



# По Его следам

ЕЖЕМЕСЯЧНАЯ МОЛОДЕЖНАЯ ГАЗЕТА

«Восточная община»

Выходит  
с 1 февраля 2003 г.

1 октября 2003 г, №7  
Цена: бесплатно

«Ибо вы к тому призваны; потому и Христос  
пострадал за нас, оставив нам пример, чтобы мы  
шли по следам Его» (1 Петр. 2:21)

Никогда не упускай возможности сказать кому-то о своей любви.

## В этом номере:

- “Кто властвует над нашими умами”  
(Марк Финли)..... 1
- Избранные главы: “Когда Бог роняет  
слезы”..... 1-3
- Тема номера: “Западня Гумберта”  
(Николай Ставрогин (псевдоним)) ..... 3, 4
- Новости отовсюду..... 5
- Ваши письма: “Уроки жизни”..... 5, 6
- Письма из заключения “”..... 6
- Время здоровью “Стресс”  
(Гончарова Марина)..... 7
- Победители конкурса “Мое лето с Богом”  
(Галина Демирчан)..... 8
- Юмор..... 8
- Объявления..... 8

### “Кто властвует над нашими умами”

Два тысячелетия тому назад один Человек родился вопреки законам природы. Он никогда не отправлялся в далекие странствия. Лишь однажды Он пересек границу той маленькой страны, в которой жил, и то вынуждено, когда Его жизни угрожала опасность.

Будучи Младенцем, Он заставлял трепетать царей, в детстве ставил в тупик ученых мужей, в зрелом возрасте ходил по морским волнам, как по суше. Он никогда не изучал анатомию, однако исцелил множество людей и не брал за это денег. Он никогда не изучал психологию, однако исцелил больше разбитых сердец, чем все психиатры мира, вместе взятые.

Он никогда не писал книг и не сочинял песен, однако о Нем написано столько книг и песен, что все библиотеки нашего мира не смогли бы вместить их.

Две тысячи отделяют наше поколение от времени Его распятия, но Он продолжает жить. Ирод не смог убить Его. Он стоит перед нами на высочайшей вершине небесной славы. Проповеданный ангелами, обожаемый святыми и ненавидимый бесами, Он - наш единственный, живой и несравненный Христос. Ни могущественные армии, ни военные корабли, ни политические вожди, ни выдающиеся педагоги не оказали на наш мир такого колоссального влияния, как эта одна-единственная жизнь.

*Из книги “Кто властвует над нашими умами?”,  
(Марк Финли)*



## “Когда Бог роняет слезы”

Соня оставила двухлетнего Билли спящим в детской кроватке и побежала к соседке занять две чашки муки. Немного поболтав со своей подругой, она вернулась домой не более чем через 15 минут.

Выходя из дома соседки, Соня услышала sireны пожарных машин, ехавших по улице - ее улице. Взглянув по направлению своего дома, она увидела клубы дыма.

Бросив муку, Соня кинулась к дому. Когда она завернула за угол, ужасная истина стала явью. Ее дом был охвачен огнем, а внутри его спал маленький Билли! Пожарные вынуждены были держать ее, когда она кричала, что ее ребенок остался в доме. Обугленные останки Билли едва можно было узнать, и чувство вины захлестнуло Соню, постоянно терзая ее душу. “Если бы только...” - все время повторяла она.

Каждый вечер, лежа в постели, она неустанно прокручивала в сознании случившуюся трагедию, беспокойно мечась в тревоге. У Сони не осталось ни одной фотографии сына, потому что огнедышащий ад пожрал их все, словно Билли был его ребенок.

Вскоре после несчастья к Соне обратилась Джоанна, ее подруга-христианка. “Соня, Бог наверное, по-особенному относится к тебе, - успокаивала ее женщина, - Бог не тратит Свои усилия на бесполезный материал. Он любит тебя и хочет усовершенствовать твой характер. Когда твой Небесный Отец завершит Свое дело, ты будешь, словно золото, очищенное в огне.”

Джоанна - не единственная, кто высказывает подобное предположение своим страдающим друзьям. Елиуй, друг

(Продолжение на стр. 2)



**(Продолжение. Начало на стр. 1)**

библейского Иова, сказал довольно много похожего. Он утверждал, что Бог посылает страдание не для наказания (как наставляли другие друзья Иова - Елифаз, Виллад, Софар), а в качестве воспитательной меры.

Таковыми мерами, сказал Елиуй, могут стать ночные кошмары или тяжелая болезнь. "...Во сне, в ночном видении, когда сон находит на людей, во время дремоты на ложе. Тогда Он открывает у человека ухо и запечатлевает Свое наставление, чтобы отвести человека от какого-либо предприятия и удалить от него гордость, чтобы отвести душу его от пропасти и жизнь его от поражения мечом. Или он вразумляет болезнью на ложе своем и жестокою болью во всех костях своих, - и жизнь его отвращается от хлеба и душа его от любимой пищи. Плоть на нем пропадает, так что ее не видно, и показываются кости его, которых не было видно. И душа его приближается к могиле, и жизнь его - к смерти" (Иов33:15-22).

Более того, Господь вновь обратится к подобному методу воспитания, если с его помощью можно достичь желаемого совершенства. "Вот, все это делает Бог два-три раза с человеком, чтобы отвести душу его от могилы и просветить его светом живых" (стихи 29, 30).

"Если есть у него Ангел-наставник, один из тысячи, чтобы показать человеку прямой путь его, - Бог умилосердится над ним и скажет: "Освободи его от могилы; Я нашел умилоствление". Тогда тело делается свежее, нежели в молодости; он возвратится к дням юности своей. Будет молиться Богу, и Он - милостив к нему; с радостью взирает на лицо его и возвращает человеку праведность его" (стихи 23-26).

Что сказать об этом?

Все родители видят несовершенства своих отпрысков, и все хорошие отцы и матери чувствуют обязанность воспитывать своих детей, чтобы они, повзрослев, поддерживали честь своей семьи и трудились на благо общества. Они говорят своим крошечным малышам "Нельзя!" и хлопают по маленьким ручкам, когда те тянутся к чему-либо опасному. Они либо лишают детей маленьких подарков, когда те непослушны, либо поощряют их сладостями, когда дети ведут себя хорошо.

Но если, воспитывая ребенка, родители разбивают ему череп, ударяя головой об угол, или прижигают кожу сигаретами, или ломают ногу, или

выдергивают плечо из сустава, или выплескивают в глаза нашатырный спирт, власти вмешиваются, чтобы остановить издевательство. Окружающие же почти цепенеют, ужасаясь размерам трагедии.

**Воспитание характеризуется сдержанностью и милосердием. Издевательство - разгулом жестокости. Воспитание руководствуется любовью, издевательство - ненавистью.** Только извращенный ум приравнивает одно к другому.

Слушая рассказы о том, какими методами воспитывали кое-кого в детстве, вы можете подумать, что их отцы принесли определенную пользу этим людям. Но моей чувствительной натуре это всегда казалось жестоким. Взрослые легко могут запугать своих детей, потому что родители большие, а дети маленькие. Но запугивать ребенка не значит воспитывать его.

Будучи христианами, мы верим, что Бог Сам является источником нравственного Закона. Десять Заповедей, в которых сказано, чего нам не следует делать, отражают сущность Господа. Поэтому, если жестокое обращение с детьми является грехом для земных родителей, то вряд ли оно сразу становится добродетелью, если Бог обращается подобным образом со Своими детьми.

Лесли Д. Витерхилд соглашается: "Давайте не называть волей Божьей ситуацию, виновник которой упал бы либо в психиатрическую лечебницу для преступников, либо на долгое время в тюрьму".

Предположите только на минуту, что туберкулез, рак, СПИД, холера, болезнь Паркинсона и другие несчастья предназначены для усовершенствования христианина. Но разве это подходящая причина для желаемого следствия? Е. Уайт однажды написала, что "тело должно содержаться в здоровом состоянии, чтобы здорова была душа. Состояние тела влияет на состояние души".

Может ли физическая боль способствовать совершенствованию души? Больное тело - не метод освящения. Наоборот. Физические недомогания могут помешать процессу очищения. Нелегко сосредоточиться на духовных истинах, когда тело терзает боль.

Более того, мне кажется, что приписываемое Богу средство исцеления от человеческого несовершенства часто хуже, чем сама болезнь греха! Посылать землетрясение

для совершенствования матери, выбивающейся из сил, или вызывать рак мозга у отца четырех детей в целях его освящения - это все равно, что поджечь Эверглейдс (Национальный парк в США, штат Флорида.) для избавления от москитов!

Если землетрясения и сердечные приступы являются средствами Божественного воспитания, то почему христианские благотворительные организации заполняют свои газеты хвалебными отчетами о том, что они послали помощи жертвам самого последнего землетрясения, и фотографии добровольцев, распределяющих благотворительные обеды среди голодающих детей Эфиопии, Судана или Сомали?

И если Бог посылает бедствия и болезни, чтобы очистить нас и сделать лучше, то почему христианские благотворительные организации так гордо предлагают свою помощь, чтобы облегчить страдания? Разве не следует им стыдиться этого - ведь они мешают Божьему плану?

Видя, что мать пытается воспрепятствовать воспитательным мерам, которые отец применяет к юной дочери, мы испытываем внутреннюю боль и понимаем, что это неблагополучная семья. В вопросах воспитания родители должны быть едиными. В противном случае детям будет причинен непоправимый вред.

Рассуждая подобным образом, и моя Церковь не должна была бы облегчать страдания Божьих детей, если их постигает наказание Божие, движимое любовью! И тогда ни одна организация, гордящаяся именем Христа, не должна противодействовать целям Божьим. Ведь если бедствие, болезнь или смерть предназначены для того, чтобы усовершенствовать нас, то все ревностные христиане должны не облегчать боль, а помогать Богу осуществить Его цель усовершенствования, умножая страдания везде и всегда!

Следуя такой логике, можно договориться до того, что действительными героями веры являются не Флоренс Найтингел, Альберт Швейцер и мать Тереза, а Торквемада, Гитлер и Амин!

Разве не наивно приписывать Богу очевидную нелепость? Когда дитя умирает от гепатита, совершенствуется ли оно? Когда ребенок умирает от голода, разве оно освящается?

Но как объяснить слова Откр. 3:19: "Кого Я люблю, тех обличаю и наказываю. Итак будь ревностен и



покайся"?

Да, являясь нашим Небесным Отцом, Бог воспитывает нас. Мы удивились бы, если бы Он не делал этого. Дети чувствуют себя оскорбленными, если родители пренебрегают их воспитанием, выказывая тем самым свое равнодушие и безразличие. Человек, которому безразлично, что будет с его детьми не воспитывает их. Заботливые родители прилагают все усилия для воспитания своих детей.

"Притом, если мы, будучи наказываемы плотскими родителями нашими, боялись их, то не гораздо ли более должны покориться Отцу духов, чтобы жить? Те наказывали нас по своему

произволу для немногих дней: а сей - для пользы, чтобы нам иметь участие в святости Его. Всякое наказание в настоящее время кажется не радостью, а печалью; но после наученным через него доставляет мирный плод праведности" (Евр. 12:9-11)

Да, Бог любит нас настолько, что готов воспитывать нас. Но какими методами? Жестокостью?пытками? Грубым и необычным обращением? Нет! "Я поражал через пророков и бил их словами уст Моих" (Ос.6:5). Согласно этому тексту Священного Писания, для воспитания Своего народа Бог использует пророческое слово. Существуют правильные и неправильные средства воспитания.

До чего же искажено наше представление о Небесном Отце, если мы думаем, что Он готов применить попытку в надежде сделать нас лучше! Такого ли Бога мы хотим любить? Разумеется, я не хотел бы любить Бога, Который столь сильно напоминает некоторых диктаторов, имеющих позорную известность. Сатана, конечно, хочет, чтобы мы верили в существование именно такого Бога. Ведь лучший способ исказить наше представление о Боге - это изобразить Его жестоким Отцом!

*Из книги: "Когда Бог роняет слезы", глава 5*

Тема номера: "Западня Гумберта"

## Западня Гумберта

*"Итак, вот моя повесть. Я перечел ее. К ней пристали кусочки мозга, на ней запеклась кровь, на нее садятся красивые ярко-изумрудные мухи."*  
(Набоков В. "Лолита")

Что Вы почувствовали, когда прочитали эпиграф, взятый из романа В. Набокова "Лолита"? У разных людей эти строки могут вызывать смешанные чувства. Они могут вызывать отвращение или могут быть не восприняты в силу того, что подобное не просто представить и переварить, но если на минуту отбросить шаблоны и допустить, что подобно яблокам и апельсинам средствами для натюрморта могут быть использованы кусочки человеческого мозга, то этим строкам нельзя отказать в своеобразной, зловещей эстетике.

Очевидно, что данными словами известный русский писатель подвел итог поискам своего главного героя, человека абсолютно свободного от норм этики и морали, но патологически зависимого от сладострастия и похоти. Это его собственные мозги оказались размазанными на повести безумной страсти к несовершеннолетней девочке. Эта набоковская формула указывает на противоречивую природу понятия свободы. Свободы, которая сегодня объявлена величайшей добродетелью человечества. Свободы, которая провозглашена как самоцель, как наивысшая ценность.

Хотите примера? Пожалуйста! Свобода - превыше всего. Свобода от

чего, спросите Вы? Да от всего! Если ты молод и современен, то ты должен встать под знамя священной борьбы за свободу. Свободу от опеки старшего поколения, которое неповоротливо и неуклюже, как доисторические рептилии цепляется за этику, мораль, религию. Свободу от всяких догм, утверждений и предвставлений ограничивающих право на свободный выбор партнера, свободную любовь, свободное употребление наркотиков, свободное времяпровождение.

Свобода! Она должна быть не только внутри она должна проявляться в том, как ты выглядишь, в том, как ты одет. Ты должен выглядеть не как все. Как? Не как все и точка! И чем больше будет таких же как ты, которые выглядят не как все, тем лучше. Она должна выражаться в твоём времяпровождении! Ты не хочешь выпить или затянуться, но ведь ты должен! Не забывай, что ты находишься в рядах борцов с обыденностью и скукой, борцов за свободу. Все по барабану! Жизнь по кайфу! Тебе не по себе? Значит, ты еще не достаточно освободился, не достаточно раскрепостился, не до конца расслабился, не полностью принес себя на алтарь священной свободы. Но однажды это произойдет! Однажды утром ты проснешься окончательно

просветленным и окончательно свободным! И все равно, что в твои истерзанные вены воткнута капельница, и ты в плате для наркоманов больных СПИДом, ты стал свободным, ты жил не как все. В конце концов, смерть от передозировки или СПИД не так уж страшна, когда от этого умер твой сосед по подъезду.

И если задуматься, то в этом то же есть своя эстетика, так наслаждайся этим и почитай В. Маяковского: "... от бессонницы и кокаина под глазами черные круги...", послушай Земфиру: "... у тебя СПИД, а значит мы умрем...". Ты ведь свободен от всех норм и можешь восхищаться своими кругами под глазами и гниющими венами, ведь когда-то дочитав "Лолиту" В. Набокова до конца ты воскликнул: "Круто!". В конце концов, ты должен был жить не как все, должен был выглядеть не как все, а значит и должен умереть не как все! "Стоп!", - скажешь ты, я никому ничего не должен, разве свобода не подразумевает под собой отказ от обязательств? Подразумевает! Но, однажды, отказавшись следовать нормам этики и морали, основанным на старомодной религии, ты стал следовать другим нормам, отказавшись жить по одним правилам ты стал следовать правилам другим. Ты оказался в западне толкований термина свобода.

Вернемся к самому началу: к старомодной религии. Вот уже две тысячи лет, люди не смогли добавить ничего к познанию свободы и не смогли представить никаких других граней свободы, чем тех, которые представлены в Священном Писании:

**(Окончание на стр. 4)**

**(Окончание. Начало на стр. 3**

"... многие последуют ... разврату, и через них путь истины будет в поношении... Глаза у них исполнены любожества и непрестанного греха; они прельщают неутвержденные души; сердце их приучено к любостязанию: это сыны проклятия. ... произнося



РИС. СИЛЕНКО АЛЕКСАНДР

надутое пустословие, они уловляют в плотские похоти и разврат тех, которые едва отстали от находящихся в заблуждении... Обещают им свободу, будучи сами рабы тления; ибо, кто кем побежден, тот тому и раб..." (2 Петр. 2:1-19). Кто кем побежден, тот тому и раб! Существует только две грани свободы: либо ты имеешь свободу, "...которую даровал нам Христос..." (Гал. 5:1.), либо иллюзию, или еще точнее, - обещание свободы от князя тьмы. Других вариантов нет.

В Библии мы читаем: "...где Дух Господень, там свобода...". О какой свободе здесь идет речь? Свобода, дарованная Христом индивидуальна. Ее может получить лишь конкретный человек, доверивший свою жизнь Христу. Лишь признав в молитве свою зависимость от Иисуса, свою потребность в общении с Создателем он получает свободу от греха, от плотских вожделений, от неудовлетворенных желаний терзающих душу. Бог хочет, чтобы мы шли к нему со своими проблемами, признаваясь в своих настоящих, пусть даже плотских желаниях: "...Не заботьтесь ни о чем, но всегда в молитве и прощении с благодарением открывайте свои желания пред Богом, и мир Божий, который превыше всякого ума, соблюдет сердца ваши и помышления ваши во Христе Иисусе..." (Фил. 4: 6,7). Он желает освободить нас от нашей ноши, желает наполнить нашу жизнь миром, сделать

нас свободными. Именно в доверии своих повседневных забот Иисусу и заключается суть христианской религии. А отнюдь не в соблюдении нудных обрядах, постоянных изнуряющих молитвах и чтении Библии, как пытается представить дело сатана.

Сегодня христианство, настоящее, подлинное христианство актуально, как никогда. Современный человек нуждается в настоящей свободе, которую может дать только Иисус. В свободе от страхов пред завтрашним днем, свободе от изнуряющей гонки на выживание, навязанной дьяволом, свободе от шаблонов и стереотипов, представляющих веру в Бога как нечто ненормальное.

Как это работает? Реально! В Библии мы можем прочитать место, в котором описывается, как апостол Павел и Сила оказались в тюрьме за проповедь Евангелия. Они были избиты, а ноги их были закованы в колодки. На их месте мы вряд ли чувствовали подъем настроения. Но мы читаем, что "... около полуночи Павел и Сила, молясь, воспевали Бога; узники же слушали их...". Апостолы оказались в темнице, но они продолжают оставаться и чувствовать себя свободными: "...где Дух Господень, там свобода...". Этот тезис переворачивает с ног на голову материализм: бытие не определяет сознание!

Можно быть в заключении, можно быть одетым в лохмотья, но продолжать оставаться свободным человеком! Напротив, можно быть на свободе, одетым в одежду от Армани, но быть, а самое главное чувствовать себя в плену.

Но еще более удивительные события последовали дальше: "...Вдруг сделалось великое землетрясение, так что поколебалось основание темницы; тотчас отворились все двери, и у всех узы ослабели. Темничный же страж, пробудившись и увидев, что двери темницы отворены, извлек меч и хотел умертвить себя, думая, что узники убежали. Но Павел возгласил громким

голосом, говоря: не делай себе никакого зла, ибо все мы здесь. Он потребовал огня, вбежал в темницу и в трепете припал к Павлу и Силе, и, выведя их вон, сказал: государи мои! что мне делать, чтобы спастись? Они же сказали: веруй в Господа Иисуса Христа, и спасешься ты и весь дом твой. И проповедали слово Господне ему и всем, бывшим в доме его. И, взяв их в тот час ночи, он омыл раны их и немедленно крестился сам и все домашние его". Когда Христос делает тебя свободным, не существует темниц способных лишить тебя свободы.

Но, сегодня, впрочем, как и всегда, слишком мало людей имеющих представление о настоящей свободе и еще меньше, - по-настоящему свободных. Причина этого в обещаниях, которые дает сатана. Но, не смотря на все заверения, князь мира не способен сделать свободным ни конкретного человека, ни какой-либо народ. Все что он может дать, - это обещание свободы. Зато это он делает профессионально! В истории не мало примеров, когда во имя свободы всех трудящихся, избранной нации, или просто во имя свободы свершались



РИС. СИЛЕНКО АЛЕКСАНДР

самые ужасные злодеяния, вдохновленные дьяволом. Но история и тем более Библия никогда не была аргументом для политиков. И сегодня поборники настоящей свободы, идеологи имперского христианства с иезуитской любовью наносят "точечные" ракетно-бомбовые удары: так надо во имя свободы. Что ж было бы странно, если только отдельные люди попадали в западню Гумберта, - главного героя романа В. Набокова "Лолита".

**Николай Ставрогин.**

(псевдоним)



*25 сентября при подозрительных обстоятельствах сгорело здание церкви в Новгороде.*

Охранник из близлежащего строения заметил дым от здания и вызвал пожарных. Частично сгорел дом, где находились книги, записи, архив. Вода, проникшая внутрь дома, окончательно привела здание в негодное состояние.

В субботу 27 сентября в 5 часов пришли члены церкви и нашли церковь в руинах. Община численностью 98 человек ищет другое помещение. Сейчас они временно собираются в здании баптистов.

Все замки и двери были сломаны. Полиция не находит повода для поджега. Однако пастор церкви говорит, что повод для поджега есть. Возле церкви строится авто цент, который претендует на арендуемый церковью участок.

**Дорогие друзья! Молитесь за эту ситуацию в Новгороде, чтобы Господь красивым образом разрешил эту ситуацию.**

Новгород являет самым древним городом в России со множеством храмов и конфессий и одновременно крупным центром православия.

*Дети ведут себя лучше в атмосфере любящего руководства и веры*

По результатам нового исследования дети ведут себя лучше в тех домах, где царит атмосфера любящего руководства и веры. В детях генетически заложено понимание того, что любящее руководство благотворно способствует их развитию. Это показали результаты исследования Комиссии, занимающейся детьми из группы риска. Исследование доказывает, что сильные семьи и религиозные общины способны удерживать детей от пагубного

поведения. Исследованием было обнаружено, что поведение детей становится лучше, когда их жизнь ограничена такими "авторитетными общинами", как семья или вера. По словам руководителя исследования Кэтлин Ковнер Клайна, начиная с самого рождения, ребенка нужно воспитывать в атмосфере любящего руководства. "Базовая структура мозговой и эмоциональной системы ребенка должна развиваться под руководством другого человека", - прокомментировал Клайн. Исследователи также установили, что религиозные общины тоже помогают удерживать детей от неправильного поведения.

*Евреи богаты благодаря религии?*

Судя по результатам нового исследования, проведенного Университетом Огайо по религиозным объединениям и благосостоянию, американские евреи в три раза богаче основного населения. Протестанты основного течения и католики находятся где-то посередине. По уровню благосостояния они более близки к основному населению. Кроме того, социологи из Огайо обнаружили, что люди, регулярно посещающие религиозные служения, богаче тех, кто их не посещает.

Автор исследования и адъюнкт-профессор социологии Лиза Кейстер утверждает, что религиозные знания, полученные детьми в их семьях, формируют уровень образования, будущую профессию, финансовую грамотность, общественные связи и другие факторы, влияющие на уровень благосостояния. В исследовании Кейстер, которое проходило с 1985 до 1998 года, приняли участие 5 000 человек. Судя по подсчетам, средний уровень благосостояния американских евреев составляет 150 890 долларов, что в три

раза превышает средний уровень общего населения - 48 200 долларов. Средний уровень консервативных протестантов (баптистов, свидетелей Иеговы, адвентистов седьмого дня и ученых-христиан) составляет около 26 200 долларов, а уровень протестантов основного течения (епископальных, методистов, пресвитерианцев, лютеран, унитарийцев и католиков) очень схож с уровнем основного населения. Некоторые могут сказать, что результаты подтверждают такие стереотипы, как мнение, что евреи - жадные, но Кейстер не согласна с этим. "Религия зачастую является важной частью жизни семьи. Семьи оказывают сильное влияние на то, как люди учатся копить деньги. Те вещи, которым еврейские дети учатся в своих семьях, сильно отличаются от того, чему учат детей в домах консервативных протестантов". Религиозные учения различных вер могут по-разному влиять на способы траты и накопления денег. Например, консервативные протестанты часто делают акцент на молитву и надежду на Бога, что уменьшает их желание делать инвестиции. Консервативные протестанты также ожидают награды после жизни, поэтому не считают богатство благом. Однако евреи не слишком ориентированы на жизнь после смерти, поэтому стремятся к благосостоянию, высоким доходам и инвестициям. В ходе исследования также выяснилось, как влияет на финансовый уровень американцев их принадлежность к той или иной религии. Например, только 1% евреев остаются бедными, по сравнению с 15% консервативных христиан, 9% протестантов основного течения и 7% католиков.

Но мы-то точно знаем, что все в руках Божьих, и что отдавая десятую часть наших доходов, мы получим большее.

XXX

## Ваши письма: "Уроки жизни"

### Уроки жизни

*После прочтения статьи "Сплю или бодрствую", мне так захотелось поделиться своим опытом и впечатлением от того, как я кому-то помогла или сделала действительно что-то замечательное для Господа, как это было описано в статье. Но, к сожалению, ничего такого в моей жизни пока ещё не произошло... А написать что-то всё равно хотелось... Поэтому я попыталась описать свои*

*впечатления от одного памятного для меня дня, оставившего очень мощный отпечаток и заставившего пересмотреть многое в моей жизни.*

Этим летом мы гостили у бабушек (у нас две бабушки и одна прабабушка), а папа в это время работал в Москве. И вот, когда лето подошло к концу, папа приехал за нами, чтобы всей семьей вернуться домой на

машине. Но так получилось, что он должен был встречать субботу в дороге. Я очень волновалась по этому поводу. И чем дольше я думала об этом, тем сильнее волнение и негодование затмевали радость последующего события. Под утро, когда он приехал, я была не в самом лучшем настроении и довольно сухо, как мне показалось, обняла и поцеловала его. Он должен был сразу везти бабушку в больницу, поэтому встреча наша длилась всего

**(Окончание на стр. 6)**

**(Окончание. Начало на стр. 5)**

несколько минут. Но этого времени хватило, чтобы почувствовать некий холодок в наших отношениях, которого никогда не было.

Только когда он уехал, я начала понимать, что произошло: скорее не он нарушил субботний покой, а я... Я не понимала, что со мной произошло, ведь я так соскучилась по нему, я так ждала его приезда, и вот, когда, наконец-то, это произошло, я показала скорей недовольство, чем радость.

Все эти мысли стали вертеться у меня в голове. К ним ещё и прибавлялось то, что моя сестра лежала в больнице, и один из самых счастливых дней я должна была провести без неё. Я не выдержала и расплакалась... Мне, даже, трудно было объяснить из-за чего я плакала... Из-за вины перед папой, или из-за обиды на себя, что я потеряла шанс испытать счастье при встрече с отцом, или из-за того, что рядом не было моей сестры, которая могла бы меня поддержать, - я не знаю...

В какой-то момент эти слёзы перешли в слёзы вины перед Богом: ведь, это Его день... Я не должна была с самого начала думать о чём-то постороннем, тем более, пытаться оценивать поступки отца. Именно в этот момент я и дала возможность лукавому проникнуть в моё подсознание, и именно из-за этого я и начала субботний день со слез... "Что же я наделала?.." - звучало в моей голове. Я успокаивалась, но потом снова начинала плакать. Мне уже не хотелось

никуда идти...

Я понимала, что плакать сейчас - это продолжать идти на поводу у того, кто всё это затеял. Но мне не удавалось себя перебороть... Тогда я встала на колени и просто несвязанными фразами начала просить у Бога, чтобы Он меня простил, помог успокоиться, помириться с папой, хоть я с ним и не ссорилась, и исправить всё, что я наделала... Хоть мне и казалось, что я испортила всё, что только можно было испортить в этот день, тем не менее мы с бабушкой собрались и пошли в Церковь...

Моё не самое лучшее настроение, естественно, передалось и на бабушку, и наш разговор, по началу, был не самый лучший. По пути ещё раз помолилась: я просила Бога, чтоб Он помог нам забыть всё происшедшее, как кошмарный сон и начать этот прекрасный день сначала... Честно говорю, я пыталась поверить, что это возможно, но у меня не выходило. Тогда я ещё раз мысленно стала молиться: "Господи, дай мне веры, чтобы я смогла полностью отдаться Тебе в руки..."

Время в дороге прошло быстро, и я сама не заметила, как мы пришли в Церковь. На субботней школе я совершенно забыла о том, что меня волновало утром. Потом я увидела своих друзей, которые встретили меня радостными улыбками, и на душе у меня стало немножко теплее.

Скоро должен был приехать папа, которого мне не терпелось увидеть. И вот, в то время как я говорила с подругами, я заметила, что они

обратили внимание на кого-то, кто стоял за моей спиной. Повернувшись, я увидела мою сестрёнку! Я была на седьмом небе от счастья, если оно существует... Она мне сказала что папа внизу, я помчалась к нему, поцеловала и попросила прощения, он даже и не понял за что...

Вы наверное не можете представить, какое счастье переполняло меня в этот день... Никогда мне не было так прекрасно. Необыкновенное чувство гармонии и покоя, которого я никогда ещё не испытывала, сливалось со звуками песен и с лучами солнца, которые пробивались сквозь окна.

После служения мы пошли проведать бабушку и по пути разбирали главы из Библии. В итоге, день прошёл даже лучше, чем я могла себе представить.

Всё, что произошло в начале субботы, мне казалось забытым и никем не замеченным. Но изо всего этого я вывела для себя несколько уроков, которые я знала, но никогда не применяла в жизни: во-первых, "Не судите, да не судимы будете, Ибо каким судом судите, таким будете судимы; и какою мерою мерите, такую и вам будут мерить" (Мф. 7:1-2), и, во-вторых, ответом на вопрос: "кому же это по силам?", правильно отвечать так: "человекам это невозможно, Богу же всё возможно" (Мф. 19:26).

*Девушка, приславшая этот рассказ, к сожалению, не подписалась*

**Письмо из заключения**

*Друзья, возможно вы помните, как в одном из номеров нашей газеты мы публиковали стихи, написанные людьми из заключения. Каким-то образом тот номер оказался у еще одного человека из заключения.*

*И теперь, можно сказать, что газета "По Его следам" не зря существует и приносит свои плоды.*

*Поэтому, если вы еще не участвуете в создании газеты, то просьба, хотя бы молиться за это дело во славу Божию.*

"...Очень нуждается обессилившая душа в общении с душами утвержденными или хотя бы подобными, жаждущими духовного. Если вдруг среди вас, братья и сестры, у кого-нибудь появится желание общения с нуждающимся в духовном наставлении, буду очень счастлив и благодарен за это вам и Господу..."

**Можете писать: 174400 Новгородская обл., г. Боровичи, ОЯ 22/3-6. Кондаков Александр Вячеславович.**

\*\*\*

Младенцем родился я с плачем,  
Но плакал не я, а душа.  
Любимые папа и мама,  
В молитве нуждалась она.

Учился у Вас я жизни,  
Учили и Вы, как могли.  
Жаль, что забыли о Боге,  
С ним бы мы точно смогли.

Душа умирала без Бога,  
Плоть желала страстей,  
Не знал я силы молитвы,  
Погряз в мирской суете.

И вот за грехи земные  
В преддверии ада стою,  
И про себя повторяю:  
"Боже! Куда я иду".

В молитве упал на колени,  
Душа моя ожила,  
Но люди, идущие мимо,  
Совсем не видят меня.

Смотрю я на этих идущих,  
Идущих, еще слепых,  
Идущих к воротам ада,  
К воротам, где смерть, а не жизнь.

Плача взываю к Богу.  
Знаю, что Он простит,  
Плачу не как от боли,  
Это душа скорбит.

Скорбит о содеянном мною,  
Скорбит о грехе на земле,  
Готова терпеть худое  
За благо для всех людей.

Покайтесь, покайтесь, люди!  
Ведь это за нас Христос  
За наше Небесное Царство  
Страшную жертву принес!

**Кондаков Александр,  
заклученный  
05.08.2003**



## Тема №2: Стресс

Представьте себе человека, который в проливной дождь идет на работу, проклиная все на свете. В то же время трое детей радостно шлепают по лужам, нисколько не огорченные ненастной погодой. У кого больше стресс? Обстоятельства одни и те же, но отношение к ним разное.

В повседневной жизни мы все испытываем стрессы. Факторы, вызывающие стресс, обычно действуют извне, и все же 90% стрессов, которые мы испытываем, происходят из-за негативного восприятия этих факторов.

Стресс - это обычная реакция организма на жизненные переживания. В действительности не так важен и опасен сам стресс, как умственная или физическая реакция на него.

Хотя мы постоянно находимся в напряжении под действием различных раздражителей, тем не менее признаков стресса не заметно, потому что наш разум и тело действуют согласованно, часто автоматически приспособляясь к изменяющимся условиям внешней среды. Мы начинаем глубже дышать, когда возникает недостаток в кислороде. Засыпаем, когда устаем. Едим, когда голодны. И только тогда, когда эти факторы становятся продолжительными, чрезмерными или неожиданными, тогда действительно появляются серьезные симптомы стресса. Если мы постоянно перегружаем себя на работе, это продолжительный фактор. Если нас ударили по лицу и притом совершенно внезапно для нас, это неожиданный фактор.

Стресс возникает в любой ситуации, требующей перемен, и сопровождает процесс приспособления организма к этому. В некоторых случаях он вызывает у человека сильные положительные эмоции, чувство огромного удовлетворения: катание с гор на лыжах, получение повышения на службе. В других случаях стресс способствует не таким захватывающим, но тоже сильным радостным чувствам: хорошие оценки в дневнике вашего ребенка, романтический вечер. Некоторые по сути своей положительные стрессовые ситуации могут, однако, вызывать ощущение усталости: свадебные торжества, воссоединение распавшейся семьи. Кроме того, существуют виды стресса, сопровождающиеся депрессией и упадком сил: потеря работы, развод, трудновоспитуемые дети, смерть любимого человека.

Стресс становится бедой, если мы подчиняемся ему как губительной силе. Наше восприятие, интерпретация событий и обстоятельств, в гущу которых мы находимся, может или погубить нас, или придать нам новые силы. При здоровом и трезвом восприятии наша реакция на стресс может позволить нам превратить даже критический стресс в средство для достижения цели. Таким образом, ключом к управлению стрессом является то, как мы сами воспринимаем стрессовую ситуацию. Чем для нас является стресс - благом или злом, зависит от причин, вызвавших его, от социальной среды, в которой мы находимся, от того, как мы сами его воспринимаем, и от поддержки, которую мы получаем от окружающих.

Со стрессом связывают почти все современные болезни - гипертонию, инфаркт, язву желудка, головные боли, рак и некоторые другие. У долгожителей Грузии, которых обследовали, уровень эмоционального стресса очень низок. Живут они размеренной, спокойной, патриархальной жизнью, в которой конфликты и стрессы сведены до минимума. Для них характерны оптимизм, благодушие. Немаловажно и то, что они не коротают жизнь в одиночестве, обычно стоят во главе семьи, окружены почетом и уважением.

В то же время отсутствие стресса также способствует заболеваниям и может служить причиной чувства неудовлетворенности, беспокойства, усталости, скуки и депрессии. Важно придерживаться "золотой середины", поскольку в определенных количествах стресс необходим живому организму.

Может ли быть жизнь без стрессов?

Ввиду того, что любая жизненная активность сопровождается переживаниями, вполне очевидно, что полной свободы от стресса не существует. Идеальной программой жизни в таком случае может казаться сознательное желание избегать малейшего стресса. Но это не так.

Попытка избежать всех форм стресса - не выход из положения. Исследования показали, что сокращение активности также ведет к сокращению жизни. Расточать жизнь, "сжигая" ее с ранних лет, столь же безрассудно, как и "ржаветь" от бездеятельности. Во многих случаях успех в жизни зависит от умеренности

и равновесия.

Люди должны научиться различными способами управлять своими эмоциями и поддерживать положительный стресс в своей жизни.

Жизненная энергия, которую мы получили при рождении, подобна банковскому денежному вкладу, который мы можем расходовать по своему желанию, но который мы никогда не сможем пополнить. Только постоянный контроль над ее расходами поможет нам разумно использовать это сокровище.

Здоровье и физическая бодрость - сокровища, которыми мы обладаем в большей или меньшей степени. Никто не знает размеров своего богатства. Только тогда, когда расходы начинают превышать сумму вклада, человек получает предупреждение. Оно появляется в виде инфекции, повышенной утомляемости, общей слабости.

Пребывание организма в продолжительном стрессовом состоянии подобно автомобильному гонкам на высокой скорости без малейшей передышки. В конце концов что-то должно произойти. Когда организм переживает состояние стресса, все его жизненно важные системы подвергаются перенапряжению, будь то сердце, почки, желудок или другие органы. Они выходят из строя в зависимости от того, какой из них наиболее уязвим у каждого конкретного человека.

Многие полагают, что после того, как они подверглись действию чрезвычайных раздражителей, отдых может им вернуть прежнее состояние и силы. Это не верно. Как вы считаете, разумно ли сжигать свечу своей жизни с обеих концов, оставляя лишь небольшие промежутки для отдыха? Эксперименты ясно показали, что каждое такое воздействие оставляет неизгладимый след, ибо израсходованные адаптационные резервы не могут быть восстановлены.

Давайте же будем благоразумно тратить драгоценные сокровища жизненной силы, которой мы наделены.

*Гончарова Марина*



## Мое лето с Богом

*"Хвалите Его со звуком трубным, хвалите Его на псалтири и гусях. Хвалите Его с тимпанами и ликами, хвалите Его на струнах и органе. Хвалите Его на звучных кимвалах, хвалите Его на кимвалах громогласных. Все дышащее да хвалит Господа! Аллилуия." (Пс. 150: 3-6)*

Лето - это олицетворение молодости, красоты и любви. Большинство людей в течение всего года ждут наступления лета. Бывает - проходишь по узкой тропинке, и радуешься зелени, которая цветет вокруг тебя, аромату душистых цветов, бабочкам, которые порхают своими прекрасными крыльшками. А если подует небольшой ветерок, то кажется, что листья деревьев словно шепчут друг с другом. На душе легко и свободно. Как же все прекрасно сотворил наш Бог!

Для меня это лето было необычным и интересным. Наш молодежный хор отправился в город Псков. Это старинный город, где очень много церквей, где каждое утро можно услышать звон колоколов. Ему этим летом исполнилось 1100 лет. Цель нашей поездки заключалась не только в отдыхе и в знакомстве с интересными и историческими достопримечательностями, но и в служении Богу и людям. Это была основная задача для нас. Своим физическим трудом мы служили людям, которые находятся в психиатрической больнице. Это люди, которые больше всего нуждаются в помощи каждого из нас. Мы посадили

клумбы, поставили беседку, скамейку, работали в парнике, после чего там состоялся наш концерт, на котором мы прославили нашего Небесного Отца. Еще два концерта состоялись в церкви, где были приглашены верующие и неверующие люди.

Что же касается отдыха, то он был не менее интересным и познавательным. Мы совершали экскурсию по городу, ездили в Печерский монастырь, в Пушкинские горы, побывали в доме А.С. Пушкина в селе Михайловском, в доме его друзей. Во всех поездках сопровождал



Вид на Псковский кремль

экскурсовод, который подробно рассказывал об истории этих культурных мест. Нам посчастливилось встретить там День города, который был очень ярким и запоминающимся. Прошло всего лишь 10 дней, а сколько впечатлений, сколько радости на душе. И вот, настала пора возвращаться. Нам будет, что вспомнить и чему радоваться в своей жизни!

*Галина Демирчан*

\*\*\*

:) Один человек умер и пошел на Небеса. Ангел встретил его возле жемчужных ворот и сказал:

- Для того, чтобы пройти через эти ворота, ты должен набрать 100 очков. Ты говори мне все добрые дела, которые ты сделал на земле, а я буду говорить, сколько очков ты набрал.

- Хорошо, - сказал мужчина, - я прожил со своей женой пятьдесят лет и ни разу не изменил ей, даже в моем сердце.

- О, это прекрасно! - сказал ангел. - За это ты получаешь целых три очка!

- Три очка?! - изумился мужчина. - Ну, хорошо, я ходил в церковь всю свою жизнь, регулярно давал десятины и участвовал в служениях.

- Великолепно! - сказал ангел. - Это достойно двух очков.

- Только два?! - воскликнул мужчина. - Ну, а что ты скажешь об этом: я организовал бесплатную столовую и работал в доме престарелых.

-Фантастика! Это достойно четырех очков, - сказал ангел.

-Четыре?! - закричал в отчаянии мужчина. - Ну, в таком случае попасть на Небеса можно только по благодати Божьей!!!

-Проходи!

\*\*\*

:) Образ мыслей обычного человека 5 лет: мама всегда права.

12 лет: мама не всегда права...

15 лет: мама никогда не права и вообще ничего не понимает в жизни!

30 лет: а всё-таки мама была права...

### Объявления

1. Каждую субботу в 14.00 в здании общины "Восточная" (г. Москва, ул. Красноярская, 3А) проходят библейские курсы на актуальные темы современности с использованием слайдов. Всех сердечно приглашаем принять участие.

2. Каждый субботний вечер в 19.00 в нашей церкви проходят молодежные встречи: "Станем Друзьями". Если у тебя есть друг или подруга, то ты можешь сделать для него или нее подарок, пригласив в наш клуб.

Здесь  
могла бы быть  
ТВОЯ ШУТКА :)