держишь Ты все миры силою вечной любви, Ты — Господь Вседержитель, Ты — Бог!

Ты Создатель всего, Ты властитель судьбы, Ты Творец всех на свете чудес. Дивны эти дела, только что может быть Больше чуда того, что Ты есть?

Он есть! Замечаете вы это или упорно закрываете глаза, уши и сердце, но существование Бога — это факт. Причём Библия говорит нам не о каком-то далёком Боге, Который сотворил нас и пустил всё на самотёк. Нет: Бог Библии — это Бог, Которому есть до тебя дело, Бог, Который жаждет вывести тебя из «Египта» грехов и быть твоим Единственным. Потому что и ты для Него такой.

## ЕДИНСТВЕННЫЙ

Нет боли той, что Он не испытал, Нет слёз, которых Он бы не заметил. В тебя Он верил и тебя искал, Как будто ты единственный на свете.

Он шёл на крест, Он знал, что ты в беде, Он за твоё распялся возвращенье. Но зло земли привязано к тебе, Оно твоим привязано решением.

Тебе осталось сделать только шаг, И Бог порвёт невидимые сети. Лишь Он тебя любить умеет так, Как будто ты единственный на свете.

Ты слышишь, как нежно Он приглашает тебя на путь следования за Ним — Богом, Которому есть дело до тебя?

Подготовила  
Елизавета Черникова,

Стихотворения  
Татьяны Хлопковой

## 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 четвертого [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 твою: не делай в оный никакого дела ни ты, ни сын твой, ни дочь твоя, ни раб твой, ни рабыня твоя, ни скот твой, ни пришелец, который в жилищах твоих; ибо в шесть дней создал Господь небо и землю, море и всё, что в них, а в день седьмой почил; посему благословил Господь день субботний и освятит 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.

# ТРЕЗВОСТЬ — НОРМА, А НЕ СТРАННОСТЬ

11 сентября — День трезвости

Абсолютный трезвенник — сегодня явление нечастое. А жаль.

Если ты не пьёшь алкоголь принципиально, то тебя воспринимают как неведомую зверушку. Когда отказываешься от выпивки, люди заботливо спрашивают: «Язвенник?» Почему-то «трезвенник» воспринимается многими как синоним «язвенника». В сознании людей произошёл странный перекос: то, что должно быть нормой, воспринимается как дефект.

За многовековую историю Россия пережила многое. Пили здесь не всегда. Были времена, когда Русь считали краем трезвости, страной дивных умельцев. Позже питье стало поощряться государством, которое средствами от продажи алкоголя пополняло казну. К сожалению, сейчас у многих Россия ассоциируется с водкой. Небезосновательно, впрочем.

Несколько лет назад на похоронах моего дяди собрались родственники узким кругом. Среди них был Егор — молодой парнишка, чей отец (мой двоюродный брат) умер в расцвете сил от алкоголя. Егор налил себе рюмашку. «Зачем?» — спросила я. «Чтобы пообщаться, чтобы разговор пошёл», — был ответ. А ведь как здорово жить, когда для поддержания разговора и для веселья не нужен алкоголь, когда можно поговорить по душам и прекрасно повеселиться без стимулирующих веществ. Я так умею. А кто-то разучился... Так вот, прошло несколько лет. Егор спивается и ничего не может с собой поделать. А начиналось с рюмочки, чтобы разговор клеился.

Около года назад в соцсетях была публикация о страшной аварии, произошедшей по вине пьяного водителя. Ниже — масса гневных комментариев о том, что нельзя нетрезвому за руль садиться. Но разве пьяный человек хозяин себе? Преступление совершается в тот момент, когда водитель позволяет себе принять на грудь. Точка. А ведь многие комментаторы сами этим грешат. Выпил... А дальше может быть что угодно.

Много столетий назад мудрый царь Соломон так описал пьющего: «У кого вой? у кого стон? у кого ссоры? у кого горе? у кого раны без причины? у кого багровые глаза? У тех, которые долго сидят за вином, которые приходят отыскивать [вина] привлеченно. Не смотри на вино, как оно краснеет, как оно искрится в чаше, как оно ухаживается ровно: впоследствии, как змей, оно укусит и ужалит, как аспид; глаза твои будут смотреть на чужих

жён, и сердце твоё заговорит возвратное, и ты будешь, как спящий среди моря и как спящий на вершине мачты. [И скажешь:] "били меня, мне не было больно; толкали меня, я не чувствовал. Когда проснусь, опять буду искать того же"» (Библия, книга Притчей 23:29–35).

А вот высказывания классиков: «Употребление спиртных напитков скотинит и зверит человека, ожесточает его, отвлекает от светлых мыслей... а главное — неотразимо стоит над человеческой волей и вообще искореняет всякую человечность» (Ф. М. Достоевский).

«Пьянство заглушает голос совести. В этом главная причина самодурманивания людей. Спирт так же консервирует душу и ум пьяницы, как он консервирует анатомические препараты» (Л. Н. Толстой).

Константин Сергеевич Станиславский (1863 – 1938), великий реформатор театра, актёр, режиссёр, теоретик и педагог, говорил: «Я дал клятвенное обещание, крестился в следующем: 1) со всем деспотизмом, бесцеремонностью, настойчивостью властного хозяина не допускать в своём доме ни одной капли какого бы то ни было вина (без всяких увёрток); кто бы его ни принёс, я обязан публично вылить его непременно в ватерклозет. 2) Не ходить в те дома, где пьют вино».

Многие говорят: «Главное — знать меру». послушайте: алкоголик пьёт не для того, чтобы испытать неземное блаженство, а чтобы почувствовать себя более-менее сносно. Для чего же человеку доходить до зависимости от выпивки, если без неё можно прекрасно жить? Без неё можно дружить, общаться, веселиться, ходить в гости, путешествовать, творить добро, радоваться жизни, сочинять стихи и песни, признаваться в любви, создавать семью, воспитывать детей и нянчить внуков. Без алкоголя можно построить дом и посадить дерево, плодотворно потрудиться и отлично отдохнуть. Откуда же в сознании русских людей это коварное убеждение, что чуть-чуть надо, особенно по праздникам? Почему не пойти своим путём, а не путём обманутого большинства? Почему не показать своим детям и внукам пример трезвой жизни, чтобы они видели добрый пример, чтобы учились радоваться жизни без искусственных стимулов?

Один мужчина так бросил пить: увидев новорождённого внука, он твёрдо решил, что этот ребёнок никогда не увидит деда пьяным. До-



рогие, пусть дети не видят нас пьяными. Наш пример сильнее тысяч слов. Что толку ругать молодёжь за выпивку и курение, если мы сами этим грешим? Запретный плод сладок. Вместо запретов покажите личный пример трезвой жизни.

**Алкоголизм начинается не с первой выпитой рюмки, а с первой увиденной рюмки, которую пьёт папа или мама.**

Мы дружим с семьями, где алкоголь не употребляли ни в каких количествах. Наши дети не видят пьющих родителей. Они научены интересно и с пользой проводить время без спиртного. И мы не одни такие. Таких людей много. Присоединяйтесь! Пусть Россия будет трезвой!

Если в вашей семье есть люди пьющие, помогите детям увидеть альтернативу. Познакомьте их с теми, кто ведёт другой образ жизни. Пусть они проводят время с ними и наблюдают за тем, как можно жить, радоваться, справляться с проблемами и улаживать конфликты без алкоголя. Это очень важно.

Не дарите алкоголь. Ни учителям, ни врачам, никому. Перестаньте считать коньяк благородным

подарком. Обёртка не меняет сути. Если хотите отблагодарить человека, зачем нести ему зло в красивой упаковке? Не расплачивайтесь за выполненную работу бутылкой: это погубило много жизней. Я помню, как в детстве тихо (а иногда и громко) ненавидела тех, кто наливал моему папе. Они так благодарили его за какое-нибудь доброе дело, а в семье потом были вопли и слёзы. Медвежья это услуга! Когда моему мужу было 10 лет, а его братишке ещё меньше, их отец погиб из-за вина. Возможно, в тот злополучный день его тоже кто-то «отблагодарил» порусски. Никогда ведь не знаешь, чем закончится очередная бутылка...

Норма — это не сто граммов. Норма — это абсолютная трезвость, когда человек себе хозяин и несёт ответственность за свои слова и поступки.

Закончим словами Л. Н. Толстого: «Если сцепилась рука с рукой люди пьющие и торгующие вином и наступают на других людей и хотят спойть весь мир, то пора и людям разумным понять, что и им надо схватиться рука с рукой и бороться со злом, чтобы их и их детей не опомнились!»

Подготовила  
Надежда Масленникова

## НАРОДНЫЕ ПОСЛОВИЦЫ И Поговорки об Алкоголе

- Было ремесло, да хмелем унесло.
- Где вино, там и горяшко.
- Вино полюбил — семью разорил.
- Вино с разумом не ладит.
- Горя вином не зальёшь, а радость пропьёшь.
- Иван пьян гуляет, а Марья с голоду умирает.
- Муж пьёт — полдома горит; жена пьёт — весь дом горит.
- От опьянения два шага до преступления.
- Река начинается с ручейка, а пьянство — с рюмочки.
- Упился медами, опохмелился слезами.

Помоги людям  
узнать о Боге

### 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!

Пожертвования принимаются только от лиц с российским гражданством. От лиц с иностранным или двойным гражданством редакция пожертвования принять не может.

### 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, ЮMoney).

#### 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 на уставную деятельность**  
Для перевода через приложение Сбербанк Онлайн достаточно указать только ИНН 1215064285  
В ГЛАВНОМ ОКНЕ ПОИСКА

# НАЛЕГАЕМ НА ЯБЛОКИ

Ешьте свежие яблоки. Побольше. А ещё непременно приготовьте из них что-то сытное, например яблочно-рисовый пирог или сдобу яблочную.



### ЯБЛОЧНО-РИСОВЫЙ ПИРОГ

#### Ингредиенты:

##### Тесто для форм:

1,5 стакана муки 1 сорта  
3 ст. л. сахара  
¼ ч. л. соли  
5 ст. л. растительного масла (можно горчичного)  
7 ст. л. воды

##### Для начинки:

½ стакана белого риса  
2 ст. л. ванильного сахара  
2 стакана растительного молока или воды  
¼ стакана изюма (промыть)  
6 яблок (3 из них порезать кубиками и 3 — дольками)  
цедра 1 лимона (потереть на мелкой тёрке)  
4 ст. л. лимонного сока  
5 ст. л. варенья, желателен светлого (абрикос, вишня, красная смородина)

#### Приготовление

Соединить сухие ингредиенты теста. Влить масло, перемешать, чтобы получились комочки, затем влить воду и замесить тесто. Раскатать его слоем 5 – 7 мм. Выложить на противень (или другую посуду для выпекания) с бортиками не менее 2 см и обязательно проколоть вилкой по всему периметру. Запекать при температуре 200°C около 10 минут. Следить, чтобы корж не подгорел. Когда он начнёт слегка подрумяниваться, вынуть его из духовки и дать остыть на противне.

Приготовить начинку: порезать 3 яблока кубиками и 3 яблока — дольками, но не смешивать. На растительном молоке сварить рис до готовности. Возможно, понадобится больше молока/воды, чем указано в рецепте (зависит от сорта риса). Остудить. Добавить

остальные ингредиенты, кроме варенья и яблок, порезанных дольками. Всё хорошо перемешать и выложить на испечённый корж. Сверху выложить яблоки, порезанные дольками (выкладываем, как черепицу).

Выпекать при температуре 200°C 40 минут. Пирог вынуть и смазать вареньем поверх яблок и снова поставить в духовку на 10 минут.

Уже испечённый корж при втором выпекании с начинкой не подгорит.

### СДОБА ЯБЛОЧНАЯ

#### Ингредиенты:

1 стакан муки  
½ ст. л. соли  
1,3 стакана воды  
25 г дрожжей  
3 ст. л. растительного масла  
1 стакан овсяных хлопьев  
2 стакана измельчённого (протёртого через крупную тёрку) яблока  
½ стакана изюма (промыть)  
2 ст. л. измельчённых орехов

#### Приготовление

В тёплой воде развести дрожжи и затем добавить к сухим ингредиентам. Хорошо перемешать, выложить в смазанные формочки для кексов и дать подойти 30 минут в тёплом месте. Выпекать при температуре 180°C в течение 20 минут.

### ЭТО ИНТЕРЕСНО

- Съедающие не менее одного яблока в день имеют риск развития сахарного диабета 2 типа на 28% ниже, чем употребляющие яблоки реже.

- Яблочный сок в сравнении с цельным яблоком содержит всего 10% от первоначального количества антиоксидантов.

По рецептам пансионата  
«Наш дом»

### ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

6+

## МУЗЫКАЛЬНЫЕ СЛОВА

Попробуй угадать слова с пропущенными буквами.  
Вместо кружочков вставляй название какой-то ноты.

Иисус говорил ученикам: «Вы —  земли... Вы — свет  ра»  
(Евангелие от Матфея 5:13, 14).

Когда потоп закончился, «зем  высохла» (книга Бытие 8:14).

«И сказала Далида Самсону: скажи мне, в чём великая  ла твоя..?»  
(книга Судей 16:6).

Когда Иисус исцелил парализованного человека, тот «встал... и пошёл в  м свой» (Евангелие от Матфея 9:7).

Иоанн в видении видел «чистую  ку воды жизни, светлую, как кристалл, исходящую от престола Бога» (книга Откровение 22:1).

Ещё больше интересных головоломок на сайте [chudostranichki.ru](http://chudostranichki.ru)

СЛУШАЙТЕ НАШ ПОДКАСТ

«СОКРЫТОЕ СОКРОВИЩЕ»

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

Аудиоверсия избранных статей  
подписывайтесь:

• Яндекс.Музыка  
• ВКонтакте





# КАК ПОБЕДИТЬ МЕТАБОЛИЧЕСКИЙ СИНДРОМ

Метаболическим синдромом страдает более 1 млрд человек, и заболеваемость будет неуклонно расти. Что это за патология, и как с ней бороться?

**М**етаболический синдром — нарушение обмена веществ, связанное с ожирением.

## КРИТЕРИИ ДИАГНОСТИКИ МЕТАБОЛИЧЕСКОГО СИНДРОМА

**Основной признак:** центральный (абдоминальный) тип ожирения.

### Дополнительные критерии:

- Артериальная гипертензия (АД  $\geq$  130/85 мм рт. ст.)
- Повышение уровня триглицеридов ( $\geq$  1,7 ммоль/л)
- Снижение уровня ЛПВП-холестерина ( $<$  1 ммоль/л у мужчин;  $<$  1,2 ммоль/л у женщин)
- Повышение ЛПНП-холестерина ( $>$  3 ммоль/л)
- Гипергликемия натощак (глюкоза плазмы натощак  $\geq$  6,1 ммоль/л) или нарушение толерантности к глюкозе.

Наличие у пациента центрального ожирения и двух дополнительных критериев является основанием для диагностирования метаболического синдрома.

### Если

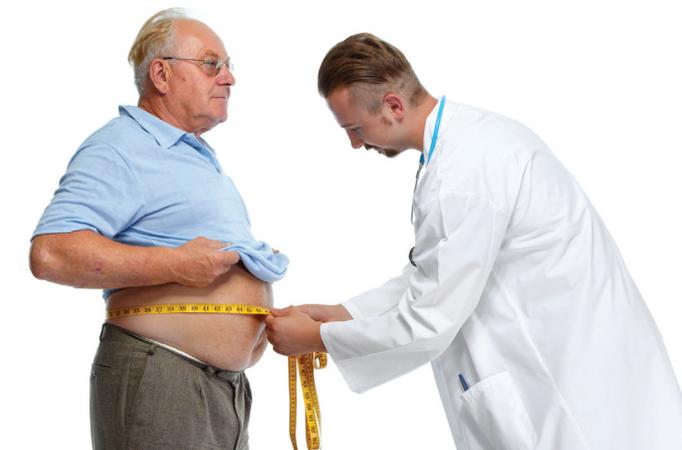
- в перерывах между едой вам постоянно хочется есть,
- резко падает сахар,
- вы не можете переносить периоды более длительного голодания из-за постоянного чувства голода,
- за последнее время вы быстро и необъяснимо набрали вес,

- ваша окружность талии больше 80 см для женщин и больше 94 см для мужчин, а индекс массы тела больше 25 для женщин и 27 для мужчин, то имеется большая вероятность, что у вас может развиваться метаболический синдром, в основе которого лежит толерантность (нечувствительность) к инсулину, или инсулинорезистентность, являющаяся серьёзным фактором в развитии ожирения и сахарного диабета 2-го типа.

### КАК БЫСТРО ВЕРНУТЬ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ К ИНСУЛИНУ

• **Отказаться от перекусов**, так как они поддерживают сахар крови на постоянно высоком уровне. Уже давно доказан факт, что трёх- или даже двухразовое питание при одинаковой калорийности гораздо лучше влияет и на похудение, и на уровень сахара в крови, и на чувствительность к инсулину, чем еда часто и понемногу.

• **Убрать из рациона рафинированные углеводы** (мука высшего сорта, манка, белые макароны, сахар, порошковая фруктоза). Речь идёт не об углеводах вообще, а только об очищенных, рафинированных. Муку заменяем на цельнозерновую или на муку 1 – 2 сорта с добавлением отрубей, макароны — на цельнозерновые, белый хлеб — на цельнозерновой. Если вы худеете, крахмалистые овощи нужно употреблять умеренно и в кожуре.



- **Интервальное питание.** Лучшее сытные завтрак и обед и отказ от ужина. Периоды воздержания от пищи снижают уровень инсулина и возвращают клеткам чувствительность к нему.
- **Сладкие фрукты типа банана — умеренно** (половинка в день), сухофрукты не больше 2 – 3 штук (например, финики). Остальные фрукты и ягоды без ограничений, но не как перекус, а во время основного приёма пищи.
- **Десерт** — это ягоды и фрукты.
- **Хлопья быстрого приготовления заменить на каши**, которые нужно долго варить. Удобно иметь мультиварку и закладывать в неё крупы с вечера. Пробуйте цельную овсянку, бурый рис, гречку, перловку, киноа, цельную пшеницу, полбу, пшено и др.
- **Есть больше овощей и зелени.** Без ограничений в основные приёмы пищи.

• **Есть орехи** (горсть) и авокадо (до половинки), семя льна (1-2 ст. ложки) как источник полезных жиров.

• **Заменять в большинстве блюд подсолнечное масло** (избыток Омега-6 поддерживает высокий уровень воспаления в организме) на оливковое (Омега-3).

• **Исключить маргарин.**  
• **Вода вместо сладких напитков**, травяные чаи без сахара вместо кофе и чёрного чая.

• **Пусть основой рациона будут цельные растительные продукты.**

• **Ежедневно двигаться не менее часа** (ходьба в темпе, при котором у вас учащается пульс, и вы немного потеете, очень подходит).

Будьте здоровы!

По материалам поста  
Елены Нижельской  
в Telegram-канале  
@lifestylemedic



## ОТДЫХ & СПА ВАСЮКОВО

ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ  
И ЕСТЕСТВЕННОЕ ОМОЛОЖЕНИЕ  
8-800-3-505-909

ИП ГАЛАГАЕВА И. В. ОГРНИП 310760817400020. ИНН 760300443071

## РЕКЛАМА 12+ оздоровительный центр В КРЫМУ

Оздоровительный центр «Восхождение» приглашает вас на восстановительный отдых. Центр расположен на южном побережье Крымского полуострова, в живописном месте, пленяющем своей сказочной красотой. Море и горы, фрукты и овощи, физическое и духовное укрепление помогают восстановиться качественно и надолго!

**Программа «ЗОЖ»:** массаж, сауна, гидротерапия, ОФК, фиточаи, фитобочка, лекции врача и т.д.

**Программа «Восстановление эмоционального здоровья»:** помогает в преодолении депрессии и тревожности, учит адекватно переживать стрессы и утраты.

**Программа «детокс»:** детоксикация организма с помощью простых природных средств.

**У нас тихо и безопасно! Приезжайте, мы вас ждём!**

**8-800-777-1844 (бесплатно по РФ)**

voshzhzhenie-centr.ru; voshzhzhenie@internet.ru

Крым, пгт. Симеуз, ул. Михаила Баранова, 70



ИП Мартынов А. Г., ОГРНИП 321169000074672



**ПРИГЛАШАЕМ НА НАШ YOUTUBE-КАНАЛ:**

- свежие обзоры газет
- христианские песни, караоке
- духовные подкасты на актуальные темы

Подписывайтесь, чтобы не пропустить новое видео!



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 библейской школе.

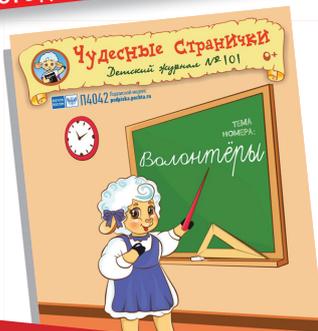
## «ЧУДЕСНЫЕ СТРАНИЧКИ»

ДЕТСКИЙ ЖУРНАЛ

ПОУЧИТЕЛЬНЫЕ РАССКАЗЫ ДЕТЯМ ОТ 5 ДО 10 ЛЕТ УРОКИ ДОБРОТЫ

Тема номера:  
**ВОЛОНТЕРЫ**

- АДРА спешит на помощь
- Бабушка по переписке
- Хвостатый волонтер
- Увлекательные задания (головоломки, раскраски)
- Расписание уроков



Подпишись на сайте [RODRISKA.ROSNТА.RU](http://RODRISKA.ROSNТА.RU)  
Подписной индекс П4042



Заказы принимаются:  
WhatsApp, Viber, Telegram:  
**8 960-099-22-20**  
А также в интернет-магазине  
на сайте [sokrsokr.net/shop](http://sokrsokr.net/shop)

РЕКЛАМА 12+

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 102120000634

## Сельский Дом

Ждем Вас в гости & Работаем для Вас

## ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПАНСИОНАТ В АБХАЗИИ



**ОТДЫХ И ВОССТАНОВЛЕНИЕ**  
При сахарном диабете, болезнях спины, суставных и кожных заболеваниях, пищевых аллергиях, простатите и аденоме, заболеваниях желудочно-кишечного тракта и сердечно-сосудистой системы, 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+

Адрес для писем: 424003, Марий Эл, г. Йошкар-Ола, ул. Прохорова, д. 17.  
Редакция газеты «Сокрытое Сокровище» [mail@sokrsokr.net](mailto:mail@sokrsokr.net)

Газета «Сокрытое Сокровище» №09(317). 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, А. И. Крутов, Е. С. Седов, С. П. Титовский; дизайн, верстка — Т. Ю. Тарасов, корректор — Т. Г. Вадерникова. Использованы иллюстрации с сайта 123rf.com.



РЕКЛАМА 12+

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

**КНИГА, СПОСОБНАЯ  
ПЕРЕВЕРНУТЬ  
ВАШИ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ  
О ЖИЗНИ**

Будет ли конец страданиям?  
Какая сила стоит за кулисами  
мировых событий?  
Какой будет развязка?

Ограниченный тираж по цене 50 р.  
Спрашивайте у распространителей  
газеты, заказывайте по телефону:

**8-800-100-54-12**  
(бесплатная горячая линия)

## БИБЛЕЙСКОЕ НАСТАВЛЕНИЕ СЫНУ

«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).

«Не будь мудрецом в глазах твоих; бойся Господа и удаляйся от зла: это будет здравием для тела твоего и питанием для костей твоих» (книга Притчей 3:7, 8).

«Наказания Господня, сын мой, не отвергай, и не тяготись обличением Его; ибо кого любит Господь, того наказывает и благоволит к тому, как отец к сыну своему» (книга Притчей 3:11, 12).

«Крепко держись наставления, не оставляй, храни его, потому что оно — жизнь твоя. Не вступай на стезю нечестивых и не ходи по пути злых; оставь его, не ходи по нему, уклонись от него и пройди мимо» (книга Притчей 4:13–15).

«Главное — мудрость: приобретай мудрость, и всем именем твоим приобретай разум. Высоко ценя её, и она возвысит тебя; она прославит тебя, если ты прилепишься к ней» (книга Притчей 4:7, 8).



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!

**ПОДПИШИТЕСЬ НА НАШИ СООБЩЕСТВА  
«СОКРЫТОЕ СОКРОВИЩЕ О ХРИСТЕ» В МЕССЕНДЖЕРАХ:**

Telegram



Viber



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

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

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 382 500 экз.

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

Данное издание является рабочей копией и не предназначено для тиражирования.