

ИЗМЕНИ СВОЮ ЖИЗНЬ. ИЗМЕНИ СВОЙ МИР.

подключись!

ХЛЕБ ЖИЗНИ

Голод утолён

Царский пир

Вас пригласили!

Составляем меню

Как распланировать
питание





КОЛОНКА РЕДАКТОРА НАСУЩНЫЕ ПОТРЕБНОСТИ

Когда Иисус учил Своих учеников молиться, Он назвал лишь одну телесную потребность, о которой надо просить: «Хлеб наш насущный дай нам на сей день».¹ Остальная часть молитвы – хвала Богу и просьбы о духовных дарах и благословениях, с помощью которых мы сможем угождать и служить

Ему. Иисус упомянул в молитве просьбу о материальном, потому что мы живём в этом мире, и Бог хочет обеспечить нас необходимым. Но дело не только в этом.

Когда самарянка увидела Иисуса возле колодца, Он сказал ей, что пропитания плоти недостаточно. «Всякий, пьющий воду сию, возраждет опять, а кто будет пить воду, которую Я дам ему, тот не будет жаждать вовек».² Иисус – хлеб и вода жизни, и Его участие в нашей жизни намного важнее пищи и питья.

Пища и вода необходимы для поддержания жизни тела, а духовная пища нужна для поддержания жизни духа. Бог хочет, чтобы мы добывали хлеб свой в поте лица. Он также хочет, чтобы мы прикладывали усилия к получению духовной пищи: читали Его слово, проводили время с Ним в молитве, размышлениях и медитации.

К счастью, Бог хочет дать нам всё необходимое, а главное – Он хочет дать нам Себя. Бог хочет, чтобы все вкушали Его духовную пищу. Вспомните молитву «Отче наш». Иисус учил Своих учеников молиться не только о своих насущных потребностях, но также о том, чтобы Его Дух, «хлеб живой, сошедший с небес»,³ ежедневно пребывал с ними.

Надеюсь, статьи в этом выпуске журнала «Подключись!» помогут вам узнать Его благодать, чтобы вы тоже смогли «вкусить и увидеть, как благ Господь».⁴

Сэмьюэл Китинг
Главный редактор

Если вас интересуют видео- или аудиоматериалы, а также книги, способствующие вашему духовному росту, свяжитесь с нами по этому адресу:

Подключись!
Skr. Poczтовая 345
Krakow 1, 30-960
Польша

Email:
info@activated-europe.com

веб:
www.activated-europe.com

Главный редактор:
Сэмьюэл Китинг

Перевод с английского:
Наталья Якименко

Автор дизайн-макета:
Гентиан Суци

© 2015 Activated. Все
права сохранены

Все библейские стихи, встречающиеся в журнале, печатаются на основе русского синодального перевода канонических книг Библии © Российское Библейское Общество, 1998.

A-RU-MG-AM-172-X

¹от Матфея, 6:11

²от Иоанна, 4:13,14

³от Иоанна, 6:51

⁴Псалом 33:9



УПАВШИЙ ШАМПИНЬОН

ОЛИВИЯ БАУЕР

Я РЕЗАЛА ОВОЩИ НА УЖИН, и когда очередь дошла до шампиньонов, мне два раза удалось поймать падающий гриб.

Ты так добр ко мне, Боже! – подумала я.

Параллельно я думала о заявке на аренду квартиры, которую отправила сегодня утром. *Пожалуйста, будь добр ко мне и сделай, чтобы мою заявку приняли.*

Как будто Бог бывает не добрым.

Я вспомнила выступление, которое увидела на Ютубе пару недель назад. Группа Newsboys пела песню «Будь благословен, мой Господь».

*Славен Ты, Господь,
В той стране, где обильный плод,*

¹Псалом 33:2

²Иаков, 1:17

³Иов, 1:21

*Где рекой изобилие,
Славен Ты, Господь.
Славен Ты, Господь,
Когда пусто в моей душе,
Словно я один на всей земле.
Славен Ты, Господь.*

Бог добр, благ и справедлив в дни радости и трудностей. Его благость проявляется как в Его дарах, так и в отказах. Во всём, что Он допускает и от чего защищает. Если усвоить этот принцип, то у вас в жизни станет больше радости, веры, покоя и благодарности.

Я надеюсь, что размышления над этой знакомой истиной, главной мыслью песни, помогут мне впитать её всем сердцем. И не просто вспоминать о ней время от времени, но сделать её частью моей жизненной философии.

Царь Давид применял этот прин-

цип на практике: «Благословлю Господа во всякое время; хвала Ему непрестанно в устах моих».¹

Иаков тоже понимал его: «Всякое даяние доброе и всякий дар совершенный нисходит свыше, от Отца светов, у Которого нет изменения и ни тени перемены».² (Богу не свойственны перепады настроения, когда речь заходит об ответе на молитву или о помощи верующему.)

Иов выразил его в бессмертных словах для многих поколений верующих: «Господь дал, Господь и взял; да будет имя Господне благословенно!»³

Я поймала шампиньон.

Я, наверно, смогу снять ту квартиру. А может, и нет.

В любом случае, Бог добр и благ.

Оливиya Бауер – сотрудница общественной организации в Канаде. ■

ХЛЕБ ЖИЗНИ



¹от Иоанна, 6:35

²См. Исход, 16:4.

³от Иоанна, 6:35

⁴См. Екклесиаст, 3:11 (Новый перевод Международного Библейского общества).

⁵См. Римлянам, 3:23.

⁶См. Римлянам, 6:23.

⁷См. Римлянам, 3:10.

⁸<http://www.gotquestions.org/bread-of-life.html>

«Я ЕСМЬ ХЛЕБ ЖИЗНИ»¹ – одно из семи высказываний Иисуса на тему «Я есмь».

Хлеб считается основным продуктом питания, главным пунктом продуктового набора. ... Хлеб настолько важен, что является синонимом пищи вообще. Мы даже используем фразу «преломить хлеб», говоря о дружественной трапезе. Хлеб играет важную роль в иудейской Пасхе. Иудеи должны были

есть пресный хлеб на Пасху и всю последующую неделю в знак празднования исхода из Египта. И наконец, когда евреи сорок лет блуждали в пустыне, Бог послал им «хлеб с неба» для пропитания народа.²

Вот сцена, описанная в 6-й главе Евангелия от Иоанна. Иисус безуспешно пытается уйти от толпы. Преследуемый народом, Он пересёк Галилейское озеро. Вскоре Иисус спросил у Филиппа, как им

накормить людей. Ответ Филиппа отражает его «маловерие» – он говорит, что у них недостаточно денег, чтобы купить даже немного еды каждому человеку. Наконец, Андрей приводит мальчика, у которого оказалось пять хлебов и две рыбы. И этим малым количеством продуктов Иисус чудом накормил толпу с избытком.

Позже Иисус с учениками вернулся на другой берег Галилейского озера. Толпа увидела, что Иисус уходит, и последовала за ним. ... Он обвинил народ в том, что они игнорируют чудотворные знамения и идут за Ним ради «хлеба». Иисус говорит им в Евангелии от Иоанна, 6:27: «Старайтесь не о пище тленной, но о пище, пребывающей в жизнь вечную, которую даст вам Сын Человеческий, ибо на Нем положил печать Свою Отец, Бог». Иными словами, они были так увлечены мыслью о бесплатной еде, что не заметили прихода

Мессии. Иудеи попросили у Иисуса знамение, что Его послал Бог. Они сказали Иисусу, что Бог дал им манну во время странствий по пустыне. Иисус в ответ сказал им, что надо просить об истинном небесном хлебе, несущем жизнь. Они попросили у Иисуса этого хлеба, и Его ответ поразил их: «Я ем хлеб жизни; приходящий ко Мне не будет алкать, и верующий в Меня не будет жаждать никогда».³

Это феноменальное заявление! Во-первых, приравняв Себя к хлебу, Иисус сказал, что Он необходим для жизни. Во-вторых, здесь Иисус говорит не о плотской, но о вечной жизни. ... Он сравнивает Свою роль Мессии с чудотворённым хлебом, который Он дал народу. Это был тленный хлеб. А Иисус – это духовный хлеб, несущий вечную жизнь. ...

Вот ещё одно ключевое заявление Иисуса из Нагорной проповеди. В Евангелии от Матфея, 5:6

Иисус сказал: «Блаженны алчущие и жаждущие правды, ибо они насытятся». Иисус сказал, что приходящие к Нему не будут алкать и верующие в Него не будут жаждать. Он имел в виду, что утолит их голод и жажду к праведности в глазах Бога. ...

В Библии сказано, что Бог вложил в наши сердца осознание вечности.⁴ В Библии также сказано, что мы не в состоянии заслужить себе путь на Небеса, потому что все мы грешники⁵ и потому заслуживаем смерти.⁶ Нет ни одного праведного человека.⁷ ... Умерев на кресте, Христос взял на Себя грехи человечества, искупив их. Когда мы уповаем на Иисуса, наши грехи возлагаются на Него, а Его праведность – на нас. Иисус утоляет голод и жажду праведности. Он есть Хлеб жизни.

Статья взята с сайта
GOTQUESTIONS.ORG.⁸ ■

Христос сравнивает потребности людей с жаждой и голодом. Жажда – реальная потребность. Те, кто испытал её, знают, насколько она безжалостна и мучительна. Жажда – не духовна, она – испытание плоти. Что на свете болезненнее жажды?

У сердца тоже есть жажда. Оно почти неосознанно взывает: «Кто полюбит меня? И кого полюблю я? Чья любовь сполна утолит мою жажду?» Наши сердца ненасытно ищут любви. Мы ищем её везде и горько разочаровываемся. Но когда мы слышим, что Иисус Христос полюбил нас до основания мира и умер за нас, поиски любви подходят к концу. Любовь Иисуса изгоняет стремление к чужой любви и насыщает душу! Он становится Женихом нашего сердца, наилучшим Возлюбленным. И мы прощаемся с однодневными привязанностями.
Чарльз Сперджен (1834–1892), адаптировано



СОЛЁНЫЕ ОГУРЦЫ

Акио Мацуока

ЗНАКОМАЯ ПОКАЗЫВАЛА мне ведро несвежих огурцов, которые она планировала засолить.

«А разве такие вялые огурцы можно есть?» – спросил я.

«Эти, конечно, сильно подсохли, но для засолки – самое то!» – сказала она со знанием дела. Моя знакомая много работает, и ей очень удобно брать с собой бутерброды с солёными огурцами.

Я задумался о том, как подсохшие огурцы превращаются во вкусную и полезную еду, и вспомнил историю кимчхи. Это традиционное корейское блюдо, которое стало популярным в голодные годы Японо-китайской войны (1894–1895). Новые варианты кимчхи появились, когда люди стали засаливать непривлекательные кусочки овощей, которые вот-вот испортятся, с большим количеством специй для улучшения вкуса и консервации. Я с трудом могу поверить, что одно из моих любимых блюд появилось в голодные годы.

А вот ещё одна история, на этот раз из жизни Северной Америки. В сельских районах развелось много гремучих змей. Некоторые люди испугались неожиданного распространения змей и стали уезжать из тех краёв. Другие, более предприимчивые жители, начали делать сумки и ремни из змеиной кожи. Таким образом, гремучие змеи, которые раньше были вредителями, стали важным

фактором развития местной экономики.

Чаще всего так и бывает: кажется, что ситуация проблемная, но Бог может обратить её во благо. Мы окружены повседневными проблемами и неприятными событиями. Однако, Бог всегда имеет план. Какой бы ужасной ни казалась ситуация, у нас есть Бог, который нас никогда не подводит. Когда рушатся планы и мечты, Он наверняка планирует нечто лучшее.

Акио Мацуока – миссионер и волонтер с 35-летним стажем, работал на родине в Японии и в других странах, живёт в Токио. ■

Притом знаем, что любящим Бога, призванным по Его изволению, всё содействует ко благу.

Послание к Римлянам, 8:28



Надежда – это умение радоваться в заведомо отчаянных обстоятельствах.

Г. К. Честертон (1874–1936)



Земля обетованная всегда находится на другом конце пустыни. *Хэвлук Эллис (1859–1939)*



ЕШЬТЕ, МОЛИТЕСЬ, ДЕРЖИТЕСЬ ВМЕСТЕ

КЕРТИС ПИТЕР ВАН ГОРДЕР

Недавно члены моей семьи семьи жили по разным графикам, поэтому мы редко собирались за одним столом. Я не мог отделаться от мысли, что мы отдаляемся друг от друга, особенно после того, как съездил в гости в Италию. Там мой друг показал, сколько радости может приносить совместная трапеза.

В итальянской семье ужин – большое событие. Никто не перекусывает на ходу. Все собираются вместе поговорить, подискутировать, поделиться надеждами и чаяниями. И когда кажется, что ужин подошёл к концу, на столе появляется ещё одно вкусное блюдо. Не успел опомниться, как прошло два часа, а то и больше. И не нужны никакие раз-

влекательные мероприятия – ведь за ужином было так интересно.

Не у всех нас получается часто устраивать ужин по-итальянски, но как бы заняты мы ни были, наверняка мы сможем сесть за стол вместе. Было проведено много исследований, подтверждающих пользу совместного семейного ужина.¹ Возможность поговорить за ужином укрепляет семейные узы, дарит тепло, уют и чувство принадлежности. Домашняя еда полезнее и дешевле полуфабрикатов. Младшие члены семьи учатся манерам: вежливо передавать блюда, не ставить локти на стол, есть не торопясь и создавать за столом приятную атмосферу. Слушая и рассказывая истории за столом, мы развиваем речевые навыки. Совместный ужин также напоминает членам семьи о

кулинарном искусстве, а детям полезно приобретать такие жизненные навыки, как готовка.

Какой бы ни была ваша семья, даже если вы живёте одни, культура питания будет полезна для вашего пищеварения и эмоционального благополучия. Собравшись за столом, можно помолиться за ваши нужды и поблагодарить Бога за всё, что Он делает.

Мой визит в Италию вдохновил меня как можно чаще собираться за столом всей семьёй. Мы не просто едим. Мы создаём прочные узы любви, радости и единства.

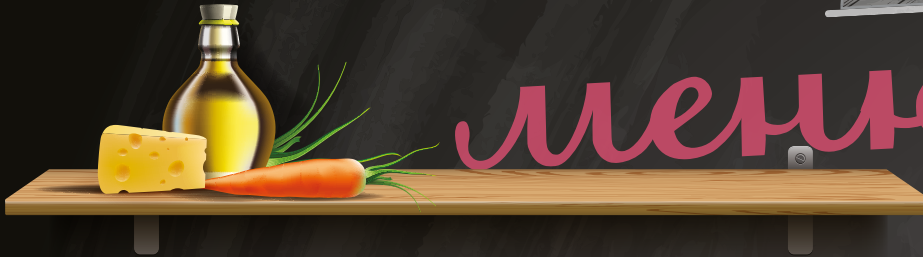
КЕРТИС ПИТЕР ВАН ГОРДЕР – сценарист и актёр пантомимы,² живёт в г. Мумбаи (Индия), член Международного сообщества “Семья”. ■

¹Например, <http://edis.ifas.ufl.edu/fy1061>

²<http://elixirmime.com>



Составляем меню



ПИТЕР АМСТЕРДАМ, АДАПТИРОВАНО



ХРИСТИАНЕ, КОТОРЫЕ ЗАИНТЕРЕСОВАНЫ В ДУХОВНОМ РОСТЕ, ПРИЗНАЮТ, что крайне важно читать Божье слово и вникать в него. Именно из Библии мы узнаём о Божьей любви к человечеству, о Благой вести и о том, как жить в согласии с Богом и нашими ближними.

Ежедневно уделяя время чтению Библии, вы получаете возможность устанавливать контакт с Богом и принимать Его наставления, руководство и помощь в трудностях и проблемах. Мы вспоминаем о моральном кодексе, которому стараемся следовать в жизни, и учимся принимать верные решения. Это ключевой фактор для тех, кто старается походить на Иисуса. Ведь в Библии мы находим Его учение, видим пример Его любви, знакомимся с Его Отцом и узнаём, что дала нам Его жертва.

Каждый день мы подвергаемся информацион-

ной атаке из различных источников, все они пытаются склонить нас на свою сторону. Ежедневное чтение Божьего слова показывает путь сквозь затягивающий нас водоворот информации. Оно усиливает нашу духовную способность различать правду и ложь. Оно помогает нам сосредоточиться на том, что важно: истинное счастье, душевный покой, согласие с Богом и послушание Его воле. Оно помогает нам выжить и преодолеть все жизненные препятствия.¹ Пребывая в Божьем слове, мы регулярно устанавливаем контакт с Его Духом. «Слова, которые говорю Я вам, суть дух и жизнь».²

Выкроить время на чтение Библии каждый день – нелёгкая задача, требующая самодисциплины. Зарядка и тренировки поддерживают нас в форме и улучшают физические показатели, а регулярное чтение Божьего слова укрепляет дух и пре-





ПИЩЕВАРЕНИЕ

Чарльз Сперджен, адаптировано

Иногда одиночество лучше общения, а молчание мудрее слов. Мы были бы больше похожи на христиан, если бы проводили время в уединении, общаясь с Богом, думая о Его слове и набираясь духовных сил для служения Ему. Мы должны размышлять о Божьем, потому что именно так мы получим истинное подкрепление.

Наши тела подкрепляются не тогда, когда мы кладём пищу в рот, но когда усваиваем её в процессе пищеварения. Наши души подкрепляются не тогда, когда мы выслушиваем духовные истины. Слышать, читать, отмечать и изучать – это части процесса усвоения истины. А для полного переваривания необходимо размышлять над ней.

Пусть нашим девизом станут слова: «О заповедях Твоих размышляю».³ ■



вращает нас в сильных христиан, твёрдо стоящих в Божьей истине и любви. Вы укрепляете контакт с Богом и руководствуетесь Его Духом в общении с людьми, в принятии решений и в умении противостоять искушениям.

Не существует точной формулы, чтобы определить сколько надо читать каждый день и какие отрывки из Библии важнее всего. Главное – делать это каждый день, как бы заняты вы ни были. План чтения помогает вам не сдаваться и двигаться вперёд, если вам попался трудный отрывок из Писания. Если вам так удобнее, выберите современный перевод Библии.

В идеале читать следует в свободное время: рано утром перед началом рабочего дня или перед сном. Тишина и покой способствует размышлению над прочитанным. Если же выкроить время в тишине не получается, можно читать на ходу или слушать

Библию в аудиозаписи. Нелегко сдержать данное себе обещание читать и изучать Божье слово, но делать это очень важно. Слово способно изменить вашу жизнь.

Читая Библию или слушая комментарии к ней, думайте о прочитанном и услышанном. Перечитывайте запомнившиеся отрывки. Размышляйте о них. Спросите себя, почему они вам запомнились, что Бог хочет сказать вам через них. Он желает говорить с вами. Размышляя о прочитанном, мы даём Ему возможность говорить с нами Своим словом.

Общайтесь с Богом через Его слово. Оно изменит вашу жизнь.

ПИТЕР АМСТЕРДАМ и его жена, МАРИЯ ФОНТЕЙН, – директора Международного христианского сообщества “Семья”. ■

¹См. от Матфея, 7:24,25.

²от Иоанна, 6:63

³Псалом 118:15



Царский пир

РОЗАНА ПЕРЕЙРА



ПО ВОСКРЕСЕНЬЯМ МОЯ МАТЬ ЧАСТО ГОТОВИЛА ЧТО-ТО ОСОБЕННОЕ. Я до сих пор помню большое открытое окно гостиной, скатерть на столе, вкусную еду и весёлые разговоры членов семьи.

Обычно мы ходили на мессу для детей в 10 утра, а родители оставались дома: мама готовила, отец занимался мелкой работой по дому. Больше всего из проповедей мне запомнилась притча Иисуса о царе, который пригласил своих подданных на пир, но они все отказались. Тогда он послал слуг пригласить нищих и бедных, и те с радостью откликнулись на приглашение.¹ И хотя я не до конца понимала глубокое значение этой притчи, она произвела

на меня большое впечатление.

Трапеза нередко является символом единства, радости и праздника. Когда я была подростком, часто звучала популярная песня: «Мы распахиваем поля и сеем семена. Но питает и поливает их Бог Своей всемогущей рукой. ... Все блага посланы нам свыше. Так поблагодарите Господа за всю Его любовь».² В то время я ещё была неверующей, но всё равно эта песня наполняла мою душу радостью.

Вскоре после этого я вновь обрела веру и со временем стала миссионером. Несколько лет назад, когда казалось, что проблем становится всё больше, я начала было думать, что Бог меня оставил, но вскоре прочитала в Библии: «Всегда видел я пред собою Господа, ибо Он одесную меня»;³ «Любовью вечною Я возлюбил тебя»⁴ и «Не оставляю тебя и не покину тебя».⁵

Божье слово неоднократно помогало мне в жизни: расти и лучше понимать Бога и людей. Иногда Его слова

подобны лёгкому завтраку, а иногда большому обеду, вроде воскресных пиров моей матери. Я так благодарна, что Царь пригласил меня на Свой пир, и что я приняла приглашение!

Розана Перейра – учительница английского языка и писательница из г. Рио-де-Жанейро (Бразилия), член Международного сообщества “Семья”. ■

ПРИДИТЕ, ОБЕДАЙТЕ

«Придите, пообедайте», – сказал Ты Своим последователям по воскресении.⁶ И сегодня Ты вручаешь каждому такое же приглашение. Я приду. Я хочу знать тебя, принять Тебя. Я хочу сидеть за Твоим столом и обедать с Тобой в раю.

Приди на нашу трапезу, Господь, И мы преклоним пред Тобой главу. Благослови Тобою созданный народ И дай нам пировать с Тобой в раю.
Джон Сенник (1718–1755)

¹См. от Луки, 14:16–23.

²Стивен Шварц, *Godspell*, 1971.

³Псалом 15:8

⁴Иеремия, 31:3

⁵Евреям, 13:5

⁶от Иоанна, 21:12



НАКОРМИТЕ МЕНЯ

КРИС ХАНТ

«ТАК НЕЧЕСТНО! У них больше, чем у меня».

«Всем нелегко. Почему предпочтение оказывают им?»

«В чём между нами разница? Только в языке!»

Подобные высказывания звучали в очереди за обедом, организованном для своих членов быстро растущей первой церковью. В Деяниях написано: «В эти дни, когда умножились ученики, произошёл у Еллинистов ропот на Евреев за то, что вдовицы их пренебрегаемы были в ежедневном раздавании потребностей».¹

Нередко жизнь кажется несправедливой. Примерно 800 млн. че-

ловек на свете, многие из них дети, каждую ночь ложатся спать голодными.² В то время, как почти одна треть всех покупаемых в развитых странах продуктов выбрасывается.³ С одной стороны, известные шеф-повара готовят роскошные обеды для богатых и знаменитых (обед в одном из престижных лондонских ресторанов может стоить несколько сотен фунтов), с другой стороны, в Великобритании увеличивается количество живущих ниже уровня бедности.⁴ Сотни продовольственных банков, чаще всего организованных религиозными организациями, раздают миллионы благотворительных обедов каждый год, чтобы дети и родители не ложились спать голодными. В голове не укладывается, почему в седьмой богатейшей стране мира существует такая нищета, но, конечно, так обстоит дело не только в Великобритании. Неравное распределение ресурсов – глобальная проблема.

Да, жизнь зачастую несправедлива, но это не значит, что мы не в ответе за изменение мира к лучшему. Давайте вернёмся к новым верующим и неравному распределению

ресурсов. Они не стали бездействовать: апостолы увидели проблему, назначили компетентных организаторов, помолились за их мудрость и предоставили им разобраться с проблемами.⁵ И вот результат: «И слово Божие росло, и число учеников весьма умножилось»,⁶ а про споры о еде больше ни слова.

Немногие из нас имеют политическое влияние, которое дало бы нам возможность произвести радикальные перемены в организационной структуре нашей страны, не говоря уже обо всём мире. Но каждый может сделать что-нибудь, как добрый самарянин, один человек, помогший другому. А больше и не надо: один пакет продуктов, одно ведро риса,⁷ одно пожертвование, одно приглашение на обед для одинокого соседа или соседки. Любой поступок, в результате которого ещё один человек не отправится спать голодным, – это прогресс.

Крис Хант живёт в Великобритании и читает журнал “Подключись!” с начала его публикации в 1999 году. ■

¹Деяния, 6:1

²См. <http://www.stophungernow.org/hunger-facts>.

³См. <http://www.unep.org/wed/2013/quickfacts>.

⁴См. http://www.trusselltrust.org/resources/documents/foodbank/6323_Below_the_Breadline_web.pdf.

⁵См. Деяния, 6:2–6.

⁶Деяния, 6:7

⁷См. <https://www.facebook.com/ricebucketchallenge>.

ПИР В ДЕНЬ БЛАГОДАРЕНИЯ

Джули Васкес



Перед Днём благодарения я прочитала статью про Операцию «Индейка», проводимую здесь в Остине (Техас, США). Организация искала волонтеров, чтобы упаковать и раздать обеды для людей, у которых нет возможности насладиться моим любимым праздничным ужином. Индейка, картофельное пюре, подливка, клюквенное желе, горошек с морковью, запеканка из зеленой фасоли, тыквенный пирог... и это ещё не всё!

На следующее утро мы с подружкой отправились с утра пораньше поработать волонтерами. Мы приехали в большой ресторан и сразу же увидели толпы таких же волонтеров. Перед заполненной стоянкой тянулась длинная очередь автомобилей, а перед входом в ресторан стояла толпа людей в ожидании инструктажа. Такого я не ожидала.

Выяснилось, что собралось свыше полутора тысяч волонтеров, так что найти каждому занятие было нелегко. Однако организаторы, тоже волонтеры, хорошо справи-

лись с задачей. Разные команды отделяли мясо индейки от костей, толкли варёную картошку, занимались всевозможными аспектами подготовки, а также разбирали пожертвованную одежду. И в качестве завершающего штриха дети рисовали картинки на контейнерах с обедами. Я возглавила «пирожную» команду.

Через пару часов, когда большая часть пирогов была порезана и разложена, я встала в ряд упаковщиков. Каждый волонтер брал пустой контейнер, наполнял его из разных раздаточных стоек, закрывал и передавал команде развозчиков. Очередь была длинная, и я разговорилась со стоящей за мной женщиной. Мы сразу нашли общий язык и проговорили больше часа о жизни, путешествиях и своих семьях.

Через пару часов были подготовлены несколько тысяч упакованных обедов, и волонтеры отправились раздавать их нуждающимся. В воздухе царил музыка, энтузиазм и дух братства. После уборки народ стал расходиться-

ся, и мы тоже отправились домой.

По дороге мы с подругой обменивались впечатлениями. Рядом с шоссе мы заметили группу бездомных с контейнерами праздничных обедов. Мы поговорили о людях, с которыми работали: пожарный, ведущая благотворительных мероприятий, явно обеспеченные муж с женой, сотрудница ресторана, следившая за тем, чтобы мы все надели сетки для волос, и многие другие. Это были люди из разных социальных слоёв, молодые и пожилые, богатые и бедные. И все потратили несколько часов выходного в знак благодарности за наши многочисленные благословения.

На следующий день меня спросили, как прошло волонтерство. Мне больше всего запомнилось знакомство с женщиной в очереди на упаковку обедов. Я рада, что не упустила такой опыт. А ведь могла остаться дома... Дело в том, что в той очереди я чувствовала себя не в своей тарелке. Некоторые люди пришли помогать всей семьёй или с группой друзей, но я там ни с кем не была знакома. Не знаю, почему я иногда забываю, что другие люди – такие же, как я. Нередко кажется, что все вокруг знают, что делают, что они полностью счастливы и живут без проблем, что им известны ответы на все жизненные вопросы и у них куча друзей. В тот день я ещё раз убедилась, что обычно это не так, что все (или почти все) ищут, с кем пообщаться, подружиться и найти общий язык.

В этот День благодарения я ещё раз убедилась, что надо просто сделать шаг. Протянуть руку. Начать разговор. Дать Иисусу шанс направить меня к человеку, нуждающемуся в друге, и, возможно, со временем я смогу поделиться с ним верой. Если я делаю то, что зависит от меня – прикладываю усилия, предпринимаю хотя бы небольшие действия, то Он наверняка поможет мне быть полезной, несмотря на мои слабости и недостатки.

Джули Васкес – писательница, живёт в г. Остин (США). ■

РЕЦЕПТ СЧАСТЬЯ

ГАБРИЭЛЬ ГАРСИЯ В.

Для начала наденьте крепкий передник, на котором не задержатся брызги обид и пессимизма. В посуде из гибкого материала, который выдержит удары и падения, размешайте следующие ингредиенты.

- 2 полные ложки благодарности
- 1 $\frac{1}{2}$ ложки удовлетворённости
- большой кусок щедрости
- 3 капли концентрата оптимизма
- долька радостной улыбки
- семя веры
- стакан эликсира радости

Щедро приправьте хорошим настроем.

Смешайте все ингредиенты с энтузиазмом и подайте на просторный и радостный стол, за которым поместятся все, кто вас окружает.

Габриэль Гарсия В. – редактор журнала “Подключись!” на испанском языке, член Международного сообщества “Семья” из Чили. ■





НАСУЩНАЯ ПИЩА

Минуты тишины
Аби Мэй

Пища – одна из основных потребностей человечества. Неудивительно, что о ней говорится с первых глав, описывающих отношения Бога с людьми. В Бытие растения и деревья даны человеку для пропитания. «Я дал вам всякую траву, сеющую семя, какая есть на всей земле, и всякое дерево, у которого плод древесный, сеющий семя; – вам сие будет в пищу».¹

Приготовление еды

От шеф-повара до домохозяйки, готовящей обед, и студента, разогревающего пачку лапши быстрого при-

готовления, все занимаются приготовлением пищи каждый день. В библейские времена эта работа обычно доставалась женщинам, кроме обрядового приготовления пищи.

Сара приготовила еду ангелам, посетившим её мужа Авраама,² а Марфа готовила еду для Иисуса, когда Мария сидела и слушала Его.³

Один раз сам Иисус готовил: «Когда же [ученики] вышли на землю, видят разложенный огонь и на нём лежащую рыбу и хлеб. Иисус говорит им: придите, обедайте. ... Иисус приходит, берёт хлеб и даёт им, также и рыбу».⁴

Существуют также некоторые упоминания отдельных ингредиентов или специй: «Едят ли безвкусное без соли, и есть ли вкус в яичном белке?»⁵

Иногда даже встречаются рецепты: «Прибавь дров, разведи огонь, вывари мясо; пусть всё стужится, и кости перегорят».⁶

Праздничное угощение

Что может быть лучше праздничного застолья с друзьями? В меню трёхдневного пира в честь коронации царя Давида вошли хлеб и смоквы, изюм, оливковое масло, вино, крупный и мелкий скот.⁷

Члены первой церкви наслаждались общением за столом. «И каждый день единодушно пребывали в храме и, преломляя по домам хлеб, принимали пищу в веселии и простоте сердца».⁸

Перейдём к радостному финалу

¹Бытие, 1:29

²См. Бытие, 18:6–8.

³См. от Луки, 10:40.

⁴от Иоанна 21:9,12,13

⁵Иов, 6:6

⁶Иезекииль, 24:10

⁷См. 1-я Паралипоменон, 12:38–40.

⁸Деяния, 2:46

⁹Откровение, 19:9.

¹⁰См. от Матфея, 14:15,16.

¹¹См. от Марка, 14:12–25

и от Луки, 24:28–31.

¹²Второзаконие, 10:17–19

¹³от Матфея, 25:35,40

¹⁴Псалом 118:103

¹⁵от Матфея, 4,4

¹⁶Иеремия, 15:16

¹⁷от Луки, 12:23

¹⁸Псалом 144:15

¹⁹Екклесиаст, 3:13

²⁰См. от Матфея, 5,6.



Библии. Вот ещё один пир, на который приглашены все верующие. «Блаженны званые на брачную вечерю Агнца».⁹

ПОДЕЛИМСЯ С БЛИЖНИМ

Иисус проявлял заботу к окружающим во всём. Когда ученики хотели отправить людей купить себе еду, Иисус настоял: «Не нужно им идти, вы дайте им есть».¹⁰

Иисус разделил трапезу со Своими учениками перед смертью и после воскресения.¹¹

Поделись пищей с другими – одна из наших обязанностей: «Ибо Господь, Бог ваш, ... любит пришельца, и даёт ему хлеб и одежду. Любите и вы пришельца».¹²

Иисус сказал нам, что если мы кормим голодного, то делаем это для Него: «Ибо алкал Я, и вы дали Мне есть; жаждал, и вы напоили Меня; был странником, и вы при-

няли Меня... Истинно говорю вам: так как вы сделали это одному из сих братьев Моих меньших, то сделали Мне».¹³

СЛАЩЕ МЁДА

Божье слово приравнивается к духовной пище: «Как сладки горы тани моей слова Твои! лучше меда устам моим».¹⁴

Иисус сказал, цитируя Ветхий Завет: «Не хлебом одним будет жить человек, но всяким словом, исходящим из уст Божиих».¹⁵

Пророк Иеремия очевидно наслаждался духовной пищей: «Обретенны слова Твои, и я съел их; и было слово Твоё мне в радость и в веселие сердца моего».¹⁶

БОЖИЙ ДАР

«Душа больше пищи»,¹⁷ но Бог знает, что мы нуждаемся в ней: «Очи всех уповают на Тебя, и Ты

даёшь им пищу их в своё время».¹⁸

Даже удовольствие от пищи – это ещё один из Божьих даров: «И если какой человек ест и пьёт, и видит доброе во всяком труде своём, то это – дар Божий».¹⁹

Кто бы мы ни были, где бы мы ни жили, пища всегда будет важна для каждого из нас. Мы выращиваем или покупаем её, готовим её, едим её. И даже если мы находим мало общего с героями древней истории, чудесами и сверхъестественными событиями из Библии, когда речь заходит о пище, это понятно всем нам. С этим мы знакомы, это мы понимаем. И Бог хочет быть знакомым и понятным нам. Он хочет утолить наш голод: телесный и духовный.²⁰ Эту мысль надо переварить.

Аби Мэй – писательница и учительница из Великобритании. ■

От Иисуса, с любовью

ГОЛОД И ЖАЖДА

«Блаженны алчущие и жаждущие правды, ибо они насытятся».¹ «Ищущие меня найдут меня».² «И взыщете Меня и найдёте, если взыщете Меня всем сердцем вашим».³ Пусть Мой голос ведёт тебя, поддерживает тебя и не даёт тебе отстать от Меня.

Прислушайся к голосу Моего слова,⁴ потому что Мои слова сильны. Они есть жизнь, истина, энергия. Они дадут тебе силу и благодать продолжить путь. Они дадут совет, руководство и наставление. Они поддержат тебя, когда ты ослабнешь, они подкрепят тебя, когда ты выбьешься из сил. Они дадут тебе покой, когда ты изнеможён и в смятении. Они дадут энергию и благодать, когда опускаются руки, и нет сил идти дальше.

«Храни слова мои и заповеди мои сокрой у себя».⁵ Молись, и Я приду к тебе. Я откликнусь. Я буду «вождём твоим всегда», буду «насыщать душу твою».⁶

¹от Матфея, 5:6

²Притчи, 8:17

³Иеремия, 29:13

⁴См. Псалом 102:20.

⁵Притчи, 7:1

⁶Исаия, 58:11

