



МУДРОСТЬ

«Не хлебом одним будет жить человек, но всяким словом, исходящим из уст Божиих»
(Мф. 4:4).

500
UA
РОКІВ
РЕФОРМАЦІЇ

ВЕЧНОЕ СОКРОВИЩЕ

№ 9 Сентябрь 2017

Ежемесячная христианская газета

www.lifesource.com.ua

THE ETERNAL TREASURE



«Ибо Господь дает мудрость;
из уст Его – знание и разум»
(Притч. 2:6).

Our website: [WWW.VESTNIK7.COM](http://www.vestnik7.com)

“И проповедано будет сие Евангелие Царствия по всей вселенной...” Матфей 24:14



Благая Весть
Международные христианские газеты

ПСАЛОМ 90



Живущий под кровом Всевышнего под сенью Всемогущего покоится, говорит Господу: "прибдище мое и защита моя, Бог мой, на Которого я уповаю!" Он избавит тебя от сети ловца, от гибельной язвы, перьями Своими осенит тебя, и под крыльями Его будешь безопасен; щит и ограждение – истина Его. Не убоишься ужасов в ночи, стрелы, летящей днем, язвы, ходящей во мраке, заразы, опустошающей в полдень. Падут подле тебя тысяча и десять тысяч одесную тебя; но к тебе не приблизится: только смотреть будешь очами твоими и видеть возмездие нечестивым. Ибо ты сказал: "Господь – упование мое"; Всевышнего избрал ты прибдищем твоим; не приключится тебе зло, и язва не приблизится к жилищу твоему; ибо Ангелам Своим заповедает о тебе – охранять тебя на всех путях твоих: на руках понесут тебя, да не преткнешься о камень ногою твою; на аспида и василиска наступиши; попирать будешь льва и дракона. "За то, что он возлюбил Меня, избавлю его; защищу его, потому что он познал имя Мое. Воззовет ко Мне, и услышу его; с ним Я в скорби; избавлю его и прославлю его, долготою дней насыщу его, и явлю ему спасение Мое".



НАВСТРЕЧУ СОЛНЦУ – ЗНАЧИТ ДОМОЙ



Я шел против солнца. Это было очень трудно, но терпимо, иначе я давно повернулся бы назад. Но идти надо было. Я знал это точно. Где-то там меня ждал мой дом.

Дома хорошо. Там тебя все любят, уважают, всегда рады видеть. Дома уютно. «Мой дом – моя крепость», – говорит народная мудрость. И это правильно сказано. Дома чувствуешь себя защищенным, нужным, востребованным, даже когда ничего не делаешь. Память о доме живет глубоко во мне и побуждает стремиться вперед.

Когда-то давно я вышел из дома, решил прогуляться. Солнце светило в спину, поэтому идти было легко. Оно не было в глазах, не пекло лицо, а просто светило и грело.

Но потом наступила ночь. Стало холодно и неуютно. И я сразу вспомнил о солнце и пожалел, что ушел из дома.

Но пришел рассвет, и тяготы ночи забылись, привлекли новые приключения дня. Так я пошел дальше, и дальше, и дальше...

Со временем я настолько приворился к ночи, что полюбил ее больше, чем день. Ночью многое не видно, а кое-что предстает в привлекательном свете. Однако внутри меня осталось чувство чего-то утраченного. И все эти развлечения и приключения не смогли заглушить его. Напротив, чем дальше я находился вне дома и солнца, тем больше становилась тоска.

Сначала я понимал, что меня тянет домой. Потом понимание ушло,

но чувство осталось. Не понимая, что это, я погружался в приключения, надеясь избавиться от этого чувства. Но кто испытывал его, тот понимает: все напрасно.

Потом кто-то рассказал мне о своем доме и спросил о моем. А я настолько удалился от своего дома и от света, что посмеялся над этим человеком. Но когда он ушел, я задумался...

Вспомнил, что у меня тоже был свой дом, были родные и близкие. Сравнил ту жизнь и эту. Решил посмотреть на все при солнечном свете. Посмотрел и ужаснулся. А потом пошел домой. Но забыл, что путь домой – это дорога лицом к солнцу. А против солнца идти трудно.

И теперь я брел, словно в пустыне. Мимо меня проплывали дома, люди, машины. Но это было как будто во сне, в тумане. «Мир», – думал я и шел вперед. Я не понимал, почему солнце так недружелюбно ко мне. Ведь я иду к нему, иду домой. А оно будто хочет расплывть меня, испепелить. Да, трудно идти против солнца!

Ужасно хочется пить. Сглатываю слюну, но и она какая-то сухая. На минуту жажды утихает, а потом разгорается снова. Нужна настоящая вода – свежая, прохладная. Нужен поток воды, чтобы и попить, и искупаться.

Мысли о воде на время заглушили чувство реальности и жары. Но потом я поднял голову, и слепящий луч солнца привел меня в чувство. А

в следующий момент я понял кое-что, и идти стало гораздо легче.

Солнце – друг. Оно не печет, греет всех одинаково. Дело во мне, в моем восприятии. И как только я это осознал, перестал ощущать жажду. Я стал идти не против солнца, а навстречу ему. Стало просто тепло. Подул ветерок. Мгновенно стала появляться тень, еще больше облегчая мою дорогу. И солнце оказалось сбоку, как товарищ, плечом к плечу. Оставшийся путь до дома я преодолел легко и радостно. Порой еще становилось жарко, но каждый раз это помогало мне осознавать и вспоминать теплоту родного дома.

Однако ничто не сравнится с прибытием домой. Это праздник. Ведь дом – это место для тебя. Здесь все родные и все родное. Каждый из нас родился, чтобы быть в Отчем доме.

Человек рожден, чтобы пребывать в постоянном общении с Богом. Быть с Отцом – значит быть Дома. Только с Ним чувствуешь себя в безопасности, чувствуешь свою востребованность. Грех отделяет человека от Бога, но Христос умер, чтобы разрушить это препятствие. Поэтому в период жизни на Земле у каждого из нас есть шанс повернуть к Дому, попасть в объятия самой родной Личности, в объятия Небесного Отца. Нельзя упускать такой шанс, иначе будет поздно.

Иван Федотов

ЗОНТИК

Холодные капли монотонно барабанят по стеклу, и мне вспоминается одна маленькая история, из которой я извлек для себя большой урок.

Это произошло год назад, в один из тихих осенних дней, когда небо прозрачное и воздух кажется звонким. Ветер срывал первые желтеющие листья, и дома усидеть было невозможно.

Солнце уже клонилось к закату, когда я, жена и наша младшая дочка отправились прогуляться, а заодно навестить друзей. Там мы неплохо проводили время в разговорах за чаем, когда в уютную тишину вечера ворвалась частая дробь падающих капель дождя. Надеясь переждать его, мы задержались допоздна. За окном давно стемнело, а ливень не прекращался. Кроме того, мы вышли из дома без зонта, а тот, который одолжили нам друзья, мало помог – мы возвратились домой промокшими до нитки. Настроение испортилось – мы опасались простуды.

Однако все обошлось, и об этом эпизоде можно было забыть, если бы он не имел продолжения. Когда через несколько дней распогодилось и

мы снова собирались на прогулку, наша дочка отправилась доставать свой маленький зонтик. При этом она просила нас последовать ее примеру и непременно взять с собой наши зонты. Когда мы с женой пытались возражать, ссылаясь на хорошую погоду, наша малышка, совершенно искренне удивляясь беспечности взрослых, напомнила о том дождливом вечере, заставив нас врасплох. Всего лишь одна ночной прогулка под чужим зонтом убедила ее в двух важных вещах. Во-первых, она была уверена, что дождь – явление скорее неизбежное, чем вероятное, и твердо решила приготовиться к нему заранее, не позволяя себе обмануться безоблачным небом. Во-вторых, ребенок понял, что лучше для подобного случая иметь собственный зонт, чем чужой, да еще и один на всех.

Помню, тогда меня поразила недетская мудрость четырехлетнего ребенка. Вспомнились слова Иисуса Христа, когда Он обращался к Богу Отцу: «Славлю Тебя, Отче, Господи неба и земли, что Ты утаил сие от мудрых и разумных и открыл младенцам» (Лк. 10:21). Этот простой пример с зонтиком убедил меня в превосходстве

живой детской веры над пресловутой житейской опытностью. И мы больше не смеялись над нашей дочерью, разгуливавшей с зонтом при ясной погоде. Она чувствовала себя в безопасности и была готова к любым неожиданностям – у нее был свой маленький зонтик.

Мои взрослые друзья! Когда вы снова услышите о Спасителе мира – Иисусе Христе, не спешите отвергать предложенное Им спасение. Ведь речь идет не о дожде и простуде. Это уже вопрос жизни и смерти. И Спаситель Христос подобен тому зонтику, который закрывает людей от опасностей.

Христово спасение адресовано всем. Но для этого нужна вера в то, что опасность и само спасение от нее – реальны и находятся в Божьей власти. Но главное – спасительная вера в Иисуса должна быть сугубо личной. Чужая вера спасти не может. Только вы сами должны получить от Иисуса ваш давно приготовленный «зонтик» спасения. Получив же его, не выпускайте из рук никогда, даже если небо кажется ясным. И будьте внимательны к детям. Возможно, они научат вас

предусмотрительной мудрости, как это случилось со мной благодаря моей маленькой дочке.

Владимир Ш.



РАДИ БОЖЬЕЙ ЛЮБВИ



Английский писатель Уильям Сомерсет Моэм сказал однажды: «Величайшая трагедия жизни – это не то, что люди умирают, а то, что они перестают любить». Возможно, это так. Или, может быть, величайшая трагедия – это не то, что люди перестают любить, а то, что они никогда не любили.

Когда смотришь на мир, то плоды так называемой любви могут показаться на самом деле мучительными. Многое, что совершается во имя любви, заставляет людей думать, что любовь – не что иное, как проклятие, иррациональный эмоциональный порыв, побуждающий к ужасным действиям. Подумайте о расторженных браках, разрушенных домах, разбитых и оскорбленных сердцах. Такие примеры, повторяющиеся вновь и вновь на протяжении истории, влияют на восприятие этого чувства.

И все же любовь – это основополагающий элемент творения. Она пронизывает и объединяет Божью Вселенную от мельчайших атомов и до самых холодных сфер космоса. Поскольку Бог есть любовь, то мы можем быть уверены, что это что-то хорошее, несмотря на то, насколько жалко она проявляется среди нас. Нам необходимо знать, что такое любовь, потому что результатом прощения, которое мы обретаем посредством креста, является наша любовь к Богу и человечеству.

В христианстве любовь исходит от Бога. И мы любим, потому что Бог прежде возлюбил нас. Обратите внимание на слово «прежде». Человеческие существа любят, потому что любовь изливается в наши сердца от Бога. Если мы не получим этой любви, то никогда не сможем проявить ее. Христиане, познавшие Бога и Его любовь, проявляют любовь как к Богу, так и к ближним, отражая качества своего Творца.

Божья любовь к нам предшествовала нашей любви к Нему. Не наша любовь к Богу побудила Его послать Иисуса в этот мир; это была Его любовь к нам. Даже если бы мы не любили Бога, Христос все равно пришел бы на Землю. Божья любовь к нам не основывается на том, что мы можем дать взамен. Его любовь превосходит нашу и не зависит от нее.

Каждый может сказать, что любит кого-то. Но что это означает? Небесный Отец доказал Свою любовь к нам, послав Сына на смерть за наши грехи. Только после того как мы осознаем, что это означает, мы сможем начать понимать ту невероятную любовь, которая была проявлена к нам.

Неудивительно, что мы любим Бога. Благодаря Христу нам прощены наши грехи. А мы проявляем любовь к Нему, соблюдая Его Заповеди. Жизнь со Христом в послушании – это не просто внешнее следование правилам и предписаниям. И робота можно запрограммировать таким образом. Напротив, послушание включает в себя чувства, мысли, цели и мотивы – те сферы нашей жизни, которые

являются источником наших поступков и поведения. Мы подчиняемся Богу не только потому, что нам было заповедано поступать так, но потому, что любим Бога, ведь Он явил нам, что любит нас и желает нам всего самого лучшего. Крест показывает нам, что мы можем доверять Господу, что Ему не безразличны наши желания. Мы подчиняемся не потому, что хотим спасти, а потому, что Он уже спас нас, потому, что через Иисуса наши грехи прощены и у нас уже сейчас есть обетование о вечной жизни. Благодаря этому мы любим Бога, и следствием нашей любви является исполнение Его Заповедей.

«В сердце, обновленном Божественной благодатью, любовь является мотивом действий. Она меняет характер, управляет побуждениями, удерживает страсти, усмиряет вражду и облагораживает чувства» (Э. Уайт. Путь ко Христу).

Нет никакой тайны в Законе Божьем и в том, почему Господь хочет, чтобы мы его соблюдали. Если бы ребенок стоял на десятиметровой высоте, хотел бы отец, чтобы его дитя сделало шаг вперед? Конечно же, нет. Но почему? Ответ прост: согласно закону притяжения, ребенок упал бы на землю и разбился. Живя в этом мире, мы подчиняемся не только физическим законам, но и нравственным. Нарушение физических законов может повлечь гибель, нарушение нравственных законов также причиняет нам вред. Бог не хочет, чтобы это происходило с нами. И причина этого в том, что Он просто любит нас.

«Закон, данный на Синае, провозглашал принципы любви... Господь открыл Израилю предназначение закона, сказав: "И будете у Меня людьми святыми"» (Э. Уайт. Нагорная проповедь Христа).

Божья любовь подчеркивает каждое предписание Закона. Заповеди предназначены для нашего счастья, и нарушение их приводит к гибели. Закон Божий – это не вопрос поступков, а нашей сущности, нашего образа жизни. Десятисловный Закон – это скорее принципы, чем правила и предписания того, что можно и чего нельзя. Бог желает, чтобы эти принципы стали частью нашего характера. Именно это Он и подразумевает, когда обещает вписать Свой Закон в наши сердца. Бог сделает их основой нашей жизни. Это будет свидетельствовать о том, что мы пребываем со Христом. Гармония с Его Заповедями станет нашим образом жизни.

Апостол Павел обращал внимание на связь между любовью и Законом. Между ними нет ни напряженности, ни противоречия, ни противостояния. Апостол не говорит то, что мы часто слышим от людей: «Нам не нужно соблюдать Закон; все, что нам требуется, – это любовь». Он утверждает обратное. Соблюдение Закона не заменяет любовь; соблюдение Закона – это особое проявление любви. Любовь – это глагол. Она предполагает действие. А Закон является лишь указанием на

то, как проявлять любовь и к Богу, и к людям.

Вера во Христа никоим образом не освобождает человека от исполнения Закона. Наоборот, мы любим Бога и благодарим за то, что Он сделал для нас. Если крест и то, что он означает для нас, не побуждают человека любить Господа, то все остальное бесполезно. Мы любим Бога и ближних благодаря кресту, и Десять Заповедей представляют собой принципы того, как выражается эта любовь и к Богу, и к человеку. Оправдание по вере ставит Закон на более высокую ступень в христианской жизни, делая очевидным то, что значит быть последователем Христа, а не отрицать его.

Мы не можем заслужить спасение послушанием. Бог дает спасение даром, и оно принимается верой. Послушание является плодом веры. Если мы пребываем во Христе, если любовь Божья живет в нас, наши чувства, мысли, намерения и поступки будут в согласии с волей Бога, выраженной в Его святом Законе.

Христос – наш Спаситель, умерший за грехи мира; взирая на Агнца Божьего, распятого на Голгофском кресте, мы начинаем лучше понимать тайну искупления, и благость Божья ведет нас к покаянию. Своей смертью ради спасения грешников Христос явил непостижимую любовь. Эта любовь, принятая нами, смягчает наши сердца, пленяет разум и пробуждает в душе раскаяние.

Человек может сопротивляться этой любви, этой силе, влекущей его ко Христу. Однако если он не воспротивится, то непременно будет привлечен к Иисусу. Познавая План спасения, он придет к подножию креста с покаянием в своих грехах, которые причинили столько страданий возлюбленному Сыну Божьему. Немногие задумываются о тех страданиях, которые грех причинил нашему Создателю. Все Небо страдало вместе со Христом, и это страдание не началось и не закончилось Его явлением человечеству. Крест лишь открывает нашим притупленным чувствам боль, которую причинил Божьему сердцу грех. Каждое отступление от справедливости, каждый грубый поступок, каждая неудача человечества в достижении Его идеала огорчают Христа.

Господь не требует, чтобы мы отказались от того, что служит для нашего блага. Он всегда действует в интересах Своих детей. Человек причиняет себе величайший вред, когда мыслит и действует вопреки воле Божьей. Нельзя быть по-настоящему счастливым, идя запрещенным Богом путем. Ведь только Он знает, что именно для нас лучше, и все делает для нашего блага. Путь греха – это путь страдания и гибели.

Господь дарует каждому прощение, исходящее из сердца, полного бесконечной любви. Приняв эту любовь, мы обретем совершенный мир, превосходящий всякое понимание.

Подготовила Лика Введенская

Любовь – лучшее лекарство



Однажды Уинстона Черчилля пригласили на банкет. После того как гости насытились, их спросили, кем бы они хотели стать, если бы имели возможность повернуть время вспять. Когда пришла очередь Черчилля, он встал за своей женой, положил руку на ее плечо и сказал: «Если бы я не мог быть тем, кем я есть сейчас, то мне хотелось бы стать вторым мужем леди Черчилль». Несомненно, это был необычный способ показать жене свое расположение иуважение.

Любовь, как и сама жизнь, является даром нашего прекрасного Творца. Он сотворил человека с желанием дарить и принимать любовь. В наши сердца Бог вложил потребность любить и быть любимыми. Кто-то сказал: «Человек так же сильно нуждается в открытой любви и в открытом восхищении, как и в воздухе». Почему же мы так редко проявляем свою любовь к другим, если сами так в ней нуждаемся? Подарите сегодня миру немного любви. Если вы любите кого-то, покажите это. Любовь – не просто эмоция, это действие. Любовь не может существовать без внешних проявлений, как и огонь нельзя поддерживать без дров. Чтобы любовь росла, ее надо подпитывать, как растение, за ней нужно ухаживать. Но как можно вырастить любовь? Подумайте о проявлении нежности, о готовности скорее уступить, чем настаивать на своем, отдавать, а не брать; интересоваться потребностями других, проникаться переживаниями близких, а не говорить постоянно о своих. Стоит ли оставаться второй скрипкой в семейном оркестре, если уважением к чувствам другого, признанием своих ошибок мы можем занять первое место в жизни своего спутника? «Всякое раздражение и ярость, и гнев и крик, и злоречие со всякою злобою да будут удалены от вас; но будьте друг ко другу добры, сострадательны, прощайте друг друга, как и Бог во Христе простил вас» (Еф. 4:31, 32). Доктор Карл Менninger, известный психиатр, как-то сказал: «Любовь – это средство для спасения мира». Мы жили бы совсем в другом мире, если бы движущей силой каждого человека была любовь!



ЕЛИЗАВЕТА ТЮДОР



Имя Елизаветы неразрывно связано с золотым веком в истории Англии. Так время правления королевы Елизаветы называли не только исследователи, даже современники с восторгом отзывались о дочери Генриха VIII, ценя ее образованность, решительность и меценатскую деятельность. Без преувеличения можно сказать, что в XVI веке не было более могущественной женщины, которая имела бы большую власть и лучше бы сумела воспользоваться ею для преобразования доверенной ей страны в доминирующую силу в Европе – как на суше, так и на море. Однако роль Елизаветы не ограничивалась политикой, экономикой и культурой – именно благодаря ей Реформация окончательно утвердилась в Англии.

Елизавета родилась 7 сентября 1533 года в семье Генриха VIII Тюдора, английского короля, и его второй жены Анны Болейн. Рождению девочки предшествовали драматические события. Еще с 1509 Генрих был женат на Екатерине Арагонской, дочери испанских монархов Фердинанда Арагонского и Изабеллы Кастильской. Из одиннадцати рожденных в браке с Екатериной детей (среди которых было и три мальчика) выжила только дочь Мария, будущая «Кровавая Мэри». Все остальные дети умерли в младенчестве. Король был разочарован: он начал изменять жене, постепенно отдаляясь от нее. В 1526 году Генрих влюбился в Анну Болейн, сестру его бывшей любовницы Мэри. Анна, в отличие от сестры, не уступала домогательствам короля. Она поставила условие, что должна стать его законной женой.

Генрих начал искать способ аннулировать свой брак с Екатериной Арагонской. Сам король обосновал свое желание разорвать союз с женой тем, что, женившись на Екатерине, пошел против библейского постановления: «Если кто возьмет жену брата своего: это гнусно; он открыл наготу брата своего, бездетные будут они» (Лев. 20:21), ведь она до этого была в браке с братом Генриха Артуром, который умер молодым. Екатерина же доказывала: поскольку брак с Артуром не был консуммированным (молодые не жили супружеской жизнью), то нельзя считать его действительным. Не дал разрешения развестись королю и сам Папа. Это разозлило Генриха, который решил пойти на риск – заставил парламент утвердить Акт о супрематии (акт, провозгласивший Генриха VIII единственным верховным земным главой Англиканской церкви), который отменил полномочия Папы Римского как главы Англиканской церкви. Отныне он сконцентрировал в своих руках всю полноту политической и религиозной власти в своем государстве.

Екатерину Арагонскую отправили в отдаленный замок – она не согласилась с решением своего мужа, считая себя законной королевой. Генрих даже запретил ей видеться и общаться с дочерью Марией, обещая, однако, изменить ситуацию, если они признают законность его нового брака. Екатерина и Мария отказались. Они продолжали переписываться благодаря друзьям, которые тайно передавали письма матери и дочери. Стоит отметить, что и значительная часть английского общества симпатизировала стойкой

королеве, в частности, та, которая оставалась католической.

Четырнадцатого ноября 1532 года английский король тайно женился на Анне Болейн. Немного позже назначенный Генрихом новый архиепископ Кентерберийский Томас Кранмер аннулировал брак короля с Екатериной Арагонской и через четыре дня признал действительным брак с Анной Болейн.

Однако вместо ожидаемого сына родилась дочь Елизавета. В течение следующих двух лет у Анны несколько раз были выкидыши, и Генрих начал искать альтернативу своей жене. Вскоре он заинтересовался Джейн Сеймур и, чтобы жениться на ней, начал расследование по обвинению в государственной измене против Анны Болейн. Второго мая 1536 года королева была арестована. Уже 14 мая Кранмер признал брак Генриха с Анной недействительным, а через пять дней королева была казнена. Так Елизавета потеряла мать в два с половиной года. Поскольку брак ее родителей был аннулирован, она потеряла титул принцессы Уэльской и провозглашалась незаконнорожденным ребенком, как и ее сводная сестра Мария, дочь Екатерины Арагонской.

В день казни Анны Генрих обручился с Джейн Сеймур. Свадьбу они отпраздновали уже через 10 дней. Именно Джейн подарила королю долгожданного наследника. Двенадцатого октября 1536 года новая королева родила сына Эдуарда. Елизавета после рождения сводного брата вошла в его свиту: они воспитывались вместе и, несмотря на конфликты, сопровождавшие их рождение и ранние годы, любили и поддерживали друг друга в течение всей жизни.

Учиться Елизавета начала достаточно поздно, только в 1544 году, когда отец все же признал ее законнорожденной, как и ее сестру Марию, восстановив дочерей в праве на престолонаследие после Эдуарда и его возможных детей. Кто же учил будущую королеву? Если подытожить, то все они имели реформаторские убеждения и были из круга архиепископа Томаса Кранмера, а также немецких реформаторов. Уильям Гриндаль, выпускник Кембриджа, учил принцессу латыни и греческому языку. Жан Бельмен, который был также учителем Эдуарда, преподавал Елизавете французский и каллиграфию. В августе 1549 года Эдмунд Аллен, катехист евангелического направления, стал ее духовником. По просьбе Мартина Буцера Аллен также привлек к кругу учителей Елизаветы Иохана Спитховиуса, ученика Филиппа Меланхтона. Имя ближайшего соратника Лютера не случайно появилось в контексте образования принцессы. Как показали дальнейшие события, великий педагог Реформации Меланхтон не ошибался, предоставляя образовательному направлению преимущество в первые годы религиозной реформы. Ведь и принц Эдуард, уже будучи, хоть и недолго, королем Эдуардом VI, и Елизавета покажут себя защитниками протестантизма в Англии. Религиозной стойкостью Эдуард и Елизавета, безусловно, во многом обязаны своим учителям.

Вернемся к семейному кругу: отрицательно или положительно он влиял на Елизавету? После смерти Джейн Сеймур, матери Эдуарда, Генрих женился еще три раза. Как ни странно, но то,

что король менял жен, особо не влияло на его дочь. Более того, с последней его женой Катариной Парр, на которой Генрих женился в 1543 году (за четыре года до своей смерти), у Елизаветы и Эдуарда были дружеские отношения. Кроме доброжелательного отношения, этому, несомненно, способствовали реформаторские убеждения Катариной. Она, в отличие от консервативного короля, была убежденной протестанткой.

В 1547 году Генрих VIII умер, оставив престол своему малолетнему сыну Эдуарду. Лордом-протектором стал Эдуард Сеймур, а епископ Кранмер продолжал реформировать церковь. В 1547 году были применены жесткие ограничения относительно икон в церквях. Традиционные церковные облачения и утварь были сожжены или переплавлены. В 1551 году система епископатов была изменена – епископы становились государственными служащими, которых назначал король. В следующем 1552 году Книга общей молитвы (исповедание англиканской веры и сборник молитв) была отредактирована в пользу строгого протестантского толкования. Таким образом, Реформация, основанная Генрихом, продолжалась. Принц, которого воспитывали в протестантском духе, одобрял этот процесс.

Однако 6 июля 1553 года юный король (ему едва исполнилось 15) умер от легочной болезни, по мнению современных исследователей, от туберкулеза. Эдуард перед смертью, не желая видеть на троне свою сестру-католичку Марию, исключил ее из порядка престолонаследия. Ему пришло исключить и Елизавету, потому что, по мнению его советников, в том числе Джона Дадли, герцога Нортумберлендского, нельзя было лишить прав на трон лишь одну из сестер. Поэтому после смерти Эдуарда Дадли попытался утвердить на престоле леди Джейн Грей, двоюродную внучку Генриха VIII. Однако этот замысел проявился – юная королева была казнена, пробы на троне менее двух недель, а все, кто ее поддерживал, – арестованы.

Правление Марии Тюдор, дочери Генриха и его первой жены Екатерины, продолжалось с июля 1553 года до 17 ноября 1558 года. Оно означало начало Контрреформации в Англии. Мария преследовала и казнила протестантов, за что современники и исследователи называли ее «Кровавая Мэри».

Уже в январе 1554 года против Марии поднялось восстание под предводительством Томаса Ваята. Целью восставших было помешать заключению брака королевы с Филиппом II Габсбургом, фанатичным католиком. Более того, часть восставших выступала и за передачу короны Елизавете. Восстание было быстро подавлено, однако тень подозрения пала на саму Елизавету. Она была восстановлена при дворе только в 1556 году, когда снова получила шанс стать королевой после своей сестры. Осенью 1558 года Мария тяжело заболела. Она умерла 17 ноября, признав перед смертью Елизавету своей наследницей.

Новую королеву радушно встретила столица. Накануне своей коронации, 15 января 1559 года, она со свитой прошла торжественным шествием по Лондону. Елизавета понимала свою ответственность перед подданными, ждущими положительных изменений. Перед молодой королевой было несколько важных задач и проблем: религиозное законодательство, брачные вопросы и, немного позже, война с Испанией, которая была следствием религиозной политики и конфликта интересов в морской торговле. Рассмотрим, как Елизавета ответила на все эти вызовы. Прежде всего был принят Реформационный билль (акт или устав, принятый парламентом в Англии), который возвращал независимость Англиканской церкви, отменяя решения, принятые католичкой Марией. Также билль утверждал реформационные толкования сути причастия, запрещал почитание икон, позволял пасторам жениться и признавал Елизавету верховным правителем Англиканской церкви.

Восьмого мая 1559 года был принят новый Акт о супрематии – Елизавета стала главой Англиканской церкви. Тогда же был принят и другой документ – Акт об единобразии (Act of uniformity), благодаря которому Книга общей молитвы (сборник вероисповедальных документов и молитв) принималась как единственная и обязательная для общего использования.

Второй задачей был выбор мужа. Елизавета должна была сделать выбор между браком по любви и браком по расчету. При дворе всем было известно,

что молодая женщина полюбила своего друга детства Роберта Дадли. Тот в 1559 году был еще женат на уже тяжелобольной Эмме Робсарт. Однако после загадочной смерти жены в сентябре 1560 года Дадли так и не смог жениться на Елизавете. Против выступил Тайный Совет, главный совещательный орган при королеве. Лорды утверждали, что она потеряет популярность и доверие народа. Оставался брак по расчету.

Королева с осторожностью подходила к выбору мужа среди многочисленных кандидатов. Среди них были и Филипп II, который был не против жениться на сестре первой жены, и Эрик XIV, король Швеции, а также Иван IV Грозный, московский царь, Генрих и Франциск Анжуйские, герцоги Алансонские, и многие другие. В 1563 году Елизавета переболела оспой и проблема престолонаследия встала с новой остротой. Парламент требовал, чтобы королева вышла замуж и родила наследника, дабы избежать гражданской войны в случае ее внезапной смерти. Елизавета пообещала лордам: «Я никогда не нарушу слово короля, данное публично, для сохранения своей чести. Поэтому говорю снова, что я выйду замуж настолько быстро, насколько это будет прилично, если только Господь не заберет к Себе того, за кого я хочу выйти, или меня саму, или не позволит еще чему-то значительно помешать мне». Однако время шло, а королева отказывала потенциальным мужьям и не желала называть наследника. Что же было причиной такого поведения? Во-первых, будучи долгое время второй в порядке престолонаследия, она помнила, как уязвима позиция монарха, когда уже известно, кто будет следующим, – особенно ярко это проявилось на примере ее сестры Марии. Во-вторых, ее сердце все еще принадлежало Роберту Дадли. Это чувство она пронесла через всю жизнь.

Другой проблемой были внешнеполитические конфликты. В конце 1580-х годов обострились отношения между Англией и Испанией. Поводом к войне стали удачные и дерзкие экспедиции Фрэнсиса Дрейка, пирата, который, атакуя испанский торговый флот и порт Кадис, спровоцировал ощущимые финансовые потери испанцев. Филипп II объявил войну Англии и отправил к ее берегам Большую Армаду – впечатляющую флотилию испанских военных кораблей под предводительством герцога Пармского. Корабли должны были вторгнуться в Англию с юго-востока. Из-за просчетов, незнания прибрежных течений и неудачной атаки английского флота возле Гравелина почти все суда Армады были разбиты на рифах, сожжены английскими моряками, а оставшиеся отступили. После этого испанский флот получил среди современников наименование – «Непобедимая Армада». В начале августа Елизавета, еще не зная о поражении испанцев, посетила английские войска возле Тилбери. Одетая в сияющие доспехи поверх белого вельветового платья, она выступила перед военными с одной из самых известных своих речей. Елизавета произнесла слова, которые можно считать ее жизненным девизом: «Я знаю, что у меня тело слабое и немощной женщины, однако сердце и желудок короля, к тому же короля Англии, и никогда не допущу, чтобы Парма или Испания, или любой другой король Европы вторгнулся в мое королевство». Поданные восприняли победу над Армадой как знак Божьей благосклонности к Англии под руководством королевы-девственницы.

Конец жизни Елизаветы был отмечен рядом потерь и сложностей в политической жизни. Королева была сломлена смертями своих близких и друзей. По свидетельствам современников, в марте 1603 года она погрузилась в депрессию: ее любимый Роберт Дадли, близкий советник Уильям Сесил, ее подруга Кэтрин Ховард, графиня Ноттингемская – все они уже ушли из жизни, и Елизавета чувствовала себя одинокой. Двадцать четвертого марта 1603 года она умерла во сне. Тогда Джеймс Стюарт был провозглашен английским королем Яковом I. Так закончилась династия Тюдоров, уступив Стюартам. Со смертью Елизаветы кончился и золотой век в истории Англии. Однако королеву не забыли: до сих пор ее уважают не только в родной стране, но и далеко за ее пределами, признавая ее исключительную харизму, неокрушимую силу воли и отвагу королевы-протестантки.

Степания Ковбасюк,
кандидат исторических наук

СТРАХ ВРАГА



Много лет я молчал о том случае, даже почти забыл о нем. А вспомнил, перечитывая начальную строчку 63-го псалма: «Услышь, Боже, голос мой в молитве моей, сохрани жизнь мою от страха врага». И я понял, как сильно все изменилось с тех пор...

Нередко случается так, что нам досаждают не столько наши враги, сколько наши собственные (часто преувеличенные) страхи, связанные с их присутствием в нашей жизни. Был такой враг и у меня. И самой большой угрозой, исходящей от него, была угроза моего публичного разоблачения. Но обо всем по порядку...

Я с детства боялся темноты и грозы, сторонился цыганок, остерегался собак. Особенно мне досаждала одна собачка из соседнего дома.

Заметив меня издали, она молнией бросалась ко мне и, заливисто лая, щелкала зубами в шаге от моих брюк. Я замирал, и, покрываясь холодным потом, ненавидел это создание, и долговязого старика – хозяина собаки – за то, что тот ее любил и отпускал гулять без поводка.

Тогда я, как это иногда делает каждый из нас, никому особо не обращаясь, эмоционально говорил: «Только бы пронесло!»

...Потом были пожары. Сначала – в соседнем подъезде, потом что-то горело в нашем подвале. И каждый раз, когда пожарные машины с жутким воем въезжали к нам во двор, у меня внутри все переворачивалось. А когда среди ночи в двух шагах от нашего дома несколько раз вспыхивали то сараи, то

трансформаторная подстанция, я очень испугался огня.

С тревогой я ждал приближения каждой ночи: вдруг мы уснем, а дом загорится?! Я вздрогивал от любого подозрительного звука. В дрожащем свете фар мне мерещились языки пламени. А тревожные сирены пожарных машин неизменно вызывали у меня повышенное адреналина и надолго лишали сна. Я все недоумевал: как это взрослые позволяют себе безмятежно и крепко засыпать, не боясь сгореть во сне? Чтобы хоть как-то успокоиться, я тихо шептал в потолок: «Хоть бы этой ночью не случилось пожара!» – и лишь тогда засыпал.

Пожаров с тех пор не было, но страх остался, и я каждый раз перед сном повторял своего рода «молитву». Иногда добавлял к ней какую-нибудь сиюминутную просьбу: о здоровье мамы, о родных, о спасении от школьных стоматологов. Да мало ли какие еще страхи тревожат сердце подростка?! И по-прежнему этот вечерний молитвенный ритуал действовал на меня успокаивающе – я чувствовал, что делаю это не напрасно, меня обязательно услышат и как-то защитят неведомые, но добрые силы: мои представления о Боге были слишком расплывчатыми и неопределенными.

Но страхи страховами, а, как известно, реальные проблемы возникают внезапно. И как-то незаметно для себя я начал прибегать к услугам «высших сил» и днем. А для усиления своих молитв я решил еще и троекратно креститься – как это делала бабушка...

Теперь я «молился» по любому поводу. Сравнительно безмятежное течение моей жизни убеждало меня, что это и есть результат моих регулярных молитв.

...Но однажды меня разоблачили... Я шел вдоль школьного забора и очем-то в очередной раз «договаривался» с Небесами. Оглянувшись по сторонам и никого не заметив, я трижды быстро перекрестился. Но меня засекли трое старшеклассников-хулиганов из соседнего двора. Они появились из-за угла, и их заводила ехидно спросил: «Ты что это тут – МОЛИШЬСЯ?!» Он так и сказал – не «крестишься», а «молишься».

Мысли спутались: а если об этом случае станет известно в школе?! Там меня знали совсем другим: тихоня-отличник, член школьного Совета дружины, фотография которого – на Доске почета. И вдруг такой позор – крестится! А значит, и Богу молится. Тогда это было ужаснее, чем курить в школьном туалете или ругаться бранными словами!

Если бы они обыскали мои карманы, требуя мелочь, это было бы хоть и

унициально, но все же не так страшно. Но те трое словно вытрясли мне душу – нагло и бесцеремонно! Что им сказать?! Опустив безвольно руки и даже не пытаясь оправдываться, я ждал пинков, оскорблений. Но они, постоянно несколько минут, переглядывались со своим вождем. А тот, видимо, не совсем понимая, что со мной делать, развернулся и увел свою ватагу, пригрозив, чтобы я больше не смел молиться...

Так у меня появился враг, а моя школьная жизнь превратилась в кошмар. Креститься на виду я перестал, а молился в основном о том, чтобы тот мальчишка не выдал меня, а лучше бы и вовсе скорее забыл.

Как шпион, я незаметно следил за каждым его шагом. Встречаясь с ним в школьных коридорах, я мгновенно отворачивался к окну или убегал. Казалось, я чувствовал его и в любой толпе мгновенно сканировал его ехидное лицо с узким прищуром недобрых глаз.

Однажды мы все же столкнулись. Я осталенел, а он, скользнув по мне равнодушным взглядом, прошел всего в двух шагах от меня. «Неужели забыл?! Не может быть!» – блеснула радостная мысль. Но, даже измучившись от «страха врага», я все не решался поверить в «вымоленное» мной чудо.

...Прошло много лет. Детские страхи, подтолкнувшие меня к молитве, развеялись. Один за другим куда-то пропали враги. Но всякий раз, когда я слышал в толпе, как кто-то взволнованно шепчет: «Только бы не опоздать!», «Только бы получилось...!», «Только бы...!», я вспоминал, с какой искренней надеждой сам шептал каждый день подобные слова. И как просто однажды они превратились в настоящие молитвы, когда я ближе узнал Бога – Того, Кто все эти годы безотказно откликался на мои просьбы.

Я больше не стыжусь своих страхов, своих слабостей, своих молитв к Богу. Знаю, что Он, познавший горести и страдания, понимает меня и потому не осудит, не останется в стороне.

Помолитесь Богу и вы, если что-то тревожит. Расскажите Ему обо всем и... живите дальше. Вспомните, сколько раз вы и сами пытались молиться – перед лицом страха, когда сердце рвалось от отчаяния и надежды...

Молитесь Богу. Поверьте: это не трудно, не стыдно. Может быть, вам трудно начать? Тогда попробуйте повторить уже известный вам стих из 63-го псалма: «Услышь, Боже, голос мой в молитве моей; сохрани жизнь мою от страха врага» (ст. 2) Дальше – сами...

Владимир Шишков

Как взбодриться осенью?



С приходом осени постоянно хочется спать, иногда нет сил даже ужин приготовить. Как избавиться от этого состояния?

Действительно, в условиях недостатка солнечных лучей очень трудно просыпаться и чувствовать себя бодро целый день, и все это из-за нехватки солнца и витамина D в организме. Но все-таки существует несколько способов, как взбодрить себя даже в самый холодный и серый день. Однако лучше все делать регулярно и в комплексе.

1. ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Комплекс упражнений утром поможет вам зарядиться энергией и бодростью, ведь физическая активность помогает мобилизовать работу корковых и подкорковых отделов центральной нервной системы, способствует улучшению крово- и лимфообращения, ускоряет венозный кровоток и устраняет застойные явления после сна. Оптимальный комплекс гимнастики состоит из упражнений, в которых задействованы все группы мышц.

2. РАННИЙ ОТБОЙ

Выделите 8 часов для сна, постоянно ложитесь и вставайте раньше и в одно и то же время. Это поможет организму просыпаться отдохнувшим каждое утро.

3. УПОТРЕБЛЯЙТЕ БОЛЬШЕ ПРОДУКТОВ, СОДЕРЖАЩИХ ТРИПТОФАН

Это аминокислота, из которой синтезируется серотонин. Серотонин имеет много важных функций: влияет на трудоспособность, концентрацию внимания, память и другие интеллектуальные процессы, а при его высоких концентрациях человек чувствует душевный подъем, эйфорию и радость. При сокращении светового дня выработка серотонина снижается, восполнить его запасы можно с помощью триптофана. Он содержится в орехах, бобовых.

4. БОДРЯЩИЙ СВЕТ

Циркадные ритмы человека зависят от солнечного света. Когда количество света по утрам снижается, ритмы организма не соответствуют нашему рабочему графику. Помогает фототерапия: сеансы по 30 минут в утренние часы с режимом облучения 10 000 люкс (нужны специальные лампы, делаются в поликлиниках). А можно купить специальный световой будильник, который за полчаса до пробуждения имитирует рассвет.

5. ВОДНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ

Каждое утро принимайте контрастный душ. О его пользе известно всем и давно, но большинство из нас находит десятки причин, чтобы не начинать эту для многих сначала малоприятную процедуру.

6. СВЕЖИЕ ФРУКТЫ И ОВОЩИ

Их необходимо употреблять, чтобы поддерживать запасы витаминов и микроэлементов.



НА ГОЛГОФСКОЙ ВЕРШИНЕ



Я стою на Голгофской вершине,
На пропитанной кровью земле.
Здесь распят мой Господь... И отныне
Мое место – на этой горе.

Среди тьмы, в тишине, на коленях,
Со слезами и болью в глазах
Я взираю на крест, где в мученьях
Бог страдает на ржавых гвоздях.

"О, Иисус! Как же рана жестока!
Что мне сделать? Как гвозди сорвать?
Чем могу я помочь, хоть немного
Твою боль нестерпимую снять?"

Я всем телом к кресту припадаю,
Выбиваясь от плача из сил.
Слышу шепот с креста: «Умираю
За тебя Я, чтоб вечно ты жил!

Так утешься, отри свои слезы.
Я смогу. Я стерплю. Я спасу.
Только верь – и тогда через грозы
Я тебя на руках пронесу!"

Он вздохнул, застонал, содрогнулся:
«Как в груди Моей сердце болит!
Этот мир от Меня отвернулся,
Грех планеты всей грудь Мне теснит."

О, Земля! Ты одна во Вселенной
Кровь Творца своего пролила.
Только знай, что Любовь неизменно
За тебя на Голгофу взошла!

Кровь сильнее из ран заструилась,
Орошая меня под крестом.
И воскликнул Иисус: «Совершилось!
Бедный грешник, ты принят Отцом!

Ты прощен! Ты омыт Моей кровью!
Так возрадуйся, житель Земли!
Ты навек спасен Божьей любовью!
Так не медли, иди же, иди!

В Моих ранах, пробитых гвоздями,
Есть твой тоже удар молотка.
Так спеши со своими грехами
Ко кресту, чтоб их смыть навсегда!»

Христос умер тогда, но не в силах
Была Господа смерть удержать:
Он с победой воскрес из могилы,
Чтобы жить, исцелять и спасать!

Жив Спаситель! Он рядом, Он с нами!
Он – Путь, Истина, Жизнь, Он – наш Бог!
Торжествуйте же все, христиане:
Иисус нашу веру зажег!

...Я стою на Голгофской вершине,
Где открылся мне путь в Небеса.
Моя вечная жизнь – в Божьем Сыне!
Здесь я буду стоять до конца!



СКОЛЬКО ЗВЕЗД НА НЕБЕ?



НОВОЕ К ДРЕВНЕМУ СПОРУ АСТРОНОМИИ С БИБЛИЕЙ

1. Структура Вселенной. Одной из основных проблем астрономии является вопрос об устройстве Вселенной. В течение прошлых столетий спорили о ее бесконечности. Какую структуру имеет мироздание вообще? На основе результатов новейших научных исследований сделан вывод: мы этого не знаем! Очевидно, структуру Вселенной познать невозможно. Американские астрономы Джон Барроу и Йозеф Зильк в 1989 году поставили вопрос: «Будут ли к 2000 году решены важнейшие космологические проблемы?». И сами ответили: «К возможности решения вопроса об ограниченности или бесконечности космоса следует относиться скептически. Во всяком случае в прошлом практически любое совершенствование астрономических приборов лишь мешало решению этого вопроса». Приблизительно так же высказывались до сего дня и другие астрономы.

Немецкий астрофизик Фолькер Вайдеман на одном конгрессе заявил: «Космология основывается на философских предположениях больше, чем все другие отрасли естествознания. Если мы, будучи вынуждены убрать границы того, что может называться наукой, не сможем надеяться найти ответы на фундаментальные вопросы космологии, тогда нам следует признать, что мироздание в основе своей непознаваемо. Наука должна примириться с тем, что есть вопросы, на которые ответить невозможно. Нам остается лишь теория о нашем познании».

А дает ли нам ответ Библия? О знании структуры Вселенной написано в книге Иеремии: «Так говорит Господь: если небо может быть измерено вверху, и основания земли исследованы внизу, то и Я отвергну все племя Израилево за все то, что они делали» (31:37). Другими словами, если ученые смогут исследовать структуру Вселенной и недра земли, тогда Бог отвергнет народ Израиля.

Это примечательный стих, так как Бог связывает здесь два совершенно разные понятия. Какое отношение имеет структура мироздания к верности Бога Израилю? Кажется, совершенно никакого. Нередко в Библии мы находим места, где разные понятия связываются в одном высказывании. Зачем Господь это делает? Я пришел к следующему заключению. Возможно, мы к одному высказыванию относимся с большим доверием, другое же нам трудно понять. Тогда Бог говорит, что если мы с первым согласны, тогда и во втором мы можем быть уверены. В том, что Бог верен Израилю, мы убедились и на рубеже XX и XXI веков, когда Он Свой народ возвращает на их землю, как и обещал

в течение тысячелетий. Тем не менее другое высказывание вызывает вопросы. Как можно было в древности (за 600 лет до н. е.) утверждать, что никто не сможет понять структуру мироздания и недр земли?

Известно, что каждый проект исследования структуры Вселенной – это поиск квадратуры круга. Проблема остается нерешенной. Почему так, мы не знаем. Может быть, Вселенная создана так, что человеческому разуму решение такой задачи не под силу? Вселенная так устроена по замыслу Бога.

2. Вселенная пуста. Верно ли описывают другие тексты Библии то, что знает современная наука о Вселенной? В книге Иова написано: «Он распостер север над пустотою, повесил землю ни на чем» (26:7). Это означает, что Вселенная пуста и Земля свободно, без опоры, парит в ней.

Нам кажется, что это высказывание неверно. Действительно ли Вселенная пустая? В одной лишь галактике Млечный Путь, в которой находится наша Земля, насчитывается 200 миллионов звезд. Как, принимая во внимание такое огромное число, можно сказать, что Вселенная пуста?

Если всю материю Млечного Пути равномерно распределить в занимаемом им пространстве, то четыре атома водорода пришлось бы на один кубический сантиметр. Для сравнения: в одном кубическом сантиметре воздуха находится около 27×10^{18} молекул. За один раз мы вдыхаем примерно 500 кубических сантиметров воздуха. В сравнении с вдыхаемым нами воздухом материя Млечного Пути разрежена приблизительно в более чем семь триллионов ($7.000.000.000.000.000.000$) раз. Одной из ближайших к нам (к Млечному Пути) галактик является отдаленная от нас на 2,25 миллиона световых лет Туманность Андромеды. Между ними пусто! Поэтому библейское высказывание «Вселенная пуста» поразительно точное.

3. Вселенная темна. В книге Исаии сказано: «Я облекаю небеса мраком» (50:3). Утверждению Библии, что Вселенная темна, можно возразить: Солнце все освещает. Однако светло у нас лишь потому, что Земля окружена атмосферой, которая равномерно рассеивает солнечный свет. Если бы наша планета не имела атмосферы, то мы на небе видели бы лишь одно светлое пятно – Солнце, все остальное было бы черным. Свидетелями этому были астронавты на Луне. Они видели Землю, как голубую жемчужину на черном бархатном фоне. Слово Божье и в этом случае совпадает с детальными научными данными. Предположим, что Земля находилась бы между Туманностью Андромеды и Млечным Пути (внутри

которого Земля и находится), тогда и то, и другое казалось бы нам двумя маленькими точками. Отдельных звезд мы бы не различали. Лишь при помощи огромных телескопов можно было бы видеть другие галактики. Все созвездия видимого невооруженным глазом звездного неба относятся к Млечному Пути, кроме Магеллановых Облаков и Туманности Андромеды. В этом мы видим свое особое положение в мироздании: благодаря тому, что Земля находится внутри галактики, мы ночью видим звездное небо; благодаря нашей «близости» к Солнцу, мы имеем источник света, и благодаря тому, что Земля окружена атмосферой, у нас равномерно освещенный день. А во Вселенной царит полный мрак.

4. Земля свободно парит в пространстве. Это высказывание из книги Иова (26:7) о свободном парении Земли в пространстве выразили математически немецкий астроном Иоганн Кеплер (1571 – 1630) посредством уравнений, получивших название законы Кеплера, и английский ученый Исаак Ньютона (1643 – 1727) в виде закона всемирного тяготения. В древности считали невозможным, чтобы такая громадная планета, как Земля, могла свободно парить в пространстве. И в этом случае Библия в описании действительности далеко опередила науку.

5. Число звезд. По сегодняшним астрономическим познаниям во Вселенной насчитывается около 10^{25} (единица с 25 нулями) звезд. Фактически их, наверное, гораздо больше, так как астрономические приборы имеют ограниченное увеличение. В книге Иеремии Бог говорит о числе звезд: «Как неисчислим небесное воинство и неизмерим песок морской» (33:22). Здесь Бог сравнивает количество звезд с морским песком. И то, и другое неисчислим. В древности астрономия была одной из самых развитых наук. Астрономы были убеждены, что существует около 3000 звезд, приблизительно столько их видно невооруженным глазом. Тогда телескопов еще не было, и это число считалось научно достоверным познанием.

То есть в то время переданные Иеремии слова Бога казались неверными, совершенно невероятными; высказывание пророка считалось крайним преувеличением. Лишь теперь, в конце XX и начале XXI века – 2600 лет после Иеремии, – мы можем подтвердить научно, что звезды никто не может сосчитать. Современные компьютеры могут произвести около 10 миллиардов математических операций в секунду. Но чтобы лишь один раз досчитать до числа звезд, ему нужно 30 миллионов лет! Не урок ли это осуждающим библейским высказываниям, которые мы не понимаем или некоторые считают недостоверными, так как они, с точки зрения современной науки, кажутся невероятными? Бог говорит, что Слово Его верно. И это непоколебимо и в том случае, когда детали научно подтверждены невозможно. Приведенные здесь тексты из Библии наглядно показывают, что Слово Божье оказалось верным, в частности, высказывание Иеремии относительно количества звезд на небе. Многое, что нам сегодня кажется необъяснимым, возможно, будет понято и объяснено грядущими поколениями. Пусть приведенные примеры покажут, с какой осторожностью следует судить о научной «недостоверности» Слова Божьего.

Вернер Гитт – профессор, специалист по информатике, директор Государственного физико-технического института, Брауншвейг, Германия



КАК НЕ ПРЕВРАТИТЬ УЧЕБУ В МУЧЕНИЕ



С началом учебного года многие семьи с детьми сталкиваются с проблемами: «Ни как не заставишь ребенка ни читать, ни писать!» «Буквы просто отказываются учить...» «Больше минуты ничего раскрашивать не заставишь!». Это не жалобы мам первоклассников, а отрывки диалогов тех родителей, чьи пятилетние дети посещают развивающие занятия.

Число развивающих детских студий, центров и клубов растет в крупных городах с каждым годом. Но растет ли в начальной школе число высокоразвитых детей-интеллектуалов с широким кругозором и большим познавательным интересом?

У меня много знакомых педагогов, которые говорят: «По сравнению со средней и старшей школой в начальных классах дети еще не создают столько проблем». В классе пока не ругаются бранными словами, не применяют силу и даже добровольно руки поднимают. Но многие дети приходят в школу не такими, как предыдущие поколения. «Становится меньше детей с горящими глазами», — заметила одна учительница.

Я не буду рассуждать о дошкольниках, которыми родители просто не занимаются, сажают перед голубым экраном и покупают компьютер или планшет, чтобы ребенок не мешал, сидел в своей комнате. Или отдают в первый попавшийся садик, а чем там наполняют детский досуг — уже не важно.



Меня все больше интересует способность к учебе тех детей, которыми до школы занимаются: водят на занятия, делают уроки, трепетно отслеживают успехи. Но результат таких титанических усилий может не оправдать родительских ожиданий.

Я не намерена говорить о вреде раннего развития. О его вреде и о пользе написано немало. Я убеждена, что раннее развитие важно, если имеется в виду способность родителей как можно раньше увидеть в своем ребенке личность, готовую к интересному диалогу.

Раннее развитие как самоотверженная готовность мамы возить ребенка в специализированный центр — это также неплохо, если только это не случается слишком рано, когда ему в силу возраста надо сидеть дома и общаться с родственниками.

Если ребенку уже исполнилось четыре года, то можно полчаса поиграть с педагогом в небольшой компании на специальном занятии. Развиваются важные социальные навыки: слышать чужого взрослого (будущем — учителя), добровольно уступать соседу право отвечать на вопрос или первым входить в учебный зал, не забывать карандаши под столом, не набрасываясь с криком на чужие игрушки.

А родителям эти занятия дают возможность лучше оценить задатки ребенка и узнать, какое занятие вызывает наибольший восторг. Если ребенку нравится рисование, а в музыкальном зале он капризничает — можно сделать вывод, что пока рано мечтать о карьере музыканта, но можно найти хорошую изостудию. Дальнейшие наблюдения позволят понять точнее: нравится или не нравится ребенку только педагог или сам род деятельности.

Но почему-то большинство родителей, записывая дитя на занятия, мечтают совсем о другом. Для них это возможность заложить крепкий фундамент для будущей учебы в школе, вырастить круглого отличника за два года до первого звонка. «В школах сейчас требуют...» — пугают друг друга бабушки и мамы в коридорах развивающих студий и делятся советами, как заставить дитя учиться и слушать учителя.

Одна мама жаловалась, что уже месяц не гуляет с ребенком, — слишком много времени уходит на то, чтобы выполнить домашние задания. А у ребенка хронический бронхит, ему необходимо часто бывать на свежем воздухе.

ПСАЛОМ 22



Господь — Пастырь мой; я ни в чем не буду нуждаться:

Он покоит меня на злачных пажитях и водит меня к водам тихим, подкрепляет душу мою, направляет меня на стези правды ради имени Своего.

Если я пойду и долиною смертной тени, не убоюсь зла, потому что Ты со мной;

Твой жезл и Твой посох — они успокаивают меня.

Ты приготовил предо мною трапезу в виду врагов моих; умастил елеем голову мою; чаша моя преисполнена.

Так, благость и милость да сопровождают меня во все дни жизни моей, и я пребуду в доме Господнем многие дни.



Думаете, что здоровье приносится в жертву интеллекту? Нет! Здоровье приносится в жертву стойкому отвращению к процессу учебы. Потому что процесс, который мог бы быть захватывающим-увлекательным, с родительской помощью превращается в поле скандалов, упреков, жесткого принуждения ребенка и его заниженной самооценки.

Обидно то, что в хороших развивающих студиях педагоги понимают, что приходят на работу в основном для того, чтобы немного поиграть с детьми, пообщаться и заинтересовать процессом познания, активизировать познавательные процессы. Потом они дают им возможность дома «поиграть» в домашнее задание, задав написать десяток букв и раскрасить несколько картинок.

Однако мамы заставляют своих детей делать намного больше, пугают учительницей, ругают. Такие действия приводят к тому, что у ребенка пропадает интерес, не развиваются способности и таланты.

Говорить маленькому ребенку, что учеба — это тяжелая и неинтересная работа, — это огромная ошибка. Ведь знание — это интересно, несложно и приятно. Оно повышает самооценку и дарует уверенность в себе. Это — полет для творчества. Поэтому занятия в развивающей студии должны быть интересными и радостными.

Недавно моя мама открыла мне секрет, что в первом классе у меня был ужасный почерк, и учительница даже немного ругала ее за это. Я не помню, чтобы у меня были такие проблемы, но помню, что очень любила школу. Мама не заставляла меня часами сидеть за тетрадками, а читала мне книжки и ждала, когда учитель заметит у ребенка какие-нибудь другие способности, кроме чистописания.

В год-полтора малыши начинают примерять обувь взрослых. Знаете ли, о чем это говорит? Это значит, что в их голове прошел процесс мысленного отделения предметов одного класса (обуви) из ряда других, определение их назначения — ношения на человеческих конечностях, причем именно нижних, поиск пары одинаковых предметов из всего класса обуви, контроль над их перемещением из тумбочки на детские конечности...

А Корней Иванович Чуковский написал книгу («От двух до пяти») о том, какие дети талантливые лингвисты, проиллюстрировав множеством примеров глубину постижения детьми законов языка.



Елена Фетисова

«Кто не со Мною, тот против Меня»



«Кто не со Мною, тот против Меня» (Мф.12:30).

Нам приходится принимать в своей жизни множество решений: важных и незначительных, сознательных и неосознанных. Ученые считают, что человеку приходится принимать около 1600 решений ежедневно.

Некоторые важные шаги мы делаем с большим трудом. Недавно я прочел о 79-летнем человеке, который впервые в своей жизни женился. На вопрос корреспондента о том, почему он так поздно решился, последовал ответ: «Знаете, я хотел больше узнать о своей избраннице». Интересно, что до этого он знал ее на протяжении 50 лет!

Мы также часто пытаемся просто уйти от принятия конкретного решения, стремясь найти некую «золотую середину». Однако в духовных вопросах это сделать невозможно, потому что нейтральной позиции просто не существует. Не будем питать иллюзии по этому поводу!

Евангелие ставит нас перед выбором, не оставляя при этом некоего промежуточного положения. Либо я говорю «да» Господу Иисусу Христу и принимаю Его как своего Спасителя, либо я говорю «нет» и тем самым становлюсь на путь противления Богу. Те, кто так и не решился примкнуть к Господу, становятся Его противниками, потому что Он сказал вполне определенно: «Кто не со Мною, тот против Меня» (Мф.12:30).

Решение «за» или «против» Иисуса является самым важным решением в жизни каждого человека. Именно это решение определяет нашу вечную участь: быть спасенным или же потерянным навеки! Выбор за нами!

РЕБЕНОК-РАСТЕРЯША



Бессспорно, самое важное – не вещи, но весьма неприятно, если ваш сын или дочка постоянно что-то теряет или забывает. Некоторые родители постоянно покупают игрушки, варежки и шарфы, не говоря уже о резинках для волос, заколках и носовых платках.

Еще печальнее ситуация в школьном возрасте. Рассеянные первоклассники (и не только) несколько раз в год теряют сменную обувь, спортивную форму и учебники, а содержимое пеналов обновляется почти ежемесячно. Стоит ли говорить, что спрашивать о местонахождении потерянных вещей, а также искать их просто бесполезно. Все призывают родителей к бережному отношению к вещам, а также нотации не приводят к положительным результатам.

ПОЧЕМУ РЕБЕНОК ВСЕ ТЕРЯЕТ?

Прежде чем учить ребенка следить за своими вещами, давайте разберемся, почему он все теряет.

• Невнимательность

Причина подобной рассеянности – невнимательность и несобранность. В дошкольном возрасте (до 5 лет) это явление можно назвать нормой. Внимание ребенка привлекает все новое, яркое, интересное. Познавая окружающий мир – трогая,нюхая, пробуя на вкус, – трудно контролировать личные вещи. Именно поэтому интерес к игрушке заменяется вниманием к красивой птичке, полетевшей к воротам детского сада, а оттуда ребенка позвала воспитательница, и никто не вспомнил о варежках на лавочке, которые были занесены снегом. И даже если ребенок позже поймет, что потерял варежки, то не будет способен установить временные связи между своими действиями, так как у него еще не до конца сформировано логическое мышление. Бесполезно спрашивать малыша о том, где он потерял свои вещи, – не вспомнит.

• Погруженность в себя

Существует отдельная категория детей, погруженных в себя: в свои мысли и фантазии. Им трудно сосредоточиться на чем-то материальном. В голове таких детей прекрасные замки, мечты о будущем, длинные сказки со счастливым концом. Это особенность характера, которая будет сопровождать ребенка все его детство, а возможно, и всю жизнь.

Мало кого удивит рассеянность писателей или ученых. А ведь это не следствие гениальности, а просто способность полного погружения в свой внутренний мир. Одни люди сосредоточены на внешнем мире, а другие – на внутреннем. Естественно, что забывание своих вещей происходит совершенно неосознанно.

• Детские игры

Общение детей в общественных учреждениях часто подчиняется детским правилам, среди которых распространена практика обмена. Дети меняются игрушками и заколками, берут друг у друга вещи, а к вечеру уже невозможно

вспомнить, с чем ты пришел в детский сад и кто потерял твои вещи.

• Повышенный темп

Часто сосредоточение мешает постоянная спешка. Особенно это касается медлительных детей. Причина этого в неправильном режиме. Спешка в утренние часы не позволяет ребенку сосредоточиться на своих вещах. Он даже не помнит, во что был обут, так как его, сонного, обувала мама. Подобная ситуация может быть в школе, если ребенок спешит на урок после физкультуры и боится опоздать. В приоритете стоит факт опоздания со всеми последствиями, а не контроль над вещами. Подобные примеры можно продолжить.

• Отсутствие самостоятельности

Некоторые родители ограждают детей от многих дел, включая заботу о вещах. Они сами собирают школьный портфель, готовят вещи на завтра, следят за их состоянием, не привлекая к этому детей. И порой ребята даже не знают, что у них в портфеле, не помнят, какого цвета сегодня шарф, и, естественно, забывают вещи.

• Повышенная загруженность

Некоторые родители перегружают детей чрезмерными полномочиями: школа, дополнительные занятия по отдельным предметам, кружки по интересам, прогулки с собакой. Каждый день расписан по минутам, несмотря на достаточно юный возраст. Хорошо это или плохо, нужно рассматривать в каждом конкретном случае, но все-таки необходимо помнить, что повышенные нагрузки вызывают сбой в работе детской психики. Ребенок просто устает, и рассеянность является защитной реакцией. Если это о вашем ребенке, то пересмотрите его занятость.

• Отсутствие восприятия собственности

Эта проблема часто встречается в семьях с несколькими детьми. Родители боятся формирования скучости и настойчиво игнорируют собственнические тенденции в семье. Вещи других детей могут браться без спроса, а игрушки являются общими, а не личными. По этой причине дети не следят за вещами, так как они общие, а не их собственные.

КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ВНИМАТЕЛЬНО ОТНОСИТЬСЯ К СВОИМ ВЕЩАМ

Если ваш ребенок невнимательный, то нужно приступить к воспитанию внимательного отношения к вещам. Потеря вещей один-два раза – случайность, к которой нужно относиться с пониманием и поддержкой. А вот регулярное забывание личных вещей – проблема, которую нужно решать.

Прежде всего поясните, что в каждой вещи – труд родных и близких, так как все стоит денег. Объяснив это своему ребенку, попросите смотреть за вещами. Важно, чтобы он понял, почему вас расстраивает подобная ситуация.

Несколько простых приемов помогут научить ребенка следить за своими вещами.

1. Сделайте метки на детские вещи и ознакомьте с ними ребенка. Пусть одежда имеет личный логотип с буквами имени или каким-то рисунком. Его легко пришить или приклеить на вещи, включая школьные учебники или пенал. Эта небольшая хитрость поможет научить ребенка легко узнавать свои вещи среди других таких же или похожих.

2. Не давайте детям дорогих вещей. Главное, чтобы было удобно. Скажите, что потерянную дорогую вещь всегда будет заменять более простой и дешевой.

3. Учите детей простым способом ухода за вещами: положить мокрые варежки на батарею, затолкать шапку в рукав, класть носочки в тапочки и т. д. В таком случае дети не будут искать вещи, а будут знать их место в соответствии с ситуацией.

4. Собирай ребенка на прогулку, пересчитайте с ним предметы, которые он берет с собой, пусть он проговорит все вслух. Придя домой, проверьте, все ли на месте.

5. Не торопитесь с покупкой новой вещи при потере старой. Ребенок должен ощутить дискомфорт от своей рассеянности. На сменную обувь можно взять старенькие кроссовки, а потеря совка и ведерка просто не позволит дошкольнику играть с песком. Ребенок должен ощутить на себе негативные последствия безответственного отношения к вещам. С покупкой нового телефона или электронной игры можно вообще повременить.

6. Не покупайте ребенку лишних вещей. Его просьбы не должны удовлетворяться сиюминутно. Иначе радость от покупок просто исчезнет, а вещи перестанут цениться. Кроме того, будет портиться характер ребенка.

7. Воспитывайте в ребенке аккуратность во всем. Каждая вещь заслуживает уважения: она должна находиться на своем месте и быть всегда чистой. Найдите место для каждой вещи, включая книги и игрушки, рассмотрите, как нужно за ней ухаживать. Не наводите порядок самостоятельно. При необходимости возвращайте ребенка к начатому делу. Учите его самостоятельности и на выкам ухода за вещами.

8. Учите ребенка планированию. Его нужно отучать от суеты и спешки, которые являются причиной рассеянности. Планируйте режим дня, учитывая особенности ребенка. Учите его правильно складывать портфель и одеваться. Эти навыки увеличат скорость выполнения этих действий и избавят от ненужного стресса.

9. Не ругайте ребенка за пропажу. Обсудите причины случившегося и тактику последующих действий. Ребенок должен понимать, что его не наказывают, а просто принимают меры. Старые кроссовки и спортивная форма, недорогие простые школьные принадлежности взамен утерянных – это результат незапланированных расходов.

Ребенок должен осознать свою невнимательность и стараться контролировать себя. Это долгий процесс, требующий времени и усилий, но стоящий того, чтобы видеть ребенка собранным, аккуратным, уверенным в себе, а значит, счастливым!

Светлана Садова



ДЕРЖИТЕ ЯЗЫК ЗА ЗУБАМИ



Все, что вы говорите, может быть использовано против вас. Как сложно бывает сдержаться, чтобы не сболтнуть лишнего! Но именно это умение отличает зрелую личность от несформировавшейся. Ведь все, что

вы говорите, влияет на вашу жизнь. «Семь раз отмерь – один раз отрежь», – это высказывание демонстрирует то, насколько взвешенно нужно выражать свои мысли. Лучше промолчать и хорошо обдумать ответ, чем под действием эмоций высказывать то, что вертится у вас на языке, и потом сожалеть об этом.

Благотворительность. Добрые дела – отличная практика, но не стоит рассказывать о них на каждом углу. Хотите сделать мир лучше – делайте это молча. Лучший способ донести что-то до людей – показывать пример своей повседневной жизнью, а не постоянно говорить об этом.

Помощь. Бескорыстно помогите кому-то, уберите мусор, оставленный соседями, проявите участие – и забудьте об этом. Вы будете вознаграждены за хорошие поступки, если сможете удержаться от искушения сообщить о них всем.

Семейная жизнь. Конфликты бывают в любой семье. Но лучше молчать о них, ведь скора утихнет, а мнение о вас и ваших близких

изменится. Чем меньше вы рассказываете о своих семейных делах, тем вероятнее то, что ваша личная жизнь будет складываться успешно.

Еда. Угощая других людей, не расхваливайте, из каких продуктов и как приготовлена пища. Хороший вкус еды гость и сам способен оценить. Если он пожелает, то возьмет у вас рецепт, но бравировать своими кулинарными талантами не стоит.

Дети. Если вы думаете, что всем остальным очень интересно узнать об успехах вашего ребенка в школе, то глубоко ошибаетесь. Мамы, которые бесконечно нагружают всех знакомых информацией о своем ребенке, – несчастны. Вы же не хотите, чтобы о вас думали так же? Конечно, есть люди, с которыми можно поделиться самым сокровенным – страхами, переживаниями, сомнениями, неожиданной радостью... Но таких людей – немного! Признак культуры человека – умение отделять поверхностных знакомых от близких людей.

Тот, кто плохо вас знает, может сделать неправильные выводы из представленной вами информации!

Самое страшное оружие



Самое страшное оружие, которое существует сегодня, – это человеческий разум, не знающий Бога и Его законов. Все остальные виды оружия – ничто по сравнению с ним. Чтобы уничтожить любую ныне существующую страну, нет необходимости в войне. Достаточно, чтобы ее жители не признавали авторитет Господа и Священного Писания, пренебрегая Божьими законами. Такая страна сама себя уничтожит и натворит вокруг несчетное число бед!



В ПОИСКАХ "БЫСТРОЙ ЗАПЛАТКИ"



Я сам склонен к «быстрым заплаткам» – кое-как замотать изолентой там, где нужен основательный ремонт, прикрыть, чтобы не торчало, быстро переложить газетой, чтобы не шумело... Я знаю, что это неразумно, – ни изолента, ни газеты не решат проблему, ею все равно потом придется заниматься. Так происходит в быту, но так же и в отношении к здоровью.

Некогда выяснять диагноз, нет ни сил, ни желания менять свою жизнь, диету и т. д. Хочется просто принять какую-нибудь таблетку, чтобы стало легче. Это не только глупо, но еще и опасно – можно дождаться серьезного ухудшения здоровья.

Но самое неразумное и опасное – это искать «заплатки» к жизни в целом. Например, искать их в религии – пусть мои проблемы, причиняющие мне боль, будут решены, пусть все устроятся, как я хочу: и быстро, и без особых вложений. Так действует простодушное язычество в любой культуре – совершив какой-нибудь ритуал перед почитаемым образом – и проблемы на работе и в личной жизни решатся. Часто люди так же подходят и к Богу: «Куда надо поставить свечку, чтобы моя проблема решилась?»

Иногда Господь дает нам «быстрые заплатки», но далеко не всегда. И это потому, что Он нас любит. Бог видит

источник наших проблем – испорченное сердце. Чтобы обрести подлинное, прочное и вечное счастье, мы должны измениться, то есть разрешить Богу изменить нас. Нам нужно перестроить всю нашу жизнь на другом основании – на Иисусе Христе.

То, что в нашей жизни что-то рушится, что-то разваливается, что-то болит, может быть симптомом гораздо более глубокой проблемы. Это результат того, что мы не находимся в правильных отношениях с Богом. Однако многим людям некогда налаживать эти отношения, ведь у них проблемы на работе и в семье, проблемы со здоровьем. И они снова спрашивают: «Куда надо поставить свечку?»

Увы, так не получится. Вы или целиком отдаетесь Богу, или нет; решаетесь покориться Ему или нет. Чтобы Господь разобрался в ваших проблемах, вы должны искать Его воли и поступать так, как Он желает. Это означает, что в вашей жизни произойдут большие перемены и вы признаете, что отныне Хозяин вашей жизни – Христос. Чтобы выехали из того места, куда вы заехали, надо разрешить Ему сесть за «руль» вашей жизни. Необходимо покаяться, то есть признать, что вы были не правы, когда поступали по своей, а не по Божьей воле. Твердо решите отныне повиноваться Христу. Поверьте

в Него и положитесь на Его милость и в отношении спасения, и в отношении каждой дневной жизни. Тогда ваша жизнь преобразится настолько глубоко, что «заплатки» просто не понадобятся.

Сергей Худиев



Энергоотнимающие напитки

Энергетические напитки – сравнительно недавнее изобретение человечества. Впервые они появились на прилавках магазинов около 20 лет назад и объем их продаж неуклонно растет. В большинстве своем это безалкогольные напитки. Реклама делает акцент на их способности стимулировать центральную нервную систему или оказывать антиседативный (то есть возбуждающий) эффект. Ныне эти напитки «бодрости» продаются везде. Они доступны даже детям.

ЧТО НАМ ОБЕЩАЮТ ПРОИЗВОДИТЕЛИ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ НАПИТКОВ?

Изготовители «энергетоников» уверяют, что их продукция приносит только пользу. В состав энергетических коктейлей обычно входят синтетический кофеин в больших дозах, природные биологически активные вещества лекарственных растений (лимонника, женьшения и др.), красители и консерванты, а также витамины С, РР, В2, В5, В6, В12.

Считается, что энергетические напитки поднимают настроение, снимают усталость и стимулируют умственную деятельность, а их эффект длится в 2 раза дольше, чем действие обычной чашки кофе.

Однако, по мнению медиков, энергетические напитки – не более чем витаминные заменители кофе, но только более опасные для здоровья.

Не секрет, что энергетические напитки пользуются популярностью у старшеклассников и студентов, особенно в период подготовки к контрольным работам, зачетам и экзаменам, у офисных работников, не успевающих выполнить работу в срок, у некоторых спортсменов (в фитнес-клубах). Также их употребляют уставшие водители и завсегдатаи ночных клубов... Одним словом, эти напитки – для всех, кто устал, но должен чувствовать себя бодрым и полным сил. Наиболее не защищена от вредного воздействия энергетических коктейлей молодежь. Именно на эту, самую активную и трудоспособную часть населения делают ставку производители таких напитков.

ОБРАТНАЯ СТОРОНА МЕДАЛИ

Красивая, яркая баночка привлекает внимание детей и молодежи. Присталившись к таким напиткам, молодой человек начинает употреблять коктейли в компании друзей. И на этом порочный круг не разрывается. Поэтому в мире регулярно появляются жертвы энергетических напитков.

Управление по санитарному надзору США изъяло из продажи слабоалкогольные коктейли, содержащие кофеин. Причиной запрета послужил рост количества случаев потери сознания после их употребления.

Свободная продажа энергетических напитков официально запрещена во Франции, Дании и Норвегии. Там они продаются только в аптеках, так как считаются лекарственным средством.

ВОЗДЕЙСТВИЕ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ НАПИТКОВ

Телевизионная реклама пытается убедить нас в том, что эти напитки «окрыляют». На самом деле в больших количествах они просто убивают здоровье. Заявление о том, что энергетический напиток обеспечивает организм энергией, голословно. Содержимое

напитки



коктейля только открывает путь к внутренним резервам организма, то есть выполняет функцию «отмычки». Другими словами, сам напиток никакой энергии нам не добавляет, а только использует нашу собственную. Таким образом, мы пользуемся собственными энергетическими ресурсами, проще говоря, берем энергию у себя в долг. Однако рано или поздно этот долг придется вернуть, и с процентами – в виде усталости, бессонницы, раздражительности и депрессии. Что же касается аминокислот, углеводов, минеральных веществ и витаминов, то они компенсируют энергозатраты лишь частично.

Содержание синтетического кофеина в безалкогольных энергетических напитках составляет до 320 мг/л при верхнем допустимом уровне его потребления 150 мг в сутки.

Как любой другой стимулятор, кофеин, который содержится в энергетических напитках, приводит к истощению нервной системы. Его действие продолжается в среднем 3-5 часов, после чего организму нужен отдых. Кроме того, кофеин вызывает привыкание. В случае превышения допустимой дозы не исключены побочные эффекты: тахикардия, психомоторное возбуждение, повышенная нервозность, депрессия. Энергетический напиток, содержащий глюкозу и кофеин, очень вреден для организма.

Кроме того, энергетические напитки содержат большое количество таких химических соединений, как таурин и глюкуронолактон. Содержание таурина в «энергетониках» в несколько раз превышает допустимый уровень, а количество глюкуронолактона, например, в 2 банках напитка превышает суточную норму почти в 500 раз! В частности, по этой причине Дания и Франция запретили продавать «энергетики» на своей территории, называя их «коктейлем смерти». Глюкуронолактон, разработанный Министерством обороны США, чрезвычайно опасный препарат, применялся в 60-е годы прошлого столетия для поднятия боевого духа американских солдат, воевавших во Вьетнаме. Действие этого препарата на организм было разрушительным. У солдат, принимавших препарат, вследствие обнаруживались опухоли головного мозга и прогрессирующий цирроз печени. Препарат, естественно, запретили.

Кроме того, «энергетики» содержат опасные для здоровья консерванты и красители. Любой здравомыслящего человека состав «энергетиков» приведет в ужас. Самые опасные из компонентов – консервант Е-211 – бензоат натрия (согласно исследованиям, может вызывать серьезные повреждения ДНК, а также стать причиной рака и болезни Паркинсона) и краситель Е-129 (канцероген, запрещенный в 9-ти странах Европы). Кроме того, в банке алкогольсодержащих энергетиков – около 9% этилового спирта, что равняется 50 г водки, а также столько кофеина, сколько содержится в трех-четырех чашках кофе. Кофеин и алкоголь в таких дозах действуют как антагонисты – то есть имеют совершенно противоположный эффект.

Первый угнетает, второй – возбуждает. В итоге сердце словно разрывается пополам и очень быстро изнашивается. Таким образом, сочетание энергетических коктейлей с алкоголем – это бомба замедленного действия. К тому же подобная смесь часто становится причиной необдуманных поступков.

Врачи предупреждают, что употребление энергетических напитков может привести к нарушению работы сердечно-сосудистой системы, снижению потенции, бессоннице, утомлению, быстрому истощению ресурсов организма. «Энергетики» противопоказаны при гипертонии, заболеваниях сердечно-сосудистой системы, артериальной гипертензии, глаукоме, нарушениях сна, повышенной возбудимости и чувствительности к кофеину. Их нельзя употреблять беременным и кормящим женщинам, детям и подросткам.

СТОИТ ЛИ ТАК РИСКОВАТЬ СВОИМ ЗДОРОВЬЕМ?

Решать, конечно, вам. Если вам все-таки нужно повысить свою работоспособность, но при этом вы желаете сохранить здоровье, используйте более эффективные и безопасные средства.

1. Полностью откажитесь от энергетических напитков и напитков, содержащих кофеин (кофе, чай, кола-кола и др.). Попробуйте заменить эти напитки чаем из трав или злаковыми заменителями кофе.

2. Систематическое употребление энергетических напитков может вызвать зависимость. Без них организм спустя некоторое время достигает фазы истощения, человек испытывает вялость, слабость и ищет средство для снятия такого состояния. Чашка кофе здесь не поможет. Возможно, вам понадобится помочь специалиста. Чтобы легче перенести синдром «отмены», пейте как можно больше чистой воды, по утрам принимайте контрастный душ, уменьшите свою обычную рабочую или учебную нагрузку, выделяйте больше времени для физических упражнений.

3. Уделяйте достаточно времени отдыху, ложитесь спать пораньше и хорошо высыпайтесь ночью.

«Нездоровые условия жизни нужно изменить, вредные привычки – искоренить. Только таким образом человек действительно сможет помочь природе в ее усилиях удалить нечистоты из организма и восстановить его правильное функционирование» (Э. Уайт. Служение исцеления, с. 127).

Если вы верующий человек, помните, что употребление вредных веществ противоречит принципам Священного Писания. Здоровье – это дар Всевыш-

Атмосфера в семье



Необходимо постоянно заботиться о чистоте речи и проявлять истинную христианскую вежливость. Учите детей и молодежь уважать себя, быть искренними перед Богом, хранить верность своим принципам; учите их уважать Закон Божий и повиноваться Ему.

Один отец значит больше, чем сто учителей.

Д. Герберт

Благородумие отца есть самое действенное наставление для детей.

Демокрит

Мать должна разумно управлять своим делом, сохранив материнское достоинство.

Дайте нам лучших матерей, и мы будем лучшими людьми.

Ж. П. Рихтер

Дети воспринимают все остро, и они отмечают терпеливый, любящий тон от раздражительного, резкого приказания, которое уничтожает любовь и привязанность в детских сердцах.

Истинная жена и мать будет исполнять свои обязанности с достоинством и радостью, не считая унильным делать своими руками все, что нужно делать в хорошо организованном доме.

Нельзя скучиться на маленькие любезности, иначе муж и дети будут себя чувствовать в доме, как посторонние люди.

Любовь и уважение детей должны быть высшей ценностью для каждой матери.

Нужно учить детей жить чистой и повышенной жизнью.

Если родители настолько заняты, что не могут найти своим детям полезное занятие, то сатана найдет им дело.

Пусть родители посвящают вечера своим семьям, отложив заботы, недоразумения и труды прошедшего дня. Объединяйтесь с ними в их трудах и развлечениях, приобретайте их доверие. Добивайтесь дружбы с ними.

Если бы родители теснее объединились с детьми и показали им, что они любят их, проявляя участие во всех их начинаниях, и порой даже сами уподоблялись бы ребенку, то они сделали бы детей весьма счастливыми, завоевали бы их любовь и доверие. И дети скорее бы стали уважать авторитет и любить своих родителей и учителей.



нега, и нам не следует относиться к нему с пренебрежением. Апостол Павел писал: «Все мне позволительно, но не все полезно; мне позволительно, но ничто не должно обладать мною» (1 Коринфянам 6:12).

С верой обратитесь за мудростью и помощью к Создателю. Он обязательно поможет преодолеть любую зависимость. «Все заботы ваши возложите на Него, ибо Он печется о вас» (1 Петра 5:7).

ГОРМОНЫ СЧАСТЬЯ



Не секрет, что воодушевление, вдохновение и просто отличное настроение – это не что иное, как череда химических процессов в организме, запущенная биологически активными веществами: эндорфинами, серотонином, дофамином, окситоцином. Давайте узнаем, как стимулировать их естественную выработку в своем организме.

Вялость, апатия, плохое настроение, чувство одиночества, растерянность и другие психофизические состояния не лучшим образом сказываются на нашей производительности, мотивации, социальных связях и благополучии. Откуда они берутся? Возможно, у вас появились проблемы со здоровьем, а может, вам всего лишь нужно направить работу своего организма в правильное русло при помощи простых действий и правильно питание.

ЭНДОРФИНЫ

Эндорфины естественным образом вырабатываются в нейронах головного мозга в ответ на боль и стресс и помогают облегчить беспокойство и депрессию. Подобно морфину, они действуют как болеутоляющее и успокаивающее средство, уменьшая наше восприятие боли. Например, во время беременности их количество увеличивается, а после родов резко падает, и это одна из причин развития послеродовых депрессий и неврозов. Нарушение синтеза эндорфинов, по мнению ученых, может лежать и в основе хронических болевых синдромов.

Способствовать выработке эндорфинов в организме могут питание, привычки и физические упражнения.

ПИТАНИЕ

Что бы такое съесть, чтобы избавиться от навалившегося эмоционального груза?



• Некоторые ароматы влияют на выработку эндорфинов. Например, по данным нью-йоркского онкологического центра Memorial Sloan-Kettering Cancer Center, пациенты, вдохнувшие перед прохождением МРТ аромат ванили, в 63 % случаев реже испытывали чувство беспокойства. В ходе другого исследования обнаружилось, что запах лаванды помогает бороться с депрессией и бессонницей. Применяйте ваниль и лаванду в качестве приправ, добавляйте эфирные масла в ванну, используйте ароматические свечи на их основе, а также делайте целебные настойки этих растений.

• Помимо улучшения умственной работоспособности, в том числе памяти и концентрации, снижения уровня сахара в крови у людей с диабетом второго типа, лечения некоторых сердечно-сосудистых заболеваний и болезней легких, женьшень снимает физическую усталость и психологическое напряжение. Многие бегуны и бодибилдеры принимают его, чтобы усилить физическую выносливость.

ПРИВЫЧКИ

Каждый ребенок знает, что смех продлевает жизнь. А вот взрослые об этом часто забывают. Именно поэтому малыши смеются сотни раз в день, а их родители – не больше десяти.

Известное библейское наставление гласит: «Веселое сердце благотворно, как врачевство, а унылый дух сушит кости» (Библия, книга Притчей 17:22).

Существует интересная история, связанная с целебными свойствами смеха для души и тела. А произошла она с Норманом Казинсом – американским ученым, преподавателем и журналистом. Однажды Норман начал ощущать сильные боли в суставах, а позже врачи поставили ему несовместимый с жизнью диагноз дегенеративного заболевания. После этих неутешительных слов пациент решил, что выздоровление зависит лишь от него самого, и выписался из больницы, отказавшись от лекарств. Лечение свелося к приему витаминов и непрекращающимся сеансам смехотерапии. Норман постоянно смотрел развлекательные программы по телевизору, ему читали юмористические рассказы, а он не уставал смеяться. Через месяц боль изменилась, а вследствие и вовсе ушла. Опыт Казинса лег в основу популярных книг, а его пример воодушевил множество других больных. Найдите повод посмеяться. Выработайте привычку находить что-то радостное или веселое вокруг. Это самый простой способ «ускорить» выработку эндорфинов, который помогает чувствовать себя хорошо.

А что предшествует смеху? Конечно же, улыбка! Но не та неестественная и натянутая, что встречается на лицах офисных работников, а та искренняя и невольная улыбка, которая появляется, например, на лицах влюбленных людей. В науке она называется улыбкой Дюшена и возникает в результате сокращения большой скелетальной мышцы и

нижней части круговой мышцы глаза. То есть это улыбка «глазами и ртом».

Смотрите фотографии с приятной историей, общайтесь с веселыми и интересными людьми и не упускайте повода улыбнуться в ответ.

Касания, близость и приятные ощущения успокаивают нервы, придают чувство безопасности и уверенности, а также поднимают настроение. Брачные отношения воодушевят вас и укрепят физическое состояние.

ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Занимайтесь спортом. Это быстрый и полезный метод выработки эндорфинов с эффектом отсроченного действия. Любая физическая нагрузка способствует выделению в кровоток эндорфинов, значительно улучшая настроение. Важно упомянуть, что групповые занятия и командные игры имеют преимущество. Например, исследование 2009 года обнаружило, что гребцы-синхронисты получали повышенный прилив гормонов счастья в сравнении с одиночниками. Хотя самостоятельные пешие прогулки, бег, езда на велосипеде, аэробика также дают нужный результат.

ДОФАМИН

Дофамин (допамин) – нейромедиатор, мотивирующий человека к достижению целей, удовлетворению желаний и потребностей. Вырабатывается он в мозге и вызывает чувство удовлетворения (или удовольствия) в знак поощрения за полученный результат, а также играет важную роль в системе мотивации и обучения людей.

Дофамин заставляет нас прикладывать усилия на пути к своим целям. Промедление, отсутствие энтузиазма и неуверенность в себе всегда связаны с недостатком дофамина. Исследования на крысах показали, что грызуны с низким уровнем нейромедиатора выбирали простое решение задачи и довольствовались малой порцией еды. А крысы, которые были готовы потрудиться ради большего вознаграждения, имели повышенный уровень дофамина.

ПИТАНИЕ

Дофаминовая диета состоит из:

- Авокадо, банана, миндаля, тофу (соевого творога), рыбы, семян тыквы. Все эти продукты содержат тирозин – аминокислоту, синтезируемую в диоксифенилаланин, а последний и является предшественником дофамина.

- Зеленых и оранжевых овощей, цветной и брюссельской капусты, свеклы, спаржи, моркови, перца, апельсина, клубники и других продуктов с большим содержанием антиоксидантов и витаминов группы С и Е. Они помогут защитить клетки мозга, отвечающие за выработку дофамина.

ПРИВЫЧКИ

При правильном настроении все равно, что вы достигли: взобрались на высокую гору или поднялись на один раз выше, чем вчера. Нейромедиатор дофамин все равно задействует центры удовольствия. Поэтому важно научиться разбивать глобальные цели на небольшие задачи.

Руководителям на заметку: поощряйте своих подчиненных премиями или похвалой за локальные успехи, чтобы дофамин увеличил их производительность и мотивацию.

Приобретший уверенность работник способен «прыгнуть выше своей головы».

СЕРОТОНИН

Серотонин помогает чувствовать собственную значимость и важность. Его недостаток ведет к алкоголизму, депрессии, агрессивному и суицидальному поведению. Существует мнение, что нехватка нейромедиатора является одной из причин, по которой люди становятся преступниками. Многие антидепрессанты сосредоточены на выработке серотонина.

В одном из исследований ученые доказали роль серотонина в определении социального статуса у мартышек. Они установили, что уровень нейромедиатора у доминирующей особи был выше, чем у других обезьян. Однако если глава терял контакт над своими подчиненными (был отсанжен в клетку), то уровень серотонина в его крови постепенно снижался.

ПИТАНИЕ

Принято считать, что биосинтезу серотонина способствуют продукты питания с повышенным содержанием триптофана: молочные продукты (особенно сыр), финики, сливы, инжир, томаты, молоко, соя.

ПРИВЫЧКИ

Отслежена связь между временем, проведенным на солнце, и увеличением уровня серотонина: летом он выше, нежели зимой. Кожа поглощает ультрафиолетовые лучи, что форсирует выработку нейромедиатора. Разумеется, в погоне за хорошим самочувствием не стоит злоупотреблять пребыванием на солнце и наносить вред своему здоровью. Чтобы поднять себе настроение, откройте жалюзи для доступа естественного света.

Испытываете напряжение во время работы? Расслабьтесь на минутку и вспомните о чем-то хорошем. Приятные воспоминания способствуют выработке серотонина. Задумайтесь о своих предыдущих свершениях или переосмыслите еще раз значимый момент из прошлого. Такая практика напоминает нам о том, что нас ценят и что есть множество вещей, которые можно ценить в жизни.

ОКСИТОЦИН

Окситоцин усиливает чувство доверия, снижает тревогу и страх, дарит спокойствие и уверенность. Гормон укрепляет человеческие отношения. Например, он участвует в формировании связи между матерью и ребенком сразу после родов. Предполагается участие окситоцина в развитии чувства любви.

ПРИВЫЧКИ

Окситоцин иногда называют гормоном объятий. Американский эксперт по окситоцину доктор Пол Зак (Paul Zak) даже рекомендует обниматься минимум восемь раз в день.

Окситоцин усиливает доверие и... щедрость! Работает и обратный процесс. Если вы хотите укрепить отношения, достаточно подготовить человеку подарок – и гормон сделает свое дело.

«Гормоны счастья» могут не вырабатываться в необходимом количестве по множеству причин. Их синтез уменьшается при эндокринных, инфекционных и вирусных заболеваниях, синдроме хронической усталости. Имеет значение даже воспитание: если в семье каждый пустяк воспринимается как повод для уныния, то постепенно плохое настроение становится для человека нормой и он привыкает жить с пониженным содержанием этих веществ.

ОБ ИСЦЕЛЕНИИ

(Псалом 6, 102, Исаии 53)

Помилуй меня, Господи, ибо я немощен; исцели меня, Господи, ибо кости мои потрясены; и душа моя сильно потрясена; Ты же, Господи, доколе? Обратись, Господи, избавь душу мою, спаси меня ради милости Твоей. Удалитесь от меня все, делающие беззаконие, ибо услышал Господь голос плача моего, услышал Господь моление мое; Господь примет молитву мою.

Благослови, душа моя, Господа и не забывай всех благодеяний Его. Он прощает все беззакония твои; исцеляет все недуги твои; избавляет от могилы жизнь твою, венчает тебя милостью и щедротами; насыщает благами желание твое: обновляется, подобно орлу, юность твоя.

Но Он (Христос) взял на Себя наши немощи и понес наши болезни; а мы думали, [что] Он был поражаем, наказуем и унижен Богом. Но Он изъявлен был за грехи наши и мучим за беззакония наши; наказание мира нашего [было] на Нем, и ранами Его мы исцелились. Все мы блуждали, как овцы, совратились каждый на свою дорогу; и Господь возложил на Него грехи всех нас.

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

«Вечное Сокровище» Խմբագրութիւնը կազմակերպութիւնը է Աստվածաշնչի ուսումնախրութեան ձիք մասնակիու դաշտերաց մեջ: Յանձնագողմարը կարող նաև լրացնել մասնակիու կարող եւ ուղարկել.



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

Имя _____

Адрес _____

ПРИГЛАШАЕМ ВСЕХ ЖЕЛАЮЩИХ К ИЗУЧЕНИЮ БИБЛИИ

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

Вход свободный!

ЖДЁМ 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

«Вечное 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
- 6 месяцев
- 12 месяцев \$25.00

отправляйте по адресу: "Vestnik"

3832 E. Rialto Ave. Fresno, CA 93726

Tel / Fax (559) 360-4777

E-mail:fresnovestnik7@yahoo.com



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! www.hospitalchurch.org

Florida Hospital Church

Адрес: Florida Hospital Church

2800 N. Orange Ave.
Orlando, FL 32804



Богослужение
в Субботу в 10:45
Тел. (407)694-2913, (321)370-4933

Sacramento Slavic SDA Church

4837 Marconi Ave
Carmichael, CA 95608
www.sacslavicsda.org

CAMP WAWONA



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!

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 «Вечное 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 nine 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

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 публикуемый материал, исправлять стиль записи. Газета нуждается в ваших добровольных 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.



www.otkrovenie.de/white/

Проект — MP3 "Аудио-книги Елены Уайт" Прослушивать аудиокниги можно на всех устройствах, поддерживающих формат MP3, на всех видах аудиоплееров и мобильных телефонов.

«Вечное Сокровище»

Ежемесячная Христианская Газета.

Publisher «Vestnik» Non – Profit Christian ministry

Христианско Благотворительное Издательство АСД

Licence No. 09 - 126044 Printed in USA.

Общий тираж 100 000 экз.

Редактор и ответственный за выпуск

на территории США — Алла Мельничук

Директор издательства «Джерело життя»

Василий Джулай

Главный редактор — Лариса Качмар

Печатается на добровольные пожертвования и

распространяется бесплатно.