

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 П4059

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.POSHTA.RU
для любого региона России.



ТАКЖЕ РЕКОМЕНДУЕМ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС П4049

Газета «ВАШИ КЛЮЧИ
К ЗДОРОВЬЮ»

Советы специалистов,
простые методы лечения,
здоровое питание и рецепты



ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС П4042

Детский журнал
«ЧУДЕСНЫЕ
СТРАНИЧКИ»

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



ВСЕ СТАТЬИ
В ВАШЕМ ТЕЛЕФОНЕ!

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



Приложение
«СОКРЫТОЕ
СОКРОВИЩЕ О ХРИСТЕ»



Тема номера:

Я НЕ ЗАБУДУ ТЕБЯ

5

МЫ РУССКИЕ.
ПОЭТОМУ
С НАМИ БОГ?

6

ПОСЛАНИЕ
НАДЕЖДЫ ДЛЯ
НАШЕЙ ПЛАНЕТЫ

8

Я ТЕБЯ
ПРОЩАЮ И
ЛЮБЛЮ!

ПОСЛЕДНИЕ СТАНОВЯТСЯ ПЕРВЫМИ

Когда у последних грешников есть преимущества перед «хорошими людьми».

После того как Иисус второй раз изгнал торгующих из храма, члены синедриона были в гневе и снова решали, что делать с этим Проповедником.

ВОПРОСОМ НА ВОПРОС

Вернувшись в храм, где учил Иисус, священники вновь задали Ему вопрос: «Какою властью Ты это делаешь, или кто дал Тебе власть сию?» (Евангелие от Луки 20:2). Они ожидали, что Иисус заявит, что Его власть от Бога, и готовились опровергнуть это. Ответ Христа, казалось, никоим образом не относился к их вопросу. Он сказал, что ответит им, если они, в свою очередь, ответят на Его вопрос: «Крещение Иоанново откуда было: с небес, или от человеков?» (Евангелие от Матфея 21:25).

Священники поняли, что оказались в двусмысленном положении. Если сказать, что крещение Иоанна было с небес, то их непоследовательность будет очевидной. Христос скажет: «Почему же вы не поверили ему?» Иоанн свидетельствовал о Христе: «Вот Агнец Божий, Который берёт [на Себя] грех мира» (Евангелие от Иоанна 1:29). А если священники верят свидетельству Иоанна, то как же тогда можно отрицать, что Христос — обетованный Мессия? Если бы они всенародно объявили о том, что служение Иоанна было от людей, как они на самом деле и считали, то навлекли бы на себя бурю негодования, потому что народ чтит Иоанна как пророка.

С напряжённым вниманием множество народа ожидало их решения. Лицемерно притворившись несведущими в этом вопросе, священники сказали: «Не знаем». «И Я вам не скажу, — ответил Христос, — какою властью это делаю» (Евангелие от Матфея 21:27).

Книжники, священники и старейшины были вынуждены замолчать. Они стояли, нахмурились, не смея больше задавать Иисусу вопросы. Из-за своего малодушия и нерешительности они в значительной мере потеряли уважение народа, который удивлялся тому, что эти надменные, считавшие себя праведниками люди потерпели поражение.

РАЗНИЦА

Разница в поведении Иисуса и первосвященника во время беседы была очевидной. Гордый служитель храма был одет в богатые, драгоценные одежды, на голове сверкала тиара. Он держался с чувством собственного достоинства. Волосы его и длинная пышная борода посеребрились годами, и

весь облик должен вызывать благоговение у присутствующих. Но этой внушительной фигуре противостояло само Величие небес, без всяких украшений и всего показного. Одежда Иисуса была изношена от длительных путешествий. Его бледное лицо выражало терпение и печаль, но оно светилось достоинством и благожелательностью, которые резко отличались от гордого, самонадеянного и злого лица первосвященника.

Многие свидетели речей и деяний Иисуса в храме приняли Его с того времени всем сердцем как пророка Божьего. Но когда симпатии людей оказались на стороне Иисуса, священники возненавидели Его ещё больше. Мудрость, с которой Он избежал расставленных для Него ловушек, свидетельствовала о Его Божественности и ещё более усиливала их ненависть к Нему.

НЕ УНИЗИТЬ, А НАУЧИТЬ

В споре с раввинами Христос не ставил Своей целью унижить их. Он не испытывал радости, увидев, что они оказались в затруднительном положении. Иисус хотел преподать важный урок, смирить Своих врагов, допустив, чтобы они запутались в сети, которую сами и расставили. Признаваясь в своём невежестве относительно крещения Иоанна, они дали Иисусу возможность говорить. Он воспользовался этим, чтобы открыть им подлинное состояние, в котором они оказались, и ещё раз предупредить их, как Он уже делал и раньше.

ПРИТЧА О ДВУХ СЫНОВЬЯХ

«А как вам кажется? — сказал Он. — У одного человека было два сына; и он, подойдя к первому, сказал: "сын! пойдя сегодня работай в винограднике моём". Но он сказал в ответ: "не хочу"; а после, раскаявшись, пошёл. И подойдя к другому, он сказал то же. Этот сказал в ответ: "иду, государь"; и не пошёл. Который из двух исполнил волю отца?» (Евангелие от Матфея 21:28–31).

Этот неожиданный вопрос застал слушателей Иисуса врасплох. Они внимательно следили за повествованием и, не раздумывая, ответили: «Первый». И, устремив на них Свой решительный взгляд, Иисус строго и торжественно произнёс: «Истинно говорю вам, что мытари и блудницы вперёд вас идут в Царство Божие, ибо пришёл к вам Иоанн путём праведности, и вы не поверили ему, а мытари и блудницы поверили ему; вы же, и видев это, не раскаялись после, чтобы поверить Ему» (Евангелие от Матфея 21:31, 32).



Священники и старейшины не могли не дать правильный ответ на вопрос Христа и одобрили поведение первого сына. Этот сын олицетворял собой мытарей, которых фарисеи ненавидели и презирали. Мытари были крайне безнравственными людьми. Они действительно нарушали Закон Божий и всей своей жизнью противились его требованиям. Они были неблагодарными и порочными. Но когда пришёл Иоанн, проповедуя покаяние и крещение, мытари приняли его весть и крестились.

Второй сын олицетворял вождей иудейского народа. Некоторые из фарисеев покаялись и приняли крещение Иоанна. Но старейшины не признали, что он пришёл от Бога. Его предостережения и обличения не вызвали в них перемены к лучшему. Они «отвергли волю Божию о себе, не крестившись от него» (Евангелие от Луки 7:30). Вожди иудейского народа с презрением отнеслись к вести Иоанна. Подобно второму сыну, который ответил: «Иду, государь», — но не пошёл, священники и старейшины только притворялись послушными, но на самом деле не покорились. Они выставляли себя набожными людьми и изображали повиновение Закону Божьему, но это повиновение было притворным. Фарисеи осуждали мытарей и обращались с ними как с язычниками. Но мытари показали своей верой и делами, что они идут в Царство Небесное впереди фарисеев, получивших великий свет, но не поступивших так, как требовала праведность, на которую они претендовали.

«НЕСЧАСТЕН И ЖАЛОК»

Иисус любил фарисеев и священников. Именно поэтому Евангелия содержат столько историй, связанных с ними. Как огорчало Господа их упрямство! Как мешала им гордость! Иисус вновь и вновь обращался к духовенству,

не желая их гибели. Грешники оказались более восприимчивыми к Божьему приглашению, чем те, кому доверено было пасти Божье стадо. Мытари и блудницы понимали свою нужду в прощении и изменении. С гордыми фарисеями всё обстояло иначе. Они не видели собственной нищеты.

Эти две категории людей есть и в наши дни. Об одной из них в Библии сказано так: «Ибо ты говоришь: "я богат, разбогател и ни в чём не имею нужды"; а не знаешь, что ты несчастен, и жалок, и нищ, и слеп, и наг» (книга Откровение 3:17). Так называемые «хорошие люди» уже решили, что место в Царстве Божьем им обеспечено. Кто, если не они? И зачем им Спаситель? Они ведь лучше, чем мытари, блудницы, алкоголики... А последние в своей нужде, осознавая своё жалкое положение, тянутся к Богу, и Он творит чудеса в их жизни, принимает их в Свои объятия. А кто-то упивается собственной праведностью, забывая, что «благодатью вы спасены через веру, и сие не от вас, Божий дар: не от дел, чтобы никто не хвалился» (Библия, Послание ефесянам 2:8, 9).

Дорогой друг, спасение только в Иисусе. Без Него, сколько ни пыжись, далеко не уйдёшь. Помни: «Нет ни в ком ином спасения; ибо нет другого имени под небом, данного человекам, которым надлежало бы нам спастись» (Библия, Деяния Апостолов 4:11, 12).

Молитва:

Господь Иисус, Ты нужен мне. Прости, что часто я надеюсь на себя и свои дела, забывая о Тебе — Источнике всего доброго и истинного. Покажи мне моё сердце, дай ощутить духовную нищету. Утоли мою жажду Собой, Господь. Сердце чистое сотвори во мне, Боже, и направь на путь жизни. Аминь.

По книге Эллен Уайт
«Желание веков»

МАРК ТВЕН И БОГООСТАВЛЕННОСТЬ

«Что Марк Твен делает в этой рубрике?!» — может удивиться кто-то. А я объясню...

Вчера вечером я узнала разбивающие душу новости: у мальчика Андриюши, которому всем миром собирали деньги на лечение лейкоза, снова рецидив. Больше 140 дней интенсивной терапии, куча осложнений, частичная обездвиженность. Только вернулся он с мамой домой из чужой страны, как результат пункции показал рецидив. Как чувствует себя мама? Я боюсь представить. Только-только, казалось, дело пошло в гору, а тут такое. Под постом с удручающими новостями все пишут слова молитв и поддержки. «Всё будет хорошо». А если не будет? А если на материнские молитвы, молитвы родственников, друзей и всех сопереживающих не придёт тот ответ, который все мы ждём? Если Бог распорядится иначе? Сможем ли мы после этого сказать, что Бог благ? Сможем ли, как библейский Иов, потерявший всё, воскликнуть: «Господь дал, Господь и взял; да будет имя Господне благословенно!» (Библия, книга Иова 1:21).

Марка Твена многие считают атеистом. Это не так. Он не сомневается в существовании Творца. Но недоволен делами Божиими и отрицает Его благость. Вот что пишет сам Твен:

«Теперь давайте поговорим об истинном Боге, настоящем Боге, великом Боге, высочайшем и верховном Боге, подлинном Творце реальной Вселенной... — Вселенной, не изготовленной вручную для астрономической детской, но возникшей в безграничной протяжённости пространства по повелению только что упомянутого подлинного Бога, Бога невообразимо великого и величественного, по сравнению с которым все другие боги, мириадами кишящие в жалком людском воображении, подобны рою комаров, затерявшемуся в бесконечности пустого неба...

Когда мы исследуем бесчисленные чудеса, великолепия, блеск и совершенство этой бесконечной вселенной (теперь мы знаем, что вселенная бесконечна) и убеждаемся, что всё в ней, от стебелька травы до лесных великанов Калифорнии, от неведомого горного ручейка до безграничного океана, от хода приливов и отливов до величественного движения планет, беспрекословно подчиняется строгой системе точных, не знающих исключения законов, мы постигаем — не предполагаем, не заключаем, но постигаем, — что Бог, Который единой мыслью сотворил этот неимоверно сложный мир, а другой мыслью создал управляющие им законы, — этот Бог наделён безграничным могуществом...

Известно ли нам, что Он справедлив, благодетен, добр, кроток, милосерден, сострадатель? Нет. У нас нет никаких доказательств того, что Он обладает хотя бы одним из этих качеств, — и в то же время каждый проходящий день приносит нам сотни тысяч свидетельств — нет, не свидетельств, а непровержимых доказательств, — что Он не обладает ни одним из них».

Когда Твен писал свои «Размышления о религии», он был убеждён, что Бог равнодушен к человеческим страданиям и находится вне добра и вне справедливости. Твен бунтует против несправедливо устроенного мира, где царит зло. И бунт этот достигает кульминации после смерти жены и детей писателя.

36 лет душа в душу жили Сэмюэл Клеменс (настоящее имя Марка Твена) и Оливия Лэнгдон. Твен, уже будучи женатым, сказал приятелю: «Если бы я знал, как счастливы женатые люди, я бы женился 30 лет назад, не тратя время на выращивание зубов». На тот момент писателю было 32 года.

Жена Твена была глубоко верующей. Марк, стараясь угодить ей, по вечерам читал Библию и молился перед едой. Оливия стала главным цензором Твена. Она настояла на том, чтобы убрать фразу «Чёрт побери!», произнесённую Гекльберри Финном. Около 15 тысяч страниц так и не увидели свет, потому что Твен знал, что Оливия не одобрила бы их.

Писатель слушался свою благочестивую жену во всём. Их дочь Сьюзи говорила: «Мама любит мораль, а папа — кошек». Жили супруги душа в душу. На один из юбилеев Оливия получила от мужа такое письмо: «Каждый день, прожитый нами вместе, добавляет мне уверенности в том, что мы ни на секунду не пожалеем о том, что соединили наши жизни. С каждым годом я люблю тебя, моя детка, всё сильнее. Давай смотреть вперёд — на будущие годовщины, на грядущую старость — без страха и уныния».

И вот выясняется, что Оливия, прекрасная и любимая Ливи, безнадежно больна... Кроме того, трое из четырёх детей Марка скончались раньше отца.

В итоге мы читаем высказывания Твена о жестоком Боге, о Боге, Которому всё равно. Но есть у писателя цитата, где он, сам того не ведая, будто прикасается к Божьему сердцу: «Если Бог таков, как полагают, Он должен быть несчастнее всех во Вселенной. Он наблюдает ежедневно мириады созданных им существ, испытывающих неисчислимые стра-

дания. Он знает также о страданиях, какие им ещё предстоит перенести. Можно о нём сказать: "Несчастен, как Бог"».

В нашем мире идёт великая борьба, Земля превратилась в арену противостояния между добром и злом. За нами с замиранием сердца наблюдает вся Вселенная. Но война эта однажды закончится, и восторжествует справедливость. На войне льются слёзы. На войне гибнут и теряют. Но Бог не забыл нас. Он здесь, на передовой.

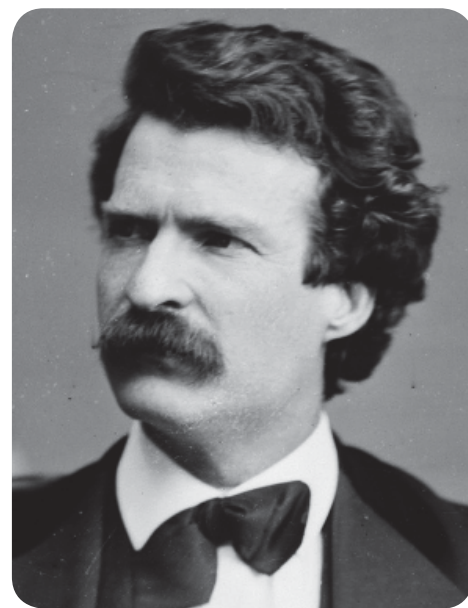
В Библии есть такие слова: «А Сион говорил: "оставил меня Господь, и Бог мой забыл меня!" Забудет ли женщина грудное дитя своё, чтобы не пожалеть сына чрева своего? но если бы и она забыла, то Я не забуду тебя. Вот, Я начертал тебя на дланях [Моих]...» (книга пророка Исаии 49:14–16).

Люди (даже верные Богу!) нередко оказываются в стеснённых обстоятельствах. Они едва сводят концы с концами. Пламя охватывает их жилище в мгновение ока, так что они не успевают вынести даже самое необходимое. Машина превращается в груды металлолома под упавшим на неё деревом. Мать умирает от меланомы и оставляет сиротами троих детей. Этот список можно продолжать ещё долго...

Ничего удивительного, что человек обижается на Бога: «Для чего, Господи, стоишь вдали, скрываешь Себя во время скорби?» (Библия, книга Псалтирь 9:22). Как видим, не только Марк Твен, но и библейские авторы задавались этим вопросом. Большинству из нас знакомы эти чувства и переживания. Так где же всё-таки Бог, когда мы более всего в Нём нуждаемся? Божественному молчанию совсем не трудно подрезать крылья нашей вере.

Нужно обладать немалой верой, чтобы утверждать, что Бог всё устроит и всё будет как нельзя лучше. Все правильные слова, сказанные в защиту Бога, порой отдают невыразимой фальшью, будучи не в состоянии утолить нашу великую боль. Я снова вспоминаю Андриюшину маму, у которой почти во всех комментариях — слово «Господь» и сложенные ручки. А если...? Не возненавидит ли она Господа, не ожесточится ли?

Просто знайте: что бы ни случилось, Бог видит... и мы Ему далеко не безразличны, даже когда кажется, что Его нет рядом! Мы всё однажды поймём. Найдём ответы на свои «почему». Настанет день, о котором сказано: «Так и вы теперь имеете печаль; но Я увижу вас опять, и возрадуется сердце ваше, и ра-



30 ноября 2025 года исполняется
190 лет со дня рождения
Марка Твена.

достии вашей никто не отнимет у вас; и в тот день вы не спросите Меня ни о чём» (Евангелие от Иоанна 16:22, 23).

БЛАГ ГОСПОДЬ!

Благ Господь, даже если чаша твоя
горька...
Благ Господь, даже если твой друг
за спиной смеётся...
Если вера твоя Христу, как скала,
крепка,
То любовь твоя к Богу о трудности
не споткнётся.

«Благ Господь!» — повторишь, как
Иов, через боль и стон
И сомнения в этом малейшего
не допустишь,
Даже если полчища тьмы с четырёх
сторон
Будут стрелы метать, чтобы
вспыхнули злые чувства.

Шквал эмоций твоих остановят
слова «Бог благ!»
Лишь доверие Богу из ямы любой
поднимет.
На Голгофе Любовь как великий
победный флаг!
Пусть ничто и никто ту победу
в тебе не сдвинет.

Благ Господь! Просто знай. Это
внутренний стержень твой.
Будет враг и шептать, и кричать:
«Бог тебя оставил!»
Посмотри ему смело в лицо и на
крест укажи рукой,
«Благ Господь!» повтори, в этот
крест всей душой вставляя.
Светлана Теребилина

Пока я работала над материалом для этой статьи, пришла добрая весть: результаты анализа, показавшего у Андриюши рецидив, были ошибочно интерпретированы. Лейкоза нет. Плачу от счастья. На этом всё.

Елизавета Черникова

Духовная
поэзия

ВЛИЯНИЕ

Мы друг на друга все влияем.
Влиянье это не отнять.
Всё то, что в жизни совершаем,
Другие повторят опять.

Мы все влияем на кого-то.
Нам от людских не скрыться глаз.
Вся наша жизнь, слова, работа
Кого-то создают сейчас.

Чудесно, если то влиянье
Покажет людям верный путь
И, взяв пример для подражания,
Пойдёт за Богом кто-нибудь.

А если нет? То это страшно...
Ведь за тобой давно следят.
Возможно, ты встречал однажды
Внимательный ребёнок взгляд.

Когда кричал ты, спорил, злился,
Всех обвинял. А он смотрел.
И неосознанно учился,
Хотя таким быть не хотел...

Влиянье наше тем сильнее,
Чем больше люди верят нам,
Чем выше мы для них, мудрее,
Тем глубже в сердце будет шрам

От наших «маленьких» ошибок,
От опрометчивых шагов,
От всех неискренних улыбок,
От грубых слов, от лживых слов.

О, быть к себе нам нужно строже,
Ходить на цыпочках, друзья!
Пусть это стоит нам дороже,
Но планку опускать нельзя!

Не только за себя в ответе,
Но и за тех, кто так следит,
Кто всё запомнит и заметит,
А после — это повторит,

Имея в сердце оправданье:
«Раз можно брату, то и мне...»
Нам не изгладить то влиянье,
Пока живём здесь на земле.

О, как нам лнуть к Иисусу нужно!
О, как держаться за Него!
Чтоб наша с Ним святая дружба
Нас защищала от всего.

Чтоб мы в Христа преображались,
А все, кто с нами на пути,
Ногой о нас не спотыкались,
Но нашей жизнью укреплялись
И продолжали вверх идти.

Светлана Теребилина



Жарким выдался июль 1954-го. В середине дня вдруг
задымило вдаль — загорелся лес за деревней...

Ударил набат, и деревенские мужики, бабы и ребята постарше схватили багры, лопаты и побежали тушить пожар. Ветер гнал огонь в сторону деревни. Уже поднимались вверх столбы дыма вместе с жаркими искрами — не ровен час и до изб долетит!

Женщины с ребятами сбивали ветками низовой огонь. Мужики вкапывались в дернину лопатами — рыли ров, чтобы остановить огонь.

Вдоль канавы метался со своими костылями одноногий Ефим, председатель сельсовета в выцветшей гимнастёрке, бывший фронтовик. Председатель колхоза уехал в город на похороны сестры, и за старшего в деревне остался Ефим.

— Давай, давай, мужики! — подбадривал он. — Гонца я послал в район за подмогой.

Как ни старались деревенские, огонь быстро приближался. Стало припекать жаром, и женщины отступили первыми. С очередным порывом ветра густые россыпи искр взвились и полетели на деревню.

— Вещи из дома хотя бы спасти! —

крикнул в отчаянии женский голос, и люди, как по команде, бросились к деревне. Мальчишки бежали впереди, Ефим торопливо ковылял последним. Добежав до деревни, мокрые и разгорячённые люди рассыпались по дворам.

Стуча костылями, Ефим спешно шёл от избы к избе и кричал призывно:

— Партейцы, комсомольцы, бегом в сельсовет — спасать документы и гроши колхозные!

Шестеро партейцев и комсомольцев поспешили к большому пятистенному зданию сельсовета.

— Гонец, гонец! — слышался звонкий мальчишеский голос.

Вздывая посёлочную пыль, к деревне мчался конный. Васка-тракторист подскакал к сельсовету, закричал возбуждённо Ефиму:

— В районе сказали: ветер усиливается, огонь вскорости будет на нашей деревне! И велели всех детей укрыть в овраге за огородами!

— Скачи по деревне, передай бабам! — приказал председатель сельсовета.

Ветер рванул с новой силой вместе с тучами искр и дыма!

— Батюшки! Забор-то мой горит уже! — заголосила где-то женщина.

— И мой загорелся! — вскрикнула заполошно другая. — Петька, беги за ведром и на колодец живо! Ой, мамочки!

Люди выбежали из дворов с узлами и корзинами и тревожно глядели на разбушевавшуюся стихию. Всем было ясно: вот-вот искры обрушатся на сухие крыши, огнём займутся и избы.

Вдруг женщина, чей забор загорелся первым, упала посреди дороги на колени и, воздев руки к небу, отчаянно закричала:

— Господи!

Ещё одна грохнулась на колени в дорожную пыль:

— Господи, не дай огню нас погубить!

Деревенские бабы одна за другой стали опускаться на колени, возвышая свои голоса в молитве к Богу!

И тут в небе гроыхнуло, сверху обдало всех студёным холодом, а ветер мгновенно стих. Стало угасать широкое пламя, спадая с деревьев. Несколько заборов дымились, но не полыхали.

— Что такое? — слышались удивлённые голоса. Партейцы и комсомольцы выскочили из сельсовета на улицу и во все глаза смотрели на выжженную до черноты опушку леса. Огонь отступил.

Старый фронтовик Ефим указал им костылём на стоявших на коленях деревенских баб.

— В беде нет неверующих! — наизидательно произнёс он.

ЧТО ЭТО БЫЛО?

Сафия пробудилась, едва рассветло. Необъяснимое чувство заставило тут же подняться.

На широкой тахте мирно спали трое внуков, укрытых большим домотканым покрывалом. Дочь привезла мальчиков из города — провести летние каникулы здесь, в горах. Муж Сафии, чабан, умер два года назад, и вдова одна управлялась и с хозяйством, и с внуками.

Будить их в столь ранний час не стала: пусть выспятся. Сегодня им предстоит пятикилометровый поход вверх по реке на плотину. Проводить их туда обещал старый Ахмад, овечий сторож, мужнин друг.

Возникшее ещё во сне тревожное чувство заставило Сафию выйти из дома. Она огляделась и... замерла в оцепенении. С вершины высокой горы, нависшей над аулом, медленно

сползала тёмная масса, сродни скалочному чудовищу! И при этом раздавался приглушённый гул.

«Оползень! — догадалась Сафия. — Беда! Он ведь движется прямо на аул».

Дом Сафии — третий от подножия горы. Но уже было понятно: оползень накроет весь аул.

Что же делать? Бежать звать на помощь? Бесплезно. Будить и уводить внуков — не успеть, гул нарастает!

Что произошло в следующий миг, Сафия не смогла бы объяснить и сама. Упала на колени, заломила руки в отчаянии и громко закричала, подняв голову к небу:

— Бог! Ты не знаешь меня, а я не знаю Тебя! Но молю Тебя, спаси нас всех! В доме внуки, спаси нас, Бог!

Женщина ощутила небольшую дрожь в теле. Сафия перевела взгляд на гору и увидела, как огромный кусок

скалы откололся и стремительно полетел вниз, обгоняя оползень.

Женщина выбежала за калитку, на улицу. Несколько человек бежали в сторону реки. Сафия увидела, что обломок скалы остановился на берегу реки, в ста метрах от крайнего дома аула. С шумом обрушился на скалу оползень, полетели в разные стороны камни...

Наткнувшийся на препятствие оползень отвернул к реке, продолжая ползти по берегу в противоположную сторону от аула.

Люди застыли на месте, до конца не веря в своё спасение.

— Сафия, что это было? — спросил подбежавший Ахмад.

Женщина молчала, вытирая слёзы краешком цветастого платка.

— Это Бог, слава Ему! — выговорила она, наконец, и зарыдала, уткнувшись в грудь опешившего старика.

Из книги Игоря Чеснокова
«Шаг шагнуть»

МЫ РУССКИЕ. ПОЭТОМУ С НАМИ БОГ?

Ко Дню народного единства

Скорее всего, вам приходилось слышать фразу, которой озаглавлена эта статья. Находят ли подобные идеи поддержку в Евангелии?

В Евангелии от Матфея 3:8, 9 Иоанн Креститель обращается к иудеям с необычными словами: «Сотворите же достойный плод покаяния и не думайте говорить в себе: "отец у нас Авраам"». Почему он произнёс эти слова?

В них содержится глубокий смысл. Многие иудеи того времени верили, что их принадлежность к народу Божьему автоматически гарантирует им спасение. Они считали, что заслуги Авраама, Исаака и Иакова покрывают их грехи, и поэтому им не нужно каяться. Но Иоанн Креститель, а позже и Иисус Христос решительно опровергли это заблуждение.

Давайте разберёмся, почему формальная принадлежность к народу Божьему не спасает сама по себе и что на самом деле ожидает от нас Бог.

ЗАСЛУГИ АВРААМА И ЛОЖНОЕ ЧУВСТВО БЕЗОПАСНОСТИ

Авраам и его «заступничество» за потомков

В иудаизме существует древнее предание (агада), согласно которому Авраам после попытки жертвоприношения Исаака, описанной в Библии, в 22 главе книги Бытие, попросил Бога: «Когда потомки Исаака согрешат, вспомни эту жертву и будь милостив к ним!» Впоследствии евреи верили, что звук шофара (трубы из бараньего рога) напоминает Богу о жертве Исаака и заставляет Его прощать грехи народа.

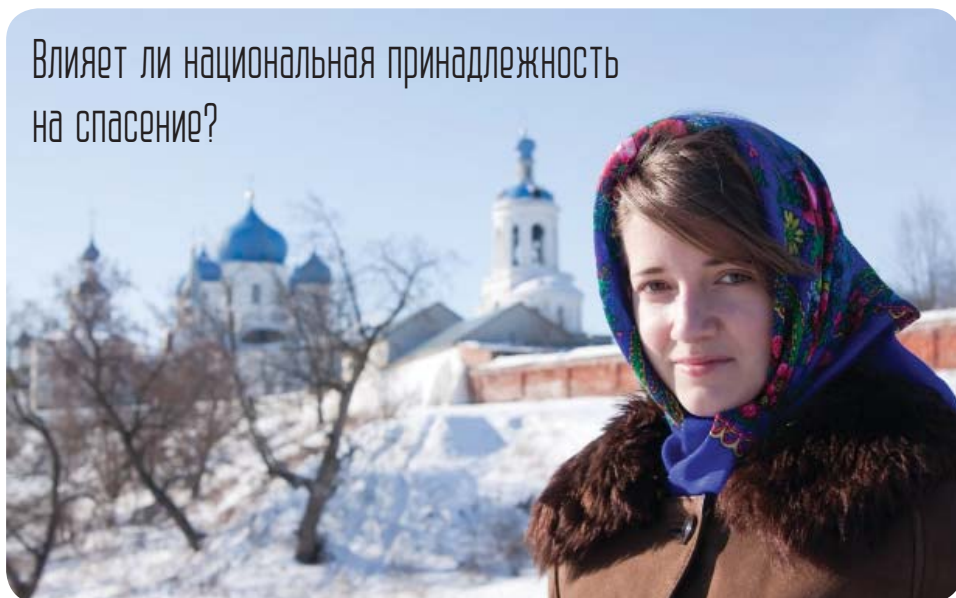
Эта идея привела к убеждению, что спасение даётся не по личной вере и покаянию, а по национальному происхождению. Многие иудеи того времени считали: «Мы — дети Авраама, значит, Бог нас спасёт, даже если мы грешим».

Бог не спасает по национальности

Библия ясно говорит, что избранность Израиля — это не привилегия, а миссия. В Библии сказано: «Я, Господь, призвал Тебя в правду, и буду держать Тебя за руку и хранить Тебя, и поставлю Тебя в завет для народа, во свет для язычников» (книга пророка Исаии 42:6). Израиль был избран не для того, чтобы гордиться своим происхождением, а чтобы нести свет Божьей истины всему миру.

Ко времени Иоанна Крестителя многие иудеи забыли об этом. Они думали, что достаточно быть евреем и Бог простит их грехи. Но Иоанн говорит: «Бог может из камней сих воздвигнуть детей Аврааму» (Евангелие от Матфея 3:9). Это значит, что Бог не ограничен на-

Влияет ли национальная принадлежность на спасение?



циональностью — Он может сделать Своими детьми и язычников, если те покаются и поверят в Него.

ИИСУС ХРИСТОС И СПОР С ИУДЕЯМИ

Иисус Христос во время Своего земного служения тоже сталкивался с этим заблуждением. Иудеи говорили: «Мы — семья Авраамово и не были рабами никому никогда» (Евангелие от Иоанна 8:33). Они верили, что их происхождение делает их свободными от греха и осуждения. Но Иисус ответил им: «Всякий, делающий грех, есть раб греха» (Евангелие от Иоанна 8:34). Он показывает, что настоящая свобода от рабства греха — не в национальности, а в освобождении от греха через познание истины, веру в Него и покаяние.

В притче о злых виноградарях (Евангелие от Матфея 21:33–43) Иисус говорит, что Царство Божье будет отнято у тех, кто не приносит плодов веры, и отдано другим — тем, кто уверует в Христа, даже если они не евреи.

ОПАСНОСТЬ ФОРМАЛЬНОЙ РЕЛИГИИ

Фарисейское заблуждение: «Я еврей, потомок Авраама, чту Закон — значит, я спасён».

Фарисеи думали, что строгое, пусть и формальное, соблюдение внешних правил делает их угодными Богу. Они соблюдали субботу, давали десятину, избегали запретной пищи, придерживались множества иных правил и считали, что этого достаточно.

Но Иисус обличал их: «Горе вам, книжники и фарисеи, лицемеры, что очищаете внешность чаши и блюда, между тем как внутри они полны хищения и неправды» (Евангелие от Матфея 23:25). Они выглядели благочестивыми снаружи, но внутри их сердца были полны гордыни, лицемерия и греха.

Современное заблуждение: «Крещённый значит спасённый» или «Я не курю, не пью, хожу в церковь — значит, я угоден Богу».

Сегодня многие христиане могут впасть в ту же ошибку, что и фарисеи. Люди думают: «Я не совершаю серьёзных грехов, я посещаю церковь, значит, я спасён».

Но если в сердце нет покаяния, если нет живой веры и любви к Богу и людям, это просто формальность.

Апостол Иоанн пишет: «Если говорим, что не имеем греха, — обманываем самих себя, и истины нет в нас» (Библия, 1 послание Иоанна 1:8). Грех отделяет нас от Бога. Как сказал пророк Исаия: «Но беззакония ваши произвели разделение между вами и Богом вашим, и грехи ваши отвращают лицо [Его] от вас, чтобы не слышать» (Библия, книга пророка Исаии 59:2). Без покаяния мы остаёмся в этом разделении, даже если внешне выглядим «хорошими христианами».

Но в чём каяться, если не видишь за собой никаких серьёзных грехов и проступков: никого не убил, не украл, не блудодействовал?

В Новом Завете апостол Иаков пишет: «Ибо все мы много согрешаем. Кто не согрешает в слове, тот человек совершенный, могущий обуздать и всё тело» (Послание Иакова 3:2). Контекст этого отрывка повествует, что эти «многие прегрешения» совершаются нашим языком — осуждения, сплетни, клевета, брань, злоречие и сквернословие.

Поэтому даже тот, кто не совершил тяжких грехов, нуждается в покаянии и очищении своего сердца и своего языка.

ЧТО ЗНАЧИТ ИСТИННОЕ ПОКАЯНИЕ?

Покаяние — это не просто слова

Иоанн Креститель призывал не просто говорить «я каюсь» или «Господи,

прости», но приносить «достойный плод покаяния» (Евангелие от Матфея 3:8). Это значит, что наше покаяние должно быть искренним и сопровождаться изменением жизни, наших привычек и поведения.

Исповедь — как хирургическая операция для души

Неисповеданный грех — как болезнь, которая разъедает душу. Исповедь — это как операция, которая удаляет злокачественную опухоль. Если мы не исповедуем грехи, они продолжают разрушать нас изнутри.

Апостол Иоанн говорит: «Если исповедуем грехи наши, то Он, будучи верен и праведен, простит нам грехи наши и очистит нас от всякой неправды» (Библия, 1 послание Иоанна 1:9).

Что нужно делать?

1. Проверить своё сердце — есть ли в нём неисповеданный грех? К этому призывает нас Священное Писание: «Испытай меня, Боже, и узнай сердце моё; испытай меня и узнай помышления мои; и зри, не на опасном ли я пути, и направь меня на путь вечный» (Библия, книга Псалтирь 138: 23, 24). Просите Бога в молитве указать вам ещё не исповеданные грехи.

2. Исповедаться Богу в молитве лично, а если нужно, то и перед тем человеком, кому причинили вред (Библия, Послание Иакова 5:16).

3. Отвернуться от греха и стремиться к святости (Библия, Послание евреям 12:1).

Быть потомком Авраама в библейские времена или ходить в церковь в наше время, соблюдать обряды — всё это хорошо, но недостаточно. Бог смотрит не на внешние знаки, а на сердце. Ни рождение в христианской стране, ни крестик на шее, ни формальное посещение церкви не спасают. Как бы неприятно это ни звучало, не будет Бог с нами только потому, что мы русские. Господь ищет не формальных последователей, а тех, кто искренне кается и верит в Него.

Как писал апостол Павел: «Не все те Израильтяне, которые от Израиля; и не все дети Авраама, которые от семени его» (Библия, Послание римлянам 9:6, 7). Настоящие дети Авраама, которые унаследуют Божье обещание о спасении, — не те, кто рождён от него по плоти, а те, кто верит в Иисуса Христа, независимо от их национальности (Библия, Послание галатам 3:7).

Россия — удивительная многонациональная страна, в которой издревле проживают более 190 различных народов. Бог одинаково любит представителей любой национальности и не желает, чтобы кто-то погиб, но чтобы все пришли к покаянию (Библия, 2 послание Петра 3:9).

Алексей Бритов

ПОСЛАНИЕ НАДЕЖДЫ ДЛЯ НАШЕЙ ПЛАНЕТЫ — ВЕСТЬ ИЗ КНИГИ «АПОКАЛИПСИС»

В мире, где новости каждый день оглушают и тревожат, есть одно сообщение, которое прозвучало сквозь века и обращено к каждому. Почему оно важно именно сейчас?

Вы когда-нибудь чувствовали, что мир как будто сходит с ума? Новости пестрят заголовками о кризисах, войнах и катастрофах. В этом водовороте тревог сложно найти что-то по-настоящему устойчивое, надёжное и вечное. Но именно такое Послание есть в Библии.

Примерно две тысячи лет назад один человек по имени Иоанн (Богослов) получил удивительное откровение о надежде от Самого Господа Иисуса Христа, уже после Его воскресения и вознесения на небеса. Оно было записано в книге «Откровение», которая по-гречески называется «Апокалипсис». И в самом её сердце есть образ, который поражает воображение и вселяет невероятный покой.

НЕБЕСНОЕ ПОСЛАНИЕ ИЗ ГЛУБИНЫ ВЕКОВ

Иоанн пишет: «И увидел я другого Ангела, летящего посредине неба, который имел вечное Евангелие, чтобы благовествовать живущим на земле, и всякому племени, и колену, и языку, и народу» (Библия, книга Откровение 14:6).

Давайте представим эту картину. Не мрачный предсказатель с табличкой «конец света», а светлый вестник, летящий в высоте, на виду у всех. Его сообщение — не очередная плохая новость. Это «вечное Евангелие» — основа и начало вести Трёх Ангелов, обращённой сегодня ко всем жителям Земли. Слово «Евангелие» значит «благая весть». А «вечное» — то, что не устаревает, не зависит от курса валют или моды. Это новости, которые актуальны всегда и для всех.

Но почему оно вечное? Потому что это не экстренный выпуск новостей, а главная сюжетная линия всей Библии, которая начинается даже не в Новом Завете, а гораздо раньше.

Это Евангелие было обещано в самом начале, сразу после того, как человечество выбрало путь без Бога. Бог не отвернулся, а дал обетование: один из потомков Евы поразит зло (книга Бытие 3:15). Это было первое указание на грядущего Спасителя.

Это Евангелие было проповедано Аврааму. Бог сказал ему, что через его потомство получат благословение все народы земли (книга Бытие 12:3). Это обещание указывало на Иисуса Христа.

Пророк Исаия провозглашал эту весть за сотни лет до рождения Христа, описывая страдания Того, Кто понесёт на себе грехи всех людей (книга пророка Исаии 53:5, 6).

Апостол Павел прямо говорит, что Благая весть была провозглашена Богом ещё Аврааму (Послание галатам 3:8), а самому Павлу было доверено то же самое «вечное Евангелие», чтобы нести его язычникам.

Это Евангелие — не план «Б». Это извечный, единственный и неизменный план Бога по спасению человечества через веру в Иисуса Христа.

ПРОСТОЕ И ВЕЛИЧЕСТВЕННОЕ ПРИГЛАШЕНИЕ

Ангел в Откровении говорит громким, слышимым для всех голосом: «Убойтесь Бога и воздайте Ему славу, ибо наступил час суда Его, и поклонитесь Сотворившему небо, и землю, и море, и источники вод» (Библия, книга Откровение 14:7).

Звучит величественно, но если разоб- рать, это удивительно простое и глупое приглашение. Оно состоит из трёх частей:

1. Посмотрите вверх!

«Убойтесь Бога» — это не призыв дрожать от страха. Речь о благоговейном трепете, чтобы опомниться и понять: есть Тот, Кто больше всех наших проблем. Царь Давид писал: «Уповай на Господа и делай добро; живи на земле и храни истину. Утешайся Господом, и Он исполнит желания сердца твоего» (Библия, книга Псалтирь 36:3, 4). Это призыв к осознанности перед лицом Вечности, пониманию того, что всё в этом мире появилось не случайно: у творения есть Творец, создавший всё по Своему замыслу.

2. Найдите точку опоры.

«Воздайте Ему славу». Когда мы благодарим, ценим красоту мира, признаём добро — мы воздаём славу Создателю. Слово «слава» в Библии часто обозначает характер, и в этом контексте призыв воздать Богу славу означает уподобление нашего характера характеру Бога. Это дело, которое без Бога нам не по силам. В то же время преобразование характера — это дело, которое никто не сделает за нас. Поэтому так важно единение с Творцом, способным совершить в нас добрые изменения. Этот процесс преобразования назван в Библии освящением.

Фраза «наступил час суда» — это на самом деле хорошая новость! Суд означает, что во Вселенной восторжествует справедливость. Зло не останется безнаказанным, а все слёзы будут утёрты.



Пророк Даниил говорил о времени, когда «воссядут судьи и отнимут у него (антихриста) власть губить и истреблять до конца» (Библия, книга пророка Даниила 7:26). Это надежда на то, что в мире будет наведён порядок.

3. Вспомните, кто вы.

«Поклонитесь Сотворившему». Это ключ ко всему. Мы не продукт слепого случая. Мы творение любящего и гениального Бога. Осознание этого даёт невероятное достоинство, ценность и смысл жизни.

Вы — не случайность. «От одной крови Он произвёл весь род человеческий для обитания по всему лицу земли, назначив предопределённые времена и пределы их обитанию, дабы они искали Бога, не ощутив ли Его и не найдут ли — хотя Он и недалеко от каждого из нас: ибо мы Им живём и движемся и существуем...» (Библия, книга Деяния Апостолов 17:26–28). Поиск Бога, богопознание — вот то, к чему мы призваны. Это не значит уйти в келью и погрузиться в исследование, но напротив — принимать Божий свет, чтобы делиться им с другими: «Мы — Его творение, созданы во Христе Иисусе на добрые дела, которые Бог предназначил нам исполнять» (Библия, Послание ефесянам 2:10). Мы поклоняемся Творцу, когда выполняем то, для чего мы созданы. В этом смысл и счастье.

ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ ДЛЯ НАС СЕГОДНЯ?

Эта весть летит через века. Она для «всякого племени и языка» — значит, и для нас с вами, здесь и сейчас.

● Если вы устали от плохих новостей, эта весть говорит о надежде, которая избавляет «от грядущего гнева» (Библия, 1 послание фессалоникийцам 1:10).

● Если вы чувствуете, что всё бессмысленно, она напоминает о цели и даёт обетование жизни с избытком (Евангелие от Иоанна 10:10).

● Если вас возмущает несправедливость, она обещает, что «правосудие и правота — основание престола» Божьего (Библия, книга Псалтирь 88:15).

Это приглашение перевести дух, посмотреть на небо и довериться Тому, Кто его создал. Это призыв строить свою жизнь не на зыбком песке, а на твёрдой скале вечных принципов Библии. Иисус Христос вчера, сегодня и вовеки Тот же — Его любовь и жертва за вас неизменны (Библия, Послание евреям 13:8).

А ЧТО ДАЛЬШЕ?

Эта весть — не заключение, а начало. Начало разговора. Разговора с Богом через молитву, разговора с собой через чтение Библии (начните читать с Евангелия от Марка — это самое короткое и динамичное описание жизни Иисуса), разговора с другими о том, что действительно важно.

Вечное Евангелие — это глобальное SMS-сообщение от Бога всему человечеству: «Я люблю вас. Я всё контролирую. Доверьтесь Мне. Ваше будущее в Моих руках безопасно».

И это, пожалуй, самые лучшие и вечные новости на свете.

Максим Исаев

Дорогой друг, если ты хочешь познакомиться с Библией, но не знаешь, с чего начать, приходи в Школу Библии. Ты не заметишь, как станешь ориентироваться в Книге книг и найдёшь ответы на многие вопросы. Это бесплатно и доступно для каждого. Заявку на уроки можно отправить следующим образом:

1. Просто перейди по этому QR-коду.
2. Позвони по бесплатной горячей линии (для жителей РФ) с понедельника по четверг с 9 до 17 по номеру: **8-800-100-18-44**.
3. Через WhatsApp или Telegram по номеру: **+7 915-688-76-01** или **+7 953 441-77-92**.
4. Напиши письмо: **РТЦ «Голос надежды», а/я 2604, г. Тула, Россия, 300000**.



«ПОЧИТАЙ ОТЦА ТВОЕГО И МАТЬ ТВОЮ»

Бог, являясь нашим Отцом, прекрасно знает, каково иметь непокорных детей.
Его Закон защищает родителей и подчёркивает необходимость почтения.

Первые четыре заповеди говорят о том, как мы должны относиться к Богу. Последние шесть учат нас, как относиться к людям. В первой заповеди о межлических отношениях сказано: «Почитай отца твоего и мать твою, чтобы продлились дни твои на земле, которую Господь, Бог твой, даёт тебе» (Библия, книга Исход 20:12). Из всех людей, с которыми мы строим отношения, Бог, прежде всего, упоминает родителей.

ПОЧТЕНИЮ УЧАТСЯ В СЕМЬЕ

Читая Новый Завет, мы узнаём, что Иисус жил в доме Марии и Иосифа, Своих земных родителей. Писание говорит нам, что «Он был в повиновении у них», и подводит итог таким образом: «Иисус же преуспевал в премудрости и в возрасте и в любви у Бога и человека» (Евангелие от Луки 2:51, 52). Здесь мы видим пример послушания родителям.

В семье мы учимся, как себя вести, а потом несём эти взаимоотношения повсюду с собой. Если мы научились почитать родителей, мы сможем с почтением относиться к людям старшего возраста.

Тимофей был молодым служителем и нуждался в совете и ободрении апостола Павла, чтобы знать, как поступать тогда, когда возникали проблемные ситуации, в которые были вовлечены достаточно взрослые люди, которые жили с родителями. Павел побуждал Тимофея относиться к старшим мужчинам, как к своему отцу, и к старшим женщинам, как к своей матери. «Старца не укоряй, но увещивай, как отца; младших — как братьев; стариц — как матерей; молодых — как сестёр, со всякою чистотою» (Библия, 1 послание Тимофею 5:1, 2).

КОГДА РОДИТЕЛИ НЕ БЫЛИ ЛУЧШИМИ

Иногда легче уважать и почитать других авторитетных людей, чем своих родителей. Многие родители не являются внимательными, заботливыми и любящими. Может быть, в детстве они сами были лишены заботы и любви, в которой нуждались, и потому они не знают, как быть хорошими и любящими родителями. Они не в состоянии про-



явить к детям любовь, милость и обильную благодать Божью. Возможно, они представляют Бога как отца, метаящего молнии и готового уничтожить за всякую вину, никогда не забывая ошибок, которые мы совершили. Как и почему я должен почитать такого родителя?

Когда мы постигаем Божью любовь и осознаём, насколько мы ценны для Бога, то начинаем ценить своих близких и относиться к ним с уважением. Мы можем почитать наших родителей, даже если они не относились к нам должным образом во время нашего формирования как личности. Мы знаем, что наши родители нуждаются в тех же любви и благодати, которые мы познали и, возможно, только через нас они могут получить их.

Иногда для того, чтобы почитать родителей требуется нечто большее, чем решение и молитва. Иногда нужен хороший консультант, потому что боль и шрамы от насилия, перенесённого в детстве, настолько глубоки и велики, что для их исцеления мы нуждаемся в помощи. В то же время, если родители ранили нас морально, нам нужна сила сказать им: «Я прощаю тебя». Может быть, их поведение говорит о том, что они не в состоянии вести себя как настоящие родители, но это не означает, что ты не можешь их почитать.

КАК ДОЛГО НУЖНО ПОЧИТАТЬ РОДИТЕЛЕЙ?

Пока ты ребёнок, разумеется, послушание необходимо. Но когда ты становишься взрослым, кое-что меняется. Я не хочу всегда поступать так, как поступали мои родители. Это не означает, что я поступаю плохо — я поступаю по-другому. Можно ли иметь своё мнение и почитать родителей? Или я всегда должен делать то, что они скажут?

Когда Бог сказал: «Потому оставит человек отца своего и мать свою и прилепится к жене своей» (Библия, книга Бытие 2:24), Он хотел, чтобы мы поняли, что акт бракосочетания означает возмужалость и начало нового семейного очага. Когда люди создают семью, они смешивают наследственность и образ жизни двух разных людей, чтобы создать

новый. То, что получится, не будет похоже ни на одну семью, из которой они вышли. Позже, когда родители будут приходить в гости, они могут увидеть то, что им не понравится или будет их смущать, потому что в их семье делается не так. Уважение поможет взрослому ребёнку объяснить эти различия и напомнить родителю, что это новая семья со своими традициями и порядками. Но почитать родителей означает, что, когда ты, будучи взрослым, возвращаешься в родительский дом, ты будешь придерживаться правил этого дома (если правила эти не противоречат Божьему Закону).

КОГДА РОЛИ МЕНЯЮТСЯ

Почитать родителей, когда ребёнок становится взрослым, иногда означает обмен ролями. Бывают ситуации, когда ребёнок должен взять на себя роль родителя. В этом греховном мире процесс старения через болезни лишает родителей их достоинства. Родители не всегда сами могут позаботиться о себе. Посвящённые христиане будут заботиться о своих родителях таким образом, чтобы позволить им сохранить независимость и достоинство, насколько это возможно. Может быть, нужно будет организовать дела таким образом, чтобы родители как можно дольше могли жить в своём доме, к которому привыкли; может быть, родитель переедет в дом своего ребёнка.

Родителей нужно почитать и любить, пока они живы. Взрослые дети, имеющие живых и здоровых родителей, получают благословение от Бога. Их дети, общаясь с бабушками и дедушками, имеют возможность получить богатое наследие семейных ценностей, передающихся из поколения в поколение.

Вильма Кирк-Ли
(по книге «Десять Заповедей под ударом»)

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



Закон Божий Библия, Исход 20 гл.

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 твоя, ни раб твой, ни рабыня твоя, ни скот твой, ни приреч, 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.

Я ТЕБЯ ПРОЩАЮ И ЛЮБЛЮ!

Иногда, чтобы понять настоящее, приходится возвращаться в прошлое, каким бы болезненным оно ни было.

30 ноября — День матери в России.



Моё детство не было беззаботным. Я родилась в семье, где царили боль и страх: крики, избиения и алкоголь были обычным делом. В один день всё изменилось. Социальные службы забрали меня из семьи, но потом мои дядя и тётя удочерили меня и подарили мне новую жизнь и веру в Бога. И вот, спустя годы я снова здесь, чтобы сделать то, что должна была сделать давно...

Знакомые переулки посёлка моего детства... Свежий воздух после дождя наполняет лёгкие, и слабый ветер касается моего лица. Показалось голубое небо, и солнце вышло, чтобы обнять мир своими тёплыми лучами. Вот он, маленький домик, навевающий приятные воспоминания о прабабушке, которой уже давно нет с нами. В этом месте она лечила мои раны, рассказывала интересные истории, а на кухне готовила разные вкусности — такие, какие получались только у неё. А сейчас... А сейчас дом стоит неухоженный, забор кое-где завалился, участок зарос травой. От калитки осталась висеть одна деревяшка.

Впрочем, дом не пустует. За этой картиной забвения — следы нынешнего обитателя. Владелец, который привёл этот уголок в столь жалкое состояние, живёт здесь и сейчас.

На фоне облупившейся краски и покосившихся досок — худая фигура. Седые, торчащие в разные стороны волосы. Лицо с синяком на подбородке и закрытым левым глазом. Рука с большой ссадиной на локте. Ноги, израненные и неухоженные, и беззубый рот.

Человек, чей облик так созвучен разруге вокруг, — моя биологическая мать.

Семь лет прошло с момента нашей последней встречи. Когда-то мы делали всё возможное, чтобы ей помочь: после её досрочного освобождения (УДО) три года она держалась: не пила, ходила к участковому. Мы предлагали ей жить с нами, но она отказалась. Бывало, я сама оставалась у неё на какое-то время, и мы вместе молились, ходили в церковь, читали Библию. Но свобода обернулась падением: мать снова взялась за стакан, как только подошёл срок окончания УДО.

Помню тот день, когда застали её пьяной, и наш договор: пока пьёт — встреч нет. Звонки превращались из ласковых слов в поток мата. Со временем связь оборвалась: и телефонная, и личная. Лишь редкие вести от родственников: «Пьёт без просвета».

Я жила своей жизнью. Вспоминала мать в молитвах. Но мысль о том, что завтра может для неё не наступить, что не будет уже ничего, кроме тишины, толкнула меня сюда. Это осознание пришло ко мне после разговора с папой. Папин отец однажды попросил не считать его впредь своим отцом, не приезжать к нему и никак не участвовать в его жизни. С тех пор он с сыном не общался. Недавно папа проезжал по улице, на которой жил его отец, и ему встретился сосед, который сказал, что папин отец умер два года назад. После того как папа поделился этой историей, я поняла, что должна протянуть матери руку. А теперь стою перед этим домом — таким же израненным и забытым, как женщина на крыльце.

Перед визитом к матери, следуя совету папы, я зашла к родственникам —

поздороваться и предупредить о своём намерении. После непродолжительного общения я направилась к маминному дому, но уже не одна, а в сопровождении бабушки. В моём воображении теснились картины: горы мусора, разбитые стёкла, следы крови. Однако, переступив порог, мы увидели лишь пустоту. Как выяснилось позже, эта пустота была результатом того, что все вещи и мебель продали ради выпивки. Когда мы вошли, мама спала пьяная в комнате, и там же находилось двое нетрезвых мужчин. Мгновенно охватило жгучее желание сбежать. Но один из мужчин разбудил мать. Она, с трудом поднявшись и шатаясь, подошла к нам и предложила поговорить на улице. Было неловко, волнительно и даже немного страшно начинать эту непредсказуемую беседу.

Мама была не очень рада бабушкному присутствию и попросила её уйти, решив, что нам нужно поговорить с глазу на глаз. В начале беседы из её уст проскользнули жалобы на плохую жизнь, потом — признание: «Мать из меня не очень хорошая» (цитирую её мягкими словами). Но итогом всего сказанного стало одно: менять она ничего не хочет и не будет. Она несколько раз просила прощения, умоляла считать её единственной мамой несмотря ни на что. И я сказала ей главное: «Я тебя прощаю и люблю!» Сказала, что Бог тоже любит её и что, пока мы живы, можно что-то изменить. Эту мысль она не приняла.

Когда я услышала поток плохих слов в адрес моего приёмного папы (мамино брата), наша беседа завершилась. Мы попрощались. Единственное, в чём я увидела частичку любви, это просьба: «Не живи так, как я». Раньше мать пыталась убедить меня, что, когда я вырасту и столкнусь с проблемами, я тоже начну пить.

Я смотрела на неё, на этот дом-

призрак, на синяк на лице и израненные руки. И впервые с ясностью поняла: алкоголизм — это не просто вредная привычка, это тяжёлая, коварная болезнь. Болезнь, которая крадёт не только вещи и здоровье, но и саму душу человека. Со стороны может казаться, что они живут, пусть и так: пьют, смеются сквозь пьяную дремоту, твердят о своих бедах. Но это иллюзия. За этим скрывается медленное, неумолимое самоуничтожение. Каждая рюмка — это кирпичик в стене, отгораживающей от мира, от любви, от Бога. Мать просила не жить, как она. Но глядя на эту пустоту в её глазах, на этот разрушенный дом её жизни, я понимала: она уже не живёт. Она тихо, но верно умирает — день за днём, стакан за стаканом...

Я обернулась и пошла прочь, унося с собой боль и прощение.

Катя Носова

Примечание редактора:

Библия говорит: «Со смертью человека нечестивого исчезает надежда» (книга Притчей 11:7). Пока человек жив, пока он в состоянии воззвать к Богу, надежда есть. Подтверждением тому являются судьбы людей, о которых мы рассказываем в рубрике «Выход из кризиса». Многих Господь буквально поднял с самого дна. Алкоголики и наркоманы получили свободу. Больные были исцелены. Перенёсшие боль утраты вновь обрели радость. Они молились, как некогда Давид: «Сила моя! поспеши на помощь мне» (Библия, книга Псалтирь 21:20). Силой Давид называет Бога. «Невозможное человекам возможно Богу» (Евангелие от Луки 18:27). Но хочет ли человек изменений? Желает ли он жить иначе? Выбор за ним.

Дорогой читатель, если ты оказался в зависимости, если попал в сложную ситуацию, если утратил радость жизни, молись. Бог пообещал: «Приходящего ко Мне не изгоню вон» (Евангелие от Иоанна 6:37). Величайшее желание Иисуса — чтобы никто не погиб, чтобы все пришли к покаянию и наследовали вечную жизнь.

дышите
свободно
онлайн-программа

- Удобный формат
- Индивидуальное сопровождение
- Оптимальная стратегия для победы

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ПРИНЯТЬ
РЕШЕНИЕ - СЕГОДНЯ!



ХОЧЕШЬ БРОСИТЬ
КУРИТЬ НАВСЕГДА?



Подробности на сайте:
дышите-свободно.online

ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЧЕЧЕВИЦЕЙ

Пирожки бывают не только вкусными, но и полезными. Убедитесь сами.



Ингредиенты для теста:

- 360 г (1,3 стакана) воды
- 120 г (1/3 стакана) горчичного масла
- 10 г (2 ч. ложки) соли
- 600 г (5 стаканов) цельнозерновой муки

Приготовление:

Масло, воду и соль взбить блендером. Затем перелить в чашу, всыпать муку и замесить тесто.

Ингредиенты для начинки:

- 500 г картофеля (5 средних клубней)
- 250 г (1,5 стакана) тарелочной (зелёно-коричневой) чечевицы
- 400 г лука (4 средних луковицы)
- 20 г (3 ст. ложки) горчичного масла
- 1 ч. ложка пажитника
- соль по вкусу

Приготовление:

1. Чечевицу промыть, залить на ночь водой. Утром воду слить, залить чистой и варить до мягкости.
2. Картофель очистить, сварить в

подсоленной воде. Воду слить, горячий картофель потолочь в пюре.

3. Сваренную чечевицу взбить в чаше погружного блендера.

4. Лук нарезать мелкими кубиками, посолить, поместить на сковородку, тушить в собственном соку под закрытой крышкой на медленном огне. Добавить пажитник, масло, тушить до мягкости лука.

5. В ёмкости соединить картофель, чечевицу, лук. Перемешать.

6. Сформировать пирожки: тесто 40 г, начинка 50 г.

Выпекать 30 минут при температуре 200°C.

Выход: 26 пирожков.

Ешьте на здоровье!

Telegram-канал

«Растительная кухня

Валерии Любимовой»



ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

6+

МАМА, ТЫ НЕ ПОНИМАЕШЬ!

Бывает такое, что мама что-то запрещает тебе,
а ты обижаешься на неё?

Маша и Лёня — брат и сестра. Лёня младший, но он очень любит гулять с Машей и её друзьями. Ещё бы: эти старшие ребята всегда придумывают что-нибудь интересное. Однажды мама узнала, что дети гуляли на заброшке. Заброшками они называли старые брошенные здания, которых немало было в их городке: полуразвалившееся общежитие, огромная фабрика из красного кирпича, большой не работающий завод...

Когда мама узнала, что дети ходят туда, то сказала:

— Дети, это очень опасное развлечение.

— Да мы осторожно, — протянула Маша.

— Ага, осторожно, — передразнил сестру Лёнька. — В прошлый раз Кириша так камни со второго этажа вниз кидал, что я перепугался и выбежал на улицу.

— А тебя я вообще гулять с собой больше не возьму, маленький стукач.

— Спокойно. Послушайте меня, — начала мама, — эти здания, хоть и вы-

глядят заброшенными, кому-то принадлежат. Может быть, городу. Представьте, что кто-то придёт к нам домой без приглашения и будет здесь лазить. Вам понравится?

— Сравнила! — недовольно сказала Маша.

— Дочка, когда вы забираетесь на чужую территорию, вы посягаете на чужое. А посягательство на чужое называется воровством. Я категорически против того, чтобы вы гуляли на заброшках. Поняли? Это опасно. Здания находятся в аварийном состоянии, в любой момент может что-то обрушиться.

— Мама, некоторые залезают на крышу старого зернохранилища — вот это опасно. А мы думаем головой.

— Вы, может, и думаете, но ты не учла, что есть люди, у которых с думанием сложно. Ты знаешь, что заброшки, которые вас так манят, привлекают не только вас? То, что вы не встречали там наркоманов или просто сумасшедших людей, не значит, что их там не бывает. Просто вам посчастливилось с ними не

встретиться. Чтобы ноги вашей больше там не было!

— Мама, ты не понимаешь! Ты скучная и правильная!

— Я вас люблю и забочусь о вас.

Прошло не так много времени, и Маша с Лёней снова оказались в заброшке с компанией друзей. Хотя маме они обещали гулять в парке. Лёня не хотел ослушаться маму, но и без друзей оставаться не хотел. И Маша грозила ему, что, если он проболтается, она больше никуда его с собой не возьмёт. Поэтому мальчик решил, что просто стоит у входа, пока старшие ребята будут лазить внутри. Он слышал их радостные голоса и жалел, что не может быть с ними. Вдруг ребята закричали, но это был не крик веселья, а возглас испуга. Шум, топот, чей-то чужой голос...

С криками ужаса выбежали подростки из здания, а за ними — какой-то небритый худой человек с ножом и бранью.

— Лёнька, бежим! — крикнула перепуганная Маша.

Кто это был? Наркоман, пьяница или сторож, решивший напугать незваных гостей? Этот человек слишком быстро бежал для пьяного и слишком правдоподобно хотел кого-то зарезать, чтобы быть сторожем. Кем бы он ни был, удирая, ребята вспомнили свою «скучную и правильную» маму. Как она была права!

«Господи, спаси!» — молилась про себя Маша. У неё в голове, как лампочки, вспыхнули мамины наставления. Мама говорила, что Бог любит детей даже больше, чем родная мать. К Нему всегда можно обратиться за помощью. Вот Маша и молилась. Ещё Маша вспомнила, что послушание нужно, чтобы дольше жить на земле...

Когда преследователь отстал и девочка отдышалась, то сказала друзьям:

— Ребята, до меня тут дошёл смысл слов пятой заповеди: «Почитай отца твоего и мать твою, чтобы продлились дни твои на земле» (Библия, книга Исход 20:12). Если мы не будем слушаться, то долго не проживём. Я ведь дерзила маме, когда она запрещала гулять на заброшках, думала, что она просто пугает нас. А вон как вышло. Пойдёмте лучше в парк.

И вся гурьба направилась в парк, но их сердечки ещё долго учащённо бились от испуга.

— Я всё маме расскажу, — заревел Лёнька, которого с опозданием накрыли слёзы.

— Я сама расскажу, — решила Маша, — и пообещаю, что больше на заброшку не пойду. Не знаю, как вы, ребята, а я больше там не гуляю.

Все кинулись утешать Лёньку и пообещали ему, что отныне никаких заброшек не будет.

Надежда Масленникова

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.

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 перевод.



ВНИМАНИЕ! QR-код обновлён в связи со сменой реквизитов.

Другие способы помощи: sokrsokr.net/help

УЧИТЕСЬ ВИДЕТЬ ХОРОШЕЕ

О созидательных мелочах.

Я повсюду рассказываю одну замечательную историю, которую вычитала где-то моя жена, — историю супружеской пары, готовившейся отметить золотую свадьбу. Местная газета послала репортёра, чтобы взять у них интервью, но дома оказался только муж.

— В чём состоит секрет вашего долгого и счастливого брака? — спросил репортёр.

— Что ж, я отвечу вам, молодой человек, — неторопливо произнёс мужчина. — В день свадьбы отец моей невесты отозвал меня в сторону и вручил мне маленькую коробочку. «Здесь лежит всё, что тебе необходимо знать», — сказал он. В коробочке было вот что, — и он достал из кармана большие золотые часы, раскрыл и подал их журналисту.

Прямо на циферблате, на который ему приходилось смотреть по десять раз в день, были начертаны слова: «Скажи Саре что-нибудь приятное».

Слишком просто, скажете вы? Но это работает! Помните, что счастье завоёвывается небольшими, казалось бы, ничего не стоящими знаками внимания. Признательность всегда вознаграждается. Критическое отношение — никогда. Понимание, открыто выраженная нежная привязанность — вот на чём строятся счастливые отношения. Но, к сожалению, иногда сердечность и признательность отбрасываются и забываются.

Виктор и Ольга — прекрасная пара. Когда гости спрашивают их о секрете семейного счастья, Виктор рассказывает: «Первые несколько лет наша совместная жизнь была очень непростой, пока мы не осознали, что надо что-то предпринять. И тогда мы решили составить список того, что нам не нравится друг в друге. Списки получились ужасно длинными, но Ольга всё же дала мне свой, а я ей — свой. Читать было очень неприятно. Затем мы сделали то, что может показаться глупостью. Мы вышли из дома и сожгли эти списки возле мусорного бака, наблюдая, как они исчезают в огне, и впервые за долгие месяцы обняли друг друга. Потом вернулись в дом, и каждый из нас написал список всех тех хороших качеств, которые нам удалось выискать друг в друге. На это потребовалось время. Это было трудно, потому что тогда наш брак находился в критическом состоянии. Но мы за него держались. Затем мы сделали ещё одну вещь, которая тоже покажется вам ребячеством. Пройдёмте в спальню, я вам покажу». И он проводит своего гостя в

опрятную, уютно обставленную спальню. Там, на самом видном месте, висят в красивых рамках два написанных от руки списка.

«Если у нас и есть какой-то секрет, то он перед вами», — говорит Виктор. И рассказывает, что всякий раз, идя на работу, вспоминает свой список, и так мысленно снова и снова он повторяет его каждый день. «Теперь мне кажется, что Ольга — самый замечательный человек на свете», — добавляет он. — По-дозреваю, что она думает обо мне так же. Вот и всё».

В этом есть много поучительного: именно преодоление всего дурного и умение вознести доброе на должную высоту составляет сокровенную сущность долговечного брака. Этим супругам принадлежал рай, созданный не кем-то, а ими самими. Главное — каким образом: при помощи двух нацарапанных от руки списков в рамочках!

Если в ваших отношениях с людьми необходимо что-то изменить, знайте, что прочные нити доброты и признательности — самый лучший материал для этой цели. Каждой семье необходима такая починка. В каждой семье бывают размолвки, расхождения во взглядах. Чем больше я живу и чем больше узнаю людей, тем лучше я понимаю, что для улаживания конфликтов требуется высочайшая тактичность. Ибо различие мнений в напряжённой атмосфере раздражительности становится взрывоопасным.

Вот хороший совет для любой семьи: никогда не ссорьтесь за завтраком. Многие мужья, не справившись с управлением автомобиля по дороге на работу, выезжали на встречную полосу и попали в аварию как раз после ссоры за завтраком. А многие жёны потом долго раскаивались. Пожалуйста, последуйте моему совету. Не начинайте ссоры, когда муж приходит с работы домой. Он может выдержать на работе всё что угодно, если только у него счастливая семья. Так пусть его никогда не встречает дома сварливая жена! И ещё — никогда не ссорьтесь, отходя ко сну. Это портит весь прожитый день.

Итак, мой совет довольно прост. Никогда не скандальте! Полезных ссор не бывает. Дайте выход своим страстям



каким-нибудь другим способом. Ссоры никогда не проявляют атмосферу — они

способны только отравить её, оставляя в душе глубокие раны. Важно помнить, что под влиянием момента мы добиваемся противоположного результата, —

война есть война, какими бы средствами она ни велась, — кулаками или эпитетами. Раны, нанесённые словами, подчас более страшны, чем удары дубинкой.

Есть старая история о том, как усталый молодой муж вернулся домой после долгого трудового дня и обнаружил, что коровы куда-то разбрелись. И он упрекнул за это жену. «Тебе же больше нечем заниматься! — воскликнул он. — Могла бы хоть за коровами присматривать!» Он тут же пожалел о своих словах. Но зло уже совершилось. Он хотел попросить прощения в тот же вечер, но помешала гордость. На следующее утро ему было некогда, и он отложил примирение на другой раз. К вечеру он увидел, что надвигается гроза, и заторопился домой. Хижина была пуста. Но на столе лежала записка. «Коровы опять пропали, — говорилось в ней. — Мне очень жаль. Я старалась их удерживать. Пожалуйста, находи для меня добрые слова, когда приходишь домой. Я ушла искать коров».

«Моя жена? В такую грозу под открытым небом?!» Он бросился за ней и совершенно забыл о коровах. В небе, изрезанном ослепительным огнём молний, раздавались оглушительные раскаты грома. Стеной обрушился град, но муж, обезумевший от ужаса, искал свою милую. Всю ночь прочёсывал он холмы и долины. А на рассвете вернулся

к хижине — лишь для того, чтобы недалеко от того самого места, где он убил её своими словами, найти её безжизненное тело. Было слишком поздно — слишком поздно для слов!

А что, если тот, с кем вы расстались в ссоре, сегодня не вернётся домой?

В каждой семье могут возникать разногласия и противоречия во мнениях, которые сразу же необходимо обсудить. Хорошее правило — никогда не ложиться спать, пока недопонимания, если таковые имеются, не будут рассеяны. Апостол Павел советует: «Гневаясь, не согрешайте: солнце да не зайдёт во гневе вашем; и не давайте места диаволу» (Библия, Послание ефессянам 4:26, 27). Уверен, что вы пожалеете, если хоть немного отклонитесь от этого правила. Размолвки, если их не уладить безотлагательно, постепенно превращаются в бессознательную негативную установку и могут, в конечном счёте, разрушить брак.

А теперь я хочу задать вам вопрос. Вы любите свою жену? Вы любите своего мужа? Но думали ли вы о нём (или о ней) как о своём самом лучшем друге? По существу, муж и жена — это друзья. Разве эта мысль не могла бы смягчить натянутые отношения многих людей? Друзья. Разве друзья не делают всё сообща, не делят всё пополам? Неужели вы допустите, чтобы ваш брак, вместо того чтобы стать искренней дружбой, обернулся формальным признанием взаимной ответственности? Кто-то сказал, что любовь — это дружба, положенная на музыку. Так ли это у вас? Или вы пытаетесь сохранить любовь, тогда как дружба уже давно прошла? Не пьёте ли вы из медной кружки долга, когда могли бы пить из золотой чаши дружбы? Делайте всё вместе.

Джордж Вандеман,
«Ваша семья и ваше здоровье»

Поэтическая врезка из
стихотворения Татьяны Хлопковой



ВОДА — ОСНОВА ЖИЗНИ

Как пить правильно для здоровья?

ного восполнения увеличивается.

Важно: если появилась жажда, значит, уже наступило начальное обезвоживание.

Без воды жизнь, как её понимают учёные, невозможна. Она невозможна как в масштабах планеты, так и в масштабах отдельного живого организма. Тело человека на 60% состоит из воды. В головном мозге её ещё больше — 80%. И даже в костях содержится 10 – 15% воды. Вода нужна нам, чтобы быть здоровыми.

ЧЕМ ИМЕННО ПОЛЕЗНА ВОДА

Многие ключевые процессы в организме не обходятся без воды. К ним относятся:

- транспортировка питательных веществ и кислорода,
- терморегуляция,
- выведение токсинов через почки и печень,
- поддержание работы суставов и мозга.

КАК ОРГАНИЗМ РАСХОДУЕТ ВОДУ

Вода расходуется организмом постоянно. В сутки через почки выходит 1 – 1,5 л, через кожу — 0,5 л, через лёгкие и кишечник — по 0,25 л. Всего 2 – 2,5 л. То есть организм теряет 8 – 10 стаканов воды в день, и их обязательно нужно восполнять. Это только при нормальном расходе. А если потери воды повышаются, то и объём для ежеднев-

КОГДА ПОТРЕБНОСТЬ В ВОДЕ УВЕЛИЧИВАЕТСЯ

- Сильное потоотделение (жара, высокая температура тела, рвота, диарея, большая физическая нагрузка);
- болезни дыхательных путей (одышка);
- беременность и грудное вскармливание;
- употребление продуктов с высоким содержанием белка, сахара и соли;
- избыточный вес (+1 стакан на каждые 10 кг лишнего веса);
- возраст (пожилые люди часто не чувствуют жажду).

Совет: пейте воду после каждого посещения туалета.

СКОЛЬКО ПИТЬ ВОДЫ

Важен индивидуальный подход: для каждого человека количество необходимой воды своё. Общее правило: 30 мл на 1 кг веса. На объём потребляемой воды влияют погодные условия (в жару требуется больше жидкости), физические нагрузки, температура тела.

Интересно:

Огурцы содержат много сока, который выравнивает кислотно-щелочной баланс в организме, помогает выводить шлаки и яды, снимает отёки с глаз, дробит камни в желчном пузыре и протоках.

лочной баланс в организме, помогает выводить шлаки и яды, снимает отёки с глаз, дробит камни в желчном пузыре и протоках.

КАК ПРАВИЛЬНО ПИТЬ ВОДУ

1. Увеличивать количество выпиваемой в день воды постепенно (особенно актуально для людей с проблемами с сердцем и давлением).
2. Не пить слишком много воды за раз: риск гипонатриемии (разбавление солей в крови). 6 – 8 стаканов воды в течение дня можно распределить следующим образом: 2 стакана до завтрака, по 2 – 3 стакана между завтраком и обедом и между обедом и ужином. Вода утром натощак «запускает» метаболизм, за 30 минут до еды — помогает контролировать аппетит.
3. Не пить обильно во время еды, так как это разбавляет желудочный сок и нарушает пищеварение.
4. Перед сном пить умеренно, чтобы не нарушать сон.
5. Пить не залпом, а мелкими глотками.
6. Пить тёплую воду или воду комнатной температуры (холодная может привести к спазму сосудов).
7. Не заменять воду чаем, кофе, соками и лимонадами (они только усилят жажду и потребуют переваривания добавленных в воду веществ).

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО ВОДЫ ДОСТАТОЧНО

- Светлая, прозрачная моча,

- нет сухости во рту, а на губах — сухих корочек,
- хорошее самочувствие и бодрость.

Совет: Ведите дневник водного баланса (например, в приложении), используйте напоминания в телефоне. Либо всегда берите бутылку с водой: на работе, в сумке, в машине она должна быть с вами.

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО ВОДЫ НЕДОСТАТОЧНО

- Головная боль, головокружение, усталость, снижение концентрации, раздражительность,
- тёмная моча, редкое мочеиспускание,
- плохое пищеварение, запоры,
- сухость кожи и волос.

Интересно:

В 1953 году был покорён Эверест. Ключевым фактором успеха экспедиции стало количество выпиваемой воды в день — около 3 л на каждого участника.

Вода — бесплатный и мощный «лекарь», который может вылечить или облегчить течение разных заболеваний. А если пить воду правильно и в достаточном количестве с молодости, многих болезней можно вовсе избежать. Будьте здоровы!

Ещё больше о воде, например, как пить воду при проблемах с давлением, чем лучше не утолять жажду и чем опасны сладкие газированные напитки, смотрите в программе «Как правильно пить воду» из цикла «Девять десятых счастья» телеканала «Три Ангела».



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

WhatsApp, Viber +7 996 336 09 91



ANGEL7D.RU

САЙТ МОЛИТВЕННОЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

ПОМОЛИТЕСЬ ЗА МЕНЯ Христианский телевизионный канал hope.tv.ru НАДЕЖДА

МОЛИТВЕННЫЙ МАРАФОН

каждый понедельник в прямом эфире на канале Надежда

В 19:00

Молитвенные просьбы присылайте на WhatsApp, Telegram 8 (915) 688 76 01

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)

voshzhdenie-centr.ru; voshzhdenie@internet.ru

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



ИП Мартынов А. Г., ОГРНИП 321169000074672

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.



ПРИГЛАШАЕМ НА НАШ RUTUBE-КАНАЛ:

СВЕЖИЕ ОБЗОРЫ ГАЗЕТ И ДРУГИЕ ВИДЕО
Подписывайтесь, чтобы не пропустить новое видео!





ЗАКАЖИ ГАЗЕТУ НА 3 МЕСЯЦА БЕСПЛАТНО

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.

ПОДПИСКА

на журнал «Чудесные странички» (6 номеров) в 2026 году, при оформлении подписки в редакции, составит 1450 руб. (с учётом пересылки).



Тем, кто впервые познакомился с журналом «Чудесные странички», предлагаем приобрести подшивку журналов за прошлые года (23 номера) также за **1450 руб.** (без учёта пересылки). С учётом пересылки цена подшивки — **1820 руб.**



Заказы принимаются:
WhatsApp, Telegram: **8 960-099-22-20**
А также в интернет-магазине на сайте:
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 1021200000634

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 (938) 870-70-10 (Telegram, WhatsApp)

8 (800) 3-505-909 (Бесплатно из РФ)

СЕЛЬСКИЙДОМ.РФ



Автомобилем: Абхазия, Гудаутский р-н, с. Мцара (40 км от Сухума,

80 км от Сочи). Поездом: Москва – Сухум до станции Гудаута.

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

ИП Пилипенко В. Д. ОГРНИП 316РА000423

РЕКЛАМА 12+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

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

Газета «Сокрытое Сокровище» №11(343). 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 — А. Н. Васенёв, Е. А. Екимов, Р. И. Кошкин, А. И. Крутов, С. П. Титовский; корректор — Т. Г. Ведерникова, дизайн, верстка — С. В. Литвина. Использованы иллюстрации с сайта 123rf.com.



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 В МЕССЕНДЖЕРАХ:



Telegram



Сокрытое Сокровище о Христе

Мы пишем о вечном, молитве, вере, церкви и моральных принципах. Опыты излечения от болезней и вредных привычек с помощью Бога. Подписывайтесь на нас, чтобы своевременно получать интересную и нужную информацию.

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 315 200 экз.

Данное издание является рабочей копией и не предназначено для тиражирования.