



# МАЯК ЖИЗНИ 13



## ЛУЧШЕЕ ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРЕССА

Мы живем в очень напряженное время. Беспокойство, заботы, а также загрязнение окружающей среды угрожают нашему здоровью, ухудшают наше самочувствие. Причиной 70 - 90 % всех болезней являются психические расстройства.

Возможности человеческого организма

Человеческий разум в течение считанных секунд может переработать огромное количество информации, поступающей от органов чувств. Возникает вопрос:

- Как наш разум может обработать такое количество информации?

В человеческом организме имеется около 100000 миллионов нервных клеток, нейронов, и строение каждой из них настолько же сложно и совершенно, как жизнь большого города. Информацией, которая в ней записана, можно заполнить 1000 книг, по 600 страниц каждая.



Каждая из этих клеток - маленькое генетическое произведение искусства. В ней содержится информация о цвете волос, росте человека, качествах его характера и т. д.

Сетчатка глаза состоит из 100 миллионов клеток. За секунду они

производят не менее 10 миллионов операций, что вызывает изумление у проектировщиков компьютеров.

## ИНСТИНКТ ЖИВОТНЫХ

Ласточки арктических областей делают перелеты длиной в 35400 км. Они гнездятся у полярного круга Арктики, а перелетают до Антарктики. Как они находят себе дорогу?

Что мы знаем о системе ориентации почтовых голубей, которые, удаляясь от своей голубятни на более чем тысячу километров, за один-единственный день возвращаются и находят ее?

Жужжащий колибри весит всего три грамма, но пересекает Мексиканский залив всего за 25 часов. При этом он совершает 25 взмахов крыльями в секунду, а в общей сложности за весь перелет получается 6 миллионов взмахов без отдыха.

Радарная система летучих мышей существенно не отличается от военной и технической. Тысячи этих животных летают в темной пещере, не сталкиваясь друг с другом: Для опыта их пускали в помещение, в котором было густо натянуто множество проволочек в различных направлениях. Но при помощи издаваемого ультразвука и эха, которое к ним возвращалось, никто из них не прикоснулся ни к одной из этих густо натянутых проволочек.

Рассматривая звезды, мельчайших насекомых, миловидные цветы или улыбку ребёнка, мы видим в этом руку Творца и прославляем Его: «Славлю Тебя, потому что я дивно устроен. Дивны дела Твои, и душа моя вполне сознает это» (Псалом 138:14).

## КАК НАМ ПОЧИТАТЬ ТВОРЦА?

Благодарностью и хвалой: “Достоин Ты, Господи, принять славу и честь и силу, ибо Ты сотворил всё, и все по Твоей воле существует и сотворено» (Откровение 4:11).

\*Для сотворения мира Богу не нужны были миллионы лет. Мы верим во Всемогущего Бога, Который способен создать все в одно мгновение. Библия повествует, что Бог в шесть дней создал землю и небо.

- В первый день Бог создал свет (Бытие 1:1–5).



- Во второй день Он создал земную атмосферу (ст. 6–8).
- В третий день - сушу и растительность (ст. 9–13).
- В четвертый день Бог сотворил солнце, луну и звезды (14–19).
- В пятый день – морских животных и птиц (ст. 20–23).
- В шестой день были сотворены звери и человек (ст. 24–31).

Что же делал Бог в седьмой день?

«Так совершены небо и земля и всё воинство их. И совершил Бог к седьмому дню дела Свои, которые Он делал... И благословил Бог седьмый день, и освятил его, ибо в оный почил от всех дел Своих, которые Бог творил и созидал» (Бытие 2:1-3).

Бог покоился в седьмой день, потому что учредил праздник в память о Его творении.

- То, что Бог благословил и освятил, Он никогда не отменит.

«Бог не человек, чтоб Ему лгать, и не сын человеческий, чтоб Ему изменяться... ибо Он благословил, и я не могу изменить сего» (Числа 23:19, 20).

\* Знаменитым историческим личностям ставят памятники. Какой же памятник человек может установить Богу как Творцу Вселенной? Если бы памятник был из камня, меди или другого материала, то, поклоняясь Богу в этом образе, люди уподобили бы Его чему-то простому и низкому.

\* Бог Сам определил один день недели памятным - седьмой день, субботу. Это день поклонения и почитания Господа как Творца.

Только ГОСПОДЬ достоин всей хвалы, потому что Он все сотворил (Откровение 14:7). Вы согласны с этим?

Готовы ли Вы воздать Богу то, что Ему подобает? (Псалтирь 94:1–6).

## 12 ОСНОВАНИЙ ДЛЯ СОБЛЮДЕНИЯ СУББОТЫ

### 1. Суббота была установлена Самим Богом в Едеме.

«Так совершены небо и земля и все воинство их. И совершил Бог к седьмому дню дела Свои, которые Он делал, и почил в день седьмый от всех дел Своих, которые делал. И благословил Бог седьмый день, и освятил его, ибо в оный почил от всех дел Своих, которые Бог творил и созидал» (Бытие 2:1-3).

### 2. Седьмой день внесен Богом в четвертую заповедь Закона 10 заповедей.

«Помни день субботный, чтобы святить его. Шесть дней работай, и делай всякие дела твои; а день седьмый - суббота Господу Богу

твоему: не делай в оный никакого дела ни ты, ни сын твой, ни дочь твоя, ни раб твой, ни рабыня твоя, ни скот твой, ни пришелец, который в жилищах твоих. Ибо в шесть дней создал Господь небо и землю, море и все, что в них, а в день седьмый почил. Посему благословил Господь день субботний и освятил его» (Исход 20:8–11).

3. Бог установил эту заповедь как знамение между Ним и Его народом:

«...и святите субботы Мои, чтобы они были знамением между Мною и вами, дабы вы знали, что Я – Господь Бог ваш» (Иезекииля 20:20).

Суббота – печать Божья.

У печати есть три главных свойства: имя, занимаемое положение и сфера влияния власти ее обладателя.

Четвертая заповедь (Исход 20:8-11) содержит все эти отличительные свойства печати:

- Имя - Бог.
- Занимаемое положение -

Творец.

- Сфера влияния - Небо и Земля.

4. Во время странствования по пустыне Бог чудесным образом питал Свой Израильский народ.

Каждое утро они могли собирать «манну» - хлеб, данный им Богом. В шестой день им было дано вдвое больше, а в седьмой день, субботу, манна не выпадала.

Если эту небесную пищу собирали про запас и складывали дома, то она на другой день портилась. Но манна, собранная в шестой день для субботы, не портилась (Исход 16:15-23).

Со времени творения день субботний соблюдался непрерывно, и Бог это ясно показал тем, что во время странствования в пустыне по субботам манна не выпадала. С этого времени недельный цикл не был изменен ни в иудейском, ни в нашем календаре.

5. Исаия свидетельствует нам, какое назначение-Бог придает субботе: «Если ты удержишь ногу твою ради субботы от исполнения прихотей твоих во святой день Мой, и будешь называть субботу от



радою, святым днем Господним, чествуемым, и почтишь ее тем, что не будешь заниматься обычными твоими делами, угождать твоей прихоти и пустословить: то будешь иметь радость в Господе, и Я возведу тебя на высоты земли и дам вкусить тебе наследие Иакова, отца твоего; уста Господни изрекли это» (Исаии 58:13, 14).

6. Суббота ветхозаветного времени была установлена не только для иудеев, но она сохраняет свое значение и для всех христиан настоящего времени. «И сыновей иноплеменников, присоединившихся к Господу, чтобы служить Ему и любить имя Господа, быть рабами Его, всех, хранящих субботу от осквернения ее и твердо держащихся завета Моего, Я приведу на святую гору Мою, всесожжения их и жертвы их будут благоприятны на жертвеннике Моем; ибо дом Мой назовется домом молитвы для всех народов» (Исаии 56:6, 7).

7. Иисус и апостолы соблюдали субботу.

Иисус Сам установил ее (От Иоанна 1:1-4 и К Колоссянам 1:15-17). Он объявил на Синае Закон, который содержал также четвертую заповедь (смотри пункт 2).

«И снишел Ты на гору Синай, и говорил с ними с неба, и дал им суды справедливые, законы верные, уставы и заповеди добрые» (Неемии 9:13; см. 1 Коринфянам 10:1-4).

Обыкновением Иисуса во время Его земной жизни было:

«...и вошел, по обыкновению Своему, в день субботний в синагогу, и встал читать» (От Луки 4:16).

«И пришел в Капернаум, город Галилейский, и учил их в дни субботние» (От Луки 4:31).

8. Иисус учил, что суббота установлена не только для иудеев, но и во благо всех людей, и игнорировал связанные с ней человеческие постановления.

«И сказал им: суббота для человека, а не человек для субботы; посему Сын Человеческий есть Господин и субботы» (От Марка 2:27, 28).

- Он является Господином этого дня, поэтому Суббота названа «днём Господним».

- Он учил соблюдать её так, чтобы остаться в покое в этот день от всякой работы и возвещать Евангелие (От Матфея 12:11, 12).

9. После Его распятия Мария и другие жены соблюдали субботу как день покоя.

«Возвратившись же приготовили благовония и масти; и в субботу

остались в покое по заповеди» (От Луки 23:56).

Суббота предшествовала первому дню недели (От Луки 24:1).

10. Когда Иисус пророчествовал о разрушении Иерусалима, Он свидетельствовал, что Суббота будет соблюдаться и после Его смерти: «Молитесь, чтобы не случилось бегство ваше зимою, или в субботу» (От Матфея 24:20).

11. Апостолы и Суббота:

а) в Коринфе: «И, по одинаковости ремесла, остался у них и работал: ибо ремеслом его было делание палаток. Во всякую же субботу он говорил в синагоге и убеждал Иудеев и Еллинов» (Деян. 18:3, 4)

б) в Фессалониках: «Павел по своему обыкновению, вошел к ним и три субботы говорил с ними из Писаний» (Деяния 17:2, 3).

в) в Антиохии: «Они же, приходя от Пергии, прибыли в Антиохию Писидийскую и, вшедши в синагогу в день субботний, сели... При выходе из Иудейской синагоги, язычники просили их говорить о том же в следующую субботу... В следующую субботу почти весь город собрался слушать Слово Божие» (Деяния 13:14, 42, 44).

г) в Филиппах: «В день же субботний мы вышли за город к реке, где по обыкновению был молитвенный дом, и севши разговаривали с собравшимися там женщинами» (Деяния 16:13).

12. Суббота будет соблюдаться также и на новой земле:

«Ибо как новое небо и новая земля, которые Я сотворю, всегда будут пред лицом Моим, говорит Господь, так будет и семя ваше и имя ваше. Тогда из месяца в месяц, из субботы в субботу будет приходить всякая плоть пред лице Моё на поклонение, говорит Господь» (Исаии 66:22, 23).

## ПОМОЩЬ

Иисус сказал, что суббота установлена для блага человека (От Марка 2:27).

Покой этого дня является лучшим средством против стресса и напряжения недели, ибо, благодаря ему, мы:

- получаем покой телу и духу;
- наслаждаемся покоем от физической работы и забот;
- имеем особенную возможность встречи с Иисусом и совместного общения для укрепления связи с Богом, благодаря чему все стрессовые ситуации нейтрализуются, и наша душа приобретает мир и покой (От Матфея 11:28-30);

- созерцая в природе творческий дух Божий испытываем радость и благодарим Его за всё сотворённое;

- имеем свободный день для семьи, который можем проводить в познании духовных истин;

- постигаем более глубокое значение дня субботнего.

Если, обратившись к Иисусу, мы будем оправданы и найдём душевный покой (К Римлянам 5:1), то у нас появится желание проявить свою благодарность Богу соблюдением Его дня покоя, потому что он является символом духовного покоя во Христе (К Евреям 4:6, 9, 11).

Можем ли мы соблюдать день покоя в мире, который построен совсем по другому порядку?

«Всё могу в укрепляющем меня Иисусе Христе» (К Филиппийцам 4:13).

Проявляя верность Богу, мы проявляем к Нему свою любовь, а это даёт нам мир и безопасность. Любовь побуждает нас быть послушными Богу, ибо Он Свою любовь показал нам на Голгофе и проявляет её каждый момент нашей жизни.

Мы должны соблюдать день субботний, забытый и пренебреженный многими людьми. Он был дан Самим Иисусом еще при творении, написан на каменных скрижалях, преподан на Синае и Им самим соблюдаем.

Как будет чудесно, когда на новой земле вместе с Иисусом мы сможем собраться в день субботний!

В различных сферах нашей жизни мы встречаем ложь и обман, будь то в финансах, искусстве, науке, литературе или сфере потребления. К сожалению, есть подлоги и в религиозном мире. На следующем занятии мы познакомимся с уроком «Худший подлог истории».

ВЕЛИКИЙ БОГ! КОГДА НА МИР СМОТРЮ Я,  
НА ВСЕ, ЧТО ТЫ СОЗДАЛ РУКОЙ ТВОРЦА,  
НА ВСЕХ СУЩЕСТВ, КОМУ СВОЙ СВЕТ ДАРУЯ,  
ПИТАЕШЬ ТЫ ЛЮБОВИЮ ТВОРЦА.

Пр.: ТОГДА ПОЕТ МОЙ ДУХ, ГОСПОДЬ ТЕБЕ,  
КАК ТЫ ВЕЛИК! КАК ТЫ ВЕЛИК!

КОГДА СТРЕМЛЮСЬ ДУШОЙ Я К ЗВЕЗДАМ МЛЕЧНЫМ,  
ГДЕ ДИВНО СВЕТЛЫЕ МИРЫ ТЕКУТ,  
ГДЕ СОЛНЦЕ И ЛУНА В ЭФИРЕ ВЕЧНОМ,  
КАК В ОКЕАНЕ КОРАБЛИ ПЛЫВУТ...

КОГДА ВЕСНОЙ ПРИРОДА РАСЦВЕТАЕТ,  
Я СЛЫШУ В ДАЛЬНОЙ РОЩЕ СОЛОВЬЯ,  
И АРОМАТ ДОЛИНЫ ГРУДЬ ВДЫХАЕТ,  
И СЛУХ ЛАСКАЕТ ЗВОНКИЙ ШУМ РУЧЬЯ...

КОГДА ИЗ ТУЧ НАВИСШИХ ГРОМ НЕСЕТСЯ,  
И В НОЧИ ТЕМНОЙ МОЛНИЯ БЛЕСТИТ,  
КОГДА НАД ПОЧВОЙ ТОЩЕЙ ДОЖДЬ ПРОЛЕТСЯ,  
И РАДУГА МОЙ ЯСНЫЙ ВЗОР ПЛЕНИТ...

КОГДА ЧИТАЮ Я ПОВЕСТВОВАНЬЯ  
О БОГЕ, О ЕГО ДЕЛАХ СВЯТЫХ  
КАК ОН ЛЮБИЛ ЖИВОЕ ДОСТОЯНЬЕ,  
И ВОЗЛЮБИЛ, И СПАС ОТ БЕД ЗЕМНЫХ.

КОГДА Я ВИЖУ ЛИК ХРИСТА СМИРЕННЫЙ,  
КТО ЛЮДЯМ В МИРЕ ЭТОМ БЫЛ РАБОМ,  
КАК НА КРЕСТЕ ОН УМЕР - ЦАРЬ ВСЕЛЕННОЙ  
И НАМ ПРОЩЕНЬЕ ПРИОБРЕЛ КРЕСТОМ.

КОГДА СОБЛАЗН МНЕ СЕРДЦЕ УГНЕТАЕТ,  
И СМЕРТНОЙ СКОРБЬЮ ДУХ МОЙ УДРУЧЕН  
ИИСУС В ЛЮБВИ КО МНЕ ГЛАВУ СКЛОНЯЕТ,  
И НЕЖНОЙ ЛАСКОЙ ЗАГЛУШАЕТ СТОН.

КОГДА ГОСПОДЬ МЕНЯ САМ ПРИЗЫВАЕТ,  
И СВЕТИТ ЛУЧ СИЯНИЯ ЕГО,  
ТОГДА МОЙ ДУХ В СМИРЕНИИ СМОЛКАЕТ,  
ПРИЗНАВ ВЕЛИЧЬЕ БОГА СВОЕГО...



# ЛУЧШЕЕ ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРЕССА

## ВОПРОСЫ К 13-МУ УРОКУ

1. Что подобает Богу - Творцу неба и земли?  
 вечная честь                       вечная хвала  
 вечное поклонение                       вечная слава
2. Сколько времени нужно было Богу, чтобы сотворить мир?  
 1000лет                       6000000 лет  
 6 дней                       6000лет
3. Бог покоился в седьмой день. Он устал? Почему Он покоился?

.....  
4. Суббота является....., который напоминает нам о Боге как о Творце.

5. Суббота является печатью Божьей, потому что в ней содержатся три отличительные свойства печати (соответствующее соедините линией)

Имя	Небо и земля
Титул	Творец
Пределы власти	Господь Бог

6. Суббота установлена для:

<input type="checkbox"/> Иудеев	<input type="checkbox"/> Христиан
<input type="checkbox"/> Всех людей	<input type="checkbox"/> Проповедника

7. Иисус пошел по Своему обыкновению в ..... и .....

.....  
8. Иисус сказал: молитесь, чтобы не случилось бегство ваше зимою или в  
 воскресенье                       субботу

9. Какой день будет соблюдаться как день покоя и поклонения Богу на новой земле? Смотри Исаии 66:22, 23: «...из месяца в месяц и из.....».

10. Что делает нас способными соблюдать субботу - день покоя Божьего, в мире, где все извращено? Только ..... Божья.

Ваше мнение:

Я верю, что суббота является установленным Богом днем покоя.

Да    Нет                       Возможно

Ф. И. О.....

Адрес.....

Заполните эту анкету и вышлите по указанному адресу или отдайте ее нашему сотруднику.