



По Его следам

ЕЖЕМЕСЯЧНАЯ МОЛОДЕЖНАЯ ГАЗЕТА

«Восточная община»

Выходит
с 1 февраля 2003 г.

1 марта 2004 г, №11
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)

Всего несколько мгновений созерцания красоты и совершенства Божьего творения способны дать заряд бодрости на целый день и полностью восстановить душевное равновесие.

В этом номере:

- Поколение Next выбирает... (Пичкова Елена).....1,2
 - Обзор прошедших событий: Конгресс в Заокском....1
 - Ученые о Боге; На заметку: Что существовало до Бога?.....2
 - Вопрос-ответ: Может ли христианин служить в армии?.....3
 - Христианство в цифрах. (наша статистика).....3
 - Советуем прочитать: Фернандо Чаи.....3
 - Добрачное консультирование:
Тема №4 “Психология мужчины и женщины”
(Кузьмин С.А.).....4, 5
 - Дивная книга Библия: Еще одна сенсация.....5
 - Время здоровью: Пищеварение - трудная работа....6
 - Тема номера : “Надо что-то менять”.....7
 - Ваши наблюдения “Наш дом - планета Земля”
(Туркевич Михаил).....7
 - План ежедневного чтения Библии.....8
 - Внимание конкурс!.....8
 - Юмор; Объявления.....8
- и еще очень много интересного!

Зажгу свечу

Зажгу свечу, немного постою,
Подумаю, куда поставить лучше.
Потом, решив, к окошку подойду,
А за окошком ночь, густые тучи.

Кто ищет путь, когда ни зги кругом,
До боли напрягая свое зренье, -
Быть может, он увидит и мой дом,
Мое лицо и огонек прозренья.

Быть может он поймет и ощутит,
Что заблудился и не может выйти,
А огонек, что на окне горит,
Ему поможет, - ведь его он ищет.

Так ты иди, не замедляй свой шаг.
Иди вперед, где огонек мерцает.
Тебя Христос зовет. Он Друг тебе -
не враг,
Он кающихся грешников прощает.

Э.Скачков

Поколение Next выбирает...



С 26 по 29 января в Нижнем Новгороде состоялся семинар-тренинг по социальной программе "Поколение Next выбирает..." На этом семинаре присутствовало 5 человек от Московской Миссии: представители Восточной, Москворецкой и Дмитровской

общин, а также один духовный наставник.

В Нижний мы приехали 26 января в 6 утра и сперва добрались до Христианского Культурного Центра. По приезде нас сразу разместили в гостиничных номерах, которые располагались внутри Центра.

До завтрака у нас было много времени, поэтому мы занимались тем, что упорно пытались познакомиться и запомнить имена друг друга, что, как потом показала печальная практика, в первый день было совершенно бесполезно.

После завтрака нам выдали материалы, папки, ручки, футболки. И вот настал торжественный момент открытия. На открытии были представители от Волго-Вятского, Уральского, Кавказского, Южного Объединений, и как уже упоминалось, Московская Миссия. Людей было немного, всего 64 человека. Вначале нас удивило такое малое количество молодежи, но Оксана Балаж нам все разъяснила, сказав, что это даже много для качественного проведения семинара, но этот факт никого не смутил, и все чувствовали себя превосходно. Слово напутствия взял Аркадий Федорович Балкан, высказав мысль: "Наша цель не крестить молодежь, а показать зачем им нужен Христос".

После этого был небольшой обеденный перерыв, после которого мы продолжили получать знания по таким вопросам, как "Поколение Next - кто они?", методика программы, подготовка программы и др. Семинары у нас проводили Дмитрий и Екатерина Поповы, а также Оксана Балаж - первые, кто дали жизнь этой программе.

Тренинги удачно чередовались с небольшими 10-15-и минутными перерывами, но тем не менее, энергия не угасала, а мы продолжали строчить и при этом не забывали задавать вопросы.

Блаженный час ужина наступил незаметно, здесь никто не мог пожаловаться на отсутствие аппетита. Последовавшее после ужина богослужение подвело к концу этот первый день.

Второй день семинара встретил нас, конечно... завтраком, а затем утренним богослужением, которое незаметно перетекло в очередной тренинг, на этот раз

(Окончание на стр.2)



Ученые о Боге



Иван Петрович Павлов

Советский академик, ученой, создавший учение о высшей нервной системе и ее деятельности, оставался до конца своей жизни человеком, глубоко верующим в Бога, посещал церковь и оказывал ей материальную поддержку. Один из учеников и последователей Павлова, пишет: "Мне посчастливилось побывать у них (Павловых) несколько раз в гостях. Серафима Васильевна (жена Павлова) каждый раз встречала меня такими словами: "Господин коммунист, не пора ли вам подумать о спасении вашей души?" Больше того, я видел, как сына Павлова, Всеволода Ивановича, хоронили по церковному обряду. Я первый раз в жизни видел этот церковный обряд у русских, сравнивая с тем, как это бывает у армян, а Павлов стоял со свечей в руке. Несмотря на эти прямые доказательства, материалисты атеисты пытаются причислить к классу атеистов как Павлова, так и Дарвина, хотя те прямо и недвусмысленно отвергали это

На заметку...

Что существовало до Бога?

Это продолжение первого вопроса, который был освещен в прошлом номере. Как мы увидели, Бог является Безначальным Нетворимым Естеством, от Которого и через Которого взяло существование всякое начало. Поэтому ответ на вопрос: "Что существовало до Бога?" - тот же: Бог вечен, без начала дней. Он вечен во времени. По этому положение "до Бога" не может существовать. Сохранилось одно предание, которое ярко иллюстрирует это: Один царь в древние времена задался целью узнать, что было до Бога. И простой пастух взялся решить этот вопрос. Пастух предложил царю: "Считай!" - Царь удивился этому, но все же начал: "Один, два, три..." - "Нет, нет! - перебил его пастух, - ты начини раньше "одного"! - "Как раньше "одного"? - разозлился царь. - Раньше "одного" нет счета, счет начинается с "одного". - "Правильно ты ответил, царь! Вот точно так и до Бога не существовало ничего", - ответил пастух.

И это верно! "Все, что начало быть," через Бога "начало быть" (Ин 1:3)

Поколение Next выбирает... (окончание)

касающийся музыкального оформления программы, который нам читала Екатерина Попова. В конце было задано очень много вопросов. Но вот, в 11 часов началась самая интересная, но вместе с тем и самая сложная, ответственная часть - тренинг, где нам, на примере вводного занятия "Человек свободного общества", пытались показать как же начать программу, как же "слопать лед" подростков. Все оказалось не так просто, как мы ожидали, но мы постарались все запомнить. Особое время в программе было уделено молитве, где мы все вместе молились за наши нужды, за программу "300-300-300". Здесь же мы рассказывали свои опыты.

После обеда нас ждали опять тренинги, тренинги, и еще раз тренинги, которые неизменно начинались и заканчивались девизом "Hi-Fi" (Высокое качество). Поразительно, что несмотря на такую нагрузку, никто не уставал, все были полны неисчерпаемого оживления, которые у многих буквально лилось через край. Может этому, конечно, способствовало и то, что темы, которые мы рассматривали интересовали и нас самих, такие как "Атас, предки!" - тема взаимоотношений с родителями; "Преступление и наказание", "Словесное порно" и "Секс - стоит ли спешить?" конечно не прошли мимо нашего внимания. Все тренинги сопровождалось большим количеством игр, сценок и видеороликов.

Третий день прошел у нас под знаком смеха. На семинарах были такие моменты, когда мы, буквально падали от смеха, хотя смеяться было нечему, но... молодежь есть молодежь...

И вот настал последний, четвертый день. До самого обеда никто не хотел осознавать, что пора уезжать, что отдых кончился, а впереди - работа на ниве Божьей. Интересно, что, несмотря на нежелание смотреть правде в глаза, многие начали меняться адресами с раннего утра! После обеда, когда уехал Оренбург, нам стало ясно, что впереди последний тренинг, затем Литания Посвящения и прощание.

Что ж, прошел последний тренинг "Преступление и наказание", наступил перерыв. Мы все готовимся к последней, самой торжественной минуте вручения удостоверений и самое главное, к Посвящению. В этот чудесный момент, когда мы стояли, склонившись в благоговейном желании служить Ему, каждый

чувствовал, что мы не просто уедем, но уедем, как служители, в свои места, на свои поля, что мы еще не раз встретимся, чтобы поддерживать друг друга, и, что Господь с нами, что Он благословляет нас на это нелегкое служение подросткам.

После Литании Посвящения был ужин, на этот раз радостный, хотя и приходилось расставаться. И вот мы расстались... расстались твердо уверенные в том, что скоро опять соберемся здесь, в Нижнем Новгороде, на этот раз для исправления ошибок и поддержки, великой христианской поддержки. Если Бог за нас, то кто против нас?

Я твердо верю в то, что Бог с нами, Он поддерживает эту программу, и много подростков через нее смогут найти ответы на сложные для них вопросы. Да прославится Господь в этой программе и этом служении.

*Пичкова Елена
делегат от Восточной церкви*



*21 февраля в нашей
общине произошло
торжество крещения
трех новых душ.*

Поздравляем с этим событием самих крещенных: Виталия, Анну и Ларису, и желаем им всегда оставаться верными нашему Господу.

"Я - свет миру; кто последует за Мною, тот не будет ходить во тьме, но будет иметь свет жизни".

Ин. 8:12

Мудро сказано

Бог и тогда нам благоволит, когда нас наказывает

Кто больше познает Бога, тот больше смиряется перед Ним

Глупые стремятся управлять всеми, а умные - только собой

Окно соседа будет выглядеть гораздо чище, если мы протрем свое

Когда куешь свое счастье, не бей по пальцам другого

Если человек ищет мудрости, он умен, но если думает, что нашел ее, он глуп



Христианство в цифрах

Хотим представить вашему вниманию новый соц. опрос, который проводился в СЗК "Измайлово", на встрече всех церквей Москвы и Подмосковья.

№1 Как часто Вы замечаете, что ваши друзья поступают неправильно?

Ответ	кол-во человек
довольно часто	88
редко	42
не обращаю внимания	14

№2. Как часто Вы говорите друзьям о том, что они поступают неправильно?

Ответ	кол-во человек
как только замечаете сразу говорите	34
только в исключительных случаях	90
считаете, что не вправе об этом говорить	18

№3. Как часто Вы ошибаетесь в оценке поступков ваших друзей?

Ответ	кол-во человек
Я хорошо знаю своих друзей и почти никогда не ошибаюсь	33
Иногда бываю неправ	95
Чаще всего моя точка зрения расходится с действительностью	20

Знаете ли вы, что...

Знаете ли Вы, что "Земную науку надо понять, чтобы ее полюбить, а божественную науку - полюбить, чтобы понять". (Паскаль)

Знаете ли Вы, что Авраам Линкольн говорил: "Я верю, что Библия - наилучший дар Божий человеку. Все прекрасное от Спасителя мира передается нам через эту книгу".

Советуем прочитать

→ **"Приготовление к последнему кризису"**

Фернандо Чаи



В этой книге вы познакомитесь с одиннадцатью пророчествами, проливающими свет на исполнение Божественных планов, которые Он соблаговолил открыть Своему народу.

Цель этой книги - в сжатом, хронологическом виде установить соотношение весьма важных предсказанных событий, которые должны произойти в мире и церкви непосредственно перед вторым пришествием Иисуса Христа.

Здесь в панорамном виде описаны следующие одно за другим великие события ближайшего будущего.

??Вопрос?? - Ответ!!

Может ли христианин служить в армии?

Существует мнение, что христианину не пристало служить в армии.

Мы решили разобраться в этом вопросе и вот что нам ответили:

Христианину вполне подобает служить в армии, потому что при анархии никто не находится в безопасности. Истинное христианство являет себя и в надлежащем исполнении гражданских обязанностей. Как законопослушные граждане, адвентисты желают добросовестно служить своей стране, не нарушая при этом Божьих заповедей. Церковь АСД рекомендует молодым людям, призываемым в армию, как в мирное, так и в военное время, идти в те части, которые не участвуют в актах насилия и кровопролития. Адвентисты обычно не служат по найму в строевых частях Вооруженных Сил, а в тех случаях, когда военная служба является обязательной, они просят предоставить им право на службу без оружия. Адвентисты предпочитают несение воинской службы в медицинских частях или альтернативную гражданскую службу. Во время военных действий это забота о раненых и умирающих. Адвентисты могут таким образом исполнять свой гражданский долг перед Отечеством, оставаясь верными своим религиозным убеждениям. Церковь признает право каждого верующего на выбор им формы исполнения своего гражданского долга. Тем же, кто приобщился к Церкви, будучи кадровым военнослужащим, не возбраняется оставаться верным своему призванию, если это не противоречит учению Священного Писания и данным рекомендациям.

В своем повседневном служении Церкви АСД вспоминает о войнах и защитниках Отечества, возносит молитвы о сохранении их жизни, по мере имеющихся у нее возможностей, заботится об их благополучии.

(Основы социального учения Церкви ХАСД в России, 2003 год, стр. 84-85) от 28 октября 2002 года

Классическая страничка

Письмо крестьянина Ольховика, отказавшегося от службы

"1895 года октября 15 дня я был призван к отбыванию воинской повинности. Когда пришла очередь мне тянуть жребий, я сказал, что жребия тянуть не буду. Чиновники посмотрели на меня, потом поговорили друг с другом и спросили меня, почему я не буду тянуть. Я отвечал, что это потому, что я ни присягать, ни ружья брать не буду. Они сказали, что это дело будет после, а жребий тянуть надо.

Я опять отказался. Тогда велели тянуть старосте жребий. Староста вытянул; оказался № 674. Записали.

Входит воинский начальник, вызывает меня в канцелярию и спрашивает: "Кто тебя всему этому научил, что ты не хочешь присягать?"

Я отвечал: "Сам научился, читая Евангелие".

Он говорит: "Не думаю, чтобы ты сам понял так Евангелие; ведь там все непонятно; чтобы понимать, для этого надо много учиться". На это я сказал, что Христос учил не мудрости, потому что самые простые и неграмотные люди и те понимали Его учение.

Тогда он сказал солдату, чтобы отправил меня в команду. С солдатом мы пошли в кухню, там пообедали.

После обеда стали спрашивать, почему не присягал.

Я сказал: "Потому что в Евангелии сказано: не клянись вовсе".

Они удивились; потом спросили: "Да разве это есть в Евангелии? А ну найди".

Я нашел, прочитал; они послушали.

"Хотя и есть, а все-таки нельзя не присягать, потому что замучат".

Я сказал на это: "Кто погубит земную жизнь, тот наследует жизнь вечную".

20 числа меня поставили в ряд с другими молодыми солдатами и рассказали нам солдатские правила. Я им сказал. Что я ничего этого делать не буду. Они спросили: "Почему?"

Я сказал: "Потому что, как христианин, не буду носить оружия и защищаться от врагов, потому что Христос велел любить и врагов".

Они сказали: "Да разве только ты один христианин? Ведь мы тоже вот христиане".

Я сказал: "Про других я ничего не знаю, знаю только про себя, что Христос говорил делать то, что я делаю".

Он опять сказал: "Если ты не будешь заниматься, то я тебя сгною в тюрьме".

На это я сказал: "Что хотите, то и делайте со мной, а служить я не буду".

Сегодня смотрела комиссия. Генерал говорил офицерам: "Какие убеждения находит этот молокосос, что отказывается от службы! Какие-нибудь миллионы служат, а он один отказывается. Его выпороть хорошенько розгами, тогда он оставит свои убеждения".

Ольховика арестовали и сослали в Якутскую область.

Л.Н.Толстой



Психология мужчины и женщины

"Когда Бог сотворил человека, по подобию Божию создал его, мужчину и женщину сотворил их, и благословил их, и нарек им имя: человек, в день сотворения их" (Быт. 5,1-2).

Господь, наш Творец, осуществил при творении особый замысел, причем эти цели осуществлялись по отношению к обоим полам. Двое, соединенные воедино должны, по замыслу Творца, дополнять друг друга и жить в мире и согласии. Сам Бог дал Адаму друга жизни "соответственного ему", друга, достойного его дружбы, любви и симпатии. Это говорило о том, насколько тесной и нежной должна быть связь между ними" (ПП, 45-46).

Если мы внимательно рассмотрим в анатомическом строении мужского и женского тела, то увидим, насколько совершенно они подходят друг другу. Это воспринимается как единое целое не только с точки зрения анатомии, но физиологический и психологический аспект говорят о том же.

Соединяясь воедино, двое остаются самостоятельными личностями, в едином порыве помогая друг другу жить более совершенной жизнью. По замыслу Творца мужчина и женщина имеют различия на **физиологическом, биологическом и психологическом** уровнях, они различаются каждой клеткой своего тела. **Соответствующая комбинация хромосом** определяет развитие в организме мужского и женского начала. Благодаря разнице в строении хромосом, женщины намного жизнеспособнее мужчин. Они живут в среднем на 3-4 года дольше. Обмен веществ у мужчин и женщин существенно отличается. В женском организме большее число различных гормонов, чем в мужском, щитовидная железа больше, активнее, и участвует в формировании более подвижной женской психики. Но в этом причина и большей эмоциональной неустойчивости женщин. Меньший размер щитовидки у мужчин дает свой результат: более густой волосистой покров на теле, кожа более грубая, они менее устойчивы к простудным заболеваниям.

Женская же щитовидка дает большую устойчивость к простудам.

У женщин в крови содержится больший процент воды, а красных кровяных телец на 20% меньше, поэтому женщины быстрее устают, из-за недостатка кислорода.

Физическая сила мужчины превосходит силу женщины на 50%.

Женщина легче мужчины переносит высокую температуру, потому что у нее

"И сказал Бог: Сотворим человека по образу Нашему, по подобию Нашему... И сотворил Бог человека по образу Своему, по образу Божию сотворил его; мужчину и женщину сотворил их" (Быт. 1,26-27).

обмен веществ гораздо интенсивнее. Это некоторые физиологические различия, но еще имеются и психологические, которые способствуют соединению или удалению будущих супругов друг от друга.

При рождении у девочек кора головного мозга развита лучше, чем у мальчиков. В детстве девочки быстрее и лучше реагируют на звук человеческого голоса, они более ориентированы на левое полушарие, где расположены речевые центры, поэтому девочки быстрее начинают говорить и читать.

У мальчиков раньше развивается правое полушарие, но не в эмоциональном смысле, а в пространственном. В этом заключается способность мужчин более эффективно использовать резервы

правого полушария (без особенного участия эмоций).

Многие мужчины не пользуются всеми возможностями правого полушария так, как могли бы. В основном все задачи жизни они решают с помощью левого полушария ~ анализ,

логика, интеллект. Мозг мужчины является более специализированным, и это проявляется в его способности решать головоломки, ориентироваться по карте, планировать, составлять, расставлять, разрешать геометрические задачи и т.д. Правое полушарие не обрабатывает информацию шаг за шагом, как это делает левое.

Оно обрабатывает модели информации, там находятся наши эмоции. Часто правое полушарие называют интуитивным центром мозга. Мозг женщины не имеет такой специализации. Женщина использует оба полушария своего мозга одновременно. Они работают в тесном сотрудничестве благодаря тысячам дополнительных нервных волокон, соединяющих левое и правое полушарие (мозолистое тело). Некоторые функции полушарий дублируют друг друга. Эта психологическая особенность женского мозга позволяет ей активно заниматься пятью разными делами одновременно, в то время, как мужчина может читать газету и не видеть, что у него делается под самым носом.

Сканируя мозг у мужчин и женщин в тот момент, когда они вспоминали об испытаниях или эмоциональных потрясениях, ученые обнаружили различия в реакциях на эмоции. Переживания были примерно одинаковыми, но у женщин чувство грусти или печали активизирует нейроны

на площади в восемь раз большей, чем у мужчин. Поэтому женщины подвержены риску развития состояния депрессии в два раза больше.

Женский мозг способен также более точно определить эмоциональный настрой других людей. Может быть, в этом заключается секрет влияния женщины - матери в семье. Елена Уайт особо отмечала этот момент: "Матери, поймите, что ваше влияние и пример отражаются на характере и участии ваших детей и, принимая во внимание вашу ответственность, развивайте в себе уравновешенный, чистый характер, отражающий лишь истинное, доброе и прекрасное" (Христианский дом, стр.242).

Продолжая отмечать различия между полами стоит заметить, что девочки обычно раньше начинают говорить и читать. Причина заключается в том, что при чтении женщины используют нейронные области обоих полушарий мозга. Мальчики же пользуются только нейронными зонами левого полушария. Оба полушария женского мозга обрабатывают все, что связано с речью, и это помогает женщинам быстрее выздороветь после перенесенного инсульта или мозговой травмы.

В любом возрасте память у женщин лучше, чем у мужчин. Женщины способны лучше, чем мужчины, ассоциировать имена и лица людей, они также лучше запоминают перечни предметов. События, которые люди хорошо запоминают, связаны, как правило с эмоциями. Поскольку женщины используют большие участки правого полушария, ответственного за переработку эмоций, это происходит у них автоматически (Взято из материалов исследований психолога Томаса Крука, президента "Сайкологджик").

Мужской мозг усыхает быстрее, чем женский.

Вот некоторые из последствий старения: У мужчин становится хуже память, слабеет способность к концентрации и вниманию, чаще бывает плохое настроение, повышенная раздражительность.

Во всем этом виноват мозг. Причина такого резкого изменения размеров мозга мужчины заключается в эффективности использования "горючего". В то время как женский мозг с возрастом приобретает способность к снижению скорости метаболизма (усвоение глюкозы), у мужчин по мере старения происходит ускорение метаболизма. Мозг как бы быстрее изнашивается.

Итак, совершенно очевидно, что мужчины и женщины различны и эта разница имеет Божественное происхождение. Мы должны считать с этим. Бог вложил больше мужества и твердости в мужчину, больше мягкости и чувствительности в женщину.

Физическая сила мужчины превосходит силу женщины на 50%.

Женщина легче мужчины переносит высокую температуру, потому что у нее обмен веществ гораздо интенсивнее

Мозг мужчины является более специализированным, и это проявляется в его способности решать головоломки... Женский мозг способен более точно определить эмоциональный настрой других людей.



Еще одна сенсация

Продолжение истории о Кумранских находках

Исследователей Кумранских находок прежде всего волновал вопрос: аналогичен ли текст библейских книг, написанный во Пв до Р.Х., тексту современной нам Библии?

Критики, например, во все времена сомневались, что Священное Писание из поколения в поколение в течении тысячелетий передается неизменным. Они утверждали, будто за многие века, в результате частых переписываний, что-то из первоначального текста безвозвратно исчезло, а что-то прибавили писцы. До 1947 года было найдено несколько достаточно древних рукописей Ветхого Завета, но все они датировались не ранее VIII в по Р.Х. Однако, богодухновенные авторы составили Ветхий Завет еще до Христа. Пророк Исаия, например, написал свою книгу в VIIв до Р.Х. После обнаружения свитка Книги Исаии в Кумране, а он, вне всякого сомнения, был переписан во Пв до Р.Х., время создания книги великого пророка сразу отодвинулось на тысячу лет. Всесторонний анализ кумранского свитка Книги Исаии, принес сенсационный результат: между текстами нет никаких существенных расхождений! Книга Исаии, входящая в состав современной Библии абсолютно идентична свитку, сделанному 2000 лет назад. Критикам не оставалось ничего другого, как замолчать

Где подлинный текст?

Критик, несомненно, может спросить: "Конечно, находка текстов 20-вековой давности - это сенсация, но можете ли вы предъявить книгу, написанную Исаией собственноручно? Ведь пророк трудился в VIIв до Р.Х., а кумранский список сделан через 500 лет!" Иной раз даже спрашивают: "А где хранится подлинная Библия?" Этот вопрос хотя и говорит о неосведомленности задающего его, но вполне закономерен.

Да, часть библейских книг не дошла до нас в подлиннике, но сохранились многочисленные, относящиеся к различным периодам рукописные списки. Надо иметь в виду, что копии делались из известных мирских произведений античности. Например, творение Эсхила, Софокла или Платона сохранились лишь в рукописях, датированных IX-XI в по Р.Х., т.е. в текстах, записанных через 1400-1700 лет после создания оригинала. На их фоне Библия значительно надежнее подтверждена точно датированными документами.

Кому-то трудно поверить и даже странно слышать, что каждый человек, владеющий древнееврейским и древнегреческим языками, а именно на

них написаны Ветхий Завет и Новый может читать в наши дни действительно подлинный текст Библии, составленный благодаря кропотливому исследовательскому труду, из множества древних рукописей, хранящихся в музеях и библиотеках.

Жизнь, отданная на служение Библии.

В Лувре, знаменитом парижском музее, наряду с многочисленными шедеврами мирового искусства находится Национальная библиотека. Однажды, ноябрьским днем 1840 года, в ней появился молодой человек и попросил разрешения посмотреть древнейшую нерасшифрованную рукопись, носящую название "Кодекс Ефрема". Библиотекари снисходительно улыбнулись, не без основания заподозрив в нем очередного смельчака пытающегося прочесть легендарный манускрипт! Суть загадки состояла в следующем. На рукописи, принадлежавшей перу учителя церкви Ефрема, безымянный писец, живший в VIIв по Р.Х. написал свой текст. Он взял древние, исписанные листы пергамента, соскоблил с них написанное ранее, и таким путем дешево "приобрел" пергамент. Поблудневший старый текст едва проступал на обновленных листах. Только по отдельным местам специалисты смогли распознать очень древний греческий список библейского текста и предположили, что он относится к Vв до Р.Х.

До сих пор никому не удавалось прочесть "палимпсест" - так называют расчищенный и повторно исписанный пергамент, и трудно сказать, каким по счету смельчаком был пришедший в Луврскую библиотеку молодой человек 27 лет. Константин Тишендорф, так звали молодого теолога, расшифровывал одну статью за другой. Через два года он завершил труд, казавшийся до того невозможным.

Издав древнюю библейскую рукопись, содержащую части Ветхого и Нового Завета, Тишендорф снискал уважение и приобрел авторитет в кругах специалистов как во Франции, так и за ее пределами. Тишендорф поставил перед собой невероятно трудную задачу: из древних рукописей составить канонических текст Нового Завета. Для достижения этой смелой и благородной цели ему предстояло исследовать древнейшие, из сохранившихся, библейские рукописи, т.к. чем древнее свитки, тем они ценнее и достовернее. Тишендорф имел возможность изучить "Александрийский Кодекс" - текст Ветхого и Нового Завета созданные ок.450 г. по Р.Х., хранившийся в Британском музее и незадолго до того обнаруженный. Он узнал также, что в Ватикане хранится "Ватиканский Кодекс" IV в по Р.Х., доступная, однако, далеко не каждому. Но этого было мало; ученый задался вопросом: где еще могли находиться древние рукописи Библии?

Продолжение следует...

Соединившись, оба создают идеальную среду для воспитания детей и для совершенного счастья.

Все это бывает в том случае, если мужчина и женщина знают об этих различиях и воспринимают их положительно, без раздражения, обиды и гнева.

Причина семейных ссор именно и заключается в том, что один из супругов желает изменить другого и сердится, если этого не наблюдается.

Все мы уникальны и должны наслаждаться своей уникальностью и уникальностью супруга. Необходимо учиться идти на компромиссы в том случае, если интересы наталкиваются друг на друга, эта задача не легкая, но вполне выполнима.

Имея от творения такие уникальные различия, мы можем использовать их для развития и укрепления семьи, но в такой же мере супруги могут по этой же причине постоянно раздражаться и испытывать крайнее недовольство друг другом.

Бог создал нас разными, чтобы каждый в совершенстве выполнял свое предназначение в семье и этим укреплял семью, помогая другому выполнять его миссию. Только при таких условиях в семье всегда будут царить мир и счастье.

(По материалам добрачного ж.н.з.т.п.ц.р.в.ж.и.)

24 января,

в зимний субботний день, храм "Восточной" церкви был наполнен особенным



волнением, в этот день состоялось событие, которое никого из присутствующих не оставило равнодушным - венчание Марины и Саши.

Перед Богом и церковью дали они обет любви и верности друг другу. Желаем, чтобы Господь благословил родившуюся семью, дал им счастья, а они дарили счастье окружающим их людям, а плодом их любви стали счастливые и здоровые дети.



Как важно научиться принимать Таким, какой он есть, другого И сердцем поминутно сознать Что в мире нет подобного такого.

Такой как он - один, она - одна, И сомневаться просто неприлично Ведь Богом навсегда тебе дана Одна любовь, которой имя-личность.

И вы любовь такую берегите! Когда случайно нехорошие черты Вы в друге неожиданно узрите Быть может, просто в нем

отобразился ты.

Сергей Галагин



Пищеварение - трудная работа.

Желудку нужен ОТДЫХ.

Пережевывание пищи является тяжелой нагрузкой для мышц желудка. В желудке пища постоянно перемешивается ритмическими сокращениями мышц, которые выжимают пищу сначала вверх, затем вниз, смешивая ее с пищеварительными ферментами. После нескольких часов такой работы мышцам желудка необходим отдых.

Дневник желудка.

10:00 О-о-ох, еще один жаркий денек. Интересно, обидят ли меня сегодня, как обидели вчера. Если да, то объявлю забастовку. Только что освободился от плохо пережеванного завтрака, пока мы бежали к поезду. Я настолько измотан и так устал, что мне потребовалось в два раза больше времени, чтобы выполнить эту работу.

10:30 Прибыли два стакана горячего сладкого чая. Горячо! Чтобы остыть и прийти в нормальное состояние, мне потребуются трудиться изо всех сил еще час.

10:50 Плохо пережеванный завтрак не удовлетворил ее, поэтому она купила семечек.

12:00 Семечки поступали непрерывно с 10:50. Думаю, с ними она покончила.

13:10 Еще горячий сладкий чай.

13:40 Ошибался относительно семечек, она продолжает их грызть, и теперь мне опять придется иметь с ними дело.

14:15 Еще горячий сладкий чай

15:20 кто-то принес нам пакетик карамели. Прекратиться ли это когда-нибудь?

16:30 Такое ощущение, что я получил граммов двести карамели. А вот я только что услышал, как она говорит: "Ой, милый! Я не чувствую себя слишком хорошо. Наверное, съела что-нибудь".

16:50 Нас пригласили выпить лимонаду. Получили лимонадный фосфат, а затем бросились в метро.

18:30 Во время приготовления ужина получил кусочек сосиски, пару кусочков сырой картошки и немного квашеной капусты. Ох, и устал же я, а еще надо ужинать.

19:00 Картофельное пюре, сосиска, белый хлеб и квашеная капуста. Что вы об этом думаете?

19:45 Сейчас повели дочь в кафе есть мороженое.

20:20 Добрались домой. Увидели,

Итак, как мы и обещали, у нас новый этап в здоровье-питание. Здесь мы планируем вам рассказать, какие продукты важны для нашего организма и как они влияют на те или иные процессы

что кто-то приготовил кувшин фруктового сока. Получил два полных стакана поверх мороженого. Все, хватит! Объявляю забастовку!

20:30 Послал назад мороженое и лимонад.

20:40 Теперь идет квашеная капуста.

20:50 И сосиска.

21:10 Она жалуется, что в мороженом было что-то не то. Ее муж говорит, что, возможно, все из-за ее слабого желудка, который она унаследовала от своего отца.

21:30 Теперь оба чувствуют, что это просто легкое несварение, вызванное необычно жаркой погодой, стоящей сейчас. Спокойной ночи.

Есть одно правило хорошего здоровья: ешьте только во время завтрака, обеда и ужина. Все преимущества самой полезной пищи могут быть сведены на нет, если не соблюдается это правило.

Постоянная еда между приемами пищи истощает организм. Пищеварение - это сложное сочетание работы мышц, гормонов и ферментов. Работа, которая может утомить и корову! При чрезмерной нагрузке на пищеварение это сложное сочетание нарушается. Одним из мгновенных последствий может стать то, что желудок отвергает содержимое и "возвращает все назад".

Отдаленным последствием может явиться то, что организм больше не будет принимать определенные продукты. Для него это "изнурительно". Складывается впечатление, что каждый прием пищи истощает нервную систему, и при этом у человека возникает ощущение неуверенности и вялости. Владелец такого желудка сожалеет, что ему вообще необходимо есть, поэтому он начинает есть в меньшем количестве, но чаще. Таким образом, он попадает в замкнутый круг частых приемов пищи, которые еще больше истощают организм.

Некоторые люди едят перед самым сном, и тогда эта пища попадает в желудок поверх ужина. Наличие пищи в желудке мешает здоровому и спокойному сну, который столь необходим человеку. Во время сна, призванного восстанавливать все органы, их

заставляют работать.

"Голодные боли" - это заблуждение. Желудок может болеть от воспаления, лихорадки, усталости, а может просто требовать отдыха. Мы считаем, что он болит от голода, а вместо этого он говорит: "Я устал." Что ему действительно нужно - это отдых.

Совет: 4-6 часов между приемами пищи.

Тогда очень просто понять, что важно не только **что**, но и **когда** мы едим. Кроме выбора пищи высокого качества, нам нужно регулировать максимально точное расписание приема пищи, чтобы каждый день есть в одно и то же время, сохраняя перерывы 4-6 часов от окончания одного приема пищи до начала следующего, а также до отхода ко сну, и не принимать ничего между ними, кроме воды. Это даст желудку время не только пережевать съеденное, но и отдохнуть перед следующим приемом пищи.

Твое здоровье в твоих руках

Продолжение следует..

Здоровая пища

рис. Сильченко А.



Овощное рагу

Состав:

2 ст. л. раст. масла; 1 средняя луковица, нарезать; 2 зубчика чеснока, измельчить; 1 нарезанный средний стручок зеленого перца (по желанию); 2 ст. свежей зеленой фасоли, нарезать, или сухой зеленой фасоли, залить горячей водой; 1/2 кочана капусты, нашинковать; 2 ст. проращенной фасоли маш (по желанию); 1 ст. л. кукурузного или картофельного крахмала; 3/4 ст. воды; 2 ч. л. соли; 2 ч. л. лимонного сока; 1 ст. л. сахара

Нагреть растительное масло на большой сковороде, положить туда лук и чеснок, тушить на среднем огне около 2 минут. добавить перец, фасоль и тушить еще около 5 минут, постоянно помешивая. Добавить капусту и проращенную фасоль - потушить около 2 минут, постоянно помешивая, пока капуста не станет мягкой.

Перемешать кукурузный крахмал с водой, солью, соком и сахаром, варить на сильном огне, постоянно помешивая, пока смесь не закипит и не загустеет. Залить этим соусом овощи. Подать к гречневой каше, поваренному рису/ пшену/ перловке или картофелю.



Что-то нужно делать!

Необходимо полностью завершить приготовления, чтобы Иисус мог придти. Прошло около 150 лет со времени великого Полночного Крика и начала проповеди трехангельской вести из Откровения 14-й главы, но путь для возвращения Иисуса на землю все еще не готов, хотя Он мог бы вернуться "задолго до этого времени...!"

Осознаем ли мы всю критичность настоящего момента? Где же обеспокоенные этим мужчины, женщины и молодые люди, которые и составят народ остатка? Кажется, что мало кого беспокоит, если проходит год за годом, а Он все еще не вернулся! Понятно, что такое состояние - когда эта чудесная весть уже облетела мир, а работа все еще не завершена, - не может быть частью замысла Божьего.

Если мы серьезно обеспокоены этим, мы обязательно должны задать себе вопрос: "Действительно ли мы хотим, чтобы Иисус скоро пришел?" На первый взгляд, этот вопрос выглядит бесполезным, но, размышляя над этой темой, мы начинаем понимать его важность. Мы трудились для осуществления этой задачи более 150 лет. Так не должны ли мы серьезно задуматься, чего мы достигли (или не достигли) в выполнении данного нам поручения?

Когда мы размышляем о Пятидесятнице и о том же самом Божественном повелении нести Евангелие всему миру, данной ранней церкви, мы чувствуем, что у них было что-то, чего мы не имеем, по крайней мере, в качественном отношении. На первый взгляд кажется, что сравнение идет не в их пользу. Мы имеем гораздо больший опыт; наши возможности и число наших учреждений значительно превосходят то, что было у них; а наше членство(!) - что такое 120 человек в сравнении с несколькими миллионами! Будьте внимательны, ибо именно в том, что может казаться нелестным сравнением, как раз и дело. Как церковь, мы имеем гораздо больше того, что, казалось бы, может дать больше силы и могущества, но если быть откровенным, возможно ли, чтоб наш народ - как в целом, так и индивидуально - имел меньше, или испытывал меньшее влияние, этого наиважнейшего, наивысшего дара Христа - Святого Духа?

В процессе нашего самоисследования важно помнить, что мы ни в коем случае не пытаемся критиковать Божью церковь. Вестница Божья пишет: "Мы должны помнить, что церковь, какой бы слабой и несовершенной она ни была, является единственным объектом на земле, о котором Христос имеет наибольшее попечение" (Избранные вести, т.2, с.396). Затем она продолжает: "Он постоянно наблюдает за ней (церковью) с неизменным участием и укрепляет ее Своим Святым Духом" (Там же). Можно, по крайней мере, двояко отреагировать на эти высказывания. Мы можем сказать, что

будем попросту прибывать в благодушном состоянии, думая: "Как хорошо! Наверняка, всё и так само образуется". Или же мы можем подойти к этому вопросу со страхом и трепетом, спрашивая у Бога, не упустили ли мы чего-либо из Его совета, что имеет особую важность для завершения всемирного поручения. Есть что-либо такое? Что бы это могло быть?

Ключ к разгадке мы частично находим в книге "Патриархи и пророки" (с.509): "Секрет успеха заключается в союзе Божественной силы с человеческими усилиями". Успех - какое приятное слово, и какое особенное значение оно имеет в свете порученной нам задачи. Следовательно, мы можем отметить из этих слов вестницы божьей, что секрет успеха зависит от двух вещей. На первый взгляд, кажется, мы не упустили в своей работе ни одной составляющей. Не цитируем ли мы очень часто стих Зах.4:6: "...не воинством и не силою, но Духом Святым, говорит Господь Саваоф"? Где же тогда ключ к разгадке?

Давайте по отдельности поразмышляем над этими двумя составляющими. Первое - это человеческие усилия. Все конференции по всему миру настолько озабочены тем, чтобы члены церкви были надлежащим образом научены работе с людьми, что обычно назначают лично одного из своих сотрудников быть ответственным за проведение подобных учебных программ. Фактически, чудесный механизм этой великой церкви (я говорю это с уважением) приведен в движение, чтобы совершить все, что возможно, для человеческих усилий. Сессии по планированию постоянно рассматривают еще лучшие методы и планы работы, чтобы то великое поручение. Которое стоит перед нами, было выполнено. Кажется, что в этой части сделано все возможное, и нечего больше прибавить, по крайней мере, что касается человеческих усилий в разработке проектов и стратегий.

Другая сторона - Божественная, - как известно. Представляет собой силу Святого Духа. И наша церковь обладает этой силой, не так ли? Поистине без неё мы не смогли бы достичь всего того, чего достигли. Но в книге "Очерки из жизни" (с.294) вестница Господня пишет, что развитие миссионерского движения значительно опережает развитие миссионерского духа, а в книге "Избранные вести" (т.1, с.411) находим следующее свидетельство: "В нашей работе нам не хватает Духа Святого".

Как такое может быть? Подумайте серьезно, возможно ли, чтобы мы были так озабочены необходимостью трудиться для нашего Отца, что упустили из виду необходимость обладания Силой, Которой и должно совершаться Его дело?

Этот последний вопрос, к которому пришёл автор, и побудил его написать эту серию уроков. В течение нескольких лет этот вопрос волновал меня и тягил моё сердце. Я должен признаться, что вначале, когда он только возник, а за тем стал интересовать меня все более, я не мог понять связь между работой

Святого Духа и необходимостью свидетельствовать. Но Господь был терпелив в Своем водительстве. Совершенно ясно, что эти две вещи должны идти "рука об руку" - их невозможно разделить, особенно когда мы снова посмотрим на приведенное выше утверждение, которое гласит, что "секрет успеха заключается в соединении Божественной силы с человеческими усилиями".

Поэтому растет мое убеждение в том, что после многих лет, на протяжении которых мы делали такой акцент на человеческих усилиях, мы должны продолжать свое дело свидетельства, являющимся нашим преимуществом, заново начать ревностно стремиться к получению ежедневной меры и меры Позднего дождя Святого Духа. Нам совершенно необходимо осознавать наше упущение в этом вопросе! Вестница Господня очень ощущала, что именно в этом так нуждается церковь. Она писала: "...Какое обетование исполняется на практике менее, чем это богатое обетование о

Ваши наблюдения

Наш дом -



планета Земля.

Все знают это с детства, но не все проводили аналогии между домом и землей. Когда дом новый, только что сдан в эксплуатацию, то в нем хотелось бы жить всем без исключения. Конечно, ведь разработано умнейшими мужами и продумано до мелочей. И все там для человека: удобный подъезд, скоростной грузовой лифт с зеркалами, свет - везде, где только можно, горячая и холодная вода, сан. узел раздельный, дом кирпичный и т.д. Посмотрим, что происходит с этим домом через некоторое время. Кто-то, недовольный собой, плюет в зеркало в лифте; другой, видя смарч на своей физиономии, разбивает зеркало; ты не застал друга дома - пишешь ему записку на стене. Остальные, понимая, что это читают, пытаются таким образом с кем-нибудь познакомиться.

Потом ты долго смотришь на потолок и не можешь понять: как удалось там зажечь спичку; со временем у тебя получается этот фокус. Помимо этого, мусор почему-то постоянно не попадает в то место, куда его выбрасывают. Некто выкручивает лампочки по всему подъезду, забивается унитаз, перекрывается вода, потому что уже 3-ий день у кого-то капает с потолка, замерзает отопление и разрывает трубы; пора газовых взрывов, и вот, вы ищите себе что-нибудь получше. И остается вертеп для разбойников, приют для бомжей и для тех, кому все равно: они и так никуда не выходят. Проходит еще чуть-чуть времени, и все понимают, что это здание зря занимает здесь место, вы согласны? И здесь лучше построить гараж или бассейн со спортзалом.

Именно поэтому конец планеты Земля неизбежен.

Туркевич Михаил



Внимание конкурс!

Предлагаем вам ответить на вопросы и проверить свои знания Библии и не только.

1. Какие явления природы, согласно сказкам Пушкина, называют богобоязненным?
2. Назовите самый длинный стих в канонической синодальной Библии?
3. Первая в Библии хирургическая операция с анестезией?
4. Какой библейский персонаж лежал на асфальте?
5. Кто умер в Ветхом Завете между небом и землей?
6. Загадка эта не проста, ответьте мне на это: Какую часть осла использовали в качестве кастета?
7. Известно, что Христос омывал ноги ученикам. А кто омыл ноги Христу?
8. Какая женщина была вдовой три часа?
9. Назовите двух человек, которые никогда не умирали и родились, и двух других, которые никогда не рождались, но умерли?



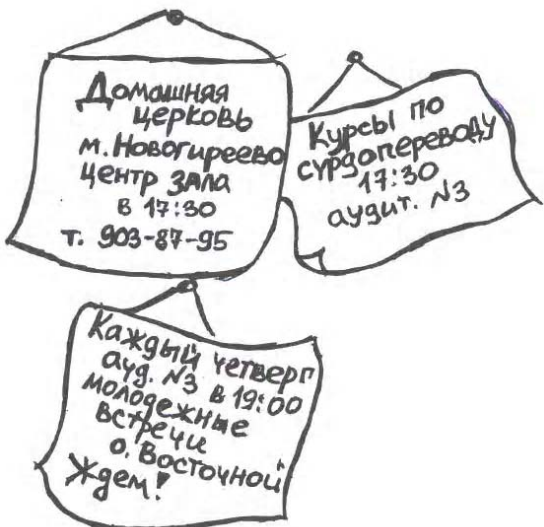
10. Поле му не будет кошира света?

У нас есть победитель прошлого конкурса, приславший правильные ответы на кроссворд.

Мы поздравляем Капошину Ирину из г. Москва и высылаем подарок - сборник христианской музыки

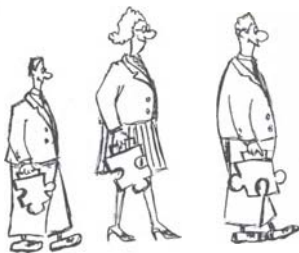
Объявления:

В нашей церкви организуется ряд встреч для молодых людей и девушек, которые будут затрагивать актуальные вопросы для обеих половин.
 21 марта - встреча для девушек,
 28 марта - для юношей
 4 апреля - обняя встреча



Тема №1: Влияние низкой самооценки на общение между юношами и девушками

Ведет Г.И. Штеле



Маша встреча будет неполной без тебя

План ежедневного чтения Библии

Март					
Дата	Утро	Вечер	Дата	Утро	Вечер
1	Исх 22-24	Мф 20:17-22	17	Лев 20,21	Мк. 1:1-22
2	Исх 25,26	Мф 21:1-22	18	Лев 22,23	Мк 1:21-45
3	Исх 27,28	Мф 21:23-46	19	Лев 24,25	Мк 2:1-16
4	Исх 29,30	Мф 22:1-22	20	Лев 26,27	Мк 2:17-28
5	Исх 31-33	Мф 22:23-46	21	Числ. 1,2	Мк 3:1-21
6	Исх 34-36	Мф 23:1-22	22	Числ 3,4	Мк 3:22-35
7	Исх 37,38	Мф 23:23-39	23	Числ 5,6	Мк 4:1-30
8	Исх 39, 40	Мф 24:1-22	24	Числ 7	Мк 4:31-41
9	Лев 1-3	Мф 24:23-51	25	Числ 8-10	Мк 5:1-20
10	Лев 4-6	Мф 25:1-30	26	Числ 11-13	Мк 5:21-43
11	Лев 7-9	Мф 25:31-46	27	Числ 14-15	Мк 6:1-32
12	Лев 10-12	Мф 26:1-19	28	Числ 16,17	Мк 6:33-56
13	Лев 13	Мф 26:20-54	29	Числ 18-20	Мк 7:1-13
14	Лев 14	Мф 27:1-31	30	Числ 21,22	Мк 7:14-37
15	Лев 15-17	Мф 27:32-66	31	Числ 23-25	Мк 8:1-21
16	Лев 18, 19	Мф 28:1-20			

Юмор



ОЧЕПЦТКИ

- В каждой доле есть правда шутки
- Откроем сто сотый псалом...
- У него почти глаза наворачивались на слезы! ..
- ...именно тогда Коперник открыл новую Вселенную, а я с вами хотел бы открыть 27-ю главу Деяний
- Иногда я ловлю себя на мысли, что постоянно о чем-то думаю...

Объявления

Совершенно недавно учёные разработали прибор ночного видения на солнечных батареях

Купив правый ботинок, левый ботинок Вы получаете - бесплатно!

Мойте руки вместо еды.

При въезде в Нью-Йорк на автостраде установлен плакат: "Столбы наносят повреждения автомобилям только в порядке самообороны".

- Братья мужского рода, останьтесь после собрания для короткой беседы!

...наша молодежь взяла 15 домов! И теперь 90 квартир беседуют с нашими молодыми людьми.



Друзья!

НЕ забудьте, что в последнюю субботу этого месяца у нас состоится вечера. Постарайтесь примириться со всеми, а лучше вообще не ссориться

Ваша редакция



Ежемесячная молодежная газета "По Его следам". Адрес редакции: г. Москва, ул. Красноярская, д. 3А, тел.: 468-21-46, E-mail: pishitepisma1@yandex.ru. При использовании материалов ссылка на "По Его следам" обязательна. Редколлегия: Зорина Мария, Усачева Вера. Макет и верстка выполнены в QuarkXPress 5.0. Редакция оставляет за собой право редактирования материала. Полученный материал не возвращается. Тираж: 350 экз.