|  |  |
| --- | --- |
| 1:Macintosh HD:Users:admin:Desktop:COVER 3 Thumbnail.001-001.jpgrs/a卺䵭¤ | **Весть Христа для последнего времени – т. 3** |
| 2 :THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.001-001_tn.jpg | **Веселое сердце** |
| 3:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.002-001_tn.jpg | ИЛЛЮСТРАЦИЯ: 5 августа 2010 года из-за камнепада в медном руднике чилийского Копьяпо в ловушке на глубине 690 м оказались 33 шахтера. Другой группе шахтеров, которая была ближе к входу в шахту, удалось бежать. Но для этих 33 человек все пошло по-другому. Их мир буквально рушился вокруг них.  |
| 4:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.003-001_tn.jpg | Их умы были поглощены одной мыслью - необходимо выжить и выбраться. Начальник смены Луис Урзуа сразу же взял на себя ответственность и организовал команду, которая принимала все свои решения на демократической основе. То есть решения принимались по голосам большинства. Для того, чтобы была хоть какая-то надежда на выживание, они должны были быть в гармонии между собой.  |
| 5:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.004-001_tn.jpg | Проблемы с вентиляцией заставили мужчин перейти из помещения в 540 квадратных футов (50 квадратных метров) аварийного убежища в туннель. У них был доступ к двум километрам галерей, по которым можно было передвигаться. Отсутствие аварийных лестниц затрудняло тщетные попытки побега через вентиляционные шахты. Их запасы первой необходимости, рассчитанные на два-три дня, должны были распределены на две недели. Тщательное распределение, строгая дисциплина, социальная поддержка и дух товарищества внесли свой вклад.  |
| 6:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.005-001_tn.jpg | Каждый из мужчин потерял в среднем 18 фунтов (8 кг) в весе. Для некоторых это был не очень приятное, но необходимое преимущество. В противном случае, они бы не поместились в эвакуационные капсулы, когда, наконец, сверху пришла помощь.  |
| 7:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.006-001_tn.jpg | 22 августа дрель проделала свое восьмое отверстие и достигла тоннеля, рядом с которым шахтеры с тревогой ожидали спасения. Целыми днями шахтеры слышали сверла и готовили записки, чтобы прикрепить их к буровому долоту. Самая знаменитой была записка со словами: **"С нами все хорошо в убежище, 33-й".**  |
| 8:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.007-001_tn.jpg | Радость и волнение вспыхнуло над землей: мужчины были еще живы. Для семей и близких зажглась надежда. Тем не менее, существовала неопределенность относительно того, как будет проходить спасательная операция. И опасения того, что это может занять много месяцев и люди не смогут прожить так долго.  |
| 9:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.008-001_tn.jpg | В течение этого времени произошло еще одно интересное явление: близ входа в шахту в пустыне возник палаточный городок. Сначала семьи и друзья спали в автомобилях, ждали и молились. Потом она принесли палатки и другие материалы, чтобы помочь тем, кто там работал, пережить враждебную обстановку пустыни. Лагерь был назван соответствующим образом Campamento Esperanza («Лагерь надежды»).  |
| 10:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.009-001_tn.jpg | Мультикультурное сотрудничество, инженерная изобретательность, тщательное планирование и упорство привело к тому, что один за одним, все шахтеры были подняты из-под земли - живы и здоровы, после 69 дней пребывания в ловушке. Что помогло этим людям не сдаваться? Как эти люди, в течение почти двух месяцев находившиеся под землей, не впали в отчаяние и уныние? Поддержка друг друга, руководство, сотрудничество, дисциплина, чувство юмора - все эти сыграло жизненно важную роль. Однако самым главным были оптимизм и надежда. Без этого они бы не выжили.  |
| 11:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.010-001_tn.jpg | Работающие над землей жили в лагере надежды. Те, кто был погребен под землей, черпали надежду, веру и оптимизм в своих связях со спасателями и семьями. Папа Римский и другие религиозные лидеры молились за них.  |
| 12:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.011-001_tn.jpg | В ходе спасательной операции у одного из шахтеров был удивительный опыт – он увидел через настройку визуальной коммуникации, как его жена родила ему дочь. Родители назвали ее Хоуп (надежда), потому что они, вместе с другими шахтерами и их семьями, никогда не теряли надежды.  |
| 13:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.012-001_tn.jpg | Самый молодой шахтер, Джимми Санчес, поделился своей надеждой и мыслями в письме: "Я бы так много съел! Я голоднее, чем когда-либо. Все эти дни я мечтал о том, как моя мама приготовит что-нибудь для меня. И это скоро случится. После проблемы всегда приходит мир". |
| 14:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.013-001_tn.jpg | **После проблемы всегда приходит мир.** Неплохое выражение, да? Это то, о чем мы все должны помнить, особенно в трудные времена, не так ли? Это был пугающий и запоминающийся опыт для всех, кого он затронул, но на протяжении всей этой удивительной истории мы видим линию оптимизма и надежды -незаменимые ингредиенты полной, здоровой и счастливой жизни.  |
| 15:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.014-001_tn.jpg | Оптимизм и надежда могут все изменить. Это проповедь о здоровье, и с медицинской точки известно, насколько важно правильное отношение для хорошего здоровья. **Во-первых, что такое оптимизм?** Есть много синонимов и близких слов: **"счастье", "надежда", "радость" "положительное отношение", "отличное настроение" и "бодрость"**. Оптимизм был определен как твердое желание ожидать хорошие результаты в будущем. Это соответствует определению **Оксфордского словаря английского языка**, который описывает оптимизм как стремление к **"надежде и уверенности в себе".**  |
| 16:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.015-001_tn.jpg | Все действительно находится в вашей голове. В конце концов, два человека, глядя в то же окно, могут увидеть разные вещи. Оптимист, например, можно увидеть красивые звезды, которые освещают ночь; пессимист может увидеть грязь, которая еще больше угнетает настроение. Оптимист считает, что стакан наполовину полон; пессимист считает, что стакан наполовину полон.  |
| 17:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.016-001_tn.jpg | Оптимизм – это лицо нашей веры, и он построен на надежде и вере в Бога; убеждение, что Он может сделать для нас лучшее в любой ситуации: **“Притом знаем, что любящим Бога, призванным по Его изволению, все содействует ко благу.” (Рим. 8:28),** |
| 18:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.017-001_tn.jpg | и **“верен Бог, Который не попустит вам быть искушаемыми сверх сил, но при искушении,** |
| 19:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.018-001_tn.jpg | **даст и облегчение, так чтобы вы могли перенести.” (1 Кор. 10:13).** Оптимист может обрести мир и даже радость, когда дела идут не так, как он или она хотели бы. В этой жизни мы переживаем усталость, болезни и даже смерть; и даже через все это мы будем иметь спокойствие и мир, которые находятся превыше человеческого понимания или ожидания. Осуществляя выбор в пользу оптимизма, мы можем наслаждаться целостностью даже среди нашей человеческой разбитости. Ведь все мы так или иначе разбиты, будь то физически, умственно, эмоционально или духовно, не так ли?  |
| 20:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.019-001_tn.jpg | Кому не известны горе и разбитость? Кто не знает о жесткости и борьбе в нашем падшем мире? Мы все далеки от Эдема, не так ли? Очень далеки. . .  |
| 21:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.020-001_tn.jpg | Иллюстрация: Возьмем, к примеру, женщину, назовем ее Мелисса. Ей уже за 30, и она мать троих детей. Ее диагноз - меланома, рак кожи. Он распространился по всему телу - несмотря на все лечение, чтобы сохранить опухоль под контролем. Она прошла через многое в поисках лечения, включая участие в двух клинических испытаниях. Опухоль немного отреагировала на один из методов лечения, но за счет долгой госпитализации, сильной усталости, проколотых легких и тяжелых инфекций. Когда рак вновь оказался вне контроля, она с нетерпением приняла участие в третьем клиническом исследовании, которое было сделано в основном в исследовательских целях. То есть вряд ли Мелиссе оно помогло. Данное исследование требовало серьезной операции до принятия экспериментального лечения.  |
| 22:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.021-001_tn.jpg | Вечером перед операцией, когда ее спросили, есть ли у нее еще вопросы, Мелисса с улыбкой заявила, что вопросов у нее нет и что, уже пройдя через такое количество лечений, она знала, что примет участие и в этом. Затем, понизив голос, она добавила, что она – мать, и будет делать все, чтобы еще немного побыть со своими детьми. Присутствующие сотрудники были в восторге от ее мужества. Они были также впечатлены, что ее оптимизм, хоть и основанный на ложных надеждах в безнадежной ситуации, должен был быть полезным для человека в ее положении. К сожалению, она умерла через год - опухоль не отреагировала на экспериментальное лечение.  |
| 23:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.022-001_tn.jpg | Печально, но вдохновляющие опыты подтверждают, что не всегда все получится так, как мы хотели бы. Иногда это происходит, иногда нет. Это просто природа падшего мира, мира, где существует зло, и мы все находимся в том, что называется великой борьбой.  |
| 24:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.023-001_tn.jpg | Вот почему многим из нас нужна помощь, чтобы быть оптимистами, особенно в сложных ситуациях. Обратите внимание на то, что я только что сказал. Делайте выбор в пользу оптимизма. Да, это выбор, то, что в определенной степени находится под нашим собственным контролем. Конечно, семья и другая социальная поддержка являются полезными и важными в этом процессе. Пессимисты склонны считать, что плохие события будут длиться долго, и часто отказываются от идеи, что ситуации улучшится. Подход оптимиста, с другой стороны, заключается в том, чтобы рассматривать негативное событие как временную неудачу и стараться еще сильнее. Иногда реалистичный подход, который принимает во внимание вызовы и проблемы, можно рассматриваться как пессимизм; в то же время, реалистичный оптимист питает надежду и настойчивость, верит и работает, стремясь улучшить обстоятельства и ситуацию. |
| 25:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.024-001_tn.jpg | **“Пессимист видит трудности в каждой возможности… Оптимист видит возможности в каждой трудности.” – сказал Уинстон Черчилль**Наши Библии много говорят о надежде. То есть на фоне всех многочисленных неудач, человеческих страданий, трагедий Библия - отражающая жизнь, как она есть - так много говорит о надежде. И это потому, что это Книга о реальном любящем Боге и Его взаимодействием в нашем падшем мире. И познания Его, Его любви, лежит в основе этой надежд.  |
| 26:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.025-001_tn.jpg | Представьте себе, что вы не верите в Бога. Представьте себе, что эта жизнь – это все, и конец. Вы жили, вы страдали и вы умерли. И затем, грубо говоря, вы просто гниете в земле. Это, я думаю, может быть причиной пессимизма, не так ли?  |
| 27:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.026-001_tn.jpg | Позвольте мне прочитать вам известную цитату французского писателя по имени Альберт Камю. Камю, когда он писал это, не верил в Бога. И хотя есть некоторые веские доказательства, указывающие на то, что, до своей смерти в автокатастрофе, Камю стал верующим и размышлял о крещении, эти слова были написаны ранее, когда он не верил в Бога. Что он написал? "Существует одна серьезная философская проблема, и это суицид. Рассуждение, стоит ли жизнь того, чтобы жить, или нет, - это ответ на фундаментальный вопрос философии" Позвольте мне прочитать снова так, чтобы вы поняли, о чем идет речь: " Существует одна серьезная философская проблема, и это суицид. Рассуждение, стоит ли жизнь того, чтобы жить, или нет, - это ответ на фундаментальный вопрос философии". Довольно негативно, не так ли? Камю не защищал самоубийство. Он никогда не делал этого. Эта цитата была просто способом выражения трудного вопроса, как нам жить, если жизнь не имеет смысла? В конце концов, если вы просто живете здесь в течение определенного срока, который может быть, умираете, что это может значить? Камю считал, что вряд ли в этом есть большой смысл, и, таким образом, он задавался вопросом, а стоит ли вообще жить. Для чего вся эта боль и страдания? Все это зря. Неудивительно, что он был пессимистом.  |
| 28:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.027-001_tn.jpg | Но это возвращает нас к Библии и к надежде, которую дает Библия. Сравните то, что мы только что прочитали от Камю, с тем, что говорит Библия: **“Ибо я уверен, что ни смерть, ни жизнь, ни Ангелы, ни Начала, ни Силы, ни настоящее, ни будущее,**  |
| 29:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.028-001_tn.jpg | **ни высота, ни глубина, ни другая какая тварь,** |
| 30:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.029-001_tn.jpg | **не может отлучить нас от любви Божией во Христе Иисусе, Господе нашем.” (Рим. 8:38, 39).** Поговорим о поводах для оптимизма. Ничто не может отлучить нас от любви Божией. То есть даже в случае болезни, боли, разочарования - всего, с чем мы сталкиваемся в этом падшем мире, - мы можем иметь надежду, обетование, что не только Бог существует, но что Он любит нас. Это ли не повод для надежды, не так ли?  |
| 31:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.030-001_tn.jpg | Или посмотрите на этот стих: **“верою вселиться Христу в сердца ваши, чтобы вы, укорененные и утвержденные в любви,** |
| 32:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.031-001_tn.jpg | **могли постигнуть со всеми святыми, что' широта и долгота, и глубина и высота-** |
| 33:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.032-001_tn.jpg | **и уразуметь превосходящую разумение любовь Христову, дабы вам исполниться всею полнотою Божиею” (Еф. 3:17-19).** Это прекрасные слова, слова утешения, надежды и радости. |
| 34:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.033-001_tn.jpg | Прочтите это: **“Ибо кратковременное легкое страдание наше производит в безмерном преизбытке вечную славу,** |
| 35:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.034-001_tn.jpg | **когда мы смотрим не на видимое, но на невидимое:**  |
| 36:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.035-001_tn.jpg | **ибо видимое временно, а невидимое вечно.” (2 Кор. 4:17, 18).** Да, одна из причин, почему мы должны надеяться и быть оптимистами, то, что вещи, которые мы видим, жестокие, ужасные вещи – эти временны. Этот мир, со всеми его горестями, бедами и неприятностями -это не последнее слово. Они не продлятся вечно.  |
| 37:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.036-001_tn.jpg | **И я, Иоанн, увидел святый город Иерусалим, новый, сходящий от Бога с неба,**  |
| 38:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.037-001_tn.jpg | **приготовленный как невеста, украшенная для мужа своего. И услышал я громкий голос с неба, говорящий:**  |
| 39:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.038-001_tn.jpg | **се, скиния Бога с человеками, и Он будет обитать с ними; они будут Его народом, и Сам Бог с ними будет Богом их.**  |
| 40:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.039-001_tn.jpg | **И отрет Бог всякую слезу с очей их, и смерти не будет уже;** |
| 41:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.040-001_tn.jpg | **ни плача, ни вопля, ни болезни уже не будет, ибо прежнее прошло.” (Отк. 21:2-4).** Да, у всех нас есть основания для надежды и оптимизма, не так ли? И дело в том, что большое количество исследований показывает - надежда и оптимизм связаны с улучшением психического и физического здоровья. |
| 42:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.041-001_tn.jpg | Иллюстрация: Еще в конце 1970-х годов Норман Казинс написал книгу под названием «Анатомия болезни». В ней он описывает свой собственный опыт изнурительной болезни, и однажды, когда лекарства не были в состоянии облегчить его боль и дискомфорт, он решил посмотреть юмористические фильмы и от души посмеяться над ними. К его радости и удивлению, он наслаждался физическим и эмоциональным улучшением и в конечном итоге возвратился к нормальному функционированию.  |
| 43:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.042-001_tn.jpg | С этого времени множество исследований было сосредоточено на положительном эффекте искреннего, расслабляющего смеха, показывая значительные преимущества для здоровья, в том числе и повышенной терпимости к боли. Смех вызывает выработку эндорфинов, один из химических веществ мозга, отвечающего за хорошее самочувствие, а также за уменьшение боли.  |
| 44:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.043-001_tn.jpg | Сегодня не нужно быть ученым или врачом, чтобы знать об этом. Кто не испытывал, даже в самые тяжелые времена, улучшение от смеха и юмора? Иногда достаточно просто посидеть и поговорить с другом и вместе посмеяться, и произойдет чудо, и ваше отношение к происходящему изменится. Это не значит, что ваши проблемы уйдут. Нет, это значит только то, что изменится то, как вы на них реагируете. Это может иметь положительное влияние на вас, и не только умственно и духовно, но и физически.  |
| 45:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.044-001_tn.jpg | Неудивительно, что об этом говорит Библия: **“Веселое сердце благотворно, как врачевство, а унылый дух сушит кости.” (Притчи 17:22).** |
| 46:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.045-001_tn.jpg | Что может искренний смех сделать для нашего тела? Он может: тренировать легкие, стимулировать кровообращение, повысить количество кислорода, поступающего в легкие, который затем разносится кровью к клеткам.  |
| 47:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.046-001_tn.jpg | **Учащается сердцебиение, дыхание и кровообращение** **Уменьшается пульс и давление**, и скелетные мышцы расслабляются. |
| 48:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.047-001_tn.jpg | Исследования показывают, что каждый раз, когда человек счастлив и искренне смеется, не вынужденным, поверхностным смехом - симпатическая нервная система стимулируется и, в свою очередь, производит химические вещества в организме, которые называются катехоламинами. Эти химические вещества затем стимулируют ту часть мозга, которая заставляет его производить другое химическое вещество под названием эндорфины. Эти эндорфины являются природными опиатами организма; то есть, они могут успокоить и расслабить ум. Они могут облегчить боль более эффективно, чем наркотики, такие как морфий. Они могут улучшить настроение и даже повысить активность иммунных клеток. Да, смех, безусловно, является мощным лекарством.  |
| 49:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.048-001_tn.jpg | Исследования также показали, что долговечность, долгая жизнь, имеет тесную связь с веселым нравом людей. В одном известном исследовании приняли участие 6928 взрослых жителей округа Аламеда, штат Калифорния, и результаты показали, что среди несчастных людей смертность на 57 процентов выше, чем среди счастливых. Не всегда можно быть счастливым и смеяться, но положительное отношение может воспитываться, - и исследования показывают, что положительное, оптимистическое отношение осуществляет благотворное воздействие. Мы можем быть счастливы и наслаждаться смехом от всего сердца особенно, когда мы полностью доверяем Богу, зная, что Он контролирует нашу жизнь независимо от того, какие обстоятельства могут быть.  |
| 50:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.049-001_tn.jpg | Было сделано другое интересное исследование, в котором группе студентов показали фотографию пары, сидящей на скамейке на берегу реки. Чтобы получить более полное представление о подсознательных представлениях каждого студентов, исследователь попросил их написать рассказ об этой паре. Он обнаружил, что те, в чьих рассказах был отражен позитивный взгляд относительно этой пары (эти люди представлялись счастливыми, имели доверительные отношения, помогали друг другу, уважали друг друга и обменивались теплыми чувствами любви друг с другом), обладали более высоким уровнем иммунных антител, а также реже болели инфекционными заболеваниями в течение предыдущего года.  |
| 51:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.050-001_tn.jpg | Те, кто написал негативный рассказ о паре (они манипулировали друг другом, обманывали или отказывались друг от друга), показали более низкий уровень иммунных антител и чаще болели в течение предыдущего года. Интересно, вам не кажется? Ваше отношение непосредственно влияет на физическое здоровье. Это соответствует библейской идее целостности человека. Таким образом, воспитание позитивных мыслей и эмоций о людях и ситуациях влияет на наше самочувствие. Также важно отметить, что наша жизнь не протекает в вакууме - мы социальные существа. Социальная поддержка и взаимодействие сильно влияют на наше эмоциональное, духовное, психическое и физическое здоровье.  |
| 52:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.051-001_tn.jpg | Братья и сестры, положительный эффект надежды и оптимизма влияют на человеческую жизнь в любом возрасте во многих ситуациях. Оптимизм существенно влияет на психическое и физическое благополучие, помогая культивировать здоровый образ жизни, а также обрести умение справляться и решать проблемы. Эти преимущества также помогают предотвратить выгорание в таких сложных ситуациях, как уход за хронически больными.  |
| 53:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.052-001_tn.jpg | Бывают времена, когда мы можем чувствовать себя, как чилийские шахтеры после камнепада, - в ловушке, заживо погребенные в связи с разными событиями и обстоятельствами, которые происходят с нами. Но мы не одиноки. Мы можем принять решение быть оптимистами, особенно вспоминая замечательные обетования из Писанияю, **Пл. Иер.** **3:21-23: “Вот что я отвечаю сердцу моему и потому уповаю: по милости Господа мы не исчезли,** |
| 54:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.053-001_tn.jpg | **ибо милосердие Его не истощилось. Оно обновляется каждое утро; велика верность Твоя!”.** С такой уверенностью мы можем жить полной жизнью и наслаждаться целостностью даже в состоянии нашей нынешней разбитости. Оптимизм и надежда - это истинная радость в жизни.  |
| 55:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.054-001_tn.jpg | Посмотрим на эти тексты: **“Господа Бога святите в сердцах ваших; будьте всегда готовы всякому**  |
| 56:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.055-001_tn.jpg | **требующему у вас отчета в вашем уповании, дать ответ с кротостью и благоговением. ” (1 Пет. 3:15).** Что Петр говорит нам делать? Чтобы объяснить причину "надежды, которая в вас". Идея в том, что у нас есть надежда. Но почему? Может быть, вы потеряли работу? Может быть, ваш супруг оставил вас? Может быть, ваш ребенок болен? Может быть, ваш любимый человек умер? Петр не говорит о конкретных обстоятельствах. Он говорит о том, чего превосходит наши личные испытания, трудности и страдания.  |
| 57:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.056-001_tn.jpg | Вместо этого он указывает нам на ту надежду, которая у нас есть в Иисусе, того же Иисуса, Который через Свою смерть открыл нам замечательную реальность Божьей любви к нам. Крест больше, чем что-либо во всей вселенной, показывает нам Божью любовь.  |
| 58:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.057-001_tn.jpg | Помня об этом, посмотрим на то, что сказала Е. Уайт. **“Всем нам было бы очень полезно каждый день проводить один час в размышлении о жизни Христа.** |
| 59:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.058-001_tn.jpg | **Мы должны изучать ее во всех деталях, представляя себе каждый эпизод, а особенно заключительные события.** |
| 60:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.059-001_tn.jpg | **Итак, если мы сосредоточим свое внимание на Его великой жертве за нас, то наше доверие к Нему будет постоянным,** |
| 61:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.060-001_tn.jpg | **наша любовь – живой, и мы глубоко проникнемся Его Духом.”—Желание веков, с. 83.** Говорите о том, что будет вселять надежду и оптимизм. |
| 62:THUMBNAIL 10:10 A Merry Heart.061-001_tn.jpg | Конечно, жизнь может быть жестока. Но Бог любит нас, и находясь в этой любви, мы можем иметь в Нем надежду несмотря ни на что!  |
| 63:THUMBNAILS 4:04 Environments.063-001_tn.jpg |  |

*Artwork designed by www.Evangelia.co*