

ЧИТАЕМ
БИБЛИЮ

Стр. 2

ТВОРЧЕСТВО
НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

Стр. 3

ПОДПИСКА

Стр. 12



Сокрытое Сокровище

№ 4(228) АПРЕЛЬ 2016 г.

THE HIDDEN TREASURE

www.vestnik7.com

ВОСКРЕСЕНИЕ ИЛИ РЕИНКАРНАЦИЯ?

Стр. 5

«Если Христос не воскрес,
то вера ваша тщетна»
(1 Коринфянам 15:17).



Заходите на сайт газеты
«Ваши ключи к здоровью»
www.8doktorov.ru

Заходите на www.vestnik7.com

ЕЖЕМЕСЯЧНАЯ
ХРИСТИАНСКАЯ
ГАЗЕТА

Стр. 8

СВОБОДА СОВЕСТИ
ПОД УГОРОДОЙ



Стр. 7

«ПОСЛЕДСТВИЙ НЕ БОЮСЬ»

Как бразильский вратарь
выбрал религию вместо футбола



Стр. 9

ПОСТ И ДИЕТА:
В ЧЁМ РАЗНИЦА?



ГИМН ИИСУСУ ХРИСТУ

Аллиуйя, аллиуйя, слава Тебе, Господи! Нет души чистой перед Тобой, и нет на земле безгрешного человека. Ты один праведен и свят, но Ты и есть наше спасение! Ты пролил кровь Свою за грехи человеческие, и Ты искупил их во веки веков! Праведность человеческая от подвига Твоего навеки воссияла! Ты передал человечеству чистоту и святость Свою, Ты одарил каждую душу верой в избавление от грехов и преступлений, верой в спасение и вечное блаженство!

Аллиуйя, аллиуйя, слава Тебе, Господи! Ты посетил землю не в царственном Риме и не в надменном Вавилоне! Ты сошёл с небес и явился в человеческой ипостаси в жалкой, обездоленной Иудее, попираемой ногами римских воинов. Ты покорно нёс крест страданий и унижений, познал жизнь нищего труженика, роскошь и богатство были ненавистны Тебе.

Аллиуйя, аллиуйя, слава Тебе, Господи! Ты подарил человечеству новые законы, святые и поразительные по благородству и человеколюбию. Ты сказал ученикам Своим: «Любите врагов ваших, благословляйте проклинающих вас, благотворите ненавидящим вас и молитесь за обижающих вас и гонящих вас, да будете сынами Отца вашего Небесного» (Матфея 5:44, 45). Истинный, а не мнимый гуманизм звучал в словах Твоих, Господи. Ты — вечный, неиссякающий источник любви к каждому человеку!

Аллиуйя, аллиуйя, слава Тебе, Господи! Вокруг Тебя бушевали войны и пожарища, рекой лилась кровь человеческая, господствовали низменные страсти и разврат. Безнадёжность и человеконенавистничество царили в каждом сердце. И Ты простёр Свою святую длань, и изрёк святые слова: «Блаженны нищие духом, ибо их есть Царство Небесное. Блаженны плачущие, ибо они утешаются. Блаженны кроткие, ибо они наследуют землю.

Александр Иванов. «Явление Христа Марии Магдалине после воскресения».



Блаженны алчущие и жаждущие правды, ибо они насытятся. Блаженны милостивые, ибо они помилованы будут. Блаженны чистые сердцем, ибо они Бога узрят. Блаженны миротворцы, ибо они будут наречены сыновами Божиими. Блаженны изгнанные за правду, ибо их есть Царство Небесное» (Матфея 5:3–10).

И навсегда мир запомнил Твои слова, ибо в них — спасение рода человеческого.

Аллиуйя, аллиуйя, слава Тебе, Господи! Какие тайны мира иного открыл Ты людям. К какой свет влив в душу озверевшего человечества! Какое величайшее нравственное учение создал Своими проповедями и выступлениями! Не синагога — храм Твой, но открытый шатёр неба, под которым миллионы людей внимали Твоим святым словам! В Тебе была истинная жизнь, явившаяся единственным светом для человечества, который не объяла тьма.

От одного прикосновения к Тебе люди излечивались от тягчайших недугов. Тебе были покорны все стихии мира. И сам сатана вынужден был отступить перед Твоим грозным величием. Но люди запомнили Тебя кротким, любящим и всепрощающим, Тебя, Повелителя Вселенной!

Аллиуйя, аллиуйя, слава Тебе, Господи! Сотней чудес явил Иисус Христос Своё Божественное могущество и милость к страдающему человечеству. Он излечил тысячи безнадёжно больных и даже освобождал людей от чудовищной власти смерти. Стоило Ему сказать: «Талифа куми», — и умершая девочка воскресла на глазах у изумлённых родителей. И Он воскресил Лазаря, одного из Своих друзей и последователей. И Он не позволил толпе глумиться над падшей женщиной, сказав только: «Кто из вас без греха, первый брось на неё камень» (Иоанна 8:7). И толпа моментально рассеялась. И, войдя в храм Божий, Иисус выгнал всех продающих и покупающих, и опрокинул столы меновщиков. И сказал торговцам: «Написано: "дом Мой домом молитвы наречётся"; а вы сделали его вертепом разбойников» (Матфея 21:13). И делами Своими, и чудесами, и притчами стремился Господь избавить людей от духовного скотства и приблизить их к нравственному совершенству.

Аллиуйя, аллиуйя, слава Тебе, Господи! Существование Христа в плотской человеческой ипостаси длилось недолго. В тридцать лет начал Он Свои святые проповеди, а в тридцать три был казнён по нагово-

ру старейшин и первосвященников иудейских. Ибо не простили Богочеловеку Его нравственное величие и Его Божественную сущность. Ибо нет пророков в своём отечестве, а если они и появляются, то судьба их неизменно трагична. Не поверили фарисеи, что плотник из Назарета был истинным Богом и пришёл в мир, чтобы спасти человечество. Ибо кровью Своей святой должен был Он омыть грехи человеческие и уничтожить их перед глазами Отца Своего Небесного. Ибо путь к спасению человечества лежал через муки и страдания, через смерть и воскресение Создателя и Спасителя мира. Ибо Сам Он избрал для Себя этот путь во имя бесконечной любви к человечеству.

Аллиуйя, аллиуйя, слава Тебе, Господи! «Что есть истина?», — спросил у Тебя Понтий Пилат. Ты не ответил, ибо истина заключалась в Тебе Самом, в Твоём святом учении. «Ты Царь Иудейский?» (Матфея 27:11) — спрашивал он у Тебя. Ослеплённый своим высокомерием, он не мог понять, что Ты Царь не только Иудеи, но и всего мира. «Спаси Себя Самого», — издевательски кричала Тебе толпа. — Если Ты Сын Божий, сойди с креста» (Матфея 27:40). Нет, Ты не сошёл с креста, ибо праведной Своей кровью решил спасти человечество. Закон любви и всепрощения нёс Ты людям, закон высшей нравственности и чистоты, закон наивысшего духовного совершенства. И он освящён Твоими муками на кресте, Твоей смертью и воскресением!

Аллиуйя, аллиуйя, слава Тебе, Господи! Грешные, преступные, недостойные милости Твоей и сострадания, мы припадём к стопам Твоим и умоляем: прости нас, Господи! Тысячи преступлений лежат на нашей совести, глумления и поругания достойны мы навеки, кровь и слёзы текут по нашим лицам, но искренно и трепетно, коленопреклонённо и благоговейно, с последней, отчаянной надеждой мы умоляем Тебя: прости нас, Господи! Простираем к Тебе руки и сердца, Ты видишь глубину нашего раскаяния.

Сергей Рионский,
«На встречу с вечностью»
Печатается в сокращении

ХРИСТОС ВОСКРЕС!



ЕВАНГЕЛИЕ ОТ ИОАННА

Глава 20

1 В первый же [день] недели Мария Магдалина приходит ко гробу рано, когда было ещё темно, и видит, что камень отвален от гроба.

2 Итак, бежит и приходит к Симону Петру и к другому ученику, которого любил Иисус, и говорит им: унесли

Господа из гроба, и не знаем, где положили Его.

3 Тотчас вышел Пётр и другой ученик, и пошли ко гробу.

4 Они побежали оба вместе; но другой ученик бежал скорее Петра и пришёл ко гробу первый.

5 И, наклонившись, увидел лежащие пелены; но не вошёл [во гроб].

6 Вслед за ним приходит Симон Пётр, иходит во гроб, и видит одни пелены лежащие,

7 И плат, который был на голове Его, не с пеленами лежащий, но особо свитый на другом месте.

8 Тогда вошёл и другой ученик,

прежде пришедший ко гробу, и увидел, и уверовал.

9 Ибо они ещё не знали из Писания, что Ему надлежало воскреснуть из мёртвых.

10 Итак, ученики опять возвратились к себе.

11 А Мария стояла у гроба и плакала. И, когда плакала, наклонилась во гроб,

12 И видит двух Ангелов, в белом одеянии сидящих, одного у головы и другого у ног, где лежало тело Иисуса.

13 И они говорят ей: жена! что ты плачешь? Говорят им: унесли Господа моего, и не знаю, где положили Его.

14 Сказав сие, обратилась назад и увидела Иисуса стоящего; но не узнала, что это Иисус.

15 Иисус говорит ей: жена! что ты

ЧИТАЕМ БИБЛИЮ

плачешь? кого ищешь? Она, думая, что это садовник, говорит Ему: господин! если ты вынес Его, скажи мне, где ты положил Его, и я возьму Его.

16 Иисус говорит ей: Мария! Она, обратившись, говорит Ему: Раввуни! — что значит: «Учителя!»

17 Иисус говорит ей: не прикасайся ко Мне, ибо Я ещё не восшёл к Отцу Моему; а иди к братьям Моим и скажи им: «восхожу к Отцу Моему и Отцу вашему, и к Богу Моему и Богу вашему».

18 Мария Магдалина идёт и возвещает ученикам, что видела Господа и [что] Он это сказал ей.

Библия, каноническое издание, синодальный перевод



ДЕВОЧКА СОБРАЛА БОЛЕЕ 5000 ПОДАРКОВ ДЛЯ ДЕТЕЙ ИЗ БЕДНЫХ СТРАН

9-летняя Джордин Макнил при помощи социальных сетей собрала 38 тысяч игрушек и туалетных принадлежностей. Она стремится собрать как можно больше игрушек, но ни одной не оставит себе. «У нас 5161 обувная коробка», — рассказывает волонтёрка Джордин Макнил. Эти обувные коробки наполняют игрушками и туалетными принадлежностями для отправки нуждающимся мальчикам и девочкам в более чем ста странах. Это часть акции «Рождественский ребёнок» службы «Сума самаритянина». «Около трети населения мира — это дети в возрасте до 14-ти лет, живущие в неблагоприятных

условиях. Они сталкиваются с голодом, болезнями, нищетой, войной, стихийными бедствиями. А это возможность предоставить им простой подарок и показать, что кто-то заботится о них», — рассказывает Фил Баркс из «Сумы самаритянина».

В 2012 году она собрала 30 тысяч предметов и упаковала более тысячи коробок. В 2016 году девочка захотела сделать что-то большее, поэтому бросила клич в социальных сетях, чтобы собрать 38 тысяч игрушек и туалетных принадлежностей. «Это было очень трудно, но и очень интересно!», — рассказывает Джордин Макнил.

БОЛЕЕ ПОЛОВИНЫ УЧЁНЫХ В РАЗНЫХ СТРАНАХ ВЕРЯТ В БОГА



Результаты масштабного исследования, проведённого сотруд-

никами Университета Райса, штат Техас, опровергают устоявшиеся стереотипы о том, что научное мышление противостоит религиозным верованиям. Согласно полученным данным, более половины учёных из Франции, Гонконга, Индии, Италии, Тайваня, Турции, Великобритании и США называли себя верующими и заявили, что не видят в этом никакой проблемы для своей профессиональной деятельности.

В рамках этой работы исследователи опросили 9422 человека разного пола, возраста, религиозных взглядов и статуса.

В результате выяснилось, что 54 % учёных из Гонконга, 57 % из Италии, 74 % из Тайваня, 79 % из Индии и 85 % из Турции считают себя религиозными. Учёные-атеисты преобладают только во Франции.

В Гонконге верующими называют себя 39 % учёных, тогда как среди населения религиозных традиций придерживаются только 20 %. Та же картина наблюдается в Тайване, где 54 % учёных религиозны, а в целом среди населения таких людей насчитывается 44 %.

Источник новостей:
invictory.com

ГАЛЕРЕЯ ХРИСТИАНСКОГО ИСКУССТВА //

БОГ, ВСТРЕТИВШИЙСЯ СО СМЕРТЬЮ



Предмет нашего разговора — самая дерзкая картина Ганса Гольбейна — вряд ли внушает хоть какие-то позитивные эмоции с первого взгляда. Глядя на мёртвое тело, вообще не сразу понимаешь, кто изображён, а когда понимаешь, что-то болезненное и противоречивое поднимается в душе. И всё-таки, как гласит название, это «Мёртвый Христос в гробу».

Изображение жизни и смерти Христа всегда было подчинено канонам — строгим или условным, в зависимости от времени и вида живописи. Мастера изображали Спасителя, даже уже мёртвого, величественно-спокойным, нетронутым тлением. На этой же картине всё ровно наоборот: израненное тело, остекленевшие глаза, жуткие посиневшие руки. И, наверное, в чём-то художник был прав.

Мог ли Иисус, измученный до кровавого пота внутренними переживаниями ещё в Гефсимании, придавленный человеческими грехами, оставаться спокойным и полностью уверенным в скором Своём воскресении? Мог ли мученик, избитый по указу прокуратора, долгое время умиравший на кресте, лишённый дружеской и бо-

жественной поддержки, сохранить свежесть и благородный внешний вид? Едва ли. Художники часто приносят логику фактов в жертву ради передачи общего замысла. Это нормально, и Гольбейн тут не стал исключением. Иисус, которого «обвили... пеленами с благовониями, как обыкновенно погребают Иudeи» (Иоанна 19:40), представлен на картине почти обнажённым.

И всё-таки правдивости в этой интерпретации больше. Больше до такой степени, что невольно возникает вопрос: «И это Бог?» Посмотрим на полотно, и не верится, что изображённый может победить смерть. «Да от этой картины у иного вера может пропасть!» — восклицает князь Мышкин в романе Ф. М. Достоевского «Идиот», глядя на страшное изображение. «Пропадает, и то», — отвечает ему Рогожин.

«Мёртвый Христос» оченьочно вписывается в роман русского классика. Ведь если подумать — реальности Достоевского, мрачновато-правдивой, во многом угнетающей, как нельзя лучше подходит картина Гольбейна, к которой можно применить те же эпитеты. Кажется иногда, что герои романа живут в мире, в котором Христос остался мёртвым.

О чём же думал Ганс Гольбейн, создавая данный образ? Это доподлинно неизвестно. Для одних это явное свидетельство неверия художника, другие указывают на то, что, усугубив ужас смерти, живописец создаёт яркий контраст с последующим восстанием из мёртвых. Есть и версия, что изображены первые секунды воскресения Христа. На это ли указывает напряжение тела и свет, которому неоткуда взяться в плотно закрытом гробу?

Так или иначе, даже мёртвый, во всей неприглядности этого слова, Иисус может дать нам урок. Ценный урок, ради которого, в общем-то, Бог и умер. Посмотрите на Него ещё раз. На посиневшие проколотые руки, страшно поднятую грудную клетку, где нет дыхания, на лицо. Вот смерть, с которой встретились не мы, а Бог. Если, глядя на эту картину, кажется, что Он никогда не покинет гроб, знайте: это нам без Его участия не покинуть гроб. Не уснуть безмятежно, а именно умереть должен был Христос, чтобы нам не пришлось узнать, какова на вид вечная смерть. Смерть, не менее страшная, чем на картине Гольбейна.

Мария Коровина



ПРИДИ К ЕГО КРЕСТУ

Распятый над землёю,
От ран Он изнемог,
С горячею мольбою
Роняет слёзы Бог.

Он плачет не от боли,
Хоть тяжело дышать.
Он крест по доброй воле
Пришёл в смиренъи взять.

Над ним глумятся судьи,
Беснуется народ,
Кричат в безумъи люди,
Сердца их, словно лёд.

Они лишь смерти жаждут,
Кричат: «Распни Его».
Глумясь над Ним, не знают,
Что Бога своего

Ко древу пригвоздили,
Ильётся кровь Творца,—
Не знают, Кого били...
И просит Он Отца

Дрожащими устами:
«Прости их, Отче Мой,
Они не знают сами,
Что делают со Мной».

Одет венец с шипами,
Венчает он чело.
Простёртыми руками
Творение Своё

Спаситель обнимает.
Приди к Его кресту,
Тебя Бог приглашает,
Ты поклонись Христу.

Прими Его прощенье,
Бог даром всё даёт,
Лишь в Нём твоё спасенье,—
Надёжный Он оплот.

НЕ СТРАШНО МНЕ С ТОБОЙ ИДТИ
Мне не страшна с Тобой, Спаситель,
Невзгод житейских вынужа,
Я твёрдо знаю, мой Хранитель,—
Не сыщешь лучше Друга!

Мне не страшны с Тобой проклятья,
Удар судьбы в день роковой,
Себя отдав Ты на распятие,
Нам дал защиту и покой.

В Тебе, Господь, моё спасенье,
Ты — мой Советник, Врач души,
Моя защита, утешенье,
С Тобой покоюсь я в тиши.

Когда приходят испытанья,
Ты помогаешь их нести.
И, помня все твои страданья,
Не страшно мне с Тобой идти.

Ты по заснеженным дорогам
Идя, проложиши мне Свой след,
И буду счастлива я с Богом,—
Сиять мне будет вечный Свет!

София Рослякова,
г. Минск

КАК НАУЧИТЬСЯ
МОЛИТЬСЯ



**МОЛИТВА:
ДЕЙСТВЕННОСТЬ**

Однажды мне попалась на глаза карикатура из трёх сюжетов. На первом человек стоит на коленях и, сложив руки, молится. На втором — тот же человек в том же положении тела, только значительно старше. На третьем — упавший скелет. Внизу надпись: «Зачем молиться и ждать, когда Бог решит твои проблемы?»

Как мы надеемся продемонстрировать в последующих кратких статьях в этой рубрике, мысль художника упомянутой карикатуры основана на ряде спорных предпосылок. Однако она ставит важнейший вопрос: действенна, эффективна ли молитва?

Послушаем вначале ответ Иисуса Христа: «Просите, и дано будет вам; ищите, и найдёте; стучите, и отворят вам; ибо всякий просящий получает, и ищащий находит, и стучащему отврят. Есть ли между вами такой человек, который, когда сын его попросит у него хлеба, подал бы ему камень? И когда попросит рыбы, подал бы ему змею? Итак, если вы, будучи злы, умеете даяния благие давать детям вашим, тем более Отец ваш Небесный даст блага просящим у Него» (Матфея 7:7–11).

Слова Христа звучат категорично: «всякий просящий получает!» Получает что? — «блага!» Бог, как правило, не удовлетворяет просьбы, которые принесут нам зло! В силу чего просящий получает блага? В силу того, что Бог есть «Отец ваш Небесный». Он любит Своих детей и удовлетворяет их нужды.

Начиная с самых первых упоминаний молитвы в Библии, она представлена как действенное, чудотворное средство. «И помолился Авраам Богу, и исцелил Бог Авимелеха, и жену его, и рабынью его, и они стали рождать» (Бытие 20:17). «И молился Исаак Господу о жене своей, потому что она была неплодна; и Господь услышал его, и зачала Ревекка, жена его» (Бытие 25:21). «И призвал фараон Моисея и Аарона и сказал: помолитесь Господу, чтоб Он удалил жаб от меня и от народа моего... Моисей и Аарон вышли от фараона, и Моисей возвзвал к Господу о жабах, которых Он навёл на фараона. И сделал Господь по слову Моисея: жабы вымерли в домах, на дворах и на полях» (Исход 8:8, 12, 13), и т. д.

Книга отеческих молитв продолжает писаться и сегодня. Бог отвечает на молитвы, посыпает блага просящим у Него! Пользуйтесь этим действенным средством и обретайте блага от Небесного Отца!

Виталий Олийник

НА ЧТО ПОХОЖА ВЕРА?

21 год назад я познакомилась с библейским учением и со светлой радостью продолжаю изучать Слово Создателя. Мне захотелось вспомнить — найти в жизни своей подобную радость, чтобы сравнить, осознать, что я получила, изучая Библию, где Бог объясняет нам Себя и учит, как строить с Ним отношения.

9 мая 1945 года я встретила 9-летним ребёнком. После образования ООН и Нюрнбергского процесса СМИ сообщали, что мир вступил в эру без войн. Несмотря на послевоенный голод и безотцовщину, в сердцах поселились радость и надежда. Но... ещё не закончились мои отеческие годы, чёрные вести о гонке вооружений повторялись всё настойчивее. Радость погасла.

В студенческие годы в Свердловске (ныне Екатеринбург) я влюбилась в оперный театр. Лучшая музыка, лучшие музыканты, лучшие певцы, лучшие художники-декораторы, дивно красивые залы — мощное воздействие на чувства и мысли. Вдохновляясь поступать в жизни так же благородно, как в спектаклях. Удовлетворение. Радость! Но... жизнь, оказывается, более груба и сложна, — сентиментальность несостоятельна.

Много было других радостных событий: первая любовь, многообразное общение в студенчестве, радость успехов на работе, замужество, рождение сы-

новей... Но каждый раз радость со временем становилась тусклой. Мне чего-то недоставало.

И всё-таки одно сравнение у меня нашлось. По образованию я горный инженер — маркшейдер. Первая горная практика проходила на глубине 600 м в г. Карабаш Челябинской области, где добывались колчеданные руды. Мы, три девушки, в ночную смену были направлены в горизонтальную выработку грузить в вагонетку руду совковыми лопатами. Устали очень. В конце смены пришли к вертикальному стволу шахты, чтобы подняться на поверхность. Оказалось, клеть застряла в стволе. Выход из положения — пойти в соседнее отделение ствола, оборудованное лестницами, и пройти пешком эти 600 м по вертикали. Аккумулятор «сел», лампочка на каске еле светилась. Тяжёлые резиновые сапоги больше ноги на 3–4 размера. На обводнённых участках капает кислотная (от соприкосновения с рудой) вода, поэтому спецодежда из тяжёлого толстого брезента. Останавливаться нельзя — сза-

ди идут ещё люди... Какая же была радость, когда после чёрного подземелья я увидела чистое голубое небо и солнце! Прежде неведомое чувство восторга овладело мной!

Теперь подземельем я называю свою жизнь до знакомства с Богом, потому что, не зная Божьего Закона, наделала много ошибок в жизни. Не была свободна от чувства вины. Вина давила на сознание, как шахтёрская экипировка при подъёме из шахты по лестницам. Последствия некоторых ошибок ужасны. В действиях своих руководствовалась принципами «как все», «не хуже других». Дух мой не был спокоен в любом возрасте — о чём-нибудь да беспокоилась, страдала. Эмоции, порой, были непрекратимы, — разум не имел якоря.

Молитвенная жизнь в Боге выравнивает наш дух, даёт мир душе. Все прежние промахи, ошибки наши прощены. За них Иисус Христос принял смерть. Новых ошибок не делаю, живя по закону Бога. Приходит понимание причин страдания людей; зная истину, можем помочь нужным словом, делом. Я имею великую надежду — жить вечно на земле, где «обитает правда» (2 Петра 3:13), но уже и теперь жизнь с Богом наполнена голубым небом и солнцем. Слава Богу!

Г. Дурашкина,
г. Миасс, Челябинская обл.

ГОСПОДЬ СПАС ОТ НЕМИНУЕМОЙ СМЕРТИ

Случай этот произошёл в Мурманской области. Весной 1994 года мы вдвоём с Робертом, другом семьи, ехали в его машине по делам предпринимательства и очень торопились. Роберт гнал машину очень быстро, а дорога была извилистая и высокая, с каменистыми откосами. Вдруг машина резко повернулась (потом в ГАИ выяснилось — лопнуло колесо) и ринулась под откос в камни. Я не была пристёгнута. От удара отлетела дверца, и я вылетела вслед за ней. Дальше полёт продолжался, как в замедленной съёмке, голова работала четко: я не была верующей, но отчаянно закричала: «Господи, что Ты делаешь? Куда пойдут мои дети? В детдом?» Неожиданно передо мной возникла полупрозрачная стена (как из оргстекла), я

от неё отскочила, как мячик, и полетела назад, пролетела под смятой машиной и упала на траву (не на камни, как должно было быть). Меня как будто поддержал кто-то. Сознание отключилось. Я пришла в себя от боли, когда переносили в машину спасателей. Боль пронзала всё тело. «Как хорошо жить! Не хочу в землю! Пусть несколько переломов в левой ноге, особенно в стопе, много ушибов и гематом. Затем в ГАИ, глядя на скомканную машину, сказали, что я точно должна была умереть. А Роберт, будучи пристёгнутым, пострадал меньше.

К Богу я пришла значительно позже, но этот случай ярко запомнился, как спасение от Господа, реальное и моментальное.

Ирина,
г. Вологда

Внимание! Конкурс!

Дорогие друзья! Случались ли чудеса в вашей жизни или в жизни ваших близких?

Возможно, вы были свидетелями чудесного исцеления, получили ответ на молитву или были спасены силой свыше.

Напишите в редакцию правдивую историю об этом и станьте участником конкурса

«ПИСЬМО МЕСЯЦА»

Самые интересные письма будут опубликованы. Все участники получат в подарок книгу на духовную тему.

Ждём ваших писем по адресу:
3832 E. Rialto Ave.,
Fresno, CA 93726
«Сокрытое Сокровище»,
конкурс «Письмо месяца».
fresnovestnik7@yahoo.com

ВОСКРЕСЕНИЕ ИЛИ РЕИНКАРНАЦИЯ?

Приближается праздник Пасхи, когда христиане различных деноминаций приветствуют друг друга словами «Христос воскрес!» — «Воистину воскрес!» Воскресение Христа многим верующим даёт надежду на их собственное воскресение. Но при этом некоторые также верят в бессмертие души и даже в реинкарнацию (перевоплощение). Хотя ни то, ни другое не совместимы с верой в воскресение. Обратимся за истиной к Первосточнику, т. е. к Библии.

Библия говорит: «Приближалась же Пасха, праздник Иудейский» (Иоанна 6:4). Действительно, Пасха всегда была иудейским праздником, связанным с выходом Израильского народа из Египетского плена. Но агнец, которого Бог повелел приготовить и есть в ту ночь, помазав косяки дверей его кровью, символизировал грядущего Мессию, Агнца Божьего, взявшего на себя грехи всего мира, — Иисуса Христа.

Для нас, христиан, Иисус установил другой праздник, называемый Вечерей Господней. Он Сам преподал апостолам символы Своей Плоти (хлеб) и Крови (вино) во время иудейской Пасхи в верхней горнице. Иисус заповедал ученикам: «Сие творите в Моё воспоминание» (Луки 22:19). Во время Пасхи агнец умирал, давая защиту от ангела-убийцы. Во время Вечери Иисус указал на Свою ломимую плоть и кровь, проливаемую за наши грехи.

Библия говорит о двух смертях и двух воскресениях: «Блажен и свят имеющий участие в воскресении первом: над ними смерть вторая не имеет власти» (Откровение 20:6); «И изыдут творившие добро в воскресение жизни, а делавшие зло — в воскресение осуждения» (Иоанна 5:29).

В связи с этим я хотел бы разобраться, умирал ли Иисус вообще и если да, то какой смертью?

Первой смертью умирает каждый житель нашей Земли в результате грехопадения. С этой смертью прекращаются всякая деятельность, мыслительные процессы, эмоции: «Живые знают, что умрут, а мёртвые ничего не знают, и уже нет им воздаяния, потому что и память о них предана забвению, и любовь их, и ненависть их, и ревность их уже исчезли, и нет им более части вовеки ни в чём, что делается под солнцем... в могиле, куда ты пойдёшь, нет ни работы, ни размышлений, ни знания, ни мудрости» (Екклесиаста 9:5, 6, 10). Иисус и другие авторы Священных книг называют эту смерть сном. Да и сама христианская традиция не называет человека, покинувшего этот мир «умершим», но «усопшим» (уснувшим).

После первой смерти человек обязательно воскреснет. Сначала воскresнут праведники, чтобы вечно быть с Господом и судить нечестивых. «Прочие же из умерших не ожили, доколе не окончится тысяча лет. Это — первое воскресение» (Откровение 20:5). Через

тысячу лет произойдёт воскресение тех, кто не принял Иисуса как Господа и Спасителя. «И увидел я мёртвых, малых и великих, стоящих перед Богом, и книги раскрыты были, и иная книга раскрыта, которая есть книга жизни; и судимы были мёртвые по написанному в книгах, сообразно с делами своими» (Откровение 20:12).

Итак, после первой смерти каждый человек воскреснет. А после второй — нет. Книга Откровение ясно говорит об этом. После суда «смерть и ад повергены в озеро огненное. Это — смерть вторая. И кто не был записан в книге жизни, тот был брошен в озеро огненное» (Откровение 20:14, 15). Всё, более нигде не говорится ни о каком воскресении. Смерть вторая — это участь каждого, кто не исповедует и не оставит грех. Это ужасная смерть без надежды, без прощения, без сострадания, без Бога! Она не оставляет никакой надежды ни для вечной жизни, ни для реинкарнации.



душа Его не умирала? Священное Писание много раз говорит о смерти Христа. Он умер за грехи наши, по Писанию, и был погребён, и воскрес в третий день, по Писанию. Иисус действительно перешёл из жизни в небытие. Его душа не возносилась на небо, не общалась с другими ни здесь на земле, ни под землёй.

Иисус на кресте умер «второй» смертью. На Него были возложены грехи всех нас. Он понёс наказание как грешник. Авторы библейских книг писали: «Он взял на Себя наши немощи и понёс наши болезни; а мы

Иисус умер вместо нас, стал нашим Заместителем. Поэтому «верующий в Него не судится, а неверующий уже осуждён, потому что не уверовал во имя Единородного Сына Божия... Верующий в Сына имеет жизнь вечную, а не верующий в Сына не увидит жизни, но гнев Божий пребывает на нём»; «Верующий в Пославшего Меня имеет жизнь вечную и на суд не приходит, но перешёл от смерти в жизнь» (Иоанна 3:18, 36; 5:24). «Всякий верующий в Него получит прощение грехов именем Его» (Деяния 10:43).

Иисус на кресте пережил весь ужас второй смерти. Некоторые считают, что Иисус знал, что воскреснет. Перед последним въездом в Иерусалим Он сказал: «Сын Человеческий предан будет первосвященникам и книжникам, и осудят Его на смерть; и предадут Его язычникам на поругание и биение и распятие; и в третий день воскреснет» (Матфея 20:18, 19). Но я позволю не согласиться с подобным мнением. Иисус не знал, что Он воскреснет, а верил. Если бы Он знал, то не сказал бы: «Душа Моя скорбит смертельно» (Матфея 26:38). Если бы Иисус знал, то не сочился бы кровавый пот с Его чела во время молитвы в Гефсимании. Иисус понимал, что, умирая, как грешник, второй смертью, Он не имеет права на воскресение. А когда на Голгофе тьма объяла землю и Отец оставил Своего Сына, сердце Иисуса не выдержало. Но исполнилось Писание: «Праведный своею верою жив будет» (Аввакума 2:4). Смерть не смогла удержать Праведника, Иисус открыл двери могилы для всякого верующего!

Слава Богу за безмерную любовь к нам, грешным!

Радуясь воскресению нашего Господа Иисуса Христа, будем помнить, какой ценой открыта нам дорога на небо. Апостол Павел говорит: «Пасха наша, Христос, заклан за нас» (1 Коринфянам 5:7), — и просит очиститься от греха. Пусть этот день будет для нас днём духовного обновления!

Игорь Рыбачук



Не забудь среди мирской заботы,
Среди дел бесчисленных завал:
Чтоб тебя спасти, в канун субботы
На кресте Спаситель умирал.
Смерть приняв и испытав мученья,
Он простил тебе свою вину.
Не предай Его за развлечения,
Не предай за серебра суму.
Благодать прими, открои Писанье,
Сердце Богу подари навек.
Он пробудит чистые желанья,
О, доверься Богу, человек!

Лидия Антонычева

Вера в бессмертие души не имеет под собой библейского основания. В Священном Писании есть множество текстов, говорящих, что «душа согрешающая умрёт, а не будет вечно мучиться в аду или в чистилище».

Более того, вера в бессмертие души или реинкарнацию подрывает весь план спасения и смысл Христовых страданий. Как может наш Спаситель воскresнуть, если

думали, [что] Он был поражаем, наказуем и уничтожён Богом. Но Он изъязвлен был за грехи наши и мучим за беззакония наши; наказание мира нашего [было] на Нём, и ранами Его мы исцелились... Господь возложил на Него грехи всех нас» (Исаия 53:4–6). «Ибо не знавшего греха Он сделал для нас [жертвою] за грех, чтобы мы в Нём сделались праведными пред Богом» (2 Коринфянам 5:21).

ШКОЛА СЧАСТЬЯ



Каждый ученик проводит в школе от 5 до 8 часов пять дней в неделю, на протяжении 11 лет, причём, как раз тогда, когда происходит становление его личности. Поэтому очень важно выбрать такую школу, которой можно доверять.

Школа должна стать не противником, а союзником, родители не должны охранять ребёнка от влияния школы, а сотрудничать с ней. Частная христианская общеобразовательная школа «Исток» в Нижнем Новгороде отводит этому вопросу важнейшую роль.

Повседневная школьная жизнь здесь наполнена яркими, интересными событиями, видно, что дети идут в школу с радостью. Педагогический коллектив работает на то, чтобы детские глазки всегда светились от любознательности и желания не пропустить ни одного школьного дня. Кроме основных уроков здесь каждый может найти себе дело по интересам. В режиме продлённого дня можно, выполнив домашнее задание, пойти на любой спортивный или творческий кружок, дополнительные занятия английского или ИКТ (информационно-коммуникационные технологии). Надо сказать, что обучение в христианской школе «Исток» личностно-ориентированное. В этом подходе помогают небольшая наполненность классов и общая заинтересованность учителей в развитии каждого ребёнка. Кабинеты светлые и уютные. Атмосфера и взаимоотношения здесь удивительные, основные ценности формируются ещё на ступени начального образования. Это ценность мира, человеческой жизни, природы, семьи, свободы выбора.

Христианское воспитание, органически вплетённое в учебный процесс этой школы, составляет его неотъемлемую часть. Во все века люди высоко ценили духовно-нравственную воспитанность. И сегодня вопрос нравственного воспитания детей является одной из ключевых проблем современ-

ного общества. Каждый верующий родитель хочет видеть своего ребёнка успешным, радостным, свободным, ответственным, добрым, уверенным в себе.

Некоторые считают, что в христианской школе ребёнок находится как в «теплице», где он не сталкивается с грехом и не знает, что такое агрессия, критика, зло, где он не сможет научиться быть принципиальным и стойким к вызовам мира. Но грех живёт в каждом из нас, дети не исключение. В каждом ребёнке проявляются и гнев, и обиды, и зависть. Христианская школа отличается не тем, что здесь отсутствуют проявления греха, но здесь учат тому, как правильно на них реагировать. Ребёнку предлагается освоить библейский способ решения трудных ситуаций и конфликтов. Дети учатся достойно вести себя и во взрослой жизни.

Также кто-то задаётся вопросом, может ли такая школа наряду с нравственным воспитанием дать качественное образование. Ответ можно найти только в сравнении уровня знаний, умений и навыков у учащихся светской и христианской школ. Ученики христианской школы «Исток» также, как и других, занимают призовые места в олимпиадах, успешно сдают государственные экзамены и особо отличаются тем, что имеют целостную картину представлений о мире. Их знания практичны и направлены в доброе русло.

Хочется, чтобы таких «школ счастья» в нашей стране становилось больше, чтобы каждый ребёнок с радостью приходил туда учиться, а родители были спокойны за интеллектуальное, физическое и духовное развитие своих детей.

Марс Байбиков

Скорая молитвенная помощь

Если вы или ваши близкие нуждаются в исцелении, если вы попали в трудную жизненную ситуацию, если вы в отчаянии, если вам нужна помощь свыше, пришлите в редакцию смс с вашей нуждой

1 (559) 360-0640.

Мы будем молиться о вас, и вы получите помощь и утешение от Иисуса Христа, Который говорит: «Придите ко Мне, все труждающиеся и обременённые, и Я успокою вас» (Евангелие от Матфея 11:28).



Центр здоровья «ДОРОГА ЖИЗНИ»

Мы предлагаем вам ощутить на практике здоровый образ жизни.

Мы имеем богатый опыт восстановления здоровья после диабета, сердечно-сосудистых заболеваний, гипертонии, заболевания суставов и желудочно-кишечного тракта, лишнего веса, алкогольной, никотиновой зависимостей, постинсультного состояния, кожных заболеваний, депрессии, бессоннице и многих других.

Мы научим вас обходиться без лекарств, использовать простые природные средства лечения. Научим готовить вкусную и полезную пищу, закрепить здоровые привычки.

Побывав в нашем центре, вы будете знать, как помочь себе и другим.

**Россия, Нижегородская обл.
E-mail: dubki08@mail.ru**

**www.dorogazhizni.info
Тел. +79290466666**



Our website: WWW.VESTNIK7.COM



!!! ТРЕБУЕТСЯ ПОМОЩЬ

**ПОМОГИТЕ ГАЗЕТЕ «СОКРЫТОЕ СОКРОВИЩЕ»
принести весть о Христе в каждый дом!**

ТРЕБУЕТСЯ ПОМОЩЬ

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Наша газета распространяется во многих городах США совершенно бесплатно. Она существует благодаря пожертвованиям верующих людей, которые хотят помочь своим соотечественникам больше узнать о Боге и Библии.

Если у вас есть желание и возможность поддержать нашу газету, вы можете внести добровольное пожертвование, средства от которого пойдут на:

- развитие газеты.

Ваши пожертвования вы можете перечислить почтовым или банковским переводом.

Наименование получателя платежа:

Религиозная организация
Fresno Central Seventh-day Adventist
Church, Издательство "Вестник"

Банковские реквизиты:

Наименование получателя
платежа:

WELLS FARGO

Bank # 121042882

Customer Name "Vestnik"

Account Number 5078593869

АДРЕС ДЛЯ ПОЧТОВОГО ПЕРЕВОДА

3832 E. Rialto Ave.,
Fresno, CA 93726

«Сокрытое Сокровище».

Назначение платежа: пожертвование на уставную деятельность газеты.

Даже самая скромная сумма может стать достойным вкладом в благое дело!

**Заранее благодарим!
Редакция газеты
«Сокрытое Сокровище»**

Дорогие друзья!



Вы можете оформить ПОДПИСКУ
НА НАШУ ГАЗЕТУ,
прислав SMS
на номер
1(559) 360-4777

«ПОСЛЕДСТВИЙ НЕ БОЮСЬ»

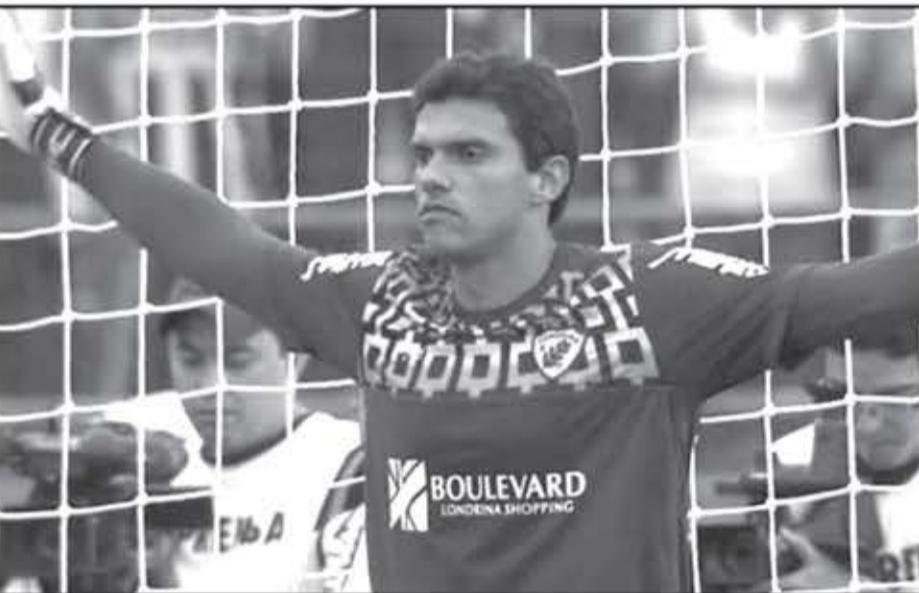
КАК БРАЗИЛЬСКИЙ ВРАТАРЬ ВЫБРАЛ РЕЛИГИЮ ВМЕСТО ФУТБОЛА

Sovsport.ru рассказывает историю вратаря «Лондрины» Витора, который ради религии готов отказаться от футбола и хорошей зарплаты.

«Предложили хорошую зарплату, а он тормозит»

Эта история в футболе уникальна. Её главный герой — 30-летний голкипер Витор, играющий за клуб второго бразильского дивизиона (Серия В) «Лондрина».

Витор родился в местечке Берег Воскресения. За карьеру поиграл в девяти различных клубах, пока не попал в «Лондрину». Он был представлен клубом в конце 2013 года. В дебютный сезон Витор сходу стал одним из важнейших игроков, и во многом благодаря ему клуб выиграл чемпионат штата. А этот титул дал возможность выступать в Серии С. В 2015 году вратарь вместе с командой добился нового повышения — выход в Серию В.



Несколько месяцев назад Витора попыталась купить команда Серии А «Шапекоэнсе». Руководство согласовало все детали перехода, отправило игроку информацию по контракту, но... получило отказ.

Руководители обоих клубов сначала недоумевали. Вице-президент «Шапекоэнсе» Мауро Стумпф созвонился с руководителем «Лондрины» Сержиу Малучелли. «Мы предложили хорошую зарплату, но сделка застопорилась, игрок отказывался от трансфера. Ни я, ни коллега Сержиу не понимали мотива...» — комментирует ситуацию Стумпф.

«Я долго изучал Библию и доверился сердцу»

Оказалось, Витор за время зимне-

го отпуска круто поменял приоритеты в жизни. Он решил следовать всем заповедям и правилам религиозного движения адвентизм. И согласно этим правилам, не сможет работать сутки — с вечера пятницы до вечера субботы. «Шапекоэнсе», разумеется, переговоры быстро свернули. А руководство «Лондрины» объявило, что контракт с вратарём, заканчивающимся в мае, продлён не будет.

Витор, догадываясь о последствиях своего решения, не дал задний ход и уверен, что сделал правильный выбор.

— Не боюсь последствий. Когда я принял решение, знал, что какие-то последствия будут, тем более, в футболе. Для многих главное в жиз-

что готов вообще завершить карьеру. Да и как быть, если у нас вместо игр будут тренировки по субботам? Выходит, все футболисты работают, а один отдыхает?

Тем не менее, вратарь утверждает, что у него и в мыслях нет заканчивать с футболом: «В Серии А большинство матчей проходит либо в воскресенье, либо в субботу вечером. Это значит, я мог бы играть. Сейчас нахожусь на пике карьеры. И не думаю останавливаться».

«Почувствовал себя будто на поле боя»

Бразилец всерьёз начал задумываться над соблюдением правил и заповедей года два назад. Подобные мысли пришли вратарю в голову прямо во время одного из субботних матчей в Серии D в 2014 году.

— Один из матчей, который заставил меня серьёзно задуматься, был против «Бразил де Пелотас». Люди на меня кричали, ругались, и всё без причины. Я почувствовал себя будто на поле боя. А ведь мог находиться с семьёй, — рассказал Витор и добавил, что теперь получает поддержку от всей семьи. — Семья меня поддерживает, это самое главное. Надеюсь, что болельщики уважительно отнесутся к моему решению. Мы живём в мире, где большинство заботится о деньгах, о материальных благах и работает без остановки, чтобы всё это получить. Но разве это чего-то стоит? Главное — это уважение, любовь и хорошее отношение к близким.

По материалам *Globo Esporte*, *Gazeta do Povo*, *180graus.com*

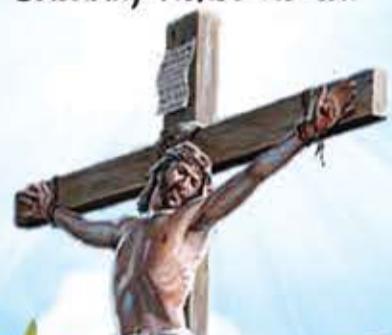
Источник: sport.mail.ru

Так говорит Библия:

«Если ты удержишь ногу свою
ради субботы от исполнения
прихотей твоих во святый день
Мой, и будешь называть суб-
боту отрадою, святым днём
Господним, чествуемым,
и почтишь её тем,
что не будешь заниматься
обычными твоими делами,
угождать твоей прихоти
и пустословить, — то будешь
иметь радость в Господе, и Я
возведу тебя на высоты земли»
(Исаии 58:13, 14).

Закон Божий

Библия, Исход 20 гл.



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

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

II
Не делай себе кумира и никакого изображения того, что на небе вверху, и что на земле внизу, и что в воде ниже земли; не поклоняйся им и не служи им, ибо Я Господь, Бог твой, Бог ревнитель, наказывающий детей за вину отцов до третьего и четвёртого [рода], ненавидящих Меня, и творящий милость до тысячи родов 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 пришелец, который в жилищах твоих; ибо в шесть дней создал Господь небо и землю, море и всё, что в них, а в день седьмой почил; посему благословил Господь день субботний и освятил его.

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

VI
Не убивай.

VII
Не прелюбодействуй.

VIII
Не кради.

IX
Не произноси ложного свидетельства на ближнего твоего.

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

Читайте на sokrsokr.net о Божьих благословениях, которые получили люди, решившие следовать Закону Божьему и отказавшиеся от работы в субботу, чтобы посвятить этот день служению Богу.



Жизнь длиною в 100 лет
bit.ly/zhitn-100



Самый прибыльный день
bit.ly/pribden



Дождь во время благопотребное
bit.ly/dozhdv

СВОБОДА СОВЕСТИ ПОД УГРОЗОЙ

На арене истории разворачивается драма без зрителей, в которой простые люди принимают невольное участие. Многие однажды поймут, что их вовлекают в некий круговорот предопределённых событий. Но смогут ли они вырваться из него? Если люди увидят, что их лишают свободы, захотят ли они сохранить себя от навязывания сторонней воли? Библейские пророчества предупреждают, что нас ожидают нелёгкие времена. Это будет драма, где все роли расписаны; трагедия, которая станет полной неожиданностью для большинства живущих на земле. Знаете ли вы об этом?

ПРОШЛОЕ — ЗЕРКАЛО БУДУЩЕГО

Люди всегда интересовались своим прошлым. Оценивая опыт и достижения прежних поколений, многие сходились во мнении, что земная история часто повторяется. И мы также однажды повторим судьбу древних цивилизаций.

Однако Библия говорит, что даже если весь мир рухнет и превратится в пепел, у каждого человека есть шанс на спасение. Но чтобы воспользоваться им, нужно хорошо понимать духовные законы, существующие в нашем мире.

В Слове Божьем говорится: «Господь Бог ничего не делает, не открыв Своей тайны рабам Своим, пророкам» (Амос 3:7). Каждое библейское пророчество является путеводным знаком, чтобы думающий человек не заблудился во мраке новой истории и распознал опасность.

Таким знаком для людей нашего времени является пророчество о Вавилоне. Но прежде чем узнать, что такое Вавилон будущего, давайте посмотрим, какие пророчества относительно Вавилона сбылись в прошлом.

ДРЕВНИЙ ВАВИЛОН

Среди многих городов Древнего Востока, Вавилон был самым известным. Являясь первым крупным мегаполисом Междуречья, Вавилон, к VII веку до н. э., уже правил всем миром. Своё гордое название этот город (Вавилон с аккадского — «врата богов») получил благодаря основателям, мечтавшим возвести в его центре гигантскую башню, которая обеспечивала бы им связь с миром богов. Однако в Библии слово «Вавилон» оказалосьозвучным древнееврейскому глаголу «спутывать», «смешивать». И действительно, Бог остановил тогда эту безумную затею строительства Вавилонской башни, смешав человеческие языки. Но история на этом не закончилась: для нечестивых Вавилон так и остался священным, тогда как верующие стали обозначать этим словом всевозможные заблуждения. Впоследствии фонетическое сходство слова «Вавилон» на двух языках послужило ярким символом происходящей борьбы между добром и злом. А все дерзкие попытки человека построить «врата» в высший мир неизбежно заканчивались путаницей и разрушением!

Но Вавилон вновь расцвёл и скоро стал добиваться абсолютной покорности от окружающих его народов. Это было изобретательно: Вавилон покорял царства и при-

бегал к практике переселения его жителей. Порабощённых людей депортировали в чужие края, где они со временем ассимилировались, принимая чужие обычаи и веру.

Сам город был великолепным. Украшенный золотом, изумрудными садами, изящными скульптурами, он являл взору восхитительное зрелище. Когда древнегреческий историк Геродот посетил Вавилон, он был настолько потрясён его видом, что записал о нём как о «славнейшем и самом могущественном» городе в Междуречье. Но именно этот город, находившийся на пересечении торговых путей, богатый и неприступный, ушёл в небытие. Чья рука могла коснуться его мощных стен, чтобы они никогда больше не восстановились?

Вот пророчество Библии, провозглашённое ещё в то время, когда стены Вавилона гордо возвышались над Евфратом: «И Вавилон будет грудью развалин, жилищем шакалов, ужасом и посмеянием, без жителей... народы не будут более стекаться к нему, даже и стены Вавилонские падут... Господь опустошит Вавилон и положит конец горделивому голосу в нём» (Иеремия 51:37, 44, 55).

Священное Писание ясно свидетельствует, что Вавилон пришёл к своему концу в результате сверхъестественного вмешательства Бога в его историю. Следовательно, причину гибели Вавилона следует искать в его религиозной практике.

Вавилоняне верили в свою исключительность. Они считали, что воля богов возвысила их город на всегда! Поэтому на его площадях возвышались не менее 50 храмов и около 1000 (!) святилищ, в которых процветали всевозможные идолопоклонство и разврат. Жестокие религиозные культуры, леденящие кровь мистические обряды, человеческие жертвоприношения — вот чем «славился» Вавилон, навлекая на себя гнев Божий. «Вавилон, краса царств, гордость Халдеев, будет ниспревержен... как Содом и Гоморра, не заселится никогда, и в роды родов не будет жителей в нём» (Исаия 13:19, 20). «Воздам Вавилону и всем жителям Халдеев за всё то зло, которое они делали...» (Иеремия 51:24). Как видите, это царство преступило границу дозволенного, и события в

его истории произошли в точном соответствии с предсказанием, — Вавилон пал окончательно!

СОВРЕМЕННЫЙ ВАВИЛОН

Давно сошёл с исторической сцены Древний Вавилон, его уже не найти на политической карте мира. Однако дух Вавилона по-прежнему жив, и очень скоро он заявит о себе снова. Как это произойдёт?

В наши дни все народы хотят мира. Люди уже устали от хаоса и ощущения беспомощности в попытках что-либо изменить. Многие боятся террора и насилия. А впереди — пугающая неизвестность! И хотя про-

ми свободы под гром аплодисментов. Большинство не заметит никакой подмены, и эта система, прикрываясь христианством и лозунгами о безопасности, открыто восстанет против Бога. Позабыв, что они созданы по образу и подобию Божьему, люди будут исполнять указы мирового правительства, противоречащие Божьему Закону. Одни — слепо веря, что этим они содействуют всеобщему миру. Другие — понимая подделку, но опасаясь стать «не как все».

Но именно в это время произойдёт непоправимое: «Ибо, когда будут говорить: "мир и безопасность", тогда внезапно постигнет их пагуба... и не избегнут» (1 Фессалоникиям 5:3). Развращённый мир повторит судьбу древнего Вавилона. «Зато один день придут на неё казни, смерть, и плач, и голод, и будет сожжена огнём, потому что силен Господь Бог, судящий её. И восплачут и возьмут о ней цари земные, блудодействовавшие и роскошествовавшие с нею... горе, горе [тебе], великий город Вавилон, город крепкий! ибо в один час пришёл суд твой» (Откровение 18:8–10).

Дорогие друзья, пророчества исполняются! История повторится! Наш мир стремительно идёт к своему финалу. Поэтому нам всем стоит серьёзно задуматься — насколько наша жизнь соответствует ожиданиям Сущего Бога.

Перед современными государствами и перед каждым отдельно взятым человеком уже сегодня стоит вопрос самоопределения: или быть вместе со всеми, но против Божьего Закона, или оказаться неугодным обществу, но верно исполнять Десять Заповедей, уповая на Божье обещание спасти Своих верных детей.

ЕСТЬ ЛИ У НАС ВЫХОД?

Библия всегда указывает на дверь спасительной надежды: «Сблизься же с Ним — и будешь спокоен; чрез это придёт к тебе добро. Прими из уст Его закон, и положи слова Его в сердце твоё» (Иов 22:21, 22).

Друзья, сблизьтесь с Богом! Откройте Ему свои сердца, исповедав перед Ним свои грехи и ошибки. Примите Иисуса Христа как своего единственного Спасителя! Изучите текст Закона Божьего (его можно найти в нашей газете на стр. 7). Найдите в вашем городе церковь, соблюдающую все Десять Заповедей, и присоединитесь к этим людям. Продолжайте изучать пророчества, читать Библию, молиться. И Бог мира будет с вами!

В следующем номере мы рассмотрим, какие опасности подстерегают наш мир, что будет с Европой, и о чём вам не расскажут лидеры ведущих мировых держав.

Не пропустите следующий номер!
Евгений Седов



рочества открывают, что «наступит время тяжкое, какого не бывало с тех пор, как существуют люди» (Даниила 12:1), многие до последнего будут тешить себя иллюзиями.

Когда кризис усилится, мировые лидеры попытаются выстроить новую систему миропорядка. Религия, политика, экономика — всё будет заложено в фундамент этого великого строения, возродив тем самым угасающие надежды.

Страх и надежда. Именно два этих чувства заставят всех снова уверовать в возможность «построить рай на земле» собственными усилиями. И подобно древнему Вавилону, новая международная система обретёт своих преданных сторонников: главы государств, представители традиционных церквей, политики с мировым именем, священнослужители разных деноминаций, — все будут вместе решать вопросы мира и безопасности. Даже станет казаться, что желанный мир на земле возможен!

Но здесь кроется самый важный признак Вавилона: ради достижения «общих великих целей», правители земли при активном одобрении единой религиозной системы, которая к тому времени приобретёт колоссальную силу и влияние, упразднят одно из основных прав человека: свободу совести.

Обществу эти перемены представляют в самом лучшем свете, так что большинство расстанется с идеала-

ВТОРОЙ ДЕНЬ ТВОРЕНИЯ

Продолжаем цикл о шести днях творения нашей планеты, описанных в Библии. Рассмотрим наиболее интересные моменты второго дня творения — создание атмосферы и водного слоя над атмосферой.

После грандиозных свершений первого дня Творения, когда из небытия были вызваны время, пространство и материя; когда появилась вода и была сформирована вращающаяся вокруг своей оси планета, второй день Творец посвящает созданию земной атмосферы и возведению над ней водного экрана. Наличие атмосферы определяет возможность появления на земле живых организмов. «И сказал Бог: да будет твердь посреди воды, и да отделят она воду от воды. И создал Бог твердь, и отделил воду, которая под твердью, от воды, которая над твердью. И стало так. И назвал Бог твердь небом. И был вечер, и было утро: день второй» (Бытие 1:6–8).

ВОДА НАД АТМОСФЕРОЙ

Первичная атмосфера располагалась между нижним и верхним океанами воды. Тучи и облака, которые мы наблюдаем, сосредоточены в нижнем слое атмосферы (тропосфере), они редко поднимаются выше 12 км. Только самые высокие (перистые) облака могут подниматься до 16–17 км. И хотя в высоких широтах некие эфемерные (серебристые) облака изредка появляются на огромных высотах (до 80 км), всё-таки они находятся внутри атмосферы, а нам сказано, что вода была помещена над атмосферой.

В настоящее время над атмосферой Земли водного слоя нет: Священное Писание сообщает нам, что он про- существовал относительно недолго. Он обрушился на Землю во время Всемирного потопа в виде ливня, ко-

торый продолжался непрерывно в течение сорока суток (Бытие 7:11, 12).

Насколько реально существование воды над атмосферой с точки зрения физики? Что по этому поводу говорят учёные? Специалист в области физики атмосферы Джозеф Диллоу произвёл математическую оценку того количества воды, которое могло бы стабильно находиться поверх земной атмосферы. Данные просто ошеломляют. Оказалось, что верхний водный слой мог иметь мощность, эквивалентную 12-метровому слою воды на земной поверхности.

ЗАЧЕМ БЫЛА НУЖНА ВОДА НАД АТМОСФЕРОЙ?

Вода является самой эффективной защитой от всякого рода излучений. С целью защиты от радиоактивного излучения воду используют в ядерных реакторах. Земле предстояло стать обителью для живых существ, таких уязвимых к космическому и жёсткому ультрафиолетовому излучению. Верхний водный экран выполнял защитную функцию. После обрушения водного слоя земная жизнь находится под защитой озонового экрана, расположенного внутри стратосферы. Но, к сожалению, «волшебный щит планеты», как часто называют озоновый экран, не совершенен, и жёсткое излучение задерживается не полностью. Частично оно достигает поверхности земли и воздействует на живые организмы, в результате чего в их генетическом материале возникают и постепенно накапливаются ошибки (мутации). Со временем это приводит



К повреждению наследственных структур, накоплению наследственных болезней и укорочению сроков жизни живых существ.

Сегодня чётко прослеживается тенденция к падению концентрации озона над планетой. Возникновение озоновых дыр впервые наблюдали над Антарктидой. В последующие годы длительность существования и площадь озоновых дыр росли, захватывая южные регионы Австралии, Чили и Аргентины. Заметное истощение озона регистрируется и над Северным полушарием: над Скандинавией, Прибалтикой и северо-западными областями России.

Большинство специалистов склоняются к мнению, что ведущая причи-

на истощения озонового слоя и возникновения озоновых дыр напрямую связана с хозяйственной деятельностью человека. У стратосферного озона есть целых три врага — это радикалы азота, водорода и хлора, концентрация которых в стратосфере неуклонно растёт за счёт выброса всё новых и новых порций загрязняющих веществ.

Водная крыша над планетой, созданная на второй день, обеспечивала надёжную защиту всему живому, что было расположено под ней. Пока она существовала, геномы живых существ оставались неповреждёнными и долгота жизни человека примерно на порядок превышала наблюдавшую в настоящее время (Бытие, 5 глава).

Атмосфера земли уникальна. Окидывая мысленным взором нашу планету в конце второго дня творения, мы видим, что Бог продолжает подготовливать землю к появлению живых существ.

Познакомьтесь с материалами рубрики «Ключи к здоровью»



www.vestnik7.com



БИБЛИЯ ОТВЕЧАЕТ НА ВОПРОСЫ

ПОСТ И ДИЕТА: В ЧЁМ РАЗНИЦА?

Российские социологи проявили интерес к тому, как в стране соблюдают Великий пост и готовятся к встрече Пасхи. Оказалось, почти третья часть россиян соблюдает пост, причём в основном за счёт отказа от мяса, сливочного масла и яиц. Однако лишь 14 % опрошенных заявили, что постятся, поскольку являются верующими людьми и следуют религиозным нормам. 12 % стараются придерживаться традиций, 10 % считают пост хорошим поводом похудеть. Возникает вопрос: как и с какой целью правильно соблюдать пост? В чём разница между постом и обычной диетой?

В книге пророка Исаии Бог, обличая людей, говорит, что их понимание о посте отличается от того, что хочет Бог. Господь укоряет народ: «Вот, в день поста вашего вы исполняете волю вашу» (Исаия 58:3). Бог говорит, что люди томят свою душу для того, чтобы исполнилась их воля, но не думают о воле Божьей: «Вот, вы поститесь для ссор и спасрят и для того, чтобы дерзко рукою бить других; вы не поститесь в

это время так, чтобы голос ваш был услышан на высоте» (Исаия 58:4).

Сегодня совершение поста отличается от того, каким оно было во времена пророка Исаии. Но Господь обращает внимание не на внешние проявления поста, а на цели, которые преследует человек, когда постится. Бог говорит, что эти цели не всегда являются правильными. Часто люди спрашивают, что можно есть во время поста, а что нет. Но действительно

важным является вопрос: для чего соблюдается пост?

В Библии есть много примеров, как люди совершали истинный пост, чтобы преодолеть трудности жизни. В этом случае истинный пост помогает человеку сосредоточиться на духовных вопросах и найти Бога, Его волю, правильный путь.

В Ветхом и Новом Заветах постом называется полный отказ от всякой пищи на сравнительно короткий срок (от одного до семи дней или даже на часть дня). Самый длительный пост выдержал только Иисус — 40 дней. Физический пост необходим соединить с духовным. Это значит искренне покаяться, удалить из жизни всё греховное и суетное, уделять особенно много времени молитве и чтению Слова Божьего. Например, в Евангелии от Матфея 17:21 Иисус предлагал соединять пост и молитву.

Формальное соблюдение поста как дань следованию традиции не принесёт пользы, но даже один день, проведённый в истинном посте, может духовно обогатить вас. Дух истинного поста и молитвы — это дух,

который смиряет перед Богом наш ум, наше сердце и волю. Пост, угодный Богу, — это, прежде всего, отношения, основанные на любви к ближнему, а не внешняя форма.

Господь хочет, чтобы человек имел в своей жизни цель, чтобы эта цель была связана с Богом, и воля Бога и воля человека были едины. Господь желает воссоединиться с человеком, хочет наделить его верой, при помощи которой он сможет разглядеть в этом видимом мире невидимого Бога, Его силу, Его любовь, чтобы человек стал образом Божиим.

«Вот пост, который Я избрал: разреши оковы неправды, развязи узы ярма, и угнетённых отпусти на свободу, и расторгни всякое ярмо; раздели с голодным хлеб твой, и скидающимся бедных введи в дом; когда увидишь нагого, одень его, и от единокровного твоего не укрывайся. Тогда откроется, как заря, свет твой, и исцеление твоё скоро возрастёт, и правда твоя пойдёт пред тобою, и слава Господня будет сопровождать тебя» (Исаия 58:6–8).

Станислав Лапшин

КАК ОБЩАТЬСЯ С НАРКОМАНОМ

Близких людей, которым приходится жить с зависимыми от наркотиков или алкоголя, называют созависимыми. Термин «созависимость» появился в результате того, что близкий к химически зависимому зависит от него подобно тому, как алкоголик от алкоголя. Как выйти из-под влияния больного и помочь ему самому справиться с зависимостью?

Ни для кого не секрет, что зависимый человек в семье — это режиссёр и постановщик. Роли в своих «постановках» он сам распределяет в добровольно-принудительном порядке. Сознательно или нет, родители участвуют в том или ином «спектакле». За сравнительно небольшой срок работы с семьями я сделал вывод, что родители больше верят своим возлюбленным детям, нежели богатейшему практическому опыту. Многие родители не осознают до конца, какую важную роль в процессе выздоровления химически зависимого играет принцип требовательной любви.

Как только наркоман или алкоголик начинает понимать, что мы подводим его к основному лекарству от болезни, тут же и происходит самое невероятное. Он начинает плести интриги, настраивать близких против нас, делая их жертвами своего искусства манипуляции.

Принцип жёсткой любви является важным звеном во всей цепи взаимоотношений в семье, где есть зависимый человек.

Как-то раз я посетил городскую группу Нар-Анон, состоящую из родных и близких наркоманов. Выслушав опыт одной матери, у которой два сына-наркомана, да ещё и мужалкоголик, я в очередной раз был потрясён и взволнован.

Долгие годы она всё покрывала, сознавая благоприятные условия для употребления наркотиков. Бесконечные

откупы от милиции, возвраты денег заимодавцам, жизнь в постоянных стрессах и напряжении. Организм этой женщины был полностью истощён как физически, так и психически. И вот в очередной раз пришёл посыльный из милиции и объяснил сумму выкупа за свободу сына. В былье времена в порыве безграничной любви к ребёнку мать готова была найти любую сумму денег.

На другой день она взяла буханку чёрного хлеба, бутылку молока и отправилась в райотдел. Когда следователь привёл сына из камеры, она сказала: «Сынок, я тебя очень люблю. Это хлеб и молоко, чтобы ты не умер с голоду. А за свои поступки надо учиться отвечать самостоятельно. Я буду молиться о тебе и просить у Бога прощения, что не научила тебя этому, и все прошлые годы была соучастницей твоей зависимости, тем самым способствуя твоей смерти. Но если ты сделаешь правильные выводы и пожелаешь изменить своё отношение к жизни, двери нашего дома всегда открыты для тебя». Мужественно выслушав озлобленные упрёки и осуждение со стороны сына, молча ушла. А по дороге домой, заливаясь слезами, сжимала рукой разрывавшееся на части материнское сердце.

На следующее утро сын возвратился домой и попросил у матери прощения и помощи, чтобы вылечиться от своей болезни. Пройдя программу социально-

психологической реабилитации и посещая общество анонимных наркоманов, сын на сегодняшний день остаётся здоровым, любящим сыном и полноценным членом общества.

Советы родным и близким употребляющих алкоголь и наркотики

1. Не пытайтесь решить за зависимого проблемы, возникающие в связи с употреблением наркотиков. Дайте ему понять: поскольку он создал эти проблемы без вашего ведома, пусть теперь не ищет у вас помощи для их решения. Он должен осознанно нести ответственность за свои действия.

2. Не пытайтесь жить исключительно жизнью зависимого. Разве у вас недостаточно своих целей, забот, интересов?

3. Не требуйте у зависимого объяснений, почему он употребляет наркотики. Лучше постарайтесь самостоятельно выяснить эту причину в результате доверительных отношений.

4. Не обещайте зависимому наград и подарков за отказ от наркотиков. Поверьте, болезнь научила его торговаться, и он сделает всё, чтобы получить свою.

5. Не устраивайте скандалов и не паникуйте. Не угрожайте ему всеми возможными карами, чего никогда не сможете выполнить по отношению к зависимому.

6. Не оценивайте его поведение. Всю негативную оценку он будет пробовать компенсировать выполнением ваших требований и искуплением своей вины в период просветления. Глубоко и объективно проанализировать свои мысли и чувства ему не удастся, поэтому чувство вины заставит его снова уколоться.



7. Не принимайте близко к сердцу его вспышки агрессии или грубое поведение по отношению к вам.

8. Не лишайте его права на ошибку или срыв. Позвольте ему самостоятельно извлекать из них уроки. Это не повод лишать его надежды на будущее.

9. Не заводите с зависимым душеспасительных бесед, когда он под кайфом. Он вас не услышит. Выберите для этого подходящий момент.

10. Не скрывайте от людей, которые пользуются у зависимого авторитетом, что он болен.

11. Не обсуждайте болезнь зависимого с посторонними людьми (кроме врача) в его присутствии. В этих действиях больной не увидит ничего, кроме вашего стремления унижить его. Вряд ли после этого вам удастся наладить с ним доверительные отношения, а значит, вы просто не сможете ему помочь.

12. Не сравнивайте зависимого со здоровыми людьми и не упрекайте его за то, что он не такой, как они.

13. Не манипулируйте зависимым с помощью его девушки или парня. Это сфера личной жизни.

14. Не скрывайте от больного своих чувств и реакций. Говорите откровенно и честно обо всём, что переживаете, поделитесь с ним своей тяжестью и болью.

15. И самое важное: никогда не отказывайтесь от больного.

**Олег Капацын
«Возвращение из ад»**

ПОМОЛИМСЯ ВМЕСТЕ

МОЛИТВЫ ««

Дорогие читатели, пишите о своих нуждах и просьбах в рубрику «Помолимся вместе».

Господь говорит: «Молитесь друг за друга» (Иакова 5:16); «Истинно также говорю вам, что если двое из вас согласятся на земле просить о всяком деле, то, чего бы ни попросили, будет им от Отца Моего Небесного, ибо, где двое или трое собраны во имя Моё, там Я посреди них» (Матфея 18:19, 20).

Каждую среду в 7:00 PM предлагаем совершать молитвы. Контактный тел. 1 (408) 829-6835

Здоровье. Прошу, молитесь за исцеление моей подруги Миры Крысак, чтобы Господь прикоснулся к ней и оздоровил её физически и духовно.

Валентина Аврутиня

Нужда. За стабильность, крепкое здоровье и успех в работе мужа.

Жена

Исцеление. Пожалуйста, молитесь за друга, он после операции на колено нуждается в полном восстановлении сил.

Наталья

Утешение. Господи, источник всякой премудрости, прикоснись Твоей рукой, помоги мне преодолеть трудности.

Сестра в Господе

Спасение. Господи, помилуй, исцели Марьяну от зависимости. Дай Твоё спасение.

Родные

Помощь свыше. Небесный Отец, пожалуйста, растопи любовью все обиды и боль, которые есть в сердце моего сына.

Мама

За дочь. Прошу вас, молитесь за мою дочь, чтобы Бог исцелил её от псориаза.

Мама

Благословение. Господи, благослови Украину, чтобы пришёл мир, и процветание во всех местах страны. Мы все в Твоих руках.

Анна

Исцеление. Отец Небесный, во Имя Иисуса прошу, даруй исцеление моему дорогому мужу, восстанови его здоровье и дай ему благословение во всех сферах жизни.

Жена

Учёба. Прошу, поддержите в молитве за успешную сдачу всех экзаменов.

Ирина

Спасение. Дорогой Господь, благослови и спаси моих родных и племянников Алину и Женю.

Майк

Работа. Господь, помоги нам, открои Свой источник. Очень тяжело материально, но мы уповаем на Тебя!

Тамара

Духовность. Боже, хочу узнать Тебя и приближаться к Тебе! Помоги исполнить волю Твою. Благодарю и славлю Тебя!

Дима

Отношения. Прошу, помолитесь, чтобы в этом году по воле Божией я встретил свою половину.

Брат во Христе

Помощь свыше. Помолитесь, пожалуйста, за Октаву Васильевну, чтобы Бог её подкрепил и дал работу и жильё. Она сейчас в Италии одна и нуждается в молитвенной поддержке. Спасибо.

Александр

Спасение. Помолитесь за меня, пожалуйста, чтобы я перестал материться и произносить слова проклятия на людей, которые причинили мне зло. Господи, освободи меня от этого, мне очень тяжело, я не хочу быть таким.

Друг

Духовность. Прошу поддержать в молитве за моего мужа, его освобождение от гнева. Господи, исцели сердце моего мужа. Дай понимания, откуда тянется этот грех, в чём причина? Время от времени он начинает раздражаться и гневаться. Борется постоянно с этим грехом, но свобода не приходит. Господи, помоги!

Катя

Духовный рост. За обновление и восстановление моей веры. Чтобы Господь укрепил и дал силы двигаться дальше, к тому, что Он вложил в сердце, помог освободиться от зависимостей.

Сергей

За детей. Отче! В Слове Своём Ты сказал: «Дети твои будут научены Господом, и великий мир будет у детей твоих!» Молю Тебя во имя Иисуса Христа о спасении моих детей. Пусть мир Божий и любовь придут в их жизнь.

Мама

БЛАГОДАРНОСТЬ БОГУ
и всем, кто молится о нас.
Бог отвечает всегда!

Даже если не сразу,
то в Его время — точно,
и дела Его дивны.

Ему стоит доверять!

Благодарность. Благодарю за молитвы! Отношения, заметно изменились в лучшую сторону, есть взаимопонимание. Слава БОГУ!!!

Лидия

Молитва
Господи, Отец наш
Небесный!
Благодарим Тебя за всё...
Помоги всем просящим
и страждущим!
Да святится имя Твоё,
да придет
Царствие Твоё,
да будет воля Твоя.
Аминь.

КАК СЖЕЧЬ ЖИР И СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ

Регулярная физическая нагрузка является не только важным аспектом здорового образа жизни, но и средством профилактики коронарных заболеваний, сахарного диабета второго типа и ожирения.

НЕ ВСЯКОЕ ДВИЖЕНИЕ ПОМОГАЕТ СТАТЬ СТРОЙНЕЕ

Движение — это ключ к успешному похудению. Два часа в неделю игры в футбол или в теннис не являются решением проблемы. Бессспорно, при такой нагрузке сжигаются калории, но, во-первых, этого мало и, во-вторых, существует соблазн вознаградить себя за усилия вкусной едой. Значит, все старания напрасны. Один бутерброд содержит больше калорий, чем мы можем сжечь за один сеанс. Так, если предположить, что мы собираемся сжигать калории исключительно за счёт бега, то, чтобы сбросить 10 кг, нужно пробежать 1000 км, а 1 кг — 100 км.

ЗАЛОГ УСПЕХА — РЕГУЛЯРНЫЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ

Следует помнить, что нетренированному человеку поначалу не удастся избавиться от лишних жиров, так как его тело не настроено ещё на это: в организме недостаточно ответственных за сжигание жиров клеток — митохондрий, крошечных «моторчиков», которые преобразовывают сахара и жиры в молекулы АТФ, энергоносители клеток. Занятия спортом увеличивают число митохондрий, а это повышает способность мышц потреблять кис-

лород и во время физических нагрузок работать на высокой мощности. Поэтому регулярные тренировки необходимы.

Наше тело быстро учится этому процессу. В начале тренировок количество сжигаемых жиров равно менее чем 1 г в час. После четырёх недель занятий спортом количество сжигаемых жиров увеличивается на 10 г в час. После трёх месяцев за час уже сжигается 50 г жира, что соответствует почти 500 ккал.

Самое невероятное заключается в том, что жиры сжигаются не только в течение занятий, но и в остальное время. Даже во время сна обмен веществ продолжает сжигать калории с надлежащей скоростью, как будто вы в этот момент работаете лопатой в огороде. Этот научный факт выявила новая попытка заглянуть внутрь мышц отдыхающих спортсменов. Так учёные из Йельского университета обнаружили, что митохондрии в мышцах человека, который занимается бегом не менее 4 часов в неделю, потребляют на 54 % больше топлива и во время отдыха, чем у тех, кто не бегает. Таким образом, польза от активных физических упражнений не прекращается даже после их завершения.

НИКАКОГО ШАНСА САХАРНОМУ ДИАБЕТУ

Поскольку митохондральный процесс сжигания топлива помогает очищать клетки от жиров, то он содействует предотвращению резистентности к инсулину, предшествующей стадии диабета второго типа. Постоянные тренировки приводят в норму уровень инсулина, в результате снижается возможность заболевания сахарным диабетом и снижается чувство голода. Таким образом, цель занятий не уменьшить количество сахара в крови путём физического перенапряжения (что всё равно приводит к чувству голода), а с помощью движения увеличить уровень и н с у л и н а . Движениями можно добиться больше, чем диетами!

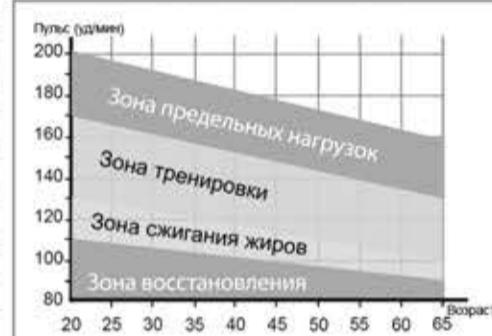
КАК ЧАСТО И СКОЛЬКО НУЖНО ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ?

Классические методические руководства рекомендуют заниматься

физическими упражнениями в среднем 20–60 минут в день. Результаты исследований, проведённых специалистами Университета Миссури (Колумбия), показали, что короткие многократные ежедневные физические нагрузки более эффективны, чем непрерывные занятия спортом на протяжении 30 минут.

Чтобы получать максимальную пользу от упражнений, ваш пульс должен достигать оптимального количества ударов в минуту. В зависимости от вашего возраста и состояния здоровья это оптимальное количество будет разным.

Самое главное в занятии спортом — регулярность, так как если у вас случаются двухнедельные перерывы, то ваши мышцы и связки

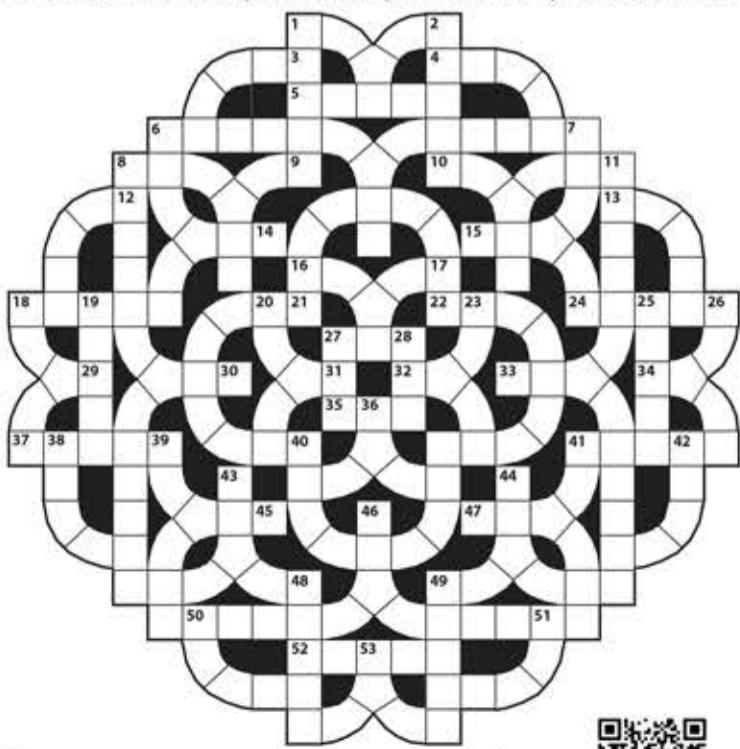


отыкают от привычной нагрузки. Также важны положительные эмоции, так как без удовольствия сложно добиться хорошего результата. Следовательно, выбирайте себе физические упражнения по душе.

Подготовил Тимур Герасимов

КРОССВОРД

Пришли в редакцию правильные ответы на кроссворд до 15 мая, и вы станете участником розыгрыша призов. 20 победителей получат в подарок книги на духовные темы.



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



По горизонтали: 5. «Ты ____ в очах Моих, многоценен, и Я возлюбил тебя» (Ис. 43:4). 18. Любимый ученик Иисуса Христа. 24. Он сказал: «Я и дом мой будем служить Господу» (И. Нав. 24:15). 27. Взял себе в жёны язычнице (Езд. 10:34). 35. Сын Геры, левша (Суд. 3:15). 37. «Стой! Кто идёт?» 41. Жена Нахора (Быт. 11:29). 52. Внук Вениамина (1 Пар. 7:6, 7).

По вертикали: 1. Адамово яблоко. 2. «____ Господень, сошедший с небес, приступив, отвалил камень от двери гроба» (Мф. 28:2). 19. Бог по отношению к Десяти Заповедям (Исх. 20:1). 25. «Господь ____ на свет правду нашу» (Иер. 51:10). 27. «Горе от ____». 28. Мир в семье. 48. «Господи! ____ нас молиться» (Лк. 11:1). 49. «Великая благочестия ____: Бог явился во плоти» (1 Тим. 3:16).

По дугам: 1. Столица Египта. 2. Восьмой сын Иакова (Быт. 30:13). 3. Сорт яблок. 4. Иаков остался один «и боролся ____ с ним до появления заря» (Быт. 32:24). 6 **вправо.** «Уста свои ____ с мудростью, и кроткое наставление на языке её» (Прит. 31:26). 6 **вниз.** «____! благословен Грядущий во имя Господне!» (Мк. 11:9). 7 **влево.** «Кто не ____ в слове, тот человек совершенный» (Иак. 3:2). 7 **вниз.** Древняя столица Лидии в Малой Азии (Откр. 1:11). 8 **вправо.** «Слово Твоё есть ____» (Ин. 17:17). 8 **вниз.** Иисус сын: «____, Рисаев, Зоровавел...» (Лк. 3:27). 9. Господь «на ____ и на дар его не призрел» (Быт. 4:5). 10. Первая христианка из Европы (Деян. 16:14, 15). 11 **влево.** Пришёл с Зоровавелем в Иерусалим (Неем. 12:5). 11 **вниз.** Мария, освобождённая Иисусом от семи нечистых духов (Лк. 8:2). 12. Дьявол «ввержен в ____ огненное и серное» (Откр. 20:10). 13. Семья скрипичных мастеров. 14. Наследник царя Нааса (2 Цар. 10:2). 15. Старший сын Ханаана (Быт. 10:15). 16. «Верите Мне, что Я в ____ и Отец во Мне» (Ин. 14:11). 17. «Озарили наши сердца, дабы просветить [нас] познанием славы Божией в ____ Иисуса Христа» (2 Кор. 4:6). 18. «Сердце разумно-го ищет знания» (Прит. 15:14). 20. Должен был возделы-

вать и хранить Эдемский сад (Быт. 2:15). 21 **вверх.** «Все ____ и лишиены славы Божией» (Рим. 3:23). 21 **влево.** Пятый камень в основании стены Нового Иерусалима (Откр. 21:20). 22. «Я — Господь, Я не ____» (Мал. 3:6). 23. Время года. 26. «Имейте ____ несребролюбивый» (Евр. 13:5). 29. Мы «составляем одно ____ во Христе» (Рим. 12:5). 30. «Стрелы Твои ____ в меня и рука Твоя тяготеет на мне» (Пс. 37:3). 31. Евангелист, племянник Варнавы (Кол. 4:10). 32. Малый пророк. 33. Представительница ложного учения об одушевлённости природы. 34. «Когда же явится Христос, жизнь ____ тогда и вы явитесь с Ним во славе» (Кол. 3:4). 36 **влево.** Мадиамский князь (Суд. 7:25). 36 **вправо.** Символ защиты и попечения Бога о Своём народе (Вт. 32:11, 12). 38. Глава рода у нефинеев (Неем. 7:47). 39. «Я есмь Альфа и Омега, начало и ____» (Откр. 1:8). 40. «____ мне Бог, Кото-руму служу духом моими» (Рим. 1:9). 41. «И раскинет он царские шатры свои между ____ и горою преславного святилища» (Дан. 11:45). 42. «Лучше ____ сухого хле-ба, и с ним мир, нежели дом, полный заколотого скота, с раздором» (Прит. 17:1). 43 **влево.** «Разве ты не ____ что Я в Отце и Отец во Мне?» (Ин. 14:10). 43 **вправо.** «Бог ____, и нет неправды в Нём» (Вт. 32:4). 44 **влево.** Любовь «всему ____, всего надеется, всё переносит» (1 Кор. 13:7). 44 **вправо.** Русская мера длины. 45. «Что такое человек, что Ты столько ____ его» (Иов 7:17). 46 **влево.** Приспособление для удерживания чего-либо. 46 **вправо.** «Люди, ____ Иисуса, ругались над Ним и били Его» (Лк. 22:63). 47. «Какую мерю ____ [такою] и вам будут мерить» (Мф. 7:2). 50. Водитель, из удальства пренебрегающий правилами безопасности езды. 51. Один из предков Иисуса Христа (Лк. 3:30). 53 **влево.** «Ты Бог мой, Тебя от ранней ____ ишу я» (Пс. 62:2). 53 **вправо.** Сын Ионафана (1 Пар. 2:33).

Составил Вениамин Ядуванкин

НЕ ПРОПУСТИТЕ!

Если вы хотите иметь бесплатно заочные уроки по изучению Библии на армянском или на русском языках, напишите нам по адресу:

"Сокрытое Сокровище" Խմբագրութեան կազմակերպութեան է Աստվածաշնչի ուսումնակայիրութեան ձրի մասնակիութեան վայրերուց մեր: Յանձնագույնը կարող է լրացնել մեռնանալ կորոն եւ ուղարկել.



**Bible Studies
through the mail.
P.O. Box 8124,
Fresno, CA 93747**

Член
Дашд:

ПРИГЛАШАЕМ ВСЕХ ЖЕЛАЮЩИХ
К ИЗУЧЕНИЮ БИБЛИИ

Богослужения, духовные христианские
программы, пение, поэзия – на русском языке.

Вход свободный!**ЖДЕМ ВАС КАЖДУЮ СУББОТУ ПО АДРЕСАМ:**

Община «Парусия» www.steps2god.org
116 Lakeland Hills Way SE, Auburn, WA 98092 Тел. (253) 632-4098
Время богослужений: Пятница — 18:30 PM, Суббота — 10:00 AM, 11:30 AM
Центр Духовного Просвещения www.russiancenters.com
15318 SE Newport Way, Bellevue, WA 98006 Тел. (425) 687-6590
Время богослужений 10:00 AM
Центр Духовного Просвещения
1301 S. Baltimore Street Tacoma, WA 98465 Тел. (253) 205-7900
Время богослужения 2:00 PM
The First Russian SDA Church of New York
www.firstrussian22.adventistchurchconnect.org
1913 W. 7th Street Brooklyn, NY 11223 Тел. (917) 775-1991
Время Богослужений 10:00 AM, 12:00 PM
New Jerusalem Church
3775 18th Ave., Brooklyn, NY 11218
Sabbath School: 9:30 to 11:30 AM, Worship Service 11:00 AM to 12:30 PM
Христианская Церковь «Надежда» г. Чикаго www.adventru.org
Слушайте радио 1240 AM каждую Пятницу 8:00 PM в Чикаго
1605 Vernon Ave., Park Ridge, IL Тел. (224) 659-6813
Время богослужения 10:00 AM
Campbell Russian Congregation www.russianjose.org
600 W. Campbell Ave. Campbell, CA 95008 Тел. (408) 440-6699
Время богослужений 10:00 AM
Charlottesville Seventh-Day Adventist Church
2437 Jefferson Park Ave., Charlottesville, VA 22903
Collegedale Community Church
4995 Swinyar Drive Room # 203 Collegedale, TN 37363 Тел. (423) 933-4462
Время богослужений 10:00 AM
Fresno Russian Congregation www.vestnik7.com
2980 Yale Ave., Fresno, CA 93703 Тел. (559) 360-8777
Время богослужений 10:30 AM, 11:30 AM
Fresno Armenian Congregation
2980 Yale Ave., Fresno, CA 93703 Тел. (559) 298-6115
Время богослужений 1:00 PM
Harrisonburg SDA Church
609 W. Market St. Harrisonburg, VA 22801 Тел. (540) 434-0121
Sabbath School 9:30 AM Worship 10:50 PM
Evening discussions — Wednesday 6:30 PM
Russian — American Church www.russian-adventist.com
1809 Gardena Ave., Glendale, CA 91204 Тел. (818) 662-9044
Время богослужений 9:30 AM
Living World Russian SDA
10622 SE Stark St. Portland, OR 97216
Время богослужений: Суббота — 9:30 AM, 11:00 AM
Русская Церковь «Открытая Книга» www.openbookcenter.com
6525 N. Monroe, Spokane, WA 99208 Тел. (509) 344-1358
Время богослужений: Суббота — 9:00 AM, Четверг — 6:00 PM,
Пятница — 6:00 PM TV Spokane UHF 39.3
Sacramento Slavic SDA Church www.sacslavicsda.org
4837 Marconi Ave Carmichael, CA 95608 Тел. (916) 254-8182
Время богослужений: Суббота — 9:00 AM, 6:00 PM
Русская Церковь San Francisco
649 8th Ave., San Francisco, CA 94118 Тел. (415) 753-2171
Время богослужений 10:00 AM

КУПОН ДЛЯ ПОДПИСКИ

«Сокрытое Сокровище»

Прошу высыпать газету на адрес:

Name.....
Street.....
City.....
State..... Zip..... Phone.....

Стоимость подписки включает доставку в ваш почтовый ящик. Вашу оплату (Check, Money order) выписывайте на Издательство "Vestnik".

3 месяца отправляйте по адресу: "Vestnik"
 6 месяцев Tel / Fax (559) 360-4777
 12 месяцев \$25.00 E-mail:fresnovestnik7@yahoo.com

www.fresnocentralsda.adventistfaith.org
www.vestnik7.com

НА РУССКОМ ЯЗЫКЕ
Библейская Школа — 10:45 А.М.
Богослужение — 11:30 А.М.

ПРИГЛАШАЕМ



всех желающих для
изучения Библии

San Jose, CA
Звоните Наталье:
(408) 829-6835

Наш адрес:
2980 E. Yale Ave.,
Fresno, CA 93703
Тел. (559) 360-8777
Мы будем рады
знакомству с вами!

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ! info@adventru.org

ХРИСТИАНСКАЯ
ЦЕРКОВЬ
НАДЕЖДА
здесь твоя семья

Адрес: 1605 Vernon Ave.,

Park Ridge, IL 60068

Телефон (224) 659-6813

www.adventru.org

Слушайте нас каждую
пятницу в 8 вечера

Пастор церкви — Руслан Друми. [радио 1240 AM в Чикаго.](http://radio 1240 AM в Чикаго)

First Russian SDA Church



Service times:

Sabbath School:

10:00am

Worship Service:

12:00pm

Адрес: 1913 W. 7th Street
Brooklyn, NY, 11223

Тел. (917) 775-1991

CAMP WAWONA

IN YOSEMITE NATIONAL PARK



www.campwawona.org

Fresno Central Church NEWS



Our Worship services are now being filmed by
Secrets Unsealed and will be archived on YouTube
for your enjoyment. To watch these and many other
presentations visit the Secrets Unsealed channel
by going to: www.YouTube.com/secretsunsealed.

Once there, click subscribe to be notified
by email every time a new sermon is posted
online... tell a friend, it's Free!

Адрес вашего
распространителя:

Газета нуждается в ваших пожертвованиях,

чтобы многие люди смогли получить её бесплатно и узнать о Боге. Перечислить средства
на развитие газеты вы можете почтовым или банковским переводом.

АДРЕС ДЛЯ ПОЧТОВОГО ПЕРЕВОДА

3832 E. Rialto Ave., Fresno, CA 93726 «Сокрытое Сокровище».

Наименование получателя платежа: Религиозная организация Fresno
Central Seventh-day Adventist Church, Издательство "Вестник"

Банковские реквизиты:

Наименование получателя платежа:

WELLS FARGO

Bank # 121042882

Customer Name "Vestnik"

Account Number 5078593869

Назначение платежа: пожертвование на уставную деятельность газеты.



Publisher «Vestnik» is a 501(c)3 non-profit ministry

Dear Reader, For the last seven years it has been our privilege to produce two Russian newspapers every month: one that focuses on the Bible and evangelism, and the other that emphasizes healthful living (The Hidden Treasure and Keys to Health). These papers are made available in bulk to churches and various businesses, as well as to individual subscribers, for a very low price because we want people to benefit from the content.

In recent months, printing and mailing costs have gone up significantly, as well as the cost of receiving copy ready material from Russia. We are a non-profit organization, and our only source of income to date has been subscriptions to our papers. In order to keep subscription prices at their current level, we are asking our readers to send a donation whenever possible to help with the increased cost of publishing these papers.

The Managing Board

www.otkrovenie.de/white/



Проект – MP3 "Аудио-
книги Елены Уайт" Прослу-
шивающие аудиокниги можно на
всех устройствах, поддер-
живающих формат MP3, на
всех видах аудиоплееров и
мобильных телефонов.

«Сокрытое Сокровище»

Ежемесячная Христианская Газета.

Publisher «Vestnik» Non – Profit Christian ministry

Христианско Благотворительное Издательство АСД

Licence No. 09 - 126044 Printed in USA.

Общий тираж 619 465 экз.

Главный редактор – Наталья Воронина

Редактор и ответственная за выпуск

на территории США – Алла Мельничук

Печатается на добровольные пожертвования и
распространяется бесплатно.

По вопросам размещения рекламы, объявлений и
под объявлений, обращайтесь по адресу: Publisher «Vestnik»

Адрес для писем:

3832 E. Rialto Ave., Fresno, CA 93726

Tel.1(559)360-0640; 1(559)360-4777

E-mail:fresnovestnik7@yahoo.com

Редакция оставляет за собой право редактировать,
сокращать публикующий материал, исправлять
стиль записи. Газета нуждается в ваших доброволь-
ных пожертвованиях. Перечислить средства на
развитие газеты вы можете почтовым или
банковским переводом.

Банковские реквизиты:

Наименование получателя платежа:

Customer Name - Publisher «Vestnik»

WELLS FARGO Bank # 121042882

Account Number - 5078593869

Подписку на газету, можно оформить,
начиная с любого месяца.