



НОВАЯ НАДЕЖДА

№9(148)
ОКТАБРЬ
2019 г.

ИЗДАНИЕ КАВКАЗСКОГО СОЮЗА ЦЕРКВИ ХРИСТИАН АДВЕНТИСТОВ СЕДЬМОГО ДНЯ



Михаил ОЛИЙНИК,
президент
Ростовско-Калмыцкого
объединения

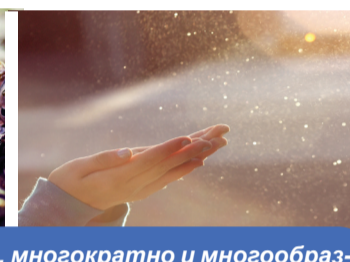
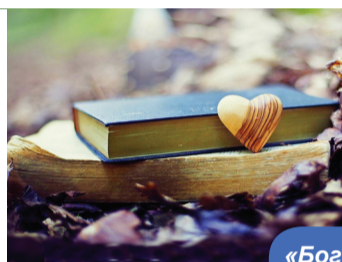
Мы живем в то время, когда интерес к различного рода предсказаниям будущего увеличивается. Мы живем в то время, когда многие полагают, что вопрос спасения решается исходя из личного понимания и суждения. Религиозный мир подвержен удивительным и далеко идущим переменам. Вера отцов для многих молодых людей нашего поколения становится неприемлема. Как никогда раньше Библейские учения подвергаются критике. Религиозная неуверенность в наше время распространяется повсюду, она сменила убеждения, люди теряют основание веры и испытывают духовную апатию. **Однако у Бога есть план спасения для человечества и у Него есть пророческое слово, предостерегающее нас от всевозможных ложных путей.** Он, желая нам спасения, продолжает говорить к нам и с нами.

Истина состоит в том, что живой Бог открыл и продолжает открывать Себя человеческой семье. Священное Писание содержит летопись о том, как Бог явил Себя в истории человечества, особенно в истории Израиля. Самое главное Богооткровение явлено нам в Личности Иисуса Христа. Соломон говорит: **«Без откровения свыше народ необуздан, а соблюдающий закон блажен».** (Прит.29:18). Этот же текст в современном переводе звучит так: **«Без пророческого откровения народ теряет чувство меры, но благо тому, кто хранит Закон».** (Притчи 29:18 ИГБ Заокский). Без Божественного откровения нас ожидает гибель. Пророк Исаия говорит: **«Но беззакония ваши произвели разделение между вами и Богом вашим...».** (Ис.59:2). Из-за нашей греховной сущности мы ограничены познанием характера и воли Господа, поэтому Бог выбирает разные пути для общения с нами. Один из Божьих путей донести Свою волю человеку и открыть Себя как Творца и Жизнедателя, Спасителя и Искупителя представлен в возможности говорить с нами через пророческий дар.

На протяжении всей истории Бог посылал Свои откровения человечеству. Но следует помнить, что их природа имеет Божественное происхождение и, следовательно, не может быть до конца постигнута ограниченным человеческим разумом. Более того, процесс функцио-

БОГ ПРОДОЛЖАЕТ ГОВОРИТЬ!

Друзья, мы живем в удивительное время, когда исполняются многие слова из Священного Писания и пророчества, относящиеся к последнему времени.



нирования «откровения» и «инспирации» невозможно адекватно описать на человеческом языке. Опираясь на только что упомянутые понятия, следует заметить, что сам феномен передачи Божественной вести человечеству можно разделить на две составные части. Первая (откровение) – это передача Божественного откровения пророку. Вторая (инспирация) – передача вести от пророка к людям. Пророк наделяется Богом способностью донести полученное откровение на доступном языке. Пророк становится частью Божественной вести и передает ее на своем родном языке, с учетом контекста культуры, образования и, несомненно, авторского стиля. Разумеется, мы не в состоянии постичь великую тайну взаимодействия Божественного и человеческого начал в процессе инспирации. Однако ясно одно: когда это происходит, тогда совершенная Божественная весть передается через несовершенного человека. В этом священном процессе земной пророк становится Божественным инструментом, которому Бог доверяет стать Его устами.

Библия, как Божественного происхождения книга, с самого начала была предназначена, чтобы удовлетворить нужду человеческого рода, нужду в спасении и нужду вернуться к **«образу и подобию Божию».** Через апостола Павла мы получаем важное свидетельство: **«Все Писание богодухновенно и полезно для научения, для обличения, для исправления, для наставления в праведности. Да будет совершен Божий человек, ко всякому доброму делу приготовлен».** (2Тим. 3:16-17). У Бога есть цель, когда Он нам даёт пророческое слово, Он желает открыть нам спасительный план и помочь нам принявшим этот план пройти процесс освящения.

Только Бог мог двигать руку святых мужей, которые изобразили указанные события с целью нашего наставления, предостережения, изменения и преобразования. Апостол же Петр прямо отвергает всякую мысль о том, что Слово Божье может быть произведе-

нием человеческим: **«Ибо никогда пророчество не было произнесимо по воле человеческой, но изрекали его святые Божьи человеки, будучи движимы Духом Святым»** (2Петр. 1:21). Писатели Библии свидетельствуют о том, что Бог говорил через них.

Бог говорил, что пророческое слово будет иметь место в среде Его народа перед вторым Пришествием Иисуса Христа. Он продолжает говорить, Он всегда призывает вестников своего времени. Дар пророчества имел своё проявление во все времена. Иоанн, открывая нам события, имеющие отношение к последнему времени существования греховной земли, говорит: **«И расвирипел дракон на жену, и пошел, чтобы вступить в брань с прочими от семени ее, сохраняющими заповеди Божии и имеющими свидетельство Иисуса Христа... Свидетельство Иисусово есть Дух пророчества».** (Откр. 12:17; 19:10). В наше время Бог говорит в этом мире через пророческий дар явленный в служение Эллен Уайт. Она, равно как и авторы Библии, горела желанием завоевать людские сердца для Иисуса. Она вдохновляет и обличает народ Божий, если он нуждается в обличении. События последних дней в ее описании предстают так, чтобы избранные Божьи дети могли подготовиться к испытанию, ожидающему их пред самым вторым пришествием Спасителя.

Неутомимо Эллен Уайт призывала церковь к возрождению и реформации, Бог через неё показывает важность позволить Духу Святому формировать наш характер, проходить важный процесс освящения. Апостол Павел говорит следующее: **«Ибо воля Божия есть освящение ваше...»** (1Фесс.4:3).

Сатана ненавидит Дух пророчества потому, что он указывает на Библию, открывающую план спасения. Дух пророчества указывает также на Христа, как главную Личность этой Божественной книги. Ненависть к дару Духа пророчества вызвана его влиянием, которое направлено на то, чтобы приготовить народ Божий к пришествию Христа и к вечной жизни в небесном Царстве.

«Бог, многократно и многообразно говоривший издревле отцам в пророках, в последние дни сии говорил нам в Сыне, Которого поставил наследником всего, чрез Которого и веки сотворил»
(Послание к Евреям 1:1-2)

Если вы не желаете верить до тех пор, пока не будет устранена всякая тень неопределенности и всякий повод для сомнения, вы не уверуете никогда. Сомнение, требующее безусловного знания, никогда не покорится вере. **Вера основывается на свидетельстве, а не на беспорном доказательстве.** Господь приглашает повиноваться голосу Духа Божьего, когда вокруг нас раздаются совсем другие голоса, призывающие нас идти в противоположном направлении. Нам нужно при помощи Бога подняться выше всех критик и сомнений, читать и принять ту весть, которая дана нам через вестника Божьего Эллен Уайт.

Господь напоминает нам через вестника последнего времени: **«С наступлением кризиса все больше будет ощущаться нужда в тех, кто имеет глубокое познание о Боге, в тех, кто способен трудиться в деле Божьем с чувством такта, умения и необходимой предусмотрительности.** Богу нужны люди, которые способны устоять во дни кризиса, люди, которые в решающий момент выступят на стороне истины» (Ревью, 5 нояб. 1903 г.).

Адвентисты седьмого дня продолжают верить, что Бог дал церкви последнего времени дар пророчества с тем, чтобы он помог нам преодолеть опасности последних дней и войти в Царство Небесное. Будем дорожить теми советами, которые нам предложены в трудах Эллен Уайт и всегда в эти последние дни следовать указаниям, данным в трудах Духа пророчества. Это для нас надежный путь, как для всей церкви, так и для каждого члена в отдельности!

Да благословит нас Господь... **«Верить Господу Богу нашему, и быть твердыми; верить пророкам Его, и будет успех нам».**

АМИНЬ!

ПО СТОПАМ
ИИСУСА
СТР. 3

КАК ТЕБЯ
ЗОВУТ?
СТР. 4

ОБЪЕДИНЁННЫЕ
В СЛУЖЕНИИ
СТР. 5

ПАСПОРТ
ДЛЯ ПРОДУКТА
СТР. 6

115 ЛЕТ СЛУЖЕНИЯ, ХВАЛЫ И СВИДЕТЕЛЬСТВА!

14 сентября община Христиан Адвентистов седьмого дня города Таганрога отметила 115 лет со дня своего основания.

Множество гостей посетили этот праздник с целью поздравить таганрогских братьев и сестер с особой датой в истории адвентизма на Кавказе. Потомки первых адвентистов в Таганроге, проповедники, совершавшие в разные периоды служение в местной общине, администрация Кавказской союзной миссии и Ростовско-Калмыцкого объединения, а также первые строители Молитвенного дома по адресу: 1-й Линейный 42а, могли вместе объединиться в благодарной хвале Господу за добрые годы, которые хранил и вел Господь свою церковь в Таганроге.

Зал наполнялся людьми, которые находились в волнительном ожидании. Прозвучали призывные звуки трубы, и торжественно запел хор, а затем и весь зал, восклицая «Громко трубите, трубите трубой – скоро Господь наш придет».

После торжественного приветствия собрания таганрогский хор, который продолжил музыкальное служение, именуемое начало с основания церкви в далеком 1904 году, исполнил еще одно произ-

ведение, которое гласило «Я жду, Иисус, Тебя».

Весь ход торжественного юбилея был пропитан радостью и благодарностью Небесному Отцу за прожитые годы.

Евангельские вести и изучение Библии были тесно связаны с историей и жизнью местной церкви. Дети в сопровождении взрослого хора исполнили молитвенный псалом «Отче наш Небесный», подтверждая, что музыкальное наследие бережно и трепетно развивается в этой общине.

Был показан ёмкий по содержанию и целостно-наполненный видефильм, воссоздавший всю историю возникновения и развития церкви адвентистов на берегу Таганрогского залива Азовского моря. Были представлены основные даты особо значимых событий, которые способствовали развитию адвентизма в городе, основанном Петром I.

Также были зачтены и показаны письменные обращения и видео заметки от братьев, которые не смогли посетить этот праздник.



После поздравления руководства от объединений конференции и униона, служителями был исполнен гимн, который вдохновлял многих христиан в тяжёлые времена репрессий: «Христианин, неси огонь священный свой». Этот трогательный момент объединил молодых пасторов и уболенных сединами ветеранов в стройное пение, от которого навораживались слёзы умиления.

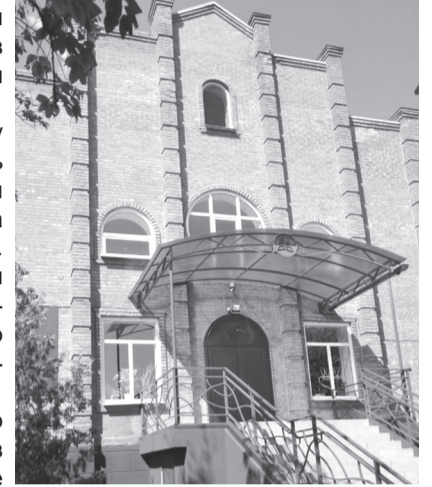
После исполнения хором коллективом гимна «Велики и чудны» с пасторским призывом обратился к пастору Михаил Олейник. Вспомнив о непростых временах из жизни таганрогской церкви и направив внимание к Божьему Слову, Михаил Васильевич обратился ко всем присутствующим с призывом посвятить себя в служение Богу, не отвлекаясь на привлекательность мира. Кульминацией этой мысли стала литания

посвящения, когда весь зал дал обещание Господу трудиться в провозглашении Радостной вести родному городу.

После общей хвалы Иисусу в гимне «Скоро наш Искупитель придёт», во время тихой молитвы прозвучала музыкальная молитва «Да благословит тебя, Господь». Примечательно, что в это время хор находился на балконе Молитвенного Дома и пел оттуда, что создавало непередаваемую атмосферу благоговения перед Богом.

После общего праздничного обеда на свежем воздухе. Погода в этот день порадовала теплой, даже жаркой погодой, все присутствующие вместе с церковью г. Таганрога могли насладиться праздником жатвы и благодарственным концертом.

Все присутствующие согласились, что «... До сего места поможем Господу». (1 Царств 7:12).



Хотелось бы пожелать церкви-юбилею преумножаться, делиться своей верой с окружающими и быть посвященными в этом высоком Христовом поручении!

Виктория ЗБОРНИКОВА,
отдел информации РКО



БОГ В ПОМОЩЬ ВАМ, УЧЕНИКИ!

Благословений в постижении новых знаний в наступающем учебном году пожелали учащимся и студентам на традиционном праздничном служении, посвященном Дню знаний, в первой Ростовской общине.



Прекрасно и радостно видеть детей, посещающих Богослужения вместе со своими родителями, детей, которые участвуют в программах, посещают уроки субботней школы, слушают проповеди. Это огромное счастье и благословение. Дети - это будущее церкви, ведь дело Божье будет завершать молодежь, как писала вестница Божья Эллен Уайт.

ПОДДЕРЖКА ЦЕРКВИ

Вначале праздничной была рассказана история, подтверждающая тот факт, что дети, которые вместе с родителями присутствуют на проповедях, вырастают в церкви, и, как правило, остаются в ней. Сейчас, когда дети пойдут в школу, их ждут не только новые знания и впечатления, но и разные соблазны и искушения. По этой причине в данный период времени церковь прилагает особые усилия в молитвенной и наставнической поддержке подрастающего поколения.

В ПЕРВЫЙ РАЗ В ПЕРВЫЙ КЛАСС

Юные первоклассники выступили перед присутствующими со стихами, посвященными

наступающему учебному году. Тщательно выговаривая слова, дети декламировали: «Учебный год начнется скоро, наступит школьная пора», «Мы дошкольниками были, мы ходили в детский сад». Стихи были наполнены детскими просьбами о Божьем водительстве «Прошу Тебя, Создатель вечный, иди всегда всю жизнь со мной», «Бог в помощь Вам, ученики».

Последующее за этим детской пение «Радостно с Иисусом чудным, дорогим» было очень трогательным и живым. «Вот наступает новый этап вашей жизни, ощущаете ли вы себя старше и взрослее?» - спрашивала ведущая деток, предлагая им задуматься над важностью начала школьной жизни.

ПОДАРКИ УЧАЩИМСЯ

В обращении к детям говорилось о том, что их папы и мамы, а также вся церковь желает им благословений в получения новых знаний в школе и, безусловно, в постижении Божьей любви. От общины детям подарили школьные наборы, которые помогут им в обучении, когда пойдут в первый класс. В

наставлении детям было сказано, чтоб они помнили, что все их очень любят и, главное, что их любит Бог.

На сцену были приглашены все дети, подростки и студенты, которым также были вручены небольшие подарки, чтоб они не забывали, что получать знания не так просто.

САМЫЕ ДОСТОЙНЫЕ

Перед молитвой благословения была рассказана история о короле, который пожелал наградить самого достойного человека своего королевства. Среди действительно весьма достойных людей, королю была представлена пожилая женщина. Она была учительницей всех этих людей. Король, встав с трона, возложил венок на голову этой женщине, которая оказалась самой достойной из жителей той страны.

Вслед за этим была выражена искренняя благодарность всем учителям, присутствующим в зале. Для совершения молитвы благословения все учителя детских субботних классов и общеобразовательных школ были тоже приглашены на сцену.

БЛАГОСЛОВЕНИЕ И НАПУТСТВИЕ

Пастор Владимир Плугатарев и все пресвитеры совершили молитву благословения на грядущий учебный год над детьми, студентами и учителями.

В своем напутственном слове пастор сказал, что это торжественный день, когда нужно мобилизоваться и сказать себе, что лето прошло и наступило время серьезного обучения. «У вас будет потрачено много времени для изучения учебного материала, но помните, что наивысшее образование не здесь на земле. Помните, что среди всех занятий и дел вам нужно постарается ежедневно находить несколько минут для того чтобы открыть Слово Божье. Это особый источник мудрости, как сказано в библейском тексте: «Вникай в себя и в учение; занимайся сим постоянно: ибо, так поступая, и себя спасешь, и слушающих тебя» (1 Тим. 4:16).

Наталья СЕМАК,
отдел информации, Ростов-1

ЗНАЧЕНИЕ ПРАЗДНИКА ЖАТВЫ

В жизни нашей церкви также есть особые события, которые объединяют членов церкви в радостной хвале Богу за все Его благодеяния. Одним из таковых является праздник Жатвы! Каждый год мы благодарим нашего Господа, нашего подателя всех благ за урожай, который Он по милости Своей даровал нам.

В первой общине г. Шахты суббота 14 сентября стала днем необычного служения. Члены церкви оформили небольшой стенд, красивый привлекающий и ласкающий взор, и вызывающий аппетит. Смотри на него, невольно вспоминался текст, записанный в книге Псалтирь: «Как многочисленны дела твои Господи, все соделал Ты премудро, земля полна произведений Твоих» (Пс 103:24).

В этот день община славилась и благодарила Бога в псалмах и стихотворениях. От самого маленького ребенка до пожилого человека, - все объединились в хвале Господу. Дети также радовались вместе со взрослыми тому, как сильно любит и благословляет их Бог.

В проповеди было отмечено, что праздник урожая еще имеет и духовное значение, глубокий духовный смысл. Поэтому важно



*Сейте ж прекрасное, доброе, вечное
В мире порочном и злом,
Истины Божьи святые и вечные,
Сейте с любовью кругом.*

задуматься, что мы сеем в нашей жизни каждый день? Если мы будем сеять добрые слова и дела, прославляя Бога, то мы пожнем хороший урожай. Пусть Господь благословит нас, чтобы в день Его второго пришествия, в день Жатвы мы были, как пшеница убраны в закрома Божьи.

Эльмира ФУРДУЙ,
Елена ШИЯНОВА,
г. Шахты

ПО СТОПАМ ИИСУСА

В Евангелиях от Матфея, Марка, Луки, Иоанна написано, к кому направлялся Иисус, проходя через поселения и города. Конечно же, это страждущие, немощные и малоимущие люди.

Братья и сестры общины г. Аксая также идут по стопам Иисуса, помогая больным, одиноким и малообеспеченным.

В течение августа месяца группа братьев и сестер из отдела социального служения оказывала помощь семье инвалидов из трех человек, мама и двое взрослых девочек.

Первое воскресенье мобильная группа усиленно очищала внутренние комнаты дома от изношенной и ветхой мебели, от большого количества мягких детских игрушек и старых ненужных вещей.

Второе воскресенье использовали для заделывания дыр в

стенах и полах, для очистки стен и потолков. Немало было вложено сил и на побелку стен известью и покраски окон.

В третье воскресенье провели еще одну влажную уборку и стали расставлять мебель, пожертвованную разными людьми. В зале поставили шкафы для одежды и книг. Напротив шкафов установили новую спальную кровать и ортопедический матрац. Затем расставили все столы и шкафы кухонного гарнитура. Подсоединили мойку, установили кран для подачи воды и подвели воду.

Много проблем пришлось решить с подведением канализационных труб и сливной ямы. Но



мастерство брата Дениса Шамаева помогло оперативно провести все необходимые работы.

В спальне разместили диван для гостей, приезжающих к семье инвалидов, разложили одежду по потребностям использования.

В конце дня провели тщательную уборку вокруг дома и на улице, погрузив весь мусор в грузовой автомобиль. После генеральной уборки волонтеры теперь посещают эту семью и стараются поддерживать их не только материально, но и духовно наставлять.

Хотелось бы поблагодарить тех братьев и сестер, которые больше всего приложили усилий и терпения в помощи семье инвалидов. Среди них - Иван Лазарь, Владимир Аузяк, Надежда Слабунова, Светлана Чернова, Светлана Кондакова, Нина Ивашкевич, Татьяна Татаринова, Нина Романова, Александр Ламов, Роман Ключник, Василий Осьмак, Сергей Иванов.

Слава Богу за Его присутствие и поддержку в те моменты жизни, когда люди ищут помощи и утешения.

Анатолий ТЕРНОВОЙ,
г. Аксай



СОГРЕВАЮЩИЕ ВОСПОМИНАНИЯ О ЛЕТЕ

В дождливые осенние будни так приятно вспомнить о летнем отдыхе. Вот и шахтинским следопытам есть, что вспомнить. Ребятам удалось побывать в трехдневном походе на реке Дон. Они провели незабываемые дни в общении с Богом, друг другом и природой. Это время было наполнено играми и служением.

Вот как это было: в пятницу нашли прекрасное, красивое и удобное место для бивуака (привала) на берегу реки, вдоволь накупались, наигрались в мяч и, конечно же, вкусно поужинали тем, что сами приготовили на костре.

В субботу провели силами следопытов полноценное Богослужение: субботнюю школу и проповедь, а также погуляли по окрестностям, любясь природой, сотворенной Великим Богом.

В воскресенье, устав от игр в воде, ребята строили замки из песка и даже подумывали о создании новой нашивки - «Песочные замки».

Этот поход был продолжением весеннего, и следопыты надеются, что Господь позволит организовывать и дальше такие увлекательные и объединяющие мероприятия.

Аполлиария
КУВШИННИКОВА,
г. Шахты

ДЕНЬ ЩЕДРЫХ БЛАГОСЛОВЕНИЙ

В святой субботний день 14 сентября в общине города Горячий Ключ состоялся праздник Жатвы, на котором присутствовали гости.

Был оформлен прекрасный урожайный стол Божьих даров. Пастор Виктор Капустин сказал интересную проповедь, где напомнил историю этого чудесного праздника и наставление Господа: «Наблюдай и праздник Жатвы первых плодов труда твоего, какие ты сеял на поле, и праздник собирания плодов в конце года, когда уберешь с поля работу твою» (Исх. 23:16).

Из года в год наш Создатель дарует людям урожай различных зерновых и плодов, необходимых для пропитания. Еще в Ветхом завете Господь сказал народу, что «... никто не должен являться пред лицо Господа с пустыми руками, но каждый с даром в руке своей, смотря по благословию Господа, Бога твоего, какое Он дал тебе» (Втор. 16:13, 16-17).

И, также, Бог призывал Свой народ, желая видеть его радостным: «И веселись в праздник ...» (Втор. 16:14).

И каждый год Божий народ празднует, веселится и благодарит Творца всего сущего за Его обильные щедроты. Вся община с радостью исполняла гимны прославления своего Господа.



В этом году музыкальный и детский отделы церкви подготовили праздничную музыкальную программу, которая наполнила сердца всех присутствующих небесной радостью.

Во время праздника собравшиеся могли поразмышлять, как важно для Божьих детей, быть благодарными Богу за Его милость, за Его дары, за то, что Он нашёл нас и привел к ногам Своим в Свою церковь, за Его нелицеприятную любовь к нам, за Спасение, дарованное нам.

По окончании торжественной программы был накрыт изобильный обеденный стол, за которым все тепло общались, благодарили Господа за благословения.

После обеда многие ещё отправились разносить газеты и другую литературу людям.

Раузан ЭТНАЙЕР,
отдел информации, г. Горячий Ключ



Ребята пели и рассказывали стихи о том, насколько важно быть руководимыми Господом в жизни независимо от возраста.

Основная мысль проповеди была посвящена нужде, доверять все свои планы Небесному Отцу,

ведь Он идёт перед нами и готовит нам путь, указывает дорогу.

Была произнесена молитва благословения об учениках, студентах и преподавателях.

Все присутствующие были вдохновлены субботним мероприя-

тием и отметили важность Божьего участия в учебном процессе, ведь мудрость в этом нужна как детям, так и взрослым.

Отдел информации,
г. Симферополь

МОЛИТВА О БУДУЩЕМ

Для Церкви Христиан Адвентистов седьмого дня стало доброй традицией проводить особое субботнее Богослужение перед началом учебного года. 31 августа во второй общине города Симферополь собрались ученики и студенты, их родители и учителя для того, чтобы попросить особого Божьего водительства в предстоящем 2019-2020 учебном году.

ЮНОСТЬ – ГОСПОДУ

Следопыт – это человек, который умеет оставлять следы там, где надо, и не оставлять там, где не надо. А еще – это человек, который совершает добрые дела, оставляя хорошие следы в жизни других и приобретая ценный опыт.

Следопыт умеет жить в гармонии с собой и другими, в том числе в трудных условиях. Он умеет разводить костер, готовить на нем, ставить палатки, шить, петь, вязать узлы, преодолевать препятствия, оказывать помощь...

Именно такие ребята есть в шахтинской общине. Вместе с руководителем Аполлиарий Кувшинниковой ребята не только ходят в походы, покоряют скалы, учатся оказывать первую помощь, но и прославляют Бога.

Так, в одну из суббот сентября следопыты полностью провели Богослужение в общине. Это незабываемое, яркое, очень поучительное служение. Сценки, пения, стихи, декорации и, конечно,



духовные наставления, - все ребята сделали своими силами. Благодарность Господу, за молодёжь, за служение, за то, что ребята могут и хотят служить Всевышнему! Хотелось бы пожелать им счастья словами из Библии: «Никто да не пренебрегает юностью твоею; но будь образцом для верных в слове, в житии, в любви, в духе, в вере, в чистоте» (1Тим. 4:12).

Елена ШИЯНОВА,
отдел информации, Шахты - 1

ВЕСТНИКИ НАДЕЖДЫ

Каждый член церкви является соратником великого Искупителя в деле спасения мира, ведь весть Евангелия должна коснуться каждого сердца.

Каждый месяц евангелисты из Кропоткинской общины разносят христианские газеты по адресам тех людей, кто дал согласие их получить. Это служение приносит свои плоды и опыты.

Так, сестра Наталья дарила газеты двум девушкам, и они, таким образом, недавно узнали о соблюдении субботнего дня покоя. Читательницы задавали много вопросов и получили ответы из Библии. Сегодня церковь молится о том, чтобы Святой Дух побудил дальше изучать Библию и узнавать истину.

Еще одним опытом делится другая сестра: она приносит газеты своей

соседке, которая сама признавалась, что она человек не верующий и даже не хотела изначально слышать ничего о Христе. Теперь она смотрит и даже делится видеороликами, в которых говорится о Боге.

В третьем квартале этого года Кропоткинская община организовала три выезда с газетами в близлежащие населенные пункты. Жители встречали евангелистов хорошо, хотя и не все соглашались брать газеты. Но, слава Богу, два человека подписались на газеты.

В целом за третий квартал община г. Кропоткин раздала 2500 экземпляров газет.

Отдел информации, г. Кропоткин



Роман САВЕНКО,
пастор церкви

КАК ТЕБЯ ЗОВУТ?

Что часто мы спрашиваем, встречаясь с незнакомым человеком? «Как тебя зовут?..». Вы никогда не задумывались, почему так? Знание имени другого человека — это начало отношений с ним. И, произнося имя собеседника в разговоре, мы выражаем свое расположение к нему. Ведь свое имя мы чаще всего слышим в нашей жизни. На него отсылаемся и реагируем. Именно с ним в дальнейшем мы и будем восприниматься другими людьми.



Издrevле, когда рождался человек и ему давали имя, родители надеялись, что в его имени раскроется его характер. Сегодня же все изменилось. Вдохновением для имени ребенка могут служить некоторые обстоятельства: важное событие в стране (полет Юрия Гагарина в космос); строй, при котором жили люди (Октябриня — в честь октябрьской социалистической революции), а также какой-то герой из увиденного фильма или из прочитанного произведения.

В Библии имя человека обычно отражает его характер и предвосхищает его миссию в жизни, которая может обернуться добром или злом. Оно может подразумевать духовное предвидение родителей относительно будущего их ребенка. В иных случаях имя предсказывает грядущие свершения или какие-то события. В негативном смысле оно может указывать на несчастливую жизнь» (Евангельский словарь библейского богословия, с. 443).

В таком широком спектре рассматриваются имена в Священном Писании.

А помните, где впервые в Библии развивается тема, связанная со словом «имя»?

Во второй главе книги Бытие мы читаем об Адаме, которому предстояло дать имена творениям, вызванным к жизни в пятый и шестой дни: «Господь Бог образовал из земли всех животных полевых и всех птиц небесных, и привел к человеку, чтобы видеть, как он назовет их, и чтобы, как наречет человек всякую душу живую, так и было имя ей. И нарек человек имена всем скотам и птицам небесным и всем зверям полевым...» (Быт. 2:19-20а).

Господь как великий Художник написал Своё имя на всей Своей творческой работе, начиная от самого высокого кедра на Ливане, до ископа, растущего на стене. Всё говорит о делах Его рук — от высоких гор и величественных океанов — до самой крошечной раковины на морском берегу» (Библейский комментарий АСД, т. 5, с. 1143).

Подражая речам Господа при творении, когда Адам изрек имена всякой душе живой, это помогло ему понять характер, место и предназначение живых существ» (Евангельский словарь библейского

богословия, с. 130). Но «для человека не нашлось помощника, подобного ему» (Быт. 2:20б). И вот, когда Творец решил проблему одиночества первого человека, «нарек Адам имя жене своей: Ева, ибо она стала матерью всех живущих» (Быт. 3:20). Таким образом, мы видим, что имена отождествляются с его носителем, отчасти отражая характер и поведение именуемого.

Что касается имени Божьего, то ему отводится в Библии ключевое место. «Да, Адам вполне мог дать имена всей твари, но только Бог мог наречь Самого Себя; только Он полностью понимал Себя и мог раскрыть Свой характер и природу. Бог Израиля был известен под многими различными именами, титулами и эпитетами. Конкретные имена Бога происходят как из Его откровений Израилю о Своих атрибутах и характере, так и из отклика на них Израиля...»

В отрывке Исх. 33:12-23 одновременно описаны четыре различных «проявления» Бога: Его присутствие, Его слава, Его имя и Его благоволение. В ответ на обещание, что Израиль не будет лишен Его присутствия, Моисей просит показать ему Божью славу (ст. 14, 18). Господь, однако, отклоняет эту просьбу и вместо нее предлагает: «Я проведу пред тобою всю славу Мою и провозглашу имя Иеговы пред тобою, и кого помянуть-помяну, кого пожалеть-пожалею... лица Моего (= присутствия) не можно тебе увидеть, потому что человек не может увидеть Меня и остаться в живых» (ст. 19-20).

Этот разговор происходит после эпизода с поклонением Израиля золотому тельцу, т.е. в такой момент истории, когда глубокую обеспокоенность вызывал вопрос, останется ли святой Бог с этим народом или же изольет на него Свой гнев. Как может святой Бог присутствовать среди греховного народа?..

Слава Божья остается Его святым, грозным, непроступным и опасным проявлением. Столпом облачным и огненным Господь закрывает и защищает людей от вида Своей испепеляющей славы (Исх. 16:10; 24:16; 40:34). В отличие от этого, имя Божье — то, что Израиль может узнать и испытать, к чему может приблизиться — подразумевает Его благоволение.

Слава — это форма богоявления в драматиче-



ских событиях истории искупления — при исходе, у Синая, при освещении скинии и храма. А имя свидетельствует о доступности Бога и Его милосердия, когда Израиль приближается к святилищу, к месту, которое изберет Господь, «чтобы пребывало там имя Его» (ср. Втор. 16:2)...

Для Бога дать Свое имя некоему месту или народу означает утвердить Свое право собственности и владычества - над миром, Израилем или его землей» (там же, с. 129-131).

Пророк Исайя пишет: «И схватятся семь женщин за одного мужчину в тот день, и скажут: свой хлеб будем есть и свою одежду будем носить, только пусть будем называться твоим именем, - сними с нас позор» (4:1). Другими словами, обладать или иметь отношение к чьему-то имени предпочтительнее, чем зависеть даже от чьего-то хлеба и одежды.

На первых страницах Евангелия мы читаем: «родит же Сына, и наречешь Ему имя Иисус, ибо Он спасет людей Своих от грехов их... И нарекут имя Ему Еммануил, что значит: с нами Бог» (Мт. 1:21, 23). Именно поэтому в молитве важно ссылаться, ожидая покровительства и помощи, на имя Иисуса. «Если чего попросите во имя Мое, Я то сделаю» (Ин. 14:14).

Также веровать во Христа (ср. Ин. 1:12; 2:23) и креститься «во имя Отца, Сына и Святого Духа» (Мт. 28:19). Подобная вера настолько глубоко укоренилось в жизни первых последователей Иисуса Христа, что не они сами, но другие, глядя на ту жизнь, стали называть их «христианами» (Деян. 11:26).

В Новом Завете Божье имя служит мотивом и осно-

вой поклонения, молитв и дел, также как и в Ветхом. Однако особый интерес в Новом Завете вызывает способ, посредством которого авторы преподносят тему имени Иисуса. Отчетливо это видно в трудах Иоанна... Иисус объединяет Себя с величественным самораскрытием Бога «Я есмь» (Ин. 8:58; ср. Исх. 3:14). Иоанн также сообщает про обетование Иисуса тому, кто побеждает: «Побеждающего сделаю столпом в храме Бога Моего, и он уже не выйдет вон; и напишу на нем имя Бога Моего и имя града Бога Моего, нового Иерусалима, нисходящего с неба от Бога Моего, и имя Мое новое» (Откр. 3:12)... Теперь Иисус пишет Свое новое имя — имя, которое Он завоевал Себе в Своем сражении на кресте — на отдельных людях; так Он провозглашает Свое право собственности и владычество, то, что они принадлежат Ему благодаря Его победе на кресте» (там же, с. 132).

Так было в жизни древнего патриарха Иакова - прежнего обманщика. Так было и Симоном - Петром. Но этому предшествовали некоторые усердие и борьба. Не случайно, Иоанн, бывший прежде «сыном грома», впоследствии становится апостолом любви. Он же позднее напишет: «Смотрите, какую любовь дал нам Отец, чтобы нам называться и быть детьми Божьими» (1 Ин. 3:1).

Живущим в последнее время дана характеристика: «Имя Отца Его написано на челах их...» (Откр. 14:1) — В чем это выражено? «Они следуют за Агнцем, куда бы Он не пошел...» (ст. 4). Другими словами, «имя Отца, записанное на челах», является их сутью, олицетворяет отраженный в жизни последователей Его характер.

В связи с этим, звучит предостережение: «Те, кто называют себя Его слугами, но неверно отражают характер нашего Господа, позорят Его, ибо таким путем многие люди свращаются и оказываются на ложном пути» (Желание веков, с. 439).

Подобно тому, как Христос предлагает собирать неземное сокровище, так же и нам нужно стремиться приобрести черты характера, столь непопулярные в этом мире - плод Духа (ср. Гал. 5:22-23). Наречение новым именем — это как получить печать и заверение в том, что мы - дети Божьи. «Но твердое основание Божие стоит, имея печать сию: познал Господь Своих; и да отступит от неправды всякий, исповедующий имя Господа» (2 Тим. 2:19).

Именно в этом ключе нам дана заповедь не произносить имя Его напрасно. Потому что произношение этого имени несет людям спасение (ср. Рим. 10:13). «Ибо нет другого имени под небом, данного человекам, которым надлежало бы нам спастись» (Деян. 4:12).

Долгое время Бог был вынужден прибегать к различным средствам, чтобы Его слава не испепелила грешного человека, и в то же время, желал продолжить отношения со Своим творением. Под Божьим вдохновением воздвигались жертвенники, в пустыне была установлена скиния. Позднее построили храм, но за нарушение завета с Ним он был разрушен. Вновь его отстроили, но и второй храм разорили язычники по той же самой причине. Ныне же, вознося молитвы в Небесный храм, мы имеем преимущество призывать имя «Ходатая пред Отцем, Иисуса Христа, праведника» (1 Ин. 2:1).

Когда же Господь вернется за всеми теми, кто ждал Его, они «узрят лице Его, и имя Его будет на челах их» (Откр. 22:4). Тогда история греха и грешников завершится навечно.

Так будем же стремиться сегодня не только носить имя христианина, но и быть настоящими Его детьми. Да святится имя Его в нас и через нас, день ото дня здесь и в вечности!

Аминь!

ОБЪЕДИНЕННЫЕ В СЛУЖЕНИИ

На христианской базе отдыха с 27 августа по 1 сентября был проведен первый на Кавказе объединенный лагерный слет активистов здорового образа жизни (ЗОЖ), в том числе и представителей предприятий, продвигающих принципы ЗОЖ и совершающих служение на самообеспечении.

85 участников мероприятия приехали с разных уголков России и ближнего зарубежья, чтобы услышать интересные семинары, вдохновиться новыми опытами служения, укрепиться духовно, встретиться со старыми, а также познакомиться с новыми друзьями и единомышленниками, получить ответы на волнующие вопросы.

Расписание слета было составлено таким образом, чтобы уделить достаточное внимание духовному наставлению, теоретической, практической части в виде мастер-классов, а также прогулкам на природе

и общению друг с другом. Духовные наставники, в частности пасторы Федор Колтук, Николай Чекекел, Михаил Олийник делали акцент на том, что для успешного совершенства служения необходимо уделять время молитве и изучению Слова Божьего, выстраивать личные отношения с Господом и правильные взаимоотношения с окружающими, основанными на искренней любви и участии.

Одной из основных тем проводимых семинаров являлась тема лидерства и служения предприятий ЗОЖ, находящихся на



самообеспечении. Руководители центров здоровья, Даниил Балан, Виталий Пилипенко и Владимир Нижельский поделились своими размышлениями об эффективном служении в данном направлении, а также каснулись других важных духовных и организационных вопросов.

Кроме того, были проведены интересные и содержательные мастер-классы об организации Клубов здоровья (спикер Александр

Лунев) и о продвижении служения через социальную сеть Инстаграм (спикер Елена Казаринова).

В завершении каждого вечера представлялись опыты служения, которые вдохновили всех присутствующих. Это свидетельство веры и надежды, продвижения вперед под крепкой Божественной рукой, несмотря на многочисленные трудности и сомнения.

В последний день закрытия лагерного слета был организован

круглый стол, где каждый присутствующий мог задать волнующий его вопрос и получить на него ответ.

Искренно надеемся на возможность проведения подобных встреч в будущем, потому что это объединяет и поддерживает, наполняет служение Господу и людям новой силой и вдохновением.

Нигина МУРАТОВА,
отдел здоровья КСМ

ВЛАСТИ СЕВАСТОПОЛЯ ВЫСОКО ОЦЕНИЛИ ВЫСТАВКИ ЗДОРОВЬЯ НА ПОБЕРЕЖЬЕ



В лагере здоровья, организованном с 9 по 19 августа в Ялте, интересно и с пользой провели свой отпуск около 30 активистов служения здорового образа жизни.



– Мы благодарны братьям и сёстрам в Ялте, принявшим нас на своей базе отдыха при молитвенном доме. Здесь каждый год многие россияне набираются здоровья и прибегают к библейской истине, – рассказывает Сергей Григораш, руководитель отдела здоровья Московского объединения, организовавшего данное мероприятие. – А наш лагерь здоровья вызвал большой интерес у прихожан местной общины. Во-первых, они с удовольствием присоединялись к нам во время утренних и вечерних тренировок по укреплению позвоночника. Некоторые ялтинцы готовы были вставать чуть свет, чтобы успеть на занятие, которое начиналось в 6:30 утра! Во-вторых, они оставались с нами для изучения Библии и молитвы о Божьем руководстве нашими проектами служения в Крыму. После завтрака команда волонтеров направлялась на пляж, прихватив с собой

христианские книги и газеты. По пути на море раздавали литературу и беседовали с прохожими – местными жителями и отдыхающими. День завершался духовными размышлениями, мы делились своими впечатлениями и историями о том, как Бог чудесно благословлял наши усилия, когда мы старались помочь людям сохранить физическое и душевное здоровье. Надо сказать, что мы давно планировали проводить выставки здоровья в Крыму вместе с местными братьями и сёстрами и прилагали немалые усилия, чтобы получить разрешение властей для организации мероприятий. И вот, наконец, получили разрешение администрации губернатора Севастополя провести Выставку здоровья 15 августа.

Волонтерам предоставили возможность расположить выставку в прекрасном парке у моря. Выставка здоровья имела такой успех,

что городская администрация попросила повторить её и при этом позаботиться о хорошей рекламе. В итоге на вторую выставку пришло в два раза больше людей.

В проведении выставок здоровья активное участие принимали севастопольские адвентисты – перенимали опыт служения, знакомились с посетителями и записывали желающих в клубы здоровья.

Представители администрации, вдохновлённые благодарным откликом горожан на оздоровительные программы, пообещали ходатайствовать о приглашении представителей Церкви христиан Адвентистов седьмого дня, как одной из традиционных церквей России, в межконфессиональный совет Севастополя. До сих пор в этот совет входили только три конфессии – Русская Православная Церковь, мусульмане и иудеи.

На вечере прощания в лагере здоровья участники благодарили Господа за духовное обновление, полезные тренировки и чудесную возможность послужить ближним. В программе оздоровления и служения приняли участие даже те люди, которые давно не посещают богослужения. Например, Юлия, заявившая, что ей захотелось вернуться к своим друзьям в общину адвентистов. А её десятилетний сын Давид пожелал вместе с другими ребятами изучать Библию – «такую супер интересную книгу». Одиннадцатилетняя Яна благодарила Бога за то, что в эти дни Он избавил её от страха рассказывать о своей вере другим людям!

Елена КОПЫЛОВА

ПУТЕШЕСТВИЕ ПО СТРАНЕ ЗДОРОВЬЯ В ЦИМЛЯНСКЕ

Община Адвентистов седьмого дня из города Волгодонска провела детскую выставку здоровья в доме-интернате города Цимлянска.



Двор детского дома 23 августа наполнился стендами, реквизитом, спортивным инвентарем, привлекательными фруктами и хорошим настроением. Это команда волонтеров, которая готовилась несколько недель и теперь совершала последние приготовления к началу программы. Наконец все было готово, и дети в предвкушении праздника выбежали на улицу. Там их ждал ведущий, который всех организовал. И двор наполнился играми, смехом и музыкой.

«Живой паровозик» из детей отправился в путешествие по Стране здоровья. Благодаря опыту и игры на станции «воздух» дети узнали, что такое атмосфера и как правильно дышать, на станции солнца получили витамин Д, сделали зарядку на станции «физические упражнения», помыли руки кока-колой на станции воды, вкусно и полезно поели на станции «еда», побегали от вредных привычек, и как ни странно, не смогли проспать станцию отдыха.

Далее их ждала станция «эмоции». На ней они узнали много интересного про мозг, провели опыт с цветной водой, и поняли, как вредны плохие эмоции.

В завершении их ждала станция «итог», где они сделали вывод и закрепили пройденный материал.

Ну и как же мероприятие для детей может пройти без подарков?! Вкусный фруктовый батончик и бутылочка воды стали прекрасным дополнением к этому празднику здоровья.



Екатерина ОЛЕННИКОВА
отдел информации, г. Волгодонск



ТУРИСТИЧЕСКИЙ СЛЁТ ДЛЯ ГЛУХИХ ПРОШЕЛ В КРЫМУ

Слёт, организованный на территории Крымской миссии по инициативе Западно-Российского союза адвентистской церкви отделом служения людям с ограниченными возможностями (СЛОВ), проходил на базе отдыха при Ялтинском Доме молитвы с 30 июля по 8 августа и назывался «Небесная Ялта».

В мероприятии приняли участие 34 человека из России и Украины, имеющие инвалидность по слуху. Около 20 из них – друзья христиан, и впервые познакомилась с Трёх-ангельской вестью.

Участники слёта увидели достопримечательности Крыма: поднялись по канатной дороге на плато Ай-Петри, посетили Ливадийский дворец. Экскурсия в Воронцовский дворец в сопровождении знатока истории перенесла путешественников в эпоху Средневековья.

Никитский ботанический сад, Массандровский парк, морская прогулка к знаменитому «Ласточкиному гнезду» – все эти чудесные места, где побывали путешественники, останутся в их памяти благодаря фотоснимкам и приобретённым сувенирам. А их сердца сохранят тепло общения с новыми друзьями, внимание и заботу организаторов слёта; необыкновенно вкусную и здоровую вегетарианскую еду.

Участники слёта подружались с членами ялтинского общества глухих. Некоторые из них с удовольствием посещали мероприятия слёта. Организаторы слёта молятся о том, чтобы во всех общинах полуострова появились переводчики, знающие язык жестов. Так скорее можно будет помочь живущим здесь глухим людям обрести веру в Бога, радость христианского общения и надежду на прекрасное будущее в Небесном царстве.

Сергей ГРИГОРАШ

ОСЕНЬ – НЕ ВРЕМЯ ДЛЯ ХРОНИЧЕСКОЙ УСТАЛОСТИ

ЗАМЕНИМ ХАНДРУ НА ЯРКИЕ КРАСКИ!

Вы что-нибудь слышали о синдроме хронической усталости? Шум городских улиц, активная жизненная позиция, общение с людьми и всевозможные гаджеты доводят организм человека до истощения. Наиболее активно синдром хронической усталости (СХУ) проявляет себя, как правило, к середине осени, зимой и в начале весны на фоне нехватки витаминов, микро- и макроэлементов и ультрафиолета. Врачи многих стран бьются сегодня над проблемой «Как найти или вернуть хорошее настроение?»

Врачи нашего Центра медицинских услуг «Меридиан» также провели ряд исследовательских работ в данном направлении и разработали лабораторно – диагностические программы в помощь тем, кто действительно оказался в плену СХУ.

Заботиться о своем здоровье нельзя от случая к случаю или от недомогания к недомоганию, но каждый день. Всем нам обязательно следует употреблять много фруктов и овощей, нормализовать режим отдыха и физической нагрузки, быть под наблюдением лечащего врача. А также узнать и применить простые природные способы, которые вызовут выброс эндорфинов в крови и откроют второе дыхание.

Именно недостаток эндорфина, его еще называют «гормоном счастья», приводит к подавленному настроению и апатии, то есть к депрессии. Многие из людей, страдающих от этого состояния, начинают ублажать свой организм, у них повышается аппетит, и они могут съедать очень много пищи, которая приносит им удовольствие, то есть увеличивает

уровень эндорфинов. Но в этот момент важно придерживаться витаминотерапии, т.е. насытить свой организм правильными продуктами. Принимать пищу следует с позитивными мыслями, с использованием красивой посуды, ведь любые положительные переживания поднимают уровень эндорфинов в крови.

ФРУКТЫ И ОВОЩИ – ЛУЧШЕЕ СРЕДСТВО В БОРЬБЕ С УСТАЛОСТЬЮ И ПЛОХИМ НАСТРОЕНИЕМ:

ЯБЛОКИ помогают бороться с побочными явлениями осенне-зимнего периода – слабостью, анемией, сердечнососудистыми заболеваниями. Вещества, содержащиеся в них, оздоравливают кожу и помогают пищеварению, а также улучшают зрение.

СВЕКЛА. Чем только не богата свекла: клетчаткой, витамином С, магнием, железом, медью и фосфором, но, главное, содержит фолиевую кислоту, которая расщепляет гомоцистеин – вещество, вызывающее депрессию и



подавленное настроение. Всего одна свекла в день даст вам необходимое количество фолиевой кислоты.

СМОРОДИНА (красная) стимулирует регенерацию клеток, благодаря содержанию янтарной кислоты. Стакан сока – отличное средство для снятия стресса и укрепления сил. Благоприятно влияет на состав крови.

БАНАНЫ – источник триптофана – аминокислоты, ответственной за выработку мозгом гормона серотонина. Один банан в день – и хорошее настроение вам гарантировано.

ГРУШИ – настоящий натуральный источник энергии. Они помогают бороться с утомляемостью и депрессией. Плоды груши содержат



сахара (глюкозу, фруктозу, сахарозу), витамины А, В1, В2, Е, Р, РР, С, каротин, фолиевую кислоту, катехины, азотистые вещества, пектины, минеральные соли железа, марганца, йода, кобальта, меди, калия, молибдена, кальция, дубильные вещества, клетчатку.

ПАПРИКА (сладкий перец) – содержит массу веществ, активизирующих обменные процессы в мозге. Его работоспособность быстро восстановится.

МОРКОВЬ – источник каротина. Морковь очищает кровь, выводит из организма токсины и вредные вещества, нормализует обмен веществ, повышает активность всех внутренних органов.

А теперь мой рецепт смузи, который будет альтернативой вашим утренним бутербродам и кофе! Он довольно прост, займет 5-10 минут для приготовления и задаст хорошее настроение до самого обеда. Я люблю этот энергетический завтрак. Все, что я указывала выше – может поместиться в вашем блендере.

Основными составляющими рецепта зеленого коктейля будут зелень и фрукты. Просто выберите то, что поднимет вам настроение с утра. Я, например, предпочитаю свежую мяту и петрушку, но вы можете выбрать укроп и базилик.

Из фруктов я люблю все, но рекомендовано смешивать не более одного – двух видов фруктов. Вкусную кремовость и питательность дает банан, и при этом напомним: «Один банан в день – и хорошее настроение гарантировано». К банану можно добавить апельсин, персики или свежие ягоды, но мы добавим грушу – королеву биоактивных веществ.

Используйте посуду оранжевого, розового или фиолетового цвета. Психологи утверждают, что эти цвета и их оттенки поднимают настроение, стимулируют выделение желудочного сока и, соответственно, повышают аппетит. Я люблю посуду белого цвета. Любые фрукты, а особенно зелень, на белой посуде создают контраст и выглядят очень привлекательно, что также заметно повышает аппетит и настроение.

Зелень крупно рубим и кладем в блендер. Наливаем ½ стакана воды (в ней можно растворить 1 чайную ложку меда). Добавляем крупно порезанные фрукты (овощи), а для усиления вкуса – чайную ложку лимонного сока и чуть корицы. Все тщательно смешиваем в течение 30 – 60 сек. и «коктейль счастья» готов! Приятного аппетита!

Контролируйте свои мысли и при появлении негатива тут же переключайтесь на позитив. Это обеспечит выброс эндорфинов в кровь, и вы заметите, как у вас поднимется настроение.

С уходом хронической усталости к вам вернется радость жизни и вдохновение!

Яна РОМАШКИНА,

исполнительный директор Центра медицинских услуг «Меридиан»

ПАСПОРТ ДЛЯ ПРОДУКТА

Питание для каждого из нас является неотъемлемой частью повседневной жизни. Ежедневно нам приходится делать выбор в пользу тех или иных продуктов. Для того, чтобы не ошибиться, необходимо иметь навыки правильного «чтения» этикеток на продуктах питания. Мы рекомендуем вооружиться данной информацией с целью оздоровления вашего рациона.



ТРЕБОВАНИЯ К ЭТИКЕТКЕ

Этикетка должна содержать не только название продукта и его производителя, но и количество белков, жиров, углеводов и калорий на 100 г продукта.

Состав продукта выглядит как список – в строчку через запятую или столбик. Яркие надписи «без ГМО», «натуральный», «диетический», располагающиеся на этикетке, к составу продукта никакого отношения не имеют.

Если на продукте зарубежного производства нет наклейки с переводом на русский язык и координатами поставщика в России, продукт, скорее всего, попал на рынок нелегально, и может быть некачественным.

Покупайте продукты только с хорошо читаемыми этикетками, на которых указаны пищевая ценность и состав продукта.

Если этикетка стерлась, переклеена или перепечатана поверх старого текста, такой продукт лучше не покупать.

ОБОЗНАЧЕНИЕ СРОКА ХРАНЕНИЯ

Срок хранения продукта может быть обозначен несколькими способами. «Годен до» означает, что в определенную дату и время продукт теряет годность.

Если указан конкретный срок хранения, на упаковке надо искать дату и время производства продукта и рассчитывать, когда срок хранения у него заканчивается.

Пищевых продуктов с неограниченным сроком хранения не бывает.

Дата производства не может быть нанесена на упаковку шариковой ручкой или

фломастером – они выбиваются на краю упаковки специальным станком или печатается штампом на этикетке.

СОСТАВ ПРОДУКТОВ

Названия ингредиентов в списке располагаются строго в порядке убывания по количеству, вошедшему в состав продукта. На первом месте стоят основные ингредиенты. К примеру, в растительных продуктах – это могут быть только растительные компоненты, в молочных продуктах – молоко.

СОСТАВ НА 100 ГРАММ ИЛИ НА ОДНУ ПОРЦИЮ

Состав обычно принято указывать на 100 г продукта. В упаковке может быть и больше, и меньше этого количества. Поэтому содержание тех или иных ингредиентов придется пересчитать на реальный вес упаковки или с учетом количества порций в нем.

ОБЕЗЖИРЕННЫЙ – НЕ ЗНАЧИТ ЗДОРОВЫЙ

Если продукт обезжиренный, он не обязательно низкокалорийный.

Калорийность и вкусовые качества часто добиваются за счет добавленного сахара. Внимательно изучите состав продукта: если сахар стоит на первом или втором месте в списке – такой продукт нельзя назвать полезным.

Сравните обезжиренный продукт с его «жирным» соседом по полке. Если различия в количестве калорий незначительны, ищите альтернативу.

«БЕЗ ХОЛЕСТЕРИНА»

Этот рекламный слоган иногда размещается на продуктах, которые никогда и не содержали холестерин – для привлечения дополнительного внимания. Например, его нет в любых растительных маслах, так как холестерин – продукт исключительно животного происхождения.

Продукты без холестерина не обязательно очень полезны для здоровья. Например, нет холестерина в спредах, сделанных на основе растительных масел, многих кондитерских жирах (входящих в состав дешевых конфет, шоколада и печенья), дешевых маргаринах. Эти продукты высококалорийны и содержат трансжиры (это форма молекул жирных кислот, которые образуются во время создания маргарина из растительного масла). Если на этикетке нет прямого указания на трансжиры, наличие в составе продукта гидрогенизированных или насыщенных растительных жиров должно настораживать.

ЛИШНИЕ БЫСТРЫЕ УГЛЕВОДЫ

Лишние быстрые углеводы есть в сладких газированных напитках, нектарах, сокодержателе и энергетических напитках. В стакане обычной шипучки может быть до 8 чайных ложек сахара.

Особенно внимательно изучайте состав так называемых здоровых продуктов – мюсли, зерновых батончиков, каш быстрого приготовления и продуктов для детей – производители часто добавляют туда лишний сахар.

Однако не все углеводы – это сахар. Если в составе продукта много углеводов, но са-

хара в списке ингредиентов нет, или он стоит на последних местах – продукт содержит в основном медленные или сложные углеводы, к которым относятся злаки, бобовые, фрукты и овощи.

Однако даже в продукт с надписью «без сахара» производитель может добавить лишние быстрые углеводы. Сахароза, мальтоза, кукурузный сироп, патока, сахарный тростник, кукурузный сахар, сахар-сырец, мед, фруктовый концентрат – это тоже сахар.

Тщательно контролируйте количество любого сахара в продуктах – это всегда лишние калории.

ИЩИТЕ СКРЫТЫЕ ЖИРЫ В СОСТАВЕ

Внимательно смотрите на калорийность продуктов, у которых жиры не определяются визуально. Много скрытого жира в вареных колбасах и сосисках, красной рыбе и красной икре, тортах, шоколаде и пирожных. Процент жира можно определить по его количеству на 100 грамм.

Постарайтесь исключить из списка покупок продукты со «скрытыми» жирами. Они недешевы и слишком калорийны.

Умение читать этикетки – очень важный и ценный навык, ведь он помогает не только избежать покупки некачественных или опасных продуктов, но и сохранить здоровье или даже жизнь. Позаботьтесь о себе и своих близких!

Материалы полосы предоставили Нигина МУРАТОВА, руководитель отдела здоровья КСМ





Артем Вяткин,
п. Капельница



Даниель Белялов, 5 лет,
г. Симферополь



Дарья Вяткина,
п. Капельница



Доловы Михаил 9 лет, Самуил 13 лет, Элизабет 10 лет,
с. Александровское

ЖЕРТВЕННАЯ НАДЕНЬКА

Каждые выходные Наденька гостила у бабушки с дедушкой. Бабушка часто пела, играла на пианино, рассказывала истории из жизни. Пожилая женщина работала несколько часов в день. Когда она на маршрутном такси уезжала на работу, дедушка присматривал за внучкой. С ним Надя играла в прятки, собирала паззлы, рисовала. Иногда он разрешал ей смотреть по телевизору христианские истории.



Закхар Четырин, 6 лет,
г. Нальчик



Ксения и Арсений Бут,
7 и 4 года, г. Шахты



Мария Войтова, 15 лет,
г. Каменск-Шахтинский



Даша Нягу, 8 лет,
г. Красный Сулин

Когда девочка приезжала к бабушке с дедушкой, она брала с собой сумку, в которой лежали тетради, раскраски и кошелек для пожертвований. Надюша клала туда самые красивые и блестящие монеты. Мама с папой давали ей денежки, и кошелек быстро наполнялся.

Однажды, когда бабушка была занята приготовлением обеда, а дедушка чинил машину во дворе, девочка решила пройтись по дому. Она нашла альбом с фотографиями, пару старых блокнотов в шкафу и увидела бабушкино пальто на стуле. Надя залезла в карман и достала четыре новые десятирублевые монеты. Она так обрадовалась! И, недолго думая, подбежала к своей сумке. Найденное сокровище Наденька положила в кошелек и пошла дальше, исследовать все потайные места в доме. Спустя некоторое время после обеда бабушка собралась и уехала на работу. Она ухаживала за больной бабушкой, которая не могла двигаться самостоятельно. И через полтора часа уже должна была вернуться. Девочка села рядом с дедушкой, который уже включил телевизор. Полтора часа прошли быстро, и бабушка была дома. Но настроение у нее было не очень хорошим.

– Надя, ты доставала что-то из моего кармана? – спросила она строго.

– Ой, да, бабуль, – подошла к ней внучка, – я забыла тебе сказать.

– Как ты думаешь, хорошо ли ты поступила? – нахмурилась бабушка.

– Конечно, – с радостным видом ответила та, – теперь я смогу пожертвовать Богу еще больше.

Бабушка вздохнула и присела на стул. В это время к ним подошел дедушка, и пожилая женщина рас-



сказала свою историю. Она села в маршрутку как обычно. По пути к ней подсела знакомая женщина. Они пообщались по дороге, потом бабушкина подруга вышла. Через несколько остановок, нужно было выходить и ей. Но когда бабушка сунула руку в карман, чтобы достать деньги, их там не оказалось. Хорошо, что водитель был с ней знаком и разрешил отдать плату в следующий раз. На обратную дорогу мелочь ей дала бабушка, за которой она ухаживала.

– Ого, – выдохнула Надя, – я даже не думала, что может так получиться. Я бы никогда не взяла эти деньги.

– Я знаю, внученька, и понимаю, для чего ты их вытаскивала из кармана моего пальто. Но в следующий раз сначала спроси разрешения.

– Конечно, бабушка, – обняла ее девочка, – прости меня, пожалуйста.

Женщина обняла внучку. И Надя больше никогда не брала чужие вещи без разрешения, а бабушка с дедушкой сами часто откладывали для нее самые красивые монетки для субботних пожертвований.

Подготовила Екатерина БУТ

ОСЕНЬ ЗАГЛЯНУЛА К НАМ, ДРУЗЬЯ



Ну, вот и закончились каникулы, опять началась учеба. Программа, посвященная началу учебного года, прошла в общине г. Аксай 31 августа.

Эта почти осенняя суббота была очень жаркой и особенной. Малыши с огромной радостью прославляли Бога в стихах и песнях, просили сил и внимательности в учебе. Но и летом, на каникулах дети не забывали о Слове Божьем. В начале июня стартовал проект «Дети пишут евангелие от Иоанна». Были ребята, которые по разным причинам не смогли дойти до конца и написали только несколько глав, но были и те, кто справился на 100% и переписал всю 21 главу Евангелие от Иоанна. Им приходилось жертвовать своим временем, отдыхом и вечерними прогулками. В память об их непросто, но полезном труде - они получили отличные подарки.

В этом году в аксайской общине - 5 первоклассников. Мама первоклассников вышли вместе с ними и рассказали своим детям стихи – наставления на учебные годы. Также первоклассники получили особые благословения и наставления в начале их долгого пути.

В заключении пастор и пресвитеры церкви произнесли молитву благословения обо всех детях и их родителях на новый учебный год.

Благодарность Богу за такие чудные субботы!

Дмитрий ТЕРНОВОЙ, г. Аксай

ЛЕТНИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ В КРЫМУ



В поселке Канака на берегу Черного моря в Крыму состоялся детский слет.

Это живописнейшее место со своей красотой Крымских гор и нежным прибоем Черного моря.

На слете было много детей, которые познавали истину слова Божьего, имели общение друг с другом, игры, походы, купание и много другого интересного и увлекательного. Каждый день слета был незабываемым и имел определенную тему. Погода вопреки прогнозам (ежедневным дождям) была солнечной.

Ребятам было весело и интересно во всем участвовать.

Это особое время, когда дети могли быть ближе друг к другу, а также поближе познакомиться с Иисусом.

Время пролетело быстро, но впечатления остались на весь год. Дети расставались друг с другом со слезами на глазах. Ребята признавались, что уже с нетерпением ждут следующего лета, когда снова соберутся вместе.

Особую радость вызывает то, что дети понесли радость познания Господа в свои общины и

семьи, являясь маленькими свидетелями Иисуса.

Родители звонили, писали слова благодарности за время, проведенное их детьми в поселке Канака. Слава Богу!

И спасибо команде сотрудников слета.

Приглашаем всех детей на следующий слет!

Отдел информации КМ



БЛАГОСЛОВЕНИЕ НА ОБУЧЕНИЕ

В преддверии 1 сентября в общине поселка Ильский прошла программа благословения детей на учебный год.

Все ребята готовились к этой программе: пели псалмы, рассказывали стихи, отгадывали загадки, чтобы узнать, какое качество понадобится им в учебе. Кроме того, они узнали что это качество (а это усердие) понадобилось также Израильскому народу, ибо так написано: «со всем усердием взыскали Его (Господа), и Он дал им найти Себя. И дал им Господь покой со всех сторон» (2-Пар 15:15).

Школьники получили в подарок полезный набор ручек. Ребятам, которые должны были пойти в первый класс подарили не только набор первоклассника, но и самое главное – торжественно вручили Библию.

Маленькие ученики Христа тоже не остались без подарков. Им вручили карандаши и альбомчики.

В конце программы прозвучала молитва благословения.

Отдел информации, п. Ильский

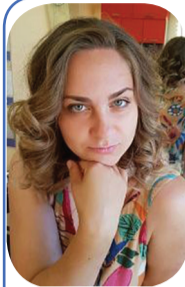
СОБЫТИЯ, ПОЗДРАВЛЕНИЯ, АНОНСЫ



Дорогие Андрей и Оксана!
Желаем Вам красиво жить!
Ваш брак без брака должен быть,
Пусть осеняет вновь и вновь
Вас эта первая любовь,
Храните дух ее святой
До самой свадьбы золотой.
А после в Вечности Благой!
С наилучшими пожеланиями,
ваши друзья



Неллечка, с днем рождения!
Пусть Господь благословит и пошлет в твой День рождения тебе крепких сил и доброго здоровья, радости души и чистой любви сердца, верного счастья и светлой надежды. Пусть ангел тебя хранит и помогает преодолевать все жизненные преграды. Мудрости, успехов в служении и обильных благословений тебе и твоей семье!
С уважением, твои друзья



Наташенька!
Поздравляем с Днем рождения, и желаем в этот день,
Чтобы Ангел твой Хранитель отогнал любую тень,
Чтобы музыка звучала на душе твоей всегда,
Чтобы бед семья не знала ваша с Мишей, никогда!
Здоровья тебе и семье, мудрости, терпения, новых идей в служении в церкви и обильных Божьих благословений!
С любовью, община г. Аксай



Полиночка!
В этот день Бог даровал тебе жизнь, и мы искренне поздравляем тебя с Днем рождения!
Желаем душевного покоя и гармонии, светлых надежд и неугасаемой веры. Пусть истинная любовь дарует тебе силы и вдохновение для свершения благих деяний. Пусть все твои молитвы будут услышаны, каждый день в твою дверь стучит счастье, а твоя душа всегда остается милосердной!
С любовью, твои родные

КАЛЕНДАРЬ ОСОБЫХ ДАТ

ОКТАБРЬ 2019

- 02.10 – День поста и молитвы за отдел Духовного наследия и институт библейских исследований.
- 06.10 – Подростковый клуб «Я взрослый» (РКО, Ростов-4)
- 09.10 – Тренинг клуба «Есть мнение» (РКО, СДЦ)
- 12-13.10 – Школа пресвитеров (КЧО)
- 13.10 – Медико-евангельская школа (Крым)
- 13.10 – Слет клуба «Искателей приключений» (РКО, Шахты-1)
- 19.10 – Конгресс по малым группам (РКО, г. Миллерово)
- 20.10 – «Активная команда» - встречи для подростков (Крым)
- 20.10 – Школа пресвитеров (СКМ, г. МинВоды)
- 26.10 – Молитвенно-миссионерский конгресс (КМ, г. Симферополь)
- 26.10 – Библейская молодежная викторина (СКМ, г. Георгиевск)
- 26.10 – Творческий вечер юных талантов (РКО)
- 27.10 – Конгресс по малым группам (СКМ, г. МинВоды)
- 27.10 – Молитвенный завтрак ОЖС и Молитвенный отдел
- 26.10 – Концерт памяти Анны Герман (КЧО, г. Сочи)

«ЕСТЬ МНЕНИЕ?» - ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ!



Команда молодежного дискуссионного клуба «Есть мнение» (ЕМ) представила своим сверстникам из общин Ростова-на-Дону и ближайших городов концепцию нового сезона под названием «Создавай себя» и пригласила присоединиться всех желающих к клубному молодежному служению.

В субботу 14 сентября больше 20 молодых людей поздравили ростовчан с Днем города, подарив им вместе с добрыми улыбками, яркие шары с символикой клуба ЕМ. Таким образом, ребята содействовали тому, чтобы об этой дискуссионной площадке узнали как можно больше людей.

С этой же целью команда проекта провела чуть позже подробную презентацию всех направлений деятельности клуба, который создавался как площадка для знакомства и укрепления отношений с новыми людьми.

Предварило выступление команды духовное обращение президента РКО Михаила Олийника о вызовах, стоящих перед церковью и ее молодежью сегодня. Ответом на эти вызовы может стать именно молодежное клубное служение, - об этом подробно рассказал руководитель молодежи Кавказского уния Александр Сахаров.

Именно к расширению такого служения призвали члены команды клуба «Есть мнения», приглашая всех желающих присоединиться к реализации молодежного проекта в новом сезоне, который пройдет под слоганом «Создавай себя».

Уже на следующий день, многие присоединились к спортивному мероприятию клуба – второму чемпионату по мини-футболу на кубок молодежного дискуссионного клуба «Есть Мнение» (ЕМ). Шесть команд, среди которых были гости из Краснодара и Таганрога, и ребята, которые никогда не были в церкви, сразились в футбольной битве. Выиграли сильнейшие, подтвердившие это звание второй год подряд первым местом – команда «Адреналин».

Все победители уехали с призами от компании-спонсора, а подарки от адвентистской церкви – новый номер журнала «Здоровье и Исцеление» - получили абсолютно все участники мероприятия.

Клуб «Есть мнение» приглашает всех на свои дискуссионные, творческие, музыкальные и тренинговые встречи. Приходите и приглашайте друзей!

Мариам АНАНЯН



РАДОСТЬ НА НЕБЕСАХ И НА ЗЕМЛЕ

В Слове Божьем в Евангелии от Луки написано: «Сказываю вам, что так на небесах более радости будет об одном грешнике кающемся, нежели о девяти праведниках, не имеющих нужды в покаянии» (Лук. 15:7). 17 августа великая радость была на небесах и на земле потому, что три человека из общины г.Шахты-1 заключили завет с Господом.

Торжественное служение проходило на христианской базе отдыха. На лоне природы, в прекрасный солнечный день вся церковь радовалась и славилла Бога за чудесный праздник крещения. В этот особенный день много было за новых членов церкви Божьей.

Все присутствующие слушали слова наставления от Господа и еще раз имели возможность почувствовать

преимущество быть частью Церкви Божьей. Дети Божьи объединились в радостной хвале Иисусу за эти драгоценные души, которые приняли решение отныне и вовеки жить с Иисусом, для Иисуса и силой Иисуса.

Отдел информации г. Шахты



Дорогая Анна Альбертовна!
С днем рождения тебя поздравляем,
Чтоб согреть теплотой наших слов.
Главных ценностей в жизни желаем.
Это мир, здоровье, любовь!
Просто вспомни о чём-нибудь светлом,
Благодать возрождая в душе.
Каждый день пускай будет приветлив.
Веселись, не болей, хорошей!
С любовью, твои друзья



Поздравляем Валентину Николаевну Кендину!
Пусть жизнь удивительной, доброй и яркой во всех проявлениях будет своих!
И праздник с собою приносит подарки: здоровье и счастье, поддержку родных!
И пусть даже самые смелые планы сегодня получатся осуществиться! Счастливых побед! Исполнения желаний! И с Богом красиво и радостно жить! Благословений!
С уважением, община с. Александровское

ЗДОРОВЬЕ и исцеление



ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Вышел в свет новый выпуск журнала

«ЗДОРОВЬЕ И ИСЦЕЛЕНИЕ».

Тема номера «Живите в движении» поможет пересмотреть свой образ жизни, внести в него положительные изменения и, возможно, восстановить утраченный потенциал здоровья. Регулярно занимаясь физкультурой и спортом, вы сохраните высокую двигательную и умственную активность на долгие годы.

Помните, «если не бегаешь, пока здоров, придется побегать, когда заболеешь». Старайтесь жить в движении и будьте здоровы!

Приобретайте журнал и дарите его тем, с кем хотите поделиться вестью о физическом и духовном здоровье!

ДАТА	БИБЛИЯ	ВЕЛИКАЯ БОРЬБА
1 октября	1 Пар. 16	3 глава
2 октября	1 Пар. 17	
3 октября	1 Пар. 18	
4 октября	1 Пар. 19	4 глава
5 октября	1 Пар. 20	
6 октября	1 Пар. 21	
7 октября	1 Пар. 22	
8 октября	1 Пар. 23	
9 октября	1 Пар. 24	
10 октября	1 Пар. 25	
11 октября	1 Пар. 26	5 глава
12 октября	1 Пар. 27	
13 октября	1 Пар. 28	
14 октября	1 Пар. 29	
15 октября	2 Пар. 1	
16 октября	2 Пар. 2	
17 октября	2 Пар. 3	
18 октября	2 Пар. 4	6 глава
19 октября	2 Пар. 5	
20 октября	2 Пар. 6	
21 октября	2 Пар. 7	
22 октября	2 Пар. 8	
23 октября	2 Пар. 9	
24 октября	2 Пар. 10	
25 октября	2 Пар. 11	7 глава
26 октября	2 Пар. 12	
27 октября	2 Пар. 13	
28 октября	2 Пар. 14	
29 октября	2 Пар. 15	
30 октября	2 Пар. 16	
31 октября	2 Пар. 17	



Просим Вас в октябре объединиться в усиленной молитве: об отделе Духовного наследия АСД и Институте библейских исследований

МИССИЯ: сохранить актуальность Духовного наследия Церкви АСД, содержащееся в трудах Эллен Уайт, и сделать их доступными для каждого члена Церкви АСД, а также способствовать сохранению исторического наследия Церкви АСД.

МИССИЯ Института библейских исследований заключается в сохранении доктринального и организационного единства церкви путем проведения комплексов библейско-эзегетических, богословских и исторических исследований.

Администрация Кавказской союзной миссии

Новая Надежда

Учредитель: Религиозная Организация «Кавказский Союз»

Церкви Христиан Адвентистов Седьмого Дня.

Редакция: В. А. Крупский, В. И. Бурак, Ф. А. Колтук, Е. В. Колтук, Л. Д. Крупская, Ф. П. Хаджи, В. А. Архипов,

А. А. Сахаров, Т. Ф. Сахарова, А. В. Марютин, М. В. Ананян, Н. А. Муратова, Г. Р. Хабибулина.

Адрес редакции: 344013, г. Ростов-на-Дону, ул. Возрождения, 19/24А. Кавказский Союз Церкви Христиан Адвентистов Седьмого Дня

тел.: (863)232-26-56. E-mail: nasha-nadejda@narod.ru

Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовой коммуникации и охране культурного наследия. Свидетельство ПИ № ФС77-21613 от 29.07.2005г. Время подписания в печать: по графику 10:00. Номер подписан в печать 27 сентября в 10:00.

Отпечатано в типографии «ООО АНТЕЙ» 24-я линия, 20. Тел.: (863)253-85-01. Заказ №н.з. 972 от 18.09.19 г. Тираж 1300 шт. Свободная цена.