

ИЗМЕНИ СВОЮ ЖИЗНЬ. ИЗМЕНИ СВОЙ МИР.

ПОДКЛЮЧИСЬ!

ПЕСНЯ В СПОРТЗАЛЕ

Неожиданная встреча

Счастье – это сила

Как нести радость

Связующая нить

Один секрет на троих



КОЛОНКА РЕДАКТОРА ДЛЯ МИРА И ДЛЯ СЕБЯ

Библия учит, что мы должны максимально использовать данные Богом таланты и способности.¹ Он дал нам навыки, ресурсы, время, энергию, разум и дух, и лучше всего мы будем себя чувствовать, если используем их на то, что угодно Богу и соответствует Его плану.

Конечно, можно делать это по-разному. Бог дал каждому из нас своё призвание, и все мы обладаем неповторимым характером и живём в уникальных обстоятельствах. Библия подсказывает нам идеи: «призирать сирот и вдов в их скорбях»,² кормить голодных, навещать заключённых,³ показывать пример Христа на работе⁴ и т.д. К тому же, зная характер Бога, можно предположить другие варианты служения, например, защита и преумножение Божьего творения.

Когда мы выполняем всё это, то можем полагаться на Божье обещание, что наш труд не напрасен. «И всё, что делаете, делайте от души, как для Господа, а не для человек, зная, что в воздаяние от Господа получите наследие, ибо вы служите Господу Христу».⁵

Статьи в этом выпуске журнала «Подключись!» подсказывают, как мы можем «быть Иисусом» для окружающих. Но не забывайте, что, кроме семьи и общества, у нас есть обязанности и перед собой. Как сказала писательница Элеонора Браун: «Отдых и забота о себе очень важны. Если вы уделяете внимания восстановлению духа, то сможете служить другим от избытка сил. А от недостатка сил никому не послужишь». Об этом тоже нужно помнить.

Сэмьюэл Китинг
Главный редактор

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

Подключись!
Skr. Pocztowa 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

© 2016 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-185-X

¹См. притчу о талантах в Евангелии от Матфея, 25:14–30. ³См. от Матфея, 25:35,36.

²Иаков, 1:27. ⁴См. Колоссянам, 3:22.

⁵Колоссянам, 3:23,24



С ЮНЫХ ЛЕТ

РОЗАНА ПЕРЕЙРА

Недавно я взяла своего сына-подростка в экотуристическую поездку в группу фавел [трущоб] под названием Complexo do Alemão, которая расположена в северной части г. Рио-де-Жанейро (Бразилия). Кабинки на тросах проезжают над пятью горами, из них виден весь залив и великолепные горные хребты. Склоны гор усеяны тысячами лачуг с голыми некрашеными стенами и протекающими крышами. Это и есть фавелы.

В поездке мой сын заметил: «Удивительно, что бедных людей намного больше, чем богатых!»

Во время спуска мы разговорились с миссионеркой, которая начал работать там ещё до того, как обстановка стабилизировалась. Тогда на улицах происходили ежедневные перестрелки между полицией и наркокартелями. Одна женщина рассказывала, как в молодости ей каждый день приходилось ходить за водой к источнику, пока её отец с другими мужчинами не вырыл общественный колодец. В последние несколько лет жизнь в этом районе значительно улучшилась, но истории этих женщин напомнили нам, в какой нищете живут многие люди. Экскурсия произвела неизгладимое впечатление на моего сына, и он начал проявлять интерес к оказанию помощи нуждающимся семьям в нашем городе, а не только думать о своих желаниях.

Я считаю, что детей надо с ранних лет учить делиться и думать о других, чтобы это стало чертой их характера. Недавно я читала, что дети, которые пережили Вторую мировую войну, научились сплочённости, пройдя через кошмарные события. Годами им приходилось делиться каждым куском хлеба с другими. Это помогло сформировать характер и стало неотъемлемой чертой их личности.

Много лет я учила детей волонтеров из разных стран, и условия работы не всегда были идеальными. Иногда приходилось по очереди пользоваться учебными материалами и игрушками, так что детям пришлось научиться делиться, ждать своей очереди и помогать друг другу наводить порядок и убирать за собой.

Дети могут научиться сопереживанию, принимая участие в общественно полезном труде и помощи нуждающимся. Если научить их этим ценностям с юных лет, то они скорее всего будут придерживаться их всю оставшуюся жизнь.

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



СЧАСТЬЕ – ЭТО СИЛА

МАРИЯ ФОНТЕЙН, АДАПТИРОВАНО

В НАШЕЙ ЖИЗНИ ПОСЛЕДОВАТЕЛЕЙ ИИСУСА ВСЕГДА ЕСТЬ МЕСТО СЛУЖЕНИЮ ЛЮДЯМ, как иногда, так и постоянно. В каждом таком деле главное – стремление проявить любовь и доброту.

Когда мы находим время, чтобы помочь человеку не из чувства долга, но от души, эта жертва зачастую известна лишь нам и Иисусу. Когда Он просит нас потратить время и силы на других, это не пустяк. Он знает, что ре-

зультат стоит потраченных сил и времени и может быть более важным, чем мы предполагаем.

Недавно меня тронула короткая видеопрезентация работы христиан в детском доме. Эти люди чудесно воздействовали на детей, проявляли любовь и оптимизм, помогали им разучивать песни, обнимали, веселили, радовали и дарили им незабываемый опыт. Я увидела, что жизнь детей ощутимо изменилась. В них светилась Божья любовь.

Конечно, величайшее и непреходящее счастье приносит нам знакомство с Иисусом, мы хотим нести Его людям и помогать им принять Его. Но даже если у нас нет возможности делать это, Он всё равно освещает жизнь окружающих, благодаря нашим любящим, добрым и заботливым поступкам. Эти поступки – проявление Божьего Духа, который привлекает людей и помогает им почувствовать счастье и любовь.

Ниже вы прочитаете о том, что может принести человеку покой и счастье. Это обширная тема, и я лишь слегка затрагиваю некоторые аспекты позитивного влияния. Вы можете изучить этот вопрос и узнать про невероятно полезные следствия этих действий, обнаруженные медицинскими и научными исследованиями.

¹Притчи, 17:22

²Дженнифер Уэлш и LiveScience, «Почему смех – лучшее обезболивающее», журнал Scientific American, 14 сентября, 2011 г.; Мелани Уиндерлих, «10 полезных свойств смеха», документальный телесериал Curiosity (Discovery Channel)

³<http://www.exhibithealth.com/general-health/health-benefits-of-human-touch-1345>, http://greatergood.berkeley.edu/article/item/hands_on_research.

⁴<http://www.emedexpert.com/tips/music.shtml#ref29>

⁵<http://www.businessballs.com/singing.htm#singing-introduction>

⁶<https://suite.io/laura-owens/48ej266>



1. Польза смеха

В книге Притч царь Соломон сказал: «Весёлое сердце благотворно, как врачество, а унылый дух сушит кости».¹ Он не пользовался результатами научных исследований, но «попал не в бровь, а в глаз» благодаря Божьему Духу.

Смех и веселье, разделённые с другими, способствуют эмпатии, сочувствию, доверию и близости. Кроме того, смех нередко

- Уменьшает стресс;
- Облегчает боль;
- Избавляет от агрессии;
- Стимулирует иммунитет;
- Улучшает навыки общения;
- Стабилизирует уровень сахара в крови;
- Даёт позитивную нагрузку многим группам мышц;
- Помогает лучше справляться с жизненными трудностями²



2. Ценность прикосновения

Многие исследования показывают, что физический контакт не только улучшает иммунитет, но и избавляет от депрессии и враждебности, а также повышает выживаемость при некоторых заболеваниях. Невропатолог Шекар Раман из Ричмонда (США) пишет: «Объятия, похлопывание по плечу, дружеское рукопожатие обрабатываются центральной нервной системой и регистрируются центром удовольствия. Поэтому они могут оказывать сильное воздействие на человеческую психику, принося ощущения счастья и радости. И не важно,

кто инициирует контакт, чем больше вы контактируете с людьми, даже в самой лёгкой форме, тем счастливее вы будете». Исследования подтверждают, что физический контакт – это важная составляющая человеческого общения, отношений и здоровья.

Д-р Дэкер Келтнер заметил следующее о пользе физического контакта: «Позитивное воздействие начинается с момента рождения. Исследования в области физического контакта Тиффани Филд, ведущего ученого в данной сфере, показали, что недоношенные младенцы, которые проходили три пятнадцатиминутных сеанса осозательной терапии в день, через 5-10 дней набирали на 47% больше веса, чем недоношенные новорождённые, которые проходили стандартное лечение».

Исследования показывают, что терапия физического контакта имеет мощное воздействие на больных болезнью Альцгеймера, помогая им расслабиться, укрепить эмоциональную связь с людьми и облегчить симптомы депрессии.³



3. Сила слушателя

Внимание к словам человека может оказать значительное воздействие на его здоровье, настроение, самооценку и взгляд на жизнь. Вы можете показать человеку, что он важен вам, выслушав и постаравшись его понять. В этом большая сила!

- Слушать значит проявлять уважение.
- Слушать значит показывать людям, что ценишь их.

- Слушать значит проявлять любовь.
- Слушать значит давать людям возможность измениться.
- Слушать значит повышать самооценку говорящего.
- Слушать значит преодолевать барьеры и объединять людей.
- Слушать значит нести эмоциональное исцеление.
- Слушать значит мотивировать людей не сдаваться.



4. Воздействие музыки

Вдохновляющая музыка имеет множество целительных свойств, а также улучшает настроение и психическое состояние.⁴ Пение тоже очень полезно.⁵



5. Преимущества общения с животными

Вы можете помочь человеку, страдающему от депрессии или тревожного состояния, дав ему возможность пообщаться с вашим питомцем. Существует множество исследований о медицинских показаниях к терапии животными и «общению с животными для раннего развития детей, при уходе за престарелыми, лечении психических заболеваний, реабилитации пострадавших от насилия и психических травм и терапии заключённых».⁶

Один специалист перенёс операцию на сердце и потерял способность работать после последующей тяжёлой хронической болезни. Вот что он рассказал о том, как его сиамские кошки поддерживают его.

«Я просыпаюсь от боли и думаю: «А стоит ли жить?» Потом я вижу своих кошек, они запрыгивают ко мне на кровать, и я думаю: «Они приносят мне такую радость. Они такие замечательные, а я их хозяин. Я несу ответственность за их жизнь, здоровье и благополучие».⁷



6. РАДОСТЬ ТВОРЧЕСТВА

Ручная работа – живопись, вязание, резьба по дереву, садоводство и другие занятия, которые включают в себя создание чего-то нового – это инструмент для снятия стресса, избавления от тревожности и облегчения депрессии. Такие занятия помогают людям улучшить психологическое состояние и приносят глубокое удовлетворение. Говорят, что занятия рукоделием ведут к спонтанным радостным и творческим мыслям.⁸



7. ЦЕННЫЕ КАЧЕСТВА ИГРЫ

Вот несколько интересных мыслей об играх от специалистов, которые изучали эту тему. Игры с детьми и даже взрослыми способствуют возникновению привязанности между людьми. Журнал *Psychology Today* опубликовал статью о ценных качествах игры. Вот что в ней сказано: «Игра создаёт психологическое состояние, которое помогает и детям и взрослым лучше справляться с логическими суждениями, решением проблем и творчеством».⁹

«Именно в ходе игры дети учатся принимать решения, справляться с проблемами, самоконтролю и выполнению правил. А самое главное, игра – это источник счастья».¹⁰

Игры помогают взрослым избавиться от стресса, создают ощущение благополучия и даже облегчают боль. Игровые занятия с родными и друзьями помогают противостоять

стрессу и депрессии, стимулируют мыслительный процесс и творческий подход. Игры повышают энергию и жизнеспособность и укрепляют иммунитет, улучшая самочувствие.¹¹



8. ЦЕЛИТЕЛЬНАЯ СИЛА ПРИРОДЫ

Общение с природой имеет многочисленные психологические, эмоциональные и физические преимущества. Оно развивает воображение и творческую активность, улучшает интеллектуальное и психологическое состояние и укрепляет взаимоотношения с окружающими. Общение с природой также помогает восстановиться после усталости на работе и учебе, способствует повышению трудоспособности и создает ощущение удовлетворения.¹²

Как бы вы ни проявляли Божью любовь к людям, любой способ Он может использовать для создания чего-то бесценного. Бог заботится о человеке в целом и пользуется множеством разных методов, благодаря которым Его Дух проявляется в ваших словах и поступках. Поэтому «да светит свет ваш пред людьми, чтобы они видели ваши добрые дела и прославляли Отца вашего Небесного».¹³

МАРИЯ ФОНТЕЙН и её муж, ПИТЕР АМСТЕРДАМ, – ДИРЕКТОРА МЕЖДУНАРОДНОГО ХРИСТИАНСКОГО СООБЩЕСТВА «СЕМЬЯ». ■

⁷<http://blogs.psychcentral.com/healing-together/2010/11/the-power-of-pets-in-the-recovery-from-trauma>

⁸<http://www.psychologytoday.com/blog/the-creativity-cure/201205/creativity-happiness-and-your-own-two-hands>

⁹<http://www.psychologytoday.com/blog/freedom-learn/200811/the-value-play-i-the-definition-play-gives-insights>

¹⁰<http://www.theatlantic.com/health/archive/2011/10/all-work-and-no-play-why-your-kids-are-more-anxious-depressed/246422>

¹¹<http://www.helpguide.org/articles/emotional-health/benefits-of-play-for-adults.htm>

¹²http://depts.washington.edu/hhwb/Thm_Mental.html#brain, <http://heapro.oxfordjournals.org/content/21/1/45.full#sec-1>

¹³от Матфея, 5:16



БОЛЬШОЕ МАЛОЕ ДЕЛО

ИЗАБЕЛЬ ДЕ РИВЕ

Недавно мы организовали наше первое выступление кукольного театра для детей, которые приехали навестить своих отцов в самой суровой тюрьме Мехико, где находятся заключённые, которым отказали во всех апелляциях, даже в просьбе не посылать их в эту тюрьму. Всё, что им остаётся – это досиживать свой срок. Здесь содержатся самые трудные заключённые, с которыми не смогли справиться в других тюрьмах. Средний срок заключения – тридцать лет. 98% населения тюрьмы крайне бедны. Почти 50% из них никто не навещает, а значит их некому поддержать материально, и они отчаянно ищут возможность заработать деньги, чтобы выжить (заключённым приходится покупать предметы первой необходимости на свои средства).

На территории меня встречают группы отощавших мужчин, одетых в старые, грязные форменные костюмы тёмно-синего цвета. Их лица истощены, глаза полны отчаяния. В ноздри ударяет резкий запах, от которого не скрыться, запах отходов, гнили и канализации. Запах тоски и отчаяния. Меня охватывает царящее вокруг мучительное чувство безысходности.

На территории тюрьмы вдоль главной аллеи стоят маленькие прилавки, с которых продают поделки, продукты и товары первой необходимости. Торгуют здесь заключённые, а покупают посетители. Многие мужчины стоят в одиночестве, подпирая стену, с отсутствующим видом.

Жизнь проходит мимо, а вокруг тоска, депрессия, тюрьма.

Многие кажутся сломленными духом. Тем не менее, некоторые предлагают нам отнести вещи, сделать что-нибудь, чтобы почувствовать себя полезными, пообщаться к нам, а может, и получить вознаграждение.

Другие даже в трудных обстоятельствах стараются радоваться визиту родных.

Помещение старое, обветшалое и грязное. Краска облезла, оборудование отжило свой век. Весь мир этих людей выкрашен в грязные оттенки синего, серого и чёрного.

Мы входим в актовый зал, готовимся к выступлению и выкладываем раскраски и карандаши, которые будем раздавать детям. Программа начинается, и к нам присоединяются пятьдесят детей-посетителей, их матери и отцы-заключённые, а также некоторые другие осуждённые. Понемногу все они увлекаются и радуются, как дети, забыв на время о своей безрадостной реальности.

Прощание вызывает грусть. Кажется, мы сделали так мало для этих обездоленных людей, но это принесло им немного смеха, радости и любви, а это уже немало.

Изабель де Риве – основательница и директор мексиканской благотворительной организации, оказывающей помощь нуждающимся детям и жёнам заключённых. ■

ПЕСНЯ В СПОРТЗАЛЕ

Крис Мизрани



СЕГОДНЯ УТРОМ Я ЕЛЕ ВСТАЛ С ПОСТЕЛИ. Солнце ещё не взошло, почему же я должен подниматься?

Размышляя об этом, я оделся, взял сумку и поплёлся на улицу.

Я надеюсь, что некоторые из вас посочувствуют мне, когда узнают, куда я отправился. В спортзал.

Подождите! – можете сказать вы. – Занятия в спортзале – это такое замечательное, бодрящее, радостное событие! Ну, сегодня утром до радости и бодрости мне было далеко. Неделя выдалась сумасшедшая, и ранний подъём израсходовал мой «лимит радости» на день.

¹См. от Матфея, 6:19,20.

²www.HelpingHandSA.org

В общем, я позанимался и уже направлялся в душ. Время поджимало, пора было бежать домой. Я раздумывал о предстоящих сегодня делах, как вдруг услышал чьё-то пение.

Не знаю, как в других спортзалах, но в моём обычно никто не поёт. А если и поёт, то под нос или беззвучно. А это было настоящее пение, уверенное и звучное. Человек пел незнакомую песню, и тут я услышала слово «Иисус». Потом он запел вариацию на тему «Слово твоё – светильник».

Я был, прямо скажем, в шоке. Этот парень вдохновил меня и в то же время пристыдил. Он рассказывал о своей вере просто и действенно. Как сказал Дуайт Моуди, знаменитый

проповедник XIX века, он проповедовал «Библию в переплёте из сапожной кожи», т.е. личным примером.

Закончив петь, он улыбнулся и сказал: «Всем хорошего дня!» Потом он собрал сумку и вышел. Мой день однозначно перевернулся с ног на голову в самом лучшем смысле этого слова. Дома я рассказал об этом моей невесте. Потом рассказал друзьям и родным. Я рассказал об этом кому только мог, а теперь рассказываю вам.

Вот чему я научился на этом примере.

1 Рядом с вами всегда найдётся человек, на которого вы можете оказать положительное влияние. В спортзале тот человек поднял мне

«Делайте добро при любой возможности. Всеми возможными способами. Любыми средствами. Где только можете. Когда только можете. Всем, кому только можете. До тех пор, пока можете». *Приписывается Джону Уэсли (1703–1791)*

«Цель вашей жизни – превозносить Его. Чем бы вы ни занимались, Бог хочет, чтобы Его прославляли, потому что всё это принадлежит Ему». *Фрэнсис Чан (род. в 1967 году)*

«Кого мы хотим заставить гордиться нами? Родных? Друзей? Учителей и начальников? Почему же не того, кто создал нас из праха земного, слепил нас, как глиняные сосуды, и вложил в нас дыхание жизни, которым держится вся вселенная?» *Джеймс Мэксон (род. в 1977 году)*

«Христианство – это не вера для самодовольных, утопающих в комфорте и робких. Оно требует и создаёт героев вроде Уэсли, Уилберфорса, Бонхёффера, Иоанна Павла II и Билли Грэма. Каждый из них внёс свой непреклонный и действенный вклад в замысел Иисуса Христа». *Митт Ромни (род. в 1947 году)*

настроение и благословил меня своей готовностью чтить Бога. Он понятия не имел, что у меня на душе, да ему и не надо было этого знать. Так и каждый из нас постоянно встречается, общается и оказывает влияние на многих людей. Когда мы проявляем радость в удручённом мире и доброту в шумном, но неприспособленном к общению обществе, мы тоже можем изменять жизнь людей.

2 Бог знает, как поддержать нас, когда мы нуждаемся в этом. Он подстроил всё так, что мне удалось услышать пение в нужный момент. Выбор момента крайне важен, и Бог всегда оказывается в нужном месте в нужное время.

3 Никогда не судите по внешности. Наверняка я упустил в жизни много замечательных моментов, потому что поторопился с выводами.

Я читал, что люди чаще всего мысленно выносят суждение о незнакомом человеке в течение 30 секунд после знакомства. Из этого я сделал вывод, что нужно всегда стараться показывать хороший пример, потому что нам вряд ли выдастся вторая возможность убедить людей в искренности нашей веры.

4 Мыслите масштабно. Одна песня, одно доброе слово, одна улыбка, один добрый поступок, одно письмо, одно сообщение,

одна похвала, одно объятие, одно [нужное вписать] может принести намного больше добра, чем мы изначально потратили сил на этот поступок. Вечные дивиденды нельзя измерить земными стандартами. Давайте будем вкладываться в долгосрочные результаты, даже если, точнее, особенно если, они нам не видны.¹

Давайте поступать, как Иисус, и дарить Его людям при любой возможности, даже рано утром.

Крис Мизрани – веб-дизайнер, фотограф и миссионер от организации «Руки помощи»² в г. Кейптаун (ЮАР). ■



Наследие

Анна Перлини

Раньше он был весьма высоким, имел уверенную и гордую осанку. В молодости он посвящал каждую свободную минуту, даже в каникулы, молодёжному христианскому служению. Он обратился в христианство, когда ему было двадцать с небольшим, и сразу начал с рвением следовать вере. Он организовывал летние лагеря в горах для молодых людей, недавно прошедших Вторую мировую войну, которые нуждались в отце или старшем брате.

Потом пришло нелёгкое время, когда его собственные дети подросли и превратились в идеалистичных, но весьма непокорных подростков, которые решили изменить свою жизнь и отбросить всё, чему он их учил. Он не знал, как на это реагировать, и отгородился от них, особенно от старшей дочери, которая рано уехала из дому и выбрала путь, непопулярный ему. Сердце щемило в груди, но он не подавал виду.

Он решил, что больше не может с ней видеться, и так прошло пять долгих и несчастных лет. Тем временем она вышла замуж и у неё родились собственные дети. Однажды он, наконец, набрался храбрости и решил навестить её, познакомиться с зятем и с двумя внуками. Визит был очень кратким, но первый шаг был сделан, и последующие дались намного легче.

Вскоре они начали снова собираться всей семьёй, и эти встречи были подобны весне после долгой холодной зимы. Никто не хотел говорить о прошлом, все простили

друг другу совершенные ошибки. Они до сих пор не во всём соглашались друг с другом, но в их сердцах возродилось уважением друг ко другу и безоговорочная любовь, а с ними и понимание, и мудрость.

Я знаю это, потому что я и есть та старшая дочь. В разговоре мать и другие родственники упомянули, что он пережил удивительное преобразование, из рьяного, но зачастую бескомпромиссного верующего, в рьяного, но намного более милосердного.

Когда мои собственные дети выросли и стали подростками, а потом и взрослыми, угадайте, кто советовал мне поддерживать с ними близкие отношения, проявлять сочувствие и понимание? Мой отец. А я, в свою очередь, теперь на собственной шкуре поняла, как ему было трудно, и стала относиться к нему с большим пониманием.

Теперь ему почти девяносто, он сторбился и ходит уже не так быстро, как раньше. Но он до сих пор читает, пишет, молится и помогает нуждающимся. Он проявляет любовь и держит двери своего дома открытыми. Закат трогает его до слёз. У него пять детей, четырнадцать внуков и девять правнуков.

Он оставил нам великое наследие, и мы в шутку называем его патриархом. Но самым важным примером для меня стал тот день, когда он сказал мне: «Прости меня».

Анна Перлини – одна из основателей гуманитарной организации «PER UN MONDO MIGLIORE»,¹ действующей на Балканах с 1995 года. ■

¹<http://www.perunmondigiore.org>



Кейс Филлипс

СВЯЗУЮЩАЯ НИТЬ

Если бы вы только могли познакомиться с тремя людьми, которые произвели на меня большое впечатление в прошедшем году! Первым был ассистент официанта. Он убирал со стола, сидя в инвалидном кресле, но делал это с огромным обаянием. Я не удивился, когда менеджер сказал мне на выходе, что считает этого молодого человека самым лучшим работником. «Думаю, почти все приходят сюда ради него, а не ради еды», – пошутил менеджер.

Вторым был слепой нищий, который всегда улыбается и искренне желает всем благословений, так что я всегда подхожу к нему, когда оказываюсь в тех краях. Иисус сказал, что блаженнее давать, нежели принимать. Мой слепой друг заставляет в это поверить.

Третьей была кассирша среднего возраста. Она простояла на ногах много часов, но всё равно так искренне пожелала мне хорошего дня, что у меня запела душа. И не важно,

что она говорила то же самое всем покупателям до и после меня. В тот день тонул я, и она меня спасла.

Что же заставляет нас завидовать людям вроде этих трёх? Завидовать не их положению, но их жизнелюбности. Подобно скрытым ангелам, эти неожиданные защитники доброй воли как будто говорят нам: «Вступайте в нашу команду!»

В поисках их секрета я стал искать связующую нить, общую черту, которая помогала им не только быть выше бед, но и вести за собой других. И, по-моему, я её нашёл. Они все искренне благодарны за то, что у них есть, и у них не остаётся времени жалеть о том, чего нет. Такой победы добиваются те, кто знает и верит в Божью любовь.

Кейс Филлипс работал главным редактором журнала «Подключись!» 14 лет с 1999 по 2013 гг. Он и его жена Кэрин сейчас ведут работу с бездомными в США. ■

«Мы несовершенны, а Бог любит нас совершенно. Мы блуждаем без цели, а Божья любовь принимает нас всецело. Он любит каждого из нас, даже сломанных, отвергнутых, неумелых, печальных и сокрушённых».

*Дитер Ухтдорф
(род. в 1940 году)*



«В мире существует два типа людей. Люди, которые при любой возможности считают себя «жертвой», и люди, которые при любой возможности стараются быть выше проблем, где бы они ни были и что бы вокруг ни происходило. Мы все сильные люди. Давайте применять эту силу, чтобы создавать красоту!»
Кристофер Хоук



ДЖЕССИ РИЧАРДС

Радостная рабочая обстановка

Один из последних выходных я почти полностью провела в зоопарке. Давно я не была в зоопарке. За зверями очень увлекательно и весело наблюдать, и я узнала много интересного. В детстве я об этом не задумывалась, а теперь мне стало грустно, что животные не на свободе. Я не сомневаюсь, что за ними хорошо ухаживают в этом зоопарке, но разве может клетка, какая бы просторная она ни была, сравниться с просторами их природной среды обитания?

В последнее время я много думала о факторах, которые делают рабочее место здоровым и радостным или депрессивным и подавляющим. Я не рискну сравнивать людей в кабинетах с обезьянами в клетках, хотя думаю,

что некоторые люди так себя чувствуют.

За последние пару лет я прочитала несколько книг о корпоративной среде, они вдохновили меня и дали новую информацию для размышлений. Во всех книгах речь шла о схожих ключевых принципах, которые рассматривались с разных точек зрения. Один из принципов гласит, что свобода и независимость на рабочем месте – один из самых значительных факторов мотивации и удовлетворения от работы. И наоборот, в наше время отсутствие свободы принятия решений на работе – один из самых, если не самый, деморализующих факторов на рабочем месте.

В книге «Открываем организации будущего»¹ рассматривается приме-

нение в некоторых современных организациях методов работы, которые бросают вызов парадигме индустриальной эры – основе деятельности многих компаний. Эти организации будущего строятся на самоуправлении и цельности, т.е. вносят большую независимость и свободу в рабочий процесс и помогают людям вести более полную трудовую жизнь, а значит и более полную жизнь в целом.

Я не согласна с тем, что можно и нужно сделать так, чтобы «работа даже не казалась работой, потому что мы её просто обожаем». Это в идеале, и если у кого-то это получилось, я рада за них. Но я реалист и знаю, не у всех так получится. С другой стороны, почти все мы проводим восемь и более часов в день за работой. Поэтому я считаю, что даже если мы её не «обожаем», всё равно она приносит какую-то радость, целеустремлённость, чувство коллектива, эффективности и удовлетворения.

¹Фредерик Лалу, издательство Nelson Parker, Брюссель, 2014

²Деннис Бакке, издательство PVG, Сиэтл, 2005

³Дэниел Пинк, «Стимул. Удивительная правда о том, что нас мотивирует», издательство Riverhead Books, Нью-Йорк, 2010



Один из принципов, который неоднократно повторяется в этих книгах, гласит, что для того, чтобы превратить организацию из «промышленной машины» в организацию, ориентированную на людей, нужно начинать с верхов. Я много думала о том, что может человек вроде меня, менеджер среднего звена, не президент и не руководитель компании, сделать для того, чтобы на рабочем месте возникла более приятная, позитивная и продуктивная среда с повышенным чувством коллектива.

В книге «Радость на работе»² описывается компания, основанная на четырёх ценностях: добропорядочности, справедливости, социальной ответственности и веселье. Автор описывает её как «приносящую удовлетворение, вдохновение, творчество и успех» и говорит, что «радость на работе начинается с личной инициативы и самоуправления». И хотя управление принадлежит не мне, я

могу проявлять инициативу. Я могу прилагать усилия к созданию более здоровой и приятной рабочей обстановки. А ещё я точно могу управлять своими действиями, особенно своим отношением к людям, а также методами мотивации коллектива.

Я пыталась рассмотреть свои представления о работе в общем, о человеческой натуре, о своей роли, мотивации и конкретных людях. Например, на основании чего я строю свои отношения с сотрудниками? Я считаю, что «мои коллеги ставят свои интересы перед благом организации и потому эгоистичны» или «мои коллеги хотят применять свои таланты и навыки, чтобы внести положительный вклад в дело организации и изменить мир к лучшему»?

Я знаю, что мотивирует меня: «самоуправление, мастерство и цель»³ или, говоря моими словами, независимо принимать решения, которые касаются моей работы, иметь возможность получать новые навыки и повышать

квалификацию, заниматься важным и стоящим делом. В основном, то же самое мотивирует и моих коллег. Я стараюсь верить, что в глубине души почти все люди, особенно те, кто, как и я, работают в общественной организации для улучшения жизни людей, имеют благие намерения, думают о пользе для своей организации и общества в целом и стараются хорошо работать. И если даже один человек на работе становится счастливее и избегает стресса, потому что я отношусь к людям доброжелательно и снисходительно и стараюсь облегчить нашу совместную работу, то это уже неплохо для начала.

ДЖЕССИ РИЧАРДС – участвовала в выпуске журнала «Подключись!» с 2001 по 2012 гг. и была его штатным корреспондентом. Она также пишет и редактирует материалы для других христианских изданий и сайтов. ■

ВМЕСТЕ ЛУЧШЕ



ДВОИМ ЛУЧШЕ, НЕЖЕЛИ ОДНОМУ; потому что у них есть доброе вознаграждение в труде их: ибо если упадёт один, то другой поднимет товарища своего. *Екклесиаст, 4:9,10*

Я уже не называю вас рабами, ибо раб не знает, что делает господин его; но Я назвал вас друзьями, потому что сказал вам всё, что слышал от Отца Моего. *Евангелие от Иоанна, 15:15*

Никто не может насвистывать симфонию. Для этого нужен оркестр. *Хэлфорд Лаккок (1885–1961)*

Участника команды гребцов никогда не хвалят за индивидуальный и мужественный стиль гребли. *Ральф Уолдо Эмерсон (1803–1882)*

Если бы я мог сам решить все проблемы, я бы так и сделал. *Томас Эдисон (1847–1931) в ответ на вопрос, зачем ему нужен коллектив из двадцати одного ассистента*

Дружба: протянуть руку во тьме тому, кто нуждается в помощи. *Хью Блэк (1868–1953)*

Собраться вместе – начало.
Держаться вместе – процесс.
Работать вместе – успех.
Генри Форд (1863–1947)

Идти с другом в темноте лучше, чем идти одному при свете.
Элен Келлер (1880–1968)

Друга можно поистине считать венцом творения.
Ральф Уолдо Эмерсон

Дружба требует большого взаимопонимания между друзьями. А иначе она не сможет ни возникнуть, ни существовать.
Святой Франциск Сальский (1567–1622)

Самое замечательное открытие настоящих друзей в том, что они могут развешаться, но не отдалиться. *Элизабет Фолли*

После того, как любимые друзья уходят в тёмное чрево земли, часть меня оказывается похоронена вместе с ними. Но их вклад в моё счастье, силу и разум поддерживают меня в изменившемся мире. *Элен Келлер*

Так не бывает, чтобы любовь или дружба пересекли стезю нашей судьбы и не оставили на ней следа навеки. *Франсуа Мориак (1885–1970)*

Радует сердце не столько подарок друга, сколько его любовь.
Святой Эрлед Ривоский (1110–1167)

Ни время, ни расстояние не ослабят дружбу людей, убеждённых в ценности друг друга.
Неизвестный автор

Как утешительно, невыразимо утешительно доверять человеку, когда не нужно взвешивать мысли и слова, но можно говорить свободно, как есть, мякину вместе с зерном, и знать, что верная рука друга просеет их и оставит нужное, а остальное сдует дуновением доброты.
Дина Малок Крэйк (1826–1887)

Память длится вечно и никогда не умирает.
Друзья остаются рядом и никогда не прощаются.
Неизвестный автор ■

Секреты успеха в общении с людьми

КРИС ХАНТ



БИБЛИЯ – ЭТО БОГАТАЯ СОКРОВИЩНИЦА ДУХОВНЫХ И ПРАКТИЧЕСКИХ СОВЕТОВ, а также примеров крепкой дружбы и любви. Так Мартин Лютер заметил, что суть жизни христианина состоит в умении понимать окружающих.¹

Так чему же мы можем научиться из Библии об успешном общении с людьми?

ИЩИТЕ ДОБРОЕ.

Наконец, братья мои, что только истинно, что честно, что справедливо, что чисто, что любезно, что достославно, что только добродетель и похвала, о том помышляйте.

Послание к Филиппийцам, 4:8

ОТНОСИТЕСЬ К ЛЮДЯМ С ДОБРОТОЙ, КАК ХОТИТЕ, ЧТОБЫ ОТНОСИЛИСЬ К ВАМ.

Итак во всём, как хотите, чтобы с вами поступали люди, так посту-

¹«Свобода христианина», Мартин Лютер, издание сочинений под редакцией Гарольда Гримма и Гельмута Леманна (Филадельфия, издательство Muhlenberg Press, 1957), стр. 365

пайте и вы с ними, ибо в этом закон и пророки.

Евангелие от Матфея, 7:12

Мы, сильные, должны сносить немощи бессильных и не себе угождать. Каждый из нас должен угождать ближнему, во благо, к назиданию.

Послание к Римлянам, 15:1,2

Оказывать всякую кротость ко всем человекам.

Послание к Титу, 3:2

БУДЬТЕ ГИБКИМИ.

Итак будем искать того, что служит к миру и ко взаимному назиданию.

Послание к Римлянам, 14:19

Ибо, будучи свободен от всех, я всем поработил себя, дабы больше приобрести: для Иудеев я был как Иудей, чтобы приобрести Иудеев; для подзаконных был как подзаконный, чтобы приобрести подзаконных; для чуждых закона – как чуждый закона, – не будучи чужд закона пред Богом, но подзаконен Христу, – чтобы приобрести чуждых закона; для немощных был как немощный, чтобы приобрести немощных. Для всех я сделался всем,

чтобы спасти по крайней мере некоторых.

1-е послание к Коринфянам, 9:19–22

ВСЕГДА ПРОЩАЙТЕ.

Тогда Петр приступил к Нему и сказал: Господи! сколько раз прощать брату моему, согрешающему против меня? до семи ли раз? Иисус говорит ему: не говорю тебе: до семи раз, но до седмижды семидесяти раз.

Евангелие от Матфея, 18:21,22

Поддерживайте друг друга. Носите бремена друг друга.

Послание к Галатам, 6:2

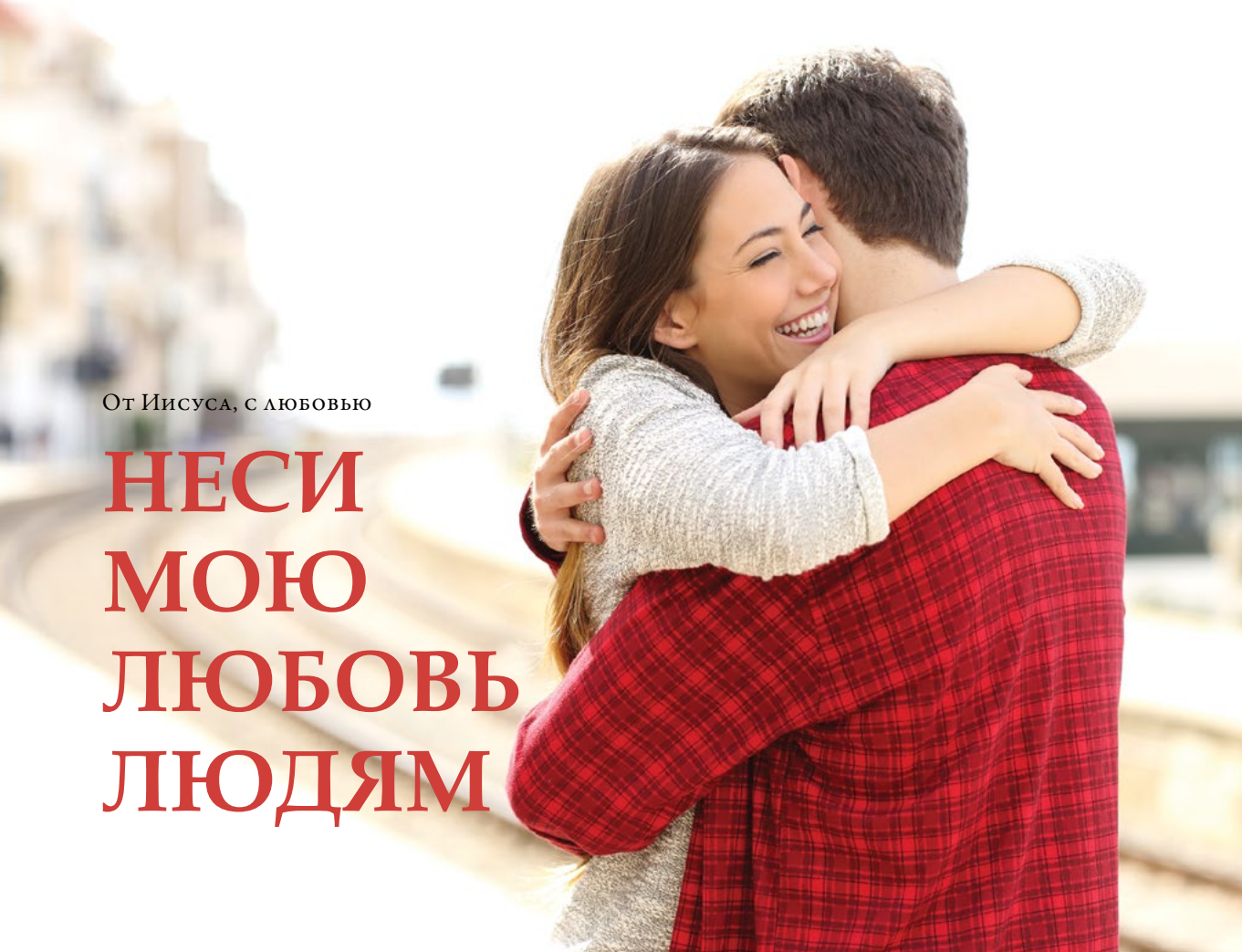
Радуюсь и сорадуюсь всем вам.

Послание к Филиппийцам, 2:17

Посему и мы с того дня, как о сём услышали, не перестаём молиться о вас и просить, чтобы вы исполнялись познанием воли Его, во всякой премудрости и разумении духовном.

Послание к Колоссянам, 1:9

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



От Иисуса, с любовью

НЕСИ МОЮ ЛЮБОВЬ ЛЮДЯМ

Перед сном подумай о Моей любви к тебе. Если начнёшь вспоминать свои благословения, ты увидишь, как Я тебя благословил во многом, через многих людей. Каждый из них – это знак Моей любви к тебе лично.

Я прошу, чтобы ты подумал и о том, насколько ты даришь любовь. Что ты сделал сегодня, чтобы проявить любовь к людям, тронуть их Моей любовью? Помни, что у Меня нет другого голоса, кроме твоего, нет других рук, кроме твоих, чтобы прикасаться к сердцам и привлекать их ко Мне. «Так как вы сделали это одному из сих братьев Моих меньших, то сделали Мне».¹

Каждый раз, когда ты следуешь зову сердца, когда ты слушаешь Моего совета и пользуешься возможностью проявить любовь к окружающим, Я награждаю тебя. Если ты даришь любовь, ты получаешь в ответ прикосновение Моей любви. «Давайте, и дастся вам».²

1. от Маффея, 25:40

2. от Луки, 6:38