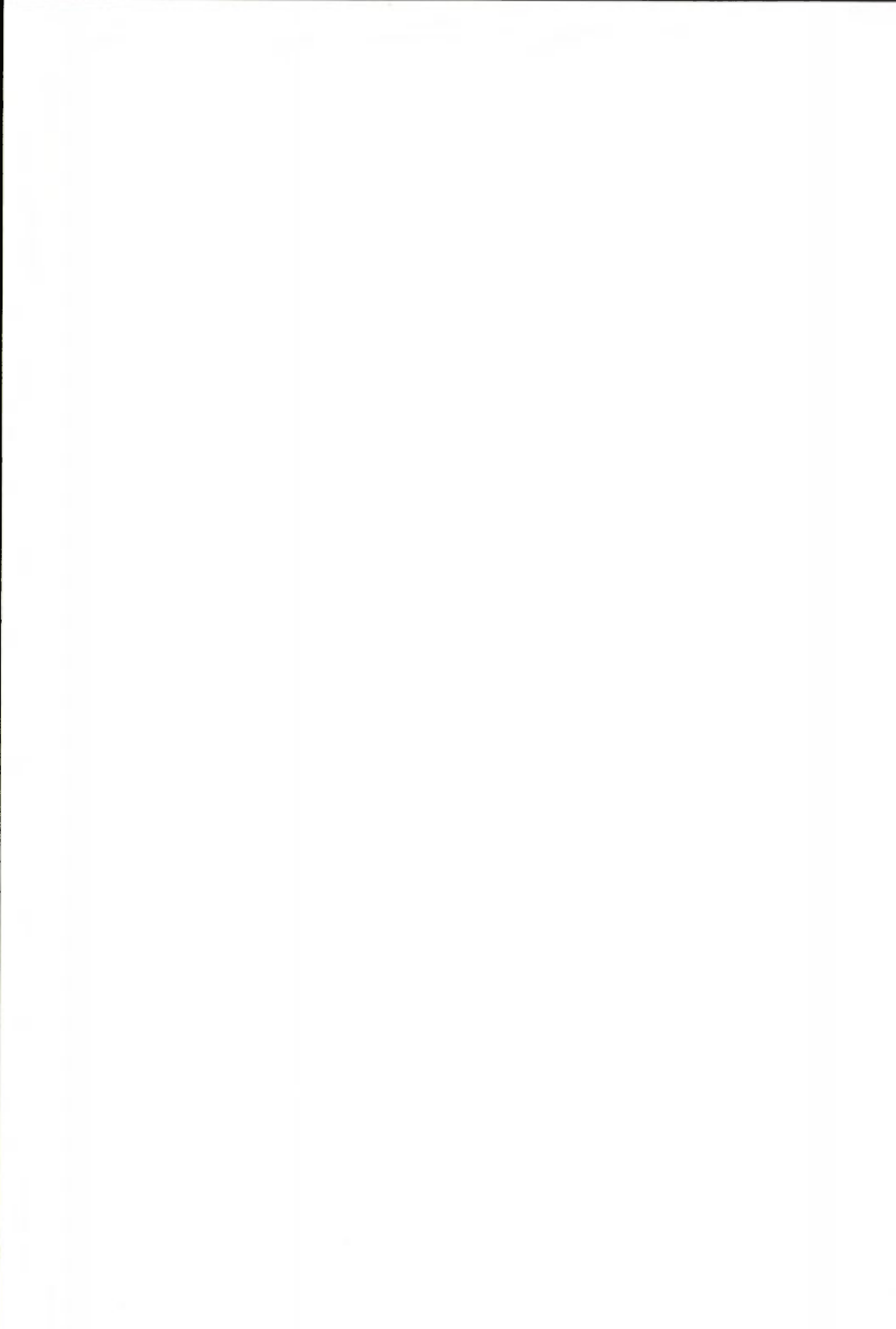


Женщина Церкви Святых последних дней





Женщина Церкви Святых последних дней

Общее руководство для женщин, часть Б

Издано
Церковью Иисуса Христа Святых последних дней

© 1995 by Intellectual Reserve, Inc.

Все права защищены

Printed in Germany

Английский текст утвержден: 5/81

Перевод утвержден: 5/81

Название английского оригинала:

The Latter-day Saint Woman, Part B

31114 173

Russian

Содержание

Введение	V
Особые указания по работе с ученицами-инвалидами	VII
Номер и название урока	
Раздел I: Основы Евангелия и его учения	
1 Иисус Христос — наше верное основание	1
2 Свобода выбора и ответственность	9
3 Дары Святого Духа	16
4 День субботний	23
5 Слово Мудрости	33
6 Десятина и пожертвования	45
7 Честность	54
8 Прощение	60
9 Чистота мыслей	69
10 Созидание Царства Божьего	76
11 Ценность души	83
Раздел II: Обязанности и ответственность	
12 Организация Церкви	89
13 Поддерживайте Высшую власть Церкви	101
14 Противление злу мира	111
15 Испытания, несчастья и огорчения	119
16 Ответственность перед родителями	126
17 Что могут сделать для нас домашние учителя?	135
18 Подготовка к будущему	143
19 Ведение личной и семейной хроники	153
20 Наши обязанности по составлению семейной генеалогии	161
Раздел III: Домоводство	
21 Планирование здорового питания	173
22 Гигиена матери и ребенка	179
23 Оказание первой помощи, часть 1	185
24 Оказание первой помощи, часть 2	195
25 Создание домашних запасов	207
26 Как можно весело отдыхать всей семьей	215
27 Содержать дом в чистоте и порядке	224

Раздел IV: Развитие личности и семьи

28	Служение в Церкви	233
29	Развитие навыков руководства	239
30	Учиться передавать полномочия	250
31	Принятие решений	256
32	Постановка личных и семейных целей	264
33	Продолжая учиться	276
34	Личная и семейная молитва	288
35	Развитие чувства благодарности	298
	От составителей	308
	Литература	309
	Семья Святых последних дней	314

Введение

Введение

Это руководство для женщин и девушек рассчитано на новых членов Церкви. Уроки составлены так, чтобы не только преподавать сестрам основы и учения Евангелия, но и призвать их любить Евангелие и стремиться жить по его законам, стать лучшими хозяйками и более мудро использовать свое время, таланты и возможности для благословения своих семей и созидания Царства Божьего.

Если небольшой приход уже сформирован, то эта книга станет руководством для проведения уроков для женщин и девушек в возрасте от двенадцати лет на воскресном собрании. В это время мужчины обычно проводят собрание священства. Президент Общества милосердия будет проводить собрания и рекомендует президенту небольшого прихода, кого из женщин следует призвать вести занятия. Возможно, потребуется несколько учителей. Если женщин много, их можно разделить на возрастные группы с одним или двумя классами в каждой группе.

Самостоятельные занятия

Каждая сестра должна заниматься по принадлежащему ей экземпляру руководства в течение недели, приносить на занятия это издание и Священные Писания, а также принимать участие в обсуждении на уроке. Задания, предлагаемые в конце каждого урока, должны помочь реализовать в жизни те принципы, изложенные на уроке. Их выполнение поможет каждой замужней сестре, как учительнице в обучении членов собственной семьи и других людей, как домашней хозяйке, а также как помощнице своему мужу. Незамужние сестры и девушки также смогут лучше подготовиться к жизненным испытаниям и использовать возможности, открывающиеся в жизни перед Святыми последних дней.

В помощь учительнице

Готовясь к уроку, учительнице следует пользоваться рекомендациями, изложенными в разделе «Подготовка учительницы к занятию», помещенном в конце каждого урока. Одновременно с работой над этим руководством учительнице и сестрам следует также изучать Основы Евангелия, обращая особое внимание на главы и подразделы, указанные в разделе «Подготовка учительницы к занятию».

Всякий раз, когда учительница поручает ученицам подготовить доклады по книге Основы Евангелия или дает иные поручения, она

должна делать это заблаговременно, чтобы дать ученицам достаточное количество времени для соответствующей подготовки.

Как можно активнее привлекайте к участию в уроке молодых женщин. Эти уроки помогут им подготовиться к роли хозяйки дома и помощницы в созидании Царства Божьего.

В некоторых уроках необходимо пользоваться классной доской, чтобы записывать на ней ответы, предложения и т.д. В других уроках этого не требуется. Тем не менее учительница может пользоваться доской всякий раз, когда считает это необходимым.

В большинство уроков включены наглядные пособия и иллюстрации. Их следует демонстрировать во время урока в соответствии с содержащимися в нем указаниями. В конце руководства содержится особый раздел с иллюстрациями на тему о семьях Святых последних дней. Ими следует пользоваться при проведении уроков дома, а также, если потребуются, в ходе уроков, где используется как данное издание, так и Женщина Церкви Святых последних дней. Общее руководство для женщин, часть А. Для того, чтобы сделать занятия в классе еще интереснее и содержательнее, можно пользоваться другими наглядными пособиями и вспомогательными материалами.

Указания для учительницы и вопросы для обсуждения на занятии набраны мелким шрифтом, так что учительница сможет легко отличить их.

Информация о цитируемых в руководстве источниках, кроме церковных периодических изданий, содержится в разделе Литература в конце руководства.

Уроки

В этом руководстве имеется 35 уроков. Это позволяет проводить в течение года дополнительные уроки. Учительница может использовать материалы каждого урока более чем для одного занятия, если тема требует особенно углубленного изучения. Иногда время, отведенное для урока в классе, может быть предоставлено для проведения собрания свидетельств, различных мероприятий, выступления гостя или иной достойной цели.

Должны быть проведены все уроки из этого руководства за исключением тех, которые не соответствуют местным условиям. Лучше всего изучать уроки последовательно в каждом из четырех разделов, особенно это касается раздела «Домоводство».

Учительнице следует готовиться к уроку тщательно и с молитвой. Да благословит ее Господь, так же как и всех сестер изучающих это руководство.

Особые указания по работе с ученицами- инвалидами

Во время Своего земного служения Иисус поднялся на гору вблизи моря Галилейского.

«И приступило к Нему множество народа, имея с собою хромых, слепых, немых, увечных и иных многих, и повергли их к ногам Иисусовым; и Он исцелил их;

Так-что народ дивился, видя немых говорящими, увечных здоровыми, хромых ходящими и слепых видящими; и прославлял Бога Израилева» (от Матфея 15:30–31).

Спаситель показал нам пример сострадательного отношения к увечным людям. После воскресения, посетив Нефийцев, Он сказал:

«Вот, чрево Мое все преисполнено состраданием к вам. Есть ли больные среди вас? Принесите их сюда. Есть ли среди вас калеки или слепые, хромые и увечные, прокаженные или иссохшие, глухие или страдающие от чего-либо еще? Приведите их сюда, и Я исцелю их, ибо Я чувствую к вам сострадание; и чрево Мое преисполнено милосердием» (3-й Нефий 17:6–7).

Учительница в Церкви находится в идеальном положении для того, чтобы проявить свое сострадательное отношение к тем, кто обладает какими-то недостатками. Хотя учительницы не проходят, как правило, специальной подготовки для работы с такими ученицами, надо стремиться помочь им включиться в занятия класса. Ученики с умственными, физическими, культурными (и языковыми), психическими, возрастными, социальными проблемами, с пониженной способностью к обучению, с дефектами речи, зрения и слуха требуют особого внимания. Следующие советы могут помочь преподавателю в работе с такими учениками.

- Знайте возможности и нужды каждой ученицы.
- Прежде чем просить ученицу-инвалида прочитать что-либо, произнести молитву или сделать что-нибудь еще, поинтересуйтесь у нее, как она относится к тому, чтобы сделать это публично. Задайте такие вопросы: «Что ты думаешь о том, чтобы почитать в классе?» или «Ты бы могла помолиться?»
- Советуйтесь с руководителями священства, родителями и другими членами семьи, с самими ученицами-инвалидами (если это возможно) для того, чтобы узнать, в чем больше всего нуждаются такие учащиеся.

-
- Старайтесь более активно вовлекать учениц-инвалидов в занятия класса.
 - Сделайте все возможное для того, чтобы все ученицы относились друг к другу с уважением и пониманием.
 - Будьте естественными и дружелюбными. Каждое дитя Господа тянется к любви и пониманию, независимо от того, инвалид он или нет.

Учительница класса в Церкви должна помнить, что каждый член Церкви независимо от физических, умственных, эмоциональных проблем или проблем, связанных с коммуникабельностью, имеет возможность продвигаться по пути к возвышению. Обязанность учительницы состоит в том, чтобы помогать каждой ученице учиться по мере ее возможностей. Помните слова Спасителя:

«Так-как вы сделали это одному из сих братьев Моих меньших, то сделали Мне» (от Матфея 25:40).

Иисус Христос — наше верное основание

Урок 1

Цель урока — помочь нам сделать Иисуса Христа основанием нашей жизни.

Зачем Иисус Христос нужен нам как наше верное основание?

Если бы нам нужно было построить дом, мы прежде всего подумали бы о крепком фундаменте, о безопасном основании, которое гарантировало бы, что здание устоит независимо от того, как его будут изо дня в день эксплуатировать и какие бури обрушатся на него. Точно так же, как со строительством здания, дело обстоит и с формированием нашего характера. Нам необходимо основание, которое помогало бы нам переносить жизненные испытания.

Поскольку наш образ жизни — как, собственно, и характер — является результатом установок, определяющих и направляющих наши поступки, нам необходимо точно знать, что в их основе лежат честные мотивы и побуждения.

На несколько секунд задумайтесь над тем, что составляет основу вашей собственной жизни. Существует ли нечто особенное, что дает вам вдохновение в жизни и направляет ее по тому или иному пути?

Основание нашей жизни составляют идеи, план, набор правил или же вдохновение, которое мы черпаем, обращаясь к жизни человека, которым мы восхищаемся. И поскольку свою жизнь мы строим сами, мы должны быть уверены в том, что выбрали верное основание, так как ему предстоит определять наши поступки и направлять нас.

Книга Мормона учит нас тому, чтобы мы сделали Иисуса Христа основанием всей нашей жизни. Геламан говорил: «... помните, что на камне нашего Искупителя, который есть Христос, Сын Божий, вы должны построить ваше основание; ... и если люди будут строить на таком основании, то не падут» (Геламан 5:12).

Покажите иллюстрацию 1-а (=1-а): «Иисус Христос».

Покажите плакат под названием «Для чего нам нужен Иисус Христос?» и следующие ответы и ссылки на Священные Писания:

Для чего нам нужен Иисус Христос?

Мы все грешим (к Римлянам 3:23).

Его кровь может очистить нас от наших грехов (1-е Иоанна 1:7–9).

Он дал нам совершенный пример, которому мы должны следовать (3-й Нефий 12:48).



Только Он может помочь нам вернуться к нашему Небесному Отцу (от Иоанна 14:6; Моисия 5:7–8).

Через Него мы воскреснем (Моисия 16:7–8).

Через Него мы обретем жизнь вечную (от Иоанна 11:25–26).

Через Него мы молимся Небесному Отцу (Мормон 9–21).

Он учит нас одной лишь истине (от Иоанна 18:37).

Зачем Иисус Христос нужен нам в качестве верного основания? Прочитайте и обсудите причины, перечисленные в плакате. Вы можете попросить сестер зачитать некоторые из этих приведенных Священных Писаний.

Иисус Христос — наш старший брат. Он любит нас и хочет, чтобы мы вернулись к жизни с Ним и нашим Небесным Отцом. Мы можем доверять Ему и знать, что Он просит нас делать то, что лучше всего для нас же самих.

Попросите сестер спеть гимн «Ты нужен мне всегда». Если вы не можете спеть его, прочитайте вслух все куплеты.

Зачем нам нужно познать Иисуса Христа?

Для того чтобы строить нашу жизнь «на камне нашего Икупителя, который есть Христос, Сын Божий» (Геламан 5:12), нам необходимо стремиться познать Его. Мы должны узнать, кто Он, и попытаться понять Его Божественную миссию. Мы должны узнать, когда, как и почему Он жил и умер. Мы должны стремиться узнать Его послание истины и света, а также то, как следовать Его учению в своей повседневной жизни.

Прочитайте от Матфея 11:28–29.

В этом Священном Писании Иисус говорит: «Приидите ко Мне» и «научитесь от Меня». Что означает «прийти к Иисусу»? (Мы приходим к Иисусу тогда, когда мы стремимся обрести Святого Духа, делая то, что поможет нам стать достойными снова жить с Ним — другими словами, принять Евангелие и жить по нему).

Как мы можем познать Иисуса Христа?

Напишите на доске:

Как мы можем познать Иисуса Христа?

Изучая Священные Писания.

Посещая церковные собрания.

Слушая и читая слова живых Пророков.

Молясь нашему Небесному Отцу.

Живя по учениям Христа.

ИЗУЧАЯ СВЯЩЕННЫЕ ПИСАНИЯ

Мы можем узнать об Иисусе, изучая Священные Писания. В них содержится рассказ о жизни Спасителя, Его учениях, о Его отноше-

1-а (=1-а): Иисус Христос.

ниях с детьми Божиими на Земле. Он говорил: «Исследуйте Писания . . . они свидетельствуют о Мне» (от Иоанна 5:39).

В каких Священных Писаниях содержатся рассказы о жизни Спасителя и Его учениях? (О Его жизни в Палестине рассказывается в Евангелиях от Матфея, Марка, Луки и Иоанна, содержащихся в Новом Завете. В Третьей книге Нефия, входящей в Книгу Мормона, идет речь о Его отношениях с людьми в Америке. В Ветхом Завете, содержащем Его указания перед тем, как Он сошел на Землю в виде смертного человека, об Иисусе Христе говорится как об «Иегове». Его указания содержатся также в Книге Мормона и в Драгоценной Жемчужине. Его слова, обращенные к детям Божиим, живущим в наши дни, можно найти в книге Учение и Заветы.)

Как изучение Священных Писаний помогло вам полюбить и понять Спасителя?

ПОСЕЩАЯ ЦЕРКОВНЫЕ СОБРАНИЯ

Мы можем узнать об Иисусе, посещая церковные собрания, где нам рассказывают о Спасителе и Его учениях. Когда мы присутствуем на собраниях и достойно принимаем причастие, Его Дух направляет нас. Принимая причастие, мы можем размышлять о жизни Спасителя, наших взаимоотношениях с Ним, а также заветах, которые мы с Ним заключили.

Как посещение церковных собраний помогло вам узнать об Иисусе?

СЛУШАЯ И ЧИТАЯ СЛОВА ЖИВЫХ ПРОРОКОВ

Мы можем узнать о Христе, внимая словам живых Пророков. Господь повелел нам «внимать всем словам и заповедям» Пророка, как если бы они исходили из Его собственных уст (см. Учение и Заветы 21:4–5). Президент Церкви Иисуса Христа Святых последних дней является гласом Божиим на Земле. Через свои проповеди и печатные послания он открывает нам желания Бога.

Что вы узнали об Иисусе Христе, читая и внимая словам живого Пророка?

МОЛЯСЬ НАШЕМУ НЕБЕСНОМУ ОТЦУ

Мы можем узнать об Иисусе Христе, молясь нашему Небесному Отцу. Через молитву мы приобретаем свидетельство о том, что Иисус есть Христос, Сын Божий. Мы можем узнать о том, что Он родился на Земле и стал нашим Спасителем, искупив наши грехи. Мы можем узнать о том, что через три дня после положения во гроб Его тело было воскрешено, а также о том, что через Искупление Он дал возможность воскресения каждому из нас и спас нас от физической смерти, от вечного разделения тела и души. Мы можем узнать, что Иисус Христос жив и сегодня, что Он является главой Церкви Иисуса Христа Святых последних дней и управляет ею через Своего Пророка, Президента Церкви.

Искренне молясь, мы можем узнать, что Иисус испытывает к нам огромную, братскую любовь, понимает наши проблемы и знает, в чем мы нуждаемся.

Сочетание молитвы с постом дает нам возможность лучше узнать о Спасителе и Его миссии.

Что вы узнали об Иисусе Христе, молясь нашему Небесному Отцу?

Изучая и размышляя над Священными Писаниями, посещая наши церковные собрания, внимая словам живых Пророков, а также постясь и молясь, мы сможем сделать Иисуса Христа нашим «верным основанием».

ЖИВЯ ПО УЧЕНИЯМ ХРИСТА

Иисус просит нас проверять заповеди Божии, живя по ним (см. от Иоанна 7:16-17). Царь Вениамин, пророк из Книги Мормона, учил свой народ Евангелию и дал ему совет: «Если верите всему этому, то соблюдайте все это» (Мосия 4:10). И по мере того, как мы все больше и больше узнаем об учениях Иисуса Христа, мы должны стараться жить в соответствии с ними каждый день.

В рассказе под названием «24 золотых часа» повествуется о том, как изменилась жизнь молодой женщины по имени Шарлотта, которая когда-то была несчастна и сетовала на судьбу, — изменилась после того, как она стала жить по учениям Спасителя.

«В жизни Шарлотты настали трудные времена. Она была выбита из колеи. Ей казалось, что все плохо. Ей пришлось расстаться со своими амбициями, друзья казались ей малоинтересными, дом — неудобным. Она была уверена в том, что ее никто не любит. Проблемы просто навалились на нее со всех сторон. Обстоятельства сделали ее жизнь ужасной, и ей казалось, что ее положение безвыходно.

И тогда Шарлотта обратилась за помощью к Маргарет Эймз — женщине, которая вела как раз такой образ жизни, о котором мечтала Шарлотта. Она поделилась с Маргарет своей душевной болью по поводу разбитой, несчастной жизни... Тепло посочувствовав ей, Маргарет сказала: «Ты в состоянии все изменить, если ты действительно этого хочешь...»

Чтобы начать новую жизнь, миссис Эймз предложила Шарлотте сделать следующее: «Все 24 часа в сутки живи так, будто рядом с тобой находится Христос, который видит все, что ты делаешь. А потом опять приходи ко мне, и мы поговорим. Идет?»

Шарлотта была членом Церкви, но ей никогда не приходилось так говорить о Христе — будто бы Он совсем рядом с ней и с Ним можно даже поговорить. Поэтому, переполненная сомнениями, она сдержанно проговорила: «Да, миссис Эймз...»

Когда Шарлотта вернулась домой, день уже подходил к концу. Она знала, что ей придется накрыть стол к ужину. Она подошла к комоду и вынула из него мятую скатерть. Застилая ею стол, она заметила несколько грязных пятен. И тут ей впервые пришла в голову мысль о переменах.

«Если бы Христос собирался поужинать с нами, я вряд ли бы стала накрывать стол грязной скатертью», — сказала она сама себе.

Она достала чистую скатерть. С теми же мыслями она принесла из сада цветы и поставила их в маленькую вазу. Вместо того чтобы оставить масло на грязной тарелке, она переложила его в чистую, потом аккуратно нарезала хлеб ...

«Ждешь гостей?» — спросил ее отец.

«Да нет, папочка, кроме тебя и мамы, никого не будет», — ответила, улыбнувшись, Шарлотта. Если бы здесь был Христос, то непременно следовало бы улыбнуться домочадцам и показать им свои лучшие манеры.

Усталая, вспотевшая и одетая в домашний халат мать села за стол и сказала: «И что это на нее вдруг нашло, что она решила так накрыть на стол только ради нас. Мне кажется, что она кого-то ждет на ужин ...»

Шарлотта ничего не ответила, размышляя о том, что она может сказать в присутствии незримого Гостя. «Я просто не знаю, для кого еще, как не для вас, я бы так накрыла стол», — сказала она.

Домочадцы были ошарашены. Это было совсем уж непохоже на Шарлотту. Потом отец сказал: «Ну и замечательно, дочка. Плохо только, что все мы так редко об этом думаем ...»

Шарлотта пошла в гостиную, вытащила из стопки журналов самый нижний и принялась его читать. Она сама принесла этот журнал домой и прятала его от домашних. Через несколько минут она отложила журнал в сторону ... «Я не стала бы его читать, если бы рядом со мной был Христос», — подумала она. Она вынесла журнал и выбросила его в мусорный ящик ...

На следующий день Шарлотта опять пошла на работу ... Она ненавидела эту работу. «Рядом со мной Христос», — говорила она сама себе, входя в магазин и проходя мимо болтающих продавщиц. Улыбаясь, она здоровалась со всеми, кого встречала ...

Дружелюбие Шарлотты и ее искренний интерес к их проблемам поразили сотрудников. Она даже смогла успокоить разгневанных покупателей, напоминая себе о том, как бы ей следовало вести себя, если бы рядом с ней стоял Христос. Вечером она отправилась к Маргарет Эймз, чтобы обсудить то, что произошло.

«Я старалась изо всех сил, миссис Эймз, и многое действительно изменилось. Я теперь, кажется, догадываюсь, что вы имели в виду. Конечно, то, что меня волновало, не исчезло. У меня по-прежнему нет денег для того, чтобы оплачивать свое образование, я живу в старом, неудобном доме ...»

«Но, дорогая, ты ведь посадила зернышко всего 24 часа тому назад ... Ты в состоянии продолжать в том же духе и «терпеливо ждать» Господа, как говорится в одном из псалмов?.. У тебя есть ключевое

слово. Это — Христос. Мучения . . . не в состоянии изменить жизнь, но Иисус Христос может это сделать. Единственное, что следует сделать, так это постараться быть как можно ближе к Нему в повседневной жизни».

«Это я и собираюсь сделать», — сказала Шарлотта (Janet Craig in *Stories That Live*, comp. Lucy Gertsch Thompson, pp. 34–43).

Что делала Шарлотта, чтобы жить так, как хотел бы Христос? Какие благословения она получила за 24 часа?

Господь благословит нас, если мы искренне постараемся следовать Его примеру и Его словам. Он дает нам такой совет: «В каждой мысли уповайте на Меня» (Учение и Заветы 6:36). Поступая так, мы проверяем сами себя, как бы задаваясь вопросом: «Поступаю ли я так, как хотелось бы Христу? Решил бы Он эту задачу так же, как и я? Как я могу изменить свою жизнь, чтобы жить так, как жил Иисус?» Если мы отнесемся со вниманием к призыву Спасителя «Приидите ко Мне» (от Матфея 11:28), мы последуем Его примеру тем, что попытаемся делать то, что делал бы Он сам.

Как вы можете применить учения Иисуса Христа в своей семейной жизни? В ваших отношениях с друзьями?

Как нам добиться того, чтобы мы стали больше походить на Христа?

Если мы живем по учениям Иисуса Христа, мы делаемся более похожими на Него. Мы начинаем более терпимо относиться к другим и стараемся служить им. Когда мы делаем все, что от нас зависит, чтобы жить по учениям Спасителя, мы соблюдаем наши с Ним заветы и достойно принимаем на себя Его имя (см. Моисия 5:7–15). Жертвуя земными радостями и благами, если это необходимо для других людей, мы обретаем радость. Мы даже смиряемся с неприятием, непониманием, преследованиями и наказанием только ради того, чтобы не поступать несправедливо. В Книге Мормона Алма говорит нам, что, если мы будем жить по Евангелию Иисуса Христа, на наших лицах будет начертан Его образ (см. Алма 5:14, 19). Мы станем такими же, как Он.

Какими качествами обладал Христос? (Любовью, терпением, желанием помогать другим, умением прощать.) По мере того как сестры называют эти качества, записывайте их на доске.

В том случае, если наши мысли и поступки покоятся на верном основании — Иисусе Христе, у нас развиваются такие же, как у Него, качества и мы становимся более похожими на Него.

Заключение

Так же как учил своих сыновей Геламан, мы должны строить нашу жизнь «...на камне нашего Испытателя, который есть Христос» (Геламан 5:12), как на верном основании.

В этой жизни у нас будут как счастливые минуты, так и минуты испытаний. Однако нам дается обещание, что в том случае, если мы построим нашу жизнь на Иисусе Христе как на верном основании, мы достойно примем выпавшие на нашу долю испытания (см. 3-й Нефий 14:24–27). Иисус сказал: «А потому не бойся, малое стадо; делайте добро; пусть земля и ад соединяются против вас; ибо, *если вы устроены на камне Моем, они не смогут одолеть*» (Учение и Заветы 6:34; курсив автора).

Задание

Для того чтобы следовать Его примеру и учениям, постарайтесь узнать как можно больше об Иисусе Христе. Начните с чтения главы 3 «Иисус Христос, наш избранный Вождь и Спаситель», затем прочитайте главу 11 «Жизнь Христа» из *Основ Евангелия*. Прочитайте 3-й Нефий 8–26. Выберите одно из качеств, которыми обладал Христос, и постарайтесь развить его в себе. Пытаясь устроить свою жизнь на камне Иисуса Христа, ежедневно молитесь и просите о помощи. Повесьте изображение Иисуса Христа у себя дома.

Священные Писания для дополнительного изучения

От Матфея 7:24–27 (последствия строительства дома на камне или на песке);

2-й Нефий 31:10–21 (прямой и узкий путь);

Геламан 5:12 (камень нашего Искупителя);

3-й Нефий 9:14 (благословенны приходящие к Иисусу Христу);

Мороний 10:32–33 (милость Божия);

Учение и Заветы 50:44 (добрый пастырь).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 3 *Основ Евангелия* («Иисус Христос, наш избранный Вождь и Спаситель»), а также главу 11 («Жизнь Христа»);
2. Прочитайте 3-й Нефий, главы с 8 по 26;
3. Прочитайте урок 1 из части А руководства *Женщина Церкви Святых последних дней*;
4. Приготовьте доску и мел;
5. Приготовьте плакат, озаглавленный «Для чего нам нужен Иисус Христос?», как упомянуто в уроке;
6. Разучите гимн «Ты нужен мне всегда»;
7. Напомните ученицам о том, чтобы они не забывали приносить на занятия Священные Писания;
8. Дайте учащимся задание обсудить на занятии рассказы и отрывки из Священного Писания, использованные в материалах урока.

Свобода выбора и ответственность

Урок 2

Цель урока — разъяснить, что означает свобода выбора и ответственность за сделанный выбор.

Право свободы выбора — это вечный закон

Этот случай произошел зимой в северной части Нью-Йорка. Как-то воскресным утром термометр показывал несколько градусов ниже нуля. Тротуары и дороги занесло снегом. На церковную службу тогда пришли только двое: священнослужитель и пожилая женщина 89 лет. От своего дома она прошла десять кварталов по обледенелой дороге.

Священнослужитель удивился ее появлению и, обращаясь к ней по имени, спросил: «Как вы добрались сюда в такую пургу?» «Меня приводит сюда мое сердце. Остальное не составляет труда», — ответила она бодрым голосом (John H. Vandenberg, «The Agency of Man,» *Ensign*, July 1973, p. 32).

Женщине, о которой шла речь, нужно было сделать выбор: остаться дома в тепле или же отправиться пешком в церковь в непогоду. Невзирая на плохую погоду и трудности, она решила пойти. Такое решение подсказало ей сердце.

Право выбора есть вечный принцип. Еще до того, как мы появились на Земле, нам предстояло сделать выбор: следовать плану Господа и иметь свободу выбора или подчиниться сатане. Господь открыл Моисею то, как было принято решение на небесах.

Прочитайте Моисей 4:1–4.

Почему было принято решение следовать за Спасителем? (Потому что Он не ставил перед нами никаких условий. Он не просил себе славы. Он хотел служить людям и дать им возможность делать свободный выбор во имя всего человечества.)

Предположим, что мы намереваемся воспитывать ребенка по плану сатаны так, чтобы у него не было возможности совершить ошибку. Мы говорим ребенку, что ему нужно делать, как это делать и когда, а затем проверяем исполнение наших приказов. Мы не даем ему возможности выбора, не позволяем ему принимать решения методом проб и ошибок. Лишаем его права ошибаться. Год за годом тело ребенка будет развиваться, но что станет с его умом? Как он будет расти духовно? И пусть рост его будет под метр восемьдесят, это не сделает его зрелым человеком. Ум и дух его не будут развиваться из-за отсутствия необходимой питательной среды. И наш Небесный

Отец знал, что человек никогда не смог бы совершенствоваться без жизненно важной свободы выбора (Lester and Joan Essig, «Free Agency and Progress,» *Instructor*, Sept. 1964, p. 342).

На Большом совете на небесах было принято решение следовать учению Иисуса Христа, и это правильное решение, сделанное в предземной жизни, дало нам возможность прийти на Землю. Выбор, сделанный на Земле, определяет наш путь в вечности.

Поразмышляйте об обращении Легия к своему сыну Иакову, содержащемся во 2-м Нефии 2:26–28.

Свобода выбора предполагает наличие выбора

Чтобы пользоваться свободой выбора, необходимо наличие выбора.

Прочитайте первые четыре абзаца из раздела «Свобода воли требует выбора» книги *Основы Евангелия*, глава 4. .

Господь знал о влиянии добра и зла и о необходимости выбора между ними. Поэтому Он просит нас жить рядом с Ним и соблюдать Его заповеди, дабы сатана не сбивал нас с пути своими искушениями.

Господь говорит, что день воскресный должен быть священным (см. Исход 20:8). Сатана сказал бы: «Используй день воскресный только для отдыха».

Господь говорит: «Почитай отца твоего и мать твою» (Исход 20:12).

Сатана же ловко подсказывает нам, как выразить непослушание: жизнь принадлежит тебе, и делай в этой жизни, что хочешь.

Господь говорит: «В поте лица твоего будешь есть хлеб твой» (Бытие 3:19), а также: «Не будь праздным» (Учение и Заветы 88:124).

Сатана же учит: «Бери от жизни сколько сможешь, ничего не давая взамен».

Сатана подстрекает к праздности, лени, мыслям о том, что государство находится в вечном долгу перед нами.

Господь говорит: «Плати одну десятую часть от твоего дохода в качестве десятины и будешь за это стократ вознагражден» (Учение и Заветы 119:4 и 3-й Нефий 24:8–10).

А Люцифер скажет: «Зачем ты платишь десятину? Деньги нужны тебе гораздо больше, чем Церкви».

Господь говорит: «Составь генеалогию своего рода и соверши храмовые таинства для своих предков».

А сатана скажет: «Повремени с этой работой, а еще лучше не делай ее вообще» (Carl W. Buehner, «Who's on the Lord's Side?», *Improvement Era*, June 1961, pp. 402–403).

У каждого выбора есть свои последствия

Очень важно понимать, что от выбора поступков зависят их последствия, а выбирать последствия уже не в наших силах. Последствия, хорошие или плохие, вытекают из сделанного нами выбора.

Фермер хорошо знает, что он пожнет то, что посеял. От выбора того, что он посеял, зависит урожай. Он не может, посеяв семена гороха, собрать персики. Также он не может ждать хорошего урожая от запущенного хозяйства.

Итак, делая выбор, мы должны думать о возможных последствиях. Мы выбираем результат уже тогда, когда только начинаем идти по избранному пути.

Покажите иллюстрацию 2-а (=2-а): «Молодая женщина, принимающая решение».

Почему так важно, чтобы эта девушка приняла верное решение учиться?

Нам необходимо избрать верный путь, по которому мы начнем двигаться. Мы можем выбрать шоссе или дорогу с колдобинами. От этого будет зависеть, будем ли мы исполнены одной благородной цели или же подвластны низменным страстям.

Каким должен быть выбор, способный вывести вас на верный путь, путь вечной жизни? (Выбирайте себе хороших друзей, посещайте Церковь, учитесь, читайте хорошие книги, выбирайте достойные развлечения, храните верность Слову Мудрости, совершите венчание в храме.)

В нашей будничной жизни мы постоянно сталкиваемся с необходимостью принимать решения.

С какими ситуациями, требующими выбора, вам приходится ежедневно сталкиваться? Каковы могут быть последствия принятых вами решений?

«Несколько лет назад произошел такой случай. Одна молодая девушка — студентка колледжа и ее друг, оба члены Церкви Иисуса Христа Святых последних дней, решили пойти на дискотеку, пользовавшуюся сомнительной репутацией. Придя домой, девушка с радостью сообщила о предстоящем вечере: «Кажется, там можно повеселиться». Мать осторожно пыталась отговорить дочь, но та была непреклонна. «Что страшного в том, что мы просто посмотрим, как там?» — заявила дочь.

Мать больше не настаивала на своем. В тот вечер девушка приготовила свое лучшее белое вечернее платье. Она была бесконечно рада, что родители наконец оставили ее в покое. Через некоторое время она появилась в своем белом платье, сияющая и радостная. «Ну, как я выгляжу?» — спросила она. «Прекрасно, — ответила мать, — это твое самое красивое платье».

«Послушай, дочка, прежде чем ты уйдешь, сделай для меня одно дело, — попросил отец. — Сходи в копилку и принеси оттуда кусок копченой свинины». «В копилку?! — возмутилась дочь. — Ты шутишь, папа». «Нет, не шучу, — настаивал отец. «Но мое платье впитает этот



жуткий запах!» «Верно, — ответила мать. — Ты не можешь пойти в копильню и не пропитаться этим запахом. Поэтому мы думаем, что идти туда, куда ты собралась, тебе не следует, ведь ты вернешься оттуда не такой красивой и чистой». После недолгого раздумья девушка ответила: „Я думаю, не стоит туда идти“» (*Relief Society Courses of Study*, 1974–1975, pp. 4–5).

Почему так важно подумать о последствиях какого-либо решения до того, как мы его принимаем? (Это помогает выбрать правильное решение. Если необходимо действовать быстро и нет времени размышлять, кто-то может сделать за вас выбор, а это, возможно, повлечет за собой нежелательные последствия.)

Как можно предвидеть реальные последствия? (В этом помогут Священные Писания и молитва. Может помочь пример других людей или совет тех, кто более опытен в жизни.)

Каждый выбор влечет за собой ответственность

Прочитайте Послание к Галатам 6:7–9.

Придет день, когда все мы предстанем перед Богом, дабы Он судил нас за наши поступки и принятые в этой жизни решения.

«И правосудие Божие требует, чтобы люди были судимы за свои дела, — вещает Пророк Алма из Книги Мормона. — И если дела их в этой жизни были добры и желания сердца хороши, то и должны они быть восстановлены в последний день и присоединены к тому, что добро. И если дела их были злые, ко злему восстановятся они» (Алма 41:3–4). Тела, которые мы имеем в этой жизни, будут восстановлены при нашем воскресении и определяют степень славы, которую мы получим в вечности. Таким образом люди судят сами себя, решая, «делать им добро или делать зло», — заключает Алма (Алма 41:7) (Bruce R. McConkie, *Mormon Doctrine*, pp. 403–404).

«И увидел я мертвых, малых и великих, стоящих пред Богом, и книги раскрыты были, и иная книга раскрыта, которая есть книга жизни; и судимы были мертвые по написанному в книгах, сообразно с делами своими» (Откровение 20:12).

Наши дела есть результат того, что мы выбираем в жизни. Делать правильный выбор — значит соблюдать Божьи заповеди. Следуя учениям Пророков, которые нас направляют и укрепляют наш дух в соблюдении заповедей, мы совершаем правильный выбор, дабы унаследовать дар жизни вечной.

Прочитайте 2 Нефий 10:23 и запишите эти слова на доске.

2-а (=2-а): Молодая женщина, принимающая решение.

Душа свободна выбирать

Слова: Уильям С. Клегг

Музыка: Эван Стифенс

Убежденно ♩ = 60



1. Ду - ша сво - бод - на вы - би - рать, ка - кой ей
2. Он при - зо - вет и у - бе - дит, на - пра - вит
3. И зве - ри мо - гут рас - суж - дать, о том, что
4. Сво - бо - ду, ра - зум ко - лья от - нять, что с на - ми



на - до в жиз - ни стать. Бог не на - вя - жет
и бла - го - сло - вит. Най - дет, как про - я -
мо - жет Бог во - здать. Лю - дей сво - бо - да
все - ми мо - жет стать? В люб - ви да - ет нам



в не - бо путь. Сам сде - лать вы - бор не за - будь.
вить доб - ро, но ра - зум си - лой не возь - мет.
со - зда - ет, а ве - ра свет - лый путь да - ет.
ра - дость Бог, чтоб че - ло - век путь вы - брать смог.

5. Свобода верить всем дана,
и тут бессилен сатана.
Господь дарует благодать
всем тем, кто хочет с Богом стать.

6. Хотя и неверящий растет,
но если тьмы путем пойдет,
его поймает сатана -
залог спасенья мира в нас.

7. Но если нам не нужен Бог,
и мы свернем с Его дорог,
то Он нам даст всем ясно знать,
что можем вечность потерять.

Заключение

Наш Спаситель указал нам путь, следуя которому и используя свободу выбора, мы придем к получению жизни вечной. Он дал нам Свои законы и заповеди, дабы мы могли обрести счастье.

«Даровав нам жизнь, Господь даровал нам и право свободно распоряжаться ею. Свобода выбора есть ценность намного большая, чем ценность любого земного сокровища. Господь хочет, чтобы каждый человек походил на Него. Для этого Создатель должен был сделать человека свободным. Человеку дается дар, которого нет у других существ, населяющих Землю. Бог дал человеку право выбора. И только человеку Создатель сказал: «... сам соверши свой выбор, ибо такой выбор тебе дан...» (Моисей 3:17). Без этого Божественного дара выбора человечество не смогло бы развиваться» (David O. McKay, in Conference Report, Oct. 1965, p. 8; «Man's Free Agency,» *Improvement Era*, Dec. 1965, p. 1073).

Поскольку Господь возложил ответственность за сделанный нами выбор на нас самих, важно, чтобы мы просили Его о помощи. Общаясь с Богом в наших ежедневных молитвах, мы должны помнить, что Святой Дух помогает нам принимать трудные решения. Иногда для того, чтобы получить необходимую помощь, нам нужно не только молиться, но и поститься. Мы должны помнить, что истинная свобода приходит, когда мы выбираем послушание. Непокорность же может привести к потере свободы, иногда даже на всю жизнь.

Покажите иллюстрацию 2-б (=2-b): Слова и ноты песни «Душа свободна выбирать» и закончите урок исполнением этой песни.

Задание

Подумайте, как вы используете свободу выбора в течение недели. Приближает ли вас ваш выбор к Богу или уводит от Него?

Священные Писания для дополнительного изучения

Евангелие от Матфея 13:24–30, 37–43 (притча о плевелах).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 46 *Основ Евангелия* («Страшный суд»);
2. Приготовьте мел и доску;
3. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Цель урока — помочь вам подготовиться к получению даров Святого Духа и понять, какая польза проистекает от их влияния на вас.

Получение даров Святого Духа

Покажите плакат с написанным на нем седьмым Символом веры.

«Мы верим в дар языков, пророчества, откровения, видения, исцеления, истолкование языков и так далее» (седьмой Символ веры).

Духовные дары, не отмеченные особо в этом Символе веры, включают в себя веру, пронизательность, свидетельство, чудеса, мудрость, знания и сострадание. Духовные дары являются характерной особенностью учения Церкви Иисуса Христа Святых последних дней.

Когда все мы были подтверждены рукоположением как члены Церкви, нам говорили, что мы получаем Святого Духа. Если мы праведны, Святой Дух будет постоянно влиять на нас. Через Него все мы можем получить благословения с помощью определенных духовных сил, называемых *дарами Святого Духа*.

Вот что рассказывает о способностях своей матери к пророчеству сын Ханны Кристины Кларсон:

«Когда я был подростком, мы жили неподалеку от дома президента Эндрю Кимбалла, отца Спенсера Кимбалла. Однажды вечером, когда было уже темно, мы с матерью возвращались домой. Спенсер доил коров, громко при этом распевая. Вдруг мама остановилась как вкопанная на несколько секунд, а потом произнесла: «Этому мальчугану суждено однажды стать Апостолом Господним». Мы прошли еще около двадцати футов, и она вновь остановилась. Она казалась бездыханной. Она подняла обе руки, взглянула вверх и сказала: «Да! И его жизнь будет посвящена руководству этой Церковью!» (Robert Flake Clayton, comp., *Pioneer Women of Arizona* [Mesa, Arizona, 1969], pp. 76–77; цит. по Leon Hartshorn, *Remarkable Stories from the Lives of Latter-day Saint Women*, vol. 2, p. 39).

Для получения даров Святого Духа необходимо повиноваться законам Божиим. Имея эти дары, мы можем узнать истины Евангелия, обучать им других людей и пользоваться ими не только для нашего собственного блага, но также и для блага других людей. Эти дары помогут нам вернуться к нашему Небесному Отцу.

Подготовка к получению даров Святого Духа

Прочитайте Учение и Заветы 46:11.

В этом Священном Писании говорится о том, что каждому человеку «дается дар Духом Божиим». Тем не менее, поскольку Святой Дух не может пребывать в духовной нечистоте, мы должны готовить себя к тому, чтобы быть достойными получить эти духовные дары.

Прочитайте 1-е Коринфянам 14:1; Мороний 10:20, 30.

Какие указания даются нам для того, чтобы мы подготовились к получению даров Святого Духа? Можете ли вы назвать еще какие-нибудь из них? Напишите ответы на доске.

Пророк Иосиф Смит сказал:

«Будьте добродетельными и чистыми; будьте простыми и правдивыми людьми, соблюдайте заповеди Божьи; и вслед за этим вы сможете лучше понять разницу между добром и злом — между Божьими дарами и людскими делами» (*History of the Church*, 5:31; цит. по Marion G. Romney, *Look to God and Live*, p. 35).

Какие еще требования упоминает Пророк Иосиф Смит? (Будьте добродетельными и чистыми, простыми и правдивыми, соблюдайте заповеди.) Напишите ответы на доске.

Для того чтобы пользоваться дарами Святого Духа, нам также нужно быть смиренными, каяться, жить в мире с другими. И даже Пророк Иосиф Смит не мог получить вдохновения до тех пор, пока он не переставал сердиться на окружающих.

«Однажды утром... его расстроил какой-то поступок жены Эммы. Иосиф... [старался] продолжить перевод [Книги Мормона], но так ничего и не смог сделать... Он вышел... в сад и [помолился]... [Он] вернулся в дом и попросил прощения у Эммы. После этого... перевод пошел хорошо» (цит. по statement by David Whitmer given 15 Sept. 1882, from *A Comprehensive History of the Church*, 1:131).

Что сделал Пророк, чтобы подготовиться к использованию своего духовного дара?

Что мы ощущаем, когда не готовы получить дары Святого Духа? (Мы чувствуем себя несчастными, смущенными, подавленными. Мы становимся эгоистами, начинаем враждебно относиться к другим, чувствуем, что недостойны исполнять различные обязанности в Церкви; начинаем критиковать церковных руководителей, не хотим молиться. Мы сознательно нарушаем заповеди.)

Польза от даров Святого Духа

Духовные дары священны. Они даются нам для руководства, успокоения и обучения. Дары Святого Духа просвещают и ободряют нас, а также дают нам возможность укрепить свою веру. Если мы пользуемся дарами Святого Духа, мы обретаем в этой жизни мир и получаем руководство на нашем пути в Целестияльное Царство.

Прочитайте Учение и Заветы 46:8. Каковы приводимые в этом стихе аргументы в пользу того, чтобы мы искали наилучших даров? (Чтобы не обольститься.)

Дары Святого Духа необходимы нам во многих случаях. Когда мы больны, растерянны или опечалены, нам требуется исцеление, руководство и успокоение. Когда мы ищем ответы на важнейшие вопросы, а также пути выхода из трудных ситуаций, нам требуются знания, понимание, проницательность и возрастающая способность преодолевать трудности. Мы успокаиваемся, когда осознаем, какую пользу могут принести дары Святого Духа в такие периоды нашей жизни. В Священных Писаниях говорится о том, что «... все эти дары исходят от Бога, для пользы детей Божьих» (Учение и Заветы 46:26).

Попросите одну из учениц, присутствующих на уроке, рассказать о том, как одна из сестер получила однажды дары Святого Духа.

Сестра Джейн Гровер Стюарт оставила запись о таком произошедшем с ней случае:

«Как-то утром мы надумали поехать собирать крыжовник. Папаша Тэннер запряг в легкую повозку пару лошадей и захватил с собой двух сестер по фамилии Лиман и свою маленькую внучку. Мы все отправились в путь. Доехав до леса, мы предложили этому пожилому человеку отдохнуть, а сами пошли собирать ягоды.

Не успели мы с маленькой девочкой отойти от остальной группы, как услышали громкие крики... Мы бросились назад и увидели кричавшего папашу Тэннера. Подойдя ближе, мы заметили собравшихся вокруг повозки и пронзительно вопивших индейцев. К ним присоединялись все новые и новые люди. Мы вскочили в повозку и уже собирались отъехать, когда четверо индейцев, схватившись за колеса, остановили ее, двое других взяли под уздцы лошадей, а остальные стали выволакивать меня из повозки.

Меня охватило смешанное чувство страха и раздражения, и я стала умолять папашу Тэннера разрешить мне выбраться из повозки и побежать за помощью. Он ответил: «Нет, бедное дитя. Уже слишком поздно!» Тогда я сказала ему, что им не удастся взять меня живьем. Он побелел как полотно. Индейцы стали связывать его. Они отобрали у него часы и носовой платок. При этом они все еще пытались вытащить меня из повозки. Не открывая рта, я стала молиться Небесному Отцу.

Пока я молилась и продолжала сопротивляться индейцам, Дух Всемогущего сошел на меня и я, исполнившись великой силы, поднялась на ноги. У меня нет слов, чтобы описать, что я при этом чувствовала. Я была счастлива, насколько это было возможно. Ведь несколько минут назад смерть смотрела мне в лицо. Теперь же с помощью Божественной силы я подняла руку и заговорила с индейцами на их родном языке. Они отпустили повозку и лошадей и встали передо мною, а я продолжала говорить с ними, вдохновляемая Божественной силой. Они склонили головы и ответили «Да». И я поняла значение этого слова.

Маленькая девочка и папаша Тэннер смотрели на меня, потеряв дар речи от изумления. И тогда я поняла, что собирались сделать индейцы: они намеревались убить папашу Тэннера, сжечь повозку, а нас взять пленницами. Я отчетливо увидела это. Когда я закончила говорить, они пожали руки нам троим и вернули все, что они взяли у папаши Тэннера. Он, в свою очередь, подарил им носовой платок, а я протянула им собранные ягоды и крекеры, которые мы взяли с собой. К этому времени к нам подошли две другие женщины, и мы поспешили домой.

Господь перевел мне часть того, что я говорила индейцам.

А я говорила вот что: «Я знаю, что индейские воины собираются убить нас. Неужели вы не знаете, что Великий Дух взирает на нас и знает все, что в наших сердцах? Мы приехали сюда, чтобы собрать плоды нашего Небесного Отца. Мы здесь не для того, чтобы нанести вам вред. И если вы причините нам зло и хотя бы один волос упадет с нашей головы, Великий Дух покарает вас, и вы больше не сможете сделать ни единого вдоха. Нас, так же как и вас, лишили домов. И мы приехали сюда с хорошими намерениями, а не для того, чтобы причинить вам вред. И мы, и вы — дети Господни, но вы должны прекратить убивать и творить зло. Господь недоволен вами. Он не даст вам процветания, если вы будете продолжать подобную жизнь. Вы считаете, что все это — и земля, и деревья, и вода, и все лошади — принадлежит вам. Однако ничто на этой земле не принадлежит вам. Даже воздухом, который вы вдыхаете, владеет Великий Дух» (Edward W. Tullidge, *The Women of Mormondom*, pp. 475–77; цит. по Leon Harts-horn, comp., в «I Talked to Those Indians in Their Own Language», *Remarkable Stories from the Lives of Latter-day Saint Women*, vol. 1, pp. 26–28).

Какие два дара были даны сестре Гровер? (Дар языков и дар истолкования языков.) Что она предприняла, чтобы получить эти дары? Что она почувствовала после того, как получила их?

Сестра Антония Флорес из Лимы, Перу, рассказывает:

«Однажды, несколько лет назад, президент небольшого прихода беседовал со мной, чтобы призвать президентом Общества милосердия. Получение этого призвания очень пугало меня. Я представления не имела, как мне удастся справиться с этой работой, но я боялась отказать президенту. Позже я вспомнила о законе поста и молитвы. Поэтому я постилась и молилась с тем, чтобы принять то назначение, которое меня так пугало.

Ночью ко мне пришло откровение. Мне приснилось, что я иду, а в руках моих очень тяжелый груз. Я шла долго и устала нести такую тяжесть. Потом я увидела Господа нашего Иисуса Христа. Он взял тяжесть из моих рук и позвал меня словами: „Следуй за мной!“ На следующее утро я чувствовала себя просто прекрасно: страх отступил. Я поспешила к президенту прихода, чтобы рассказать ему о том, что произошло, и что я больше не боюсь предложенного мне назначения, уверена, что оно правильно, а также о многом другом. После

этого я несколько лет была президентом Общества милосердия, и в этом мне помогали две замечательные советницы» («He Took the Weight Out of My Hands», *Remarkable Stories from the Lives of Latter-day Saint Women*, comp. Leon Hartshorn, vol. 2, p. 87).

Для чего сестре Флорес понадобился духовный дар личного откровения?

В дополнение к снам существуют и другие пути, с помощью которых Святой Дух открывает нам истину. Он может послать нам видение (см. Учение и Заветы 76:12). Мы можем услышать голос (см. Моисей 5:4). Святой Дух может мысленно общаться с нами (см. Учение и Заветы 6:23 и Енос 1:10). Мы можем почувствовать силу Святого Духа, услышав истинные слова одного из миссионеров, Пророка или еще кого-нибудь из слуг Господних (см. Мороний 10:4–5). Мы можем почувствовать непоколебимую веру в слова Господа (см. Ефер 3:11–12). Мы можем испытать радостный покой, приходящий к нам в тот момент, когда в ответ на наши просьбы Господь освещает наш разум Духом истины (см. Учение и Заветы 6:14–16, 21–24).

Сестра Эфтон Эффлик из Солт-Лейк-Сити рассказывает о том, как она получила дар веры:

«Я готовилась к... чудесной рождественской вечеринке. Я хотела, чтобы она прошла как можно лучше, и для этого тщательно готовилась к ней. И вдруг у меня началась головная боль, усиливавшаяся с каждой минутой. В течение дня я неоднократно пыталась дозволиться до Боба. И вдруг голос сказал мне: „У тебя менингит“. „Только не это!“ — произнесла я вслух, помня, что именно от позвоночного менингита умер мой отец.

Когда пришел врач, я чувствовала себя совершенно разбитой. Он приподнял мою ногу, и мне показалось, будто из спины извергаются алые и голубые молнии. После этого он сказал Бобу: „Давайте благословим ее“. Доктор Бартон и Боб благословили меня. Перед тем как нам отправиться в больницу, Боб позвонил президенту Роберту Янгу, который был тогда президентом храма в Солт-Лейк-Сити, и попросил его приехать в больницу.

Когда мы прибыли туда, президент Янг и Боб вновь благословили меня. И хотя я была без сознания, я все же слышала то, что он сказал. Президент Янг пытался отвратить от меня болезнь, не дать ей обрести власть надо мной и разрушить тело. Президент Янг обещал мне, что я поправлюсь. Он благословил меня, чтобы дать мне силы перенести страдания, которые меня ожидали.

Пока я лежала одна и очень страдала, я многое узнала о Спасителе, о Его Искуплении и о любви Господа, Иисуса Христа. Мне казалось, что меня беспрерывно наставляют. И лишь однажды я почувствовала, что не в состоянии переносить боль. И в эту минуту мой дядя Рей Мосс и его сын Рафаэль благословили меня рукоположением...

В это время я почувствовала такую страшную боль в глазах, что потеряла зрение. Однажды, придя в сознание, я слышала, как врач гово-

рил... медсестре, что у меня один шанс из пяти тысяч остаться зрячей. Но я знала, что буду видеть. И я ни на минуту не сомневалась в том, что поправлюсь. У меня отнялась правая часть тела. Я не могла шевельнуть ногой и едва двигала рукой...

Однажды ночью... голос сказал мне: „Если бы вера твоя была хотя бы в тысячу раз больше песчинки, ты смогла бы пошевелить ногой и не потеряла бы зрение“. Я стала упрекать себя, поскольку незадолго до этого мне казалось, что вера моя была огромна.

Я молилась Господу и показала Ему свою веру. И смогла пошевелить головой. А ведь раньше всякий раз, когда я пыталась сделать это, я теряла сознание от боли. Однако я все же смогла повернуть голову и разглядела пучок света, выбивающийся из-под двери.

Я также поняла, что если попробую, то смогу пошевелить ногой...

Вера — это дар Божий, и Господь дал мне почувствовать такую сильную веру, которой у меня не было за всю жизнь. И я смогла пошевелить ногой. Остаток ночи я лежала без сна, испытывая огромную радость и молясь Богу, — до утра я никому не хотела говорить о том, что произошло. Господь обещал мне, что я поправлюсь с помощью веры, силы священства и молитв тех, кто любит меня. Я благодарила Господа за то, что Он позволил мне пережить все то, что со мной произошло, потому что, пройдя через это, я стала намного сильнее» (The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints Oral History Program, interviewed by Sylvia Bruening, Salt Lake City, Utah, Dec. 1972, pp. 26–28; цит. по «Faith is a Gift of God», *Remarkable Stories from the Lives of Latter-day Saint Women*, comp. Leon R. Hartshorn, vol. 2, pp. 1–3).

Какие духовные дары получила сестра Эффлик? Как ее вера повлияла на полученное ею благословение?

Заключение

Как члены Церкви Иисуса Христа Святых последних дней, мы получаем духовные дары. Эти дары приходят к нам через Святого Духа. Они даются нам для того, чтобы мы могли сделать нашу жизнь более совершенной. Они направляют нас к нашему Небесному Отцу. Но мы должны подготовиться, чтобы получить их. Мы можем сделать это, обращаясь к Богу с верой и соблюдая Его заповеди. Мы также должны быть смиренными и желать выполнять то, что хочет от нас Господь.

Задание

Прочитайте Учение и Заветы 46:8–26; Мороний 10:5–30 и 1-е Коринфянам 12. Подумайте, какими духовными дарами вы обладаете. Постарайтесь использовать их к пользе других. Найдите возможность помочь членам вашей семьи выявить и развить их особые дары.

Священные Писания для дополнительного изучения

Иоиль 2:28–29 (дары, которые предстоит получить);

1-е Коринфянам 14 (значение дара пророчества);

Деяния 10:1–35 (видение Петра);

1-й Нефий 10:17–19 (сила Святого Духа);

Учение и Заветы 6:5–11 (дар познания тайн).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте *Женщина Церкви Святых последних дней. Общее руководство для женщин, часть А*, урок 4 («Дар Святого Духа»);
 2. Прочитайте раздел «Что такое дар Духа Святого?» главы 21 *Основ Евангелия*;
 3. Прочитайте главу 21 *Основ Евангелия* («Дар Духа Святого»);
 4. Прочитайте Мороний 10:5–30; 1-е Коринфянам 12; Учение и Заветы 46:8–26;
 5. Приготовьте плакат с перечислением семи Символов веры или же напишите их на доске до начала урока;
 6. Приготовьте доску и мел;
 7. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.
- *

Цель урока — помочь нам соблюдать день субботний святым.

Почему нам нужно соблюдать день субботний святым?

ТАКОВА ОДНА ИЗ ЗАПОВЕДЕЙ

Давая нам четвертую заповедь, Господь сказал: «Помни день субботний, чтобы святить его» (Исход 20:8).

Что мы подразумеваем под словом «святой»? (Посвященный служению Господу; священный. Если вы хотите получить более подробные разъяснения, обратитесь к первым трем абзацам раздела «Как мы соблюдаем день субботний святым?» главы 24 *Основ Евангелия*.)

Заповедуя нам соблюдать день субботний святым, Господь пояснил: «Шесть дней работай, и делай всякие дела твои; А день седьмый — суббота Господу Богу твоему: не делай в оный никакого дела» (Исход 20: 9–10).

ЭТО — ОДНО ИЗ БЛАГОСЛОВЕНИЙ

Даруя нам субботу как Его день, Господь на самом деле подарил нам время. Господь понимал, что нам необходим хотя бы один день для отдыха.

Независимо от того, какой работой мы заняты, нам необходимо восстанавливать силы, отдыхать от физического труда. Мы должны также давать отдыхать нашему мозгу, переключаясь на другой вид мыслительной деятельности. Служа Господу, мы укрепляем наш дух. В день отдыха нам предоставляется возможность удовлетворить все эти потребности. В воскресенье нам также дается возможность духовно расти, обрести радость и покой. Воскресенье должно быть лучшим днем недели.

Иудеи-ортодоксы называют воскресенье «шаббо хамалках» — «воскресенье-королева», поскольку этот день, как королева, олицетворяет величие (Elliot D. Landau, «How to Teach the Ten Commandments to Your Children», *Ensign*, Oct. 1973, p. 53).

Что представляла бы собой наша жизнь, если бы не было воскресенья? (Нам можно было бы вовсе не думать о Боге и Спасителе и о том, что Они совершили для нас. У нас не было бы возможности отдыхать от жизненных стрессов и забот, одолеваящих нас на неделе. Мы потеряли бы еженедельное общение с другими членами Церкви, которые поддерживают и вдохновляют нас. Не будь воскресенья, у нас не нашлось бы времени для духовного подъема, сопутствующего всему тому, что мы делаем в воскресенье. Наше мышление сузилось бы, и мы стали бы эгоистами.)

Господь изрек устами Пророка Исаии: «Если ты удержишь ногу твою ради субботы от исполнения прихотей твоих во святой день Мой, и будешь называть субботу отрадою, 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... уста Господни изрекли это» (Исаия 58:13–14).

Господь обещал благословения всем тем, кто соблюдает день субботний святым.

Как можно соблюдать день субботний святым?

ТЩАТЕЛЬНО ГОТОВЯСЬ К НЕМУ

Для того чтобы соблюдать день субботний святым, мы должны быть готовы отдыхать в этот день, посещать церковные собрания, проводить их мирно и праведно. Все это требует серьезной подготовки в течение шести предыдущих дней. В частности, матери должны планировать проведение этого дня заранее и направлять своих домочадцев.

Вот что написала о том, как она стала готовиться к проведению воскресенья, сестра Мэрилин Т. Брокбэнк из США:

«Я помню, как я озадачила мужа вопросом: „Что же такое со мной происходит?.. В воскресенье днем у меня начинается головная боль, и я прихожу в себя только в понедельник... Где же все обещанные нам благословения? Я соблюдаю субботний день святым. Я не хожу ни в кино, ни в магазин. Я посещаю церковь. Что же тогда со мной неладно?“ И наконец я сообразила, что же со мной такое.

Как-то раз в воскресенье я поскользнулась, проходя мимо кипы приготовленного для стирки грязного белья. Потом я стала пылесосить полы, а после этого, придя из церкви, улучила минутку и села с шитьем посмотреть телевизор. Все это время меня не покидала мысль о том, что я не соблюдаю заповедей, и поэтому Господь не дарует мне благословений.

Какое же спокойствие и радость я ощутила после того, как приняла решение о том, что, начиная с ближайшего же воскресенья, буду *соблюдать этот день святым*? Раз приняв решение, я с воодушевлением начала обдумывать, как мне воплотить в жизнь собственные пожелания...

Прежде всего я составила подробнейший список всего, что необходимо сделать в субботу. Он включал в себя уборку дома, подготовку одежды на воскресенье для всех домочадцев, чистку обуви. В списке также было написано, что надо приготовить одежду, в которой дети пойдут в школу в понедельник. Нужно вымыть им головы и искупать их. Нужно привести в порядок собственную голову, а также подобрать гимны для воскресной службы, за что я отвечаю.

Затем нужно было подумать о еде на воскресенье, для чего я должна съездить в магазин, и приготовить все это заранее . . .

Наконец-то я обрела спокойствие и, переполненная радостью, ждала того момента, когда можно будет приступить к выполнению намеченных дел. Я заметила, что не могу удержаться от улыбки, думая о тех драгоценных часах, когда я могу почитать, погрузиться в размышления, уйдя мыслями далеко-далеко, помолиться и по-настоящему отдохнуть и оживить душу.

Я почувствовала прилив новых сил, поняла, что обретаю мудрость в воспитании детей и общении с ними. Мое сердце, наполненное еще большей любовью, стало изливать ее на детей. И я ощутила внутри себя такое обилие Святого Духа, такую близость к Богу, такую Его любовь, испытала новую радость во время молитвы . . .

Господь сказал, что предоставит нам возможность совершить все то, что Он нам заповедал. Кроме того, Он обещает нам, что мы немедленно получим дары Святого Духа . . .

И я свидетельствую, что, если все вы, отягощенные жизненными заботами, придете к Нему, вы, так же как и я, обретете знания и вдохновение» («Prepare to Keep the Sabbath Day Holy», *Ensign*, Mar. 1972, pp. 44–45).

Какие дела вы можете заранее сделать, чтобы подготовиться к воскресенью? Спросите молодых, незамужних женщин: как они могут помочь своим матерям подготовиться к воскресенью?

Покажите иллюстрацию 4-а (=4-a): «Почему не стоит заниматься всем этим в воскресное утро?»

Какими делами, которые необходимо было сделать в субботу, заняты члены семьи воскресным утром?

Президент Университета имени Бригама Янга доктор Даллин Х. Оукс рассказал о таком случае, который произошел с ним, когда он был студентом:

«Когда я переезжал из студенческого городка Университета имени Бригама Янга для того, чтобы начать учиться в Чикагском университете, мама напомнила мне, что отец никогда не занимался по воскресеньям. Она как бы невзначай сказала: «Сынок, если ты хочешь испытывать наслаждение от даруемых тебе благословений, распредели свое время так, чтобы не заниматься по воскресеньям. Не предпринимай ничего, кроме принятия духовной пищи, которая дается тебе в этот день Господний».

Я решил, что буду праведно проводить воскресенья, чтобы получать благословения для духовного роста и общения со Святым Духом, которые даруются нам, если мы проводим эти дни подобающим образом. И я свидетельствую, что я ощутил эти благословения бес-

4-а (=4-a): Почему не стоит заниматься всем этим в воскресное утро?



Суббота

Слова: Рита С. Робинсон

Музыка: Честер У. Хилл

Весело

Э - тот день, он о - со - бый день. Мы го - то-вим-ся все к воск-ре-

сень - ю. Мы пол ме-тем и и - дем в ма-га-зин, чтоб ра-

бо-тать нам лишь в по-не-дель - ник. Мы чис - тим о - буть и

что - то шьем. Го-во-рим, что все сде - ла - но на - ми. По-том

мо - ем-ся мы и ног-ти стри-жем. Го - то-вы мы все к во-скре-сенью.

численное число раз» («The Blessing of Commandments», *Speeches of the Year*, 1974, p. 219).

Нам следует советовать детям готовить уроки заранее, чтобы отдыхать по воскресеньям.

Помимо подготовки к воскресенью детей, дома, еды, одежды, мы можем подготовиться к этому дню и другими путями. Накануне мы можем хорошо выспаться. Мы можем постараться в остальные дни недели как следует отдохнуть, позаниматься спортом или вдоволь повеселиться, чтобы не делать этого в воскресенье.

Если мы как следует подготовимся к воскресенью, обстановка у нас дома станет более мирной. Мы будем гораздо больше духовно подготовлены и сможем лучше воспринять то, чему учит нас Святой Дух. И мы получим благословения, которые Господь дарует тем, кто соблюдает этот день святым.

О каких благословениях, полученных ею после того, как она стала соблюдать день субботний святым, рассказала сестра Брокбэнк? (Покой в семье, свободное время для того, чтобы погрузиться в размышления, помолиться, ощутить прилив сил и обрести мудрость, необходимую для решения проблем; возросшая любовь к детям, помощь Святого Духа; чувство более тесной связи с Богом.)

ПОКЛОНЯЯСЬ БОГУ, ОТДЫХАЯ И СЛУЖА

Если мы ходим на церковные собрания, то нам даются дополнительные благословения. Во время совместных Богослужений мы испытываем душевный подъем. Когда прихожане поют гимны, Господь «отвечает им благословением» (Учение и Заветы 25:12). Посещение собраний и причащение укрепляют нашу способность противостоять злу и мирским искушениям (см. Учение и Заветы 59:9).

Соблюдая день субботний святым, мы зачастую получаем совершенно неожиданные благословения. Владелец одного из ресторанов перестал открывать его по воскресеньям. Он считал, что ради исполнения закона субботы можно пойти на убытки. По прошествии какого-то времени он заявил: «В тот год, когда мы стали закрывать ресторан по воскресеньям, мы стали зарабатывать больше, чем за все предыдущие годы...»

Господь благословил нас по прошествии нескольких лет... По сравнению с тем временем, когда мы работали по воскресеньям, наши дела пошли гораздо лучше. Мы окрепли и в духовном плане...

И теперь у нас сложилось твердое убеждение в том, что самая прочная гарантия успеха в бизнесе для Святого последних дней — соблюдение воскресенья святым днем, как заповедовал нам Господь» (цит. по Ezra Taft Benson, «Keeping the Sabbath Day Holy», *Ensign*, 1971, p. 7).

Президент Спенсер В. Кимбалл заметил: «В различных частях нашего христианского мира по воскресеньям, которые нужно проводить в святости, работает множество заведений. Но мы в состоянии исправить такое положение сами. Если мы перестанем по воскресеньям ходить в магазины и торговые центры и делать там покупки, они вынуждены будут закрыться. Пожалуйста, подумайте об этом. Обсудите эту тему с детьми на семейных вечерах. И будет очень хорошо, если каждая семья придет к решению, что отныне никто из домохозяев не будет ходить за покупками по воскресеньям» («The Time to Labor Is Now», *Ensign*, Nov. 1975, p. 6).

Какие благословения даются нам, если мы чтим воскресенье? Принесите ваши личные свидетельства о том, какие благословения вы получили после того, как стали соблюдать день субботний святым.

Члены Первого Президентства Церкви объясняют нам, что «воскресенье — это не просто еще один день для отдыха, когда нам дается возможность отдохнуть от работы... Это святой, Господний день, который нужно проводить в молитве и благоговении» («The Sabbath», statement by the First Presidency, *Church News*, 11 July 1959, p. 3).

Покажите иллюстрации 4-в (=4-с): «Святые последних дней принимают причастие» и 4-г (=4-д): «Девушка, изучающая Священные Писания».

Поручите одной из сестер, используя главу 24 *Основ Евангелия* «День субботний (воскресенье)», подготовить сообщение о том, как нужно проводить воскресенье. Выслушав рекомендации, записывайте их на доске.

Какие еще мысли появились у вас о том, как можно соблюдать день субботний святым?

Попросите одну из молодых незамужних сестер рассказать о том, что ей следует делать для того, чтобы получать удовольствие от соблюдения дня субботнего святым.

Господь предоставляет каждому право отдыхать по воскресеньям. Однако такие учреждения, как больницы, должны работать ежедневно. Нам же следует по возможности отдыхать от работы по воскресеньям и помогать в этом другим.

Почему хождение по магазинам и посещение оздоровительных мероприятий по воскресеньям препятствует получению нами воскресных благословений? (Подобная деятельность сосредоточивает наши мысли на делах земных. Она затрудняет общение с нашим Небесным Отцом. Со временем она может превратиться в привычку, от которой будет трудно избавиться. Она будет мешать нам соблюдать воскресенье святым. Если мы по воскресеньям ходим по магазинам, это означает, что другие тоже должны работать для того, чтобы обслуживать нас.)

4-в (=4-с): Святые последних дней принимают причастие.

4-г (=4-д): Девушка, изучающая Священные Писания.





Как память о назначении дня субботнего помогает нам соблюдать его святость? (Если мы знаем, что день субботний дается нам для того, чтобы мы получали духовные и физические благословения, у нас появляется желание соблюдать его святым и получать обещанные благословения.)

День субботний дается нам не только для получения благословений. Это еще и возможность совершать поступки, приносящие благословения другим. Мы следуем примеру Христа, Который по воскресеньям заботился о нуждающихся (см. от Марка 3:1–6; от Иоанна 9:13–16). Существует множество одиноких людей. Другие же могут просто испытывать потребность в том, чтобы кто-нибудь их приободрил или внимательно выслушал. Воскресенье дается нам для того, чтобы помогать тем, кто в этом нуждается.

Заключение

Господь даровал нам воскресенье к нашему благу и благословиению. Подготовившись к этому дню и соблюдая его святым, мы пожинаем его плоды и получаем благословения.

Задание

Обсудите со своими домочадцами, какие блага они обретают, соблюдая воскресенье святым. Продумайте, что может предпринять ваша семья для того, чтобы еще больше соблюдать святость дня субботнего. Как вы можете добиться того, чтобы воскресный день стал для вас спокойным и мирным днем отдыха?

Священные Писания для дополнительного изучения

Исаия 58 (как следует поститься и соблюдать день субботний святым);

Левит 26:1–12 (вознаграждения, получаемые нами в том случае, если мы соблюдаем заповеди);

Неемия 13:15–22 (Святым следует соблюдать святость дня субботнего);

Учение и Заветы 59:9–24 (благословения, получаемые нами, если мы соблюдаем день субботний святым).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 24 *Основ Евангелия* «День субботний (воскресенье)»;
2. Дайте одной из учениц задание выступить на уроке с кратким сообщением о том, что нам следует делать по воскресеньям. Предложите ей перечислить одиннадцать рекомендаций, которые даются в подразделе «Как мы соблюдаем день субботний святым?» главы 24;
3. Приготовьте доску и мел;
4. Выучите песню «Суббота» или попросите сестер выучить ее для того, чтобы исполнить на занятии.
5. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Цель урока — помочь нам самим и окружающим соблюдать Слово Мудрости.

Откровение о здоровье

Согласно рекомендациям, приведенным в разделе «Подготовка учительницы к занятию», покажите плакат со Словом Мудрости.

Слово Мудрости составляет раздел 89 книги Учение и Заветы и является законом здоровья от Господа. В этом разделе Господь сообщает о том, что Он даровал нам откровение о здоровье для блага всякого, даже самого слабохарактерного из Святых. Президент Бригам Янг так описывает обстоятельства, при которых Пророк Иосиф Смит получил откровения:

«Занятия первой школы Пророков (специальной школы для первых руководителей Церкви) проводились в маленькой комнатке над кухней Пророка Иосифа Смита... [Это была та самая комнатка, где] Пророк получал откровения и учил своих братьев. Чтобы собраться в этой маленькой комнатке не более чем три с половиной метра в ширину и четыре метра в длину, братья вынуждены были проделывать путь в сотни миль. Собравшись там после завтрака, они тут же закуривали трубки и, потягивая их, размышляли о Царстве Божьем. При этом они жевали табак, а жвачку сплевывали на пол. И не успевали они вынуть трубки изо рта, как на пол уже летела увесистая табачная жвачка. Зачастую, войдя в комнату, чтобы дать наставления ученикам, Пророк оказывался окутанным густым облаком табачного дыма. Это обстоятельство, так же как и жалобы жены на то, что каждый раз ей приходится мыть ужасно грязные полы, заставило его задуматься и спросить у Бога, хорошо ли поступают старейшины, употребляя табак. В результате он получил от Бога откровение, известное как Слово Мудрости» (*Journal of Discourses*, 12:158, 8 Feb. 1868).

Это откровение с указаниями о том, что полезно, а что вредно для здоровья, является законом здоровья от Господа, данным Им Его земным детям.

Закон здоровья от Господа

Совет Господа о том, какую пищу употреблять, а каких веществ избегать вовсе или же употреблять с осторожностью, и составляет закон здоровья от Господа.

Покажите иллюстрации 5-а (=5-а): «Мясные и молочные продукты»; 5-б (=5-б): «Фрукты и овощи»; 5-в (=5-в): «Мучные изделия и крупы» и таблицу; 5-г (=5-г): «Руководство по организации здорового питания».

КАКУЮ ПИЩУ НАМ СЛЕДУЕТ УПОТРЕБЛЯТЬ

Желая помочь Своим детям, Господь даровал им законы и советы. В откровении о том, как мы должны заботиться о наших физических телах и защищать их, Он сообщает, как нам следует питаться. В то время, когда Слово Мудрости было открыто Иосифу Смиту, множество людей страдало от недоедания из-за употребления однообразной пищи. Часто из-за незнания либо унаследованных дурных традиций люди ели мало фруктов и овощей. Другие же ели мало круп и питались в основном мясом. Увещевания Господа употреблять разнообразные фрукты, овощи, зерновые и крупы, а также различные виды мясных продуктов помогли Святым сохранить здоровье. Сбалансированное употребление разнообразных продуктов дало возможность пополнять организм всеми необходимыми для поддержания крепкого здоровья веществами. И лишь спустя более 60 лет с того момента, как Слово Мудрости было открыто через Пророка Иосифа Смита, ученые стали внедрять его в повседневную жизнь, рекомендуя употреблять в пищу разнообразные продукты.

Здоровье каждого из нас заметно улучшится, если мы последуем совету Господа и будем употреблять: (1) травы, фрукты и овощи, (2) зерновые как один из главных продуктов питания, (3) мясо птиц и животных в ограниченных количествах, а также другие животные продукты. Каждая из этих трех групп представляет собой основную группу продуктов питания, обеспечивающих организм важнейшими питательными веществами.

Какие продукты питания, составляющие эти три группы, входят в ваш рацион?

Перечислите на доске под заголовком «Продукты питания» те из них, которые нам рекомендуется употреблять.

Прочитайте Учение и Заветы 89:10–17.

Какие продукты питания Господь советует нам употреблять? (Полезные овощи, фрукты и травы в периоды их созревания; мясо птиц и животных в ограниченных количествах; зерновые и крупы; виноград и виноградный сок.)

ВЕЩЕСТВА, КОТОРЫЕ НАМ НЕ СЛЕДУЕТ УПОТРЕБЛЯТЬ

Слово Мудрости предостерегает нас от употребления определенных веществ. Нам дается совет избегать крепких напитков (т.е. питья, содержащего алкоголь), табака (в любой форме), горячих напитков (через Своих Пророков Господь пояснил, что под ними подразумеваются чай и кофе).

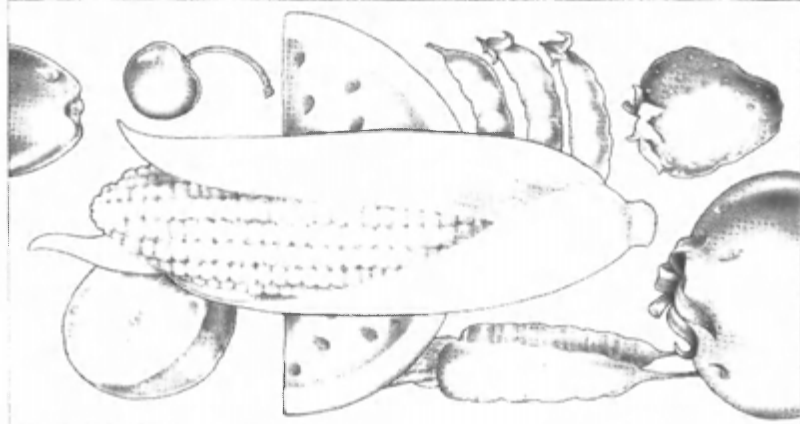
5-а (=5-а): Мясные и молочные продукты.

5-б (=5-б): Фрукты и овощи.

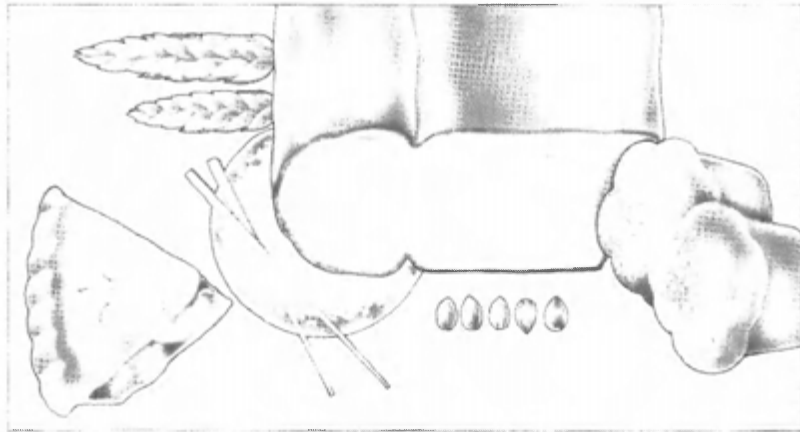
5-в (=5-в): Мучные изделия и крупы.



5-а: Мясные и молочные продукты.



5-б: Фрукты и овощи.



5-с: Мучные изделия и крупы.

Перечислите на доске под заголовком «Вещества, которые нам не следует употреблять», те вещества, от принятия которых Господь рекомендует нам воздерживаться. (Алкоголь, табак, чай и кофе.)

Как нам преодолеть искушение употреблять эти вещества?

Откровения, полученные Иосифом Смитом, расходились со многими традициями того времени. Не зная причин, по которым им надлежало следовать этим откровениям, многие Святые делали это, основываясь исключительно на своей вере. В наше время ученые объяснили с научной точки зрения, почему нужно воздерживаться от употребления перечисленных выше вредных веществ. К примеру, сегодня мы знаем о том, что алкогольные напитки действительно отравляют наше тело. Употребление алкоголя приводит к изменениям в настроении, потере способности рассуждать и сдерживать эмоции, превращают нашу речь в бессвязное бормотание. У нас начинают заплетаться ноги, мы становимся неуклюжими. Употребление алкоголя в больших количествах приводит к появлению вялости, состоянию комы и даже к смерти. Людей, привыкающих к употреблению алкогольных напитков, называют алкоголиками. Большое количество алкоголя, употребляемое алкоголиками, наносит вред их организму, и прежде всего таким внутренним органам, как печень и органы пищеварения. Алкоголики чаще тех, кто не употребляет алкоголя, страдают и другими заболеваниями, такими, как рак и язва желудка. У женщин рождаются дети с маленьким весом и ростом или же дети с различного рода отклонениями от норм.

В дополнение к перечисленным выше физическим нарушениям употребление алкогольных напитков вызывает и другие нежелательные последствия. Зачастую пьяные родители избивают своих домочадцев. Дети вместо того, чтобы уважать, начинают бояться пьющего родителя. Семьи страдают еще и оттого, что их бюджет расходуется на покупку алкогольных напитков, в то время как его необходимо тратить на продукты питания, одежду и образование.

Употребление табака также может привести к раковым заболеваниям, инфарктам, хроническим легочным заболеваниям. Дети, появившиеся на свет от курящих матерей, часто имеют меньший вес и рост, чем дети, матери которых не курят. Оставляет желать много лучшего и состояние здоровья этих детей. Дети курящих родителей часто болеют бронхитами и воспалением легких. Подобные заболевания гораздо реже встречаются у детей некурящих родителей. Вырастая, дети курящих родителей в большей степени подвержены риску заболевания хроническими легочными болезнями.

В то время, когда появилось Слово Мудрости, многие пили кофе и чай. И никто даже не подозревал о том, что они вредны для здоровья. Однако сегодня мы уже знаем, что эти напитки являются возбуждающими. Они повышают кровяное давление, увеличивают частоту пульса, вызывают бессонницу. Ученые и в наши дни продолжают открывать все новые и новые вредные последствия употребления

этих напитков. Зная об этом, мы все больше и больше осознаем истинность откровений, содержащихся в Слове Мудрости, и советов не употреблять те или иные вещества.

Прочитайте Учение и Заветы 89:5–9.

В наше время Господь открыл нам через руководителей Церкви, что мы должны избегать употребления наркотиков, если это не назначено врачом.

БЛАГОСЛОВЕНИЯ, КОТОРЫЕ МЫ ПОЛУЧАЕМ, СЛЕДУЯ ЗАКОНУ ЗДОРОВЬЯ

Господь обещал благословить тех, кто живет по Слову Мудрости, четырьмя особыми благословениями.

Прочитайте Учение и Заветы 89: 18–21.

Какие четыре благословения мы получаем? (Здоровье, мудрость и знания, силу, а также обещание, что ангел смерти пройдет мимо.)

Перечислите их на доске под заголовком «Благословения, которые мы получаем, если соблюдаем Слово Мудрости».

Зачем нам нужно здоровое тело? Зачем Господу нужно, чтобы наши тела были здоровыми?

Состояние здоровья многих улучшилось после того, как они начали жить по Слову Мудрости. Попав в плен во время войны, брат Клара провел 5 лет в тюрьме. Его здоровье было подорвано, и следующие три года ему пришлось провести в больницах и санаториях. Однако в конце концов врачи, отказавшись от мысли вылечить его, отправили его домой. Никакое лечение не помогало, и он вынужден был проводить в постели целые сутки. Но, пройдя несколько уроков с миссионерами, брат Клара принял Слово Мудрости, перестал пить кофе и бросил курить. После того как он в течение нескольких месяцев жил, соблюдая Слово Мудрости, он почувствовал, что состояние его здоровья несказанно улучшилось. Брат Клара стал меньше болеть респираторными заболеваниями и меньше кашлять. Он даже попытался вновь начать работать, и его почти тут же приняли на работу. Носители священства благословили его, и через несколько лет он совершенно поправился. Брат Клара вновь обрел крепкое здоровье, потому что он соблюдал Слово Мудрости (см. Mrs. Lode-mez Clara, «After Five Years in a Nazi Camp, He Was Regarded Incurable,» *Ensign*, Dec. 1972, p. 23).

Какие благословения, выразившиеся в укреплении вашего здоровья, получили вы или ваша семья после того, как стали жить по Слову Мудрости?

Иногда по неизвестным причинам состояние нашего здоровья не улучшается, хотя мы и соблюдаем Слово Мудрости. Тем не менее от нас все же требуется соблюдать эту заповедь. Соблюдение заповедей Господних всегда приносит благословения, хотя мы порой и не осознаем этого сразу. В то время, когда Слово Мудрости было открыто Пророку, оно считалось не заповедью, а лишь мудрым сове-

Руководство по организации
здорового питания . . .

Рекомендуемые дневные нормы потребления пищи

Рекомендуемые дневные нормы потребления пищи составляют основу разнообразного и здорового питания. Предлагаемая для взрослых норма потребления продуктов питания включает четыре продуктовые группы и составляет около 1200 калорий. В предлагаемой ниже таблице приводятся рекомендации для различных возрастных групп и категорий людей относительно того, сколько раз в день принимать пищу и в каких количествах.

Продуктовая группа	Рекомендуемое число приемов пищи				
	Ребенок	Подросток	Взрослый	Беременная женщина	Кормящая мать
Молоко 1 стакан молока, кефира, что равноценно по содержанию кальция; 1,5 кусок сыра «Чеддер» 1 стакан пудинга 1 1/2 стакана мороженого 2 стаканам творога	3	4	2	4	4
Мясо 2 унции (56,6 г) отварного постного мяса, рыбы, мяса птицы, что равноценно по содержанию протеина: 2 яйца, 2 кускам (56,6 гр.) сыра «Чеддер» полстакану творога 1 стакану сусис фасоли, горошка 4 ст. ложки арахисового масла	2	2	2	3	2
Фрукты/овощи полстакана запеченных или отварных овощей/ фруктов или сока 1 стакан фруктов/сырых овощей Под порцией обычно подразумевается яблоко или банан средних размеров	4	4	4	4	4
Зерно и крупы в чистом виде, обогащенные, с добавками 1 кусок хлеба 1 стакан готовый к употреблению хлопьев 1/2 стакана каши, макарон, овсянки	4	4	4	4	4

Сыр употребляется ВМЕСТО, а не одновременно с молоком или мясом.
•**Другие продукты** употребляются дополнительно, но не вместо продуктов, входящих в вышеперечисленные четыре группы. Их количество определяется исходя из потребностей того или иного человека.
B164 [3] 1978 Copyright © 1977, 4th Edition, National Dairy Council, Rosemont, IL 60018.
All rights reserved.
Приводится с любезного разрешения National Dairy Council

Питательные вещества, необходимые для нашего здоровья

Питательными веществами называются химические вещества, которые образуются в организме в процессе пищеварения. Они необходимы для образования и укрепления клеток нашего тела, регуляции происходящих в нем процессов и служат для нас источником энергии. Для того чтобы иметь крепкое здоровье, нам требуется не менее пятидесяти питательных веществ, в том числе вода. Если человек ежедневно употребляет около десяти основных питательных веществ, то остальные

Питательное вещество	Продукты питания, содержащие определенные питательные вещества
Белки	Мясо животных и птиц, рыба Сушеная фасоль и гречиха Яйца Сыр Молоко
Углеводы	Хлебные злаки Картофель Сушеная фасоль Кукуруза Хлебные изделия Сахар
Жиры	Жировые добавки, растительные масла Животное масло, маргарин Приправы к салатам Колбаса
Витамин А (ретинол)	Печень Морковь Сладкий картофель Зелень Животное масло, маргарин
Витамин С (аскорбиновая кислота)	Цветная капуста Апельсины Грейпфруты Папайя (длинное дерево) Манго Клубника
Тиамин (В₁)	Постная свинина Орехи Крупяные изделия с добавками
Рибофлавин (В₂)	Печень Молоко Йогурт (кефир) Творог
Ниацин	Печень Мясо животных, птиц, рыба Арахис Крупяные изделия с добавками
Кальций	Молоко, йогурт (кефир) Сыр Сельдь и лососевые (с костями) Капуста, горчица и зелень репы
Железо	Обогащенная мука Сок черносливки Печень Сушеная фасоль и горошек Говядина с кровью

сорок или около того все равно требуются ему в количествах, необходимых для его организма.

Питание человека должно включать в себя разнообразные продукты, поскольку ни один *отдельно взятый* продукт питания не содержит всех пятидесяти питательных веществ, а также потому, что многие из них должны употребляться в комплексе.

В случае, если в тот или иной продукт питания добавляется какое-

нибудь новое питательное вещество или же составляется список ингредиентов, помещаемый на упаковке, то, по существующим правилам, он должен состоять не менее чем из 10 основных питательных веществ. Список этих питательных веществ предлагается в приводимой ниже таблице, где перечисляются содержащиеся их продукты питания, а также основные физиологические функции этих питательных веществ.

Некоторые важнейшие физиологические функции		
Источник энергии	Участует в образовании и укреплении клеток тела	Регулирует протекающие в организме процессы
Обеспечивает 4 калории на грамм веса	Входит в состав любой клетки, мышц, крови и костей; способствует росту и укреплению здоровых клеток тела	Входит в состав фермента энзима, некоторых гормонов и содержащихся в организме жидкостей и антител, увеличивающих сопротивляемость организма различного рода инфекциям
Обеспечивает 4 калории на грамм веса Основной источник энергии для центральной нервной системы	Является источником энергии; содействует выполнению функции белка — способствовать росту и укреплению клеток тела	Неочищенные продукты являются источником фибры — комплекса углеводов, содержащихся во фруктах, овощах, неочищенном зерне — и способствуют очищению организма. Углеводы способствуют усвоению жиров
Обеспечивает 9 калорий на грамм веса	Входит в состав любой клетки. Является источником необходимых организму жирных кислот	Является источником образования жирорастворяющих витаминов (A, D, E и K)
	Способствует образованию и упрочению кожного покрова и слизистых мембран, образующих полости и тракты тела, такие, как дыхательный и кишечный, увеличивая тем самым сопротивляемость инфекциям	Помогает организму осуществлять зрительную функцию и образует родопсин (зрительный пурпур), способствует формированию здоровой глазной ткани, а также адаптации глаз к темноте
	Способствует формированию цементующих веществ, таких, как коллаген, соединяющий клетки тела, укрепляет кровеносные сосуды. Ускоряет заживляемость ран и срастание костей, увеличивает сопротивляемость организма инфекциям	Способствует утилизации железа
Способствует утилизации энергии		Является составной частью коэнзима и обеспечивает утилизацию углеводов. Нормализует аппетит. Способствует нормализации функционирования нервной системы
Способствует утилизации энергии		Является составной частью коэнзима при образовании энергии в клетках человеческого тела. Способствует оздоровлению кожи, клеток, составляющих глазное яблоко, улучшает зрение
Способствует утилизации энергии		Функционирует как составная часть коэнзима в процессе синтеза жиров при протекающих в коже дыхательных процессах, а также при утилизации углеводов. Способствует оздоровлению кожи, нервной системы, пищеварительного тракта. Способствует улучшению пищеварения и аппетита
	В совокупности с другими минералами протеиновой группы формирует структуру костей и зубов, способствует их укреплению	Способствует ускорению свертываемости крови, нормализации сокращения мышц, укреплению нервной системы
Способствует утилизации энергии	В совокупности с протеином способствует образованию гемоглобина — красных кровяных телец, доставляющих в клетки кислород и освобождающих их от углекислого газа. Способствует предотвращению пищевой анемии и ее следствия — утомляемости. Усиливает сопротивляемость инфекциям	Входит в состав энзима, способствующего дыхательным процессам в тканях

том. Позже глашатай Господний, Пророк Бригам Янг, заявил, что Слово Мудрости не является заповедью. Однако в наши дни оно служит заповедью для Святых последних дней. Как подчеркивалось в послании Первого Президентства на Генеральной конференции в октябре 1942 года, «... оно представляет собой закон здоровья, придерживаться которого обязан каждый из нас. Мы не можем уклоняться от его соблюдения, поскольку он основан на вечной истине» (*Messages of the First Presidency*, vol. 6, p. 172, 3 Oct. 1942).

Порой соблюдение Слова Мудрости дается нам совсем не просто, потому что нам трудно расстаться с нашими привычками и, кроме того, мы подвергаемся давлению окружающих, убеждающих нас в том, что мы не обязаны придерживаться этого закона. Однако если мы соблюдаем Слово Мудрости, мы обретаем способность к самоконтролю и начинаем уважать себя. Кроме того, укрепляется наша способность соблюдать другие заповеди.

«Одного молодого мормона призвали в армию. Он был ужасно неуклюжим... После одного из смотров, когда он делал все совершенно не так, как нужно, его вызвал к себе капитан. Капитан обратился к нему с такими словами: «Я заметил вас, молодой человек. Вы ведь мормон, если я не ошибаюсь?»

«Да, сэр».

«Я просто хотел подружиться с вами. Не откажетесь от кружечки пива?»

«Я не пью крепких напитков».

Капитан выругался, а потом спросил: «Ну тогда, может быть, сигару?»

«Спасибо, — отвечал молодой человек, — но я не курю».

Капитан почувствовал раздражение и выпроводил парня из комнаты.

Когда молодой человек вернулся в казарму, один из младших офицеров стал приставать к нему с расспросами и бросил со злостью: «Глупец! Неужели ты не понял, что капитан хотел завести с тобой дружбу, а ты так его обидел!»

На это молодой мормон ответил ему: «Но ведь если я предам свои идеалы и своих единомышленников и стану делать то, чего мне на протяжении всей моей жизни советовали не делать, мне придется демобилизоваться...»

Позже, когда началась война и американские войска были переброшены за океан, капитану, уже получившему чин подполковника... [понадобился солдат для выполнения очень важного поручения. Ему нужен был человек, которому он мог бы полностью доверять, человек с твердым характером]. И подполковник, в прошлом капитан, выбрал

именно этого молодого человека. Он поручил ответственное задание именно тому, кто бесстрашно стоял перед ним, заявляя: «Я не курю. Я не пью» (Hugh B. Brown, «A Time of Testing», *Improvement Era*, June 1969, p. 98).

С какими проблемами вы сталкиваетесь, когда пытаетесь соблюдать Слово Мудрости?

Что вы можете сделать для того, чтобы преодолеть искушения, оставаться твердыми в своих убеждениях и соблюдать Слово Мудрости?

Мы не должны думать, что Слово Мудрости — это заповедь, дающая нам только физические, временные благословения. Господь сказал нам, что все заповеди являются духовными.

Какие духовные благословения вы можете получить, придерживаясь Слова Мудрости? (Посещение храма, жизнь в согласии со Святым Духом, получение личных откровений для улучшения духовного и физического благополучия, ясный рассудок, осознание того, что мы достойны участвовать в духовной деятельности Церкви.)

Как исполнение Слова Мудрости помогает вам соблюдать другие заповеди? (Готовит к крещению, помогает выполнять данные вами обещания ходить на церковные собрания, предоставляет вам возможность посетить храм, способствует вашей физической и духовной готовности исполнять то, что заповедал нам наш Отец Небесный.)

Оказание помощи другим

Мы должны быть терпеливыми в отношении тех, кто испытывает трудности, стремясь жить по Слову Мудрости. Для некоторых исполнение этих заповедей не представляет труда, от других же это требует значительных усилий. Каждый из нас должен искать Господнего руководства, чтобы узнать, как ему лучше помочь тем, кто испытывает затруднения. Очень часто нашим домочадцам, друзьям, а также новообращенным членам Церкви помогает наш собственный пример и поощрение.

Одна сестра — Святая последних дней по имени Ивонна Ремп — так описывает произошедший с ней однажды случай, свидетельствовавший о том, насколько важно подавать хороший пример в соблюдении этой заповеди:

«Из всех присутствовавших на свадьбе я лично знала лишь двоих: жениха и его мать. С ней мы работали в больнице и были хорошими подругами. . .

Пожелав молодым всего хорошего и перезнакомившись со всеми гостями, я села на свободный стул в одной из комнат и тут же дала всем понять, что этот стул — мой.

«Хотите пунша?» — спросила меня молоденькая девушка.

«Нет, спасибо, — отвечала я. — Потом».

Угощение состояло из торта и крепкого пунша. За пуншем выстроилась целая очередь. Его разливали по большим бокалам из хру-

стального кувшина. В углу стоял другой небольшой кувшин и кружки с привязанными к ним воздушными шариками с изображениями героев мультфильмов. Это был обычный детский пунш. «И почему этот безалкогольный пунш всегда ставят так далеко от гостей?» — подумалось мне.

Как же хочется пить! Но я даже не могла вообразить себе, как я подойду к столу с детским пуншем и привязанными к кружкам воздушными шариками.

В очередь за детским пуншем выстроилась целая группа ребятшек: несколько девочек и мальчик с друзьями, которые должны были нести цветы и обручальные кольца жениха и невесты. И тут я поняла, что мне предоставляется единственная возможность отведать детского пунша. Я ни за что не стану пить крепленый пунш! Я встала со стула.

«Вот ваш пунш, мадам!» — сказал мне кто-то.

«О нет, спасибо! — повторила я. — Потом».

Я опять заняла свое место. Ну что страшного в том, если я совсем немножко выпью? Но я знала, что это плохо, и заданный самой себе вопрос потерял всякий смысл. И я вспомнила, что не далее как на прошлой неделе навещавшая меня церковная сестра говорила о том, что не следует идти даже на ничтожные компромиссы, поскольку мы даже не подозреваем, в какую ловушку мы можем из-за этого угодить. Но мне немедленно нужно было что-то решать, не то я задохнусь от кашля, если проглочу кусок сухого торта, который я только что взяла с подноса.

«Ну, вставай же!» — убедила я сама себя и в смятении посмотрела на кувшин с крепким пуншем. Но я тут же вернулась и опять села на свой стул.

Внутренняя борьба продолжалась. Даже страшно представить, что я могла бы натворить!

Сидя на стуле, я принялась напевать про себя мелодию одного из гимнов под названием «Выбирай истину». Что же заставило меня вспомнить эту мелодию? В конце концов, ощущая себя великаном среди карликов, я встала в очередь за детским пуншем.

Вдруг я почувствовала, как кто-то слегка дотронулся до моего плеча. Какой-то подросток спросил: «Сестра Ремп! Это кувшин с детским пуншем?»

«О Нил, до чего же я рада тебя видеть! Ну да, это кувшин с детским пуншем!»

Сияющая улыбка озарила все его лицо, в глазах вспыхнул огонек. Мы болтали, смеялись и наслаждались пуншем, который потягивали из весьма странных кружек. К моей кружке был привязан шарик с изображением героя мультфильма Плуто. Рядом с Нилом красовался шарик с подружкой Микки-мауса — Минни-маус. Мы поболтали

несколько минут. Потом к нам присоединились его друзья. «Когда мы пришли сюда и Нил увидел вас, — заявил один из ребят, — он сказал нам, что вы преподаете в его приходской воскресной школе по изучению Евангелия. А потом он быстро поставил нас на место, когда мы заговорили о том, не попробовать ли нам крепкого пунша. Он сказал, что нам нужно последовать вашему примеру. Он напомнил нам, кто мы такие. Ну и, конечно, вы могли бы пожаловаться его маме!»

У меня подкосились колени. Ведь я только что сама едва не угодила в ловушку и чуть было не затащила туда всех остальных! Я еле дождалась того момента, когда можно было уйти, и возблагодарила моего Небесного Отца за оказанную мне особую помощь. Я никогда больше не буду колебаться, если нужно сделать выбор!

За неделю до нашей встречи Нил получил призвание служить миссионером. А через два дня после той свадьбы, на которой мы повстречались, он отправился на особую миссию, став жертвой рокового несчастного случая. Он отслужил свою миссию, но только в другом месте. Нил был исключительным юношей как внешне, так и по своим способностям и моральным принципам. Он следовал им, и я всегда буду благодарна за то, что в этом я не подвела его» (Yvonne Rempp, «Temptation in a Punch Bowl», *Ensign*, April 1977, pp. 61–62).

Одна женщина на протяжении более чем двадцати лет не принимала никакого участия в церковных делах. Кроме того, она была заядлой курильщицей. Но, несмотря на это, епископ призвал ее на одну из церковных должностей, и, служа на этой должности, она значительно укрепила свое свидетельство. Она описывает чувства, которые испытала, пытаясь бросить курить, и как ей удалось избавиться от этой дурной привычки.

«Мне никак не удавалось бросить курить. Всегда, когда я курила, мне было неудобно. А теперь, когда я получила церковное призвание, эта привычка стала для меня просто невыносимой.

Большинство прихожан в моем приходе знали, что я курю, но никто и никогда меня за это не критиковал. Каждый раз, когда речь заходила о курении или кто-то допускал даже самое пустяковое замечание или косой взгляд по этому поводу, я холодела от страха. Но никто и никогда даже не предполагал, что я могу быть недостойной нового призвания. Мой духовный рост был таким хрупким, что его могла прекратить даже самая незначительная критика. И никто не рискнул критиковать меня.

В конце концов я собралась с силами и избавилась от этой вредной привычки».

Сестра Блэк заключает:

«Я всегда буду благодарна настоящим Святым из нашей общины, чья вера, любовь и молитва вдохновили меня и моего мужа на то, чтобы стать достойными нашей Церкви... и нашего Отца Небесного,

который никогда не переставал любить нас» (Kae Black, «I Had to Quit Smoking!», *Ensign*, Apr. 1977, pp. 62–63).

Что вы можете сделать, чтобы помочь другим жить по Слову Мудрости?

С какими искушениями сталкивается молодежь, пытаясь жить по Слову Мудрости?

Как вы можете помочь вашим детям побороть эти искушения?

Заключение

Раздел 89 книги Учение и Заветы (Слово Мудрости) представляет собой закон здоровья от Господа для всего человечества. В нем перечисляются продукты питания, которые мы должны употреблять, а также те вещества, которых мы должны избегать. Если мы будем соблюдать эти заповеди, мы получим огромные благословения. И хотя сегодня с помощью науки мы знаем, почему нам следует соблюдать Слово Мудрости, наши попытки жить по этим принципам служат испытанием нашей приверженности вести здоровый образ жизни и в соответствии с нашим собственным желанием соблюдать данный нам Господом закон здоровья.

С помощью личного примера соблюдения Господнего закона здоровья мы зачастую можем оказать помощь другим людям в соблюдении заповедей и получении за это благословений.

Задание

Проанализируйте вашу собственную жизнь и попытайтесь выяснить, можете ли вы еще в большей степени соблюдать Слово Мудрости. Ищите вдохновения Господнего для того, чтобы прояснить для себя, можете ли вы помочь другим соблюдать заповеди.

Священные Писания для дополнительного изучения

Левит 10:9 (не пейте вина или крепких напитков);

Книга Притчей Соломоновых 20:1 (вино — глумливо);

Бытие 1:29 (травы и плоды древесные в пищу);

Учение и Заветы 49:19 (дикие животные предназначены в пищу человеку).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Приготовьте плакат и покажите его на уроке;

Слово Мудрости –
закон здоровья от Господа

2. Приготовьте доску и мел;
3. Прочитайте главу 29 *Основ Евангелия* («Закон здоровья от Господа»);
4. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Десятина и пожертвования

Урок 6

Цель урока — помочь вам еще больше ценить и соблюдать закон десятины, осознать важность других церковных пожертвований, а также необходимость щедрых взносов со стороны всех членов Церкви.

Что такое закон десятины?

Закон десятины — это Господня заповедь, план, в соответствии с которым мы возвращаем Ему малую часть того, что Он дает нам. Крестившись, мы вступили в завет исполнять все данные нам Господом заповеди. Каждый раз, когда мы принимаем причастие, мы обновляем данное нами Господу обещание. Соблюдая заповедь об уплате десятины, мы на деле выполняем одно из основных данных нами обещаний.

Покажите иллюстрацию 6-а (=6-а): «Ваши доходы».

Очень часто задают вопрос: «Какая же десятина является *полной* и *честной*?»

Один из членов Церкви, служивший Председательствующим епископом, так ответил на этот вопрос: «Уже само слово «десятина» означает одну десятую чего-либо. Десятина — это одна десятая *общей суммы получаемого дохода*. . . Десятина — это одна десятая *полного дохода* фермера, а также одна десятая того, что он производит для содержания своей семьи. Это — вполне справедливое требование, поскольку те, кто не производит продуктов питания, вынуждены тратить деньги на их приобретение для своих семей» (Joseph L. Wirthlin, in Conference Report, Apr. 1953, p. 98; цит. по Henry D. Taylor, «I Will . . . Pour You Out a Blessing,» *Ensign*, May 1974, p. 107).

Объясните, что чистый доход — это полученный доход за вычетом производственных затрат.

Платить десятину следует епископу или президенту небольшого прихода. Если там, где вы живете, нет ни прихода, ни небольшого прихода, вы платите десятину президенту округа, кола или миссии. Все записи о наших пожертвованиях ведут призванные исполнять обязанности финансовых секретарей старейшины, которые выписывают нам квитанции.

Покажите иллюстрацию 6-б (=6-б): «Квитанция об уплате десятины».

В конце каждого года мы лично или вместе с семьей должны пройти особое собеседование с епископом или президентом небольшого

Одна десятая для Бога



Девять десятых для вас

Ваши доходы

прихода. В ходе этого собеседования, которое называется «Согласование уплаты десятины», мы беседуем с одним из них наедине и проверяем все записи о наших пожертвованиях за год. Нам предоставляется возможность сообщить ему, полную ли десятину мы платили. Если же там, где мы живем, нет ни прихода, ни небольшого прихода, мы платим десятину президенту округа, кола или миссии.

Послушание и честность при уплате десятины необходимы для получения от руководителей священства рекомендации для посещения храма. Подобные же требования предъявляются к мальчикам и мужчинам, получающим повышение в священстве. Честная уплата десятины — это важная заповедь, которую должны соблюдать все Святые последних дней.

Послушание приносит благословения

Вот что рассказывает старейшина Бернард П. Брокбэнк из Первого Кворума Семидесяти о том, как он утвердился в мысли соблюдать закон десятины.

«Несколько лет тому назад, вскоре после того, как мы с женой поженились, мы испытывали большие денежные затруднения... и мы хитрили при уплате десятины и других пожертвований. Мы ходили в церковь, и я полагал, что мы любим Господа. Тем не менее однажды жена спросила меня: «А ты любишь Бога?» Я ответил: «Да».

Тогда она задала следующий вопрос: «Скажи, а ты любишь Бога так же, как нашего бакалейщика?»

На что я ответил ей: «Надеюсь, что люблю Его больше, чем нашего бакалейщика».

Она продолжала: «Но ведь ты платишь бакалейщику. А любишь ли ты Бога так же, как хозяина квартиры, которую мы снимаем? Ведь ты и ему платишь, правда?» Потом она сказала: «Первая и главная заповедь — любить Бога. И ты знаешь, что мы не платим десятину».

Тогда мы покаяться и уплатили десятину и другие пожертвования, и Господь открыл нам отверстия небесные и излил на нас свои благословения. И мы считаем, что уплата десятины и других пожертвований Господу — это даруемая нам привилегия.

Я хотел бы заметить: когда мы недостаточно честны перед Господом, мы испытываем раздражение и сталкиваемся с трудностями и проблемами» («Love of God», *Ensign*, June 1971, p. 86).

Господь обещает духовные и физические благословения тем, кто соблюдает закон десятины. В Священных Писаниях говорится: «Принесите все десятины в хранилища, чтобы в доме Моем была пища, и хотя в этом испытайте Меня, говорит Господь Саваоф: не открою ли

Я для вас отверстий небесных и не изолюю ли на вас благословения до избытка?» (Малахия 3:10; см. также 3:11–12).

Что Господь обещает нам, если мы платим десятину?

Прочитайте Учение и Заветы 64:23.

Какого еще благословения мы можем ожидать после того, как мы сполна уплатили десятину? (Господь говорит нам о том, что тот, кто платит десятину, не будет сожжен в огне, когда придет Господь.)

Бывший Президент Церкви Джозеф Ф. Смит рассказывает о том, как выполнение его матерью заповеди Господней платить десятину принесло благословение ее семье.

«Я отчетливо помню один случай из моего детства. Моя мать была вдовой, вынужденной содержать большую семью. Как-то весной, когда мы открыли подвал, где хранился картофель, она попросила сыновей набрать лучших картофелин. Взяв сыновей с собой, она отправилась в контору, где члены Церкви платили десятину. В то время года картошка была редкостью. Я тогда был маленьким мальчиком, но именно я привез в контору всю семью. Когда мы подъехали к крыльцу офиса и собирались начать разгрузку картофеля, оттуда вышел один из секретарей, принимавших десятину, и сказал моей матери: «Вдова Смит! Просто стыд, что вам приходится платить десятину...» Он принялся укорять мою мать за то, что она платит десятину, призывая ее при этом быть мудрой и благоразумной. Он говорил, что есть много других достаточно физически крепких людей, которые в состоянии работать, но все же получают помощь от Церкви. Моя мать повернулась к нему и сказала: «Вам самому должно быть стыдно. Вы что же, отказываете мне в благословении? Если я не буду платить десятину, Господь отберет у меня те благословения, которые Он мне дал. Ведь я плачу десятину не только потому, что она — закон, данный нам Богом, но и потому, что я ожидаю за это благословения. Исполняя этот и другие законы, я надеюсь на то, что наше материальное положение укрепитсЯ и я буду в состоянии прокормить свою семью...» И действительно, ее благосостояние улучшилось, потому что она соблюдала законы, данные нам Богом. Ей вполне хватало на содержание семьи. И мы никогда не нуждались так, как многие другие... Эта вдова получила преимущества дома Божьего. И ей не было отказано ни в одном из уставов Евангелия, потому что она исполняла все законы, данные Богом» (*Gospel Doctrine*, pp. 228–229).

Какие благословения получила вдова Смит? Какие благословения имел в виду Президент Смит, отмечая: «Эта вдова получила преимущества дома Божьего»? (Она получила возможность посещать храм.) Какое влияние оказал пример вдовы Смит на ее младшего сына?

Очень важно помнить, что «Господь исполняет те обещания, которые Он дает. Он действительно... изливает благословения на исполняющих Его заповеди праведников... Эти благословения могут выражаться в улучшении нашего материального положения или получе-

нии каких-то других земных благ. Они могут изливаться на нас, влияя на наше душевное состояние, укрепляя и успокаивая нас... Господь исполнит данные нам обещания» (Henry D. Taylor, «I Will ... Pour You Out a Blessing», *Ensign*, May 1974, p. 108).

Почему важно, чтобы мы признавали как духовные, так и материальные благословения? (Мы должны благодарить нашего Небесного Отца за *все* даруемые нам благословения. Если мы принимаем их, нам дается возможность узнать, что же помогло нам их получить, и таким образом понять, как нам получить еще больше благословений.)

Как вы или ваша семья были благословлены благодаря уплате десятины?

Что такое пожертвования?

Покажите иллюстрацию 6-в (=6-с): «На что расходуются средства, собранные в виде пожертвований».

Поручите заранее одной из сестер выступить с двухминутным рассказом о пожертвованиях и их использовании (*Основы Евангелия*, глава 32).

Старейшина Бойд К. Пэкер из Совета Двенадцати рассказывает о двух миссионерах, которые несколько лет назад сообщили президенту своего небольшого прихода, что семья, с которой они проводили беседы, отказывается креститься.

«Отец узнал о десятине и тут же отменил все последующие встречи с миссионерами...»

Через несколько дней президент небольшого прихода уговорил миссионеров навестить вместе с ним эту семью.

«Я понимаю,—сказал он отцу,—что вы решили не вступать в Церковь».

«Да, это так»,—ответил тот.

«Старейшины сказали мне, что вы расстроились, когда узнали о десятине».

«Да,—ответил отец.—Они ведь ничего нам об этом не рассказывали. Но, когда я об этом узнал, я сказал: „Это уж слишком — просить об этом. Наша церковь никогда не просила ни о чем подобном. Нам кажется, что это уж слишком, и мы не вступим в нее“».

«А говорили ли вам о пожертвовании от поста?»—спросил он.

«Нет,—ответил глава семьи.—А что это такое?»

«Все члены Церкви постятся и раз в месяц пропускают два принятия пищи подряд, а сэкономленные деньги отдают на помощь бедным».

«Но миссионеры нам этого не сказали!»—заявил мужчина.

«А рассказывали ли они вам когда-нибудь о существовании строительного фонда?»

«Нет, а что это такое?»

«В Церкви все жертвуют на строительство молитвенных домов. И если вы вступите в Церковь, вам, может быть, захочется принять уча-

Десятина и другие пожертвования

☐ Наличие

400

Имя (фамилия, имя, отчество). Правильное написание имени указывайте то же, что и на других квитанциях

Daya

19

Полный адрес

Приход/небольшой приход	
-------------------------	--

Десятина

Пожертвования от поста

Миссионерский фонд

Другое (укажите)

Итого

Все пожертвования в миссионерский фонд Церкви становятся собственностью Церкви, которая используется по усмотрению Церкви в ее миссионерской программе.

БЕЛЫЙ ЭКЗЕМПЛЯР – Положите вместе с десятиной и другими пожертвованиями в конверт. Конверт может быть вручен только епископу или президенту небольшого прихода. ЖЕЛТЫЙ – храните вместе с каковыми документами.

31584 173 5/91 Russian Printed in Germany

6-b



1. Десятина помогает воздвигать храмы.



2. Десятина помогает работе миссии

ДЕСЯТИНА



3. Десятина помогает оплачивать административные расходы.



4. Десятина помогает строить молитвенные дома и школы.

1.

Како́е значение имеет т.с. ун-
ченое при заключении хра-
мового брака благослове-
ние?

2.

**Число... и... в именности
нас возможность пребывать
в Царстве Господнем?
(Почти каждый прихожанин
может проследить свою
личность в Церкви, начиная
с младенческой деятельности).**

3.

Какую пользу мы получаем, слушая слова живого Пророка Божьего?

теги. Книжки, зональные конференции, поездки церковных руководителей, церковные учебные пособия, а так же многое другое, стало возможным благодаря уплате князя 14

4

Какие же функции выполняет церковь? Из чего складывается ее деятельность? Каковы ее задачи? На эти вопросы отвечает протоиерей Валерий Саввинский, настоятель храма в честь святого Николая в поселке городского типа Косихинский, Ленинградская область.

6-c

стие в ее деятельности или посильным трудом, или деньгами. Кстати, мы здесь строим новый молитвенный дом», — сказал ему президент.

«Как странно, — заявил в ответ глава семьи. — А они мне ничего этого не сказали».

«Объяснили ли они вам, что такое программы помощи нуждающимся?»

«Нет, — сказал отец. — А что это такое?»

«Видите ли, мы верим в то, что необходимо помогать друг другу. Если кто-то попадает в тяжелую ситуацию или заболевает, мы предоставляем помощь. И вы можете быть уверены, что ее окажут и вам . . . »

«Но они ничего нам об этом не рассказывали», — заявил отец.

«Ну вот видите, — сказал президент небольшого прихода. — Если вас заставила отступить даже такая мелочь, как десятина, для меня очевидно, что вы не готовы вступить в эту Церковь. . . »

Они уже совсем распрощались, как вдруг ему в голову пришла одна мысль. Он повернулся и сказал: «Задавали ли вы себе когда-нибудь вопрос, почему люди так охотно все это делают?.. Мы платим десятину и другие пожертвования и считаем это огромной привилегией.

Если вы ответите на вопрос *почему*, то будете достойны драгоценной жемчужины. . .

Однако, — заключил президент небольшого прихода, — вы должны принять решение *сами*. Я могу только надеяться, что вы будете для этого молиться».

Через несколько дней этот мужчина пришел домой к президенту небольшого прихода. Он пришел договориться о дне крещения всей его семьи» (*Where Much Is Given, Much Is Required*, *Ensign*, Nov. 1974, p. 88).

Почему важно, кроме уплаты десятины, делать также и пожертвования? (Для того чтобы выразить нашему Небесному Отцу нашу благодарность за все, что Он дал нам, а также для того, чтобы показать нашу любовь к Нему и к нашим братьям и сестрам в Церкви.)

Важно, с каким чувством мы платим десятину

Мы должны платить десятину и другие пожертвования охотно. В Священных Писаниях говорится, что мы должны давать «не с огорчением и не с принуждением; ибо доброхотно дающего любит Бог» (2-е Коринфянам 9:7).

Что вы почувствуете, если человек дает вам что-то неохотно?

6-б (=6-b): Квитанция об уплате десятины.

6-в (=6-c): На что расходуются средства, собранные при уплате десятины.

Вот что рассказал однажды об одной доброй сестре племени маори, которая платила десятину с чистым сердцем, ныне покойный старейшина Мэттью Каули, бывший член Совета Двенадцати.

«Когда я был в Новой Зеландии, у меня была маленькая мама... Я знал ее еще по своей первой миссии, когда я был совсем юношей. Она тогда называла меня своим сыном. Когда же я вновь вернулся туда уже президентом, она стала называть меня отцом ...

Теперь, каждый раз, когда я оказывался поблизости от ее дома, я обязательно навещался к этой замечательной маленькой женщине, которой тогда шел уже девятый десяток и которая была уже почти слепой. Там, где она жила, не было небольшого прихода. У нее не было никаких контактов со священством, разве что миссионеры навещали ее ...

Я вошел и поприветствовал ее, как это было принято у маори. Она сидела за домом у небольшого костра. Я протянул руку, чтобы с ней поздороваться, но она произнесла: «Не подавай мне руки, отец».

Я сказал ей: «Но ведь руки у тебя совсем не грязные. Мне хочется пожать тебе руку. Я буду рад это сделать».

Тогда она произнесла: «Нет, не сейчас». Она встала на колени и, опираясь на ладони, ползком поползла к своему крохотному дому. Недалеко от угла дома стояла лопата. Она взяла лопату и, отмеряя расстояние, начала ползти в другом направлении. Наконец она добралась до определенного места и принялась копать землю лопатой. В конце концов лопата уткнулась во что-то твердое. Тогда она разгребла руками оставшуюся землю и достала банку из-под фруктов. Она открыла банку и протянула ее мне. В банке оказались новозеландские деньги. В пересчете на американские деньги сумма равнялась ста американским долларам.

Она сказала: «Это моя десятина. Ну, а теперь я могу пожать руку представителю священства Божьего».

«Но твои доходы, — возразил я, — не так уж велики, чтобы ты могла платить такую большую десятину».

Она ответила на это: «Я это знаю. Конечно, у меня сейчас нет таких денег. Но я плачу десятину вперед, потому что не знаю, когда кто-нибудь из носителей священства Божьего попадет сюда еще раз».

И тогда я нагнулся и прижался носом и лбом к ее лицу. Слезы лились у меня из глаз и катились по ее щекам» (In Conference Report, Oct. 1948, pp. 159–160; «Among the Polynesians», *Improvement Era*, Nov. 1948, p. 756).

Почему старейшина Каули заплакал, когда эта женщина стала платить десятину и другие пожертвования? Почему мы должны охотно платить десятину и другие пожертвования?

Президент Дэвид О. Маккей сказал однажды: «Тот, кто платит [десятину], потому что любит помогать другим и хочет еще более укрепиться в праведности, кто отдает весело и с благодарностью

в сердце своем... получает свою награду; поскольку отдавая, он действительно получает [благословения]» («The Tenth Part», *Improvement Era*, Oct. 1956, p. 701).

Как уплата вами десятины и других пожертвований демонстрирует любовь к вашим церковным братьям и сестрам? Как это может продемонстрировать вашу любовь к Господу?

Заключение

Наш Небесный Отец знает, в чем мы нуждаемся. Поэтому Он дал нам такую заповедь и обещание: «Ищите же прежде Царства Божия и правды Его, и это все приложится вам» (от Матфея 6:33).

Честная уплата десятины и других пожертвований — важный путь к тому, чтобы продемонстрировать любовь к нашему Небесному Отцу и желание помочь строить Его Царство на Земле. Много лет тому назад Президент Иосиф Смит советовал: «С помощью именно этого закона испытывается вера членов нашей Церкви. Именно этот закон помогает определить, кто за Царство Божие, а кто против» (*Gospel Doctrine*, p. 225).

Когда мы платим десятину и другие пожертвования честно и с добрыми чувствами, мы выражаем нашу благодарность за многие данные нам Господом благословения.

Задание

Выполняйте Господнюю заповедь платить десятину и получайте благословения, как сказано в Малахии 3:10. Научите детей словом и делом исполнять закон десятины.

Священные Писания для дополнительного изучения

От Матфея 6:1–4 (делайте пожертвования смиренно);
Деяния 20:35 (блаженнее давать, нежели принимать);
Учение и Заветы 119:4 (десятина является действующим вовеки законом).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 32 *Основ Евангелия* («Десятина и пожертвования»);
2. Напомните ученицам принести на занятие Священные Писания;
3. Попросите одну из сестер выступить с двухминутным сообщением об уплате пожертвований и их использовании. *Основы Евангелия*, глава 32;
4. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Цель урока — помочь вам быть честными.

Мы верим, что мы должны быть честными

Напишите на доске: «Мы верим в то, что мы должны быть честными» (тринадцатый Символ веры).

Что значит быть честными? (Ответы напишите на доске.)

В следующей истории рассказывается о том, что такое честность.

Президент Рубен Дарио Пачео с семьей из третьего Каракасского прихода Венесуэлы очень хотел поехать в храм. «Пойдя на большие материальные жертвы и подготовившись духовно, семья в конце концов смогла скопить достаточно денег, чтобы поехать в храм. Президент Пачео отправил дочь в банк получить 500 американских долларов. Он рассказывает: «Жена взяла конверт [с долларами] и отложила его, даже не посчитав деньги. Вечером накануне отъезда я попросил ее достать деньги и обнаружил, что конверт слишком уж тяжелый. Мы пересчитали его содержимое. Оказалось, что в банке нам выдали 4065 долларов. Я был поражен... В банковских квитанциях была проставлена сумма 500 долларов — это означало, что в банке ошиблись более чем на 3500 долларов в нашу пользу!

Друзья, не являвшиеся членами Церкви, которые зашли к нам в тот вечер, попытались убедить нас потратить эти деньги, чтобы сделать незабываемой нашу поездку в Соединенные Штаты... Сам я за всю свою жизнь не видел столько денег. Однако я тут же со всей твердостью заявил: «Мы не можем оставить у себя эти деньги, потому что они не принадлежат нам. А ведь цель нашей поездки в храм — заключение заветов с Господом. Что же хорошего принесут эти деньги, коли мы поступим бесчестно?»

Мы вернули деньги в банк. Там обнаружили пропажу денег, но никаких документов, удостоверявших, кому их по ошибке передали, в банке не было. Несколько банковских служащих в тот день задали мне один и тот же вопрос: «Зачем вы это сделали? Ведь никто же не знал, что деньги у вас!» И моим единственным ответом было: «Потому что я — мормон...» (Mario G. Echeverri, «Venezuela», *Ensign*, Feb. 1977, p. 30).

Как президент Пачео проявил свою честность, сказав, что собирается заключить заветы с Господом?

Как он продемонстрировал свою честность таким поступком?

Служат ли слова и поступки президента Пачео доказательством того, что он честен как в мыслях, так и в отношениях с Господом?

Бригам Янг сказал: «Будьте честными. Горе тем, кто провозглашает, что он — Святой, будучи бесчестным.

Честные сердца порождают честные поступки» (цит. по Spencer W. Kimball in *Faith Precedes the Miracle*, p. 234).

Прочитайте Исход 20:15–16; Учение и Заветы 42:20–21, 27.

Господь заповедал нам быть честными в нашей жизни, а также в отношениях с другими: «Не кради» (Учение и Заветы 59:6).

Нечестность — одно из орудий сатаны

Сатана искушает нас по поводу каждой заповеди, данной нам нашим Небесным Отцом. Священные Писания учат нас, что «сатана, да, даже сам дьявол, отец всей лжи, [ищет] обмануть и ослепить людей, и повести их пленными по своей воле» (Моисей 4:4).

Президент Кимбалл перечислил множество видов нечестности: «Есть такие, которые обворовывают дома, банки и фирмы; работодатели, не выполняющие своих обязательств, и работники... присваивающие чужие деньги. Есть карманные воры; есть люди, не платящие по показаниям счетчиков; люди, уклоняющиеся от уплаты налогов, а также те, кто приклеивает фальшивые ярлыки к товарам, которыми они торгуют...

Некоторые берут в долг больше, чем могут вернуть... Иные дают обещания и заключают торжественные заветы, а потом пренебрегают ими или же вовсе игнорируют их. Есть и такие, которые забирают полотенца из гостиниц, и те, кто присваивает деньги, если им переплатят, давая сдачу. Некоторые преуспевают в бизнесе благодаря надувательству и тесным дружеским связям. В таком случае это не что иное, как неприкрытое стяжательство и воровство...

Люди хвастаются дорожными правонарушениями и тем, что перехитрили полицию, а также тем, что пересекли международную границу, укрыв провезенные ими товары, чтобы не платить пошлину...

Есть и такие, кто завышает цену, обвешивает и недоплачивает» (*Faith Precedes the Miracle*, pp. 234–235).

Какие еще распространенные примеры нечестности вы могли бы привести?

Почему сатана хочет, чтобы мы были нечестными?

К каким еще грехам может привести нечестность?

Обман начинается с малого

Честный человек не становится бесчестным в одно мгновение. Нечестность начинается с малого и постепенно может полностью захватить нашу жизнь. Бесчестные мысли, зависть, эгоизм, обман других, даже наше молчание в ситуации, когда нужно сказать

правду, — все это может привести нас к бесчестным поступкам и увести от нашего Небесного Отца.

В первые годы после восстановления Церкви жена Томаса Б. Марша совершила бесчестный поступок, который привел к отступничеству семьи Марш и их исключению из Церкви. Старейшина Марш в то время служил в качестве Президента Кворума Двенадцати.

«Когда Святые жили на Дальнем Западе, жена старейшины Марша и сестра Харрис договорились о том, что они будут обмениваться надоенным от своих коров молоком, чтобы производить сырные головы больших размеров, чем они смогли бы приготовить по отдельности. Помимо остатков молока, они договорились отдавать друг другу и снятые сливки. Миссис Харрис выполнила свои обязательства, в то время как миссис Марш удержала по пинте сливок от каждой коровы. Когда это стало известно, спор был вынесен на рассмотрение учителей, а они решили не в пользу миссис Марш.

Брат Марш, однако, поддержал свою жену. Марши жестоко обиделись и в конце концов отвернулись от Церкви. Вскоре они вовсе были лишены членства в Церкви. И все, что случилось с ними, было следствием ожесточения, возникшего в результате совершенного однажды бесчестного поступка» (см. Hyrum M. Smith and Janne M. Sjodahl, *Doctrine and Covenants Commentary*, p. 167).

Почему нам нужно быть честными даже в малом?

Почему мы не должны поддерживать никакие бесчестные поступки?

Мы можем научиться быть честными

Мы родились невинными, не имея знаний ни о добре, ни о зле. Однако каждому из нас для руководства был дан Дух Господень, поэтому мы все должны учиться быть честными и позволять Господу вести нас к истине.

Чтобы помочь нам распознавать бесчестные поступки и воздерживаться от участия в них, руководители нашей Церкви призывают нас быть особенно внимательными в отношении таких поступков. Они призывают нас учить наших детей быть честными. Вот что говорил по этому поводу Президент Н. Элдон Тэннер: «Обучение честности начинается дома. Каждый из нас владеет чем-то, принадлежащим только ему. Мы можем и должны делиться такими вещами, как игрушки и игры. Нам также следует служить друг другу. Однако каждый из нас владеет деньгами или такими ювелирными украшениями или одеждой, которые являются его личным имуществом, и их нельзя брать без разрешения владельца. Ребенок, относящийся с уважением к подобной честности в семье, не способен нарушить этот принцип за пределами дома ... Недостаток такого воспитания ведет к тому, что дети перестают уважать права и собственность других ...

Когда ребенок вырастает и начинает зарабатывать деньги... [его следует научить] честно вести дело и честно трудиться, получая при-

читающиеся ему при этом доходы» («Worthy of Proper Recommendation», *Ensign*, May 1978, p. 44).

Почему так важно работать честно?

Как обучение детей тому, что нельзя брать или пользоваться чужими вещами без спроса, может помочь им стать честнее?

Почему для каждого ребенка важно иметь что-то свое?

Говоря о своем желании научить внуков быть честными, Президент Кимбалл отмечал:

«Я надеюсь, вы научите тех, кто мне так дорог, быть честными. Вокруг так много мошенничества, воровства и бесчестия. Прямота высмеивается, а семья и общество учат бесчестью. Мелкие бесчестные проказы вызывают смех. Маленький ребенок обычно достаточно разумен, чтобы обмануть и использовать себе во благо свою сообразительность. Ребенку часто прощаются мелкие кражи. Родитель, который занижает возраст ребенка, чтобы не платить как за взрослого за входной билет на представление, самолет, поезд и автобус, насильно учит ребенка быть бесчестным. Ребенок не забудет этих уроков. Некоторые родители разрешают детям нарушать законы, пользуясь огненными хлопушками, ружьями, а также позволяют им ловить рыбу или охотиться без лицензии. Детям позволяют водить машину, не имея водительских прав, или же обманывать, прибавляя себе возраст. Те, кто присваивает всякую, не поддающуюся учету мелочь, например фрукты из соседского сада, ручку с парты, пачку жевательной резинки с полки, мало-помалу приходят к мысли, что мелкие кражи и обман не так уж и плохи. По мнению учителей, списывание на школьных экзаменах достигло тревожного уровня.

Возможно, мы плывем против мощнейшего потока, но мы должны научить наших детей тому, что грех есть грех...

Я выражаю свое беспокойство по поводу всевозрастающей необходимости укреплять нашу молодежь» («What I Hope You Will Teach My Grandchildren and All Others of the Youth of Zion», address to Seminary and Institute Personnel, BYU, 11 July 1966, p. 2).

Важно знать, что нам нельзя оставлять незамеченными мелкие кражи, ложь или обман. Мы не должны относиться с легкомыслием к обману или нарушению закона или же подтрунивать над ними.

Что вы можете сделать в своей семье для того, чтобы научить детей вести себя честно и поддержать подобное их поведение?

Почему вам следует учить честности на своем примере?

Если мы честны, мы получаем благословение

Возможно, мы не всегда тут же получаем награду за то, что честно поступаем. Такое поведение может быть проверкой нашего характера, являться причиной того, что мы теряем друзей, делать нас

посмешищем. Но честность приносит спокойные мысли, чистую совесть и радость как в настоящем, так и в будущем.

В письме подруге одна молодая женщина так описывает чувство, которое она испытала, подвергнувшись искушению нечестности:

«Дорогая Сью,

Мне жаль, что ты вчера так расстроилась. Твоя дружба очень важна для меня, но я должна была сделать то, что сделала. Я надеюсь, ты сможешь это понять. Когда ты подзадоривала меня взять браслет с прилавка ювелирного отдела, ты говорила мне, что это очень легко сделать. Никто не наблюдал за нами и даже не работал рядом. Твой аргумент, что ты никогда не попадалась, делал все не таким уж и страшным. Но я знала, что, если я возьму браслет, не имеет значения, попадусь я или нет. Я никогда не смогу забыть, что я бесчестно повела себя. Я никогда не смогу носить этот браслет. Он всегда будет горьким напоминанием о неверном решении.

Когда ты ушла от меня, сказав, что не хочешь терять попусту время на того, кто не понимает шуток, мне стало больно. Мне и сейчас больно. Но я думаю, мне так и придется жить с этой болью. Мне будет легче жить так, нежели сознавать, что я никогда не смогу свободно зайти в этот магазин, не испытывая вины, или не смогу посмотреть в лицо моим родителям и епископу, или просто буду знать, что я наделала» (*Look unto Me in Every Thought*, Mia Maid Course B, 1978, p. 58).

Чем пожертвовала эта молодая женщина ради того, чтобы оставаться честной?

Какую большую пользу получила она благодаря тому, что честно повела себя?

Почему важно, чтобы мы осознавали долговременную пользу честности? (Это способствует нашей совершенной честности.)

Старейшина Говард У. Хантер из Кворума Двенадцати говорит еще об одной пользе честного поведения: «К человеку, оттого что он честен, приходит радость... Вы сможете общаться с Господом и иметь Духа Святого.

Мы должны быть честны с самими собой, с Богом и с нашими братьями» («Basic Concepts of Honesty», *New Era*, Feb. 1978, p. 5).

Какую пользу от честного поведения подчеркивает старейшина Хантер?

Как Святой Дух может помочь вам быть честными? (Он побуждает вас поступать честно, и вы ощущаете добрые чувства, если вы так и поступаете. Он внушает вам чувство вины, когда вы нечестны.)

Что значит быть честным перед Богом?

Заключение

Честность — это основной принцип Евангелия. Это заповедь Божья. Для того чтобы мы выполняли ее, важно, чтобы мы распознавали нечестность и избегали ее; чтобы мы были честными в наших мыслях, разговорах и поступках. Демонстрируя принципы честности

дома, когда мы общаемся с членами Церкви или с соседями, мы учим наших детей быть честными. Когда мы честны, мы благословлены чистой совестью, спокойными мыслями, чувством собственного достоинства и присутствием Святого Духа.

Задание

В течение будущей недели анализируйте свои мысли, слова и поступки, чтобы определить, послушны ли вы заповеди быть честными. Ищите помощи Господа, чтобы Он избавил вас в вашей жизни от нечестности. Найдите способы, как научить ваших детей этим принципам праведности. Будьте примером честности как в словах, так и в делах (см. к Филиппийцам 4:8–9).

Священные Писания для дополнительного изучения

К Римлянам 13:12–13 («вести себя благочинно»);

К Евреям 13:18 (желание жить честно);

Учение и Заветы 97:8 (если их сердца честны);

Учение и Заветы 136:25–26 (верните то, что взято в долг, верните то, что потеряно);

13 Символ веры («Мы верим, что мы должны быть честными»).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 31 *Основ Евангелия* («Честность»);
2. Приготовьте доску и мел;
3. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Цель урока — помочь вам укрепить свое обязательство прощать себя и других.

Игра «Кто я?»

Проведите игру «Кто я?». Пусть одна из учениц прочитает вслух приведенные ниже биографии. Не допускайте того, чтобы кто-нибудь произнес ответ вслух до тех пор, пока не будет задан вопрос «Кто я?». Как только одна из сестер решит, что она знает описываемого человека, она должна поднять руку. Однако читающий должен продолжать чтение до конца или до тех пор, пока руки не поднимут все.

РАССКАЗ 1

1. Я был ложно обвинен и брошен в тюрьму (Бытие 39:11–20).
2. Позже я был освобожден из тюрьмы, и мне дали высокую руководящую должность в другой стране (Бытие 41:37–43).
3. На протяжении многих лет я был разлучен с отцом и всей своей семьей (Бытие 41–44).
4. Я истолковал сны виночерпия, хлебодара и фараона (Бытие 40, 41).
5. Из-за голода моя семья покинула родную землю и переехала туда, где жил я. Поэтому я смог помочь им (Бытие 45, 46).
6. Когда я был мальчиком, мой отец подарил мне разноцветную одежду (Бытие 37:3).
7. Хотя мои братья продали меня работорговцам, я простил их, и мы были рады воссоединиться в Египте. Мы жили счастливо много лет (Бытие 45, 46).
8. Кто я?

Ответ: Иосиф, сын Иакова, проданный в Египет (см. *We Ought Also to Love One Another*, Beehive Course A, 1977, 1978, p. 16).

Покажите иллюстрацию 8-а (=8-а): «Иосиф и его братья».

Почему Иосиф и его братья смогли обрести счастье воссоединения и многие годы счастливо жить вместе? (Иосиф простил своих братьев.)

РАССКАЗ 2

1. Я младший из двух сыновей (от Луки 15:11–12).
2. Я отправился в далекую страну, где расточил наследство, данное мне отцом (от Луки 15:13).

-
3. Когда в ту землю пришел голод, я стал нуждаться (от Луки 15:14).
 4. Чтобы прокормиться, я нанялся на работу и кормил свиней (от Луки 15:15).
 5. Я помнил, что мой отец очень хорошо кормил своих слуг, так что я решил отправиться домой и просить отца нанять меня работником (от Луки 15:17–19).
 6. Когда мой отец увидел, что я возвращаюсь, он бросился ко мне, поцеловал и подарил мне свою лучшую одежду, перстень и обувь, а также устроил пир, чтобы отпраздновать мое возвращение домой (от Луки 15:20–24).
 7. Кто я?

Ответ: блудный сын.

Покажите иллюстрацию 8-б (=8-b): «Возвращение блудного сына».

Почему это счастливое воссоединение стало возможным? (Отец простил своего сына и был рад его возвращению домой.)

Эти две библейские истории иллюстрируют, что может произойти, если члены семьи прощают друг друга.

Как вы определите, что такое прощение? (Преодоление желания наказать того, кто вас обидел. Отсутствие злости на этого человека и его полное прощение. Прощение дает нам возможность любить других так, как Христос любит нас.)

Когда мы прощаем, мы являем любовь Христову

Иисус Христос дал нам совершенный пример того, как прощать тех, кто нас обижает. Вот что сказал о примере Спасителя старейшина Роберт Л. Симпсон из Первого Кворума Семидесяти:

«Библейская история говорит нам, что ни один смертный человек никогда не был таким смиренным и не был подвержен такой боли и страданиям, какие испытал Спаситель мира во время последних часов Своей жизни на Земле.

... Там Он был распят, тело Его было истерзано и кровоточило, враги продолжали насмехаться над Ним, и среди всего этого Иисус просил, наверное, тихо и с глубоким почтением: «Отче! прости им, ибо не знают, что делают...» (от Луки 23:34)» («Forgiveness», *Improvement Era*, Dec. 1966, p. 1148).

Как Иисус прощал, так и мы должны прощать.

Эйприл Аарон — это девушка, Святая последних дней, последовавшая примеру Спасителя. По дороге на танцы, организованные Церковью в Сан-Франциско (Калифорния), она подверглась нападению человека, который, пытаясь отобрать кошелек, сильно ударил ее ножом. Она пострадала во время нападения: потеряла правый глаз и получила глубокие ножевые ранения в правую ногу и левую руку. И что же ответила Эйприл, когда ее спросили о нападшем на нее человеке?



«Мне кажется, что он страдает. Мы должны сочувствовать ему . . . Мне хотелось бы, чтобы кто-то сделал что-нибудь для него и помог ему. Ему нужна забота. Кто знает, что приводит человека к совершению подобных поступков? Если его не найдут, он может вновь совершить то же самое» (цит. по Spencer W. Kimball in *The Miracle of Forgiveness*, p. 294).

Как Эйприл проявила любовь, подобную Христовой, к напавшему на нее человеку?

Дженз Кристиан Йохансен, вступивший в Церковь в Дании, — это еще один человек, умевший прощать, как Христос. Вот что он пишет в своем дневнике:

«Когда я собрал свое сено в брикеты и закончил работу, я взял двенадцать брикетов и перебросил их через забор соседям, поскольку у них не было сена для лошади и коров. Мы заметили, что в предыдущую ночь с нашей территории пропала часть сена . . . Я лучше дам им немного, чем позволю им воровать» (цит. по Rex D. Pinegar in «Grandfather Johansen's Example», *New Era*, Sept. 1977, p. 4).

Как дедушка Йохансен показал, что он простил своего соседа за то, что тот украл его сено?

Если мы можем прощать, как это сделали Эйприл и дедушка Йохансен, мы любим других так, как любил Христос.

Покажите плакат, предложенный в разделе «Подготовка учительницы к занятию».

Старейшина Мэрион Д. Хенкс сказал: «Я осознал, что *конечной формой любви для Бога и людей является прощение*» («Even as Christ Forgave», *New Era*, June 1974, p. 4; курсив автора).

Мы должны прощать всех

Мы часто говорим или делаем то, что приносит боль и страдание другим. Другие же часто говорят или делают то, что обижает нас. Чтобы помочь нам разобраться с этими проблемами, Иисус дал нам такой совет:

«А посему Я говорю вам, что вы должны прощать друг другу; ибо тот, кто не прощает брату своему согрешения его, предстанет осужденным перед Господом, ибо в нем остается более тяжкий грех.

Я, Господь, прощу тому, кому прощу, но *от вас требуется прощать всем людям*» (Учение и Заветы 64:9–10; курсив автора).

Кого включает понятие «все люди»? (Членов семьи: мужа, детей, братьев, сестер, родителей, прародителей, тетей, дядей и т.д.; друзей, соседей, врагов, грешников — всех.)

Кто наш брат? (Каждый; см. Учение и Заветы 64:9.)

Покажите иллюстрацию 8-а (=8-а): «Иосиф и его братья».
© Providence Lithograph Co.



Что нам обещано в этом отрывке из Священного Писания, если мы не простим тех, кто причинил нам зло? Кто совершает более тяжкий грех — тот, кто обидел другого, или тот, кто отказывается прощать? Почему?

В первой части этого урока мы рассмотрели две истории, наглядно показавшие нам, как семейные проблемы были решены благодаря прощению.

Каким был бы результат, если бы мужья и жены охотно прощали друг друга? Если бы все братья и сестры прощали друг друга? Если бы родители прощали своих детей? Если бы дети прощали родителей?

Прочитайте от Матфея 5:44.

Кого это Священное Писание учит нас прощать? (Наших врагов.)

Каким был бы результат, если бы мы охотно прощали обиды, нанесенные нашими соседями? Членами Церкви? Друзьями?

Иисус Христос учил, что, если нас обижают, нам не следует ждать, пока обидчик подойдет к нам просить прощения. Нам следует размыслить его и помириться (см. от Матфея 5:23–24). Господь не простит нас за наши грехи до тех пор, пока наши сердца не станут свободными от всякой ненависти, горечи и дурных чувств по отношению к другим.

Попросите одну из сестер прочитать от Матфея 18:21–22.

Как по-другому можно сказать «седмиды семидесяти раз»? (Всегда.)

Чтобы простить всех, нужно простить себя, так же как и других. Когда мы совершаем ошибку, нам следует покаяться, а потом забыть о ней. Иногда легче прощать других, нежели себя. Однако простить «всех людей» — значит простить каждого, в том числе и себя.

Почему нам порой бывает трудно простить себя? Какие поступки нам, возможно, следует прощать себе?

Мы должны прощать для того, чтобы стать лучше

Старейшина Бойд К. Пэкер рассказал такую историю:

«Много лет назад один человек, которым я очень восхищался, преподавал мне урок. Он был самым безгрешным человеком, какого я когда-либо знал. Он был уравновешенным и тихим и обладал огромной духовной силой, которая многих поставила на ноги.

Дело в том, что он просто знал, как можно служить страдающим. Несколько раз мне пришлось присутствовать при его благословении тех, кто был болен, или, иначе говоря, страдал.

Его жизнь была жизнью, посвященной служению Церкви и общине...

Однажды, когда мы были одни и Дух был с нами, он преподавал мне урок на всю жизнь. Хотя я думал, что знаю его, он рассказал мне то, о чем я и не предполагал...

Он женился на милой молодой девушке, и в то время все у них было хорошо. У него была хорошая работа с блестящим будущим. Они очень любили друг друга, и она ждала своего первого ребенка.

В ночь, когда должен был родиться ребенок, начались сложности. Единственный врач был где-то в сельской местности, он лечил больных. Они не смогли разыскать его. Через несколько часов положение роженицы стало отчаянным.

В конце концов врач прибыл. Он понимал, что положение критическое, действовал быстро и успешно. Ребенок родился, и возникший кризис был преодолен.

Но через несколько дней молодая мать умерла от той же самой инфекции, с которой врач пытался бороться в другом доме в ночь родов.

Жизнь моего друга была разбита. Все теперь было ему не так, все было плохо. Он потерял свою нежно любимую жену. Он не знал, что делать с крошечным малышом, и к тому же он не собирался тогда бросать работу.

Проходили недели, его горе все не давало ему покоя. «Того врача не следует допускать до практики, — говорил он. — Он заразил этой инфекцией мою жену; если бы он был осторожней, она была бы сейчас жива». Он не мог думать ни о чем другом, и в таком состоянии отчаяния он становился опасен.

И вот однажды раздался стук в дверь. То был всего лишь соседский мальчуган. Он просто сказал: «Папа хотел бы, чтобы вы зашли к нам. Он хочет поговорить с вами».

«Папа» был президентом кола. Убитый горем молодой человек отправился на встречу со своим духовным руководителем. Этот духовный пастырь смотрел за своими стадами, и у него было что сказать тому молодому человеку.

Совет этого мудрого слуги был прост: «Джон, успокойся. Ничто из того, что ты делаешь, не вернет ее. Что бы ты ни делал, это только ухудшит положение. Джон, успокойся».

Мой друг сказал мне тогда, что это было его испытанием, его Гефсиманским садом.

Как он мог успокоиться? Правда должна была быть восстановлена! Ужасное зло свершилось, и кто-то должен был платить за это.

Он мучительно боролся, чтобы сдержаться. Это получилось не сразу. В конце концов он решил, что независимо от случившегося ему надо быть послушным ...

Он решил последовать совету того мудрого духовного руководителя. Он успокоился.

Потом он сказал мне: «Мне нужно было в конце концов состариться, чтобы все понять. Только состарившись, я проникся наконец забо-

тами бедного сельского врача — усталого, с нищенской зарплатой, в поношенной одежде, спешащего от пациента к пациенту, имея в своем распоряжении всего несколько необходимых лекарств и нужных инструментов и не располагающего никакими возможностями положить своих пациентов в больницу. Он боролся за то, чтобы спасти жизни, и в большинстве случаев ему это удавалось.

Он пришел в критический момент, когда две жизни висели на волоске, и действовал без промедления.

Я дожил до седых волос, — повторил он, — прежде чем окончательно все понял. Я бы мог загубить свою жизнь, — сказал он, — и жизни других».

Много раз, преклонив колена, он благодарил Господа за мудрого духовного руководителя, который просто посоветовал: «Джон, успокойся».

И это мой совет вам. Если вас мучит боль, недоброжелательство, горечь, разочарование или зависть, сдержите себя. Быть может, вы не в состоянии контролировать то, что связано с другими, но вы можете контролировать то, что зависит непосредственно от вас.

А потому я говорю: «Джон, успокойся. Мария, успокойся» («The Balm of Gilead», *Ensign*, Nov. 1977, p. 60).

Какую жизнь, возможно, прожил бы Джон, если бы не простил врача? Какие качества развил в себе Джон, поскольку он простил? (Стал более духовным и спокойным; служил многим другим людям и благословлял их.) Почему Джон назвал прощение врача своим Гефсиманским садом? Когда Джон начал самосовершенствоваться? (После того, как он простил врача.)

Старейшина Стерлинг В. Силл из Первого Кворума Семидесяти рассказывает следующую историю.

«Как-то я разговаривал с 53-летней женщиной, которая в 18 лет совершила моральное согрешение. Она понимала, что ее грех был очень серьезен, но именно потому, что она уже тысячу раз каялась, мы можем положиться на обещание Господа, что Он простил ее. Но сама она ничего себе не простила. Из-за того, что она чувствовала себя нечистой и хуже других, она отошла от друзей, отказалась выходить замуж и стала своего рода социальной и духовной затворницей. На протяжении 35 лет она принижала себя горькими раскаяниями и обвинениями. Ее жизнь, постоянно обращенная назад, к греху, превратила ее в нечто далеко отстоящее от того замечательного человека, каким Бог предназначил ей быть. Грех, который она совершила в 18 лет, был очень серьезен. Но в течение 35 лет она отягощала свой грех тем, что отравляла самое ценное, что есть в мире, — прекрасную человеческую жизнь» (*What Doth It Profit*, p. 183).

Когда мы помним о наших провалах и ошибках или продолжаем таить в себе в отношении других негативные чувства и отказываемся прощать себя или других, мы даром теряем время и энергию. Мы ничего не делаем. Мы препятствуем духовному росту.

Заключение

Нелегко прощать других и самих себя. Это, может быть, одна из самых больших проблем, с которой мы сталкиваемся в жизни. Когда мы полностью прощаем, как в сердце, так и на словах, мы раскрепощаем себя и получаем возможность совершенствоваться, чтобы улучшить нашу жизнь и стать счастливыми. Мы таким образом готовимся к тому, чтобы просить Господа отпустить наши грехи. Он сказал нам, что, если Он прощает наши грехи, Он больше не вспоминает о них (Учение и Заветы 58:42). Изгнать обиды из нашего разума и сердца и больше не вспоминать о них — это важная составная часть прощения. Если мы забудем о болезненных чувствах по отношению к другим, мы привнесем мир в нашу жизнь. Мы будем искать руководства Святого Духа и будем готовы принять его. Мы сможем воспринимать критику, обращенную к нам, и использовать ее для самосовершенствования. Мы будем развиваться для возвышения в Царстве нашего Небесного Отца.

Нас еще будут обижать, но мы не должны допускать, чтобы эти обиды вдребезги разбивали нашу жизнь. Если у нас есть сердце, умеющее прощать, мы можем стать выше обиды и забыть ее. Каждый из нас должен стараться искренне молиться: «Прости нам долги наши, как и мы прощаем должникам нашим» (от Матфея 6:12).

Задание

Постарайтесь понять, что вы чувствуете: относитесь ли вы к кому-нибудь с недоброжелательством? Если да, то что вы можете предпринять, чтобы избавиться от этого чувства? Просите вашего Небесного Отца помочь вам сделать ваше сердце всепрощающим.

Священные Писания для дополнительного изучения

Мосия 26:30–31 (прощайте друг другу);

Учение и Заветы 82:1 (как вы прощаете друг другу, так и Господь прощает вам);

Учение и Заветы 42:88–89 (подходящий способ исповедоваться в грехе);

Учение и Заветы 98:39–48 (прощайте).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 19 *Основ Евангелия* («Покаяние»);
2. Подготовьтесь к проведению игры в начале урока;
3. Приготовьте доску и мел;
4. Приготовьте плакат со следующим высказыванием: «Я прочувствовал, что конечной формой любви для Бога и для людей является прощение» (Мэрион Д. Хенкс);
5. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Цель урока — помочь вам совершенствоваться через обучение контролю за собственными мыслями.

Окружающий мир воздействует на наши мысли

Вот как высказывается о наших мыслях старейшина Дж. Томас Фианс из Президентства Первого Кворума Семидесяти:

«Не только Амазонка является величайшей в мире рекой, но даже многие ее притоки — это великие реки ...

Одной интересной особенностью этих рек является их цвет, который у каждой реки различен. Например, Мадейру называют «Белой рекой», потому что ее воды по всей длине реки несут мелкие частицы глины. Черный цвет Риу-Негру происходит от распада органических веществ в лесах, через которые протекает река. Другие же реки протекают через белые пески и часто становятся изумрудно-зеленого или бирюзового цвета ...

Точно так же, как эти реки расцвечены теми веществами, которые они вбирают в себя на своем пути, так и течение наших мыслей расцвечено событиями, происходящими с нами в жизни ...

Некоторые реки текут медленно и вьются в низинах. Их воды грязны и наполнены обломками пород.

Другие же реки стекают с возвышенностей ... Их течение сильно, и в результате они снабжают нас необходимым нам электричеством. Кроме того, по ним плавают огромные корабли» (In Conference Report, Buenos Aires Argentina Area Conference, 1975, pp. 28–29).

Поразмышляйте над вопросами: куда направлено течение наших мыслей? Что наполняет и расцвечивает наши мысли?

Поставьте на стол два стакана и кувшин с водой. Положите в один из стаканов комочек грязи. Попросите одну из сестер выбрать один из стаканов и налить туда немного воды для питья. Попросите ее объяснить, почему она выбрала именно этот стакан.

Мы не нальем питьевую воду в нечистый стакан или сосуд, так как мы не хотим пить грязную воду. Почему же тогда наш ум должен находиться в контакте с нечистыми идеями или мыслями?

В Священных Писаниях Господь иногда говорит о Своих слугах как о сосудах (Мороний 7:31).

Почему мы не можем ожидать того, чтобы Дух Господень пребывал в нечистом сосуде? Почему чистые мысли не могут пребывать в уме, который наполнен нечистыми помыслами?

Мир пронизан влиянием сатаны. На нас воздействуют полные намеков на непристойности спектакли, реклама, музыка, фильмы, журналы, телевизионные передачи. Преступление, насилие, извращения, богохульство, порнография и чувственная музыка изображаются как нечто вполне приемлемое и даже поощряются. Пытаясь использовать наши таланты в неправедных целях, сатана тысячами способов искушает нас. Нечистые мысли свободнее возникают в нашем сознании, если оно не готово к тому, чтобы давать им отпор.

Каким дурным воздействиям вы подвергаетесь там, где вы живете? Как, будучи со всех сторон подвержены такому дурному влиянию, вы можете сохранить ваши мысли в чистоте?

Наши мысли влияют на наши поступки

Мысль очень могущественна. Сначала приходит мысль — затем совершается действие. Действие начинается в уме. Мы делаем то, о чем думаем. Независимо от того, собираемся ли мы совершить доброе или злое, этот план и само действие начинаются в уме.

Президент Дэвид О. Маккей рассказал о таком случае:

«Много лет назад, когда я был президентом Европейской миссии, ко мне подошел молодой человек и признался, что совершил дурной, грешный поступок. Он оправдывал себя, говоря, что он оказался в книжном магазине перед закрытием и, когда дверь заперли, поддался искушению. Он скорее винил обстоятельства в своем падении.

Но я сказал: «Дело не в обстоятельствах, дело не в запертой двери и не в соблазне. У тебя была такая мысль еще до того, как ты вошел в тот книжный магазин. Если бы ты никогда не думал об этом раньше, тогда никакие обстоятельства не были бы достаточно сильными, чтобы соблазнить или искушить тебя, миссионера, так пасть. Мысль всегда предшествует действию».

Чистые мысли, высокие идеалы, мысли о любви в истинном значении этого слова, сдержанность, стремление всегда прийти на помощь, жизнерадостность — все это принципы, которые будут способствовать совершенствованию характера. Пропитанные эгоизмом помыслы, враждебные чувства к ближнему, мысли о возможности удовлетворить свои желания через курение или употребление спиртного приведут человека к совершению всего этого» («Cleanliness Is Next to Godliness», *Instructor*, Mar. 1965, p. 86).

Президент Маккей также говорил: «Скажи мне, о чем ты думаешь тогда, когда тебе не нужно контролировать свои мысли, и я скажу тебе, кто ты». На Святых последних дней лежит ответственность за чистые мысли и высокие идеи. И пока они будут думать так, их действия будут соответствовать этим идеалам» («Cleanliness Is Next to Godliness», *Instructor*, Mar. 1965, p. 86).

Покажите иллюстрацию 9-а (=9-а): «Женщина, моющая крыльцо».

Голландцы хорошо известны своей приверженностью к чистоте. Женщины полируют медные дверные ручки, моют входные двери и даже чистят тропинку, ведущую к тротуару. Этот обычай они объясняют так: идя по чистой улице, невозможно внести грязь в дом. Это применимо и к нашему рассказу: длительная «прочистка» наших мыслей и рассудка помогает сохранить наши поступки чистыми и праведными.

«Мысли — это инструменты, которыми мы придаем форму нашему характеру точно так же, как великий скульптор резцом и деревянным молотком обтесывает твердый мрамор до тех пор, пока он не превратится ... в ... великолепное и совершенное произведение искусства. Так же и каждая наша мысль формирует характер и постепенно придает форму нашей судьбе и жизни. Поэтому результатом всех наших мыслей является сотворение характера» (George Q. Morris, «The Importance of Habits», *BYU Speeches of the Year*, 20 May 1953, p. 3).

Прочитайте с доски Притчи 23:7.

Мы можем сделать многое для того, чтобы контролировать свои мысли

Мы обладаем внутренней силой, позволяющей нам контролировать наши мысли. С ее помощью мы можем добиться того, чтобы в нашем уме не осталось дурных мыслей. Наш ум обладает способностью вплывать мудрость и знания с такой же легкостью, как и невежество, зло и все плохое. Старейшина Бойд К. Пэкер объясняет, что мы можем сделать для того, чтобы контролировать свои мысли:

«Ум *подобен* сцене — занавес всегда поднят, кроме тех случаев, когда мы спим. И всегда на этой сцене идет некое действие...»

Замечали ли вы когда-нибудь, что даже если у вас и нет какого-либо определенного намерения, любая, пусть даже ничтожная мыслишка может подкрасться из-за кулис и привлечь ваше внимание? Эти преступные мыслишки постараются завлечь каждого.

Если вы позволите им продолжить свое воздействие, доброжелательные мысли покинут сцену. И вы останетесь одни, потому что вы сами допустили это, разрешив неправедным мыслям воздействовать на вас... Они могут разыграть на сцене спектакль на тему горечи, зависти или ненависти. Они могут быть вульгарными, аморальными или даже развратными...

Что вы делаете в такие моменты, когда сцена вашего ума находится во владении разнузданных, нечистых мыслей?..

Если же вы можете контролировать свои мысли, вы избавитесь от ваших ведущих к деградации привычек. Если вы сможете научиться управлять ими, вы заживете счастливо...

Я научил бы вас следующему. Выберите среди духовной музыки Церкви любимый гимн... несколько раз внимательно «прокрутите»



его мысленно внутри себя. Запомните этот гимн. Даже если у вас нет музыкальной подготовки, вы можете обдумать этот гимн.

А теперь используйте этот гимн как место, куда можно направить ваши мысли. Превратите это в запасной путь. И всякий раз, когда вы обнаруживаете, что сомнительные актеры проскользнули с задворков вашего мышления на сцену ума, ставьте эту запись...

По мере того как зазвучит музыка и в вашем уме начнут формироваться слова, недостойные мысли с позором уйдут. Гимн изменит все настроение на сцене вашего ума. И поскольку он поднимает дух и чист сам по себе, низменные мысли исчезнут...

Когда вы научитесь очищать сцену вашего ума от недостойных мыслей, займите ее изучением стоящих вещей... Займите ее всем праведным» (*Teach Ye Diligently*, pp. 46–47).

Старейшина Дин Л. Ларсен советует нам научиться мыслить конструктивно: «Чтобы поддержать конструктивное мышление, нам необходимо, чтобы было нечто достойное, о чем мы могли бы думать и постоянно иметь в запасе... будь то какие-нибудь вопросы, проблемы, спорные моменты, к которым мы можем обратить наш разум, и размышлять о своем собственном пути их решения» («Thoughts about Thoughts» in *BYU Speeches of the Year*, 1976, p. 120).

В одной сцене из прелестного музыкального спектакля *Звук музыки* гувернантка Мария утешает своих подопечных детей, застигнутых врасплох грозой, тем, что заставляет их думать о приятном. Переполненные приятными мыслями, дети забыли о своих страхах. Приятные воспоминания вышли на передний план.

Когда одну женщину спросили, почему она выглядит такой счастливой и довольной своей работой, она ответила: «Главное состоит в том, что я думаю о хорошем».

О чем можно думать, чтобы не допускать нечистых мыслей?

Нам следует относиться к нашему уму как к складу с добротными товарами. В таком случае не отыщется свободного места ни для чего другого.

Поищите хорошие мысли в Священных Писаниях. Они дают покой, знание, советы. В них мы находим предупреждения, исторические сведения, поэзию и многое другое, что обогащает наш ум. Церковные журналы вмещают в себя возвышающие дух статьи и рассказы, которые мы с удовольствием читаем, черпая знания.

Здоровый ум всегда работает. Нужно, чтобы наш ум постоянно был занят мыслями о завтрашнем дне и обдумыванием новых идей. Когда в основе наших поступков лежат хорошие мысли, не суще-

ствует никаких преград для достижения успеха как в земной, так и в последующей жизни.

Святой Дух может помочь нам контролировать наши мысли. Когда мы слушаем Его подсказки, мы в состоянии контролировать наши мысли, слова и действия. Нам следует молиться о помощи Святого Духа.

Прочитайте от Иоанна 14:26.

Когда Святой Дух побуждает нас помнить об учениях Спасителя, мы можем успешнее направлять свои мысли к чистоте, не оставляя свободного места для дурных помыслов. Святой Дух назван «Утешителем» потому, что Его миссия — приносить «Святым утешение, любовь, мир и тихую радость» (Bruce R. McConkie, *Mormon Doctrine*, p. 148).

Мы можем получить прощение за то, что думали о чем-то плохом, если мы покаемся в этом.

Что вы предпринимаете для того, чтобы контролировать свои мысли?

Почему для вас как для женщины важно укреплять свою защищенность от нечистых мыслей? (Наши действия отражают наши мысли. Мы служим примером и учим наших детей, а также и всех остальных.)

Мы не можем всегда избегать людей, чье мнение и действия не соответствуют стандартам Евангелия. Это особенно относится к молодежи.

Как мы можем помочь церковной молодежи противостоять всему тому, что ведет к ее деградации, например вульгарной речи и действиям, неприличным журналам, фильмам, телевизионным программам и т.д.?

Каким образом родители могут научить своих детей тому, как важно содержать в чистоте свои мысли? (Расскажите на семейном вечере или в любое другое учебное время истории и приведите примеры из жизни тех людей, которые добились своих целей, потому что содержали свои мысли в чистоте. Расскажите о том, что наш Небесный Отец знает наши помыслы. Покажите, как мысли приводят к действиям.)

Заключение

Наши мысли влияют на наши поступки. Важно, чтобы, пытаясь более походить на нашего Небесного Отца, мы содержали наш ум в чистоте и непорочности. Хотя нас и окружает влияние зла, мы можем контролировать и направлять наши мысли в правильное русло.

Мы должны избегать, насколько это возможно, как людей, так и места, которые вызывают нечистые мысли. Нам нужно мудро подходить к выбору друзей, телевизионных программ, фильмов, книг и журналов. Мы должны убедиться в том, что наметили благотворные пути, по которым мы можем направить наши мысли. Мысли подобны воде. Они постоянно текут, и, если их не направлять, они будут бродить по легкодоступным тропинкам, направляясь к низинам. Мы должны выполнять заповеди Бога и стараться быть в дружбе со Святым Духом. Мы должны часто молиться, прося нашего Небесного

Отца направлять нас, когда мы будем стараться контролировать свои мысли и держать их в чистоте.

Попросите одну из учениц прочитать следующую цитату:

«Посеешь мысль — пожнешь поступок,
Посеешь поступок — пожнешь привычку,
Посеешь привычку — пожнешь характер,
Посеешь характер — пожнешь судьбу».

(Автор неизвестен, цит. по David O. McKay, *Treasures of Life*, p. 418.)

Прочитайте Алма 12:14.

Задание

Стремитесь к содружеству со Святым Духом, чтобы Он помогал вам контролировать мысли. Запомните церковный гимн или отрывок из Священного Писания, чтобы использовать его для изгнания дурных мыслей из вашего ума. Читайте церковные журналы, а также другие полезные и возвышающие дух материалы. Ежедневно читайте Священные Писания.

Священные Писания для дополнительного изучения

Иаков 3:1–2 (чистота сердца и крепость разума);

Мосия 4:30; 5:13 (пребывайте в праведности, иначе погибнете);

Притчи 12:5; 15:26 (праведные мысли и слова);

Иаков 1:12–27 (Бог искушает нас не для того, чтобы мы творили зло);

Учение и Заветы 6:16, 36 (Бог знает помыслы и намерения сердца);

Учение и Заветы 121:45 (добродетельные мысли).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Подготовьте доску и мел;
2. Напишите на доске: «...каковы мысли в душе его, таков и он» (Притчи 23:7);
3. Принесите на занятие два стакана, кувшин с водой и комок грязи;
4. Дайте учащимся задание выступить по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Созидание Царства Божьего

Урок 10

Цель урока — научить вас тому, как можно использовать свое время, таланты и имущество для того, чтобы созидать Царство Божье.

Все мы благословлены временем, талантами и имуществом

Старейшина Томас С. Монсон из Совета Двенадцати рассказал следующую историю о служении и жертве:

«Хосе Гарсия был из Старой Мексики. Рожденный в бедности, но воспитанный в вере, Хосе был готов к призыванию на миссию. Я присутствовал при получении его назначения на миссию. Там было сказано: «Служение брата Гарсии будет великой жертвой для его семьи, поскольку он является для нее большим подспорьем. У него есть только одна вещь — ценная коллекция марок, которую он готов продать, если понадобится, чтобы помочь оплатить расходы на свою миссию».

Президент Кимбалл внимательно слушал, пока ему читали это заявление, а затем сказал: «Пусть он продаст свою коллекцию марок. Эта жертва будет благословением для него» (*«Profiles of Faith», Ensign, Nov. 1978, p. 56*).

Как на членах Церкви, на нас лежит ответственность за помощь в созидании Царства Божьего на Земле. Царство Божье — это Церковь Иисуса Христа Святых последних дней. Иногда эта ответственность может требовать от нас огромных жертв.

Спросите себя: «Что дал мне Господь такого, что я могла бы использовать в великой работе по созиданию Царства Божьего?»

Наш Небесный Отец благословил каждого из нас временем, талантами и всем тем, что мы имеем. Он хочет, чтобы мы использовали эти дары для роста Церкви. Служба в Церкви — добровольная и не подлежит оплате (см. 2-й Нефий 26:31). Все мы нужны, чтобы руководить, обучать, поддерживать и участвовать в церковной работе. Мы можем помочь распространять Евангелие и созидать Царство, отдавая охотно и без принуждения наше время, таланты и все, чем мы располагаем.

Каждый день всем нам отпускается равное количество часов. Президент Бригам Янг сказал: «Теперь, сестры... вам следует относиться ко времени, как к золоту, это действительно богатство. Давайте подумаем над этим и не будем больше сидеть сложа руки, теряя время, ибо делать все, что возможно, чтобы содействовать созиданию».

нию Царства Божьего на Земле, — обязанность каждого мужчины и каждой женщины» (*Journal of Discourses* 18:77, см. также *Discourses of Brigham Young*, p. 214).

Пусть одна из учениц, служащая в качестве учительницы или руководительницы, расскажет, как она организует свое время для выполнения церковной работы.

Каким образом мы можем более продуктивно использовать свое время для созидания Царства Божьего?

Каждому из нас также даны таланты и способности, чтобы мы могли использовать их в созидании Царства Божьего. Это драгоценные дары нашего Небесного Отца.

Президент Бригам Янг дал нам такой совет: «Если вы что-либо отдадите для созидания Царства Божьего, выделите лучшее, что у вас есть. Что же является самым лучшим, что вы должны посвятить Царству Божьему? Это таланты, которые дал вам Бог... Давайте посвятим все наши способности созиданию Царства Божьего, и вы построите его полностью» (*Journal of Discourses* 8:346, см. также *Discourses of Brigham Young*, p. 445).

Сестра Джоан Оттли, жена Джеральда Д. Оттли, дирижера Табернального хора, рассказала такую историю:

«Господь наделил моего мужа и меня особыми талантами в музыке. Все наше время мы проводили, учась и развивая эти дары. Мы должны были принять множество решений по поводу того, как их использовать. Когда мы учились в Европе, мы поняли, что должны принять особенно важное и трудное решение. Мы оба знали, что, если мы останемся в Европе, у нас будет много возможностей добиться успеха. Однако более всего мы желали делать то, чего ожидал от нас Господь. Мы хотели быть послушными, но гораздо в большей степени мы стремились к тому, чтобы Господь использовал нас в созидании Его Царства здесь, на Земле.

Мы неоднократно постились и молились о том, чтобы получить руководство Святого Духа и узнать волю Господню. Ответ пришел к нам во время причастного собрания в конце поста. Мы оба получили одни и те же наставления через Духа — что дома нас ждет много работы. Мы должны были вернуться в Соединенные Штаты.

Затем последовали еще месяцы учебы, подготовки, экзаменов. Потом Господь дал нам возможность вернуться в Солт-Лейк-Сити. Я стала петь в Табернальном хоре, а мой муж поступил на музыкальное отделение Университета Юты.

Некоторое время спустя мой муж был призван Первым Президентством Церкви служить дирижером Табернального хора. Господь действительно готовил нас к особой службе.

Наше время, таланты и все, что мы имеем, в действительности не принадлежат нам. Они — Господни. Наибольшая радость, которую

мы можем испытать на этой Земле, — это применить их при созидании Царства Божьего».

Что имела в виду сестра Оттли, когда говорила о том, что их общее с мужем желание, чтобы Господь использовал их таланты, было большим, нежели простое послушание? Как супруги Оттли узнали желание Господа относительно их талантов? Каким образом мы можем узнать пожелание Господа о том, как нам использовать наши таланты?

Покажите иллюстрацию 10-а (=10-а): «Иисус рассказывает богатому юноше, что нужно сделать, чтобы унаследовать жизнь вечную».

В Новом Завете есть история о человеке, который спросил Иисуса, что ему нужно сделать, чтобы унаследовать жизнь вечную. Иисус велел ему следовать заповедям, не совершать прелюбодеяний, не убивать, не красть и не лжесвидетельствовать, а также почитать своего отца и мать. Юноша ответил, что он соблюдает все эти заповеди в течение всей своей жизни.

Тогда Иисус велел ему продать все, чем он владел, «раздать нищим» и последовать за Ним. Юноша, услышав такой совет, огорчился и ушел опечаленный, «потому что у него было большое имение» (от Марка 10:17–22).

Что из того, чем мы лично обладаем, мы можем использовать для созидания Царства Божьего?

Мы все обладаем чем-то таким, что мы можем использовать для созидания Царства Божьего. Возможно, мы можем накормить или одеть того, кто в этом нуждается, или же приютить бездомного. Когда мы платим нашу десятину и пожертвования, мы помогаем созидать Царство. Возможно, придет время, когда для того, чтобы содействовать работе Господа, нас попросят дать еще больше, пойти на еще большие жертвы. Хотя большинство из нас не просят отдавать все, что у нас есть, для Господней работы, нам следует быть готовыми пойти на это, если мы будем к этому призваны.

Несколько лет назад группа Святых с острова Тасмания узнала, что Президент Церкви, Джозеф Филдинг Смит, совершает объезд по территории Южной Австралийской миссии. Эти смиренные верующие числом в 185 человек хотели, чтобы Президент Смит освятил их молитвенный дом. Они знали, что для того, чтобы предназначаться Господу, этот дом должен был быть свободен от всех долгов. В два дня они собрали довольно большую сумму денег (свыше 10 тысяч долларов), чтобы расплатиться за здание. Они продемонстрировали готовность пожертвовать тем, чем они владели, чтобы построить Царство. Чтобы собрать нужную сумму, кто-то продал землю, кто-то мебель, а кто-то личное имущество (Jessie Evans Smith, «Now We Can Give the Building to the Lord», *Instructor*, June 1962, pp. 184–185).

10-а (=10-а): Иисус рассказывает богатому юноше, что нужно сделать, чтобы унаследовать жизнь вечную.

© Providence Lithograph Co.



Старейшина Брюс Р. Макконки из Совета Двенадцати говорит нам: «В водах крещения мы вступили в завет любить и служить Ему (Господу), соблюдать Его заповеди и отводить первое место в нашей жизни всему, что связано с Его Царством. В свою очередь Он обещал нам жизнь вечную в Царстве Его Отца ...

Закон жертвования заключается в том, что мы готовы пожертвовать всем, что у нас есть, ради правды — ... нашим домом, землей и семьей: всем, даже нашей жизнью, если это будет нужно.

... Некоторые из нас призваны жертвовать большей частью того, чем мы обладаем ...

Но ... мы должны быть *готовы* жить по этим законам полностью, если мы к этому призваны» («Obedience, Consecration, and Sacrifice», *Ensign*, May 1975, p. 50).

Что это значит — поставить на первое место в жизни «все связанное с Царством»? (Прежде всего повиноваться Божиим заповедям и выполнять Его работу, тогда можно с большим успехом добиться других достойных целей.)

Есть множество способов использовать наше время, таланты и имущество для созидания Царства

Каким образом мы можем быть призваны использовать наше время, таланты и имущество, чтобы помочь созиданию Царства? Составьте на доске список ответов.

Поскольку Господь многое нам дает, Он многого от нас и ожидает. Он дал нам возможность использовать наше время, а также развивать и использовать наши таланты и то, чем мы владеем, служа здесь, на Земле. Когда мы служим в Церкви, наше умение служить возрастает. Мы также демонстрируем готовность к послушанию и можем принести радость себе и другим.

Старейшина Брюс Р. Макконки из Совета Двенадцати рассказал нам, как мы можем построить Царство: «У нас есть привилегия возвысить свой глас, предупреждающий наших ближних, что они должны отправиться на миссию и везде нести истину спасения детям нашего Небесного Отца. Мы можем ответить на призыв к служению ... выполняя любую из сотен возможных обязанностей. ... Мы можем трудиться над проектами по улучшению благосостояния, заниматься генеалогическими исследованиями, исполнять ... таинства в храмах.

Мы можем честно платить десятину и делать пожертвования от поста, жертвовать деньги на улучшение благосостояния других, в бюджет Церкви, на строительство зданий и в миссионерский фонд» («Obedience, Consecration, and Sacrifice», *Ensign*, May 1975, p. 51).

От нас как от членов Церкви ожидают, что мы будем делать все, что в наших силах, чтобы праведность возрастала. Преданные делу Церкви Святые последних дней нашли множество способов улучшить свое служение, «идя два поприща» вместо одного.

Сестра Виллафранка из Мексики, жившая вдалеке от прихода, нашла способ помочь созиданию Царства в той области, где она жила. Она предложила свой дом в городе под воскресную школу, где старейшины должны были учить слушателей. Они провели беседы и крестили нескольких слушателей, а шесть лет спустя в приходе Церкви было уже около двухсот прихожан (Glenn V. Bird, «Miracle at San Fernando», *New Era*, Jan. 1977, pp. 28–29).

Многие миссионеры нуждаются в финансовой помощи. И зачастую такую помощь этим достойным миссионерам частично или полностью оказывают преданные Святые. Старейшина Ван Дж. Фезерстоун из Кворума Семидесяти рассказывает нам такую историю.

«Сразу после того, как я прибыл из Сан-Антонио, на миссию приехал один старейшина. Он был из большой семьи. Его отец пришел к заключению, что ему нужно найти дополнительную работу, чтобы поддержать сына. Но и этого оказалось недостаточно. Поэтому его милая мама подключилась к программе школьных обедов, чтобы таким образом быть как можно больше дома с детьми. Но даже с этими дополнительными деньгами старейшине с каждым месяцем приходилось все туже. Один хороший друг время от времени давал мне несколько стодолларовых бумажек, чтобы я отдал их тем, кому они нужны. Когда я проводил собеседование с этим старейшиной, я спросил, как обстоят его финансовые дела. Его глаза заволокли слезами, и он сказал, что старается прожить на те деньги, которые у него есть, но его родители не в состоянии высылать ему необходимую сумму. Он сказал: „Президент, я не трачу деньги впустую. Я ничего не ел три дня, пытаюсь сэкономить“. Затем он добавил: „Даже моя малышка сестра помогает. В день рождения ей подарили один доллар. Она положила его в конверт и послала мне, потому что считает, что я в нем нуждаюсь больше, чем она сама“. И тут он в открытую заплакал. Я полез в карман рубашки, извлек две хрустящие стодолларовые банкноты и сказал: „Один мой хороший друг попросил меня передать это тебе“. Он опустил голову, чтобы скрыть буревывавшие его чувства» («What Are the Blessings of a Mission? Can Ye Tell?», *Ensign*, Nov. 1978, p. 27).

Как каждый член этой семьи использовал свое время, таланты и имущество для того, чтобы построить Царство Божье?

Пусть сестра, которой поручено это задание, перечислит, как мы можем развивать наши таланты.

Члены округа Ганновер Германской Гамбургской миссии решили «идти два поприща» в созидании Царства, когда во время наводнения затопило один из городов в штате Айдахо в Соединенных Штатах. Чтобы помочь людям, члены Германского округа провели специальный пост в дополнение к обычному постному воскресенью. Молодые люди, имеющие Священство Аароново, и молодые женщины также внесли свой вклад, потрудившись один день во время

отпуска, чтобы заработать деньги и передать их жертвам наводнения («Germans Aid Idahoans», *Church News*, 14 Aug. 1976, p. 10).

Одна семья завещала часть своего имущества Церкви. Эти деньги должны были пойти на «миссионерскую работу, строительство молитвенных домов и храмов, а также оплату других расходов на благие дела», необходимых для созидания Царства Божьего. Отец этой семьи выразил готовность «идти два поприща» такими словами: «Я понял, что все, что мы имеем, — Господне... То, что мы отдаем по собственной воле часть нашего имущества на созидание Царства Божьего, кажется мне частью завета, в котором мы обещали отдавать наше время, таланты и имущество работе Господа» (Isaac M. Stewart, «I Have a Question», *Ensign*, Aug. 1975, pp. 23–24).

Заключение

Мы ответственны за помощь в созидании Царства Божьего. Иногда мы должны жертвовать, чтобы приблизить осуществление этой цели. Но Иисус обещает нам, что, если мы принесем жертву «... ради (Него) и Евангелия... (мы) получим ныне, во время сие... во сто крат более... (и) в веке грядущем жизни вечной» (от Марка 10:29–30). Чтобы получить эти благословения, мы должны ежедневно принимать решения о том, как мы будем использовать наше время, таланты и имущество.

Задание

Обсудите вместе со своей семьей необходимость жертвовать, для того чтобы построить Царство. Учитесь мудро управлять своим временем, чтобы вы могли лучше служить Господу. Вы можете поститься и молиться, чтобы узнать, как использовать ваше время, таланты и имущество для созидания Царства.

Священные Писания для дополнительного изучения

От Луки 12:47–48 («от всякого, кому дано много, много и потребуется»);

Алма 34:32 (сегодня время подготовиться);

Учение и Заветы 65 (подготовьте Царство Божье);

Учение и Заветы 82:18–19 (работа для благословения всех).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 34 *Основ Евангелия* («Развитие наших талантов»);
2. Приготовьте доску и мел;
3. Дайте задание одной ученице составить список: как можно развивать свои таланты (по главе 34 *Основ Евангелия*);
4. Дайте учащимся задание выступить по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Цель урока — помочь вам более походить на Христа в ваших взаимоотношениях со всеми детьми Божьими.

Мы все — дети любящего Небесного Отца

Покажите иллюстрацию 11-а (=11-а): «Дети разных стран».

Иногда задают такой вопрос: «Создал ли Бог всех людей?» В Священных Писаниях говорится о том, что Бог сотворил все человеческие расы на Земле. Он также предопределил для каждого человека его место и время рождения на Земле (см. Деяния 17:26).

Каждый из нас уникален и является особым творением. Все мы обладаем физическими телами, которые являют собой нечто уникальное по размеру, форме, цвету и внешним чертам. Подобно этому у каждого из нас есть единственный в своем роде набор качеств, талантов, интересов, способностей и умений.

Покажите плакат со стихом из Учения и Заветов 18:10. Попросите одну из учениц прочитать написанный на нем текст.

Каждый из нас со своей индивидуальностью и физическими данными — дитя нашего Небесного Отца. Все вместе мы составляем Его вечную семью. Он любит и ценит каждого из нас.

Иногда мы не знаем, что отвечать людям, отличающимся от нас с культурной, социальной, физической или расовой точки зрения. Мы все слишком часто проявляем склонность к тому, что дискриминируем, избегаем, жалеем, боимся, а может быть, даже игнорируем тех, кто отличается от нас.

Прочитайте Учение и Заветы 18:10.

Покажите плакат со словами из книги Учение и Заветы 18:15 и попросите одну из учениц прочитать вслух этот стих из Священного Писания.

Как нам показать, что мы принимаем всех людей как братьев и сестер?

Забота о благе других людей — это главный путь проявления того, что мы их принимаем как братьев и сестер. Несколько лет назад одна трехлетняя девочка упала в заброшенный колодец. Местные пожарные, бизнесмены, цирковые лилипуты, рабочий с фабрики, врач, живущий неподалеку местный житель и репортер трудились вместе, чтобы спасти ее. Трагедия привлекла к себе широкое внимание всего мира, стали поступать предложения о помощи. И почти за 53 часа на поиски ребенка было истрачено более чем полмиллиона долларов. Когда ребенка наконец вытащили, она была мертва. Пояс-



няя, насколько ценны были попытки спасти ребенка, репортер сказал: «Весь мир объединился на несколько часов ради спасения жизни одной маленькой девочки. И люди выиграли. Маленькая девочка заставила людей *полюбить* друг друга. И независимо от цвета кожи, расы или религии и богатые, и бедные поднялись для того, чтобы объединить усилия мужчин и женщин, боровшихся за спасение одного человека, созданного по Его образу и подобию» (цит. по Paul H. Dunn, in Conference Report, Philippine Islands Area Conference, 1975, pp. 14–15; курсив автора).

Почему столько людей пытались спасти одну маленькую девочку?

Какое ключевое слово было использовано репортером в описании случившегося? (Полюбить.)

Мы должны любить ближних как самих себя

Иисус на Своем примере показал, как надо любить людей. Затем Он заповедал нам любить друг друга (см. от Иоанна 15:17) и сделал это с помощью притч. Он показал нам Свою любовь тем, что отдал Свою безгрешную жизнь «в жертву всем» и тем самым дал нам возможность искупить свои грехи (см. 1-е к Тимофею 2:6; Учение и Заветы 18:11–13).

Попросите присутствующих на занятии кратко пересказать следующие библейские истории. После прочтения каждой притчи задайте приведенные ниже вопросы.

Притча о милосердном Самарянине (см. от Луки 10:29–37). Какие уроки мы можем извлечь из этой притчи? (Каждый является нашим братом и нуждается в нашей помощи.)

Закхей (см. от Луки 19:1–7). Как Спаситель относился к Закхею? (Как к брату. Он останавливался в его доме.) Какие чувства бушевали учеников Христа при таких Его поступках? (Они считали, что Спаситель не должен останавливаться в доме грешника.)

Женщина, застигнутая в прелюбодеянии (см. от Иоанна 8:3–11). Как мы должны относиться к тем, кто грешит? (Мы должны помнить, что мы тоже грешники. Мы всегда должны относиться к другим с терпением, любовью и пониманием.)

Почему Спаситель проявлял особую заботу о людях, отвергнутых своими ближними?

Христос знает о том, насколько ценна каждая душа. Он проповедовал бедным и исцелял хромых и страждущих. Он восстанавливал зрение у слепых. Он принимал пищу вместе с грешниками и защитил женщину, застигнутую в прелюбодеянии. Он учил нас понимать ценность каждого человека с помощью притч — о пропавшей овце, о потерянной монете, о блудном сыне (см. от Луки 15). Всеми Своими поступками Он подавал пример того, чему Он учил, говоря:

«Возлюби... ближнего твоего, как самого себя» (от Матфея 19:19). Он учил нас: «... иди, и ты поступай так же» (от Луки 10:37).

Каковы наши обязанности перед теми, кто отличается от нас?

Что означает возлюбить ближних, как самих себя?

Как мы можем стать более похожими на Христа в наших отношениях с другими?

Мы следуем примеру Христа, когда проявляем добро в отношении других людей, показывая, что мы переживаем за них. Президент Н. Элдон Тэннер из Первого Президентства говорит: «Похоже, что мы всегда можем найти в том или ином человеке черты, которые мы в нем ищем. Всем известно, что никто из нас не является совершенным. Если мы подмечаем лишь проступки других и их слабости, они начинают поглощать все наше внимание и мы перестаем или отказываемся замечать сильные стороны характера других» («Nay, Speak No Ill», *Ensign*, Mar. 1973, p. 2). Если же мы полностью осознали ценность других, мы замечаем их сильные стороны. Нам следует ко всем относиться с терпением, любовью и добротой.

Как нам следует относиться к каждому из тех, о ком говорится в приведенных ниже рассказах, если мы осознали их ценность и любим их, как самих себя?

«Прошло уже несколько лет с тех пор, как Маргарет в последний раз была на причастии. Поэтому, войдя в зал и усевшись на стул, она чувствовала себя совершенно посторонней. Она постоянно нарушала Слово Мудрости, и это удерживало ее от посещения церкви... Епископ... сказал ей, что ей легче будет справиться со своей пагубной привычкой, если она чаще будет ходить в церковь и будет больше молиться.

И поскольку она не знала почти никого из прихожан, она начала ощущать, будто вернулась домой после долгого отсутствия... Отзвучала заключительная молитва, и, окруженная прихожанами, она начала продвигаться по направлению к выходу. До нее доносились обрывки разговора, и она мысленно пыталась к нему присоединиться. И вдруг она услышала, как кто-то позади нее шепотом, перекрывающим все другие голоса, произнес: «Что это от вас так пахнет куревом? Это мешало мне во время службы... В следующий раз, выбирая место, мне придется быть повнимательней» (Helen Selee, «And Jesus Wept», *Ensign*, Apr. 1973, p. 14).

Что бы вы почувствовали на месте Маргарет? Что бы вы сделали, если бы вашей соседкой оказалась такая женщина, как Маргарет?

Президент Н. Элдон Тэннер предупреждал нас о том, что мы должны стремиться быть похожими на Христа еще в одном отношении. Он говорил:

«Кажется, что все мы слишком склонны посудачить о ближних... В силу тех или иных причин нам гораздо легче обсуждать чьи-нибудь недостатки, чем достоинства. Мы повторяем уничижительные заяв-

ления о нашем ближнем, которые мы когда-то слышали, независимо от того, являются ли они вымыслом или фактом. И они растут, как семена, пока мы их повторяем. Поэтому очень важно, чтобы мы внимательно относились к тому, что говорил по этому поводу Господь.

Если мы хотим хорошо относиться к ближним, нам следует сначала выяснить, правда ли то, что говорят, или же воздержаться от каких бы то ни было высказываний по этому поводу . . . »

Следующая история дает нам повод для размышлений. Однажды один пенсионер, работавший у себя в саду по утрам, заметил, что разносчик молока стал каждое утро задерживаться у молодой соседки из дома напротив. Он появлялся сразу же после того, как ее муж уходил на работу, и проводил у нее более получаса. Привлекательная молодая домохозяйка служила учительницей в Первоначальном обществе и почти всегда ходила на причастные собрания.

Так прошло несколько недель. Пенсионер попытался привлечь к происходящему внимание соседей, выражая при этом обеспокоенность тем, какой пример может подать эта учительница детям из Первоначального общества. К тому времени, когда пенсионер посчитал, что его долг — рассказать обо всем епископу, новость уже облетела прихожан.

Рассказ пенсионера расстроил епископа. Он позвонил управляющему молочного магазина, чтобы узнать фамилию разносчика молока и расспросить о том, что он собой представляет. Подойдя к разносчику, управляющий как можно деликатнее спросил его: «Я заметил, что на улице Линкольна у вас появилась новая покупательница. Кто вас к ней направил?» «Направил? — переспросил разносчик. — Да это же моя дочь! Она каждое утро кормит меня завтраком, а мы с женой по пятницам сидим с ее детьми. А почему вас это, собственно, интересует?» («Nay, Speak No Ill», *Ensign*, Mar. 1973, p. 2).

Каким образом слухи или досужие домыслы могут нанести вред тому или иному человеку? (Обсудите, какие чувства должен испытывать сплетник, а также тот, о ком сплетничают.)

Как, отказываясь сплетничать, мы становимся больше похожими на Христа во взаимоотношениях с окружающими?

Наши поступки по отношению к тем, кто хоть в чем-нибудь не похож на нас, говорят о том, как мы относимся к этим людям. Если мы действительно хотим улучшить эти отношения, нам следует спросить самих себя: «Как я могу показать, что принимаю, терпеливо отношусь и люблю каждого из детей Небесного Отца?»

Нам также нужно проявлять особое внимание к тем, кто пришел в Церковь недавно, и устанавливать с ними такие же отношения, в какие вступал с ними Христос. Вот что сказал Президент Спенсер В. Кимбалл:

«Сегодня мы уже начали созидать Царство Божье, а Церковь Иисуса Христа стала всемирной Церковью. Очень скоро она станет преоб-

ладающей Церковью. И мы, будучи ее членами, должны сдерживать себя и любить все человечество, всех наших братьев и сестер всех национальностей и всех широт. Конечно, мы при этом должны полностью избавиться от вражды и зависти» («The Power of Forgiveness», *Ensign*, Nov. 1977, p. 48).

Прочитайте к Ефесянам 2:19.

Как мы должны относиться к другим, если принадлежим Богу (являемся членами Церкви)?

Заключение

Будучи детьми Небесного Отца, Который любит каждого из нас, мы должны относиться друг к другу так, как нас учат в Церкви.

«Всякое раздражение и ярость, и гнев и крик, и злоречие со всякой злобою да будут удалены от вас;

Но будьте друг ко другу добры, сострадательны, прощайте друг друга, как и Бог во Христе простил вас» (к Ефесянам 4:31–32).

Задание

Развивайте в себе привычку искать в других только хорошее. Избегайте критики и сплетен. Учите своих детей принимать других такими, как они есть, быть к ним терпеливыми и добрыми. Учите их на своем личном примере.

Священные Писания для дополнительного изучения

К Ефесянам 4:29 (доставляй благодать слушающим);

К Галатам (все мы сыны Божии по вере во Христа Иисуса);

Деяния 10:34 (Бог нелицеприятен);

4-й Нефий 1:15–17 (любовь Божия пребывала в сердцах народа, все были как одно чадо Христово);

Учение и Заветы 112:11 (любите всех людей).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 2 *Основ Евангелия* («Наша небесная семья»);
2. Напомните сестрам о том, чтобы они не забывали приносить на занятия Священные Писания;
3. Приготовьте плакат по стиху 10 раздела 18 книги Учение и Заветы;
4. Перед окончанием урока попросите сестер спеть гимн «Я Господне дитя»;
5. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока. Попросите прочитать притчи о милосердном Самарянине, Закхее и застигнутой в прелюбодеянии женщине.

Организация Церкви

Урок 12

Цель урока — помочь вам лучше понять цели и организацию истинной Церкви Господней.

Иисус Христос — глава Церкви

Покажите иллюстрации 12-а (=12-a): «Иисус Христос»; 12-б (=12-b): «Пророк Иосиф Смит»; 12-в (=12-c): «Президенты Церкви».

На окружной миссионерской конференции в Гамбурге (Германия), которую возглавлял старейшина Генри Д. Мойли из Совета Двенадцати, «... один из миссионеров задал вопрос, в котором он ссылался на Президента Дэвида О. Маккея как на главу Церкви. Старейшина Мойли остановил его и очень убедительно напомнил, что глава Церкви — Иисус Христос, а не Дэвид О. Маккей. Здесь важно то, что старейшина Мойли знал, что Иисус есть Сын Божий, что Он жив и сегодня и что Он стоит во главе этой Церкви» (Donald Q. Cannon, «Who Is Jesus Christ?», *New Era*, Mar. 1978, p. 12).

Почему, с вашей точки зрения, старейшина Мойли сделал такой акцент на том, какое положение занимает Спаситель?

Сегодня точно так же, как это было в дни Его земного служения, Иисус Христос является главой Своей Церкви. «И хотя Он находится по другую сторону завесы... Он управляет и руководит делами Церкви и пребывает в ней, как если бы Он был среди нас во плоти» (Hyrum M. Smith and Janne M. Sjodahl, *Doctrine and Covenants Commentary*, p. 113).

Господь открывает Свою волю через Своих Пророков

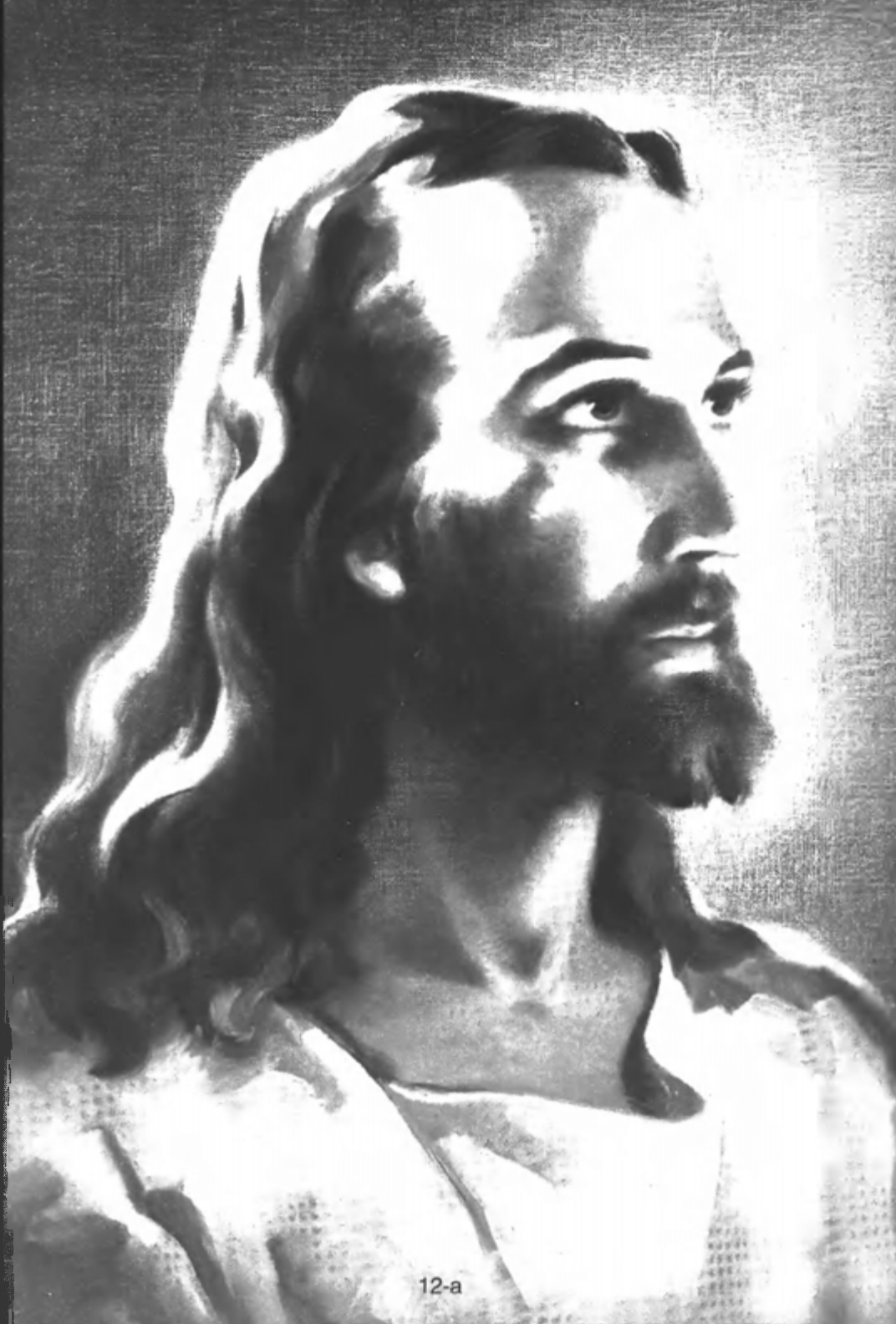
Президент Гарольд Б. Ли сказал:

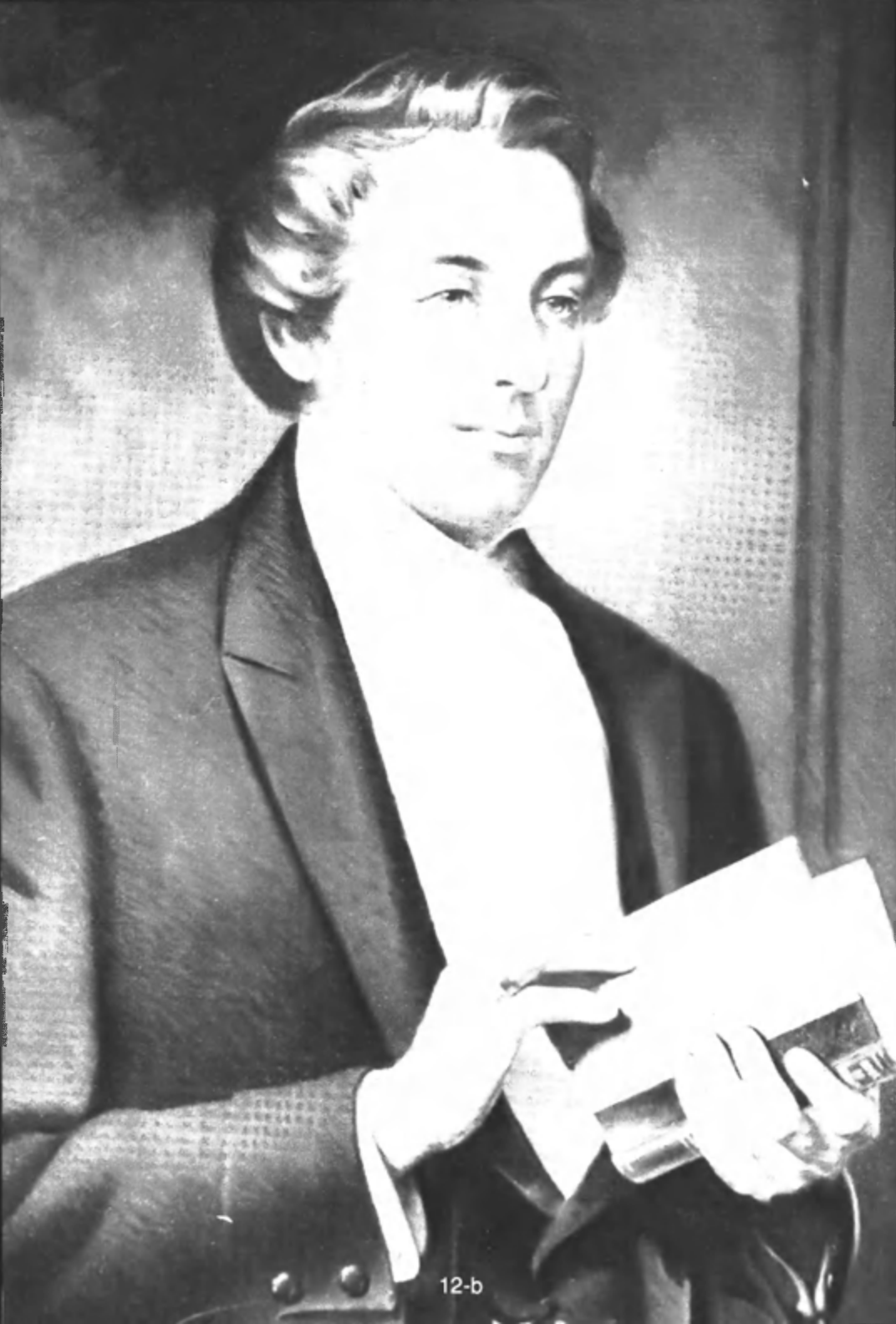
«Принципы Евангелия Иисуса Христа Божественны. Никто не изменяет принципы и доктрины Церкви, кроме Господа, Который осуществляет это с помощью откровения. Однако по мере того, как к тем, кто возглавляет Церковь в тот или иной период времени, приходит указание свыше, меняются методы руководства... Вы можете быть уверены, что ваши братья, возглавляющие Церковь, молятся об этом очень серьезно. Но ничто не изменяется для нас до тех пор, пока мы не обретаем (в меру наших сил) уверенности в том, что наши

12-а (=12-a): Иисус Христос.

Художник Саллман, *Голова Христа*. Используется с разрешения обладателей авторского права и издателей — Kriebel and Bates, Inc.

12-б (=12-b): Пророк Иосиф Смит.







Джозеф Смит



Бригам Янг



Джон Тейлор



Уилфорд Вудруф



Лоренцо Сноу



Джозеф Ф. Смит



Хибер Дж. Грант



Джордж Альберт Смит



Дэвид О. Маккей



Джозеф Филдинг Смит



Гарольд Б. Ли



Спенсер В. Кимбалл



Эзра Тафт Бенсон



Говард У. Хантер



Гордон Б. Хинкли

Господь послал Пророков и в наши дни.

дела действительно получают печать Божественного одобрения» («God's Kingdom — A Kingdom of Order», *Ensign*, Jan. 1971, p. 10).

Ниже приводится пример того, как поступает Пророк, когда получает одобрение Господа. 9 июня 1978 года члены Первого Президентства выступили с обращением ко всему миру:

«Став свидетелями расширения деяний Господних по всей Земле, мы благодарны тем многим людям из разных стран, которые откликнулись на послание восстановленного Евангелия и вступили в растущие ряды Церкви. Это, в свою очередь, вдохновило нас на то, чтобы донести до каждого достойного члена Церкви все привилегии и благословения, которые дает Евангелие.

Исходя из обещаний, данных Пророками и предыдущими Президентами Церкви, по вечному Божьему плану все наши достойные братья могут получить священство, и, являясь свидетелями преданности тех, от кого было передано священство, мы долго и верно молились от их имени, наши верные собратья, проводя много часов в Верхней комнате храма и прося Господа о Божественном руководстве.

Он услышал наши молитвы и через откровение удостоверил, что давно обещанный день пришел, когда каждый верный, достойный мужчина в Церкви может получить Святое Священство вместе с силой использовать эту Божественную власть и радоваться с теми, кого он любит, каждому проистекающему из этого благословению, включая благословения храма. Соответственно все достойные члены Церкви мужского пола могут быть посвящены в священство независимо от расы или цвета кожи. Руководители священства знают, как обстоятельно надо провести собеседование со всеми кандидатами для посвящения их в Священство Аароново или Мелхиседеково, чтобы удостовериться, что они отвечают требуемым нравственным нормам.

Мы со всей ответственностью заявляем, что Господь открыл Свою волю, чтобы благословить всех тех Своих детей на всей Земле, кто услышит глас Его наделенных властью слуг и подготовится получить все благословения Евангелия» (Letter to general and local priesthood officers of the Church, 8 June 1978; курсив автора).

Если главой Церкви является Иисус Христос, то какова роль Пророка?

Через власть священства и через Божественное откровение Пророк в качестве Президента руководит делами Церкви. Членам Церкви дается совет внимательно слушать слова Пророка, так как он руководствуется откровением: «Ибо слово его вы получите как бы из Моих уст, в терпении и вере» (Учение и Заветы 21:5).

Вот что рассказывает старейшина Гордон Б. Хинкли из Совета Двенадцати о молодом филиппинце Дэвиде Лагмане, понимавшем, какую важную роль играет Пророк:

12-в (=12-с): Президенты Церкви.

«Когда Дэвид Лагман был мальчиком, он нашел в мусорном баке старое, оборванное издание *Ридерз Дайджест*. В нем было краткое содержание книги, рассказывавшей об истории мормонов. Там говорилось об Иосифе Смите, который был описан как Пророк. Слово *Пророк* запало мальчику в душу. «Действительно ли на Земле может быть Пророк?» — думал он. Тот журнал затерялся, но мысль о существовании живого Пророка никогда не покидала его в течение долгих, мрачных лет войны и угнетения, когда Филиппины были под игом оккупации. В конце концов пришли силы освобождения, а с ними вновь открылась воздушная база Кларк. Дэвид Лонгман нашел там работу. Он узнал, что его начальник, офицер ВВС, был мормоном. Он хотел спросить, действительно ли тот верит в Пророка, но побоялся. Наконец... он собрал все свое мужество, чтобы задать этот вопрос.

«Вы мормон, сэр?» — спросил молодой человек. «Да», — последовал откровенный ответ. «Вы верите в Пророка? В вашей Церкви есть Пророк?» — с волнением спросил филиппинец.

«У нас есть Пророк, живой Пророк, который возглавляет эту Церковь и учит воле Господней».

Дэвид попросил офицера рассказать ему об этом как можно больше и благодаря этому обучению крестился. Он стал первым старейшиной на Филиппинах, который был посвящен в этот чин» («We Thank Thee, O God, for a Prophet», *Ensign*, Jan. 1974, p. 122).

Единство Церкви, основанной Спасителем, когда Он жил на Земле, поддерживалось посланиями, письмами и посещениями Апостолов — точно так же, как и единство сегодняшней Церкви, направляемой и объединяемой под Божественным руководством Пророков и Апостолов. Это центральное руководство и организация являются знаком истинной Церкви Иисуса Христа.

Покажите плакат с шестым Символом веры. Зачитайте его вслух.

Организационная структура Церкви

Прочитайте к Ефесянам 4:11–14. Какие три причины организации Церкви выдвинул Павел? (1. Для совершенствования Святых, или членов Церкви; 2. Для служения или совершения таинств и ведения церковной работы и 3. Для созидания тела Христова. Тело Христа — это членство в Церкви.)

Членов Церкви следует возвышать духовно через церковную организацию.)

Попросите одну из учениц, заранее подготовившись, выступить по теме «Церковь Иисуса Христа сегодня» (*Основы Евангелия*, глава 17). (Вычеркните все ссылки на небольшой приход или группу.)

Прочитайте краткое изложение главы 20 Учения и Заветов.

После доклада обсудите устройство единой системы колов и приходов. Начните со следующих вопросов: что такое кол? Кто возглавляет кол? Что такое приход? Кто стоит во главе прихода?

Обсудите подразделения Церкви, образовавшиеся там, где Церковь развивается:

Семья. Семья, состоящая из членов Церкви, является основной ячейкой Церкви. Во главе стоит отец, который отвечает за руководство своей семьей. Если в семье нет отца, за нее отвечает мать. Отец (или мать) отвечает перед Господом и руководителями Церкви (см. «Введение», стр. IV, *Руководство для семьи*).

Покажите иллюстрацию 12-г (=12-d): «Приходское собрание в небольшом молитвенном доме».

Небольшой приход. Небольшой приход — это организационное объединение, состоящее из членов Церкви и располагающееся в определенном географическом районе. По мере развития прихода в нем будут появляться различные степени силы священства. Небольшой приход организуется и контролируется президентством кола, миссии или округа.

Небольшой приход может быть организован, когда в округе проживает две семьи или больше, состоящие из членов Церкви, и отдельные члены Церкви, и как минимум один из членов является достойным священником или носителем Священства Мелхиседекова (см. *Руководство для небольшого прихода*, стр. 1).

Округ. Округ является частью миссии. Округ организуется президентством миссии при наличии достаточного числа небольших приходов, расположенных на территории, удобной для сообщения и посещения собраний округа. Возглавлять его призвано окружное президентство. Округ может вырасти в кол.

Миссия. Миссия — это церковное подразделение, которое обычно охватывает территорию гораздо большую, чем кол. Ее границы определяются Первым Президентством Церкви. Оно же призывает президента миссии, который должен возглавить ее. Если границы кольев совпадают с границами миссии, они находятся скорее под руководством президента кола, нежели президента миссии. Коля, так же как и миссии, ответственны непосредственно перед Высшей властью Церкви. Основная функция миссии — направлять действия новых миссионеров и помогать округам, небольшим приходам и семьям в рамках их церковных мероприятий.

Каждое подразделение Церкви ответственно перед большим подразделением, частью которого оно является.

Кворумы священства организованы для того, чтобы помогать как младшим, так и старшим мужчинам решать их проблемы, а также проводить собрания и организовывать деятельность священства.

Общество милосердия — это Господняя организация для женщин. Пророк Иосиф Смит сказал, что Церковь не могла быть полностью организована до тех пор, пока не появилась эта женская организация. Через Общество милосердия женщины Церкви являются сотоварищами и помощниками священства.



После организации приходов в них также образуются другие Вспомогательные подразделения для помощи членам Церкви. В них входят Первоначальное общество, которое отвечает за обучение детей, Общества молодых мужчин и молодых женщин, ответственные за обучение молодежи от двенадцати до восемнадцати лет, и Воскресная школа, отвечающая за обучение членов Церкви всех возрастов основам Евангелия.

Почему действия каждого подразделения осуществляются властью, данной вышестоящим подразделением? (Чтобы нести ответственность перед должной властью. Чтобы поддержать единство в Церкви. Чтобы следовать совету Пророка.)

Почему так необходимо, чтобы Церковь была организована в виде подразделений, как сказано выше? (Чтобы легче было осуществлять связь со всеми членами Церкви. Чтобы совершенствовать Святых. Чтобы давать членам Церкви возможность служить Богу и познать Его пути.)

Цель церковной организации

Какова цель церковной организации?

Церковная организация представляет собой структуру, через которую Господь открывает Свою волю, дает Своим детям спасительные принципы и таинства, а также предоставляет нам возможность обрести жизнь вечную.

Благодаря Церкви мы

1. Узнаем о плане спасения.

Церковные собрания и руководство дают нам возможность узнать о полноте Евангелия. Нам помогают изучать и понимать Священные Писания. Нас учат быть послушными принципам Евангелия. Нам показывают, как подготовиться к благословениям вечной жизни.

2. Получаем и совершаем таинства во спасение.

В Церкви нас крестит мужчина, которому дано священство и власть от Бога действовать во имя Его. Нас направляют, когда мы готовимся получить храмовый эндаумент и совершить бракосочетание в храме. Нас призывают к тому, чтобы мы совершали храмовые таинства за усопших.

3. Возобновляем заключенные нами заветы.

Нам дается возможность принимать причастие на церковных собраниях и возобновлять заветы с Господом, в которые мы вступили при крещении.

4. Развиваем наши таланты и способности.

12-г (=12-d): Приходское собрание в небольшом молитвенном доме.

У нас есть возможность быть учителями и руководителями в Церкви. Эта деятельность помогает нам развивать наши таланты и способности.

5. Учимся служить друг другу.

Церковные собрания и проекты, направленные на улучшение благосостояния прихожан, помогают нам преодолеть эгоизм и научиться испытывать радость от служения другим. Программы работы домашних учителей и навещающих сестер дают возможность, посещая друг друга, узнать о нуждах прихожан и помогать справляться с ними.

6. Растем вместе в любви и дружбе.

Церковная служба и другие мероприятия дают нам возможность узнать друг друга, утешить друг друга, когда мы грустим, и порадоваться успехам друг друга, когда мы преуспеваем. Таким образом мы можем вместе расти в любви и дружбе.

Попросите одну из учениц прочитать Послание к Ефесянам 2:19.

7. Заполняем духовную и эмоциональную пустоту.

Покажите кувшин с водой и буханку хлеба.

Большинство из нас знает, что такое чувство голода или жажды. Но мы также можем испытывать такое чувство голода и жажды, которое нельзя утолить ни пищей, ни водой.

Пусть одна из учениц прочитает от Иоанна 4:14 и 6:35.

Что Иисус подразумевал под этими словами?

Иисус не имел в виду голод и жажду, терзающие тело. Он говорил о потребности насыщать свой дух, которую испытывает каждый человек. Истины, которым Он учил, могут полностью удовлетворить все духовные потребности тех, кто старается познать их и живет по ним.

Старейшину Хартмана Ректора-младшего, члена Первого Кворума Семидесяти, в свое время учили миссионеры, и он старался узнать о Церкви как можно больше. В конце концов он почувствовал, что его духовный голод утолен.

«Подобное изучение было схоже с пищей и питьем для умиравшего от голода человека. Я искал эти ответы на протяжении многих лет, пытался получить их везде и под конец все же получил исчерпывающие ответы на все мои вопросы. Я исполнился радости и благодарности моему Небесному Отцу за Его величайшее милосердие, проявленное ко мне» (*No More Strangers*, p. 9).

Попросите учениц рассказать, какие чувства они испытали, когда получили от миссионеров сообщение о восстановленной Церкви.

Старейшина Говард У. Хантер суммирует успех церковной организации в свидетельстве о восстановленном Евангелии:

«На протяжении более 140 лет, в течение которых служит священство, уча о восстановленном Евангелии, происходит чудо. На

Американском континенте и по всему миру воздвигнуты храмы. Молитвенные дома рассыпаны по всему земному шару... [Тысячи] миссионеров проповедуют Евангелие во многих странах. Ежедневно в начальных и средних школах, семинариях, религиозных институтах и колледжах многих стран более четверти миллиона юношей и девушек обучаются не только элементам мирского знания, но и вечным истинам Евангелия» («Spiritual Famine», *Ensign*, Jan. 1973, p. 65).

Заключение

Иисус Христос руководит делами Церкви на Земле, открывая Свою волю Своим Пророкам. Во всем, что Он делает, Спаситель проявляет заботу о благосостоянии всего человечества. Он основал организацию Церкви с Божественной целью отвечать на духовные, эмоциональные, интеллектуальные, социальные и физические нужды каждого из нас, Его детей.

Задание

Старайтесь получить благословения церковной организации через активное посещение и участие в причастных и других церковных собраниях, а также выполнение заданий, данных вашими руководителями. Вы лучше поймете и больше оцените церковную организацию и ее цели, а также получите более четкое руководство в вашей жизни, если будете принимать более активное участие в деятельности местного церковного подразделения.

Укрепляйте и поддерживайте главных руководящих лиц в Церкви, а также руководителей и учителей Церкви в вашем округе.

Священные Писания для дополнительного изучения

К Ефесянам 4 (Святые, да любите друг друга);

Учение и Заветы 20:1–4, 37–79 (организация Церкви в последние дни);

Учение и Заветы 21:9 (все трудящиеся в винограднике Господнем будут благословлены);

Учение и Заветы 133:57–61 (Евангелие должно подготовить слабых к совершению дел Господних).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 17 *Основ Евангелия* («Церковь Иисуса Христа сегодня»);
2. Приготовьте доску и мел;
3. Напишите на плакате шестой Символ веры и покажите его классу;
4. Подготовьтесь зачитать краткое изложение главы 20 Учения и Заветов;
5. Дайте одной из сестер задание выступить на тему «Церковь Христа снова организована» по главе 17 *Основ Евангелия* (вычеркните все ссылки на небольшой приход или группу);

-
6. Принесите на занятие кувшин с водой и буханку хлеба;
 7. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Поддерживайте Высшую власть Церкви

Урок 13

Цель урока — вдохновить вас следовать указаниям, которые вы получаете от посвященных Господом руководителей.

Господь говорит с нами через Своих Пророков

Попросите учениц прочитать и отметить в Учении и Заветах 1:38.

Кто сегодня является Пророком Господним, говорящим от Его имени на Земле?

Покажите иллюстрацию 12-в (=12-с), изображающую Президента Церкви.

Для того чтобы Бог мог открыть нам Свое слово, на Земле должен быть Пророк. Будучи членами Церкви Иисуса Христа Святых последних дней, мы благословлены знанием того, что на Земле есть такой Пророк и что через этого Пророка Господь дает нам возможность узнать Его мысли и волю. Когда Пророк говорит с нами во имя Господа, он говорит то, что сказал бы Господь, если бы Он был здесь.

Мы также верим «во все, что открыл Бог, во все, что Он ныне открывает, и мы верим, что Он еще откроет много великого и важного о Царстве Божьем» (девятый Символ веры).

Быть членами истинной Церкви и знать, что наш Пророк передает нам данную через откровение волю Господню о сегодняшнем дне, — благословение. Знание того, что Господь говорит через Своего Пророка, убеждает нас в том, что Спаситель жив, что Он любит нас и проявляет к нам интерес.

Пророк, руководящий Церковью, никогда не уведет нас в сторону. Мы всегда можем следовать его совету, так как он рассказывает нам то, что имеет отношение к нашей сегодняшней жизни. Пророк дает нам руководство от Господа на проводимой дважды в год Генеральной конференции. Он также передает нам советы Господа на областных конференциях, которые проводятся по всему миру. Большая часть обращений Пророка печатается в церковных журналах.

Помимо Президента Церкви, другие братья поддерживаются в качестве Пророков, провидцев и носителей откровений. Это советники Пророка и Кворум Двенадцати. Эти братья также получают откровение и доносят до нас волю Господа, свидетельствуют о Божественности Христа, учат о плане спасения и совершают таинства.

Один из наших Пророков последних дней, Президент Гарольд Б. Ли, сказал: «Если вы хотите знать, что есть у Господа для людей в настоящее время, я бы посоветовал вам найти и прочитать источники,

представленные на этой [Генеральной] конференции; ибо то, что сказали эти братья властью Святого Духа, есть мысль Господа, воля Господа, глас Господа и сила Бога во спасение» («Stand Ye in Holy Places», *Ensign*, July 1973, p. 121).

Пророки любят нас и заботятся о нас. Они знают, что мы можем достичь полного успеха и радости, только следуя совету, данному нам Господом. Наши Пророки направляют нас во всех аспектах нашей жизни. Например, Президент Спенсер В. Кимбалл советовал нам украшать наши дома и сады. Он просил, чтобы мы сажали сады и запасались питанием. Он просил нас жить по Слову Мудрости. Он призвал нас посылать для служения хорошо подготовленных миссионеров. Он просил избегать азартных игр, разводов, аборт, безнравственности, порнографии, гомосексуализма и лесбиянства. Он советовал нам посещать храм и соблюдать день субботний святым. Он просил нас покаяться и жить по неизменным Божиим заповедям. Он советовал нам поддерживать атмосферу любви у себя дома (In Conference Report, Apr. 1975, pp. 3–9, 160–161; *Ensign*, May 1975, pp. 4–7, 109).

Мы ответственны за получение свидетельства об откровениях Господних, данных Его Пророкам

Где мы можем прочитать или услышать послание Пророка и других представителей Высшей власти сегодня? (На конференциях, в докладах и официальных изданиях Церкви.)

Почему знание о том, что Пророк говорит сегодня от имени Бога, способствует тому, что мы слушаем его совет? (Мы можем быть уверенными, что он передает нам волю Господню. Мы можем знать, что Пророк пытается нам помочь.)

В первые дни восстановления Церкви многие с волнением ждали встречи с Иосифом Смитом. При встречах с ним многие наблюдали духовные видения, которые убеждали их, что он — избранный Господом слуга. Сестра Эммелайн Б. Уэллз рассказывает о двух случаях, которые укрепили ее свидетельство о Пророках: в первый раз, когда она встретила Пророка Иосифа Смита, и позже, после его мученической смерти, в момент преображения Президента Бригама Янга.

Заранее попросите одну из учениц прочитать следующую историю:

«Я чувствую, что у меня есть свидетельство, которым я могу поделиться и которое я храню с самого первого дня, когда я приехала в город Наву и увидела Пророка Иосифа. Он подошел к лодке, чтобы встретить Святых, которые прибывали из восточных и центральных штатов на запад.

Я крестилась по желанию матери, которая стала Святой последних дней, как только узнала Евангелие. Но поскольку я тогда многого не понимала, у меня не было своего свидетельства, и вера моя была не слишком сильна.

Стоя на корме лодки, я плыла вверх по реке, чтобы увидеть Пророка, находившегося там, куда мы должны были причалить, и вдруг поняла, что Евангелие истинно. Это произошло благодаря охватившему всю меня с головы до кончиков пальцев рук и ног чувству. В тот момент я убедилась, что была права относительно того, что «мормонская вера» истинна и что я сполна получила вознаграждение за все жертвы, принесенные мной, чтобы приехать в Наву. Я почувствовала, что эти жертвы стоили того, чтобы просто увидеть его. В какой-то степени я была подготовлена к тому, чтобы его увидеть. Но я хочу вам сказать, что не испытала никакого разочарования, поскольку никогда еще не было человека, подобного ему.

И лишь один-единственный человек сделался однажды похожим на него. Этим человеком был Бригам Янг. Это произошло тогда, когда он провозгласил себя Президентом Церкви и преемником Пророка Иосифа. Я не помню точно, что он тогда говорил, но это произошло в то время, когда он выступал в роще на Храмовом холме города Наву. Лишь несколько человек знали о том, что он вернулся. Они знали, что в момент убийства Пророка и его брата Хайрума в городе не было никого из Двенадцати Апостолов. И я думаю, что лишь немногие из присутствовавших знали о возвращении Бригама Янга. После того как он вышел вперед и сделал свое объявление, все собравшиеся вскочили со своих мест и, можно сказать, в один голос вскричали, что перед ними — Пророк Иосиф.

Я взобралась на повозку, и мне не нужно было вставать. Но те, кто сидел, поднялись и воскликнули одно и то же. Мне было хорошо видно, и им тоже показалось, что это был восставший из мертвых Иосиф Смит. Но после того, как Бригам Янг сказал несколько слов, смятение улеглось, и люди действительно поняли, что перед ними не Пророк Иосиф, а Президент Кворума Двенадцати Апостолов. Я подумала, что это было самое чудесное явление, которое я когда-либо наблюдала, а я видела их так много...

Я особенно хотела рассказать вам о том мгновении, когда Бригам Янг принял облик Пророка. После этого у нас появилась величайшая вера в него. Вера самая великая, какая только может быть. У нас появилась вера и во всех тех, кто последовал за ним» («My Testimony» in Preston Nibley, *Faith-Promoting Stories*, pp. 137–138; также цит. по Leon R. Hartshorn, comp., in «The Mantle of the Prophet Fell Upon Brigham Young», *Remarkable Stories in the Lives of Latter-day Saint Women*, vol. 1, pp. 238–239).

Почему было так важно, чтобы после мученической смерти Иосифа Смита с первыми Святыми произошел подобный случай? (Они не знали никаких других Пророков, и нужно было, чтобы они поняли, что Церковь может продолжать свое существование. Им необходимо было понять, как в Церкви осуществляется преемственность президентства.)

Сестра Пирико Валькама Петерсен рассказывает о произошедшей уже в наше время встрече с Пророком.

Заранее попросите одну из учениц прочитать вслух такой рассказ:

«Летом 1952 года молодежь из нашего прихода отправилась в лагерь для девочек-скаутов, расположенный под Хельсинки (Финляндия), и ожидала там приезда Президента Дэвида О. Маккея. Для встречи Президента была выбрана красивая рощица, окруженная высокими березами. И поскольку в течение всего лета стояла очень хорошая погода, мы были уверены в том, что и этот особенный день будет таким же ясным.

Ожидая начала этой встречи, мы разговаривали о ней между собой. И вдруг одна из девочек неожиданно спросила: «А что случится с нашими свидетельствами, если вдруг он не будет поступать и выглядеть, как Пророк?» Мало-помалу в наши головы стали закрадываться сомнения. Мрак этих сомнений, казалось, отразился даже в природе: небо заволочли темные, тяжелые тучи. Дождь полил как из ведра. Я помню, как мы с подружкой сидели под большим деревом, наблюдая, как по поверхности озера хлещет дождь. Снова и снова мои мысли возвращались к терзавшему меня страху, что Президент обманет наши ожидания. Я знала, что он не появится в белых одеждах, как древние Пророки, которых мы видели на картинах, и что он будет одет как вполне обыкновенный человек. Я так сильно боялась потерять свое свидетельство, что, если бы могла, убежала бы прочь. Но этого не должно было случиться, потому что меня выбрали выступить с приветственной речью.

Когда мы подошли к роще, дождь прекратился, но небо было настолько серым, а тучи настолько тяжелыми, что было почти темно. Наша скаутская униформа промокла, энтузиазм покинул нас. Мы ждали... в тишине. Я стояла посередине шеренги. Я должна была сделать три шага вперед, поприветствовать Президента Маккея и сопровождавших его, пожелать сестре Маккей счастливого дня рождения и подарить ей цветок.

В этой темноте и сырости появилась черная машина. И вдруг, когда Президент Маккей вышел из машины, выглянуло солнце, и роща мгновенно озарилась светом. Листья и трава засверкали в лучах солнца, падавших на росинки. Мы были ошеломлены и на мгновение ослепли от такого сильного света.

Я смотрела на Президента и не могла ясно его разглядеть. Все, что я могла увидеть, так это его величественный силуэт на фоне солнца. Свет падал на красивую белую голову и, казалось, окутывал ее светящимся ореолом. Мы все открыли от изумления рты и стояли в благоговейной тишине.

Подошло мое время сделать три шага вперед и поприветствовать Президента, но я не смогла сдвинуться с места. Я знала, что, если сделаю эти три шага, он сразу же разглядит мучившие меня сомнения и страхи. Все ждали, а я беспомощно стояла на месте.

В конце концов мы услышали слова президента миссии: «Сестра Валькама, разве у тебя нет ничего, о чем ты хотела бы нам сказать?» Я заставила себя сделать три очень коротких шага. По лицу ручьем полились слезы...

Я попыталась начать говорить. В полном смятении я молча стояла и плакала. Затем я услышала голос Президента Маккея:

«Подойди ко мне, дитя мое».

Я подошла к нему, он взял обе мои руки в свои и держал их, пока я произносила приветствие. Я видела его золотистую загорелую кожу и теплый свет в глазах. Я чувствовала, что для него так же важно помочь мне, как и мне выступить со своим обращением. Чувство полного умиротворения перетекало из его рук в мои. Страх, что он осудит меня, который я испытала минутой раньше, оставил меня, и его место заняла всеобъемлющая любовь. Я знала, что он был Пророк Божий, который пришел не судить, а любить нас» («When the Sun Broke Through», *Ensign*, Aug. 1976, p. 37).

Хотя некоторым из нас не выпадает возможности, как сестре Питерсен, увидеть Пророка, мы все можем учиться, молиться и стараться получить свидетельство о призвании нашего Пророка. Получить такое свидетельство можно по-разному. Но каждому из нас необходимо получить для себя свидетельство о живущем ныне Пророке.

Если кто-нибудь из сестер был удостоен чести увидеть Пророка или получить свидетельство о нем, попросите ее поделиться своими воспоминаниями с классом.

Нам следует молиться о Пророке в наших личных и семейных молитвах. Нам нужно учить наших детей быть благодарными за Пророка и молиться за него, как это описано в приведенном ниже рассказе.

«Одна семья преклонила колени в молитве, как только услышала о смерти Президента Джозефа Филдинга Смита. Отец выразил благодарность за то, что он жил во время служения этого великого Пророка. Затем он поблагодарил Господа за всех живших Пророков и особенно за Президента Гарольда Б. Ли [нового Президента Церкви]. Он молился о том, чтобы его дети могли познакомиться с новым Пророком и его учениями. «Благослови этих прекрасных детей, Отец, — молился он, — чтобы они смогли следовать за теми, кто идет за Пророком и никогда не совершает того, чего никогда не сделал бы Президент Гарольд Б. Ли» (Marian P. Sorensen, «Teaching Children through Prayer», *Ensign*, May 1973, p. 34).

Как подобный рассказ может научить наших детей идти за Пророком?

Как мы можем получить свидетельство о нашем Пророке? (Следуя его совету, молясь о получении знания того, что он является Пророком, слушая свидетельства других.)

Наши местные руководители священства призваны Богом

Покажите иллюстрацию 13-а (=13-а): «На собрании члены Церкви поддерживают голосованием должностное лицо священства».

Через каких других слуг, не являющихся Пророками, может Господь говорить с нами сегодня? (Через достойных членов Церкви, которые были избраны руководить нами.)

Пророк и другие члены Высшей власти Церкви возглавляют все церковные объединения. Однако с тех пор, как они перестали лично руководить делами всех церковных подразделений, они передали права возглавлять их и руководить другим. Господь призывает достойных носителей священства действовать на местах в соответствии с руководством Высшей власти Церкви. Эти местные руководители священства призваны праведно руководить через откровение. Хотя они, возможно, чувствуют, что не полностью готовы или обучены выполнять призывания руководителей, Господь избрал их, чтобы они руководили именно в данное время. И Он укрепляет их способности выполнять свои призывания.

После того как местные руководители избраны, их кандидатуры представляют на поддержку голосованием. Поднимая руки в их поддержку, мы обещаем следовать за ними и помогать им в их призываниях.

Старейшина С. Дилворс Янг из Первого Совета Семидесяти сказал: «Мы признаем, что для того чтобы быть послушными *всему*, что бы нам ни заповедали, мы должны быть послушными руководителям, через которых даются эти заповеди» (Conference Report, Apr. 1967, p. 40; «The Principle of Obedience,» *Improvement Era*, June 1967, p. 49).

Что может попросить нас сделать местный руководитель священства? Как мы можем показать, что мы верим в его призвание от Бога?

На матерях лежит ответственность за обучение детей тому, что надо поддерживать своих руководителей священства на местах. Им никогда не следует критиковать руководителей священства или говорить о них что-нибудь дурное. Критика в адрес наших руководителей подвергает опасности наше собственное спасение. Нам следует быть внимательными и хорошо отзываться о руководителях священства при наших детях. Нам надо учить их быть верными чинам Царства Господа. Тогда на нашем собственном примере наши дети научатся быть верными как чинам, так и тем, кто призван служить в качестве наших руководителей священства в этих чинах.

«И все же облеченные священством люди смертны так же, как и все остальные; они так же подвержены ошибкам ...

13-а (=13-а): На собрании члены Церкви поддерживают голосованием должностное лицо священства.



Однако Бог избрал этих людей. Он выделил их. Это сделано не ими самими; но Он избрал их и возложил на них власть святого священства. Они стали Его представителями на Земле.

... И те, кто возвышает свои голоса... против власти святого священства... попадут в ад, если не покаются» (George Q. Cannon, *Gospel Truth*, vol. 1, p. 276).

Что мы можем сделать, чтобы поддержать наших руководителей священства на местах? (Молиться за них, избегать критики в их адрес, проявлять к ним уважение, учить наших детей уважать их, следовать их совету, а также принимать и выполнять то, о чем они нас просят.)

Местные руководители священства могут оказать нам помощь

Покажите иллюстрацию 13-б (=13-b): «Сестра получает совет от президента небольшого прихода».

Местные руководители священства (особенно наши домашние учителя, руководители кворума священства, президент небольшого прихода или епископ и президент нашей миссии, президент округа или президент кола) призваны не только для того, чтобы руководить делами Церкви, но также чтобы помогать каждому из нас. Когда у нас возникают личные проблемы, мы порой не знаем, просить ли о помощи наших домашних учителей и нашего президента прихода или епископа. Мы думаем, что они могут нас не понять. Иногда мы чувствуем себя слишком скованно. Однако члены Первого Президентства Церкви говорят нам:

«Господь так организовал Свою Церковь, что для каждого ее члена — мужчины, женщины и ребенка — есть доступный для них духовный и мирской советник, который должен хорошо их знать и который понимает обстоятельства, из которых происходят их проблемы. Этим руководителям на местах, посвященным в чин или призванным, дано право на небесный эндаумент, дающий им пронизательность и вдохновение, столь необходимые для того, чтобы они смогли советовать тем, кто находится в трудном положении и нуждается в совете. Если епископу или президенту прихода нужна помощь, он может обратиться к президенту кола или миссии, которые, в свою очередь, могут обратиться за советом к региональному представителю или наблюдателю от Высшей власти.

Поэтому мы призываем всех членов Церкви, у которых есть волнующие их проблемы или вопросы, свободно консультироваться с епископом или президентом прихода и получать от них необходимую помощь» (Circular letter from the First Presidency to Stake, Mission, and District Presidents, Bishops and Branch Presidents, dated 7 Oct. 1977).

13-б (=13-b): Сестра получает совет от президента небольшого прихода.



Какой особый дар дает руководителям священства возможность помогать нам решать наши проблемы? Прочитайте Учение и Заветы 46:27, чтобы узнать об особом даре, который дан епископам и президентам приходов. (Дар провидительности — власть распознавать, что истинно и хорошо.)

Заключение

Небесный Отец любит нас и дал нам Пророков, чтобы они руководили нами. Пророк, являющийся Президентом Церкви, никогда не уведет нас в сторону. Мы должны получить свидетельство о Пророке и учить наших детей внимать его словам.

Местные руководители священства также призваны Богом помогать нам. Нам следует поддерживать их. Нам нужно быть готовыми выслушать их совет, ибо он предназначается для нашего руководства.

Если мы проявим любовь и уважение к нашему Пророку и местным руководителям, они будут испытывать большую склонность вести себя так же по отношению к нам.

Задание

Изучите последнее выступление Пророка. Пользуйтесь его учениями в повседневной жизни. Обсудите со своей семьей обязанности Пророка и руководителей священства на местах.

Священные Писания для дополнительного изучения

1-й Нефий 22:2 (Пророкам дано знать обо всем);
Учение и Заветы 21:4–6 (примите слово Пророка как слово от Бога);
Учение и Заветы 43:1–7 (откровения относительно Церкви даются только через одного избранного человека);
Учение и Заветы 107:71–74 (епископ является судьей в Израиле).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 9 *Основ Евангелия* («Пророки Божии»).
2. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Противление злу мира

Урок 14

Цель урока — помочь вам лучше осознать совет Господа, касающийся окружающего нас ежедневно зла и того, как ему противостоять.

Сила, цели и коварство сатаны

«Часто рассказывают такую историю о трех претендентах на место водителя автобуса, обратившихся в одну из транспортных компаний. Тот из них, кому улыбнется удача, будет водить машину по опасным и крутым высокогорным дорогам. На вопрос о том, как они водят машину, первый ответил: «Я классный, опытный водитель. Я могу вести машину по краю обрыва так, что широкое колесо окажется на самом краю пропасти, но машина не сорвется».

«Вы хороший водитель», — сказал работодатель.

Второй похвастался: «А я могу даже лучше. Я могу вести машину так аккуратно, что половина колеса будет на краю обрыва, а другая в воздухе».

Работодатель обратился к третьему претенденту и был приятно удивлен и обрадован, когда услышал: «Сэр, я предпочитаю держаться подальше от края обрыва, насколько это возможно». Вряд ли стоит спрашивать, кто из троих получил работу» (Spencer W. Kimball, *The Miracle of Forgiveness*, pp. 217–218).

В эти последние дни наше путешествие по жизни также пролегает через опасные участки (см. 2-е Тимофею 3:1). Нам следует уподобиться третьему водителю. Как он пытался избежать опасности, так и нам следует выбрать свой путь и держаться подальше от всего пагубного, что есть в мире.

Прочитайте 1-е Фессалоникийцам 5:22. Почему для нас важно избегать всех проявлений зла? (Наш собственный пример важен для других, поскольку может оказать на них влияние. Они могут подумать, что мы причастны к этому злу. Если нас постоянно окружает зло, мы можем привыкнуть к этому и сами начать творить зло.)

Прочитайте Мороний 7:12, 14. Что побуждает нас творить зло? («... все злое — от дьявола ... »)

Священные Писания определяют сатану как «врага Богу» (Мороний 7:12) и разрушителя «душ человеческих» (Геламан 8:28). Он известен под многими именами, и некоторые из них также раскрывают его цели — лукавый (см. Учение и Заветы 93:37), разрушитель (см. Учение и Заветы 101:54), искушитель (от Матфея 4:3) и отец всякой лжи (см. ...

2-й Нефий 2:18). Мы знаем, что сатана и его последователи являются духами без тел из плоти и кости, и они стремятся овладеть нашими смертными телами (см. от Матфея 8:28–32).

Лукавый старается сделать всех нас ничтожными. Он хотел бы отнять у нас свободу воли, обратить нас против наших вечных целей, поработить и уничтожить нас.

Сатана использует ложь, хитрость и полуправду, чтобы искушать и пленить нас.

Говоря о сатане, Президент Спенсер В. Кимбалл сказал: «Он украшивает зло для того, чтобы оно выглядело привлекательным, приятным, легкодоступным и даже красивым» («The Blessings and Responsibilities of Womanhood,» Relief Society General Conference, Oct. 1975, *Ensign*, Mar. 1976, p. 70).

Сатана старается разбить дом и семью. Один из множества его планов состоит в том, чтобы бросить вызов той роли, которую Господь отвел женщинам. «Сатана и его когорты... соблазняют женщин и уводят их от выполнения данной им изначально обязанности быть женами, матерями и домашними хозяйками. Мы так много слышим об эмансипации, независимости, сексуальной свободе, контроле за рождаемостью, об абортах и других изощренных видах пропаганды, принижающих роль материнства и являющихся орудием сатаны для уничтожения женщины, дома и семьи — основной ячейки общества» (N. Eldon Tanner, «No Greater Honor: The Woman's Role,» *Ensign*, Jan. 1974, p. 7).

В своих попытках ввести женщин в заблуждение сатана выдвигает аргументы, доказывающие приемлемость совершения злых деяний.

Пусть одна из учениц зачитает вслух следующие аргументы, которые мы повсюду сегодня слышим:

1. Аборт: «Это — мое тело, и я могу делать с ним все, что хочу».
2. Контроль за рождаемостью: «Для любой семьи достаточно двоих детей».
3. Сексуальная безнравственность: «Все так поступают».
4. Брак: «Лучший способ определить, подходим ли мы друг другу, — пожить вместе до свадьбы. Как бы то ни было, брак — это старомодно».
5. Развод: «Если ничего не вышло, расставайтесь».
6. Наркотики: «Они классные. Они и вправду могут завести тебя».
7. Порнография: «Чтобы много знать, нужно читать все подряд».
8. Роль женщины: «Ты слишком умна, чтобы тратить попусту свое время на дом и детей. Ты бы могла многого добиться за пределами семьи».
9. Гомосексуализм: «Нам не следует прятать свои истинные чувства. Мы должны все понимать и принимать».

Ныне покойный старейшина Делберт Л. Стэпли из Совета Двенадцати дал нам такой совет: «Научитесь различать и опасаться незаметных действий сатаны, ибо он никогда не останавливается в своих попытках сбить нас с правильного пути. Он прекрасно знает, как сделать так, чтобы все выглядело привлекательным и правильным, в то время как на самом деле это может привести вас к полному мораль-

ному краху. Он не верит в свободу воли и хотел бы контролировать наши мысли, идеи и поступки. Мы видим все больше и больше его деяний в фильмах, телевизионных шоу, в поступках отдельных людей и даже целых народов» («Using Our Free Agency,» *Ensign*, May 1975, p. 22).

Как противостоять злу

Мы можем противостоять злу, следуя мудрым советам наших руководителей, если мы приняли твердое решение преодолеть зло и ищем руководства Святого Духа.

СЛЕДУЯ СОВЕТАМ НАШИХ РУКОВОДИТЕЛЕЙ

Руководители Церкви, отстаивающие истину и правду, дают нам совет на злобу дня. Вот что говорит, к примеру, старейшина Мэрион Г. Ромни: «Господь открывает Свою волю *о сегодняшнем дне* всем жителям Земли, и особенно членам Церкви, через ныне живущих Пророков, а также через стоящее во главе Первое Президентство. Как члены Президентства, они говорят нам то же самое, что поведал бы Господь, если бы Он был с нами» (In Conference Report, Apr. 1945, p. 90; курсив автора; *Improvement Era*, May 1945, p. 303).

Нам необходимо знать то, что хотят нам сказать наши церковные руководители, нужно слушаться их советов и обучать этим истинам наших домочадцев.

Попросите одну из учениц зачитать вслух следующие высказывания наших церковных руководителей:

Аборт. «Аборт — это одно из самых отвратительных и греховных деяний сегодняшнего дня, когда мы с пугающей очевидностью видим вседозволенность, ведущую к сексуальной безнравственности.

Члены Церкви, виновные в принадлежности к греху совершения аборта, являются предметом применения дисциплинарных мер, налагаемых советами Церкви, как того требуют обстоятельства ...

Через откровение мы узнали, что аборт является таким грехом, в котором человек может покаяться и получить прощение» (*General Handbook Supplement*, no. 3, 1 March 1978, p. 16).

Контроль за рождаемостью. Нам было заповедано размножаться и заполнять Землю, чтобы мы могли иметь радость в нашем потомстве.

В том случае, если муж и жена здоровы и энергичны, свободны от всего, что могло бы пагубно отразиться на их потомстве, искусственное лишение ребенка права на рождение или воздержание от рождения идет вразрез с учением Церкви. Те, кто контролирует рождаемость, пожнут разочарование» (*General Handbook of Instructions*, no. 21, 1976, p. 105).

Сексуальная безнравственность. «В том, что касается одного из наиболее разрушительных зол, насаждаемых сатаной, мы особенно

призываем всех членов Церкви с детских лет вплоть до пожилого возраста остерегаться сковывающих цепей, мучений и угрызений совести, исходящих от неверного отношения к телу.

Человеческое тело — это священный дом для всех духовных детей Бога, и недозволенные действия или осквернение этого священного сосуда может привести лишь к угрызениям совести и сожалению. Мы призываем: пребывайте в чистоте, неоскверненными.

«... Не допускайте никакой непристойной демонстрации порнографии... никаких нарочито ласкающих движений — не делайте этого сами и не разрешайте другим. Не вступайте в сексуальные отношения вне брака. Это категорически запрещено нашим Создателем везде и во все времена, и мы это подтверждаем» (Spencer W. Kimball, «Guidelines to Carry Forth the Work of God in Cleanliness», *Ensign*, May 1974, p. 7).

Брак. «Возвышенный взгляд на брак, свойственный нашей Церкви, содержится в следующих четырех словах из 15-го стиха 49-го раздела книги Учение и Заветы: „Брак назначен Богом человеку“» (David O. McKay, «As Youth Looks toward Marriage», *Improvement Era*, Apr. 1953, p. 221; также цит. по David O. McKay in *Gospel Ideals*, p. 462).

Развод. «Мужья и жены должны нежно любить и лелеять друг друга. Им не следует разводиться и разрушать свой дом ложью и аморальными поступками» (Spencer W. Kimball, «God Will Not Be Mocked», *Ensign*, Nov. 1974, p. 8).

Наркотики. «Что касается наркотиков, Церковь постоянно выступает против пагубного для здоровья употребления наркотиков или же других веществ, когда это может привести к возникновению нездорового к ним пристрастия, физическим или душевным расстройствам или же к снижению моральных стандартов». Мы подтверждаем это точное утверждение» (Spencer W. Kimball, «Guidelines to Carry Forth the Work of God in Cleanliness», *Ensign*, May 1974, p. 7).

Порнография. «Мы надеемся, что наши родители и руководители будут нетерпимы к порнографии. Это настоящий мусор, который сегодня выдается за нечто совершенно нормальное и приемлемое...

Существует прямая связь между порнографией и сексуальной распущенностью и извращениями... Печально, когда порядочные люди оказываются втянутыми в эту духовную грязь. И мы призываем всех наших людей сделать все, что в их силах, чтобы отбросить эту безобразную революцию» (Spencer W. Kimball, «Attack Mounts against Pornography», *Church News*, 17 Jan. 1976, p. 8).

Роль женщины. «В том что касается матерей, дочерей и вообще всех женщин, разрешите мне подчеркнуть, что вы обладаете огромным потенциалом и можете оказывать благотворное влияние на всех нас. Поэтому сатана решил уничтожить вас. Не идите с ним на компромисс. У вас должно хватить мужества, сил и желания жить так, как хочет того Господь, — добропорядочно и чисто...

Девушки, готовьтесь стать матерями. Для этого учитесь и накапливайте знания и мудрость. Мы учим тому, что слава Божья — это способность мыслить. И поэтому нам необходимо знать обо всем, что происходит вокруг нас, и быть готовыми отразить попытки сатаны отвести нас от нашего Божественного предназначения. И мы можем добиться успеха, обретя знания, мудрость, решимость и помощь Духа Господнего» (N. Eldon Tanner, «No Greater Honor: The Woman's Role», *Ensign*, Jan. 1974, pp. 8, 10).

Лесбиянство. «И мы с полной ясностью заявляем о том, что это такой же или даже более серьезный грех, чем блуд или прелюбодеяние, и что тот, кто является гомосексуалистом или лесбиянкой и не раскаивается в этом, будет немедленно лишен полноправного членства в Церкви или же отлучен от Церкви Господней, так же как и всякая нераскаявшаяся блудница или прелюбодей» (Spencer W. Kimball, *The Miracle of Forgiveness*, pp. 81–82).

Откуда мы можем узнать, чему учат нас наши руководители о проблемах нашего сегодняшнего дня? (См. главу 10 *Основ Евангелия* «Священные Писания». Попросите одну из сестер прочитать раздел «Слова наших живущих Пророков».)

Старейшина Джин Р. Кук из Первого Совета Семидесяти недавно призвал нас отстаивать все то, что верно, и смело защищать учение Господне. В качестве примера он рассказал об одной женщине, которая именно так и повела себя, очутившись в сложной ситуации.

«Однажды она вместе с другими членами Церкви присутствовала на обеде; некоторые из них были активными членами Церкви, другие же, наоборот, особой активностью не отличались. Кроме них, там было несколько человек, вообще не состоявших в Церкви. Разговор зашел об абортах и контроле над рождаемостью. Одна из женщин — не член Церкви убежденно говорила о том, что нет ничего страшного в абортах и что ни мужчины, ни женщины не должны подвергаться никаким ограничениям в вопросах контроля над рождаемостью. Наша добродетельная сестра столкнулась с ситуацией, когда она должна была сделать выбор. Ей следовало либо завести разговор о погоде или других бесспорных предметах, либо высказаться по существу и отстаивать истину. В этой трудной ситуации она выбрала второе. Объяснив, что говорил Господь по этим двум вопросам, она принесла свое личное свидетельство и высказала свою собственную точку зрения... В конце разговора к этой сестре подошла одна из состоявших в Церкви, но не отличавшихся особой активностью женщин и сказала ей, что она раньше не понимала взглядов Господа в отношении этих проблем и что она чувствует, что высказанная точка зрения истинна» («Are You a Member Missionary?», *Ensign*, May 1976, p. 103).

Почему важно, что эта добродетельная сестра знала, что говорил Господь о наших насущных проблемах? Зачем нам нужно знать о высказываниях Господа на злобу дня?

Старейшина Марвин Дж. Эштон из Совета Двенадцати советует нам: «Вряд ли когда-нибудь еще были такие времена, когда было бы так важно для всех членов Церкви Иисуса Христа Святых последних дней занимать четкую позицию, оставаться верными своим убеждениям и вести себя разумно при любых обстоятельствах. Мы не должны разрешать манипулировать собой или позволять выводить нас из себя тем, кто искусно накаляет страсти по злободневным вопросам.

Если та или иная точка зрения вступает в противоречие с законами Божиими, Церковь должна высказаться и четко определить свою позицию . . .

Наша задача — прояснить свою позицию, аргументируя ее, дружески убеждая и приводя достоверные факты . . .

Выступая против окружающего нас зла, можем ли мы говорить о своих убеждениях, не сжимая кулаков, не повышая голоса и не накаляя страстей?.. Добиваться своих целей лучше всего путем выполнения взятых на себя обязательств, а не споря с другими» («No Time for Contention», *Ensign*, May 1978, pp. 7–9).

Прочитайте Алма 38:10–12.

ДЕМОНСТРИРУЯ НАШУ ПРИВЕРЖЕННОСТЬ НАМЕРЕНИЮ ПРОТИВОСТОЯТЬ ЗЛУ

Выделите и зачитайте вслух следующую записанную на доске мысль:

Нам следует помнить, что «сатана в состоянии одержать верх над нами лишь тогда, когда мы позволяем ему это сделать... Бог никогда не принуждает нас делать добро. Так же и сатана не может заставить нас творить зло» (Sterling W. Sill, «Our Temptations Upward», *Improvement Era*, June 1970, p. 45).

Нам нужно смело и решительно противостоять сатане. Рассказав о том, как противостоял сатане Моисей (см. Моисей 1:1–24), Президент Спенсер В. Кимбалл объясняет нам, зачем это было нужно. «Когда сатана сталкивается с трудностями, он злится, как это было, например, в случае с Моисеем (см. Моисей 1:12–24). Сатана вскричал громким голосом, затрепетал, содрогнулся и отступил от Моисея, *проявившего твердость*. И когда он отступался от Моисея, слышался его плач, рыдания и скрежет зубовый. Ему больше ничего не оставалось делать. Он должен отступить, если вы говорите: «Отойди от меня, сатана». Каждая смертная душа сильнее сатаны, *если эта душа решительно настроена противостоять ему*» (The Blessings and Responsibilities of Womanhood», Relief Society General Conference, Oct. 1975; *Ensign*, Mar. 1976, p. 71; курсив автора).

Почему нам нужно быть решительными и целеустремленными, чтобы избавиться от влияния сатаны?

Как осознание этого принципа успокаивает нас и придает мужества?

СТРЕМЯСЬ К РУКОВОДСТВУ СВЯТОГО ДУХА

Пытаясь противостоять сатане, мы должны, используя те советы, которые мы получаем, искать руководства Святого Духа. Президент Мэрион Г. Ромни напоминает нам о том, что:

«Мы не должны — и нам не нужно — позволять обманывать и портить себя этими вредными учениями и практикой. И мы не допустим того, чтобы они оказывали на нас хоть какое-нибудь влияние, если будем помнить, кто мы, и будем пользоваться теми средствами, которые Господь заповедал нам, чтобы мы могли различать и избегать их.

Давайте никогда не забывать . . .

что наши духи — это возлюбленные потомки Небесных, бессмертных Родителей;

что главная цель нашей земной, смертной жизни заключается в том, чтобы доказать, что мы совершаем то, что указывает нам Господь . . .

Нам очень важно помнить о том, что наш выбор, когда мы решаем для себя, что есть добро, а что зло, — это самое важное решение в нашей жизни. И от него зависит, будем ли мы счастливы или несчастны как в этой жизни, так и вечно.

Совершенно очевидно, справедливо и верно, что Бог, наш Небесный Отец, и Его Возлюбленный Сын Иисус Христос, наш Искупитель, никогда не поставили бы нас в такое положение, когда вся наша судьба зависит от того, что мы выбираем, не дав нам средства, с помощью которого мы сможем отличить добро от зла. И средство, которое Он нам дал, — это голос Духа» («The Voice of the Spirit», *Ensign*, Aug. 1978, pp. 3–4).

Прочитайте к Ефесянам 6:11–18.

Заключение

Власть и влияние сатаны огромны. И по мере приближения Второго пришествия Господа сатана прилагает все больше усилий в попытках обмануть и уничтожить нас.

И поскольку члены Первого Президентства и Двенадцать Апостолов знают о ложных теориях и зле мира, они продолжают предупреждать и учить нас, как указал им Господь. Мы должны следовать их советам, чтобы обрести силу и защиту.

Если мы решительны и знаем, чего хотим, мы можем противостоять злу дня сегодняшнего.

Мы должны помнить слова Президента Церкви и Пророка Эзры Тафта Бенсона: «Мы говорим как Святым последних дней, так и всем остальным: «Соблюдайте заповеди Божьи... Учите ваших детей честно поступать пред Господом. Молитесь дома утром и вечером . . . „Не поддавайтесь плохому, но всегда противопоставляйте ему хорошее“ (Вергилий)» («May the Kingdom of God Go Forth», *Ensign*, May, 1978, p. 34).

Задание

Прилагайте все усилия, чтобы противостоять злу везде, где это только возможно. Смело отстаивайте все доброе.

Готовьтесь ко Второму пришествию Господнему. Спротивляйтесь окружающему вас злу, следуя советам Господа (так, как описано в Учении и Заветах 45:57). Будьте мудрыми, впитывайте истину, подчиняйтесь руководству Святого Духа, не позволяйте себя обманывать.

Священные Писания для дополнительного изучения

1-й Нефий 22:16–26 (праведным нечего бояться);

2-й Нефий 9:28–39 (это страшно — поддаваться соблазнам лукавого);

Моисей 4:4 (сатана — отец всякой лжи).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 3 *Основ Евангелия* («Иисус Христос, наш избранный Вождь и Спаситель»), а также главу 4 («Свобода выбора»);
2. Приготовьте доску и мел;
3. Перед уроком напишите на доске: «Сатана в состоянии одержать верх над нами лишь тогда, когда мы позволяем ему это сделать... Бог никогда не принуждает нас делать добро. Так же и сатана не может заставить нас творить зло» (Sterling W. Sill, «Our Temptations Upward», *Improvement Era*, June 1970, p. 45);
4. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Испытания, несчастья и огорчения

Урок 15

Цель урока — помочь вам научиться справляться с жизненными испытаниями, несчастьями и огорчениями.

С какой целью даются нам испытания, несчастья и огорчения

«За последние 30 лет я летал на самолетах самых разных моделей как в США, так и в латиноамериканских странах. Не так давно я вернулся в Соединенные Штаты после нескольких лет отсутствия. Один из самых хороших моих друзей предложил мне испытать его новый самолет ...

Он обязался оплатить мою медицинскую страховку. И поскольку последний раз я летал на самолетах такого типа уже давно, мне нужно было сделать контрольный полет с опытным инструктором.

Завершив все необходимые приготовления и захватив с собой права, действительные в Соединенных Штатах, Аргентине, Парагвае и Эквадоре, а также удостоверения о полетах, совершенных мною над джунглями, горами, пустынями, международными границами и т.д. на самолете «Сессна 310с», я встретился с инструктором около самолета. Он спокойно улыбнулся, и было видно, что мои бумаги не произвели на него никакого впечатления. Он сказал: «Я слышал о вас, и я не сомневаюсь, что вы много налетали. Однако я думаю, что во время этих полетов все проходило гладко. А теперь давайте запустим эту птичку и посмотрим, насколько прекрасно вы летаете, когда все летит кувырком!»

В течение последующего часа он делал все от него зависящее, чтобы все «летело кувырком». Он воспроизвел все пришедшие ему в голову чрезвычайные ситуации. Он отключал те кнопки, которые должны были быть включены, и включал те кнопки, которые должны были быть отключены. Он пытался посеять во мне панику и всячески дезориентировать меня. Он на самом деле хотел проверить, насколько хорошо я летаю в экстремальных ситуациях. В конце концов он вылез из самолета, расписался в моем удостоверении и сказал: «С вами все в порядке ...»

Одна из целей нашей жизни — необходимость подвергнуться испытаниям и доказать, насколько хорошо мы служим нашему Богу. Пророк Иосиф Смит сказал, что мы сталкиваемся с испытаниями для проверки того, будем ли мы служить Богу и пребудем ли в вере, несмотря на риск, которому мы ежедневно подвергаемся. Перед тем как прийти на Землю, мы знали, что наша вера будет испытана мно-

жестом неблагоприятных обстоятельств: несчастных случаев, недугований, болезней. Мы подвергаемся многочисленным искушениям. Нас постигнут разочарования и неудачи, мы столкнемся со всякого рода ситуациями, которые сформируют наш характер.

Перед нами по-прежнему стоит вопрос: насколько успешно мы сможем летать, когда все идет кувырком? Насколько праведно мы проживем жизнь, до краев переполненную всевозможными испытаниями и постоянно требующую от нас доказательств крепости нашей веры?» (Robert E. Wells, «How Well Can You Fly It When Everything Goes Wrong?», *New Era*, June 1978, pp. 4–6).

Почему так важно, чтобы мы научились быть преданными вере во время испытаний, несчастий и огорчений? (Мы не до конца послушны Господу, если мы исполнены веры лишь тогда, когда нам хорошо. Если же мы сохраняем веру в периоды испытаний, несчастий и огорчений, мы получим огромные благословения. Мы все подвергаемся испытаниям, и если мы преданы вере, мы духовно растем.)

С какими испытаниями мы сталкиваемся?

Попросите присутствующих на уроке сестер прочитать от Матфея 5: 44–45.

Совершенно очевидно, что мы столкнемся с испытаниями и огорчениями независимо от нашей праведности. Президент Джон Тейлор комментировал это утверждение таким образом: «Я слышал, что Пророк Иосиф сказал, обращаясь однажды к Двенадцати (Апостолам): «Вам придется столкнуться со всякого рода испытаниями. И для вас это так же необходимо, как для Авраама и других Божьих людей. И Бог (говорил он) будет сочувствовать вам, поддерживать вас и играть на всех струнах вашей души. И если вы этого не выдержите, вы не достойны пребывать в Целестииальном Царстве Божьем» (*Journal of Discourses*, 24:197).

Как мы справляемся с испытаниями, несчастьями и огорчениями

Сестра Стелла Оукс рассказывает о некоторых своих испытаниях и о том, как она научилась с ними справляться: «Для того чтобы обрести способность ходить в вере, мы должны определить наши взаимоотношения с Небесным Отцом. При этом мы не должны сомневаться, что Он направляет нас во всех мелочах нашей жизни так, чтобы в трудных ситуациях мы могли сказать: «Да будет воля Твоя». Эту способность каждая душа должна обрести самостоятельно, творчески подходя к любому жизненному опыту. Собственные доказательства я обрела, когда училась справляться с тяжелыми обстоятельствами: через одиннадцать месяцев после женитьбы мой муж смертельно заболел, и я должна была как мать и как женщина быть готовой к одиночеству в этом мире ...

Я наблюдала за тем, как Ллойд [мой муж] слабеет и медленно угасает с каждым днем ...

Однажды июльской ночью я, совершенно обессилив, опустилась на колени и начала молиться. Я подумала о том, насколько же смиренным должен быть человек, чтобы получить ответ на свои мольбы. И именно в тот момент я ощутила, как меня окутывает умиротворяющий дух, что служит убедительным доказательством того, что Бог — превыше всего и на все Его, а не моя воля. И я смогла в конце концов сказать: «Да будет воля Твоя» — и ощутить покой... Я получила отдохновение в моей вере и поняла, что испытываю еще большее доверие к Господу.

Но даже несмотря на это приятное чувство умиротворения, я никак не могла заснуть и опять включила свет. Я взяла в руки Учение и Заветы и открыла книгу наугад. Там я обнаружила как бы обращенные непосредственно ко мне слова о том, что Господь любит меня и укрепит, чтобы я могла исполнить предначертанную мне миссию. Я почувствовала окружающую меня любовь, которая должна была служить мне опорой в те тяжелые минуты, которые должны были изменить мою жизнь. Мои трудности и испытания по-прежнему оставались со мной, но я всегда твердо знала, что Иисус есть Христос, наш Искупитель, что Он всегда поддержит нас, что бы с нами ни случилось... » («Thy Will Be Done,» in Leon Hartshorn, comp., *Remarkable Stories from the Lives of Latter-day Saint Women*, vol. 2, pp. 183–184).

Чему научилась эта сестра? Как она этому научилась?

Почему для нас так важно научиться принимать волю Божию? (Потому что Он знает, что для нас лучше. Он знает, в каких испытаниях мы нуждаемся, чтобы вернуться к Нему.)

Веруя и молясь, сестра Оукс получила новые силы и уверенность в себе в Священных Писаниях, узнала Иисуса Христа и поняла, что она справится с посланными ей испытаниями. Это относится и к каждому из нас.

МОЛИТВА И ПОСТ

«Молитва в час нужды — это огромное благо. Как в малых, так и в больших испытаниях — наших Гефсиманских садах — молитва позволяет нам ощутить связь с Богом, который служит для нас мощным источником спокойствия и дает нам советы» (Ezra Taft Benson, «Do Not Despair», *Ensign*, Nov. 1974, p. 66).

Когда нам требуется особое благословение Господне, мы должны помнить о том, что мы можем обрести силу в посте. Когда наша молитва сопровождается постом, мы ощущаем Дух и узнаем волю нашего Отца (см. урок 6 «Пост» в книге *Женщина Церкви Святых последних дней. Общее руководство для женщин, часть А*).

Как молитва помогает нам справляться с нашими проблемами? (Она служит нам руководством и успокаивает нас.)

Почему вера и упование на Господа так важны, когда мы молимся? (Через веру мы получаем ответы на наши молитвы. Упование на Господа дает нам

возможность принять получаемые нами ответы, даже если они не совпадают с тем, чего мы ожидали.)

Почему Господь иногда посылает нам испытания? И особенно тогда, когда мы просим Его облегчить нашу участь? (Сами мы далеко не всегда понимаем, что лучше всего для нас. Наш Небесный Отец знает, почему Он дает нам эти испытания.)

СВЯЩЕННЫЕ ПИСАНИЯ

В Священных Писаниях можно найти много отрывков, которые могут облегчить наше состояние, подбодрить и успокоить нас. Нас могут утешить Псалмы Ветхого Завета. Ободряющее воздействие оказывает на нас Книга Мормона. Нас направляют слова живых Пророков. Когда мы, укрепленные содержащимися в Священных Писаниях мыслями, пытаемся справиться с одолевающими нас заботами, мы становимся более мужественными и лучше видим, куда нам идти.

Попросите одну из сестер поделиться своим опытом по поводу того, как она стала сильнее с помощью Священных Писаний, которые помогли ей решить ее проблемы.

ВЕРА В НАШЕГО СПАСИТЕЛЯ

Через благословения священства

Будучи женщинами Церкви, мы получаем благословения с помощью священства. Такие благословения даются нам, когда мы болеем, чем-нибудь огорчены, сталкиваемся с испытаниями (см. урок 12 «Таинства священства» в книге *Женщина Церкви Святых последних дней. Общее руководство для женщин, часть А*).

Попросите присутствующих на уроке поделиться приобретенным ими в тяжелые времена опытом, когда им придали силу благословения священства.

Президент Совета Двенадцати Эзра Тафт Бенсон дал нам такой совет: «В особенно тяжелые времена или тогда, когда чувствуется приближение критического момента, человек может искать благословения возложением рук носителей священства.

Даже Пророк Иосиф искал и обрел благословение от рук Бригама Янга. Он получил утешение и руководство для своей души» («Do Not Despair», *Ensign*, Nov. 1974, p. 66).

Патриархальные благословения также могут дать нам понимание и указать дорогу. Часто мы можем найти пути решения наших проблем, изучая эти особые благословения.

Через служение и труд

Как только мы начинаем помогать другим, мы перестаем думать о собственных проблемах. Президент Лоренцо Сноу сказал однажды: «Если вы в мрачном настроении, посмотрите вокруг и найдите кого-нибудь, чье положение хуже, чем ваше; придите к нему и выясните, в чем состоит его беда. Потом попытайтесь устранить ее, руководствуясь мудростью, дарованной вам Господом. Вы сразу же почувствуете, что печаль оставила вас. Вы ощутите легкость, при-

сутствие Духа Господня, и все вокруг вас перестанет казаться таким мрачным» (in Conference Report, Apr. 1899, pp. 2–3).

Через силу, получаемую от других

Настоящие друзья, которые могут выслушать наши проблемы, дать совет и приободрить нас, могут оказать нам огромную помощь в самые трудные минуты. Пророк Иосиф Смит так говорил об исходящей от друзей радости: «Как же сладок голос друга; один проходящий откуда бы то ни было дружеский знак пробуждает и заставляет активно проявляться любое исполненное сострадания чувство» (Joseph Fielding Smith, *Teachings of the Prophet Joseph Smith*, p. 134).

Самые крепкие дружеские отношения зарождаются у нас дома и распространяются на всю нашу церковную организацию. Мы можем помочь нашим друзьям нести бремя их забот, в то время как они, в свою очередь, могут помочь нам справиться с нашими невзгодами.

Как мы можем помочь нашим друзьям справиться с их невзгодами?

Прочитайте Моисия 18: 8–9.

Какую ответственность мы берем на себя, когда крестимся? (Братья на себя бремя других, горевать вместе с теми, кому плохо; успокаивать тех, кто нуждается в утешении.)

Наш самый близкий друг Иисус Христос поможет нам нести бремя наших забот, если мы будем стремиться к Нему.

Прочитайте от Матфея 11:28–30.

Какие благословения обещаны тем, кто приходит ко Христу? (Отдохновение их душам.)

Через достойное перенесение наших тягот

Находясь в 1839 г. в незаконном заключении в городе Либерти, штат Миссури, Иосиф Смит в ответ на свое обращение к Богу получил от Него откровение. Оно содержится в разделе 121 книги Учение и Заветы и включает множество сведений о том, почему мы должны достойно сносить выпадающие на нашу долю тяготы.

Прочитайте Учение и Заветы 121:7–8.

Какие благословения были обещаны Иосифу Смиту? (Победа над врагами, а также то, что он будет возвышен вместе с Богом.)

В чем разница между понятиями «претерпеть» и «достойно претерпеть»? («Достойно претерпеть» означает претерпеть спокойно и с верой в Бога, претерпеть не жалуясь.)

Джордж А.Смит вспоминает о следующем совете, данном Иосифом Смитом: «Он (Иосиф) сказал мне о том, что меня не должны обескураживать никакие трудности. Даже если бы мне предстояло утонуть в одной из шахт в Новой Шотландии или на меня обрушились бы Скалистые горы, это не должно обескуражить меня. Наоборот, это должно поддерживать бодрость духа, испытать веру и помочь удержаться на поверхности» (*Memoirs of George A. Smith*, entry dated 1835;

цит. по *My Errand from the Lord, A Personal Study Guide for the Melchizedek Priesthood*, 1976–1977, pp. 175–176).

Чтобы помочь себе претерпеть беды так, как было сказано выше, мы должны задать себе вопрос: «Как я могу превратить горе в благословение? Что я могу вынести из пережитого?»

Иногда мы в течение многих лет живем без всяких проблем, и вдруг они наваливаются на нас все сразу, и кажется, что перенести это выше наших сил. Но по мере того, как мы справляемся с трудностями, нас укрепляют две мысли: (1) Прежде чем прийти в этот мир, мы имели представление о том, каков он. И все же мы пришли в него, потому что благословения, которые мы получим, если будем крепки в нашей вере до конца, приведут нас к вечному возвышению; (2) Бог никогда не станет испытывать нас свыше того, что мы сможем перенести» (Robert E. Wells, «How Well Can You Fly It When Everything Goes Wrong?», *New Era*, June 1978, p. 5).

Прочитайте 1-е Коринфянам 10–13.

Благословения после перенесенных нами несчастий

Господь успокаивает нас тем, что даже в скорбные моменты нашей жизни в нашей душе будет мир.

Прочитайте от Иоанна 16:33.

Иов, переживший ужасные бедствия, получил благословения после того, как он претерпел до конца. Господь услышал Иова и премного благословил его, дав ему «вдвое больше того, что он имел прежде» (Иов 42:10, 12).

Прочитайте Учение и Заветы 58:2–4.

Зачем нам нужно проверять себя, прежде чем мы получим благословения? (Проверяя себя, мы создаем собственные благословения.)

Подобно Христу мы обретем славу после того, как претерпим до конца. «Те спасутся, кто останется непоколебим и все преодолееет» (Иосиф Смит 1:11).

Заключение

В этой жизни нам суждено пережить много несчастий. Господь сказал Пророку Иосифу Смиту, что ему придется столкнуться с множеством огорчений. И Он объяснил почему. «Знай же, сын Мой, что все это сделает тебя многоопытным и пойдет тебе во благо» (Учение и Заветы 122: 7). Это Его успокоительное заверение помогло Иосифу Смиту достойно претерпеть все несчастья. Данные ему обещания относятся также и к нам: «И потому не страшись делать все то, что в состоянии делать человек, ибо Бог пребудет с тобой во веки веков» (Учение и Заветы 122:9).

Задание

Изучите Священные Писания, особенно разделы 121 и 122 книги Учение и Заветы, чтобы понять, как можно справиться с несчастьями.

Молитесь, чтобы Господь дал вам силы и руководил вами, чтобы вы достойно претерпели до конца выпавшие на вашу долю несчастья. Помните, что часто самые большие благословения в вашей жизни вы получаете после того, как претерпели несчастья.

Ежедневно в течение всей недели читайте и заучивайте наизусть приведенные ниже стихи из гимна «Крепка, о Святые»:

3. Не бойся, Я рядом, ведь Я — твой Господь.

И Я укреплю твою душу и плоть.

Дам стойкости, силы и правды святой
Моей всемогущей, Моей всемогущей,
Моей всемогущей, благою рукой.

4. Когда Мной ты призван идти среди вод,

Тебя не покроют потоки невзгод.

Я рядом с тобою, чтоб благословить
И горя глубины, и горя глубины,
И горя глубины твои освятить.

5. Когда чрез судилища путь ляжет твой,

Иисусова милость пребудет с тобой.

Не бойся, огонь Мой тебя не спалит —
Чтоб злато очистить, чтоб злато очистить,
Чтоб злато очистить, твой шлак удалит.

7. К Иисусу припавшую душу врагу

Предать не хочу Я, предать не могу;

Пусть даже весь ад сотрясется, о да,
Но Я не покину, но Я не покину,
Но Я не покину Святых никогда!

В заключение попросите присутствующих на уроке спеть приведенные выше четыре куплета из гимна «Крепка, о Святые».

Священные Писания для дополнительного изучения

Псалтирь 22 (Господь — наш Пастырь);

От Матфея 5:10–13 (блаженны изгнанные за правду);

К Филиппийцам 1:29 (страдание за Христа);

1-е Петра 2:20 (терпение во время страданий).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте разделы 121 и 122 из книги Учение и Заветы;
2. Начните урок первыми тремя куплетами гимна «Помолиться ты сегодня утром не забыл?»;
3. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Ответственность перед родителями

Урок 16

Цель урока — поддержать ваше желание любить и почитать родителей.

Почему мы должны почитать своих родителей?

В первых четырех из десяти заповедей говорится о том, как мы должны относиться к нашему Небесному Отцу, и о нашей ответственности перед Ним. В пятой заповеди говорится о нашей ответственности перед земными родителями.

Прочитайте Исход 20:12. Почему наш Небесный Отец заповедал нам почитать наших родителей?

Спаситель служит для нас примером того, как нужно соблюдать заповедь о почитании родителей, а также и другие заповеди. Даже страдая на кресте, Иисус заботился о Своей земной матери (см. от Иоанна 19:26–27).

Мы обычно думаем, что почитать родителей означает слушаться их. На самом же деле Господь, говоря «Почитай отца и мать», подразумевал гораздо большее, чем повиновение. В словарях дается несколько толкований слова «почитание». В большинстве случаев имеется в виду внимательное отношение, уважение, восхищение и глубокое уважение. Почитать родителей означает гораздо большее, чем просто слушаться и уважать их. Это означает также, что мы должны беззаветно любить их, поскольку таково желание нашего сердца. Если мы искренне почитаем родителей, то внимательно прислушиваемся к их мудрым указаниям и советам.

Большинство из нас испытывает к своим родителям уважение и любовь. Поэтому нам не составляет труда почитать их. Тем же, кто не питает подобных чувств к своим родителям, почитание дается с трудом. Однако никто не освобождается от почитания родителей, независимо от того, трудно это для них или нет. Если же сами родители не соблюдают заповедей, нам в голову может прийти вопрос: заслуживают ли они вообще нашего почитания? Однако в пятой заповеди однозначно говорится о том, что мы должны просто почитать их. Мы не освобождаемся от возложенной на нас ответственности, когда пытаемся прибегнуть ко всякого рода оговоркам, таким, например, как «вот если бы они были членами Церкви», «были бы они богаты, здоровы или образованны» или же «если бы они заслуживали уважения».

Мы поступим верно, если последуем примеру «одной молодой женщины, которая была исполнена желания лучше относиться к своим родителям и для этого обратилась с искренней молитвой к Небесному Отцу. Молясь, она решила поблагодарить Господа за своих родителей, даже несмотря на то, что раньше она никогда этого не делала. Произнося слова благодарности, она вдруг стала спрашивать себя, за что же она должна быть благодарна своим родителям. Переполненная новой любовью к ним и новым пониманием, она поднялась с колен, поняв, что они — такие же дети Господни, как и она сама» («Parents», lesson 8, *Look unto Me in Every Thought, Mia Maid Course B*, 1978, p. 42).

Почему мы должны почитать и быть благодарны своим родителям? (Они дали нам физическое тело и возможность доказать, что эта смертная жизнь дана нам не зря; они заботились о нас, когда мы были маленькими; обеспечивали нас всем необходимым; они дети нашего Небесного Отца.)

Прочитайте к Колоссянам 3:20.

Какие объяснения дает Апостол Павел тому, почему мы должны почитать своих родителей? (Это приятно Господу.)

Как почитание родителей помогает нам показать любовь к нашему Небесному Отцу? (Мы соблюдаем Его заповеди.)

«Как-то раз американская супружеская пара, находясь в Европе, обедала у одного врача. Супруги были поражены тем, с какой учтивостью и уважением в этой семье относились к бабушке, которая была полноценным членом семьи. Врач удивился, когда американцы выразили ему свои чувства. Он ответил так: «Бог сотворил нас с помощью родителей. Поэтому если мы не почитаем их, то мы не почитаем Бога» (*Family Home Evening manual*, 1967, p. 172).

Как мы можем почитать своих родителей?

Прочитайте к Ефесянам 6:1–3.

Что, по мнению Павла, нам нужно делать, чтобы почитать своих родителей? (Напишите на доске: «Слушаться их».) Какое ограничение накладывает Павел на наше послушание? (Он говорит: «Повинуйтесь своим родителям в Господе».) Что означает «Повинуйтесь (им) в Господе?» (Повинуйтесь им, творя добро; мы не должны повиноваться им, если они просят нас совершать безнравственные поступки.)

Помимо послушания, мы можем почитать родителей и по-другому. Одна молодая сестра по имени Эстилла Айала рассказывает, как она научилась соблюдать эту заповедь. «С того момента, как мне исполнилось 5 лет, и до достижения мною 18-летнего возраста жизнь в нашем доме складывалась очень несчастливо. Будучи старшей из 9 детей, я остро ощущала, как мои мать и младшие братья и сестры страдали от буйного нрава пьяного отца. Я часто спрашивала себя: «Что я могу сделать, чтобы привнести хоть немного счастья в нашу семью?»

Когда мне исполнилось 14 лет и я пошла в среднюю школу, кто-то сказал мне, что одна из данных Богом заповедей состоит в том, чтобы почитать своих родителей. Чрезвычайно этим заинтересовавшись, я спросила: «А как я могу почитать своих родителей?» Мне ответили, что я должна учиться и стать хорошей ученицей, и это делает моих родителей счастливыми. Таким образом, я буду соблюдать заповедь, если буду хорошей ученицей. Я была счастлива; я подумала: «Может быть, хоть теперь я-смогу принести немножко счастья в наш дом». И я начала упорно учиться, чтобы стать лучшей ученицей в классе. Кроме того, я решила хорошо себя вести, чтобы стать лучшей дочерью в нашем городке. Все стали уважать и любить меня за это, но ничто так и не изменилось у нас дома.

Думая о том, что бы мне еще сделать, я попросила указать еще одну заповедь Божью и получила ответ: «Возлюби ближнего своего, как самого себя». Так я начала работать в больнице, где я могла помогать больным. Некоторые из них были очень бедны, и я прониклась к ним особой любовью. Я была счастлива, исполняя эту заповедь, но дома по-прежнему ничто не изменилось к лучшему. Хуже того, начал пить и курить брат. Он не слушал моих советов.

К этому времени мне исполнилось 18 лет, и было похоже, что все мои попытки так ни к чему путному и не привели. Тем не менее я была преисполнена огромной любовью к Богу и не отчаивалась. Я понимала, что могу еще что-нибудь сделать.

Вскоре я уехала из дому, чтобы получить специальное образование. Все это время я думала о домашних и пыталась узнать, что происходит дома. Через 22 дня я приехала навестить их. Мама встретила меня со слезами. Я подумала, что случилось что-то страшное, но она обняла меня и сказала: «После того как ты уехала учиться, твой отец перестал пить».

Как же я была счастлива! Отец обнял меня, и когда мы вошли в дом, мама сказала мне, что в тот же вечер, как я уехала, пришли двое миссионеров-мормонов. «Отец прочел почти всю Книгу Мормона и собирается креститься». Я была поражена! Отец стал походить на ребенка. Он уже полностью изменился. Он одновременно бросил курить и пить и старался соблюдать все заповеди, которым научили его миссионеры. Он обращался со мной как с королевой, а с мамой, сестрами и братьями вел себя так, будто они были членами королевской семьи!

В результате вся наша семья крестилась: мои родители и пятеро старших детей, в том числе и я. Отец, дожив до сорока лет, стал лучшим отцом в мире. Он проникся особым смирением. Скоро станет миссионером брат. Чего еще можно было ожидать? Я поняла, что мои жертвы были не напрасны, и я поняла также, что Евангелие Иисуса Христа сделало нашу семью одной из самых счастливых в мире» («The Change in My Father», *Ensign*, Feb. 1975, pp. 42–43).

Как сестра Айала почитала родителей? Как мы можем применить ее опыт к нашей жизни? Напишите на доске: «Изменить свое поведение».

Другая молодая сестра, по имени Луиза Христенсен, рассказывает о том, как она почитала своих родителей:

«Я уверена, что учительница в Воскресной школе вряд ли представляла себе, насколько для меня невыполнима ее просьба, когда она обращалась к ученицам. «Девочки! — сказала она. — Я хотела бы, чтобы каждая из вас обещала мне, что как-нибудь на следующей неделе она скажет своему отцу, что она его любит».

Казалось бы, просьба была совсем не сложной. Но я знала, что никак не смогу ее исполнить. Я сказала сама себе: «Если бы у меня был такой отец, как у всех, я смогла бы сказать ему эти слова!» Но отец был крайне пассивным в Церкви. Он казался мне бесчувственным, и мы с трудом общались друг с другом. Мы годами не разговаривали ни о чем серьезном. Кроме того, я думаю, что слова «Я тебя люблю!» вряд ли вообще когда-нибудь произносились в нашей семье. И мне кажется, что я ни за что не смогу сделать то, о чем только что просила учительница.

Я осталась после заключительной молитвы, подождала, пока все остальные уйдут, и подошла к учительнице.

«Сестра Инесса! То, о чем вы нас просили, конечно, неплохо. Но, пожалуйста, освободите меня от этого задания. Вы знаете моего отца. Я боюсь, что вряд ли смогу хоть когда-нибудь сказать ему что-то подобное».

Но я не убедила сестру Инессу. Она посмотрела на меня и произнесла: «Не имеет никакого значения, что делает или не делает твой отец в Церкви. Необходимо, чтобы он, как и всякий другой отец, услышал от тебя эти слова. Обещай мне, что ты выполнишь мою просьбу!»

Я согласилась, и однажды вечером, когда все уже легли спать, я с трепетом ждала подходящего момента, чтобы сказать ему эти слова. Отец курил сигарету и поднялся, чтобы стряхнуть пепел в пепельницу. Тихим, дрожащим голосом я произнесла: «Папа! Я люблю тебя!»

Он стоял ко мне спиной. Он даже не обернулся и ничего не сказал. Я была уверена, что он просто ничего не услышал. И я повторила так же тихо: «Папа! Я люблю тебя!» После этого он медленно повернулся ко мне. По щекам моего бесчувственного, непроницаемого отца текли слезы. Он обнял меня, прижал к себе и поцеловал в макушку. Впервые за 17 лет моей жизни мы обнялись с отцом» (цит. по: Linda Marx Terry, «Telling My Father I Loved Him», *Ensign*, Feb. 1978, p. 51).

Что сделала эта сестра, чтобы почитать своего отца? Как такие поступки могут помочь нам почитать своих родителей? (Напишите на доске: «Скажите родителям, что вы их любите».)

Обсудите следующие способы выказать свое почтение к родителям. Добавьте к списку на доске то, что кажется наиболее подходящим вашим ученикам. Постарайтесь создать в семье атмосферу гармонии и единства.

Будьте достойными уважения, добрыми, не вступайте в конфликты.
Никогда не посещайте сомнительных заведений и не делайте ничего такого, что расстроило бы ваших родителей.
Всегда демонстрируйте истинное уважение к родителям.
Будьте предупредительны в отношении чувств ваших родителей.
Гордитесь ими и подавайте им поводы гордиться вами.
Будьте миротворцами и поступайте по Евангелию Иисуса Христа.

Какими поступками мы можем продемонстрировать, что мы почитаем родителей? Как мы, находясь в компании друзей, можем показать свое уважительное отношение к родителям? Добавьте к списку на доске другие ваши мысли.

Иной раз, когда нам напоминают, что мы должны почитать родителей, мы считаем, что это относится скорее к маленьким детям. Однако заповедь не накладывает никаких возрастных ограничений. Она относится ко всем нам независимо от нашего возраста.

Покажите иллюстрацию 16-а (=16-a): «Женщина, ухаживающая за престарелой матерью».

За долгие годы Иудеи внесли изменения в закон, требующий почитать отца и мать. Они утверждали, что если человек обещал пожертвовать Церкви деньги, которые он расходовал бы на оказание помощи своим родителям, то он перестает нести ответственность за них (см. от Матфея 15:1–6) (*Family Home Evening Manual*, 1967, p. 167).

Покажите иллюстрацию 16-б (=16-b): «Руфь и Ноеминь».

Мы читаем в Библии историю Руфи, которая, так же как и ее свекровь Ноеминь, а также невестка Орфа, овдовела. Ноеминь хотела, чтобы обе ее снохи вернулись домой. Орфа поступила так, как ее просили. Но Руфь осталась жить со свекровью. Она сказала ей: «Не принуждай меня оставить тебя и возвратиться от тебя; но куда ты пойдешь, туда и я пойду, и где ты жить будешь, там и я буду жить; народ твой будет моим народом, и Бог твой моим Богом;

И где ты умрешь, там и я умру и погребена буду» (Руфь 1:16–17).

Руфь и Ноеминь вернулись в землю Моавитскую, где Руфь, подбирая колоски в полях, заботилась о престарелой Ноемини.

Какие уроки о том, как заботиться о престарелых родителях, мы можем извлечь для себя из рассказа о Руфи?

Президент Джозеф Ф. Смит сказал:

«Дети, помните своих родителей. Они воспитывали вас, когда вы пребывали в нежном возрасте, кормили, одевали, заботились о вашем образовании, предоставили вам кров, чтобы вы могли отдохнуть, и делали все, что было в их силах, чтобы вам было хорошо. Так не пренебрегайте же ими, когда силы оставили их и они согнулись под тяжестью лет. Не бросайте же их, живите рядом с ними

16-а (=16-a): Женщина, ухаживающая за престарелой матерью.





и делайте все, что вы можете, чтобы обеспечить их покой и благополучие» (*Gospel Doctrine*, p. 314; см. также *Improvement Era*, Dec. 1917, p. 105).

Каковы наши обязанности по обеспечению физических потребностей наших родителей? Как нам обеспечить эти их физические потребности?

Некоторые родители противятся тому, чтобы их дети стали членами Церкви. В этом случае дети могут вообразить, что они нарушили заповедь, призывающую почитать родителей. Одной сестре, еврейке по национальности по имени Рэни Пул Вархаус, пришлось выдерживать настоящие баталии.

«О, как я боролась с этим! Как я могла даже помыслить о том, чтобы вступить в Церковь! Ведь все мои бабушки и дедушки, тети, дяди, двоюродные сестры и братья погибли в огне второй мировой войны. Их гибель, так же как и гибель других шести миллионов евреев, была бессмысленной. Если бы я смогла открыто проповедовать, что Иисус был Христос, мне пришлось бы признать бессмысленность этих жертв. Иудеи страдали на протяжении многих веков потому, что они извратили заповеди и веру. Их, совершенно беззащитных, поправ все человеческие законы, гнали из страны в страну...

Как же я могла отречься от своего народа, отринуть моих соотечественников и их веру?

Прошлое моей семьи было мне очень дорого. Я чтילה память моих предков. Но теперь я обрела источник всеобщей любви и осознала, что для того, чтобы припасть к нему, я должна была стать мормонкой» («The God of My Fathers», *Ensign*, Feb. 1978, p. 21).

Решая стоявшую перед ней дилемму, эта сестра получила превосходное, исполненное любви свидетельство о том, что на Земле не существует ничего лучшего, чем пребывание в истинной Церкви. Родители, несомненно, учили ее стремиться к правде, любить Бога, следовать советам своего сердца и Духа. Ее решение не свидетельствовало о неуважении. Наоборот, оно говорило о почитании их учения о послушании Богу и поиске истины. Став членами Церкви, новообращенные имеют возможность воздействовать на своих родителей, а также на других людей и убеждать их принять Евангелие.

Как новообращенные могут показать родителям свою любовь и уважение?

Даже после смерти родителей мы имеем возможность почитать их, живя так, чтобы они могли нами гордиться. Кроме того, мы можем заниматься генеалогическими изысканиями.

Добавьте в список на доске предложение «Жить праведно и вести генеалогическую работу».

Через храмовые благословения нам дается привилегия быть с ними вместе в вечности. Эта привилегия распространяется не только на ближайших родственников, но и на наших предков, которые жили задолго до того, как мы появились на Земле. Вот что сказал об этом старейшина Теодор М. Бартон:

«Им (нашим родственникам) было обещано, что, даже если они родились в такое время и в таком месте, что не могли знать о Евангелии, Бог пошлет им спасителей в лице их потомков, чтобы они могли получить все обещанные благословения. И такими спасителями являемся мы» (*God's Greatest Gift*, p. 233). (Дополнительную информацию о генеалогических изысканиях можно получить, обратившись к уроку 20 «Наши обязанности по составлению семейной генеалогии» в этом учебнике.)

Заключение

Наши родители дали нам возможность получить физические тела и обрести земную жизнь. Нам была дана заповедь почитать родителей, и каждый из нас должен стремиться к этому, живя по законам Евангелия и следуя примеру Иисуса Христа.

Задание

Подумайте над тем, что бы вы могли сделать, чтобы почитать ваших родителей. Составьте список того, что вы можете с этой целью предпринять. Продумайте, что вы можете сделать, чтобы почитать ваших дедушек и бабушек. Продумайте также, как вам на следующей неделе сказать лично или в письме вашим родителям, что вы их любите и цените. При этом приведите хотя бы одну причину, почему вы их любите.

Священные Писания для дополнительного изучения

Левит 20:9 (не браните отца и мать);
Книга Притчей 6:20–22; 23:22 (следуйте родительским назиданиям);
От Матфея 19:19 (почитайте отца и мать);
1-й Нефий 17:55 (Нефий заповедует братьям почитать родителей);
Учение и Заветы 98:16 (сердца детей обращены к родителям).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Приготовьте доску и мел;
2. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Что могут сделать для нас домашние учителя?

Урок 17

Цель урока — рассказать о том, как ваши домашние учителя могут укрепить семьи и как вы можете помочь им выполнять эти обязанности.

Обязанности домашних учителей

«Недавно один президент кола рассказывал о том, как он вместе с другими гостями присутствовал на занятиях в младшем классе Воскресной школы. После того как гости вошли в класс и их приветствовали ученики, учитель, желая подчеркнуть значимость всего происходящего, спросил одного сидевшего в первом ряду маленького мальчика: «Сколько важных людей здесь сегодня собралось?» Ребенок встал и начал считать вслух. Он насчитал 17 человек. Действительно, в классе в тот день присутствовало 17 гостей и детей!

Вот какие чувства испытывает Христос, и мы должны чувствовать то же» (Marion D. Hanks, «Every Man in His Own Place», *Ensign*, Jan. 1973, p. 127).

Каждый человек важен для нашего Небесного Отца.

Пророк Иосиф Смит понимал, насколько важен каждый человек, а также каждая семья. Открывая ему план, по которому носители священства получали возможность заботиться о каждом человеке, Господь сказал, что братья должны «навещать каждого члена Церкви и убеждать домашних в необходимости молиться вслух или про себя, а также выполнять все семейные обязанности» (Учение и Заветы 20:47).

Учителя должны «смотреть за Церковью» (Учение и Заветы 84:111).

Что это за учителя, которых просят опекать семьи членов Церкви?

Сегодня такие учителя называются «домашними учителями». Призванные Богом опекать верующих, домашние учителя должны укреплять отцов таким образом, чтобы они могли руководить своими семьями как в земной жизни, так и потом, когда они будут жить в Царстве Божьем. Они должны помогать каждому отдельному человеку, а также семьям жить по законам Евангелия.

Программа домашнего обучения направляется Высшей властью Церкви. Домашние учителя — это представители Господа, епископа или президента прихода, а также руководителя кворума священства. Они помогают епископу или президенту прихода проникнуться интересами посещающих приход прихожан, а также их семей. Они спо-

собствуют тому, чтобы каждый прихожанин, каждый отец и члены его семьи активнее участвовали в церковных программах.

Домашний учитель избирается из достойных носителей Священства Мелхиседекова. Его напарником может быть другой носитель Священства Мелхиседекова, священник или учитель, имеющий Священство Аароново. Призвание домашних учителей в случае необходимости могут получить и дьяконы. Домашние учителя должны посещать дома и каждого прихожанина не реже одного раза в месяц.

Покажите иллюстрацию 17-а (=17-а): «Домашние учителя, посещающие одну из семей».

Когда один из братьев получил призвание стать домашним учителем, он выразил желание всеми силами служить своим братьям и сестрам. Он сказал: «Я прочел раздел в Учении и Заветах, где описываются обязанности домашних учителей. Особое впечатление произвела на меня мысль о том, что нужно «заботиться о семьях, быть с ними и укреплять их» (Учение и Заветы 20).

И я принял личное обязательство перед Господом, что я попытаюсь «заботиться о моих семьях» так, как это мог бы делать Он сам...

В моем округе жила одна вдова. Как-то во время снежной бури мы с женой увидели, как она, борясь со стихией, старается добраться до рынка. Я остановил машину и сказал ей, что почту за честь подвезти ее. Я сказал ей, что мне бы очень хотелось, чтобы она считала меня своим другом и каждый раз, когда в этом возникнет потребность, разрешала бы нам с женой помогать ей.

«Я так благодарна вам, — отвечала она. — Вы первый поступающий подобным образом домашний учитель из тех, кого я знаю».

Однажды вечером я вспомнил, что давно не видел ее ни на одном из общественных мероприятий. Я решил, стараясь не обидеть, выяснить, почему она никуда не ходит.

Она была очень рада, когда мы с напарником постучались к ней в дверь...

В конце концов я заговорил с ней об общественных мероприятиях.

«Меня, конечно, зовут на такие мероприятия, — отвечала вдова. — Но там я всегда чувствую себя не в своей тарелке. Никто никогда не предлагает подвезти меня, а мне не хочется навязываться».

В тот месяц она отправилась на свое первое общественное мероприятие вместе с нами. И я не помню, чтобы кто-нибудь другой был до такой степени благодарен за оказанную помощь...

Позже мне припомнилось, что у нее нет никакого призвания в приходе. Я сказал об этом руководителю кворума священства, а тот

17-а (=17-а): Домашние учителя, посещающие одну из семей.



поговорил с епископом. Вскоре после этого вдова с благодарностью приняла призвание учителя в Воскресной школе для подростков.

После этого случая я понял, что домашний учитель — это все равно что второй отец в семье. Он является как бы связующим звеном между каждой семьей или отдельным прихожанином, с одной стороны, и кворумом священства, приходом и Церковью — с другой» («The Spirit of Home Teaching,» *Improvement Era*, June 1967, pp. 114–115).

Какой конкретный смысл вкладывал этот домашний учитель в понятие «заботиться о семьях»?

Как помочь домашним учителям исполнять свои обязанности

Для того чтобы домашние учителя почувствовали, что их приходу рады, созовите для беседы с ними всех домочадцев. Лучше, чтобы домашние учителя приходили в такое время, когда все уже дома. Все члены семьи должны относиться к домашним учителям с почтением и уважением, как к хорошим семейным друзьям.

Нам нужно созваниваться с домашними учителями, когда с нами случаются неприятности или происходит что-то непредвиденное. Если в семье нет носителей Священства Мелхиседекова, учителя могут дать домочадцам благословение. Мы поможем им выполнить свое призвание, если в трудные времена будем искать их духовной поддержки. Вот что рассказывает один домашний учитель о посещении пожилой женщины-инвалида: «Она очень волновалась за внука, которому на следующий день предстояла серьезная операция. Она попросила меня встать на колени около ее кровати и помолиться за здоровье юноши» (Boyd K. Packer, «The Saints Securely Dwell,» *Ensign*, Jan. 1973, p. 90).

Домашние учителя и глава семьи

Домашние учителя должны признавать, поддерживать и укреплять председательствующую власть главы семьи и вести с ним работу. Если в семье есть отец, его следует признать патриархом, то есть председательствующим членом семьи. Если отца в семье нет, председательствующую власть следует признать за матерью, а домашние учителя должны опираться на нее и поддерживать ее в этой роли. Домашние учителя должны работать с одинокими прихожанами, живущими отдельно от своих семей, укрепляя их и помогая им справляться с каждодневными трудностями.

Старшим домашним учителям следует беседовать с отцом каждого из семейств, к которым они прикреплены. Из таких бесед домашние учителя узнают о том, что происходит в прикрепленной к ним семье, о ее проблемах и потребностях. В результате домашние учителя могут оказывать более эффективную помощь в преодолении тех трудностей, с которыми сталкивается семья.

В приведенном ниже рассказе говорится о том, насколько эффективной была работа двух домашних учителей с главой одной из семей.

«Сэмюэл Боуэн не был членом Церкви. Но в Церкви состояли его жена и дети, и поэтому семью часто посещали домашние учителя. Обычно во время этих посещений беседы проводились только с членами Церкви. В результате брат Боуэн приносил свои извинения и под тем или иным предлогом старался не присутствовать во время посещений домашних учителей... Так же эпизодически мистер Боуэн ходил и в Церковь.

Два года назад к семье Боуэнов был прикреплен новый домашний учитель, брат Уолкер. После того как он встретился с членами семьи и обсудил положение в семье с руководителем священства, он решил сосредоточить усилия на работе с главой семьи — братом Боуэном. И в течение последующих месяцев он делал это очень осмотрительно и продуманно. К примеру, он всегда договаривался о посещении семьи только с братом Боуэном, а не с его женой. Он беседовал с детьми только с разрешения главы семьи. Потом несколько раз приходил, чтобы поговорить только с братом Боуэном. Во время этих посещений он обсуждал с ним вопрос о том, как он может наиболее эффективно помочь каждому члену семьи. Поначалу, до того как такое почтительное отношение не стало привычным, это удивляло брата Боуэна. Затем удивление переросло в настоящее уважение к брату Уолкеру. И хотя домашние учителя уже не раз нанесли Боуэнам очень теплые визиты, о Евангелии почти никогда не упоминалось.

Однажды вечером брат Уолкер зашел к брату Боуэну. Они сидели в гостиной. «Сэм, — произнес брат Уолкер, — как могло так получиться, что, несмотря на то, что все остальные члены вашей прекрасной семьи ходят в Церковь и активно работают в ней, сами вы никогда не задумывались о том, чтобы вступить в Церковь?» И он был просто поражен, когда услышал в ответ: «А меня никто никогда и не спрашивал, интересуюсь я Церковью или нет. На самом же деле я прочитал уже много церковной литературы и верую так же, как и вы».

Через месяц Сэмюэл Боуэн крестился, а сейчас вся семья уже запечатана в храме» (*When Thou Art Converted, Strengthen Thy Brethren*, Melchizedek Priesthood Study Guide, 1974–1975, pp. 217–218).

В чем состоит ответственность жены, если домашние учителя не знают, как помочь семье, а ее глава не является членом Церкви или же не проявляет там никакой активности? (Помогите им ближе познакомиться с вашим мужем и подскажите им, как они могут ему помочь.)

Домашние учителя должны поддерживать отца семейства и постоянно интересоваться, как им еще больше помочь ему и его семье.

Как домашние учителя помогают семье

Домашние учителя могут разными путями помогать нашим семьям. Они могут показать им, как устроить и провести домашний семейный вечер. Они могут способствовать развитию наших талантов. Они могут посоветовать, как решить те или иные проблемы, как улучшить духовную атмосферу в семье.

Домашние учителя должны соответствовать возложенной на них миссии и действовать так, чтобы помочь в решении проблем как каждого члена семьи, так и всей семьи в целом. Им дана власть благословлять, направлять и укреплять отдельных людей и семьи. В поле особого внимания должны находиться потребности одиноких прихожан, которые должны чувствовать себя безопасно и спокойно, создавая, что о них заботятся домашние учителя.

Господь ожидает от родителей, чтобы они обучали своих домочадцев Евангелию. Если же родителям необходима помощь, они могут обратиться за ней к своим домашним учителям. В одной семье родители нуждались в совете домашних учителей по поводу того, как им вести себя с 18-летней дочерью, которая встречалась с молодым человеком, не состоявшим в Церкви. Все предыдущие попытки убедить дочь прекратить эти свидания наталкивались на сопротивление.

Тогда отец девушки пошел к домашнему учителю как частное лицо и сказал, что у него есть три просьбы. «Когда ты придешь к нам в следующий раз, — попросил он, — пожалуйста, проведи урок о храмовом браке. Еще мне хотелось бы, чтобы ты принес свои свидетельства о том, что этот брак значил для тебя. И последнее. Перед тем как прийти, предупреди нас, потому что мне очень хочется, чтобы наша дочь прослушала этот урок».

В условленный час домашний учитель и его младший напарник провели урок о храмовом браке и принесли свои свидетельства о благословениях, которые ждут тех, кто исполняет это священное таинство. Однако и после этого ничего не изменилось. Свидания продолжались. Как-то вечером мать и отец услышали, что их дочь вернулась после свидания со своим парнем. На цыпочках она подошла к кровати родителей и прошептала:

«Я знаю, что вы беспокоились за меня. Сегодня я приняла твердое решение выйти замуж только в храме. Понимаете, после того, как наш домашний учитель провел урок, я много молилась. И теперь я получила ответ на свои молитвы. Я больше не буду встречаться с Томом» (L. Brent Goates, «A New Dimension in Home Teaching,» *Improvement Era*, Oct. 1966, pp. 874–875).

Как домашние учителя помогли этой семье?

Домашние учителя могут помочь недавно крещенным членам Церкви спокойно чувствовать себя во время церковной службы. С этой целью они могут провести шесть занятий, которые помогут полным членам церковного сообщества. Они могут помочь ново-

обращенным найти в Церкви друзей-ровесников, а также всем членам их семей участвовать в церковных мероприятиях.

Домашние учителя должны проявлять интерес как к мирскому, так и к духовному благосостоянию семьи. Один домашний учитель, проведя духовную беседу и помолившись, сказал: «Уже четыре дня подряд идет дождь. А как обстоят дела с крышей в вашем доме? Если будет нужна помощь, пожалуйста, позвоните мне» (George P. Barber, «Home Teaching — Great Potential for Service,» *Improvement Era*, Mar. 1968, p. 39).

После землетрясения в Перу двое миссионеров получили задание собрать членов Церкви в своей зоне и выяснить, в чем они нуждаются. Вот что рассказывает один из миссионеров:

«Я стал опрашивать всех, не знают ли они, где мне найти Хермано Карденаса, первого советника президента прихода. Меня направили в самый конец лагеря . . . Поздоровавшись, я спросил его, как бы нам разыскать всех сестер и братьев из нашего прихода . . . Он достал из кармана сложенный и сильно помятый листок бумаги и протянул его мне.

«Старейшина, — смиренно сказал он, — мы сделали то, о чем ты нас просил, когда обучал кворум старейшин. Мы послали на их поиски домашних учителей!» На этом грязном листке бумаги было отмечено местонахождение почти всех (кроме двух) семей, а также условия, в которых они живут, и состояние их здоровья — всю эту информацию собрали и представили домашние учителя!» (H. Bruce Bowman, «Home Teachers in an Earthquake,» *Ensign*, Mar. 1978, p. 67).

Какую помощь оказывает нам подобная информация в случаях, когда мы сталкиваемся с непредвиденными обстоятельствами?

Вот что рассказывает брат Жорж Дюран о том, как один учитель помог его семье.

«Он часто приходил к нам домой. Приходя, он называл всех детей по имени и лично беседовал с каждым из них. Он внимательно выслушивал каждого. И они знали, что он заботится о них.

Когда благословляли младенцев, он стоял рядом со мной в кругу носителей священства. Когда наши дети достигали необходимого для крещения возраста, он беседовал с ними о значении этого замечательного таинства. Когда они входили в воду во время крещения, он был рядом и радовался вместе с ними. Его руки были рядом с моими, когда мы конфирмовали их. Когда наш старший сын стал дьяконом, этот человек пришел поздравить его.

Когда я вынужден был уезжать из дома по делам, он каждый день звонил моим домочадцам и спрашивал о том, как идут у них дела. Как только мы по воскресеньям входили в молитвенный дом, он отыскивал нас и здоровался за руку. Однажды, когда я заболел, он вместе с другим братом пришел к нам и ухаживал за мной. Зачастую он опускался на колени и молился вместе с нами.

Он никогда не читал проповедей. Он всегда слушал нас как-то особенно внимательно. И нам хотелось стать как можно лучше. Он никогда не слыл многоопытным учителем или же великим ученым, однако от него и через него мы наполнялись силой и мудростью. От него исходило духовное влияние, заставлявшее нас уважать его и доверять ему. На нас воздействовало не столько то, что он говорил, сколько сама его личность» (George Durrant, «The Man I Remember Best», *Improvement Era*, May 1970, p. 42).

Попросите одну из присутствующих на уроке сестер рассказать о том, какую помощь оказали ее семье домашние учителя.

Заключение

Домашние учителя — это представители Господа, епископа или президента небольшого прихода, а также кворума священства. Они помогают семьям укрепляться духовно и физически. Они помогают семьям или отдельным прихожанам участвовать в церковных программах, а также призывают их к более активному исполнению своих церковных обязанностей. Глава каждой семьи имеет возможность работать с домашними учителями, чтобы укреплять семью и готовить ее к возвышению.

Задание

1. В любой день, кроме понедельника, пригласите ваших домашних учителей разделить с вами радость семейного вечера;
2. Принимайте помощь ваших домашних учителей, когда в этом есть необходимость. Держите их в курсе ваших личных, а также семейных проблем и жизненных обстоятельств.

Священные Писания для дополнительного изучения

2-е к Тимофею 2:2 (верные люди, способные научить других);
Учение и Заветы 20:46–47 (навещающие и увещающие священники);
Учение и Заветы 44:6 (навещающие больных и страждущих старейшины);
Учение и Заветы 82:19 (каждый человек должен стремиться помочь брату своему).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте отрывок из Учения и Заветов 20:46–47;
2. Попросите одну из присутствующих на занятии сестер рассказать о том, как домашние учителя помогли ее семье;
3. Попросите присутствующих на занятии сестер зачитать или пересказать приведенные в уроке рассказы и отрывки из Священных Писаний.

Подготовка к будущему

Урок 18

Цель урока — помочь нам подготовиться к будущим испытаниям так, как учил Господь.

Ценность разумной подготовки

Старейшина Эзра Тафт Бенсон сказал:

«Наш долг состоит в том, чтобы выжить не только духовно, но и физически. Причем это должно быть выживание не за счет отказа от принципов — поскольку это был бы самый верный путь к поражению. Выжить нужно за счет интеллектуальной подготовленности. Нас ждут времена, когда наша моральная и физическая стойкость подвергнется испытаниям» (In Conference Report, Apr. 1967, p. 61; «Prepare, Then Fear Not,» *Improvement Era*, June 1967, p. 59).

Что имел в виду старейшина Бенсон, когда он говорил о том, что мы должны быть «не только духовно, но и физически» подготовлены к тому, что ждет нас впереди? (Господь ожидает от нас, что мы всеми силами будем заботиться о собственных каждодневных нуждах. И мы не можем надеяться на помощь других, если не делаем всего от нас зависящего, чтобы помочь себе самим.)

Обучая нас духовной подготовленности, Церковь пытается стимулировать нас к тому, чтобы мы сами заботились об удовлетворении собственных физических потребностей. В 1936 г. в результате полученных Президентом Церкви Хибером Дж. Грантом откровений начал осуществляться церковный план социальной помощи. В этом плане говорилось о том, как нам лучше всего пользоваться тем, что дает нам Господь. Следуя плану, мы учимся заботиться о самих себе, а также о тех, кто в этом нуждается. Этот план социальной помощи начинается с нашей собственной семьи.

Семейная подготовленность

Наш семейный долг — заботиться о наших домочадцах. Когда все идет гладко, мы должны обеспечивать и любить наших домочадцев, а также укреплять друг друга в наших праведных побуждениях. Когда же возникают проблемы, мы должны помогать друг другу решать их. Обязанность помогать друг другу «возлагается на отдельных людей, которые должны помогать себе сами; родителей, которые должны помогать своим детям; детей, которые должны помогать своим престарелым родителям, а также бабушкам и дедушкам» (Victor L. Brown, «The Church and the Family in Welfare Services,» *Ensign*, May 1976, p. 112).

Попросите одну из сестер подготовить небольшое сообщение по главе 37 *Основ Евангелия* «Семейная ответственность». Каковы семейные обязанности отца? Матери? Детей?

Истинная забота о своих ближних требует подготовки. Члены каждой семьи должны спланировать свою деятельность и подготовиться к тому, как заботиться друг о друге при всевозможных, в том числе и чрезвычайных, обстоятельствах.

К каким изменениям в жизни нам следует подготовиться? (Старость, слабое здоровье, переезд, утрата кормильца, потеря работы, уход за престарелыми родителями или детьми-инвалидами.)

Господь предупреждал о возможных бедствиях: уничтожающих урожаи грозах с градом (см. Учение и Заветы 29:16); распространяющихся по Земле опустошительных болезнях (см. Учение и Заветы 45:31); войнах во всех уголках земного шара (см. Учение и Заветы 63:33), а также о голоде, эпидемиях и землетрясениях (см. от Матфея 24:7).

К каким чрезвычайным обстоятельствам мы должны себя готовить? (Смерть, травмы, потеря работы, пожар, голод.)

Как мы можем подготовить наши семьи к этим обстоятельствам? (Если это возможно, запастись на год продуктами, топливом, одеждой. Составить завещание. Постараться не делать долгов. Развивать дополнительные трудовые навыки. Делать денежные накопления.)

Члены Церкви из кола, расположенного в городе Бостон (штат Массачусетс, США), столкнулись с чрезвычайной ситуацией во время сильнейшей снежной бури. Ветер нагнал почти четырехметровые сугробы, и дороги были завалены снегом в течение нескольких дней.

Вот что рассказывает президент кола Гордон Уильямс: «Было много примеров, когда прихожане откапывали свои запасы и раздавали их друзьям и соседям, которые не могли добраться до магазина». Некоторые пекли хлеб для тех соседей, которые не сделали никаких запасов продовольствия. Другие «делились консервами, сухим молоком, медом, другими основными продуктами питания».

Из-за бури погибло от 100 до 150 человек. Сестра Руфь Тингей, президент Общества милосердия кола, сообщила, что ее семья достойно подготовилась к стихийному бедствию: были запасены продукты, раздобыли печку, припасли много дров. «Когда началась буря, — рассказывает она, — мы чувствовали себя вполне уверенно. Мы знали: что бы ни случилось, мы выстоим. В доме было тепло. Для нас это было просто как приключение. Однако для некоторых людей это стало настоящей трагедией или же невероятно тяжелым испытанием» (Janet Brigham, «Saints Dig Out, Clean Up during Harsh Winter,» *Ensign*, Apr. 1978, pp. 77–78).

Как подготовленность этих семей из Бостона повлияла на их отношение к семейной подготовленности в случае непредвиденных обстоятельств?

Каждая семья, которая заранее готовится к чрезвычайным обстоятельствам, как то заповедал Господь через Своих Пророков, будет в состоянии самостоятельно, без посторонней помощи поддержать своих домочадцев, если такие обстоятельства возникнут.

Президент Спенсер В. Кимбалл советовал: «Мы пытаемся убедить всех Святых последних дней в необходимости рассчитывать только на свои силы и не зависеть от других» («Prophet Urges Home Food Production», *Church News*, 3 Apr. 1976, p. 8).

Сферы семейной подготовленности

Покажите иллюстрацию 18-а (=18-а): «Схема личной и семейной подготовленности».

Чтобы мы могли рассчитывать на собственные силы и не зависеть от других, руководители нашей Церкви призывают нас —

РАЗВИВАТЬ НАВЫКИ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ УСТРОЙСТВА НА ХОРОШУЮ РАБОТУ

Кормильцем в семье, как правило, является отец, но иногда из-за болезни, несчастного случая или безответственности со стороны отца мать с детьми вынуждены работать, чтобы обеспечить потребности семьи. Домочадцы должны быть готовы в случае необходимости прокормить семью. Дети должны заранее думать о том, как проводить свои школьные каникулы. Пока дети воспитываются в семье, матери следует избегать работы вне дома, если этого не требуют чрезвычайные обстоятельства.

Пытаясь помочь членам семей как можно лучше подготовиться к трудовой деятельности, старейшина Марвин Дж. Эштон советовал: «Сделайте все возможное, чтобы получить законченное среднее образование. Сюда включается также и приобретение навыков трудовой деятельности. Это правильно вложенный капитал. Для продолжения учебы поступите в вечернюю или заочную школу. Если вы не хотите быть безработными в течение длительного времени, приобретите специальные трудовые навыки... Оказавшись безработными, мы не должны позволять себе сидеть сложа руки и ждать, пока подвернется «достойная работа», если мы можем временно устроиться на любую приличную работу» («One for the Money», *Ensign*, July 1975, p. 73).

Давайте рассмотрим приведенную ниже ситуацию и подумаем, что можно сделать для того, чтобы выйти из нее. Отец двоих детей по имени Джон не имеет работы. Он находит работу и работает в течение какого-то времени. Но работа ему не нравится, и он бросает ее, не имея никаких других вариантов. Ему нужно платить за квартиру. Кроме того, жена, занятая воспитанием двоих маленьких детей, нездорова и не может работать вне дома.

Что может сделать эта семья для решения своих проблем? Что должен сделать отец? Чем может помочь жена? Другие члены семьи? Члены Церкви?

Схема личной и семейной подготовленности



Если же отец все-таки вынужден устроиться на работу, которая ему не нравится, что он может сделать для того, чтобы получить лучшее место в будущем и продолжать, как положено, обеспечивать семью? Что могут сделать молодые женщины, чтобы молодые мужчины смогли приобрести хорошую специальность?

Для чего молодая женщина должна готовиться к работе вне дома? (Чтобы обеспечить себя в случае, если она не выйдет замуж, или же до замужества. Чтобы содержать себя и свою семью, если умрет или станет нетрудоспособным ее муж.)

РАЗУМНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ДЕНЬГИ, ВЕЩИ И СОБСТВЕННОСТЬ

Нам необходимо разумно использовать деньги и собственность, которой мы располагаем. Нам следует учить детей копить и разумно тратить деньги. Экономное расходование денег помогает нам составлять семейный бюджет и избегать страха разорения, неуемных желаний и всякого рода затруднений; дает возможность платить десятину и делиться тем, что мы имеем, с другими; помогает оказывать помощь прихожанам, людям, живущим по соседству и даже в других странах.

Вот какие советы по поводу семейного бюджета дает одна семья: «Чего никогда нельзя допускать, так это такого отношения к деньгам: «Это мои деньги, и я потрачу их так, как считаю нужным». Не имеет никакого значения, кто приносит деньги в семью — муж или жена. Все деньги в равной степени принадлежат им обоим. Ни муж, ни жена не имеют права тратить их единолично, обосновывая это тем, что „они принадлежат мне“» (Orson Scott Card, «Family Finances», *Ensign*, June 1978, p. 13).

Детей можно научить рационально тратить деньги, подключая их по мере необходимости к принятию решений по семейному бюджету. Один из родителей вспоминает следующий случай:

«Как-то мы захотели купить пианино. Мы взяли с собой нескольких детей, и после того, как мы прослушали несколько инструментов, мы сказали продавщице, что мы придем позже, посоветовавшись со всеми членами нашей семьи... Посоветовавшись, мы решили на семейном совете, что мы можем позволить себе купить пианино, хотя придется урезать все чрезмерные расходы. И дети не возражали, потому что они чувствовали, что это также и их решение» (Orson Scott Card, «Family Finances», *Ensign*, June 1978, p. 13).

Можем ли мы экономно тратить деньги? Как можно скопить больше денег?

Как экономная трата денег приносит в наш дом покой, удовлетворенность и чувство безопасности? (Если все члены семьи имеют представление о том, на что должны быть истрачены деньги, страсти улягутся, и в первую очередь будет куплено самое необходимое. Если домочадцы знают, что именно запланировано купить прежде всего, они чувствуют себя более спокойно.)

ВЫРАЩИВАТЬ И ЗАПАСАТЬ ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ И ИМЕТЬ ДРУГИЕ ПРЕДМЕТЫ ПЕРВОЙ НЕОБХОДИМОСТИ

Чтобы подготовиться к завтрашнему дню, нам нужно в достатке запастись продуктами, одеждой и по возможности топливом на год вперед (более подробно об этом см. урок 25 «Создание домашних запасов» в данном учебном пособии). Семьи по возможности должны выращивать овощи и фрукты, консервировать их, а также шить и самостоятельно изготавливать все самое необходимое. Другой способ подготовиться к завтрашнему дню — рачительно пользоваться тем, что у нас уже имеется. Штопка и переделка одежды, а также ремонт предметов домашнего обихода увеличивает срок их годности.

Чем нам нужно запастись на год вперед? Что предпринимает ваша семья, чтобы запастись на год вперед продуктами питания, одеждой и топливом? Что еще вы можете сделать?

ПИТАТЬСЯ ПРАВИЛЬНО, ЗАНИМАТЬСЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ И ХОРОШО ОТДЫХАТЬ

Если мы хотим быть физически здоровыми, нам следует соблюдать определенные правила. Нужно питаться полезной для здоровья пищей, поддерживать чистоту в доме и вблизи него, стараться избегать болезней. Нужно хорошо отдыхать, следуя совету Господа: «Дабы не уставать, ложитесь спать рано; рано просыпайтесь, чтобы тело ваше и рассудок ваш находились в бодрости» (Учение и Заветы 88:124). Немаловажную роль играют также регулярные физические упражнения и различного рода самоограничения.

Членам семей необходимо делать все возможное, чтобы быть хорошо физически подготовленными.

Зачем нам нужен физически крепкий организм? Почему так важно, чтобы молодая женщина заботилась о своем здоровье? Что мы можем сделать, чтобы улучшить здоровье наших домочадцев?

БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМИ И ЖИТЬ В МИРЕ С БОГОМ И ЛЮДЬМИ

Наши семьи будут духовно готовы жить счастливо и мирно, если каждый из домочадцев будет как можно спокойнее воспринимать невзгоды и не даст им выбить себя из колеи. Вот что говорит по этому поводу старейшина Бойд К. Пэкер из Совета Двенадцати:

«Так уж получается, что жизнь — это сплошные испытания. Поэтому совершенно нормально, что мы волнуемся, огорчаемся и испытываем разочарования...

И если не так давно вы пережили полный огорчений день или даже несколько таких дней... не раскисайте и смотрите трудностям в лицо... Дела, несомненно, скоро пойдут лучше.

В жизненной борьбе заложена великая цель» («Solving Emotional Problems in the Lord's Own Way», *Ensign*, May 1978, p. 93).

Нам в особенности нужно любить, поддерживать, ценить и подбадривать домочадцев, когда приходят трудные времена. Помогая друг другу, мы разовьем в себе эмоциональные силы, которые помогут нам решить настоящие и будущие проблемы.

Старейшина Марвин Дж. Эштон из Совета Двенадцати Апостолов рассказывает об одной семье, проявившей такую силу:

«Однажды вместе с одним выдающимся региональным представителем Двенадцати я выполнял поручение, данное мне на конференции кола. По дороге из Солт-Лейк-Сити в Сан-Франциско он рассказал мне про свою жену, троих сыновей и двух дочерей. Одна из дочерей, самая младшая из всех пятерых, умерла в прошлом году, когда ей не было и семнадцати. При рождении она перенесла тяжелейшую мозговую травму и в свои почти 17 лет очень отставала в развитии. Постоянная забота любящей матери, терпение и теплота отца, понимание со стороны благородных братьев и заботливых сестер сделали ее жизнь в семье совершенно особенной. Больше всего я был растроган, когда попутчик поделился со мной своей мыслью о том, каким благословением была эта душа для всей семьи. Он сказал: «Никакие приобретенные за деньги блага не смогли бы объединить нас в такой любви, долготерпении и смирении, как забота об этом ребенке». Так трагедия обернулась возможностью для обретения благословения членами этой семьи, которые вместе будут пребывать в вечности» («Family Home Storage», *BYU Speeches of the Year*, 1977, p. 69).

Старейшина Эштон сказал также: «Бог предписал, чтобы домочадцы помогали друг другу. Бог предписал, чтобы домочадцы были благословением друг для друга ...

Мы должны взять наших домочадцев за руки и показать, что мы любим их истинной и непреходящей любовью» («He Took Him by the Hand», *Ensign*, Jan. 1974, p. 104).

Мы также должны жить в любви и гармонии с другими семьями. Нужно помогать своим ближним.

Как оказание помощи нашим ближним помогает нам подготовиться к будущему? (Мы можем быть вместе и помогать им в тяжелые времена. Нам следует заботиться об их благосостоянии так же, как о своем собственном. Мы можем оказывать поддержку друг другу.)

УЧИТЬСЯ ХОРОШО И БЫСТРО ЧИТАТЬ И ПРОДОЛЖАТЬ УЧЕБУ

Мы все должны учиться читать, писать и считать. Если мы всему этому научимся, мы сможем устроиться на хорошую работу и будем в состоянии более экономно расходовать деньги. Нам следует читать Священные Писания, чтобы как можно больше узнать о Евангелии, а также о том, как Господь учил нас решать наши проблемы. Получаемые в процессе обучения знания помогают нам лучше выполнять свою работу и лучше вести домашнее хозяйство.

После того как члены Церкви в одной из южноамериканских стран научились читать, они прокомментировали это следующим образом. «Это потрясающе, когда ты можешь прочитать слова церковных гимнов, — сказал один из учеников. — А мама сказала, что ей нравится читать рецепты блюд, когда она готовит». А вот слова моего отца: „Я горжусь тем, что могу читать. Я научу этому мою жену и детей!“ («Reading Skill Brings Thrift to Indians», *Church News*, 25 Oct. 1975, p. 5).

Чтение и учеба поддерживают наш мозг в активном состоянии, питают нас новыми идеями и дают пищу для воображения. Вот что сказал по этому поводу Президент Бригам Янг:

«Все мы ученики великой школы. И мы должны прилежно учиться, накапливать знания о небесном и земном, читать хорошие книги . . . Читайте хорошие книги и с помощью Святого Духа черпайте из них столько мудрости и понимания, сколько вам под силу» (*Discourses of Brigham Young*, p. 248).

Нам обещано, что, если мы подготовим наши семьи по всем направлениям, отмеченным в схеме личной и семейной подготовленности (см. иллюстрацию 18-а (18-a)), «мы решим множество проблем в нашей жизни». И мы «будем хранить спокойствие, когда все идет не так, как надо, и насытимся, испытывая нужду» (Victor L. Brown, «An Overview of Church Welfare Services», *Ensign*, Nov. 1975, p. 114–115).

Подготовленность Церкви

Помимо оказания помощи своим домочадцам, Господь просил нас помогать и другим людям.

Прочитайте Учение и Заветы 52:40.

Церковь помогает как отдельным своим членам, так и целым семьям в том случае, если они не могут помочь себе сами. Прихожан просят отдавать продукты питания, одежду и деньги тем членам Церкви, которые испытывают в этом потребность. Наряду с пожертвованием от поста все это используется церковными руководителями для оказания помощи бедным и нуждающимся. Такую деятельность вполне обоснованно называют «подготовленностью Церкви».

Приводимый ниже случай дает нам представление о том, как действует «подготовленность Церкви».

«Во время разрушительных наводнений в Рэпид-Сити, штат Северная Дакота, США, проживающие там Святые немедленно оказали помощь жертвам бушующей стихии. Через местные церковные организации была роздана одежда, постельные принадлежности, горячая пища. . . И только один контейнер с детской одеждой, ползунками и одеялами был доставлен в зону бедствия по воде из-за пределов штата» (Junior Wright Child, «Welfare Is the Church», *Ensign*, Sept. 1973, p. 71).

Президент Спенсер В. Кимбалл сказал:

«За последнее время мы пережили много бедствий. Похоже, что ежегодно или по крайней мере раз в два года происходит землетрясение, или наводнение, или ураган, или какие-нибудь другие несчастья, приносящие горе множеству людей. И я с удовольствием отмечаю, что члены Церкви и руководство начинают осознавать важность оказания помощи самим себе ...

Наступает время, когда будет происходить все больше и больше несчастий, ураганов, наводнений... и землетрясений... И я думаю, что их будет тем больше, чем ближе мы подходим к концу света, и мы должны быть к этому готовы» (In Conference Report, Apr. 1974, pp. 183–184).

Лично каждому из нас, нашим семьям, а также Церкви в целом нужно готовиться к тому, чтобы пережить подстерегающие нас несчастья.

После того как в каком-нибудь районе сформировалась Церковь, прихожанам дается возможность какое-то время поработать совместно. Они могут, к примеру, вместе готовить пищу, шить одежду, изготавливать предметы домашнего обихода, которые можно использовать в случае необходимости. Они раздаются в пользование тем членам Церкви или семьям, которые со своей стороны, сделали все от них зависящее, чтобы помочь себе сами. Нам следует любыми путями помогать другим. И оказание такой помощи поможет нам стать достойными получить ее самим, когда это будет необходимо. Нужно сделать все от нас зависящее, чтобы в дальнейшем отработать или заплатить за любую предоставленную нам Церковью помощь.

Заключение

Руководители Церкви советуют нам заботиться о своих семьях. Мы должны наперед определять наши потребности. Господь открыл нам, что в последние дни всех жителей Земли ждет множество несчастий. Но тем не менее Он обещал: «Если вы подготовитесь, вам не будет страшно» (У. и З. 38:30). И все мы, будь то отдельные люди, семьи или Церковь в целом, должны быть готовы встретить завтрашний день.

Задание

Изучите схему личной и семейной подготовленности. Выберите сферу, где вашей семье требуется особая подготовка. Начинайте готовиться. Живите так, чтобы иметь крепкое здоровье. Изготавливайте большую часть из предметов первой необходимости дома. Делайте домашние запасы на будущее. Внимательно относитесь к нуждающимся; всегда и везде помогайте им. При первой же возможности принимайте участие в любом благотворительном мероприятии, проводимом в вашем районе. Каждый месяц платите щедрое пожертвование от поста для оказания помощи тем, кто не может позаботиться о себе сам, — вдовам, сиротам, людям с психическими отклонениями, больным, а также тем, с кем могут случиться несчастья.

Священные Писания для дополнительного изучения

1-е Иоанна 3:17 (в том, кто помогает ближнему своему, пребывает любовь Божья);

Алма 34:28 (заботьтесь о нуждающихся);

Учение и Заветы 42:42 (зарабатывайте на хлеб и одежду);

Учение и Заветы 56:16–17 (богатые должны давать бедным от своего достояния; бедные должны трудиться);

Учение и Заветы 68:30–32 (не живите в праздности);

Учение и Заветы 78:7, 13–14 (готовьтесь к тому, чтобы не зависеть от других).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 27 *Основ Евангелия* («Труд и личная ответственность») и главу 37 («Семейная ответственность»);
2. Приготовьте доску и мел;
3. Попросите одну из сестер прочитать и пересказать содержание подраздела «Семейные обязанности», глава 27;
4. Дайте учащимся задание прочитать или пересказать рассказы и приведенные в уроке отрывки из Священных Писаний.

Ведение личной и семейной хроники

Урок 19

Цель урока — помочь вам понять, насколько важно вести семейную хронику, и научить вас тому, как начать это делать.

Зачем нужно вести личную и семейную хронику?

Покажите иллюстрацию 19-а (=19-а): «Молодая женщина, делающая записи в дневнике».

Прочитайте учащимся следующий рассказ.

«Просматривая книги и бумаги своего покойного отца, Элизабет обратила внимание на несколько папок с надписью «История моей жизни». Она выбрала одну из них, открыла и принялась тщательно просматривать бумаги. Там были письма, несколько фотографий, другие мелочи. Повсюду попадались листки со сделанным отцовской рукой описанием важных семейных событий: кратким рассказом о том, как праздновались дни рождения, как происходили крещения и совершались другие таинства, как члены семьи все вместе проводили досуг. Элизабет вспомнила, как отец часто за полночь делал эти записи в своем дневнике и как он просил детей вести свои собственные дневники. Постоянно встречались упоминания о полученных благословениях и выражение благодарности Богу.

Элизабет перелистала несколько папок подряд, и в ее воображении пронеслась вся жизнь отца. Потом ее взгляд остановился на заголовке «Моей семье в шестидесятую годовщину моего рождения». Это произошло двенадцать лет тому назад. Элизабет медленно начала читать абзац за абзацем. В них говорилось о старинном семейном доме, о ее бабушках и дедушках, о матери. Отец написал несколько строк каждому из детей. Чувство радостного покоя переполнило Элизабет, когда она читала обращенные к ней строки. Как будто отец был все еще жив и разговаривал лично с ней. Под конец она прочитала: «Мне хотелось бы, чтобы ты оставалась столь же правоверной и послушной до тех пор, пока ты не познаешь Его (Спасителя) так же, как я».

Пока Элизабет читала все это, в ее сердце укреплялось решение последовать примеру ее благородных родителей и укрепить семейные узы, как им того хотелось» (*Relief Society Courses of Study*, 1977–1978, p. 8).

Каким образом отец Элизабет смог оказывать влияние на дочь даже после своей смерти?



С древних времен ведение и использование священных записей играло немаловажную роль в жизни Господних людей. Еще во времена Адама Бог заповедал людям вести «книгу памяти» (см. Моисей 1:40–41). И начиная с этих времен Пророки вели записи, как то заповедал Бог.

«Эта история взаимоотношений Бога с Его людьми, а также повествование об их собственной жизни составляют Священное Писание нашего времени. И это не что иное, как священная история семьи. Поскольку она была написана под влиянием Святого Духа, она стала Священным Писанием» (Theodore M. Burton, «The Inspiration of a Family Record», *Ensign*, Jan. 1977, p. 17).

Какое влияние оказывают на нашу жизнь летописи, которые вели Пророки?

Поскольку большинство из нас не выполняет просьбу свыше и не ведет записей о деяниях Бога в отношении живущих сегодня на Земле людей, мы должны делать записи о нашей собственной жизни. Особенно важно, чтобы мы делали записи о нашем общении с Богом. Если мы живем в согласии со Святым Духом, «Господь порой незаметно для нас самих дает нам назидания. Сделанные некогда записи могут со временем вдохновить кого-либо из его потомков. И если мы делаем записи под влиянием Святого Духа, а они читают их, находясь в таком же состоянии, между ними происходит Божественное общение» (Theodore M. Burton, «The Inspiration of a Family Record», *Ensign*, Jan. 1977, p. 17). Записи, которые мы ведем в наших семьях, помогут укрепить веру и свидетельства наших потомков.

Выступая на Генеральной конференции Церкви, Президент Спенсер В. Кимбалл сказал: «Я призываю всех членов Церкви уделять самое серьезное внимание истории своих семей, убеждать родителей, а также бабушек и дедушек заполнять семейные альбомы. И пусть ни одна семья не отойдет в вечность, не оставив записей своим детям, внукам и всему потомству. Это долг и обязанность, и я убедительно прошу каждого сделать все от них зависящее, чтобы быть примером своим детям, записывать историю своей семьи и вести дневник» («The True Way of Life and Salvation», *Ensign*, May 1978, p. 4).

Какую пользу может принести семье ведение личной и семейной хроники?

Мы можем укрепить нашу веру и свидетельства, если прислушаемся к совету о ведении индивидуальных и семейных записей. Наша вера и бодрость духа возрастут, если мы станем изучать наш собственный жизненный опыт и будем полны решимости сделать нашу жизнь лучше.

Какие сведения должна содержать семейная летопись?

Старейшина Джозеф Филдинг Смит, впоследствии ставший одним из Пророков Господа, дает нам информацию о том, что мы должны

19-а (=19-а): Молодая женщина, делающая записи в дневнике.

включать в нашу семейную летопись. «Необходимо, чтобы мы тщательно вели нашу семейную летопись и вписывали в нее точные даты рождений, бракосочетаний и кончин, а также исполнения таинств и вообще всего, что представляется важным. Каждое важное событие в нашей жизни должно быть вписано в летопись лично каждым из домочадцев» (*Doctrines of Salvation*, vol. 2, p. 204).

В дополнение к «книге памяти» наши семейные архивы должны содержать автобиографии всех членов семьи, записи о различных семейных событиях и личные дневники.

ЛИЧНАЯ ХРОНИКА

Личная хроника представляет собой описание нашей жизни. Она может включать в себя как рассказы о тех или иных событиях, так и описание наших чувств и эмоций. Ниже предлагаются данные, которые должны быть включены в личную хронику:

1. Фамилия, имя, отчество.
2. Рождение: день, месяц и год; адрес и номер роддома; город, графство, штат или страна; описание семейных обстоятельств, сопутствовавших вашему рождению.
3. Отец: его фамилия, имя, отчество; число и место рождения; фамилия, имя, отчество его отца; девичья фамилия, имя и отчество его матери.
4. Мать: фамилия, имя, отчество; число и место рождения; фамилия, имя, отчество ее отца; девичья фамилия, имя и отчество ее матери.
5. Братья и сестры: их фамилии, имена и отчества; даты и места их рождения; фамилии и имена их мужей, жен и детей; другие сведения.
6. Благословения: когда вас нарекли вашим именем и благословили — число, месяц и год; место получения благословения — приход, кол, город, графство, а также штат или страна; имя благословившего вас человека.
7. Крещение: место крещения — город, графство, штат или страна; время крещения — день, месяц и год; фамилия, имя, отчество крестившего; где сделана и где хранится запись о крещении — приход, кол, небольшой приход или миссия.
8. Конфирмация: время — число, месяц и год; место — приход, кол, город, графство, а также штат или страна; фамилия, имя, отчество конфирмовавшего; где сделана и где хранится запись об этом — в документации какого прихода, кола, небольшого прихода или миссии.
9. Патриархальное благословение: число, место, кем дано.
10. Обучение в школе: когда и где вы впервые пошли в школу; другие школы, которые вы посещали; запомнившиеся учителя, различного рода удостоверения и дипломы; выдающиеся события.

11. Женильба или замужество: фамилия, имя, отчество супруга или супруги; число, месяц и год; место проведения церемонии бракосочетания — город, графство, а также штат или страна.
12. Происходившие в детстве события: различные приключения, несчастные случаи, ваши мысли, забавные случаи, друзья и т.д.
13. Различные случаи, под влиянием которых вы обрели веру: произошедшие с вами лично; повлиявшие на вас случаи, которые произошли с другими домочадцами; обстоятельства, сопутствовавшие вашему приходу в Церковь.
14. Здоровье: записи, включающие болезни, которым вы подвержены, и различного рода несчастные случаи.
15. Домашняя жизнь: ваши домашние обязанности, чем вы занимаетесь, находясь дома, взаимоотношения с братьями и сестрами, адреса, по которым вы проживали в течение вашей жизни, различные семейные поездки, каникулы, домашние животные.
16. Хобби и различные таланты: музыкальные, артистические и творческие способности; уроки, которые вы брали, и курсы, на которых вы когда-либо учились; любимые занятия.
17. Цели и планы на будущее: чего мы хотим достичь на работе, как планируем провести отпуск, чего ждем от семейной жизни, церковной деятельности.
18. Другие происшествия, в том числе в Церкви.
19. Иллюстрирующие повествование фотографии.

Попросите сестер изучить перечисленные выше пункты. Почему подобные вещи важны для истории?

СЕМЕЙНАЯ ХРОНИКА

В семейной хронике должна содержаться почти та же информация, что и в автобиографиях. По возможности попросите ваших домочадцев включить туда информацию о себе. Записывайте различные рассказы, происшествия и другую услышанную вами информацию, а также иные сведения, которыми вы располагаете, о бабушках и дедушках и других более удаленных по времени предках. Такая информация должна включать в себя следующие пункты:

1. Сведения о ваших предках.
2. Места проживания и годы жизни.
3. Род занятий.
4. Первый член семьи, крестившийся в Церкви Иисуса Христа Святых последних дней; фамилии миссионеров, обучавших его или ее Евангелию.

Ведите для ваших детей перечень с датами рождений, смерти, бракосочетаний, совершения таинств, служения на миссиях и т.д. с приложением удостоверяющих их документов. Добивайтесь того, чтобы ваши дети также записывали свои биографии и вели другие записи.

ЛИЧНЫЙ ДНЕВНИК

Дневник должен содержать ежедневное или еженедельное описание происходивших событий. В него мы должны вписывать записи о событиях, оставивших след в нашей жизни.

«Линетта Кунц Бингам из Талсы, штат Оклахома, всегда носит с собой... дневник, даже тогда, когда она путешествует. Она вносит в него краткие записи о том, что произошло. И эти записи в конце концов превращаются в ежегодные летописи. Особое внимание она уделяет вдохновившим ее событиям. Она рассказывает о них другим, чтобы они тоже вели свои собственные дневники.

«Записи о таких событиях полезно просматривать, когда вы чем-нибудь огорчены или слишком расстроены, — отмечает она. — И если вы ориентируете других на то, чтобы они занимались такой работой, это дает им жизненные ориентиры» (Jon Webb, «Beyond Pen and Ink», *Ensign*, Jan. 1977, pp. 19–20).

Президент Спенсер В. Кимбалл призывал каждую семью «с раннего детства учить детей вести дневники и записывать туда все, что с ними происходит. Особенно это важно тогда, когда они покидают родной дом, уезжая на учебу или направляясь на миссию» («The Foundations of Righteousness», *Ensign*, Nov. 1977, p. 4).

Ниже приводятся пункты, которые можно включить в дневник:

1. Цели, надежды и вдохновения.
2. Опыт работы.
3. Проблемы и как их решать.
4. Радости и огорчения членов семьи.
5. Взаимоотношения с окружающими.
6. Сокровенные мысли.
7. Укрепившие веру события.
8. Значительные события в семье.
9. Преодоление препятствий и трудностей.
10. Особые случаи, на которых мы учимся.
11. Личное свидетельство.
12. Советы будущим поколениям, которые будут читать этот дневник.

Старейшина Теодор М. Бартон из Первого Кворума Семидесяти советует нам: «Будучи людьми, мы должны делать записи о нашей собственной жизни и происходящих с нами событиях с тем, чтобы оставить эту священную летопись своим потомкам. Мы должны предоставить им такую же возможность возвыситься и обрести силы для укрепления веры, которую дают нам древние Священные Писания» («The Inspiration of a Family Record», *Ensign*, Jan. 1977, p. 17).

Какую пользу мы можем извлечь из ведения дневника?

С чего начать?

Начать вести дневник довольно просто. Вот что советует нам по этому поводу старейшина Бойд К. Пэкер: «Если вы не знаете, с чего начать, начните с себя. Если вы испытываете затруднения по поводу того, какую тему выбрать и где взять необходимый материал, начните с того, что у вас уже есть» («Someone Up There Loves You,» *Ensign*, Jan. 1977, p. 10).

Мы можем начать ведение дневника со сбора разного рода документов: свидетельств о рождении, о получении благословения, крещении, призвании и обучении в Церкви; дипломов, свидетельств о присвоении тех или иных наград, фотографий и т.д. Нужно сохранять бумаги, содержащие любые записанные, заверенные или просто упомянутые данные о вашей жизни. Разложите их по коробкам или папкам. Рассортируйте, разделите и поместите их сообразно трем основным периодам вашей жизни: детству, юности и зрелому возрасту. После того как вы разложите эти материалы, вы можете начать подготовку к ведению личной хроники.

Ведение записей не единственный способ сбора и организации информации. Летопись семьи, а также отдельных ее членов можно записывать на кассеты. Когда вы сами записываетесь на пленку, очень важно, чтобы вы придерживались определенного плана и рассказывали о событиях в хронологическом порядке.

Для начала вы можете взять тетрадь и, не откладывая на завтра, переписать туда основные положения урока. Перед тем как начать что-нибудь записывать, поставьте число и пронумеруйте страницы. Пользуйтесь только полными именами людей и точными географическими названиями. Успех придет к вам тогда, когда вы четко организуете свой труд и станете делать записи в дневнике в отведенное для этого время.

Попросите кого-нибудь из сестер после заключительной молитвы показать остальным свой дневник.

Заключение

Ведение летописей играло немаловажную роль в жизни Господних людей. Учась ведению наших собственных, а также семейных записей, мы проникаемся большим уважением и любовью к нашим домочадцам. Когда мы ведем дневник, то вписываем туда важные для нас события, которые могут оказать положительное влияние на наших детей. Даже самые простые записи могут оказать влияние на наших отдаленных потомков.

Задание

Начните вести дневник немедленно. Наметьте проведение домашних семейных вечеров, посвященных ведению семейной летописи. И если вы еще не начали вести дневник, начните это делать и записывайте туда различные памятные события вашей жизни.

Священные Писания для дополнительного изучения

Малахия 3:16–18 (написание памятной книги о всех праведниках);

Авраам 1:28, 31 (Авраам писал летописи и хранил их);

Моисей 1:40–41; 6:4–5, 45–46 (Моисей писал летопись для потомков).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Изучите рекомендации о том, как вести дневник, содержащиеся в данном уроке. По возможности соберите рекомендуемые в уроке документы и другие предметы и покажите их присутствующим на занятии;
2. Прочитайте подраздел «Ведение личных записей» в главе 40 *Основ Евангелия*;
3. Если вы знаете какую-нибудь женщину, которая ведет дневник или составляет семейную летопись, пригласите ее на урок и попросите показать, как она это делает;
4. Дайте учащимся задание прочитать или пересказать приведенные в данном уроке рассказы и отрывки из Священных Писаний.

Наши обязанности по составлению семейной генеалогии

Урок 20

Цель урока — помочь вам вести генеалогическую работу.

Наша ответственность перед усопшими

Одним из наших самых сильных желаний после того, как мы приняли Евангелие Иисуса Христа, является желание поделиться нашими мыслями о нем с родственниками и друзьями. При этом вы можете задаться вопросом: «А как быть с теми, кто был мне так дорог, но уже ушел из этой жизни? Как они могут получить таинства Евангелия, и прежде всего те из них, которые совершаются в храмах?»

Попросите кого-нибудь из присутствующих на уроке прочитать вслух раздел «Храмовые таинства могут быть совершены за мертвых» из главы 40 *Основ Евангелия*.

Каждый человек, живой или уже усопший, должен креститься в Церкви, получить эндаумент и пройти таинство запечатывания через храмовый брак для того, чтобы получить возможность жить с нашим Небесным Отцом в Его Царстве (см. урок 10 «Брак навеки» в учебном пособии *Женщина Церкви Иисуса Христа Святых последних дней. Общее руководство для женщин, часть А*).

Мы должны думать об усопших как о любимых нами людях, с нетерпением ожидающих совершения этого храмового таинства. Вот что сказал по этому поводу Президент Спенсер В. Кимбалл:

«Каждому из нас случалось ожидать кого-нибудь или чего-нибудь в течение минуты, часа, дня, недели или даже года. Можете себе представить, что должны чувствовать наши прародители, ожидающие совершения храмовой работы десятилетиями или даже веками? Какое же ужасное чувство должны испытывать мы сами от сознания такой перспективы, а также от того, что мы, живя на Земле, не проявили достаточной веры и не совершили для них этих таинств» («The Things of Eternity — Stand We in Jeopardy?», *Ensign*, Jan. 1977, p. 7).

Святые последних дней несут ответственность перед усопшими.

Во-первых, мы должны разъяснять домочадцам необходимость совершения таинств спасения для наших предков — предшественников наших дедушек и бабушек.

Покажите иллюстрацию 20-а (=20-а): «Таблица четырех поколений».

Далее, мы должны в случае необходимости исполнить спасительные таинства для других Господних детей.

Таблица четырех поколений

Для заполнения таблицы нам следует отыскать следующую информацию для каждого человека:

Фамилия, имя, отчество
Дата и место рождения
Дата и место бракосочетания
Дата и место смерти

Вы сами	Ваш отец	Ваш дед по отцовской линии	Ваш прадед по отцовской линии
		Ваша бабушка по отцовской линии	Ваша прабабушка по отцовской линии
	Ваша мать	Ваш дед по материнской линии	Ваш прадед по материнской линии
		Ваша бабушка по материнской линии	Ваша прабабушка по материнской линии

В таком случае на нас лежит обязанность, «объединившись с другими, контролировать, чтобы миллиарды ушедших из земной жизни людей обрели возможность получить храмовые благословения» (*From You to Your Ancestors*, p. 63).

Как мы можем помочь усопшим получить благословения таинств спасения?

Напишите на доске: Мы можем помочь усопшим, ведя семейную летопись; составляя родословную своей семьи вплоть до четвертого поколения наших предков; подавая их фамилии в храм для исполнения храмовых таинств; совершая для них таинства в храме.

Составление семейных генеалогических записей

Чтобы помочь нашим предкам получить храмовые таинства, мы прежде всего должны собрать необходимые сведения и составить семейную родословную. Как только мы собрали все необходимые сведения, мы можем начать писать «книгу памяти» (см. Моисей 6:5–6). «Книга памяти представляет собой *собрание* священных индивидуальных и семейных хроник. Ее объем может быть *совершенно произвольным*. . . Это может быть одна или несколько книг. Книга памяти должна содержать сведения, дающие возможность восстановить в памяти духовные благословения, а также духовное наследие, полученное вами от предков» (*From You to Your Ancestors*, p. 6). Все домочадцы должны собирать всевозможную необходимую и доступную информацию как о самих себе, так и о своих предках. (Указания о том, как это следует делать, содержатся в уроке 19 «Ведение личной и семейной хроники» данного руководства.)

Какие сведения мы можем собрать для включения в наши семейные хроники?

Изучение семейной генеалогии

Собрав данные, начинайте изучение вашей генеалогии. Нельзя проделать никакую работу для усопших до тех пор, пока вы не установили их личности. Соберите сведения, устанавливающие личность каждого члена вашей семьи. Узнайте их имена, место рождения, дату рождения и фамилии их родителей. Установить эти фамилии и означает провести генеалогическое исследование. Нам рекомендуется собрать данные и подготовить родословную нашей семьи, содержащую сведения о четырех поколениях наших предков, включающих нас самих, а также наших родителей, бабушек и дедушек, прабабушек и прадедушек (см. иллюстрацию 20-а (20-а)).

Наша родословная начинается с нас самих. Приступая к ее составлению, внесите сведения о себе.

Затем мы должны записать всю информацию о наших предках, которую мы смогли найти, тщательно проверяя точность полученных дан-

ных. После этого нам следует занести собранную информацию в таблицу.

Обсудите иллюстрацию 20-б (=20-b): «Родословная».

Ниже приводится образец того, как следует заносить информацию в таблицу:

1. Имена.

Сначала запишите имя вашего предка, затем *прописными буквами* его или ее фамилию: например, Татьяна Ивановна ПЕТРОВА.

2. Даты.

Запишите даты в следующем порядке: день, месяц, год. По возможности следует записать название месяца полностью, но если это невозможно, сократите его: например, 6 сент. 1902. Перепроверьте дату, чтобы убедиться, что она записана верно.

3. Место рождения.

Запишите место рождения в следующем порядке: город, область, край и страна. Для названий области и края можно пользоваться общепринятыми сокращениями. Проверьте, поставили ли вы запятые между названиями страны и области, области и края, например: Дивногорск, Красноярский край, Россия. Дивногорск — название города, Красноярский край — название края или области и Россия — название страны.

4. Документы.

Перечислите все источники полученной вами информации для того, чтобы указать, откуда она получена, например: (1) свидетельство о рождении хранится у Марии Новиковой и (2) свидетельство о браке сочетании Семена Иванова и Зинаиды Кольцовой.

Попросите присутствующих в классе рассмотреть приведенный в конце урока бланк «Родословная» (иллюстрация 20-в [=20-c]). Обеспечьте чистыми бланками 20-в (=20-c) тех, у кого нет учебных пособий. Попросите каждую сестру правильно записать в начале таблицы свою фамилию, имя и отчество. Попросите сестер продолжить заносить в таблицу все известные им имена и фамилии, даты и места рождения их родственников.

Информацию о семьях следует вносить в таблицу под названием «Родословная».

Попросите каждую из сестер обратиться к содержащейся в конце урока таблице 20-г (=20-d). Раздайте чистые экземпляры таблицы 20-д (=20-e) тем, у кого нет учебных пособий. Объясните, как нужно правильно пользоваться этими таблицами.

Попросите каждую замужнюю сестру вписать свои имя, отчество и фамилию в графу *Жена* на таблице 20-д. Попросите каждую незамужнюю сестру внести свои имя, отчество и фамилию в графу *Дети* и расположить своих братьев и сестер по старшинству. Попросите сестер закончить заполнение таблицы дома. Объясните им, что в соответствии с требованиями программы «Родословная четырех поколений» незамужним сестрам следует заполнить семь

семейных таблиц, а замужним — восемь, по одной для каждой пары родителей и предков, перечисленных в «Таблице четырех поколений» (см. иллюстрацию 20-а (=20-a)).

После того как мы внесли в таблицы всю имевшуюся у нас информацию, нам следует обратиться за дополнительной информацией к другим домохозяевам. Мы можем облегчить свою задачу, если нам удастся подключить к нашим поискам других. Их участие в этой работе приведет к тому, что интерес к семье и Церкви со стороны остальных домохозяев возрастет. Чтобы найти дополнительную информацию, просмотрите каталоги в библиотеках, семейные Библии, а также архивы Церкви и вашей области.

Занимаясь исследовательской работой, всегда ищите вдохновения Святого Духа.

Зачем, выполняя генеалогическую работу, следует искать помощи Святого Духа? (Святой Дух подтвердит, точна ли собранная информация, и укажет нам источник, о существовании которого мы можем не знать.)

Если исследования сопровождаются верой, молитвой и постом, часто может прийти непосредственная помощь от тех, кто, находясь в духовном мире, ожидает исполнения таинств.

Гертруда Тодд — одна из тех, кто получил такую помощь. Она потратила несколько лет на поиски имени, отчества и фамилии деда по линии мужа, Абрахама Тодда. Она знала фамилию его родителей и то, что он родился в 1850 г. в городе Форнсетте, расположенном в графстве Норфолк в Англии. Однако никакой другой информацией об этой семье она не располагала.

В конце концов однажды утром она выложила на стол всю свою переписку и сделанные ею записи. После этого она опустилась на колени и помолилась Господу, испросив Его помощи, как уже неоднократно делала раньше, всегда подкрепляя это постом. Когда же она поднялась с колен, она с изумлением заметила слово *Методист*, написанное на первой странице своих записей прописными буквами черными чернилами на старом английском языке.

Она быстро написала другое письмо, на этот раз настоятелю методистской церкви в городе Форнсетте, Англия.

Вскоре она получила ответ и письмо от одного пожилого, находящегося на пенсии священника, с которым связался этот настоятель. Это был не кто иной, как племянник Абрахама Тодда.

Затем с помощью дополнительной переписки, изучения и исследований была собрана вся необходимая информация. После этого в храме было совершено таинство запечатывания семьи. «Примечательно, что слово *Методист* в конце концов совершенно выцвело. Однако это произошло лишь после того, как точно такое же слово нашли в других семейных архивах в Форнсетте» (Hoyt Palmer, «For Those Who Are Waiting», *Ensign*, Aug. 1974, pp. 75–76).

Если мы старательно занимаемся генеалогическими изысканиями, Господь может оказать нам помощь в поисках необходимой нам информации, которую невозможно было бы найти другим путем.

После того как мы закончили исследования о четырех поколениях своей семьи, нас могут попросить узнать фамилии других усопших предков. В настоящее время у Церкви «имеются обширные банки данных и программы поиска для подготовки семей к храмовой работе» (George H. Fudge in «New Directions in Work for the Dead», *Ensign*, June 1978, p. 64).

Вот что говорил нам об этой новой программе Президент Кимбалл: «Теперь члены Церкви могут вести генеалогическую работу на более высоком уровне, обращаясь с этой целью к программе поиска фамилий, находящейся в ведении руководителей священства на местном уровне, где тем, кто занимается генеалогическими изысканиями, могут быть предоставлены более подробные сведения» («The True Way of Life and Salvation», *Ensign*, May 1978, p. 4).

Исполнение храмовых таинств

После того как вы установили фамилии и имена усопших, проверьте, чтобы для них были совершены такие храмовые таинства, как крещение, эндаумент и запечатывание. Для этого вам нужно подать их фамилии местному руководителю священства, который вышлет их в Генеалогический отдел или же скажет вам, куда их нужно выслать для того, чтобы совершить эти храмовые таинства.

Дети, умершие до достижения ими восьмилетнего возраста, запечатываются вместе со своими родителями, однако никакие другие таинства для них не совершаются. Поэтому очень важно знать, что все те, чьи фамилии поданы для совершения для них таинств, скончались по достижении ими восьмилетнего возраста.

Если мы ведем праведный образ жизни и достойны посещения храма, то мы можем сами совершить таинства для наших предков и других усопших. Совершение таинств для всех усопших — это грандиозная задача, требующая усилий многих людей. Мы должны готовиться к посещению храма и помогать в совершении таинств для усопших. После того как мы совершили храмовые таинства для наших предков, наша главная обязанность состоит в том, чтобы сделать то же самое для других усопших.

Заключение

Господь желает, чтобы всякий человек, который когда-либо обитал на Земле и прожил больше восьми лет, был удостоен чести получить такие таинства, как крещение, эндаумент и запечатывание. Эти таинства могут исполнить для него живущие ныне люди. Наша обязанность — вести генеалогические записи, заниматься различными генеалогическими исследованиями, подавать фамилии и имена

в Генеалогический отдел и по возможности посещать храм и совершать храмовые таинства.

После того как мы совершили все вышеперечисленное, нам следует прислушаться к предостережению Господа и «представить в святом храме Его... -книгу, содержащую записи наших усопших и которая будет достойна полного принятия» (Учение и Заветы 128:24).

Задание

Воспользуйтесь следующей таблицей, чтобы дать оценку тому, что вы сделали, занимаясь вашей семейной генеалогией.

	Да	Нет	Начато
Собрали ли вы воедино и записали ли автобиографию, а также биографии ваших домочадцев и ваших предков?	☐	☐	☐
Начали ли вы писать вашу «книгу памяти»?	☐	☐	☐
Подали ли вы фамилии и имена кого-нибудь из ваших предков в храм для выполнения таинств?	☐	☐	☐
Подтвердили ли вы документами поданную информацию, чтобы убедиться, насколько она полна и точна?	☐	☐	☐
Предпринимаете ли вы настойчивые попытки найти недостающую информацию с тем, чтобы остальные ваши предки из четырех предшествовавших поколений смогли получить благословения спасительных таинств?	☐	☐	☐
Объединяете ли вы ваши усилия с теми родственниками, которые также ведут генеалогические исследования?	☐	☐	☐
Предпринимаете ли вы попытки найти других ваших родственников, чтобы выяснить, какой информацией они располагают?	☐	☐	☐

Священные Писания для дополнительного изучения

Малахия 4:5–6 (деяния Илии Пророка);

1-е Коринфянам 15:29 (крещение для усопших);

1-е Петра 3:18–20 (Христос проповедовал усопшим);

1-е Петра 4:6 (благовествование усопшим);

20-б (=20-b): Родословная.

20-в (=20-c): Родословная (бланк).

20-г (=20-d): «Данные о членах семьи».

20-д (=20-e): «Данные о членах семьи» (бланк).

Родословная

Схема номер 1

Номер 1 на этой схеме то же лицо, что и номер

на схеме номер

Отметьте совершённые обряды:

- ☒ Крещение
☒ Облечение
☒ Сочетание наеки с родителями
☒ Сочетание наеки с супругом/ой
☒ Эта пара имеет данные о членах семьи
☒ Все обряды для детей совершены

Иван Иванович Громов

(Отец № 1) ☒ ☒ ☒ ☒ ☒
 Дата рожд./крещ. (в другой церкви) 1 июня 1920
 Место г. Тверь, Россия
 Дата бракосочетания 10 сент. 1945г.
 Место г. Москва, Россия
 Дата смерти 17 декабря 1981г.
 Место г. Москва, Россия

Алексей Павлович Громов

☒ ☒ ☒ ☒ ☒
 Дата рожд./крещ. (в другой церкви) 25 янв. 1947г.
 Место г. Москва, Россия
 Дата бракосочетания 18 июня 1969г.
 Место г. Москва, Россия

Дата смерти
 Место
 Ирина Дмитриевна Борзосова
 (Супруга № 1) ☒ ☒ ☒

Анна Васильевна Розова

(Мать № 1) ☒ ☒ ☒
 Дата рожд./крещ. (в другой церкви) 8 окт. 1922
 Место г. Москва, Россия
 Дата смерти
 Место

Ваше имя и адрес:
 Татьяна Павловна Громова,
 Россия, Москва,
 Варшавское ш., 21/19,
 кв. 14
 Номер телефона (095) 119-01-84
 Дата заполнения 4 дек. 1994г.

Иван Федорович Громов

(Отец № 2) ☒ ☒ ☒ ☒ ☒
 Дата рожд./крещ. (в другой церкви)
 Место

Дата бракосочетания
 Место

Дата смерти
 Место

Зинаида Алексеевна Зотова

(Мать № 2) ☒ ☒ ☒ ☒ ☒
 Дата рожд./крещ. (в другой церкви)
 Место

Дата смерти
 Место

8 (Отец № 4) ☒ ☒ ☒ ☒ ☒
 Дата рожд./крещ. (в другой церкви)
 Место

Дата бракосочетания

Дата смерти

Место

9 (Мать № 4) ☒ ☒ ☒ ☒ ☒
 Дата рожд./крещ. (в другой церкви)
 Место

Дата смерти

Место

10 (Отец № 5) ☒ ☒ ☒ ☒ ☒
 Дата рожд./крещ. (в другой церкви)
 Место

Дата бракосочетания

Дата смерти

Место

11 (Мать № 5) ☒ ☒ ☒ ☒ ☒
 Дата рожд./крещ. (в другой церкви)
 Место

Дата смерти

Место

12 (Отец № 6) ☒ ☒ ☒ ☒ ☒
 Дата рожд./крещ. (в другой церкви)
 Место

Дата бракосочетания

Дата смерти

Место

13 (Мать № 6) ☒ ☒ ☒ ☒ ☒
 Дата рожд./крещ. (в другой церкви)
 Место

Дата смерти

Место

14 (Отец № 7) ☒ ☒ ☒ ☒ ☒
 Дата рожд./крещ. (в другой церкви)
 Место

Дата бракосочетания

Дата смерти

Место

15 (Мать № 7) ☒ ☒ ☒ ☒ ☒
 Дата рожд./крещ. (в другой церкви)
 Место

Дата смерти

Место

Издательство Церкви Христа Святых посланных дней

Progree Chart (Russian) 31836 1/3 10-89

Родословная

Страна номер _____

Номер 1 на этой схеме то же лицо, что и номер

H3 CHEM3 H01000

Открытые соединенные обложки

- | | |
|---|--------------------------------------|
| К | Крещение |
| О | Облечение |
| С | Сочетание навеки с родителями |
| С | Сочетание навеки с супругом/ой |
| С | Эта пара имеет данные о членах семьи |
| В | Все обряды для детей совершены |

2

(Отец, № 1)

Дата рождения: (в другой строке)
Место

Дата бракосочетания
Место

Дата смерти
Место

1

Дата рождения (в другой черке)
Место
Дата бракосочетания
Место
Дата смерти
Место
(Друпу/а № 1):

3. (Маль № 1)
Дата ронд. крест. (в другой церкви)
Место

Дата смерти
Место

1. <u>Business Name</u> or <u>Address</u> 	
2. <u>Home or Telephone</u> 	3. <u>Day's Appointment</u>

Инициатором Царского Высочайшего Крестного Похода в Афганистан стал

(Отец № 2)

Дата рожд. крещ. (в другом штрике)

Место

Дата бракосочетания

Место

Дата смерти

Место

5
(Мать № 2)
Дата рождения (в другой церкви)
Место

Дата смерти
Место

	(Имя № З)	[к] [о] [ч] [с] [д]
	Дата рождения крест. в другой церкви	
	Место	
	Дата бракосочетания	
	Место	
	Дата смерти	
	Место	

7 (Мать № 3)

Дата рожд. крещ. (в другой церкви)

Место

Дата смерти

Место

(Отец № 4) [] [] [] [] [] [] Период на
Дата рожд./крещ. (в другой церкви) _____
Место

Место
Дата бракосочетания
Дата смерти
Место

9

(Мать № 4) [+] [-] [OK] [Cancel]

Дата рожд. крещ. (в другой церкви)

Место

Дата смерти

Место

10 (Отец № 5) К О Д Ч Г С Р
Дата рожд./смерти (в другой колонке)
Место
Дата бракосочетания
Дата смерти
Место

(Мать № 5)

Дата рожд. крещ. (в другой церкви)

Место

Дата смерти

Место

12 (Отец № 6) К О О Р С А Прост. на
Дана режд. крещ. (в другой церкви)
Место
Дата бракосочетания
Дата смерти
Место

13 (Мать № 6) N O C C Полн. ил.
судим. истории
Дата рожд. крещ. (в другой церкви) _____
Место _____
Дата смерти _____
Место _____

14

(Отв. № 7) [к] [о] [ср] [ос] [с.] [а]

Дата рожд./крещ. (в другой церкви)

Место

Дата бракосочетания

Дата смерти

Место

15. (Маль № 7)
Дата рожд./кром. (в другой ячейке) _____
Место _____
Дата смерти _____
Место _____

(Pedagogical Chart: History) 31626 173 1089

Название мест писать: г. Запорожье, Мелитополь обл.,
Россовка или г. Славута, Одесская обл., Украина.

Адрес писателя: Николай Петрович Пирогов
Адрес писателя: 4 сентября 1964г.

Данные о членах семьи

Печатать через 1.5 мм. 1 Стр. из 3

Муж Имя, отчество: Павел Иванович		Фамилия: ГРОМОВ		☐ См. графу "Другие браки"	
Дата рождения (день, месяц, год): 1 июня 1932	Место: г. Тверь, Россия	Дата совершения обряда СГД:		Храм:	
Дата крещения (в другой церкви):	Место:	Крещен: 5 марта 1933г.		Стокг.	
Дата смерти: 17 дек. 1981г.	Место: г. Москва, Россия	Объявлен: 12 окт. 1994г.		Стокг.	
Дата похорон: 19 дек. 1981г.	Место: г. Москва, Россия	Сочетание наравн с родителями: 12 окт. 1994		Стокг.	
Дата бракосочетания: 10 сент. 1945г.	Место: г. Москва, Россия	Сочетание наравн с родителями: 12 окт. 1994		Стокг.	
Отец мужа: Иван Федорович		Фамилия: Громов		☒ Умер	
Мать мужа: Зинаида Алексеевна		Девичья фамилия: Зотова		☒ Умерла	
Имя, отчество: Алла Васильевна		Фамилия: РОЗОВА		☐ См. графу "Другие браки"	
Дата рождения (день, месяц, год): 5 окт. 1932	Место: г. Москва, Россия	Дата совершения обряда СГД:		Храм:	
Дата крещения (в другой церкви):	Место:	Крещена: 2 марта 1932г.			
Дата смерти:	Место:	Объявлена: 12 окт. 1994г.		Стокг.	
Дата похорон:	Место:	Сочетание наравн с родителями:			
Отец жены: Василий Александрович		Фамилия: Стасов		☒ Умер	
Мать жены: Татьяна Сергеевна		Девичья фамилия: Брянцева		☒ Умерла	
Дети Перечислите всех детей (как живых, так и умерших) в порядке их рождения.					
Пол: М		Имя, отчество: Алексей Павлович		Фамилия: ГРОМОВ	
☐ См. графу "Другие браки"					
Дата рождения (день, месяц, год): 25 янв. 1941	Место: г. Москва, Россия	Крещен: 2 марта 1932г.			
Дата крещения (в другой церкви):	Место:	Объявлен: 12 окт. 1994г.		Стокг.	
Дата смерти:	Место:	Сочетание наравн с родителями: 12 окт. 1994		Стокг.	
Супруга: Ирина Дмитриевна		Фамилия: Борисова			
Дата бракосочетания: 18 июня 1963	Место: г. Москва, Россия	Сочетание наравн с родителями: 12 окт. 1994		Стокг.	
Пол: Ж		Имя, отчество: Татьяна Павловна		Фамилия: ГРОВОА	
☐ См. графу "Другие браки"					
Дата рождения (день, месяц, год): 10 сент. 1941	Место: г. Москва, Россия	Крещена: 2 марта 1932г.			
Дата крещения (в другой церкви):	Место:	Объявлена: 12 окт. 1994г.		Стокг.	
Дата смерти:	Место:	Сочетание наравн с родителями: 12 окт. 1994		Стокг.	
Супруга: Имя, отчество:		Фамилия:			
Дата бракосочетания:	Место:	Сочетание наравн с родителями:			
Пол: Ж		Имя, отчество:		Фамилия:	
☐ См. графу "Другие браки"					
Дата рождения (день, месяц, год):	Место:	Крещена:			
Дата крещения (в другой церкви):	Место:	Объявлена:			
Дата смерти:	Место:	Сочетание наравн с родителями:			
Супруга: Имя, отчество:		Фамилия:			
Дата бракосочетания:	Место:	Сочетание наравн с родителями:			
Выберите только один из приведенных ниже вариантов. Сопутный зам. будет относиться ко всем именам на этом бланке. ☐ Вариант 1 — Семейные записи. Перешлите все имена в свои семейные записи в _____ храм. Я предоставляю личн., замещающее покойного/ую для обрядов: крещения ☐ Объявления ☐ сочетания наравн ☐ Храм назначит личн., замещающее покойного/ую для неоплаченных обрядов. ☒ Вариант 2 — Храновые записи. Перешлите все имена в любой храм и назначьте личн., замещающее покойного/ую для всех установленных обрядов. ☐ Вариант 3 — Записи предков. Перешлите все имена в компьютерный банк записей предков для проведения исследований, но не для исполнения обрядов. Разосланные прилагается.					
Имя, отчество, фамилия: Татьяна Павловна Громова		Адрес: Россия, Москва, Варшавское ш., 121/19, кв. 14			
Телефон: 035 119-01-84		Дата заполнения: 4 декабря 1994г.			
Степень родства по отношению к мужу и жене, указанным на этом бланке					
Муж:		Жена:			

Данные о членах семьи

Печатать через 1,5 мм.

Стр. из

Муж Имя, отчество			Фамилия		☐ См. графу ☐ Другие браки	
Дата рождения (день, месяц, год)	Место	Дата совершения обряда СЦД		Храм		
Дата крещения (в другой церкви)	Место	Крещение				
Дата смерти	Место	Обложение				
Дата похорон	Место	Сочетание навеки с родителями				
Дата бракосочетания	Место	Сочетание навеки с супругой				
Отец мужа Имя, отчество		Фамилия		☐ Умер		
Мать мужа Имя, отчество		Девичья фамилия		☐ Умерла		
		Фамилия		☐ См. графу ☐ Другие браки		
Жена Имя, отчество			Фамилия			
Дата рождения (день, месяц, год)	Место	Дата совершения обряда СЦД		Храм		
Дата крещения (в другой церкви)	Место	Крещение				
Дата смерти	Место	Обложение				
Дата похорон	Место	Сочетание навеки с родителями				
Отец жены Имя, отчество		Фамилия		☐ Умер		
Мать жены Имя, отчество		Девичья фамилия		☐ Умерла		
Дети Перечислите всех детей (как живых, так и умерших) в порядке их рождения.			Дата совершения обряда СЦД		Храм	
1	Пол	Имя, отчество	Фамилия		☐ См. графу ☐ Другие браки	
	Дата рождения (день, месяц, год)	Место	Крещение			
	Крещение (в другой церкви)	Место	Обложение			
	Дата смерти	Место	Сочетание навеки с родителями			
	Супруга Имя, отчество		Фамилия			
	Дата бракосочетания	Место	Сочетание навеки с супругой			
2	Пол	Имя, отчество	Фамилия		☐ См. графу ☐ Другие браки	
	Дата рождения (день, месяц, год)	Место	Крещение			
	Крещение (в другой церкви)	Место	Обложение			
	Дата смерти	Место	Сочетание навеки с родителями			
	Супруга Имя, отчество		Фамилия			
	Дата бракосочетания	Место	Сочетание навеки с супругой			
3	Пол	Имя, отчество	Фамилия		☐ См. графу ☐ Другие браки	
	Дата рождения (день, месяц, год)	Место	Крещение			
	Крещение (в другой церкви)	Место	Обложение			
	Дата смерти	Место	Сочетание навеки с родителями			
	Супруга Имя, отчество		Фамилия			
	Дата бракосочетания	Место	Сочетание навеки с супругой			
Выберите только один из приведенных ниже вариантов. Сделанный вами выбор будет относиться ко всем именам на этом бланке. ☐ Вариант 1 — Семейные записи Перешлите все имена в мои семейные записи в _____ храм. Я предоставляю лицо, замещающее покойного/ую для обрядов: крещения ☐ Обложение ☐ сочетания навеки ☐ Храм назначит лицо, замещающее покойного/ую для неоплаченных обрядов. ☐ Вариант 2 — Храмские записи Перешлите все имена в компьютерный банк записей храмов, замещающие покойного/ую для всех установленных обрядов. ☐ Вариант 3 — Записи предков Перешлите все имена в компьютерный банк записей предков для проведения исследований, но не для исполнения обрядов. Разослание прилагается.			Ваше имя, отчество, фамилия Адрес Телефон () Дата заполнения Степень родства по отношению к мужу и жене, указанным на этом бланке Муж Жена			

Издательство Царства Иисуса Христа Свобода покаяния и милости

(Family Group Record) 31627 175 9-88 Russian Printed in Germany

Учение и Заветы 124:26–39 (постройте дом Господу, где можно было бы выполнять таинства для усопших);

Учение и Заветы 128 (наставления о крещении для усопших);

Иосиф Смит 2:38–39 (миссия Илии).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 40 *Основ Евангелия* («Храмовая и генеалогическая работа»);
2. Приготовьте карандаш для каждой из сестер;
3. Приготовьте доску и мел;
4. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока;
5. Приготовьте чистые бланки для записи родословной для тех, у кого нет учебников.

Планирование здорового питания

Урок 21

Цель урока — помочь вам наладить здоровое питание.

Потребность в регулярном питании

В большинстве стран мира люди едят три или четыре раза в день. Чтобы эта привычка шла нам на пользу, пища, которую мы употребляем, должна обеспечивать наш организм всеми питательными веществами, необходимыми для здоровья и роста. Когда члены семьи питаются все вместе, родители имеют возможность проследить за тем, чтобы каждый из них употреблял достаточное количество разнообразной и здоровой пищи. Помимо этого, совместное питание позволяет им общаться, совместно молиться и делиться друг с другом своим жизненным опытом. Кроме того, родители могут использовать это время для того, чтобы в неформальной обстановке обучать детей основам Евангелия. Когда члены семьи обсуждают меню и едят все вместе, они тратят деньги более экономно. Полноценный обед обходится гораздо дешевле, и он намного полезнее, чем всевозможные «перекусы» в промежутках между завтраком, обедом и ужином. Потребляемая членами семьи полноценная и в достаточных количествах пища сводит к минимуму потребность в дорогих и часто вредных для здоровья «перекусах».

Регулярная и приготовленная вовремя пища имеет и другие преимущества. Члены семьи знают, когда им предстоит завтракать, обедать и ужинать, и стараются каждый раз собираться дома в назначенное время. Если мы питаемся регулярно, наш организм гораздо лучше функционирует. Если мы питаемся регулярно и в одно и то же время, мы лучше работаем, а также получаем возможность предотвратить возникновение некоторых желудочных заболеваний. Особенно полезно регулярное питание детям. Когда они хотят есть, они быстро устают и становятся суетливыми. Регулярное же питание улучшает их настроение.

Одна семья Святых последних дней жила в деревне, где существовала традиция, по которой ели сначала отец со старшими братьями, а потом младшие дети вместе с матерью доедали то, что оставалось. По мере того как эта семья изучала Евангелие, менялись семейные традиции. Мать объясняла потом, что после того, как они узнали о том, как важно, чтобы все члены семьи питались вместе и ели одно и то же, они отказались от этой старой традиции.

Какие преимущества получает (или может получить) семья, если все ее члены питаются вместе? (Семья становится более сплоченной. Появляется возмож-

ность обсудить семейные планы, каждодневные события и дела каждого члена семьи. Когда все члены семьи едят вместе, они могут поговорить о Евангелии, а также решить семейные проблемы. Это прекрасное время для того, чтобы отдохнуть и пообщаться друг с другом.)

Какие преимущества получают члены семьи от регулярного питания? (Можно заранее приготовить здоровую пищу. Наш организм лучше функционирует, если мы питаемся регулярно. Члены семьи получают возможность более продуктивно спланировать свой день.)

Потребность в продуктах питания, входящих в каждую из основных продуктовых групп

Заранее попросите одну из сестер показать таблицу, содержащую три основные группы продуктов питания. Задайте классу четыре вопроса, перечисленные в разделе «Подготовка учительницы к занятию». (Покажите иллюстрации 5-а (=5-а), 5-б (=5-б) и 5-в (=5-с).)

Всякий раз, готовя пищу, включайте в рацион продукты питания, составляющие основные продуктовые группы. Это дает возможность употреблять разнообразную пищу, необходимую для нашего здоровья и роста. В некоторых странах основным продуктом питания является рис. Многие едят его на завтрак, обед и ужин. Из-за такой сложившейся традиции дети в этих странах часто растут ослабленными или болезненными. Они недобирают в росте, потому что не получают необходимых витаминов и минеральных веществ.

В одной из таких стран членов Церкви научили тому, как важно питаться разнообразно. Они узнали о том, что исключительное употребление риса, даже в больших количествах, недостаточно для хорошего здоровья. Для того чтобы выработать привычку регулярно питаться продуктами из всех основных продуктовых групп, они сочинили поговорку: «Рис — скучная пища». И дети в тех семьях, где стали употреблять в пищу разнообразные продукты питания, выросли более здоровыми, нежели дети в соседских семьях, питавшиеся одним рисом.

Какие продукты питания являются для нас основными?

Попросите сестер подумать о приведенной выше поговорке с тем, чтобы еще раз напомнить им о необходимости включать в рацион продукты питания из всех основных продуктовых групп. Запишите поговорку на доске.

Вспоминайте эту поговорку, составляя рацион питания, в который были бы включены продукты питания из всех основных продуктовых групп. При составлении меню начните с наиболее часто употребляемых вами продуктов питания. Затем припомните по одному из продуктов питания, входящих в остальные продуктовые группы, которые можно употреблять в дополнение к основным продуктам питания.

Покажите подготовленную заранее иллюстрацию с изображением пищи, содержащей продукты питания из трех продуктовых групп. Попросите сестер сказать, к какой из продуктовых групп относится изображенная на иллюстрации пища. Попросите их также определить, содержит ли изображенная на иллюстрации пища продукты питания из всех продуктовых групп.

Если пища состоит из трех и более блюд, то, следуя основному правилу, проверьте, чтобы в каждое из них входил как минимум один продукт питания из каждой продуктовой группы. К примеру, пища может состоять из основного блюда, дополненного каким-либо блюдом из группы «Энергия», одним или двумя блюдами из группы «Рост», а также двумя или тремя блюдами из группы «Защита». Это, несомненно, будет обильная еда, но она включит в себя как минимум один из продуктов питания из каждой продуктовой группы.

Потребность в достаточном количестве продуктов питания

После того как для вас станет привычным включать в рацион продукты из каждой продуктовой группы, подумайте о том, в каком количестве эти продукты необходимы для каждого члена семьи. Малое количество того или иного продукта может быть недостаточным для некоторых из ваших домочадцев. То или иное блюдо должно быть в таком количестве, чтобы каждому досталось по три-четыре ложки.

Не повторяйте ошибки, которую совершила однажды группа из десяти женщин, готовивших вместе рис. Эти женщины обошлись несколькими чашками риса, двумя ложками томатной пасты и небольшим количеством мяса. Приготовив блюдо, они решили: «Оно содержит продукты из группы «Энергия», группы «Защита» и группы «Рост». Это — здоровая пища, и ее одной будет вполне достаточно, чтобы все наелись». К несчастью, им не хватило томатной пасты и мяса. После того как они узнали о том, что необходимо иметь в достаточном для всех количестве составляющие то или иное блюдо продукты, они стали тщательнее продумывать меню перед тем, как начинать готовить пищу для своих семей.

Чтобы продуктов было достаточно, нам, возможно, придется покупать более дешевые и более разнообразные из них. Так мы сможем тратить деньги более экономно.

Обратитесь к диаграмме, изображающей продукты питания из каждой продуктовой группы. Какие из них могут показаться вам слишком дорогими, если вы должны будете закупать их в количестве, достаточном для того, чтобы каждому члену семьи досталось три-четыре ложки каждого из них? Какие более дешевые продукты из каждой продуктовой группы могут заменить более дорогие продукты из той же продуктовой группы?

Советы по приготовлению полезной для здоровья пищи

СОСТАВЛЕНИЕ МЕНЮ

Перед тем как идти в магазин за продуктами, продумайте, что вам нужно купить. Проверьте, чтобы каждому домочадцу досталось необходимое количество пищи, приготовленной из продуктов всех продуктовых групп. Хорошо, если вы набросаете на листке бумаги список продуктов, которые вам нужно купить, или же запишете, что конкретно вы хотите приготовить на завтрак, обед и ужин.

СОСТАВЛЕНИЕ СПИСКА ПРОДУКТОВ

Затем составьте список продуктов, которые вам нужно купить. Укажите также, сколько каждого из продуктов вам следует купить. Составление такого списка не только поможет вам запомнить, какие продукты нужно купить, но и убережет вас от траты денег на дорогие продукты питания, без которых вы вполне можете обойтись. Например, имея перед глазами список, вы воздержитесь от покупки дорогих и вредных для здоровья прохладительных напитков или сладостей.

Если перед тем, как идти за покупками, мы спланируем заранее, какие продукты надо купить, нам не нужно будет часто ходить в магазин, и мы сможем потратить время и силы на другие более важные дела, так, как, например, это сделал вдовец с двенадцатью детьми. Он понимал, что у него нет времени на то, чтобы ходить в магазин каждый день. Он мог делать покупки не чаще чем два раза в неделю. Поэтому он заранее тщательно продумывал меню и перед тем, как идти в магазин, точно знал, что ему нужно купить. Сделав закупки, он продумывал также, где и как он собирается их хранить, чтобы его домочадцы питались свежими продуктами.

ПОКУПАЙТЕ НЕДОРОГИЕ, ИМЕЮЩИЕСЯ В ДОСТАТКЕ ПРОДУКТЫ

Покупайте те продукты, которых в магазине много, поскольку в этом случае они будут стоить дешевле. Если это возможно, покупайте больше сезонных продуктов, тогда это обойдется вам дешевле. Высушивайте их или храните так, чтобы их можно было употребить позже. Очень важно, чтобы запасы сезонных продуктов были у вас и в другое время года, когда урожай уже собран.

ВЫРАЩИВАЙТЕ САДОВЫЕ И ОГОРОДНЫЕ КУЛЬТУРЫ; РАЗВОДИТЕ ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ

Многие семьи выращивают фрукты и овощи. Если места мало, можно посадить несколько растений в ящик и поставить его на подоконник или же держать в садике около дома. Если садик маленький, семья, как правило, тут же съедает выращенные овощи и фрукты. Если у семьи большой сад, то в свежем виде съедается лишь часть урожая, остальное же консервируется и съедается позже. Самый распространенный способ сохранить продукты — высушить их.

Чтобы иметь необходимые продукты питания, жители многих стран разводят также животных и птиц. Они могут разводить уток, цыплят, коз, коров, свиней, кроликов и других домашних животных, а также рыбу. От животных мы получаем продукты питания, относящиеся к группе «Рост».

Посадки в саду, уход за ними и сбор урожая, так же как и выращивание животных, требуют тщательного планирования. К примеру, принятие решения о том, где держать животных, чем и кто будет их кормить, является составной частью планирования, которое помогает нам обеспечивать наши семьи здоровой пищей.

ТЩАТЕЛЬНО ПЛАНИРУЙТЕ РАСХОДЫ

Другим видом планирования, которое может помочь нам питаться здоровой пищей, является определение наших расходов на покупку других вещей, помимо продуктов питания. Если мы тщательно продумываем, на что мы потратим деньги, мы можем прийти к мысли, что для сохранения здоровья лучше купить продукты питания, чем истратить деньги на покупку радио или наручных часов. Мы можем также прийти к решению, что лучше потратить деньги на покупку разнообразных продуктов питания из трех основных продуктовых групп, чем на «перекусы» или на прохладительные напитки.

Как пользоваться содержащейся в уроке информацией тем, кто еще не создал собственной семьи?

Заключение

Если мы составляем меню заранее и каждый день питаемся все вместе, мы получаем множество преимуществ как в плане улучшения здоровья, так и в плане построения более тесных взаимоотношений между членами нашей семьи. Потребляемую нами пищу можно считать здоровой, если она содержит хотя бы по одному из продуктов, относящихся ко всем трем основным продуктовым группам. Для того чтобы все домочадцы потребляли на завтрак, обед и ужин достаточное количество пищи, нужно, чтобы каждому досталось не менее трех ложек всех приготовленных блюд. Чтобы готовить пищу, полезную для здоровья и дающую возможность растить здоровых детей, мы должны продумывать заранее, что нам нужно купить или вырастить самим.

Задание

Продумайте, чтобы на будущей неделе еда, которую вы приготовите для ваших домочадцев, была питательной. Проверьте, чтобы каждое блюдо содержало продукты из всех трех продуктовых групп. Проследите за тем, чтобы всем досталось как минимум по три-четыре ложки каждого приготовленного блюда. Продумайте, как добиться того, чтобы пища ваших домочадцев была разнообразной и достаточной. Это поможет им сохранить крепкое здоровье. Добивайтесь поставленной цели, продумывая меню заранее, разбивая, где возможно, сад, или высушивайте и таким образом сохраняйте и запайте сезонные продукты. Анализируйте, на что вы тратите деньги, и, если это возможно, старайтесь расходовать больше денег на закупку полезных для здоровья продуктов питания.

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Чтобы узнать больше по теме урока, просмотрите урок 22 «Питание семьи», а также урок 25 «Приусадебное садоводство» из учебника *Женщина Церкви Святых последних дней. Общее руководство для женщин, часть А*;

-
2. В рационе жителей разных стран сложились традиции употреблять определенные продукты из различных продуктовых групп. Если там, где вы живете, продукты питания разделяются на четыре и более групп, приспособьте этот урок к специфике вашей страны;
 3. Попросите одну из сестер составить таблицу, показывающую три основные продуктовые группы и преимущества употребления в пищу входящих в них продуктов. Попросите ее привести примеры местных продуктов питания из всех продуктовых групп, как показано на иллюстрациях 5-а (=5-a), 5-б (=5-b) и 5-в (=5-c). Попросите ее рассказать содержание таблицы и задать классу следующие вопросы:
Что входит в три основные продуктовые группы?
Какую пользу дает нам употребление в пищу продуктов из каждой из этих групп?
Какие местные продукты питания являются основными в нашем рационе?
 4. Составьте таблицу, где перечислено несколько блюд, состоящих из продуктов, входящих в три основные продуктовые группы;
 5. Если у сестер появятся вопросы по поводу того, как выращивать продукты питания или планировать расходы, попросите их прочитать уроки 26, 25 и 21 «Подсобное хозяйство», «Приусадебное садоводство» и «Семейный бюджет» из книги *Женщина Церкви Святых последних дней. Общее руководство для женщин, часть А*;
 6. Попросите учащихся прочитать или пересказать рассказы из данного урока.

Гигиена матери и ребенка

Урок 22

Цель урока — способствовать улучшению гигиены матери и ребенка.

Гигиена беременной женщины

Одна филиппинская семья пережила огромную трагедию — смерть первого ребенка. Позже они приняли Евангелие и вступили в Церковь. Когда мать почувствовала, что опять беременна, она обратилась к миссионерам из церковной Службы социальной поддержки и попросила их рассказать, что она должна делать для того, чтобы родить здорового, нормального ребенка. Выслушав их советы, она сказала: «Если бы я знала, что делать, раньше, мой первый ребенок не умер бы».

Во время своей второй беременности она делала все от нее зависящее, чтобы с ее следующим ребенком ничего не случилось, и у нее родился великолепный, здоровый малыш. Она называла этого ребенка «мормонским малышом». А ее соседи часто говорили, что они никогда не видывали такого здорового ребенка.

Будущей матери дается особая возможность подготовить свой организм к появлению еще одного из духовных детей Небесного Отца. Наше физическое тело играет настолько важную роль, что называется храмом Божиим (см. 1-е Коринфянам 3:16–17). Нам нужно сделать все, что от нас зависит, чтобы помочь каждому из наших детей правильно сформироваться. Женщина имеет возможность многое делать во время беременности или даже до ее наступления, чтобы помочь своему ребенку родиться крепким и здоровым. Прочитав этот урок, мы узнаем, что мы можем сделать полезного как для матери, так и для ребенка.

ПИТАЙТЕСЬ ПОЛЕЗНОЙ ПИЩЕЙ

Очень важно, чтобы беременная женщина питалась разнообразно. Правильный режим питания оказывает огромное влияние на плод. Питаться правильно настолько важно, что уже молодым, незамужним девушкам необходимо подготовить свой организм, тщательно выбирая, что им следует есть. После замужества им предоставляется прекрасный случай укрепить свое здоровье и родить здоровых детей. Если в привычку у молодой женщины входит употребление разнообразных, полезных для здоровья продуктов питания в достаточных количествах, ее способность рожать здоровых детей возрастает. И если во время замужества и беременности она будет

руководствоваться этими хорошими привычками, она всегда будет правильно питаться сама и научит этому своих детей.

Спросите молодых женщин, что они могут сделать для подготовки к замужеству и рождению детей.

ИЗБЕГАЙТЕ ВРЕДНЫХ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ВЕЩЕСТВ

Беременная женщина должна воздерживаться от употребления вредных для здоровья веществ. Некоторые из этих веществ, особо отмеченные в Слове Мудрости, вредны для всех, но наиболее серьезный вред наносится плоду, если их употребляет будущая мать.

Назовите эти вредные вещества. (Чай, кофе, алкоголь и табак.)

Беременная женщина должна быть крайне осторожной, когда она принимает лекарства и лекарственные препараты. Лекарственные препараты, помогающие в другое время, могут оказывать разрушительное воздействие на ребенка в зависимости от того, когда их принимают. Поэтому лучше всего воздерживаться от приема лекарств, за исключением тех случаев, когда они рекомендуются врачом, знающим о беременности матери.

РЕГУЛЯРНО ПРОХОДИТЕ МЕДИЦИНСКИЕ ОБСЛЕДОВАНИЯ

Женщине следует пойти к врачу или в поликлинику, как только она обнаружит беременность. Врач или медицинская сестра назначит ей обследования, которые необходимо проводить на определенных этапах беременности. Работники здравоохранения, врачи и медицинские сестры знают, какие проблемы могут возникнуть в ходе беременности. Поэтому важно проходить регулярные обследования. Именно с их помощью работники здравоохранения смогут распознать неладное и помочь будущей матери устранить отклонения, пока дело не зашло слишком далеко.

И хотя беременная женщина может делать все необходимое, чтобы сохранить свое здоровье, она все же может чувствовать себя не настолько хорошо, как бы ей того хотелось. Она должна знать, что перемены, происходящие в ее организме, влияют и на ее чувства и что для некоторых беременных женщин перепады радостного настроения и грусти вполне нормальны. В течение первых трех месяцев беременности у женщин часто возникает ощущение, что они нездоровы. У них может болеть спина, наливаются свинцом ноги. К этому нужно относиться спокойно. Если женщина помнит о своем важном призвании матери, изменения в ее организме в первые три месяца беременности пройдут менее болезненно, и она будет ощущать себя более счастливой. Дух Господень также поможет ей быть более счастливой. Она должна молиться и стремиться обрести руководство и общение со Святым Духом. Ей следует помнить, что, рождая ребенка, она и ее муж объединяются с Небесным Отцом в священном деле творения.

Как помогает нам знание того, что смена настроения во время беременности — нормальное явление? (Мы не испытываем чувства тревоги по поводу

смены настроений. Знание этой особенности помогает нам выявить проблемы и разрешить их.)

ОТДЫХАЙТЕ И ЗАНИМАЙТЕСЬ СПОРТОМ

Члены семьи должны помогать беременной матери, когда она плохо себя чувствует. Во время беременности женщина устает быстрее и нуждается в более продолжительном сне. Ей может захотеться спать в течение дня или раньше лечь в кровать вечером.

Поскольку физические упражнения показаны всем, беременные женщины могут продолжать выполнять их в том же объеме, что и раньше. Если беременная женщина недостаточно двигается, она может восполнить недостаток движения ежедневными прогулками. Наряду с прогулками существуют и другие виды полезных физических упражнений. Врач может предписать матери выполнять во время беременности подходящие ее состоянию и полезные для ее здоровья физкультурные упражнения.

Что вы можете сделать для того, чтобы помочь вашей беременной матери, родственнице, подруге или соседке?

СОБЛЮДАЙТЕ ЧИСТОТУ

Чистота очень важна для всех нас, но особенно она важна для беременных женщин, поскольку позволяет предотвратить болезни. Очень важно, чтобы мы употребляли чистую воду для питья и приготовления пищи. Нужно всегда мыть руки после того, как вы сходили в туалет, а также перед тем, как вы начали готовить пищу. Как можно чаще принимайте ванну, чтобы содержать тело в чистоте. Мойтесь и надевайте чистое белье перед тем, как пойти к врачу или в поликлинику.

Что вы можете сделать во время беременности для того, чтобы ваш новорожденный ребенок был здоровым?

Роды

Во время родов очень важно соблюдать чистоту. Тело матери должно быть чистым. Чистыми должны быть руки и одежда тех, кто принимает роды. Пеленки, в которые заворачивают новорожденного, так же как и обстановка в родовой, должны быть стерильными. Те, кто принимает роды, будь то в больнице, родильном доме или дома, должны быть обучены тому, что им следует делать, если матери или ребенку потребуются дополнительные медицинские услуги.

Куда обычно направляются проживающие рядом с вами женщины, чтобы родить ребенка? Поддерживается ли чистота в этих учреждениях? Обучен ли их персонал принимать роды? Если в этих учреждениях недостаточно чисто, куда еще вы можете поехать, чтобы родить? Что вы можете сделать, чтобы улучшить условия в уже существующих учреждениях?

Уход за роженницей

НЕОБХОДИМОСТЬ ДОСТАТОЧНОГО ОТДЫХА

После родов мать может чувствовать усталость и недомогание. Работники здравоохранения помогут ей узнать, в течение скольких

дней следует избегать тяжелой работы. Нужно как можно больше отдыхать. Члены семьи должны продолжать помогать ей для того, чтобы она получила возможность как следует отдохнуть.

СОБЛЮЖДЕНИЕ ПРАВИЛЬНОГО РЕЖИМА ПИТАНИЯ

Пища, которой питается молодая мать, имеет большое значение для ее состояния. Ей следует питаться здоровой пищей, к которой она привыкла. Чтобы у кормящей матери было достаточно молока, она должна употреблять в пищу продукты из всех продуктовых групп. Это важно и для здоровья ее ребенка. Кормящей матери также необходимо пить как можно больше жидкости. Некоторые матери замечают, что определенные продукты, которые они едят, плохо действуют на ребенка, которого они кормят. Им следует избегать употребления таких продуктов, однако при этом продолжать питаться разнообразной пищей в достаточных количествах.

Что вы можете сделать, чтобы помочь вашей матери, родственнице, подруге или соседке, у которой родился ребенок?

Уход за новорожденным

ПИТАНИЕ

Важно, чтобы новорожденный получал полноценное питание. Лучшей пищей для новорожденного, особенно в первые дни после рождения, является грудное молоко. Иногда ребенок не воспринимает материнское молоко. В этом случае мать должна обратиться к патронажной сестре или самостоятельно подобрать для него полноценное искусственное питание. Некоторые виды детского питания стоят дорого и требуют соблюдения определенных мер предосторожности, таких, как чистота и безопасность во время кормления. Часто малышам нужно давать дополнительно жидкость, особенно если они живут в жарком или сухом климате. Их можно поить чистой водой из чистой бутылочки со стерильной соской. Новорожденные, как правило, выпивают определенное количество воды, после чего прекращают пить. Если малышам, которых кормят грудью, не нравится пить из бутылочки и они в этом случае пьют мало жидкости, им нужно давать воду из чистой ложки. Лучше, если вы не будете подслащивать воду сахаром или чем-нибудь еще, если малыши не отказываются от простой воды. Малышам нужно давать возможность время от времени срыгивать, чтобы во время кормления у них в желудке не скапливались газы, не было рвоты и не болели животы. Чтобы малыш срыгнул, его можно прижать к плечу, похлопать по спинке или потереть ее.

ЧИСТОТА

Чистота важна для малышей, поскольку их организм не может еще справляться с болезнями. При возможности малышей нужно ежедневно купать. Сначала нужно вымыть лицо, голову и шею, потом руки и ноги. Складочки на ногах и руках нужно тщательно промыть. Закончить мытье ребенка нужно подмыванием. Купать можно даже крошечных детей, но при этом необходимо оберегать их от сквозня-

ков и переохлаждения. В странах с суровым климатом можно купать малышей по частям. После мытья и вытирания насухо одного участка тела следует приступить к мытью следующего. Купая ребенка таким способом, нужно следить, чтобы он был запеленат в сухие пеленки.

Если малышу подкладывают подгузники, необходимо менять их, как только они намокнут или испачкаются. Участок между ножками ребенка нужно всегда тщательно протирать перед тем, как вы подложите чистый, свежий подгузник. Подгузники нужно хорошо отстирывать, полоскать в чистой воде и высушивать на солнце. Это поможет снять раздражение кожи.

ПРЕДОХРАНЕНИЕ ОТ ОПАСНОСТИ

Чтобы не упасть, малыши должны спать в безопасном месте, например в детской кроватке с бортиками. Хорошо класть ребенка на жесткое. Нельзя оставлять его без присмотра, если существует опасность, что он изогнется, скатится к краю и упадет. Детей также необходимо охранять от мух, других насекомых и животных.

Что вам нужно сделать, чтобы уменьшить подстерегающие малышей опасности, если проживающие в вашем районе молодые мамы сталкиваются с подобными проблемами?

СЛУЖБА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Малыши нуждаются в услугах здравоохранения. Для проведения вакцинации против тех или иных заболеваний периодически носите малыша в поликлинику или показывайте врачу. Работники здравоохранения могут также определить, нормально ли развивается ребенок.

ЛЮБОВЬ

Необходимо, чтобы малыши чувствовали, что они желанны и любимы. Мы можем показать им, что мы их любим, беря на руки и обнимая их и даже разговаривая с ними нежным голосом.

Что еще мы можем сделать, чтобы дать ребенку почувствовать, что мы его любим?

Разговаривая с малышом, мы помогаем ему постигать окружающий мир и учиться мыслить. Родители и дети в семье могут объяснять малышам общеизвестные понятия, такие, например, как «Это — цветок», «Это — цыпленок» или «Смотри, это мальчик!». Мы также можем помочь малышу тем, что снабдим его различными игрушками. Даже самые крошечные дети учатся, играя. Игрушки наших детей должны быть красочными и общедоступными. Эти игрушки должны быть чистыми, потому что малыш обязательно потянет их в рот. У игрушек не должно быть острых углов или составных частей, которые можно отломать и проглотить.

Заключение

Хорошее питание, чистота, забота о здоровье, защита от несчастных случаев, достаточный отдых и физические упражнения очень важны для беременных женщин, молодых матерей и малышей. Если мы делаем все от нас зависящее, чтобы исполнить эти пожелания, мы справляемся со своими обязанностями обеспечить каждого появившегося на свет духовного ребенка нашего Небесного Отца здоровым телом. Однако даже в том случае, если и матери, и дети следуют этим советам, у них могут возникать проблемы со здоровьем. Мы не всегда понимаем, из-за чего появляются те или иные проблемы, но их все же гораздо меньше, если мы следим за здоровьем матерей и их детей.

Задание

В течение следующей недели проанализируйте состояние своего здоровья. Если вы беременны или планируете стать матерью в будущем, начните укреплять свое здоровье, чтобы ваши будущие дети родились здоровыми и крепкими. Подумайте, чем вы можете помочь беременной женщине или молодой матери, и затем по возможности помогайте им. Смастерите безопасную игрушку для какого-нибудь знакомого малыша и постарайтесь показать ему, как сильно вы его любите.

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Просмотрите уроки 23 и 24 «Питание матери и ребенка» и «Профилактика заболеваний» из пособия *Женщина Церкви Святых последних дней. Общее руководство для женщин, часть А*. Если у сестер появятся вопросы, отошлите их к соответствующим урокам.
2. Подумайте, какие отрывки из данного урока больше всего подходят для жительниц вашей области. Пусть сестры подумают над тем, насколько важно использовать положительный опыт других. Призовите женщин к тому, чтобы они продолжали применять этот опыт в своей повседневной жизни.
3. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Оказание первой помощи, часть 1

Урок 23

Цель урока — помочь вам научиться предотвращать несчастные случаи, проявлять самообладание, если они уже произошли, постараться самостоятельно свести к минимуму их вредные последствия, а также, если это необходимо, вызвать скорую помощь.

Забота о наших смертных телах

Будучи членами Церкви Иисуса Христа Святых последних дней, мы признаем важность как нашего физического, так и духовного существования. Учась тому, как избежать некоторых несчастных случаев и как свести к минимуму последствия наиболее распространенных из них, если они все-таки произошли; мы готовим себя к тому, чтобы оберегать наши смертные тела и заботиться о них. Очень важно также, чтобы мы имели некоторые основные знания и умели оказывать первую помощь. Если мы в состоянии это сделать, то сможем лучше служить другим и благословлять их, так же как и самих себя.

Попросите заранее назначенных сестер кратко рассказать притчу о добром Самарянине (см. от Луки 10:25–37).

Прочитайте от Луки 10:34.

Что сделал Самарянин? (Оказал такую первую помощь, какую он мог оказать, пользуясь характерными для того времени местными традициями и опытом.)

Как предотвращать несчастные случаи?

Несчастный случай — это неожиданность, произошедшая с кем-либо, в результате которой человеку были нанесены травмы. К сожалению, мы начинаем размышлять о возможности предотвратить тот или иной несчастный случай уже после пережитых нами физических страданий, раскаяния и сожаления по поводу произошедшего. Мы осознаем, насколько глупо дожидаться несчастного случая, чтобы понять, что он мог бы вообще не случиться.

Старейшина Лорен С. Дани из Первого Кворума Семидесяти вспоминает один случай, произошедший с его дочерью, когда он предупредил ее, что она должна быть осторожна, однако это не предотвратило несчастного случая.

«У нас есть трехлетняя дочь, которую мы нежно любим. Как-то я работал дома за письменным столом, а она в это время играла в моей комнате со стоящим на столе стаканом с водой. Когда она взяла этот большой стакан своими крохотными пальчиками, я несколько раз предупредил ее, чтобы она была осторожна, не то

она разобьет стакан. Это в конце концов и случилось. Стакан вдребезги разбился, а осколки разлетелись во все стороны...

И поскольку она часто играет босиком, я вынес ее из комнаты и вымел все осколки. Но тут же мне в голову пришла мысль, что я убрал не все осколки стакана и что когда-нибудь, когда она снова придет сюда играть, ее крошечные ножки наступят на оставшийся незамеченным осколок, и она пострадает от своего же собственного проступка» (In Conference Report, Oct. 1969, pp. 13–14. Цит. по Leon R. Hartshorn, comp., in «Splinters of Glass,» *Outstanding Stories by General Authorities*, vol. 2, pp. 93–94).

Часто мы чувствуем, что единственное, что мы можем сделать, чтобы предотвратить несчастный случай, — это предупредить о его последствиях. Однако гораздо более эффективными представляются попытки изменить складывающуюся опасную ситуацию.

Что могли бы сделать родители или старшие дети, чтобы предотвратить описанный выше несчастный случай? (Убрать с глаз опасный предмет, отыскать что-либо менее опасное для игры, чем стакан; разрешить ребенку пользоваться тем или иным предметом в более безопасном положении, например попить воды, сидя на полу, вместо того чтобы играть со стаканом.)

У всех нас был тот или иной печальный опыт, полученный в результате произошедшего дома несчастного случая. Поскольку большинство несчастных случаев происходит либо дома, либо где-нибудь поблизости, давайте остановимся на том, что чаще всего приводит к их возникновению и что мы можем сделать, чтобы их предотвратить.

ОПАСНЫЕ ВЕЩЕСТВА

Некоторые вещества, которые мы часто храним дома, могут быть ядовитыми. Так, керосин и другие виды горючего обладают ядовитыми свойствами. Очень опасны попавшие внутрь или длительное время находившиеся в контакте с кожей пестициды, отбеливатели, моющие средства, жаропонижающие растворы.

Какие опасные жидкости или порошки держат дома жители той области, где вы живете?

Другой разновидностью опасных веществ являются лекарства. Лекарства помогают больным, но если их принимать неправильно, они могут и навредить. Неблагоразумно хранить лекарства после выздоровления больного, для которого они были выписаны. По прошествии времени действие тех или иных лекарств усиливается или же, наоборот, ослабевает. Лечебные свойства некоторых из них становятся более слабыми, чем в то время, когда их покупали. К тому моменту, когда забудется болезнь, для лечения которой лекарство было выписано, бывший больной может принять его от чего-нибудь еще и тем самым ухудшить состояние своего здоровья. Поскольку лекарства, выписанные одному больному, могут быть бесполезными или даже вредными для другого больного, страдающего от аналогичного заболевания, лучше, чтобы лекарство употреблялось только тем

больным, для которого оно выписано. Лекарство может принести вред и в том случае, если нарушается дозировка. Особенно важно, чтобы дети принимали лишь выписанные им дозы, которые, как правило, гораздо ниже доз, предназначенных для взрослых.

Как важно хранить лекарства в недоступном для маленьких детей месте, вы увидите из приводимого ниже рассказа.

Однажды заболел маленький мальчик. Родители отвезли его в больницу. Врач обследовал ребенка и выписал ему лекарство. Они приехали домой, и мальчик остался в своей комнате один, пока другие занимались своими делами. В это время ребенок нашел пузырек с лекарством и выпил сразу все его содержимое, хотя ему полагалось принимать по две чайные ложки каждые четыре часа. Когда родители опять заглянули к нему, они обнаружили, что ему плохо. Однако ничего уже нельзя было сделать, и ребенок умер.

Что могут сделать члены семьи для того, чтобы предотвратить подобный несчастный случай? Что мог бы сделать каждый член семьи, чтобы предотвратить несчастье?

Поскольку мы часто употребляем в хозяйстве те или иные опасные вещества, мы вынуждены держать их дома. Однако мы должны сделать все от нас зависящее, чтобы домочадцы по ошибке не съели или не выпили их, или же не находились в контакте с ними продолжительное время. Для этого надо написать названия этих веществ на емкостях, в которых они хранятся.

Покажите иллюстрацию 23-а (=23-а): «Этикетки на упаковках с опасными веществами».

Предупредить о том, что внутри емкости — яд, можно с помощью самого простого рисунка. Даже те, кто не умеет читать, поймут, что нарисованный знак или картинка означают «Опасно!» или «Яд!».

Опасные вещества должны храниться на высокой полке или в закрытом шкафу, чтобы маленькие дети не смогли добраться до них.

Выясните, какое противоядие от хозяйственных или других ядов можно купить в том районе, где вы живете. Узнайте, куда можно позвонить, если вам будет необходима профессиональная медицинская помощь, и что нужно делать в том случае, если кто-либо случайно выпьет яд или подвергнется его вредному воздействию.

Какие меры предосторожности мы можем предпринять дома, чтобы предотвратить отравления?

ОПАСНЫЕ ПРЕДМЕТЫ

Очень часто в домашнем хозяйстве содержатся опасные острые предметы. К примеру, потенциально опасны ножи, ножницы и различные инструменты. Чтобы сделать наш дом более безопасным, нам следует приобрести определенные навыки того, как пользоваться этими предметами.



Мы можем убрать опасные предметы подальше от детей. Если мы хотя бы на минутку оставим нож на виду, ребенок может схватить его и пораниться.

Покажите иллюстрацию 23.6 (=23.6): «Женщина лающая девочку, держащую»

Некоторые инструменты могут быть опасны для окружающих или же совершенно безопасны, в зависимости от того, как с ними обращаться. Следите за своими движениями, когда пользуетесь ножом и рядом с вами находится кто-нибудь из домочадцев, чтобы, сделав бесконтрольное движение, вы случайно не поранили его. К примеру, сделайте привычкой протягивать кому-нибудь эти предметы тупым концом. Научитесь правильно пользоваться ножами и другими опасными инструментами, обучите этому детей.

Спички полезны, если ими правильно пользоваться. Однако игра со спичками и небрежное пользование ими может нанести огромный вред и даже причинить ущерб. Храните спички в недоступных для детей местах.

Где нам следует хранить опасные предметы, если мы хотим избежать несчастных случаев?

Как мы можем сделать безопасным пользование опасными предметами?

ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ

Результатом особых ситуаций являются различные несчастные случаи. Они отличаются от района к району и даже от дома к дому. Некоторые случаи тем не менее являются типичными, общими, и их можно постараться избежать.

Много повреждений люди наносят себе тогда, когда они пытаются дотянуться до какого-нибудь высокого места у себя дома или во дворе. Чтобы избежать таких повреждений, тщательно выберите предмет, на который вы собираетесь встать, или же попросите кого-нибудь поддержать его. Если мы обратим на это внимание, нам удастся предотвратить серьезные травмы.

Травмы могут произойти, если мы пролили что-нибудь на пол и не вытерли его. Легко упасть, споткнувшись, обо что-то такое, что не должно стоять на этом месте. Дети могут оставить мяч или игрушку на ступеньках, а кто-нибудь из домочадцев, проходя по лестнице и не глядя под ноги, может их не заметить. В некоторых семьях введено правило тут же убирать вещи по своим местам после того, как ими пользовались. При этом резко снижается возможность травм.

Какие ситуации в вашей местности могут привести к несчастному случаю?

Что можно сделать для того, чтобы предотвратить несчастные случаи?

Остерегайтесь оставлять детей одних там, где они могут обвариться горячей водой или утонуть. Не разрешайте также детям играть

23-а (=23-а): Этикеты на упаковках с опасными веществами.



с электрическим оборудованием, чтобы их не ударило током или они не получили ожог.

Несчастные случаи часто происходят на кухне или поблизости от нее. В некоторых странах, где пищу готовят на огне, разводимом на земляном полу или же просто на земле, маленькие дети получают ожоги, оказываясь слишком близко от огня. Безопаснее размещать очаг на некотором возвышении. Готовя пищу немного выше поверхности земли, мы предотвращаем возможность того, что малыши будут ползать около огня. Это также исключает попадание в пищу грязи и пыли от наших ног, что делает ее чище и пригоднее для еды.

Там, где готовят пищу на плите или каком-нибудь возвышении, не следует оставлять ручку чайника повернутой наружу. Дети могут дотянуться, ухватиться за эту ручку и обвариться горячей едой или жидкостью.

Часто ли происходят несчастные случаи на вашей кухне или там, где вы готовите? Если это так, что вы можете сделать, чтобы это место стало более безопасным?

Иногда свечи, фонари или печки размещают слишком близко к поверхностям, которые могут загореться. Так, к примеру, могут загореться развевающиеся вблизи пламени оконные занавески. Ящик, поставленный слишком близко к камину, может вспыхнуть во время разжигания огня.

Если у вас дома существуют такого рода проблемы, как вам справиться с ними?

Какие еще опасные ситуации, приводящие к несчастным случаям, вы можете назвать?

Что вы можете сделать, чтобы обстановка дома стала более безопасной?

Спокойное и разумное поведение при несчастных случаях

Очень важно, чтобы, оказывая помощь получившему травму человеку, мы не теряли самообладания. Травма может быть серьезной, но нам следует сохранять спокойствие самим и всячески успокаивать пострадавшего. Зачастую реакция жертвы несчастного случая отражает реакцию окружающих. Если мы плачем и впадаем в истерику, он может подумать, что его травма более серьезна, чем на самом деле. Это может расстроить его до такой степени, что он решит, что все равно умрет, и он не захочет принять никакой медицинской помощи. Если оказать первую помощь спокойно, то можно свести к минимуму или предотвратить шоковую реакцию жертвы. Чтобы действовать целенаправленно и со знанием дела, нам необходимо точно знать, что следует предпринять в тех или иных наиболее часто происходящих несчастных случаях. Иногда нам следует действовать, используя приемы, описанные в уроке 24 «Оказание первой

помощи, часть 2». Мы должны обучить этим приемам старших детей в семье для того, чтобы они были готовы действовать в чрезвычайных обстоятельствах. Очень хорошо, если мы действуем с молитвой в сердце, чтобы лучше воспринять руководство свыше.

Техника оказания первой помощи

Помимо того, что мы можем обезопасить наш дом от возникновения несчастных случаев и научиться оказывать первую помощь, мы должны позаботиться о наличии аптечки со всем необходимым для оказания такой помощи. И если несчастный случай все же произошел, у нас под руками всегда должны быть средства для оказания первой помощи.

Хотя набор таких средств может быть различным, в него обязательно должны входить следующие предметы.

МЫЛО

Мыло необходимо для того, чтобы смыть с раны грязь, удалить осколки или стекло. Мы, конечно, можем пользоваться тем же мылом, которым мы пользуемся ежедневно, однако нам следует позаботиться о том, чтобы при возникновении чрезвычайных обстоятельств у нас под руками всегда было мыло. Тот, кто оказывает первую помощь, должен тщательно вымыть руки водой с мылом, чтобы избежать возможного распространения инфекции.

ЧИСТАЯ ВОДА

Если у вас возникают проблемы с водой, запаситесь емкостью с чистой водой, которая будет вам нужна для промывания ран.

ДЕЗИНФИЦИРУЮЩЕЕ СРЕДСТВО

Дезинфицирующее средство обладает более сильным воздействием, чем вода или мыло, и помогает предотвратить возникновение инфекции. Спирт или 2%-ный раствор йода являются самыми распространенными дезинфицирующими средствами.

ЧИСТЫЕ ПОЛОСКИ МАТЕРИИ

Их можно использовать в качестве бинтов. Для того чтобы изготовить такие бинты, прогладьте утюгом чистые полоски материи до такого состояния, чтобы отпарить или даже прокалить их. Вымойте руки и после этого вложите одну проглаженную тряпку внутрь другой чистой тряпки. Это позволит вам подготовить надежные бинты для перевязки кровоточащей раны.

РВОТНЫЙ КОРЕНЬ

Вызывает рвоту, что является первой помощью при отравлениях ядами. Рвотный корень можно приобрести во многих аптеках. Если же его нет в продаже в данный момент, работники здравоохранения могут рекомендовать для вашей аптечки другое вещество.

ОСВЯЩЕННОЕ МАСЛО

Благословляя больных, носители Священства Мелхиседекова пользуются особо благословленным, или освященным, оливковым маслом. Спросите у руководителей священства, как вам приобрести небольшой пузырек с освященным маслом. Храните его вместе с предметами для оказания первой помощи. При чрезвычайных обстоятельствах или в других ситуациях им могут воспользоваться *носители священства*.

АПТЕЧКА

Вышеперечисленные предметы нужно хранить в закрытой емкости, куда не проникает пыль и влага. Эта емкость, которую маленькие дети не смогут открыть, должна располагаться в безопасном и недоступном для них месте. Нам следует обучить старших детей умению оказывать элементарную первую помощь. Мы должны также быть уверенными в том, что в чрезвычайной ситуации они будут в состоянии достать предметы, которые им могут понадобиться.

ГОТОВЫЕ ПЕРЕВЯЗОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Можно также, если это возможно, сделать запасы лейкопластырей, бинтов, марли и т.д.

Заключение

Пытаясь превратить наш дом в более безопасное место, мы можем предотвратить многие несчастные случаи. К примеру, опасные вещества следует хранить таким образом, чтобы они не причинили несчастий детям и другим домочадцам. Опасные предметы следует хранить и использовать таким образом, чтобы ими никто не смог пораниться. Мы в состоянии снизить риск возникновения опасных ситуаций, наблюдая за тем, чем заняты дети, проверяя, чтобы их занятия не принесли им вреда, иметь под рукой аптечку, в которой будет все необходимое для оказания первой помощи. Мы должны уметь не теряя самообладания и квалифицированно оказать первую помощь получившему повреждение человеку.

Задание

На следующей неделе внимательно обследуйте ваш дом. Используйте и храните вредные вещества и представляющие угрозу людям предметы в безопасных местах. Постарайтесь снизить возможность возникновения опасных ситуаций. Если у вас дома еще нет аптечки со всем необходимым для оказания первой помощи, начните собирать ее.

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Определите, какие из проблем, описанных в уроке, являются наиболее распространенными в вашем районе. Акцентируйте внимание на тех

частях урока, которые вы считаете особенно важными для обсуждения. Похвалите сестер за принятые ими меры предосторожности;

2. Попросите кого-нибудь из сестер кратко пересказать притчу о добром Самарянине (см. от Луки 10: 25–37);
3. Если у кого-нибудь из сестер есть вопросы о благословении носителями священства больных или пострадавших от несчастных случаев, отошлите их к уроку 12 «Таинства священства» в книге *Женщина Церкви Святых последних дней. Общее руководство для женщин, часть А*;
4. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Оказание первой помощи, часть 2

Урок 24

Цель урока — помочь вам научиться оказывать первую помощь при наиболее распространенных повреждениях.

Подготовка к оказанию первой помощи

Лучше всего попытаться предотвратить повреждения. Многочисленные примеры того, как предотвращать несчастные случаи и повреждения, обсуждались в уроке 23 «Оказание первой помощи, часть 1». И все-таки, несмотря на все принятые меры предосторожности, несчастные случаи происходят, и всем нам, а многие из нас — матери, нужно научиться оказывать первую помощь в самых распространенных случаях.

Если кто-нибудь получил повреждение, начните оказание помощи прежде всего с тех действий, которые помогут спасти его жизнь. Во-первых, если это необходимо, попытайтесь перенести пострадавшего в другое место и таким образом изолировать его от угрожающей его жизни ситуации; например, вынесите его из горящего дома. Во-вторых, восстановите его дыхание. В-третьих, попытайтесь остановить сильное кровотечение. В-четвертых, проверьте, не отравился ли он ядом. В-пятых, попытайтесь снять болевой шок. Затем, если это необходимо, окажите первую помощь. Если повреждение серьезно, вызовите скорую помощь. Если рядом с пострадавшим оказались еще несколько человек, один из них может попытаться вызвать скорую помощь, в то время как другие попытаются восстановить дыхание пострадавшего и остановить кровотечение. Во время оказания помощи действуйте спокойно и, насколько можете, подбадривайте пострадавшего.

Почему следует восстановить дыхание пострадавшего, прежде чем вы начнете останавливать кровотечение?

Почему необходимо остановить кровотечение, прежде чем вы начнете устранять болевой шок?

Как восстановить дыхание

Дыхание может остановиться, если человек подвержен определенным заболеваниям, отравился теми или иными ядами, получил электрошок, тонул, перенес инфаркт, принял слишком большую дозу лекарств или наркотиков, вдыхал воздух с недостаточным содержанием кислорода. Если у человека остановилось дыхание, его нужно восстановить немедленно, чтобы избежать нарушения мозгового кровообращения. Наиболее эффективным способом является дыха-

ние по типу «рот в рот». Вы можете сделать это, вдыхая воздух из вашего рта в рот пострадавшего и в его легкие. Обучите учащихся следующим действиям или пригласите сделать это квалифицированный медицинский персонал:

1. Быстро и тщательно оботрите полость рта пострадавшего, чтобы устранить все, что препятствует дыханию. Если это необходимо, вытащите наружу его язык.
2. Запрокиньте голову пострадавшего назад так, чтобы подбородок смотрел вверх. Это открывает доступ воздуха в его легкие.
3. Зажмите нос пострадавшего, чтобы предотвратить утечку воздуха через нос. Обхватите ртом рот пострадавшего и вдыхайте воздух в его легкие. Вдыхайте воздух в рот пострадавшего с частотой вашего собственного нормального дыхания. Если пострадавший — маленький ребенок, вдыхая воздух в его легкие, закройте вашим ртом его рот и нос. Дышите короче и чаще.
4. Следите за грудной клеткой пострадавшего. Как только вы заметите движение, прекратите делать искусственное дыхание. Освободите рот пострадавшего и дайте ему возможность выдохнуть. Продолжайте делать искусственное дыхание до тех пор, пока пострадавший не начнет дышать самостоятельно. Если он не начал дышать через 10 минут, проверьте его глаза. Закройте рукой глаза пострадавшего и затем уберите руку; если зрачки расширены и не реагируют на свет, прекратите делать искусственное дыхание. Если глаза пострадавшего не реагируют на свет в течение 10 минут, его, по всей видимости, уже нельзя спасти.

Как остановить кровотечение

Если из раны обильно течет кровь, необходимо остановить кровотечение. Это можно сделать, наложив на рану толстую тканевую повязку. Очень полезны будут в этом случае приготовленные вами заранее и хранящиеся в домашней аптечке для оказания первой помощи чистые бинты. Если под руками ничего нет, надавите на рану куском какой-нибудь ткани или собственной ладонью. Давление ослабит или даже прекратит кровотечение. Если ткань пропитается кровью, наложите сверху другой кусок ткани, не убирая первый, и продолжайте давить на рану. Поднятие пораженного участка выше области сердца также поможет уменьшить кровотечение. Если же рана слишком глубока, пострадавшего следует отвезти в больницу, где медицинские работники зашьют или обработают ее.

Если кровотечение незначительно, промойте рану водой с мягким мылом. Ополосните ее чистой водой и накройте несколькими слоями чистой ткани. Давите на рану в течение нескольких минут до тех пор, пока не остановится кровотечение. Если рана загрязнена, возьмите чистый бинт, чтобы обеспечить чистоту (см. *Advanced First Aid and Emergency Care*, American National Red Cross [Garden City, N.Y.: Doubleday and Co., 1973], p. 38).

Некоторые некровоточащие раны могут оказаться очень глубокими. Они могут быть вызваны повреждением гвоздем, стрелой, пулей или же другим подобным предметом. Поскольку глубокие раны крайне трудно промыть водой с мылом, введение противостолбнячной сыворотки предотвратит возникновение столбняка. Порой глубокая рана служит причиной столь серьезных заболеваний, что это может привести к смертельному исходу. Поэтому, если кто-либо получит такое ранение, ему нужно немедленно обратиться за помощью в близлежащее медицинское учреждение, чтобы определить, нужен ли ему противостолбнячный укол.

Очень важно внимательно следить за такими проявлениями инфекции, как покраснение, появление опухоли, гноя, пульсирующей боли, расходящихся от раны красных полосок или повышение температуры. При появлении этих симптомов немедленно обращайтесь за дополнительной медицинской помощью.

Как лечить отравления

Отравления — часто встречающееся явление. Маленькие дети часто становятся жертвами случайных отравлений, поскольку они любопытны и тащат различные предметы в рот. Взрослые также страдают от случайных отравлений.

Если яд попал в организм человека через рот, следует прежде всего очистить его от всех остатков яда. Дальнейшее лечение зависит от того, какой яд привел к отравлению. После того как пострадавшему будет оказана первая помощь, нужно обратиться за дополнительной медицинской помощью.

Некоторые яды приводят к воспалению или повреждению тканевых покровов, в то время как другие приводят к повреждениям иного характера. Лечение отравлений, в результате которых не произошло нарушения тканевых покровов, состоит в том, чтобы вызвать у пострадавшего рвоту, дав ему выпить воды или другой жидкости. Крайне эффективным средством для этого является рвотный корень, однако он действует не менее чем через 15 минут после его принятия. В течение этого времени пострадавшего ни в коем случае нельзя оставлять одного. Если у вас под рукой нет рвотного корня или другого рвотного средства, вызовите рвоту, надавив пальцем или ложкой на корень языка пострадавшего. Наклоните его вперед, чтобы он не захлебнулся рвотными массами. Если он теряет сознание, наклоните его назад. После того как его стошнит, дайте ему противоядие для того, чтобы вывести из организма остаток яда. Противоядием может служить активированный уголь, а также крошки, которые вы соскребли с подгоревшего тоста. Кроме того, дайте пострадавшему слабительное или стакан соленой воды для того, чтобы ускорить вывод из его организма остатков яда.

Ядами, разрушающими кожные покровы, являются щелок, бензин и керосин. Если человек выпил один из таких ядов, *рвоту вызывать*

у него *нельзя*. Так как эти яды ведут к разрушению слизистой оболочки, рвота может лишь усугубить этот процесс. Напротив, дайте пострадавшему как можно больше воды, чтобы разбавить яд. Кроме того, полезно дать слабительное.

Опасными являются также определенные части ядовитых растений, морские животные, рыба, змеи и насекомые. Оказанию первой помощи при таких отравлениях вас могут обучить местные медицинские работники.

Как вывести человека из шокового состояния

Шок является реакцией организма на повреждение или стресс. Иногда он возникает как результат тяжелой травмы или какого-нибудь заболевания, а также мощного эмоционального потрясения. Шок может наступить не только одновременно с ранением или стрессом, но и по прошествии некоторого времени. Во время шока дыхание и пульс пострадавшего могут замедлиться до такой степени, что он может умереть. При несчастном случае наличие шока нужно предполагать всегда. Если вы пытаетесь вывести пострадавшего из шокового состояния, вы должны уметь и предотвратить его.

Тело человека, находящегося в состоянии шока, проходит целый ряд изменений. *Кожа* сначала бледнеет, затем приобретает синюшный оттенок. Потом она становится влажной и холодной. Может появиться обильная *испарина*, особенно вокруг рта, на лбу и ладонях рук. *Пульс* может участиться, а может, наоборот, замедлиться до такой степени, что перестанет прощупываться на запястье (однако все же будет ощущаться на шее). *Дыхание* может участиться. Часто наступает слабость, беспокойство, возбудимость и жажда. Иногда появляется ощущение тошноты и рвота.

Очень важно сделать все возможное, чтобы свести шок к минимуму. Если же шоковая реакция пострадавшего становится слишком сильной, он может стать апатичным и перестать реагировать. Его кожа может покрыться пятнами. В глазах появится отсутствующее выражение, зрачки расширятся. Он может потерять сознание. Если температура тела пострадавшего, находящегося в бессознательном состоянии, резко упадет, он может умереть.

Для того чтобы вывести человека из шокового состояния, его нужно *уложить, согреть и успокоить*. После того как к нему вернется сознание и обильное кровотечение будет остановлено, его поведение необходимо контролировать.

Запишите на доске три следующих предложения.

УЛОЖИТЕ ПОСТРАДАВШЕГО

Если лицо или рот пострадавшего повреждены, он находится без сознания или его тошнит, лучше всего наклонить его голову в сторону или уложить набок. Такое положение позволит слюне или рвотной массе беспрепятственно вытекать изо рта.

Покажите иллюстрацию 24-а (=24-а): «Положение тела пострадавшего».

Если голова пострадавшего повреждена и его дыхание затруднено, слегка приподнимите ему голову.

Если на голове, спине или шее пострадавшего нет ран, слегка приподнимите его ноги для того, чтобы улучшить циркуляцию крови.

Если раны трудноопределяемы, лучше, чтобы пострадавший лежал прямо.

СОГРЕЙТЕ ПОСТРАДАВШЕГО

Чтобы предотвратить переохлаждение тела пострадавшего, его необходимо накрыть одеялом или какой-нибудь одеждой.

УСПОКОЙТЕ ПОСТРАДАВШЕГО

Человек, оказывающий первую помощь, должен делать это спокойно даже в том случае, если у пострадавшего тяжелые повреждения. Спокойное поведение окружающих может в значительной мере ослабить его шоковое состояние.

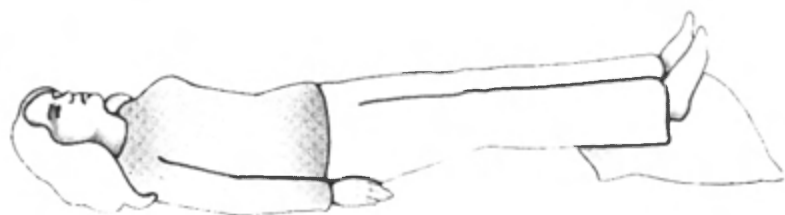
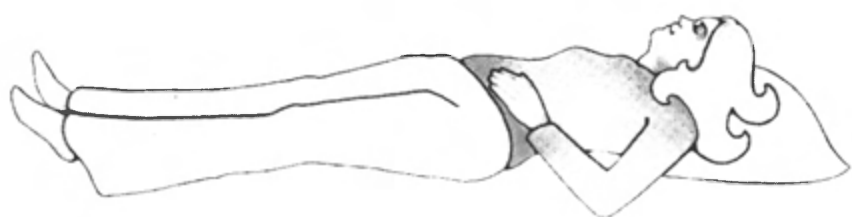
Если пострадавший потерял много крови или другой содержащейся в теле жидкости, ему необходимо дать выпить любое, имеющееся под рукой питье: бульон или прохладительный напиток. Однако ему следует давать пить только в том случае, если он в сознании, его не тошнит и в его брюшной полости нет повреждений, требующих хирургического вмешательства.

Оказание первой помощи пострадавшим от поражения электрическим током

При поражении электричеством ток проходит сквозь тело и может привести к остановке дыхания и перебоям сердцебиения. Пострадавшего нужно немедленно оттащить от источника тока, однако в том случае, если ток продолжает проходить через тело, до тела пострадавшего *ни в коем случае нельзя дотрагиваться*. Если ток невозможно выключить, пострадавшего нужно попытаться изолировать от источника тока с помощью сухого деревянного шеста или доски. К примеру, для того чтобы изолировать пострадавшего от источника тока или источник тока от пострадавшего, можно воспользоваться деревянной ручкой от метлы, если на ней нет никаких металлических частей. Сразу же после того, как это будет сделано, нужно в случае необходимости сделать ему искусственное дыхание по типу «рот в рот» или оказать другую медицинскую помощь.

Оказание первой помощи при ожогах

Связанные с ожогами несчастные случаи — довольно распространенное явление, особенно среди детей и престарелых. Слабые ожоги можно получить, слишком долго находясь на солнце или прикоснувшись к горячему предмету, ошпарившись горячей водой или паром. В таких случаях обычно краснеет кожа, появляется небольшая опухоль и возникает боль. Обожженный участок нужно немед-



ленно подставить под струю холодной воды, чтобы ослабить боль. Слабые ожоги, при которых затронута лишь верхняя поверхность кожи, обычно поддаются лечению относительно легко.

При более сильных ожогах появляются пузыри и покраснение, которые возникают из-за того, что жар проник более глубоко и привел к скоплению жидкости под кожей на пораженном участке. Обожженное место нужно погрузить в холодную воду, чтобы ослабить жжение и предотвратить дальнейшее повреждение более глубоких слоев кожи. При этом нужно проявлять осторожность и не допустить, чтобы лопнули пузыри, поскольку это может привести к возникновению инфекции. Если ожог имеет значительные размеры, следует обратиться за дополнительной медицинской помощью. Для предохранения раны ее можно прикрыть куском чистой материи, однако не следует применять бинты, поскольку их трудно будет удалить, когда ожог засохнет.

При тяжелых ожогах с повреждением нескольких слоев кожи, обширным участком поражения и обугливанием кожи необходима медицинская помощь. Такие ожоги могут быть вызваны возгоранием одежды, погружением в крутой кипяток, длительным контактом с горячим предметом или электрическим током. В результате может быть потеряно значительное количество жидкости и возникнет угроза заражения.

Не следует пытаться удалить прилипшую к коже одежду. Напротив, если в этот момент не оказывается медицинской помощи, пораженный участок нужно целиком накрыть чистой простыней или куском чистой материи. Это позволит свести к минимуму опасность возникновения инфекции. Потерпевшему нужно также оказать противошоковую помощь. Если подошвы ног или ноги серьезно поражены, приподнимите их и не разрешайте пострадавшему ходить. Если от ожогов пострадали руки или ноги, приподнимите их выше уровня сердца. Если обожжено лицо, посадите пострадавшего и следите за его дыханием. Если пострадавший в сознании и его не тошнит, можно дать ему бульона или легкого питья. Не забудьте успокоить пациента, чтобы он не впал в возбужденное состояние.

Немедленное оказание медицинской помощи может свести к минимуму последствия серьезных повреждений. Если загорится одежда, *немедленно* начните катать пострадавшего по грязи, траве или коврику или же закутайте его в одеяло. Это позволит сбить огонь. После этого лечите ожоги описанными выше способами.

Тяжелые ожоги могут также быть вызваны химикалиями, такими, например, как щелочь. Лечение состоит в том, чтобы как можно быстрее постараться удалить щелочь сильной струей воды, ополаскивая пораженный участок не менее пяти минут. Ожоги, вызванные

химикалиями, становятся более тяжелыми, если не принять срочные меры. Поэтому требуется оказание неотложной медицинской помощи. Если химикалиями обожжены глаза, нужно положить пострадавшего на бок и начать поливать глаза водой (пока веки открыты), чтобы удалить химикалии.

Оказание первой помощи при переломах

Иногда падающие предметы или сильный удар приводят к образованию трещин или переломов костей. Пострадавший может услышать треск, ощутить острую боль, испытать другие болезненные ощущения или даже почувствовать, как дробятся кости. Если больного нельзя передвинуть без того, чтобы не нанести ему еще больших повреждений, и если это представляется возможным, вызовите скорую помощь. Тем не менее перед тем, как отправить пострадавшего в больницу, необходимо зафиксировать поврежденную кость. Чтобы защитить кость от дальнейших повреждений и ослабить болевые ощущения, используйте шину — твердую подкладку, которая привязывается к поврежденному участку и обеспечивает его неподвижность. Одной из форм наложения шины является фиксация поврежденной конечности и привязывание ее к неповрежденному участку тела. К примеру, поврежденную ногу можно привязать к другой ноге или поврежденную руку можно привязать к груди.

В качестве шины можно использовать доски, трости, палки или скатанные в рулон одеяла, кусок картона. Длина шины должна быть достаточной для того, чтобы обеспечить неподвижность зафиксированной вместе с ней кости. Подложите под шину кусок ткани или одежду. Привяжите их к поврежденному участку тела с помощью пояса, галстука, носовых платков или полоски разорванной ткани. Крепко (но так, чтобы не нарушить циркуляцию крови) стяните шину, чтобы обеспечить неподвижность места перелома.

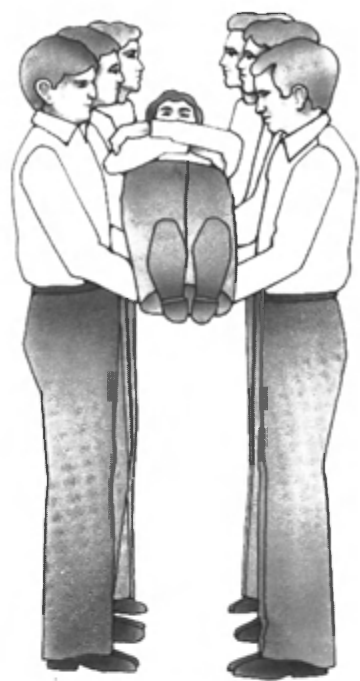
Покажите иллюстрацию 24-б (=24-b): «Жертву несчастного случая приподнимают и переносят».

Если это возможно, подложите что-нибудь холодное под поврежденный участок, чтобы предотвратить возникновение отека. Такого же результата можно добиться, если приподнять конечность выше уровня сердца.

Переноска пострадавшего

Перенести получившего серьезные ранения пострадавшего можно с помощью одеяла, ковра, а также на руках. Оказывающие помощь располагаются с боков пострадавшего, в то время как кто-то крепко держит его голову. Другой человек подает сигналы для того, чтобы все оказывающие помощь действовали согласованно. Иначе, допуская лишние и нескоординированные движения, пострадав-

24-б (=24-b): Жертву несчастного случая приподнимают и переносят.



шему вместо оказания помощи можно нанести дополнительные повреждения.

Покажите иллюстрацию 24-в (=24-с): «Носилки, сооруженные из одеяла и одежды».

Носилки можно соорудить из двух палок или шестов, например из рукояток щеток, и накинутого на них одеяла. С этой целью можно также использовать пиджаки. Для этого нужно застегнуть их на пуговицы, а палки протянуть через рукава.

Внимание! Если вы определили, что у пострадавшего имеются повреждения шеи или спины, *его нельзя передвигать, кроме тех случаев, когда его жизнь в опасности*. Если же пострадавшего необходимо перенести, это могут сделать несколько человек с помощью носилок, принимая при этом все возможные меры предосторожности, чтобы шея и спина оставались неподвижными.

Заключение

Очень важно точно определить, какого рода помощь требуется пострадавшему в чрезвычайных обстоятельствах. Самое главное — изолировать его от опасности, восстановить дыхание, остановить кровотечение и вывести его из шокового состояния. После этого можно оказать первую помощь. Затем может понадобиться медицинская помощь.

Практикуясь и воспроизводя описанные в уроке действия, мы, если понадобится, сможем оказать первую помощь.

Задание

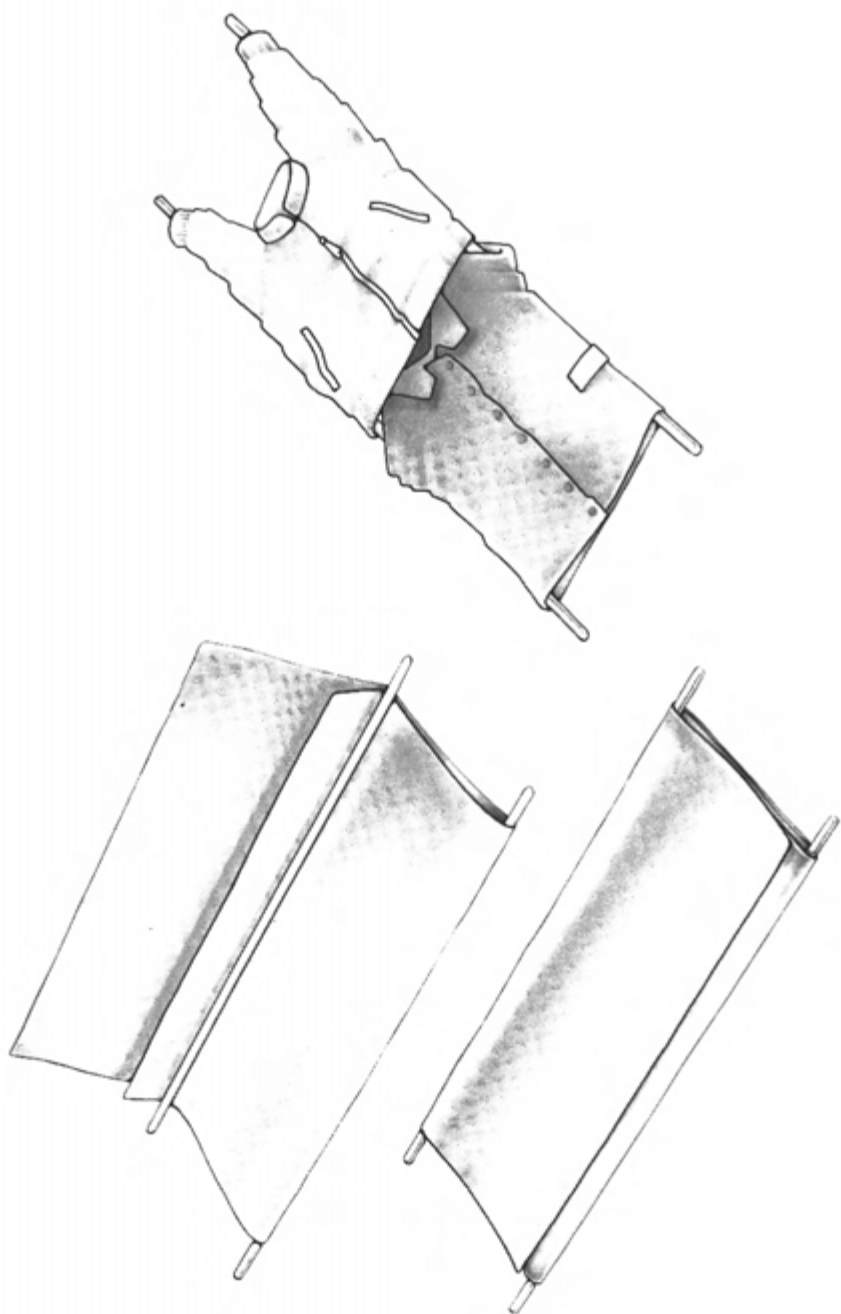
Научите ваших домочадцев оказывать первую помощь. Пусть они потренируются, чтобы быть в состоянии оказать такую помощь при необходимости.

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Выясните у медицинских работников, какие действия по оказанию первой помощи приняты там, где вы живете. Попросите их рассказать сестрам, как делать дыхание по типу «рот в рот». Обсудите эту информацию с сестрами во время урока;
2. Выясните, какая дополнительная медицинская помощь может потребоваться при чрезвычайных обстоятельствах. Если местный травмпункт работает только в дневные часы, узнайте, где можно получить первую помощь в другое время;
3. Приготовьте доску и мел;
4. Попросите сестер «проиграть» оказание первой помощи при всевозможных несчастных случаях с тем, чтобы они смогли практически научиться делать то, чему их учили. Тренируясь, они должны научиться определять,

24-в (=24-с): Носилки, сооруженные из одеяла и одежды.



какую первую помощь нужно оказывать в тех или иных случаях, а также как это делать на практике. Например, проигравте ситуацию, когда порезавшая руку дочь обращается за помощью к матери. Из раны хлещет кровь. Попросите кого-нибудь из сестер сыграть роль дочери. Попросите другую сестру сыграть роль матери и показать всем, что она будет делать при оказании первой помощи при подобном повреждении;

5. Попросите кого-нибудь из сестер помочь вам вести этот урок.

Создание домашних запасов

Урок 25

Цель урока — обучить вас программе создания домашних запасов.

Для чего нужно создавать домашние запасы?

Президент Спенсер В. Кимбалл дал следующий совет о том, как делать домашние запасы:

«Мы еще раз подтверждаем совет, который всегда давала Церковь, — приобретать и запасаться всем необходимым на год вперед, то есть создавать запас на год вперед всего того, в чем мы испытываем самую острую потребность ...»

Пусть у семей всегда будет под рукой все, что может потребоваться в нынешнем году. И мы вновь и вновь говорим, вновь и вновь повторяем отрывок из Священных Писаний Господних, где Он говорит: „Что вы зовете Меня: «Господи! Господи!» и не делаете того, что Я говорю?“» («Family Preparedness,» *Ensign*, May 1976, p. 125).

Какие советы о создании запасов предметов первой необходимости давали нам Пророки?

(В случае, если правительственные нормативные акты квалифицируют создание запасов как незаконные действия, подходите к содержанию данного урока с учетом местных условий.)

Президент Дж. Рубен Кларк-младший, в свое время входивший в Первое Президентство Церкви, сказал:

«Пусть глава каждого семейства стремится к тому, чтобы по крайней мере на год вперед запастись достаточным количеством продуктов питания и одежды, а также по возможности топлива» (In Conference Report, Apr. 1937, p. 26).

Совет иметь в своем распоряжении запас продовольствия, одежды и других предметов первой необходимости из расчета на год вперед — это мудрый совет по целому ряду причин. На город или даже целый район, где вы живете, может обрушиться любое бедствие, будь то наводнение, землетрясение или снежная буря. Будут отрезаны все дороги, невозможно будет подвозить на рынки продовольствие и многое другое. Могут произойти политические волнения, забастовки водителей грузовиков, работников связи. Железнодорожники могут помешать доставке продовольствия. Во многих странах случаются или могут случиться другие бедствия, например голод, вызванный засухой, ураганами, наводнениями или даже войнами. Когда такие бедствия распространяются на все прилегающие

районы, становится невозможным достать хоть какие-нибудь продукты питания, даже если у вас есть деньги. Семья может также столкнуться с такими непредвиденными обстоятельствами, как болезнь или потеря работы, что может привести к денежным затруднениям. В этом случае семья вынуждена будет пользоваться накопленными ранее домашними запасами.

Сестра Черри Ли Дэвис и ее семья, столкнувшись с непредвиденными обстоятельствами, получили свидетельство о необходимости создания домашних запасов. Брат и сестра Дэвис были членами Церкви и знали о домашних запасах, но, по крайней мере в ближайшее время, не собирались заниматься этим сами. Они собирались переехать в новый дом далеко от того места, где жили. Поэтому они считали, что было бы глупо начинать накапливать домашние запасы. Однако, не отдавая в том себе отчета, сестра Дэвис все же начала осуществлять программу. Всякий раз, когда она оказывалась в магазине, она покупала чуть больше продуктов, чем ей было нужно. Вскоре продуктами были забиты все кухонные шкафы, и их начали складывать в спальне. И когда муж спрашивал ее, что она делает, она отвечала: «Я, по-моему, запасуюсь продуктами». Когда же он задавал ей вопрос, зачем она это делает, она отвечала: «Потому что я должна это делать». Она не могла привести никакой другой причины для объяснения своих действий. Она говорила: «Чем больше я об этом молюсь, тем больше я чувствую, что должна запастись продуктами. В глубине души я чувствую удовлетворение, что я выполняю то, что советует мне Церковь».

Сестра Дэвис училась запасаться продовольствием, посещая специальные занятия, читая литературу и применяя на практике различные советы. Когда же она почувствовала, что все эти запасы хранятся как надо, у нее возникло ощущение, что нужно купить еще. Вот как она описывала свою реакцию: «Я молилась и спрашивала себя, зачем мне это нужно. Однако ответ не приходил. Я просто должна была покупать все больше и больше. Я так и делала, изумляясь своему собственному поведению, но послушно исполняя волю Всевышнего. Я с ужасом представляла себе, сколько же места должны занять все эти продукты в нанятом нами грузовике, на котором мы должны будем переезжать в новый дом».

Во время переезда семьи Дэвис в новый дом вся их мебель, а также 15–20 коробок с продуктами едва-едва поместились в грузовик. К тому времени, как они уплатили за грузовик, сняли небольшой домик, оплатили другие расходы, у них почти ничего не осталось. В довершение ко всему брат Дэвис никак не мог найти работу. Вскоре он нашел одно место, но заработок там был настолько мал, что после оплаты очередных счетов семье не хватило на еду. Так сестра Дэвис узнала причину, по которой она запасалась продуктами: им предстояло питаться этими продуктами в самые трудные месяцы их семейной жизни.

Вспоминая те месяцы, когда они питались припасенными продуктами, она рассказывает: «Все это вызывает у меня улыбку. Я отчаянно сопротивлялась и не хотела запастись продуктами. И тем не менее исполненный безграничной мудрости и любви Господь направил меня и преподал очень ценный урок, продемонстрировав нам это маленькое чудо подготовленности» («Our Small Miracle,» *Ensign*, Aug. 1978, p. 21).

Какие земные благословения получила семья Дэвис, выполнив программу по созданию домашних запасов?

Помимо обретения материальных благословений, дающих нам безопасность во время чрезвычайных ситуаций, программа создания домашних запасов может также принести и духовные благословения. Каждый раз, когда мы действуем в соответствии с заповедями или советом Пророка, укрепляются наши свидетельства и вера. И если мы повинемся, то можем получить такие духовные благословения, которых мы даже не ожидали.

Какие духовные благословения получила семья Дэвис?

Другая семья, также ревностно запасавшаяся продуктами питания, лишилась всего, что имела, во время сильнейшего наводнения. Все сделанные ими запасы были погребены под толщей воды. Но несмотря на все тяжелейшие лишения и потери, они утверждали: «Если мы будем жить по заповедям, то будем готовы ко всему, что может случиться. . . . Даже если все наши запасы будут уничтожены, у нас все же будет чувство успокоения, поскольку мы сделали все, о чем просил нас Пророк. Мы подготовлены также духовно и в состоянии достойно встретить все, что бы с нами ни случилось» (Gerry Avant and Karlyn Holland «LDS in Texas Safe after Flood,» *Church News*, 12 Aug. 1978, p. 4).

Годовой запас

Семьи могут запастись различными предметами, но в этой главе речь пойдет только о создании запасов продуктов, одежды и по возможности топлива. Нашей целью является обеспечение потребностей семьи на целый год. Большинству людей кажется, что сразу запасть всем необходимым для содержания семьи на год вперед трудно и даже невозможно. Однако создание годового запаса — это вполне реальная цель, если при этом применить определенную систему. Достижение долгосрочной цели можно начать с выполнения краткосрочных задач. Для некоторых семей создание недельных домашних запасов уже будет огромным достижением. Другим же семьям не составит ни малейшего труда создать запасы на три недели, два месяца или даже год. После того как семьи достигли поставленной цели и накопили продовольствия на несколько дней или недель, они могут поставить перед собой новую цель и добиваться ее достижения до тех пор, пока не запасутся продуктами на год вперед.

С достижения какой реально осуществимой цели может начать ваша семья?

Создание продуктовых запасов

Президент Эзра Тафт Бенсон из Совета Двенадцати говорит нам:

«Господь предупреждал нас о возможности возникновения голода, но праведные люди должны слушать Пророков и запасаться необходимыми продуктами на год вперед . . .

Откровение о создании продуктовых запасов может быть таким же необходимым для нашего благополучия ныне, как ковчег для людей, живших во дни Ноя . . .

Я знаю, что эта программа по повышению благосостояния семей вдохновляется Богом. Я собственными глазами видел опустошительные последствия голода и нищеты, когда, оставив семью, провел перед окончанием второй мировой войны под руководством Президента Церкви целый год в разрушенной войной Европе, где мы раздавали продукты, одежду и постельные принадлежности нуждающимся членам нашей Церкви. Я всматривался в потухшие глаза Святых, находящихся на последней стадии истощения. Я видел исполненных веры матерей с детьми трех-четырех лет, которые не могли ходить из-за недоедания . . . Я видел взрослых, которые плакали, дотрагиваясь до пшеницы и бобов, посланных им Святыми из Америки» («Prepare Ye,» *Ensign*, Jan. 1974, pp. 69, 81–82).

Поскольку питание крайне важно для поддержания крепкого здоровья и даже самой жизни, оно представляет собой наиважнейшую часть программы создания домашних запасов. Правильно поступают те, кто запасается основными, необходимыми семье продуктами питания. Очень важно также знать, как правильно запасать продукты, чтобы они не испортились во время чрезвычайного положения. Запасайтесь разнообразными продуктами, поскольку вам и в этот период нужно будет разнообразно питаться, чтобы оставаться здоровыми. Знание потребностей вашей семьи поможет определить, каким количеством продуктов питания вам нужно будет запастись.

Из каких продуктов питания, которыми вам удалось запастись, вы сумеете приготовить пищу? Какие из них будут есть члены вашей семьи и какие вы сможете отложить про запас?

Никакие запасы не могут храниться слишком долго. Нужно все время заменять закупленные или заготовленные ранее продукты свежими. И этот процесс должен быть постоянным.

Как нам заменять припасенные нами продукты?

Одним из способов замены продуктов является указание на пакетах дат их закупки в магазине. Можно также указывать число, когда вы складировали эти продукты у себя дома. Ставя на полку только что закупленные продукты, помещайте их позади тех, которые вы приобрели раньше. Это даст вам возможность при приготовлении пищи в первую очередь использовать более старые продукты.

Пищу можно заготавливать различными способами.

Перечислите, какими способами можно заготавливать пищу (см. урок 26 «Подсобное хозяйство» в учебном пособии *Женщина Церкви Святых последних дней. Общее руководство для женщин, часть А*). (Маринуйте или засаливайте пищу; консервируйте в банках или бутылках; сушите или храните ее в подвалах.)

Какие способы заготовки пищевых продуктов практикуются в вашей зоне?

При выборе наилучшего способа консервирования просчитайте возможные затраты, учтите при этом потребность в специальном оборудовании, зависимость от того или иного способа консервирования. Примите при этом в расчет, является ли этот способ новым для того района, где вы живете, или же он успешно и уже давно применяется многими.

Заготовленные продукты нужно хранить в чистоте. Они должны быть безвредными для еды. Существует несколько путей складирования продуктов, которыми следует пользоваться независимо от того, каким способом они были законсервированы.

1. Храните продукты в прохладном помещении. Это должно быть темное или слегка затемненное помещение, защищенное от проникновения солнечных лучей.
2. Предохраняйте продукты от влаги. Засушенные продукты могут испортиться, если они отсыреют. Продукты, заготовленные другими способами, также могут испортиться от влаги.
3. Раскладывайте продукты в пакеты или контейнеры. Герметичный контейнер предохранит их от проникновения пыли и уничтожения различными насекомыми, животными, такими, как крысы, а также птицами, например цыплятами.

Где у вас дома прохладно и темно?

Как предохранить продукты от попадания влаги? (Пользоваться металлическими банками, полиэтиленовыми пакетами, коробками или чистыми использованными стеклянными бутылками.)

Как предохранить продукты от пыли или животных? (Прочные, плотно закрывающиеся контейнеры. Подвесьте контейнеры к потолку или поставьте их на высоко расположенные полки. Приподнимите контейнеры над полом или используйте подставки с металлическими ножками, чтобы в них не могли заползти животные.)

Запасы воды

Водой следует запастись на случай возникновения непредвиденных обстоятельств. Начинайте с чистой, проточной воды. Заливайте воду в чистые, хорошо закрывающиеся стеклянные или плотные пластмассовые контейнеры. И хотя такая вода может храниться сколь угодно долго, неплохо раз в несколько месяцев выливать ее и заливать в контейнеры свежую воду. Если вы сомневаетесь в том, можно ли использовать долго хранившуюся воду, вы можете стерили-

лизовать ее, прокипятив в течение как минимум десяти минут. Вы также можете добавить в нее небольшое количество стерилизующего раствора в соотношении две капли раствора или хлорки на литр воды, или же половина чайной ложки на 22,5 литра воды (см. *Relief Society Courses of Study*, 1973–1974, p. 102).

Запасы одежды

Полезно иметь одежду про запас. Это очень важно для семей с активными, растущими детьми, поскольку та одежда, которую они носят сегодня, будет мала им завтра. Кроме того, может сноситься одежда всех домочадцев. Одежда про запас пригодится также в районах с резко изменяющимся от сезона к сезону климатом.

Некоторые семьи, прежде всего семьи с растущими детьми, поступают мудро, сохраняя для младших детей одежду, из которой выросли старшие братья и сестры. Взрослую и детскую одежду, которая стала мала, можно переделать для младших домочадцев. Хорошо также запастись тканями, из которых можно сшить новую одежду. Всегда должны быть в запасе иголки, нитки и другие предметы для шитья, чтобы можно было починить разорвавшуюся одежду. В семейные запасы должно входить также хозяйственное и туалетное мыло.

Какую одежду следовало бы иметь про запас, учитывая ваши семейные обстоятельства?

Что вы можете сделать для выполнения программы по созданию домашних запасов, если вы живете одна и не ведете собственного домашнего хозяйства?

Находясь в Германии после второй мировой войны, старейшина Эзра Тафт Бенсон был свидетелем такого случая, показавшего важность выполнения программы по созданию домашних запасов. Сразу же после выступления перед более чем пятьюстами Святыми он попросил подойти к нему всех присутствовавших на встрече матерей. Каждой из них он вручил по куску мыла. Когда он протягивал им эти нехитрые подарки, многие плакали со слезами благодарности...

В конце концов он попросил подойти всех ожидавших ребенка и кормящих матерей. Каждой из них он вручил большой... апельсин. Эти матери не могли поверить выпавшему им счастью.

Одна из таких матерей вышла вперед и заметила катушку ниток и иголку, которые старейшина Бенсон вытащил из портфеля вместе с другими вещами, которые он хотел раздать. Она попросила дать ей катушку ниток и иголку вместо апельсина... Несколько минут спустя эта мать возвращалась на свое место, держа в руке иголку и нитки. Когда она шла по центральному проходу, ее остановила одна из сестер и сказала: «Я знаю, что тебе захочется поделиться нитками и иголкой с остальными. Ведь они ужасно нужны нам, так же как и тебе...» (Bonnie J. Babbel, «The Habit of Being Grateful,» *Instructor*, Sept. 1970, pp. 318–319).

Эти люди страдали оттого, что у них не было самых простых, но таких необходимых в хозяйстве предметов. Мы же можем застраховать себя от столь тяжких страданий, выполняя программу создания домашних запасов.

Запасы топлива

В наши домашние запасы должно также входить топливо. Оно может понадобиться нам для приготовления пищи в чрезвычайных ситуациях. Кроме того, в районах с холодным климатом необходимо обогревать дома во время жестоких морозов.

Как с учетом местных особенностей вы можете создавать запасы топлива для приготовления пищи?

Какие запасы нам необходимо сделать, чтобы обогревать дом, когда наступают холода?

Заключение

Нам был дан совет запастись продуктами питания, одеждой, топливом и другими необходимыми для оказания первой помощи предметами с тем, чтобы на год вперед позаботиться об удовлетворении потребностей нашей семьи. И даже если порой нам кажется, что невозможно приобрести все необходимое сразу, нам, учитывая наши семейные обстоятельства, следует начать претворять в жизнь программу создания домашних запасов с достижения скромных целей. Для этого всякий раз, когда мы идем в магазин, мы должны покупать чуть больше того, что нам нужно сегодня. Когда же наши семьи запасутся всем необходимым, мы можем ожидать получения огромных физических и духовных благословений. Господь дал нам такой совет: «Если вы приготовитесь, вам не будет страшно» (Учение и Заветы 38:30).

Эзра Тафт Бенсон сказал: «Благословим Бога за Пророка, за эту вдохновенную свыше программу благосостояния членов Церкви, за Святых, которые смогли обеспечить не только свои потребности, но и поделиться тем, что имеют, с другими. Какой чудный путь к тому, чтобы стать спасителем на горе Сион!» («Prepare Ye,» *Ensign*, Jan. 1974, p. 82).

Задание

Обсудите в семье программу создания домашних запасов. Наметьте, как вы будете осуществлять и совершенствовать эту программу. Составьте список необходимых продуктов, взвесьте ваши возможности, подумайте, как лучше всего делать домашние заготовки и как хранить их. Подумайте также о том, какой вид топлива, какую одежду и другие предметы необходимо включить в этот список.

Священные Писания для дополнительного изучения

Бытие 41–45 (Египтяне и Израильяне спасены от голода с помощью заготовленных Иосифом запасов).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Просмотрите урок 26 «Подсобное хозяйство» из учебного пособия *Женщина Церкви Святых последних дней. Общее руководство для женщин, часть А*. Там вы найдете описание того, как консервировать и складировать продукты. В ходе урока попросите одну из сестер, используя материал упомянутого выше урока, перечислить известные ей способы консервирования;
2. Узнайте как можно больше о тех продуктах питания, которые вы можете законсервировать с учетом местных условий. Выясните, какие способы заготовок и хранения продуктов чаще всего применяются вашими земляками. Поговорите со старожилками, знающими традиционные способы хранения продуктов. По возможности законсервируйте некоторые продукты и заложите их на хранение так, как указано в настоящем уроке. Поделитесь своим опытом с другими сестрами;
3. Если вы не знаете, как запастись безопасной для питья водой, попросите обучить вас этому кого-нибудь из местных работников здравоохранения;
4. Ответы на вопросы о том, как экономно тратить деньги, правильно питаться и вести подсобное хозяйство, вы найдете в уроках 21 «Семейный бюджет», 22 — «Питание семьи» и 25 — «Приусадебное хозяйство» в учебном пособии *Женщина Церкви Святых последних дней. Общее руководство для женщин, часть А*, а также в уроке 22 «Гигиена матери и ребенка» настоящего учебника;
5. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Как можно весело отдыхать всей семьей

Урок 26

Цель урока — помочь вам и вашей семье понять, как, весело проводя досуг, можно сплотить семью и создать в вашем доме подлинную атмосферу любви.

Семьям необходимо всем вместе весело проводить досуг

Покажите иллюстрацию 26-а (=26-а): «Семья, весело проводящая время за игрой».

Заранее попросите двух учениц рассказать об одном из самых веселых дней, проведенных всей семьей.

Обсудите иллюстрацию 26-а (=26-а). Заметьте, что совместные семейные мероприятия составляют важную часть жизни по Евангелию.

Эту мысль можно наглядно проиллюстрировать следующим эпизодом, рассказанным одним из отцов семейства.

«Однажды я попросил сына внести в дом игрушки. И я поразился, когда он ответил, что он «очень устал»... Потом я вдруг вспомнил один из эпизодов, произошедших совсем недавно. Он тогда попросил меня побороться с ним. Что же я ему ответил? Я сказал, что «очень устал». Я «очень устал» и тогда, когда он просил меня поиграть с ним в мяч.

Через несколько дней я попросил сына подобрать и унести свою одежду. На этот раз он сказался «очень занятым». И я вспомнил случай, когда он попросил рассказать ему сказку... В тот раз я был тоже «очень занят».

Тогда я поклялся, что буду проводить больше времени с сыновьями. Их не устраивало, что я только обнимал, целовал их и говорил, как я их люблю. Им хотелось, чтобы я с ними прыгал, боролся и играл.

С тех пор я стал принимать большее участие в их играх...

Я выкопал тоннели, выстроил замки из песка и стал возить там игрушечные грузовики. Молясь и играя с детьми, я смог наладить с ними прекрасные отношения.

Награда всегда отыщет вас, если вы как следует потрудитесь. И я получил свою награду после того, как провел с одним из сыновей особенно приятные полчаса. Он обнял меня за шею, крепко поцеловал в щеку и произнес: «Пап, я люблю тебя!» (Dan L. Johnson, «Daddy, I'm Talking to You», *Ensign*, Sept. 1978, p. 71.)

Что сделал этот отец для укрепления семьи?



Мы тратим много времени на то, что кажется нам важным. Конечно, наша каждодневная работа, наши церковные призвания, наш отдых и всякие другие дела, отнимающие так много времени, важны. Однако не они представляют самую большую ценность в нашей жизни. Как бы вы ответили на следующие вопросы:

1. Что является самым важным в моей жизни?
2. Уделяю ли я этому достаточно времени?
3. Что я могу сделать, чтобы проводить как можно больше времени в семье?

Мы должны признать, что самое главное в жизни — это семья, потому что она вечна. И несмотря ни на что, мы должны выкраивать время для того, чтобы быть вместе.

Весело проведенный семейный досуг приносит любовь и объединяет

Некоторые из нас могут вспомнить случаи из детства, когда мы очень весело проводили время с домочадцами, занимаясь какой-то совместной деятельностью. Одна из матерей сделала следующие наблюдения:

«Когда я думаю о детстве и отрочестве, я вспоминаю как что-то священное те моменты, когда мы, дети, мать и отец, проводили время все вместе...

И я не променяю воспоминания о наших семейных вечерах и других семейных забавах ни на какие нынешние походы в театр, кегельбаны и рестораны...

Я полна решимости сделать все от меня зависящее, чтобы Дух Господень наполнил мой собственный дом радостью в такой же степени, как это было в родительском доме. Мне хочется, чтобы мои дети получали огромные благословения, вспоминая то, что в свое время было так дорого мне самой» (*Family Home Evening Manual*, 1968, pp. 184–185).

Подобно этой матери, мы должны стараться создать такую же атмосферу у себя дома. Иногда та или иная деятельность за пределами дома окажется неприемлемой для нас, если она не будет способствовать сплочению семьи, укреплению любви домочадцев друг к другу и не приблизит их к нашему Небесному Отцу. Наши церковные руководители признают растущую потребность в том, чтобы домочадцы с удовольствием занимались совместной деятельностью, и мы должны следовать их советам и планировать такие общие для всех домочадцев мероприятия, которые сплачивали бы наши семьи.

Старейшина Эзра Тафт Бенсон сказал: «Возблагодарим Господа за все радости семейной жизни. Я часто говорил о том, что никакое подлинное счастье невозможно вне стен настоящего, дружного дома, который наполнен нежнейшими чувствами любящих вас и близких вам людей» (*God, Family, Country*, p. 178).

Мы можем весело проводить время с нашими домочадцами, занимаясь разными общими делами и играя в игры. Такие виды деятельности просты и не требуют никаких денежных затрат.

Какого рода деятельностью вы можете заниматься, чтобы весело проводить время с вашими домочадцами?

Вот что говорит по этому поводу брат Жорж Д. Дюррон, один из отцов, стремящихся к тому, чтобы членам его семьи было весело друг с другом:

«Когда я получил призвание президента миссии, я очень опасался, что в самый критический период в жизни моих восьмерых детей у меня не хватит времени на то, чтобы быть хорошим отцом. Я был уверен в том, что быть отцом — это более важное призвание, которое дается нам Господом, чем призвание президента. Это означало лишь то, что, отдавая силы работе в миссии, я как отец должен буду *вдвое больше* сил отдавать семье...

Прежде всего мы перебросили крепкую веревку через ветку наверху огромного ясеня в нашем дворе. Потом один из старейшин с ловкостью акробата влез вверх по этой веревке и привязал ее к ветке. Так мы устроили огромные качели в доме президента миссии. Покачаться на качелях вместе с моими младшими детьми приходили детишки, жившие по соседству.

... Потом мы сделали баскетбольную площадку и соорудили песочницу. Так наш двор превратился в парк, где я проводил время с детьми и где им предстояло прожить три счастливых года жизни. Я думаю, что они всегда с радостью будут вспоминать время, проведенное в Кентукки и Теннесси» (*Love at Home, Starring Father*, pp. 18–20).

Между членами семей, объединенных совместной деятельностью, устанавливаются дружеские, полные любви друг к другу взаимоотношения. Вместе играя, они учатся сообща работать, обсуждать возникшие проблемы и молиться.

Порой случается, что совместно проводимый досуг добавляет семье проблем. У домочадцев появляются различные точки зрения. Некоторые дети могут начать спорить и даже драться друг с другом. Иногда мы, родители, воспринимаем все чересчур серьезно или же слишком многого ожидаем от наших детей. Нам кажется, что невероятно трудно добиться того, чтобы все члены семьи всегда были одинаково счастливы. Временами мы даже приходим к выводу, что игра вообще не стоит свеч. Но ведь с помощью совместных игр нельзя справиться с существующими трудностями. Семейные проблемы

нельзя решить так, чтобы всем сразу стало хорошо. Совместное преодоление трудностей сплавливает наши семьи. И все же мы никогда не должны забывать, что главная цель совместного досуга — играть всем вместе и испытывать радость от общения друг с другом.

Совместное проведение досуга может стать семейной традицией. С годами некоторые семьи привыкают к тем или иным видам совместной деятельности. Они стараются ежегодно проводить семейные сборы, отпуска, совместно отмечать дни рождения, различные праздники, путешествовать, организовывать небольшие семейные оркестры. У домочадцев появляются общие любимые занятия.

В семье Президента Кимбалла установились особые традиции. Сестра Камилла Э. Кимбалл вспоминает о таких рождественских традициях:

«Накануне Рождества мы собираемся все вместе, и я с удовольствием читаю всем о рождении Иисуса из Евангелия от Луки. Вслед за этим дети и внуки играют сцену Рождества. Дети любят играть роли. В прошлом году Президент Кимбалл, одетый в костюм, который мы купили в Палестине, играл Иосифа, а я в традиционном национальном костюме израильтянки, тоже привезенном из Иерусалима, играла Марию. И я уверена, что всем нашим внукам и правнукам надолго запомнится эта разыгранная нами во время Рождества сцена» (in Conference Report, Denmark, Finland, Norway, and Sweden Area Conference 1974, p. 58; также цит. по *Relief Society Courses of Study*, 1978–1979, p. 87).

Домочадцы могут также приятно общаться друг с другом, когда они собираются все вместе для того, чтобы дать имя новорожденному, присутствовать на крещении, даровании священства, проводах и встречах миссионеров, окончании учебных заведений, свадьбах и других событиях, имеющих особое значение для всей семьи.

Что дало вам участие в совместных семейных мероприятиях?

Нам следует записывать в семейные летописи и наши собственные дневники о том, как мы приятно проводили время всей семьей. Записи хорошо иллюстрировать фотографиями или напоминающими о событиях сувенирами. Воспоминания о приятно проведенном всей семьей досуге сплавливают ее, укрепляют любовь домочадцев друг к другу.

Совместное проведение досуга требует предварительной подготовки

Если мы хотим, чтобы наши совместные семейные мероприятия проходили успешно, мы должны хорошо к ним готовиться.

Как нужно готовиться к важным семейным событиям?

Перечисленные ниже советы помогут вам намечать и готовиться к проведению семейных мероприятий. Во время домашнего семей-

ного вечера соберите пожелания всех домочадцев о том, как бы им хотелось проводить свободное время в семье.

Если будут учтены предложения абсолютно всех членов семьи, каждый из них почувствует свою значимость. Причем нужно придумать такие занятия, в которых могли бы участвовать все или почти все домочадцы.

После того как вы учли все предложения, попросите всех домочадцев выбрать из списка то или иное мероприятие. Затем наметьте число. Запишите его в семейный календарь, чтобы потом не возникло никаких разногласий. Дайте всем домашним возможность помочь в выборе мероприятия, а также выполнить данные им поручения.

Одна семья, следуя перечисленным выше советам, во время проведения домашнего семейного вечера решила, что каждый из домочадцев выскажет три предложения: одно — о том, какую помощь члены семьи могут оказать другим; второе — о том, в каких усовершенствованиях нуждается их дом; и третье — как провести свободное время. После того как каждый высказал свое предложение, за них проголосовали. Так был составлен план совместных семейных мероприятий.

Служба. Члены семьи вычистили двор одного вдовца, испекли вкусный торт и подарили его сыну вдовца в день, когда тот вернулся домой после миссии.

Усовершенствования в доме. Домочадцы все вместе отремонтировали одну из комнат. Они побелили потолок, наклеили обои, сделали многое другое. В этой работе участвовали все.

Отдых. Каждому члену семьи предоставляется почетное право раз в году быть хозяином положения. Дни намечаются во время специального домашнего семейного вечера, посвященного планированию совместных семейных мероприятий. В этот «его» или «ее» день каждый член семьи получает почетное право выбрать любимое блюдо или же, если захочет, распорядиться, как семья будет отдыхать. Некоторые домочадцы хотят поплавать, другие выбирают игры с мячом и пикники. Однако независимо от выбора мероприятия в нем должны участвовать абсолютно все домочадцы.

Другая семья намечала совместные мероприятия, пользуясь «семейным потешным мешком». Это был простой бумажный пакет, куда вкладывались листочки бумаги, где все домочадцы записывали свои мысли о том, как лучше всем вместе повеселиться. Каждый раз, когда проводился домашний семейный вечер, из пакета доставали одну из бумажек. И на следующей неделе семья проводила время так, как там рекомендовалось.

Как вам лучше всего провести намеченное семейное мероприятие?

Попробуйте сделать следующее.

Объявите всем домочадцам о том, как они будут отдыхать. Нарисуйте специальную афишку или просто напишите объявление. Весело и с воодушевлением расскажите о семейных планах.

Если для проведения дня отдыха понадобятся средства, учредите для этого специальный фонд, и пусть каждый член семьи вносит в него свои деньги.

Поделитесь своими планами с домашними учителями.

Постарайтесь, чтобы к подготовке и проведению этого дня подключились все члены семьи. Дайте всем поручения.

В этот день веселитесь от души.

После совместного дня отдыха полезно подумать о том, что было упущено и как можно было лучше провести его. Ответьте на такие вопросы: что можно было бы сделать, чтобы мероприятие прошло лучше? Сплотило ли оно домочадцев? Отвечая на эти вопросы, вы сможете в дальнейшем избежать повторения допущенных ошибок. После этого вы сможете провести следующее намеченное мероприятие лучше, чем предыдущее.

И хотя планировать семейный досуг полезно, нужно признать, что иногда такой совместный отдых можно проводить без всякой предварительной подготовки. Потребность в этом может появиться неожиданно, когда наступает подходящий момент или домочадцы вдруг осознают, что это им необходимо.

При каких обстоятельствах может возникнуть потребность в незапланированных семейных мероприятиях?

Что вы можете сделать для поддержания атмосферы счастья и радости в семье? (Постарайтесь выработать в себе способность смеяться над собственными ошибками. Не принимайте слишком всерьез ошибки, допущенные другими. Будьте настолько же терпимы к их ошибкам, насколько вам хотелось бы, чтобы домочадцы были терпимы к вашим. Перечислите, какие поступки ваших домочадцев доставляют вам радость. Будьте щедрыми на благодарность. Говорите вашим домашним хотя бы раз в день о том, как вы их любите. Призывайте домочадцев к тому, чтобы они делали друг другу что-нибудь приятное. Вспоминайте о том, как вы все вместе веселились — дети любят слушать рассказы о весело проведенном времени.)

Найдите занятия, отвечающие потребностям семьи, интересам и способностям домочадцев

Семейные занятия чрезвычайно разнообразны. Так же, как не существует двух одинаковых семей, не существует и двух точно повторяющихся мероприятий. Различно и удовольствие, которое получают семьи от совместно проведенного досуга. И для того, чтобы семейный отдых нравился всем домочадцам, надо учитывать их интересы.

Что нужно учитывать при выборе совместных занятий, чтобы они нравились всем? (Возраст, потребности, интересы, любимые занятия, способности, характер каждодневной работы, место жительства, время года и т.д.)

Вот что рассказывает одна из матерей о том, как ее домочадцы решали проблему совместного отдыха с учетом потребностей всей семьи:

«После четырех лет работы в колледже муж получил свой первый оплачиваемый отпуск. Мы принялись готовиться к нему за несколько месяцев. Я шила лоскутные одеяла и сдавала их в художественные салоны до тех пор, пока мы не накопили достаточно денег для покупки палатки. Мы просмотрели массу рекламных буклетов и заказали места в кемпинге...

В течение трех месяцев мы отводили добрую половину времени на домашних семейных вечерах обсуждению того, что нам нужно взять с собой. А для того, чтобы наша трехлетняя дочка Алиса ожидала поездки с таким же нетерпением, мы делали рисунки с изображением того, как мы будем проводить время в кемпинге. В конце концов она стала разделять наши чувства, и вскоре я услышала, как она объясняет нашему годовалому сынишке, что такое кемпинг...

Как-то поутру, когда до поездки оставалось три недели, нас разбудил плач заболевшего ветрянкой ребенка. Две недели спустя, то есть за неделю до отъезда, она совершенно разболелась. Тяжело вздыхая от огорчения, мы пытались объяснить ей, что ехать в лагерь с ветрянкой невозможно... Она настаивала: «Ну, папочка! Через семь дней у меня все пройдет! Я обещаю!»

Мы с мужем были убеждены, что данное ребенку обещание свято. И вдруг нам обоим одновременно пришла в голову одна и та же блестящая мысль. Спустя шесть дней мы с детьми сели в воображаемую машину, сооруженную из аккуратно расставленных кухонных стульев, и подъехали к воображаемому парку, удобно раскинувшемуся посреди гостиницы. Расставив всю мебель вдоль стен, мы смогли привязать палаточные петли для кольев к ножкам стола и дивана. Поставив палатку, мы влезли в нее и, не покидая пределов дома, принялись наслаждаться столь долгожданной жизнью на природе!» (Gayle E. Walker, «The Camp-In», *Ensign*, July 1976, p. 63).

Как эта семья смогла подстроить свой отпуск под семейные обстоятельства?

В Священных Писаниях сказано: «Всему свое время, и время всякой вещи под небом», что включает в себя и «время смеяться» (Екклесиаст 3:1, 4; см. также 2–3 и 5–8). Наш дом должен быть тем самым островком, где часто раздается смех и люди каждый день улыбаются друг другу. Поэтому независимо от возраста или положения в семье нам необходимо расслабляться и веселиться всем вместе.

Ко многим обязанностям, которые необходимо выполнять семьям с маленькими детьми, можно подходить как к игре, будь то, к примеру, работа в саду, уборка дома или мытье посуды. Превращение работы в игру позволяет сохранять энтузиазм и интерес к тому, что мы делаем.

Если мы проводим семейные мероприятия с учетом потребностей, интересов и способностей всех домочадцев, так же как и семейных обстоятельств, в нашей жизни хватит места и работе, и отдыху, и играм.

Заключение

Семья должна быть самым главным в нашей жизни. Одним из способов укрепления семьи является совместная подготовка и приятное проведение семейного досуга. Наша жизнь полна трудностей, и для того, чтобы она стала гармоничной, нужно находить время для отдыха всей семьей, выбирая при этом такие виды отдыха, которые отвечали бы интересам наших домочадцев. Совместно проводя досуг, мы лучше узнаем и начинаем больше ценить друг друга. Нам предоставляется благоприятная возможность как личным примером, так и на словах учить друг друга основам Евангелия.

Наша семья может существовать вечно. И если до сих пор мы не уделяли достаточного внимания семье, нам нужно уже сегодня начать разделять друг с другом ценности, которые помогут нам стать вечной семьей.

Поделитесь вашими чувствами о важности совместного проведения досуга.

Задание

Во время домашнего семейного вечера наметьте, как вы будете проводить досуг всей семьей. Составьте семейный календарь и на каждый месяц запланируйте какое-нибудь совместное мероприятие. И, отдыхая с домочадцами, наслаждайтесь каждым проведенным вместе мгновением.

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Попросите двух сестер поделиться с классом своими воспоминаниями об одном особенно приятно проведенном с семьей выходном дне;
2. Приготовьтесь поделиться своими мыслями о том, как важно проводить досуг в кругу семьи;
3. Приготовьте доску и мел;
4. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Содержать дом в чистоте и порядке

Урок 27

Цель урока — помочь вам следовать совету Пророка содержать дом и окружающую его территорию в чистоте и порядке.

Мы должны содержать наш дом в чистоте и порядке

Покажите иллюстрацию 27-а (=27-а): «Дом, где всегда порядок».

Вот что рассказывает одна из сестер, только что вернувшаяся из Голландии:

«Одно из моих самых ярких впечатлений от Голландии заключается в том, что дома в этой крошечной стране отражают характер своих хозяев. Подоконники в этих домах, сложенных из красного кирпича, с красными черепичными крышами, всегда уставлены рядами цветочных горшков, обычно с геранью. Окна — большие и без закрывающих их жалюзи или штор. Эти сверкающие окна дополняют яркую индивидуальность каждого дома. У многих домов есть имена. Над дверью можно увидеть такие таблички: «Солнечный уголок», «Лучик света», «Солнечный домик», «Мирное небо», «Покой», «Мирный уютный уголок». . . Теплота, солнечный свет и приятные ощущения, сочетающиеся с чувством умиротворенности, спокойствия и довольства! ИМЕННО ЭТО ДЕЛАЕТ ЖИЛИЩЕ ДОМОМ!» (Daryl V. Hoole, *The Art of Homemaking*, pp. 117–118).

Какие чувства вы испытываете, когда видите чистый и ухоженный дом?

Как содержание дома и двора перед ним в чистоте и порядке показывает ваше уважительное отношение к Небесному Отцу?

Чистые окна, яркие цветочные горшки, висячие корзины с цветами и ящики для цветов отражают характер хозяев дома. Ухоженные садики, дворы, аккуратные заборы и дворовые постройки демонстрируют нашим соседям, как мы исполняем свои обязанности по уходу за прилегающей к дому территорией.

Когда Адам и Ева пребывали в Эдемском саду, им было указано «следить и ухаживать за ним» (Драгоценная Жемчужина, Моисей 3:15). И сегодня Господь требует от нас того же. Он ожидает от нас и требует, чтобы мы ухаживали и украшали то пространство на Земле, где мы живем. И независимо от того, владеем ли мы собственностью или арендуем ее, мы отвечаем за то, чтобы она содержалась в чистоте, порядке и радовала глаз. Мы должны также ухаживать за

27-а (=27-а): Дом, где всегда порядок.



нашими животными, поддерживая в хорошем состоянии и порядке загоны, амбары и прилегающие к ним участки.

О Президенте Бригаме Янге рассказывают, что он безуспешно пытался убедить живших неподалеку людей поддерживать в чистоте и порядке свои помещения. Тогда он отказался ехать к ним с проповедью, говоря: «Вы не слушали меня, когда я просил вас привести в порядок ваши постройки. Двери у вас все так же сорваны с петель, сараи не выкрашены, а заборы покосились» (Spencer W. Kimball, «Why Call Me Lord, and Do Not the Things Which I Say?», *Ensign*, May 1975, p. 5).

Президент Кимбалл часто напоминал членам Церкви о необходимости убирать, ремонтировать и украшать свой дом. «А сейчас мы просим вас прибираться в доме... Мы убедительно просим каждого из вас следить и содержать в отличном состоянии собственность, которой вы владеете» («God Will Not Be Mocked», *Ensign*, Nov. 1974, p. 4). «И каковы бы ни были ваши обстоятельства, пусть все находящиеся в вашем распоряжении помещения отражают порядок, красоту и счастье» («Family Preparedness», *Ensign*, May 1976, p. 125).

Президент Дэвид О. Маккей также советовал нам содержать свой дом в порядке и проводить в нем как можно больше времени (*Gospel Ideals*, pp. 485–486). Наши дети, приводя домой друзей, должны быть счастливы и горды тем, что их дом полон тепла, дружелюбия и счастья.

Какие преимущества мы получаем от того, что убираем и ремонтируем дом и все то, что его окружает?

Если мы содержим дом в чистоте и порядке, он приобретает большую ценность, безопасность и красоту.

Мы должны следить за домом всей семьей

Прочитайте Учение и Заветы 132:8.

На небесах необходим порядок. Иначе всем будет править хаос. Точно так же порядок необходим в доме. Президент Кимбалл сказал: «Составляйте планы на будущее и постоянно, один за другим, претворяйте их в жизнь» («Family Preparedness», *Ensign*, May 1976, p. 125).

Покажите иллюстрацию 27-б (=27-b): «Девушки, украшающие свой дом».

Брат и сестра Делл Фокс недавно купили дом в Портсмуте (штат Нью-Гемпшир). Дом был построен в 1805 г., перестраивался в 1826 г. после пожара и нуждался в значительном ремонте.

«Груды мусора были вывезены из дома на грузовиках. Вся семья, включая семнадцатилетнюю Хейди, шестнадцатилетнюю Эрин, четырнадцатилетнего Натана и одиннадцатилетнюю Пейдж, скребла и красила дом...

27-б (=27-b): Девушки, украшающие свой дом.



Брат Фокс объяснил, что стены и двери полны щелей и через них ветер задувает в комнаты . . .

«Дом был ужасный, — прервала его Пейдж. — Но теперь мы просто влюблены в него».

«Ну вот, теперь это настоящий мормонский дом», — заявила Эрин («A Romance between Home, Family,» *Church News*, 19 Aug. 1978, p. 5).

Что заставляло родителей и детей испытывать радость и волнение, когда они ремонтировали свой новый дом?

Что имела в виду Эрин, когда сказала, что это «настоящий мормонский дом»?

Почему ваш дом должен служить примером соседям?

Чтобы сделать дом удобным и уютным, нам вовсе не нужно обставлять его дорогой мебелью. Всегда можно смастерить что-нибудь нужное из старья.

Работая все вместе, мы можем починить и восстановить старую мебель, купленную в комиссионном магазине или на распродаже. Можно выкрасить стены, побелить потолки и двери, сшить занавески и покрывала для кроватей, набить подушки, связать дорожки.

Для того чтобы осуществить намеченное всей семьей, необходимо сделать три простые вещи. Во-первых, всем вместе осмотреть дом и определить, что нуждается в ремонте, уборке, покраске или перепланировке.

Затем всей семьей продумать, как вы это сделаете. Важно, чтобы работа велась одновременно только на одном участке. Потом нужно достать все нужные для работы материалы и инструменты. Необходимо привлечь к работе всех домочадцев, дав им посильные задания.

И, наконец, нужно начать работать сообща. Каждый член семьи должен испытывать чувство гордости и удовлетворения от своего личного труда. Это позволит абсолютно всем домочадцам радоваться сделанному и осознавать, что их работа замечена. И если семьи планируют что-то сделать и потом сообща осуществляют намеченное, они могут достичь очень хороших результатов.

Какие требующие лишь незначительных усилий или вообще не требующие усилий усовершенствования в доме можно сделать всей семьей?

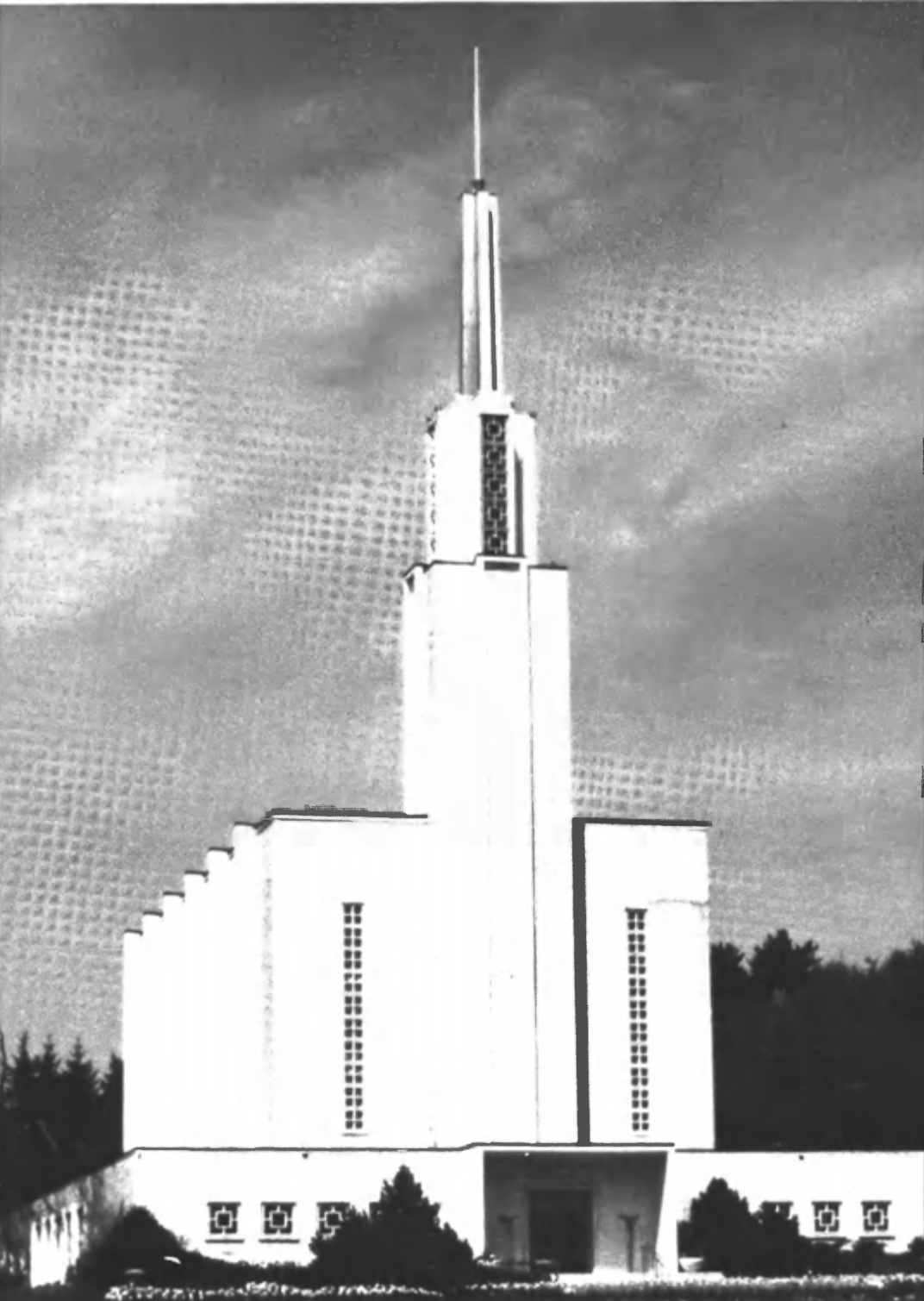
Нам нужно создать в нашем доме атмосферу духовности

Покажите иллюстрацию 27-в (=27-с): «Храм в Швейцарии».

Что во внешнем виде храма производит на вас самое сильное впечатление? Почему храмы содержатся в такой чистоте и почему они такие красивые?

В Учении и Заветах говорится, что, если что-то нечистое войдет в дом Господний, «славы Моей не будет там», и Он не будет присутствовать

27-в (=27-с): Храм в Швейцарии. Приводится с любезного разрешения *Church News*.



в лишенном святости храме (см. Учение и Заветы 94:9; 97:15–17). И поскольку мы хотим, чтобы Дух Господа пребывал в священных храмах, мы поддерживаем там чистоту и стремимся, чтобы все в них было прекрасным. Мы предостерегаем всех вступающих туда быть достойными проходящих в храме Богослужений. Нам также нужно, чтобы Дух Господа пребывал у нас дома. Для этого мы должны следовать призыву Президента Кимбалла убирать и содержать в порядке наше жилье; стараться, чтобы и изнутри, и снаружи оно выглядело как можно лучше.

Радующее глаз и содержащееся в порядке жилище позволяет нам наслаждаться жизнью. Одна сестра рассказывает об очень трудном периоде своей жизни, когда она, вступив в Церковь, растеряла друзей и лишилась семьи: «Я была вынуждена переехать в маленькую квартирку. При взгляде на нищету и царивший там беспорядок я впала в депрессию. И вдруг я услышала, как внутренний голос сказал мне: «Дом Господний — это дом порядка». Я отбросила всякое чувство жалости к себе, засучила рукава и принялась с ожесточением работать. Я работала до тех пор, пока моя крошечная квартира не стала чистой и светлой. На столе красовалась кружевная скатерть — единственное, что осталось от моей прежней жизни. После этого у меня возникло чувство, что это и есть мой настоящий дом» (*Relief Society Courses of Study*, 1978–1979, p. 69).

Какие бесхитростные вещи вы можете сделать, чтобы ваш дом был уютным и исполненным душевной теплоты?

Растения, букеты цветов и музыка наполняют наш дом красотой. У каждого из нас, где бы мы ни жили, есть особые таланты, такие, например, как умение вышивать, шить лоскутные одеяла, ткать, плести макраме, украшать комнаты букетами цветов и т.д. С помощью этих данных нам Богом талантов и способностей мы можем украшать свое жилье. Мы обладаем особыми способностями сглаживать острые углы и придавать блеск тусклой действительности. Нам отводится особая роль хозяек в доме.

Какие чувства вы испытываете, когда убираете свой дом или двор, занимаетесь планировкой, делаете мелкий ремонт или украшаете их?

Чтобы сделать дом лучше и красивее, нам нужно стараться создать в нем мирную и спокойную обстановку.

Старейшина Бойд К. Пэкер из Кворума Двенадцати говорил так:

«Вы сделаете большое дело, если создадите дома атмосферу мира, теплоты, уважения, покоя и безмятежности. И это вполне осуществимо, даже если вы не так уж и богаты.

Или же вы можете сотворить нечто угловатое, и холодное... и искусственное. Живущие в доме подростки ощутят сделанный вами выбор тысячами различных путей. Вы можете задать тон. В тишине и мире может появиться и окрепнуть спокойная, но мощная сила. А дерзость и шум могут превратиться в главную движущую силу конфликтов.

Причем в детях это будет с возрастом проявляться все более и более открыто до тех пор, пока наконец все не прорвется наружу» (*Eternal Marriage*, Brigham Young University Speeches of the Year, 14 Apr. 1970, p. 8; цит. по Neil and Joan Finders in «A Home Is Also a House,» *Ensign*, Nov. 1973, p. 20).

Мы сможем улучшить атмосферу нашего дома, если будем разделять и применять в жизни законы Евангелия Иисуса Христа. Руководители Церкви часто напоминают об обязанностях создать атмосферу духовности в нашем доме.

Молитесь всей семьей на ночь и по утру.

Соблюдайте день субботний святым.

Регулярно все вместе ходите в Церковь.

Раз в месяц целенаправленно поститесь.

Вместе изучайте Священные Писания.

Платите полную десятину.

Проводите домашние семейные вечера.

Самозабвенно любите и помогайте друг другу.

Как, живя по законам Евангелия, мы можем улучшить духовную атмосферу в нашем доме?

Если мы живем согласно учению Спасителя, Его Дух пребывает с нами, и от нашего дома волнами изливаются столь притягательные для всех наших близких мягкость и спокойствие.

Заключение

Пророк дает нам исходящие от Господа указания содержать в чистоте, красить, ремонтировать и украшать дом и все, что нам принадлежит. Трудясь всей семьей и украшая окружающее нас пространство, мы приобретаем навыки и привычки, которые пригодятся нам в жизни. Уделяя время и силы ремонту и украшению дома и всего, что нам принадлежит, мы начинаем больше ценить их.

Священные Писания учат нас тому, что Дух Господа не будет пребывать там, где царят беспорядок и грязь. Если у нас дома будет светло, чисто и гостеприимно, те, кого мы любим, захотят проводить там время. И пока мы живем по законам Евангелия, Дух Господень приносит нам мир и покой.

Задание

Во время домашнего семейного вечера все вместе пройдитесь по дому и двору и определите, что нужно убрать, переставить, выбросить, подкрасить или починить. Следуя приведенным в данном уроке указаниям, постарайтесь в текущем месяце выполнить хотя бы одну из задач. Постарайтесь сделать так, чтобы дети убрали свою парту, стенной шкаф, подмели или вымыли полы в своей комнате. Покажите, как вы гордитесь каждым ребенком и цените его труд. Постарайтесь сделать атмосферу в доме более духовной, регулярно применяя законы Евангелия к вашей семейной жизни.

Священные Писания для дополнительного изучения

Учение и Заветы 42:41 (все делается в чистоте).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Будьте готовы помочь присутствующим в классе определить участки внутри домов или вокруг них, которые нужно почистить или подремонтировать;
2. Прочитайте уроки 20 «Как умело вести домашнее хозяйство» и 31 «Создание в семье атмосферы духовности» в учебном пособии *Женщина Церкви Святых последних дней. Общее руководство для женщин, часть А*;
3. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Цель урока — подготовить вас к принятию призваний для служения в Церкви.

Возможности для служения в Церкви Господа

Как-то раз президент Хью Б. Браун, бывший советником в Первом Президентстве Церкви, рассказал такую историю:

«Я работал координатором деятельности церковных служителей в Лондоне (Англия). Однажды я выслал старшему капеллану большого лагеря, разбитого недалеко от Ливерпуля, такую телеграмму: «Завтра в 10 часов утра я приеду к вам в лагерь. Пожалуйста, уведомьте о встрече со мной всех находящихся в лагере молодых людей — мормонов».

Когда я приехал на следующее утро, меня встретили 75 юношей...

Из толпы вышел мужчина и, поздоровавшись со мной за руку, сказал: «Я как раз тот, кому вы послали телеграмму. Я капеллан этого лагеря. Я получил вашу телеграмму только сегодня утром (т.е. воскресным утром). Сразу же после того, как я ее получил, я тщательно подсчитал, сколько в лагере юношей. Я обнаружил, что в лагере 76 ребят. 75 — перед вами, один — в больнице».

Потом он сказал: «Мне хотелось бы, мистер Браун, чтобы вы рассказали мне, как вам удалось добиться такой дисциплины. Всего в лагере 600 мужчин, членов моей церкви. И если бы я дал им такое задание даже за полгода, они все равно не смогли бы с ним справиться. Расскажите, как вам это удается».

«Хорошо, — ответил я. — Если вы придете на наше собрание, я покажу вам, как мы это делаем». И он пошел вслед за мной в казарму, где нас ждали 75 ребят. Рядом со мной сидел настоятель.

Я спросил: «Сколько человек из вас, ребята, отслужили на миссии?» Половина из них подняли руки. Я указал на шестерых из них и произнес: «Подойдите сюда. Вы будете прислуживать причастие». Потом я указал еще на шестерых и сказал: «Подойдите сюда и приготовьтесь выступать». Я взглянул на моего друга священника. Он сидел с открытым ртом. Он никогда не видел ничего подобного...

Затем я спросил: «Кто умеет дирижировать?» Большинство из них подняли руки. Я выбрал одного. «Кто умеет играть на переносном органе?» И опять поднялись руки, и опять я выбрал одного...

Собрание продолжалось, выступали молодые люди. Они говорили страстно и с убеждением... После того как все они выступили, я сказал: «Ребята, нам пора заканчивать...»

Тогда они стали просить: «Давайте проведем собрание свидетельств...»

Я повернулся к моему другу священнику и произнес: «Я понимаю, что все это кажется вам довольно необычным. Мы здесь уже два часа и собираемся остаться еще на два. Поэтому мы не будем в претензии, если вы захотите покинуть нас».

Он положил руку мне на колено и сказал: «Пожалуйста, сэр, разрешите мне остаться!» И я, естественно, разрешил. И вслед за тем целых два часа ребята... приносили свои свидетельства об истинности Евангелия...

И, наконец, собрание подошло к концу. После того как оно закончилось, священник обернулся ко мне и сказал: «Мистер Браун, я уже 22 года священник, но то, что я сегодня услышал, — самый главный духовный урок в моей жизни». И опять он спросил: «Как же вы этого добиваетесь? Как вы смогли так умело распределить обязанности среди ребят?»

Тогда я ответил: «Я никого не выбирал специально. Все они были уже готовы к этому» (*An Eternal Quest — Freedom of the Mind*, Brigham Young University Speeches of the Year, 13 May 1960, pp. 14–17; цит. по Leon R. Hartshorn, comp., in «Thank You, God» in *Outstanding Stories by General Authorities*, vol. 1, pp. 12–15).

Что необычного заметил священник в нашей Церкви?

К чему были готовы ребята?

Как они готовили себя к этому?

Почему так важно, чтобы вы были подготовлены к служению в Церкви?

«В Церкви Иисуса Христа Святых последних дней нет профессионального духовенства, как это практикуется в других церквях... Все члены Церкви могут получить те или иные призвания, и все они должны принимать участие в церковной деятельности» (Boyd K. Packer, «The Secret of Service,» *Improvement Era*, June 1966, p. 551).

Когда организуются небольшие приходы, приходы и колья, члены Церкви получают в них различные призвания.

Как мы получаем призвание служить в Церкви

Руководители нашей Церкви несут ответственность за призвания членов Церкви на различные церковные должности. Они знают, какие требования предъявляются к людям, призываемым на те или иные должности. Они знают также, какие способности требуются от этих людей. Учитывая все это, руководители Церкви, помолившись,

составляют список подходящих кандидатов, которые ищут вдохновения и руководства Господа для исполнения своих обязанностей.

Старейшина Пол Х. Данн из Первого Кворума Семидесяти рассказывает о таком случае, произошедшем с ним сразу же после того, как он был утвержден членом Высшей власти Церкви: «Вместе с одним из Двенадцати я был назначен помогать в создании кола... Понадобился духовный опыт всей моей жизни.

Приехав, мы сразу же стали готовиться к избранию президента. После того как мы провели собеседования, председательствующий представитель власти попросил, чтобы я, предварительно помолившись, высказал свое мнение о сидевших перед нами братьях и после получения совета Господа перечислил три кандидатуры для призвания президентом кола. Он посоветовал мне руководствоваться Святым Духом. «И я сделаю то же», — сказал он.

Уединившись в специальной комнате, я опустился на колени перед Господом и испросил Его Духа и руководства. Я знал, что все мы — лишь Его слуги, и если нам необходимо сделать выбор, то это нужно делать с помощью вдохновения. Перечислив фамилии трех кандидатов, произведших на меня самое сильное впечатление, я отнес список Апостолу... Он спросил: «Что вы думаете по поводу этих фамилий?» Я ответил, что чувствую полную уверенность в правильности своего выбора. Тогда он сказал: «Положите ваш список на стол текстом вниз». Он сделал то же со своим списком. «Ну а теперь давайте попросим Господа окончательно подтвердить наш выбор». Мы оба опустились на колени, и он прочитал молитву с таким смирением, которого я никогда раньше не слышал... Потом мы перевернули списки и сравнили их. *Они в точности совпадали.* И еще более удивительным было то, что совпала даже последовательность фамилий» (Paul H. Dunn, *The Ten Most Wanted Men*, p. 138).

Каким должно быть наше отношение к тому, как Господь выбирает нас, а также других людей для различных церковных призваний? (Мы должны охотно делать то, о чем нас попросит Господь. Мы должны не критиковать наших руководителей, а всячески поддерживать их.)

Как только руководитель священства сделал свой выбор, он вызывает нас на собеседование. На этот раз он рассказывает об обязанностях, вытекающих из нашего нового призвания, задает вопросы о наших личных и семейных обстоятельствах с тем, чтобы помочь нам определить, можем ли мы уделять достаточно времени нашим обязанностям, готовы ли мы к получению призвания, можем ли мы часто посещать собрания, совершать поездки и выполнять то, что от нас требуется по призванию. Мы должны знать, перед кем нам отчитываться и к кому обращаться за помощью. Случается, семью просят поддержать человека, получающего призвание.

Вот что говорит о природе церковных призваний старейшина Лорен С. Данн из Первого Кворума Семидесяти:

«Церковное призвание — это сугубо индивидуальное и священное дело. И каждому дается право знать о том, что он или она получили свое призвание во имя Бога. Каждый человек в Церкви имеет право знать, что он был призван Богом. И если он не уверен в этом, я предложил бы, чтобы он серьезно и с молитвой обдумал свое призвание и получил то, что он вправе получить» («We Are Called of God,» *Ensign*, July 1972, p. 44; см. также *Relief Society Courses of Study, 1977–1978*, p. 51).

Как вы можете получить подтверждение того, что ваше призвание — от Господа?

Как нам получить помощь, выполняя наши призвания

Даже в том случае, если мы осознаем, что призвание служить пришло к нам через вдохновение, нам порой кажется, что мы не в состоянии выполнить то, что от нас требуется, нам недостает умения и опыта, мы испытываем неуверенность и страх. В Священных Писаниях говорится, что и Енос, и Моисей, и Иеремия, так же как и другие избранные Господа, испытывали чувство неуверенности в собственных силах (см. Моисей 6:31; Исход 4:10; Иеремия 1:6).

Одна сестра, не будучи уверенной в том, что сможет служить первой советницей президента Первоначального общества, получила такие заверения от своего епископа. Он сказал ей: «Работа в Церкви очень похожа на первые годы супружеской жизни. Точно так же, как муж не ждет от вас, что вы будете хорошо готовить или вести домашнее хозяйство, Господь... не рассчитывает на то, что вы в одночасье станете прекрасной руководительницей. Вы будете ошибаться... но любовь к Господу и Евангелию поможет вам выполнять то, что вам положено выполнять по призванию. Господь призывает нас на такие должности, которые помогают нам расти в борьбе» (Paul H. Dunn, *The Ten Most Wanted Men*, p. 228).

Покажите плакат «В служении мы учимся служить» (Spencer W. Kimball, «Small Acts of Service,» *Ensign*, Dec. 1974, p. 2).

Вот что сказал Президент Спенсер В. Кимбалл о той неуверенности в своих силах, которую мы испытываем, исполняя наши призвания: «Я понял одну простую вещь: мы учимся служить в служении... Очень важно, чтобы мы возвысились над собой и проявили подлинный интерес к тому, что Бог дает нам как часть наших призваний» (Spencer W. Kimball, «Small Acts of Service,» *Ensign*, Dec. 1974, pp. 2–3).

Что говорит нам Президент Кимбалл о том, как учиться служить? Как он советует нам преодолевать неуверенность в себе?

Мы обретаем уверенность в себе по мере того, как осознаем, что Господь знает о наших способностях, талантах и возможностях и с учетом этого Он избрал нас служить в нашем призвании.

Епископ или президенты небольшого прихода, округа или кола могут благословить нас и тем самым помочь выполнять наши обязанности. Эта процедура называется «посвящение рукоположением».

Когда нас призывают служить в Церкви, предполагается, что мы не будем делать это в одиночку. Мы получаем энергию, силы и помощь от Господа. Он сказал нам, что Дух будет дан нам «молитвой веры» (Учение и Заветы 43:16). Мы также получаем заверения, что, если мы будем достойны, «мы будем научены свыше... и... удостоены силы» (Учение и Заветы 43:16).

Когда старейшина Л. Том Перри был призван в Совет Двенадцати, он сказал: «Если вы живете по Евангелию, с вами всегда пребывает Господь. И я убедился в том, что это действительно так: если я буду делать домашние дела, учиться и буду ко всему готов, Господь всегда укажет мне путь» («News of the Church», *Ensign*, May 1974, p. 121; *Relief Society Courses of Study 1977–1978*, p. 51).

Почему так важно, чтобы Дух Господа помогал вам в вашем призвании?

(Если вы призваны выполнять Господню работу, Он наделит вас силой и вдохновением, чтобы вы могли осуществить то, для чего были призваны.)

Руководители и должностные лица небольшого прихода, прихода, округа и кола также были призваны, чтобы помочь нам выполнять порученные нам задания. Нам следует обращаться к ним за помощью и прислушиваться к их совету. Необходимо посещать собрания, на которых они обучают, наставляют и вдохновляют нас.

Назовите руководителей, от которых вы получали помощь.

Помимо Священных Писаний, у нас также имеются церковные журналы и учебные пособия, помогающие нам в нашей службе. Церковь также публикует выступления Пророка и других представителей Высшей власти Церкви на зональных и Генеральных конференциях. Многие из этих выступлений печатаются в церковных журналах. Нам нужно изучать указания и советы, которые дают нам наши руководители в своих вдохновленных свыше посланиях, и следовать им.

Как, следуя советам представителей Высшей власти и используя специальные церковные материалы, вы можете обрести уверенность в своих силах при исполнении ваших призваний? (Они помогут вам узнать, что вы учитесь истине и руководите другими так, как того желает Господь.)

Наша личная ответственность за полученные нами призвания

Принимая призвание в Церкви Господа, мы становимся Его слугами. Это означает, что Он доверил нам исполнение конкретных обязанностей, и мы становимся Его помощниками в этом деле.

Это также означает, что мы должны быть достойны доверия Господа. И каждый из нас несет ответственность за полученное призвание.

Прочитайте Учение и Заветы 72:3,4.

Кто должен отчитываться перед Господом за то, как он выполняет порученное ему дело? (Каждый.)

Что Господь обещает тем, кто предан порученному делу или призванию? (Они унаследуют хоромы, уготованные им Небесным Отцом.)

Прочитайте Учение и Заветы 107:99–100.

Почему одинаково важно каждое церковное призвание? Почему, служа в Церкви, вы должны делать все, что в ваших силах? (Господь заповедал нам познать свой долг и исполнять его изо всех наших сил. Те же, кто медлит, будет недостоин благословений.)

Заключение

Вот что говорит бывший генеральный президент Общества милосердия сестра Белли С. Спекфорд: «Призыв Господа «Идите за Мной» звучит для нас сегодня так же, как и для Его первых учеников ... Его работа должна продолжаться. И успех зависит от того, сколь усердно мы ее выполняем. Господь нуждается в наших усилиях, но и терпим к нашим слабостям. Каждая из нас получает то или иное призвание, поскольку обладает достаточными силами выполнить его. И от нас *зависит*, примем ли мы это призвание и будем ли духовно расти, служа Ему» (*Women in Today's World*, p. 67; цит. по *Relief Society Courses of Study, 1976–1977*, p. 111).

Перед нами, как членами Церкви, открывается множество возможностей служить Господу. И мы должны нести эту вдохновенную свыше службу так, как от нас того хочет Господь.

Задание

Запомните, что Господь вдохновляет Своих руководителей призывать нас служить в Церкви. Выполняя наши призвания, мы должны искать помощи Господа, а также наших руководителей, читать Священные Писания и одобренные материалы. Мы должны также взять на себя полную ответственность за наше служение. Составьте список предложений о том, как вы можете улучшить исполнение вами нынешнего призвания.

Священные Писания для дополнительного изучения

От Иоанна 15:16 (приносите плод);

Деяния 1:24 (Господь избирает Своих учеников);

К Евреям 5:4 (люди, призываемые Богом);

Учение и Заветы 105:35–37 (голос Духа провозглашает о том, кто будет избран).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 28 *Основ Евангелия* («Служба»);
2. Просмотрите урок 12 «Организация Церкви» в данном руководстве;
3. Подготовьте и покажите плакат «В служении мы учимся служить» (Spencer W. Kimball, «Small Acts of Service,» *Ensign*, Dec.1974, p. 2);
4. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Развитие навыков руководства

Урок 29

Цель урока — совершенствование ваших способностей руководить и следовать советам руководителей.

Потребность в хороших руководителях и хороших исполнителях

Президент Спенсер В. Кимбалл рассказывает такую историю о влиянии, которое оказывают руководители на своих подчиненных.

«Это произошло много лет тому назад, когда я входил в президентство кола Сент-Джозефа в Аризоне. Как-то в воскресенье я поехал в приход Эден выполнять данное мне поручение. Здание, где собирались прихожане, было таким маленьким, что многие люди сидели близко к возвышению высотой около полуметра от пола, где располагался президиум.

Во время собрания я обратил внимание на семерых мальчишек, сидевших в первом ряду. Мне было приятно, что на приходской конференции присутствуют семеро ребят. Я отметил это про себя и переключился на что-то другое. Однако вскоре они опять привлекли мое внимание.

Мне показалось странным, что все семеро одновременно подняли правую ногу и закинули ее на левое колено. Потом через минуту они опять все вместе поменяли положение своих ног и закинули левую ногу на правое колено. Это показалось мне необычным, но я и тогда не придал этому никакого значения.

Через одну или две минуты все они одновременно провели по волосам правой рукой, облокотились подбородками на запястья и опять одновременно поменяли положение ног.

Все показалось мне настолько странным, что я продолжал помнить об этом даже тогда, когда стал обдумывать свое выступление. И вдруг меня пронзила мысль: да ведь они же повторяют мои движения!

В тот день я получил урок на всю жизнь. Он состоял в том, что нам следует быть очень внимательными, потому что другие наблюдают за нами и стараются подражать нам» («The Davids and the Goliaths», *Ensign*, Nov. 1974, p. 79).

Люди всегда пытаются найти кого-нибудь, кому они могли бы подражать. Руководитель — это человек, идущий впереди, чтобы направлять и вести за собой других и показывать им, как и что нужно делать.

Руководитель не только сообщает другим, что и как нужно делать, но и показывает им пример. Руководитель помогает другим расти.

Покажите иллюстрацию 29-а (=29-а): «Сестра, обучающая кулинарным навыкам других».

Мы выбираем в качестве предмета подражания своих родителей и друзей, соседей, а также руководителей Церкви. Мы внимаем их словам и наблюдаем за их поступками. Часто мы строим свою жизнь в соответствии с их советами или же повторяем их поступки. Учителя руководят нами, наставляя, и мы учимся следовать их указаниям.

Какие качества присущи тем людям, которых мы выбираем в качестве предмета для подражания? (Бодрость духа, уверенность в себе, забота о других, оптимизм, сердце, исполненное молитвы, любовь и покорность Богу, смирение, умение ободрять других.)

(Напишите ответы на доске.)

Что нам следует делать, чтобы помочь руководителям? Ответить на этот вопрос вам поможет следующий список.

Слушайте своих руководителей.

Следуйте его или ее праведным советам.

Выполняйте то, что зависит лично от вас.

Будьте готовы помогать другим людям.

Радостно трудитесь в Евангелии совместно с другими.

Помогайте руководителям выполнять их обязанности.

Будьте надежными.

Относитесь к руководителям с пониманием.

Как следование этим советам поможет вам стать хорошим руководителем, а также хорошим исполнителем?

Руководителем может стать каждый. Каждый человек когда-нибудь так или иначе руководил либо кем-то в отдельности, либо целой группой людей. Наша жизнь в той или иной степени связана с судьбами других людей, и мы невольно оказываем на них влияние. Это наше влияние, отличающееся от влияния других, и есть наше руководство.

Для того чтобы быть руководителями, нам вовсе не обязательно занимать какие-нибудь посты в таких официальных организациях, как Церковь или община. Способности к руководству бывают самые разные, и проявляются они во всех сферах нашей жизни: будь то дома, где мы общаемся с родными и друзьями, с соседями, в общинах, где мы живем, или в Церкви.

Как вы стали или собираетесь стать руководителем у себя дома? В общине?

И если уж мы стали руководителями, важно, чтобы мы научились быть хорошими руководителями. Обладая хорошими навыками к руководству, мы сможем стать лучше сами и помочь в этом другим,

29-а (=29-а): Сестра, обучающая кулинарным навыкам других.



а также укрепить отношения с друзьями и домочадцами. Будучи главами семейств, родители должны испытывать желание стать как можно более хорошими руководителями. Способности лидера помогают нам установить гармоничные отношения в семье, с друзьями и соседями.

И по мере того, как Церковь распространяется по различным уголкам Земли и труд Господний продолжает умножаться, многие из нас получают призвание руководить другими.

Вот что говорил старейшина Стерлинг У. Сил из Кворума Семидесяти, подчеркивая значение хороших руководителей: «Солдат может сражаться лучше, продавец продаст больше товара, ребенок лучше выполнит домашнее задание, а миссионер приведет в Церковь больше людей, если все они будут работать под руководством того, кто знает, как учить, воодушевлять, давать те или иные навыки, осуществлять общее руководство, любить и убеждать, а также заниматься многими другими важными для хороших руководителей делами» («The Problem Is Always the Same», *Ensign*, Mar. 1973, p. 34).

Каждый из нас может развить в себе способность к руководству, если будет над этим работать. Нам нужно готовить себя, постигая основы хорошего руководства через церковную деятельность. И мы должны руководствоваться полученными знаниями и опытом во всей нашей дальнейшей жизни.

Иисус как идеальный руководитель

Покажите иллюстрацию 29-б (=29-b): «Иисус Христос и Апостолы».

Иисус Христос был образцовым руководителем, поскольку Он умел точно следовать воле Своего Небесного Отца. Чтобы стать действительно хорошими руководителями, мы должны внимать увещанию нашего Спасителя: «приходи, последуй за Мною» (от Марка 10:21), которое требует от нас, чтобы мы научились делать то, что делал Сам Спаситель.

1. *Иисус готовил Себя.* Он постился, молился и учился, всегда стараясь при этом узнать волю Отца. Нас воодушевляют на то, чтобы мы приобретали знания и готовили себя (см. Учение и Заветы 88:118–119). Когда мы постимся, молимся и учимся, мы также узнаем волю нашего Небесного Отца и согласно Его наставлениям развиваем наши способности.

2. *Иисус любил тех, кого Он вел за Собой.* Любовь — это самое важное качество для руководителя, поскольку она дает ему возможность проявлять истинную заботу о тех, кого он ведет за собой. И если он любит их, он стремится, чтобы они изменили свою жизнь к лучшему, он живет их заботами и хочет, чтобы они достигли своих целей. Перед нами, как членами Церкви Иисуса Христа Святых последних

29-б (=29-b): Иисус Христос и Апостолы.



дней, поставлена общая цель — вернуться в Целестиальное Царство к нашему Небесному Отцу. И какие бы обязанности руководителя мы ни исполняли, мы можем помочь другим достичь этой цели только в том случае, если любим их. Любовь является мощным побудительным мотивом. Старейшина Нил А.Максвелл сказал, что «руководство — это любовь в действии» («... *A More Excellent Way*,» р. 44). Мы должны помнить увещания Спасителя: «Как Я возлюбил вас, так и вы да любите друг друга» (от Иоанна 13:34).

Почему любовь эффективнее, чем сила, в наших взаимоотношениях с другими? (Потому что люди отвечают на любовь тем, что хотят сделать приятное тому, кто их любит.)

Как способность любить может сделать наше руководство более успешным, особенно когда это касается нашего дома? (Она поможет нам избежать конфликтов и привлечь к сотрудничеству тех, кого мы воспитываем.)

3. *Иисус объяснял Своим ученикам, для чего Он послан на Землю.* Он помог им уяснить, что они должны делать для того, чтобы помочь Ему выполнить Его земные дела. Он помог им понять, насколько важны их обязанности. Точно так же и нам необходимо объяснять тем, кого мы ведем за собой, что им нужно делать для выполнения их земных дел, и помогать им осознать роль, которую им уготовано сыграть.

Как, помогая нашим детям понять их предназначение в семье, мы способствуем тому, чтобы они лучше нас слушались? (Если они узнают, что в семье они многому научатся и во всем получают помощь, они будут охотнее слушаться родителей.)

4. *Иисус основывал Свое руководство на законе свободы выбора.* Он не заставлял учеников насильно следовать за Ним. Он приглашал их прийти к Нему.

Свобода выбора — основной закон Евангелия Иисуса Христа. Когда мы пытаемся насильно заставить кого-нибудь следовать за нами, мы действуем как сатана. Если же мы ведем за собой людей так, как это делал Христос, мы должны предоставить им свободу выбора. Объясняя Своим последователям, чего Он от них ожидает, Иисус был всегда честен с ними. Когда мы руководим людьми, мы также должны честно объяснять им, чего от них ждем, а также чего они должны ожидать от нас. Давая им поручения, мы должны четко объяснять, что входит в их обязанности, сколько времени им придется на это потратить, на каких собраниях им нужно будет присутствовать и чего им нужно будет добиться. После этого, уважая свободу их выбора, мы должны получить их согласие или отказ выполнить то, что мы им поручаем.

Почему так важно, чтобы каждый человек перед тем, как согласиться выполнить порученное ему дело, знал, чего от него ожидают? Как особые разъяснения, которые мы даем детям, помогают им выполнять свои обязанности по дому?

5. *Иисус давал ученикам важные и заставлявшие их принимать серьезные решения поручения.* Выполнение важных и серьезных

поручений помогает нам почувствовать, что мы нужны. Просьба сделать что-нибудь только для того, чтобы занять человека, не приводит ни к чему хорошему. Будучи руководителями, мы должны помочь другим прочувствовать важность выполняемого ими поручения. Как руководители мы должны быть уверены в том, что мы не тратим попусту чужое время, давая бесполезные задания. Однако все должны понимать, что временами приходится выполнять нудные и утомительные поручения. Они так же необходимы, как и более легкие и приносящие признание и похвалу поручения.

6. *Иисус показал, что Он несет ответственность как за результаты Своего земного труда, так и за судьбы следовавших за Ним людей.* Он понимал, что должен помогать духовному росту людей. Ему не только хотелось построить Царство Его Небесного Отца, но и способствовать возвышению людей. Пророк Иосиф Смит выразил эту же мысль такими словами: «Я учу их правильным законам, и они сами руководят собой» (цит. по John Taylor in *Millennial Star*, 13:339, 15 Nov. 1851). Это и должно быть нашей целью — помочь духовному росту и возвышению наших последователей.

Почему так важно, чтобы мы как руководители всегда помнили о главной цели — возвышении тех, кем мы руководим? (Мы отвечаем за те поручения, которые мы даем другим. Плохое руководство является серьезным нарушением.)

7. *Иисус умел слушать.* Он создавал атмосферу любви и уважения, и Его ученики очень хорошо чувствовали себя в Его присутствии, потому что Он желал и умел их слушать. У Него всегда находилось время, чтобы выслушать их и вникнуть в их проблемы (см. от Луки 7:1–10, а также от Иоанна 8:1–11). Мы тоже должны беспокоиться о тех, кем мы руководим.

8. *Иисус часто помогал Своим последователям мыслить самостоятельно, задавая им вопросы. Это помогало им понять то, чему Он пытался их научить* (см. от Матфея 16:13–19; 19:16–22 и от Иоанна 21:15–17). Быть хорошим руководителем означает помогать другим решать собственные проблемы и достойно выходить из трудных ситуаций. Мы должны показать им наше доверие к ним и побуждать их самостоятельно находить выходы и принимать решения. Нам, смертным, порой бывает очень трудно самим найти мудрое решение. Но мы обретаем силу и смелость, когда нам помогают. Мы знаем, что Небесный Отец укрепит нас и поможет нам, если мы будем искренне молиться.

9. *Иисус был последователен в соблюдении заповедей.* Он не отказывался от принципов и не менял Своего поведения в угоду другим. Он прожил жизнь, которая может служить примером для остальных. И если мы охотно последуем Его примеру и будем поступать праведно, мы покажем хороший пример нашим последователям. Мы должны всегда и во всем жить по нормам Евангелия. (Эти 9 ступеней изложены по книге Neal A. Maxwell, «... A More Excellent Way,» pp. 53–54.)

Почему пример, который вы показываете, является важной составляющей вашей работы как руководителя? Как и чему вы учите других собственным примером?

Следовать примеру Иисуса

Вот что рассказывает одна девушка о том сильном влиянии, которое оказывает праведный пример:

«Когда я училась в школе, сначала в начальных, а затем и в средних классах, я вынуждена была пропускать чуть ли не половину занятий из-за болезни. И даже когда я смогла посещать школу и церковь, я не была активна. У меня не было друзей, и я была далека от их жизни. Я была очень одинока.

И лишь однажды я попыталась что-то изменить, приняв участие в соревновании ораторов. Поскольку от нашего прихода в них никто не участвовал, послали меня без всякого предварительного прослушивания, и я с треском провалилась. После этого я решила опять спрятаться в своей раковине, чтобы никто больше не смог обидеть меня.

Однако моя учительница в Церкви думала по-другому. Впервые у меня была учительница, которая не желала, чтобы я тихо сидела в сторонке. Однажды, когда ее назначили председательницей на приходском банкете, она попросила меня произнести там речь, тему которой я должна была заранее обдумать. Я заявила ей, что совершенно не в состоянии это сделать. «Нет, ты сможешь, — заверяла меня она каждый раз. — Потому что я тебе во всем помогу».

Я так любила ее, что только ради нее и согласилась. В глубине души я, конечно, понимала, что провалюсь. Для начала мы с ней обсудили возможные темы выступлений. Потом мы поговорили с девочками, входившими в подготовительный комитет. Учительница попросила меня поделиться с ними моими мыслями. О том, что это были в основном ее собственные мысли, она не сказала ни слова. Я стала готовить свое выступление и не раз переписывала его с учетом ее осторожных и деликатных замечаний, пока оно не стало мне самой нравиться.

Но все же я заявила ей, что не смогу встать перед тремя сотнями девочек и произнести эту речь. «Я произведу плохое впечатление. Я некрасивая и совершенно непривлекательная. Я испорчу вам весь вечер». Она обняла меня и сказала: «Что за ерунда! Ты будешь украшением вечера!»

Она много раз прослушала мое выступление. Она отвела меня в гостиницу, где должен был состояться банкет, и выслушала мое выступление еще раз. Она даже достала где-то микрофон, чтобы я могла поупражняться перед ним. Потом она попросила меня показать платье, в котором я должна была выступать. Она принесла мне корсаж, который не только преобразил платье, но и поднял мне

настроение. Она попросила свою парикмахершу сделать мне прическу, которая очень мне шла.

А перед банкетом она опустилась со мной на колени и объяснила Господу, что я, очень одинокая девочка, много работала и нуждаюсь в Его помощи, чтобы справиться с поручением. Разве я могла провалиться, когда со мной была Его и ее любовь?» (цит. по «*A More Excellent Way*», produced at June Conference, 1968, pp. 5–7).

Что сделала учительница, чтобы помочь этой молодой женщине? Перечислите ответы на доске и обсудите каждый из них, оценивая при этом качества учительницы. (Ответы могут быть такими: она придумала ей задание, помогла подготовиться, направляла ее, проявила к ней интерес, показала свою любовь, выслушивала все сомнения девочки и молилась вместе с ней. Она была полна энтузиазма, доверия к девочке. Она помогла ей поверить в собственные силы.)

Как эта руководительница следовала в своей работе примеру Иисуса?

Развитие способностей к руководству в семье

Руководители нашей Церкви всегда свидетельствовали о важности семьи для развития способностей к руководству, подобных тем, которыми обладал Иисус.

«Поскольку потребность в руководстве возрастает по мере увеличения значимости той сферы, где осуществляется это руководство, трудно переоценить роль руководства в семье. «Никакой успех не может компенсировать неудачу в вашем доме» (Президент Дэвид О. Маккей). Семья — это основная организация, от которой зависит счастье каждого из нас» (Sterling W. Sill, «The Problem Is Always the Same», *Ensign*, Mar. 1973, p. 34).

Именно в семье мы получаем первые уроки того, как нужно работать вместе с другими людьми, как выполнять поручения, передавать полномочия и как просить о помощи. В семье должно возобладать отношение любви и искренней заботы о каждом.

Атмосфера праведности в семье может привести к развитию таких качеств, которые помогут и родителям, и детям стать хорошими руководителями. Мы можем развить уважение к себе в наших домохозяйствах, если предоставим им самим возможность развивать таланты и хорошо исполнять свои обязанности и будем воодушевлять и хвалить их за выполненную работу. Чувство уверенности в своих силах появляется в детях в том случае, если мы даем им посильные задания. Именно дома мы впервые учимся разговаривать с другими людьми, принимать их предложения, разрешать конфликты и преодолевать трудности. Дома мы учимся тому, чтобы следовать хорошему примеру, а также самим служить хорошим примером для других.

Родители должны показывать пример истинного служения в Церкви. Точно так же они должны относиться и к своим обязанностям дома и по отношению к соседям. Их праведный пример воодушевляет

и детей к тому, чтобы стать хорошими руководителями. Очень важно, чтобы дети, выполняющие какие-то функции руководителя, чувствовали поддержку и одобрение. «Если в семье будет уделяться внимание неформальному развитию в детях навыков к руководству, то когда они вырастут, их сердца и души будут подготовлены к тому, чтобы успешно руководить, преодолевая трудности» (Neal A. Maxwell, «... A More Excellent Way», p. 132).

Как поручения по проведению домашних семейных вечеров, которые мы даем детям, способствуют развитию их навыков к руководству?

Как совместные семейные дела развивают в каждом из домочадцев способности к руководству?

Как можно развить способности к руководству в старших детях?

Почему как родители, так и дети должны быть хорошими руководителями в семье?

Заключение

Все мы кем-нибудь руководим, иногда неформально, как, например, знакомым, другом, любимым, или же формально, выполняя то или иное поручение в Церкви, участвуя в работе по месту жительства или в других официальных организациях. Будучи членами Церкви, мы постоянно развиваем свои способности к руководству. Мы можем научиться руководить лучше, если последуем примеру Иисуса, а также церковных руководителей. И самая главная обязанность родителей в этом плане — собственными поступками и словами воодушевлять детей и помогать им стать хорошими руководителями.

Задание

Вспомните кого-нибудь, кто помогал вам, учил вас или руководил вами. Задайте себе вопрос, что особенно полезного сделал для вас этот человек. Постарайтесь развить такие же качества в себе.

Постарайтесь всей семьей дать каждому из домочадцев возможность развивать в себе навыки руководителя, проводя домашние семейные вечера и занимаясь другими совместными делами.

Постарайтесь на деле быть как хорошим руководителем, так и хорошим исполнителем в отношениях с домочадцами, соседями, а также членами Церкви.

Священные Писания для дополнительного изучения

Книга Притчей (Бог ведет нас прямыми стезями);

От Иоанна 13:15 (следуйте примеру Христа);

1-й Нефий 3:7 (Бог поможет нам справиться с работой);

Мосия 2:17 (служу другим, мы служим Богу);

Учение и Заветы 58:26–28 (нам следует делать добрые дела);

Учение и Заветы 121:41–44 (как развивать способности к руководству, подобные тем, которые были у Христа).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Подготовьте доску и мел;
2. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Учиться передавать полномочия

Урок 30

Цель урока — помочь вам понять, что разумная передача полномочий помогает выполнять поручения.

Важность разумной передачи полномочий

«В молодости я неоднократно наблюдал за Самсоном, красивым, серым в яблоках жеребцом, находившимся в изумительной форме и таким рослым, что казалось, будто он, как башня, возвышается надо мной. Но, несмотря на свои размеры, он был очень нежным и дружелюбным и, кроме того, таким сладкоежкой, что он приподнимал морду вверх и опускал ее в знак признательности всякий раз, когда его угощали. Он был всеобщим любимцем.

Каждый день Самсон стоял на привязи у подножия крутого холма в ожидании тяжелых грузов, которые ему предстояло везти. Самсон всегда шел впереди других лошадей. Когда подходила подвода с грузом, он наострял уши и в нетерпении топал копытами — для него это была еще одна возможность показать свою силу.

Самсон любил покрасоваться. Когда сторож подводил его к грузу и впрягал в оглобли, Самсон не ждал других лошадей — на то он и был Самсон! С низко опущенной головой, касаясь бабками земли, с искрами, летящими из глаз, он практически тащил всю повозку сам. Он даже не позволял другим лошадям выполнять их долю работы.

Мы спросили конюха, который ухаживал за Самсоном, почему он не давал другим лошадям побыть во главе упряжки. Он ответил, что Самсон не будет работать, находясь сзади, рядом с другими лошадьми, потому что там он не сможет показать себя во всей красе. Он не работал вместе с другими, пока не оказывался впереди, пока не делал все сам.

Однажды я не увидел Самсона у подножия холма, на его месте стояла незнакомая лошадь. Я спросил со слезами в голосе, куда делся Самсон, и сторож ответил, что он умер. Он умер от разрыва сердца, или, говоря другими словами, от перегрузок.

Многие руководители похожи на Самсона в том, что хотят выполнять всю работу сами, чтобы не делиться ни с кем своей славой, и поэтому отказываются сотрудничать с другими. Сила Церкви в объединенной власти, и Церковь слабеет, если кто-то пытается тянуть весь груз в одиночку.

В Церкви нет места таким, как Самсон, потому что разумные руководители распределяют свои обязанности!» (Fred W. Oates, *Millennial Star*, Mar. 1959, p. 129; см. также in *New Dimensions in Leadership*, II, pp. 65–66).

Если мы считаем себя разумными руководителями, то нам нужно делить с другими людьми груз своих обязанностей. Давая другим людям поручения, мы в действительности даем им возможность слушать. Тесть Моисея Иофор дал ему важное наставление о том, для чего даются поручения.

Прочитайте Исход 18:13–23.

Как Иофор объясняет Моисею необходимость давать поручения другим? (Читайте главу 18, стихи с 20 по 23.) (Моисей был не в состоянии выполнить всю работу сам, он просто лишился бы сил. Но если бы ему помогали, то Моисей мог бы гораздо лучше выполнить работу как для себя, так и для других.)

Какое отношение имеют эти доводы к вам сегодня, когда вы выполняете ваши призвания в Церкви?

Давая поручения, мы как бы даем полномочия другим представлять нас. Мы даем им власть и основание действовать за нас. В Церкви, например, мы можем попросить кого-то провести собрание, прочесть стих, рассказать ту или иную историю, украсить помещение или помочь каким-либо другим способом. Дома мы можем поручить нашим детям помочь приготовить еду, навести порядок в доме, поработать в саду или дать им другие задания. Мы даем поручения потому, что знаем: мы не в состоянии сделать все сами.

Давая поручения, мы также предоставляем другим возможность расти и развивать свои таланты. Если мы даем поручения обдуманно и благожелательно, успех в работе нам обеспечен. Мы лучше служим нашему Небесному Отцу, поскольку выполняем работу быстрее и эффективнее. Знающие руководители достигают лучших результатов, призывая людей с разнообразными талантами и способностями помогать им.

Пример Иисуса в передаче полномочий

Президент Эзра Тафт Бенсон из Совета Двенадцати говорит нам, что «само основание мира было заложено с разделением полномочий. Иисус неоднократно напоминал людям, что Он выполняет Свою миссию, потому что у Него есть власть делать это. Разговаривая с Иудеями в синагоге, Иисус сказал им, что Он был послан Своим Отцом: „Ибо Я сошел с небес не для того, чтобы творить волю Мою, но волю пославшего Меня Отца“» (от Иоанна 6:38). (*God, Family, Country*, p. 133.)

Через Свои учения и пример Иисус преподавал нам много уроков того, как мудро и эффективно можно делегировать полномочия.

Во-первых, Иисус основал Свою Церковь на принципе разделения полномочий. Пребывая на Земле, Он призвал Апостолов и членов

Кворума Семидесяти, чтобы они помогли Ему управлять делами Церкви. Он также давал различные поручения другим. Все должны были помогать в созидании Его Царства и таким образом, через служение, развивать свои способности. Делегируя полномочия, Иисус помогал людям возвышаться. Сегодняшняя Церковь руководствуется тем же принципом. Мы помогаем другим учиться руководить, тщательно обдумывая обязанности, которые им надлежит выполнять. Следуя примеру Иисуса, мы также можем развивать свои способности делегировать полномочия и выполнять ту или иную работу.

Прочитайте от Марка 1:16–18.

Во-вторых, Иисус определил обязанности и ответственность для тех, кого Он выбрал Своими помощниками в выполнении работы. Он не просто призвал их стать Апостолами без всяких объяснений. Он понимал, что от них потребуется, и учил, что им нужно делать. Он дал им ясное представление о том, что они должны выполнить. Он вдохновлял людей на то, чтобы они видели свои задачи и знали, какие награды им будут даны, если они последуют за Ним.

Почему так важно помогать тем, кому вы дали какое-нибудь поручение, точно видеть все стоящие перед ними задачи, а также вознаграждения, которые они получат, выполняя свои назначения и призвания? (Чтобы помочь им достичь успеха. Если они поймут это, у них появится желание работать и выполнять свою работу хорошо.)

Как можно понять, что каждому призванию сопутствуют и награды, и трудности? (Следуя примеру тех, кто добился успеха в своем призвании. Советуясь с теми, кто преодолел трудности. Ища совета у тех, кто вас призвал. Делая все зависящее от вас.)

Передавая обязанности другим, мы должны объяснить им, чего мы от них ожидаем, и, кроме того, подробно разъяснить их обязанности. Мы должны следовать примеру Иисуса, который наставлял Своих Апостолов, отправляя их выполнять работу. «Некоторое время после посвящения Апостолов в духовный сан рукоположением они оставались с Иисусом, и Он специально обучал их, чтобы они могли выполнить задачу, поставленную перед ними; после этого им были даны особые поручения, и они были отправлены проповедовать и служить властью своего священства» (James E. Talmage, *Jesus the Christ*, p. 228).

Почему так важно, чтобы люди понимали, чего от них ожидают, когда просят выполнить какое-нибудь поручение? (Их шанс добиться успеха существенно возрастет. Они перестанут бояться выполнять поручения или отказываться от их выполнения. Следствием недопонимания может явиться то, что они не сделают того, что они должны были выполнить, и в результате у них появится чувство, что они все провалили.)

Как только мы дали поручение и подробно объяснили обязанности или задачи, мы должны показать нашу уверенность в том, что люди способны справиться с заданием, дав им полную свободу действий.

Тем не менее они должны знать, что к нам всегда можно обратиться, если у них возникнут вопросы или же им понадобится наша помощь.

Какую ответственность несет руководитель после того, как он дал поручение или задание? В чем состоит ответственность руководителя по отношению к человеку, которому он дал поручение?

В-третьих, Иисус, давая задания, требовал отчета с тех, кому Он их давал.

Прочитайте от Марка 6:30.

Что рассказывали Апостолы Иисусу? (Все, что они сделали и чему учили других людей.)

Почему важно получать отчеты от тех, кому мы дали задания? (Чтобы выполнить нашу часть ответственности, мы должны знать, как продвигается работа. Мы должны знать, можем ли мы помочь тем, кто работает под нашим руководством.)

Мы должны учиться у других. Мудрый руководитель осознает необходимость учиться у таких людей, которые выдвигают хорошие идеи, и будет приветствовать предложения с их стороны. Он даст людям почувствовать, что они являются важной составной частью организации или семьи.

В-четвертых, Иисус учил, что руководители должны и поощрять, и порицать с любовью.

«После того как было дано задание, руководитель не забывает ни о человеке, который его получил, ни о самом задании. Он наблюдает с интересом, но не «заглядывает через плечо». Он как следует похвалит, если человек это заслужил. Он воодушевит человека для пользы дела, когда это необходимо. Когда же он почувствует, что работа не выполняется и нужно что-то изменить, он действует смело и твердо, но с добротой. Когда время пребывания в должности заканчивается, руководитель выражает свою признательность и благодарность» (Ezra Taft Benson, *God, Family, Country*, p. 140).

Прочитайте от Матфея 25:23.

Какими способами вы можете выразить свою благодарность и признательность другим?

Передача полномочий помогает в выполнении наших обязанностей

Наши призвания и обязанности зачастую требуют от нас выполнения чрезвычайно разнообразных задач. Один из путей, помогающий нам справляться с ними, — это разумное распределение обязанностей. Работая в Церкви, мы находим все больше и больше возможностей давать поручения, а также выполнять задания, которые даются нам. Нам не следует выходить за рамки своих обязанностей и брать на себя обязанности других.

Президент Н. Эддон Тэннер, член Первого Президентства, рассказывает о следующем случае, который может служить примером передачи полномочий.

«Однажды моя дочь, которая была президентом Общества милосердия кола... подошла ко мне и сказала: «Знаешь, папа, я не могу заставить одну из моих советниц выполнять свои обязанности. Я сказала ей, что нужно сделать, она согласилась, а потом я обнаружила, что ничего не сделано, и мне пришлось все делать самой». Я спросил: «А почему?» Она ответила: «Мне легче было сделать самой, чем заставить ее». Я сел и прочитал ей небольшую лекцию, а потом сказал о том, что, давая задание и поручая что-то другим, а затем выполняя за них работу, она избавляет их (других людей) от забот... Важно, чтобы ты научила их, как выполнить порученное им задание» (*Relief Society Courses of Study 1976–1977*, pp. 121–122).

Как президент Тэннер учил свою дочь делегировать полномочия?

Почему не следует выполнять задание самому, если вы поручили его кому-то другому? (Мы расхолаживаем других. Они могут отказаться от других заданий. Мы лишаем их возможности развиваться. Мы истощаем себя излишней работой.)

Умение дать поручение, а затем вовремя отойти на второй план и не делать слишком много самим особенно важно для матерей. Как руководители своих детей, мы должны давать им поручения по дому. Если ребенок знает, что то или иное поручение должен выполнять только он и никто другой, то, выполняя его, он проникается лежащей на нем ответственностью. Мать, которая не дает своим детям возможности выполнять то, что она же им и поручила, лишает их столь необходимого практического опыта.

Делегирование полномочий помогает нам облегчить домашнюю работу; это вполне применимо и к выполнению наших церковных обязанностей. Ни одна мать не должна делать всю работу по дому сама. Это плохо и для нас, и для наших детей. Мы показываем нашу любовь к детям, когда даем им творческие задания. Дома всегда найдется много такой работы, которую дети в состоянии выполнить, если мать спланирует и организует ее с учетом индивидуальных способностей каждого ребенка. Когда мы ежедневно что-либо поручаем детям, у них развиваются полезные навыки и появляется возможность развиваться. В то же время они помогают нам. Когда дети участвуют в организации и обустройстве дома, они проявляют больше интереса к поддержанию его в порядке.

Давая поручения детям, нам следует помнить: поручения должны быть им по силам, чтобы, выполнив их, они могли почувствовать радость. Мы должны высказывать нашу признательность за то, что они делают, а также хвалить и подбадривать их. Важно приучить детей быть ответственными и благонадежными.

Задайте молодым незамужним девушкам в классе вопрос: какие обязанности могут вам быть поручены дома? Как выполнение этих заданий могло бы помочь вам подготовиться стать матерью?

Выполняя свои домашние и церковные обязанности, мы должны знать о способностях других. Если мы обладаем большими способностями, чем кто-то другой, мы должны быть добрыми и полезными для других. Когда же чьи-то способности превосходят наши, у нас должно появляться желание учиться у таких людей. Мы поступаем разумно, если работаем с учетом наших собственных способностей, служим примером для подражания и стараемся плодотворно сотрудничать с другими, вдохновляя их работать как можно лучше.

Заключение

Чтобы быть хорошим руководителем дома, в Церкви и в обществе, мы должны учиться делегировать наши обязанности. Мы должны быть терпеливыми, признательными и подбадривать других. Мы должны помнить те законы, о которых говорил Иисус: подробно объяснять людям их обязанности, наблюдать за их успехами и выражать признательность за выполненную работу. Когда нам даются задания и поручения, мы должны приложить все наши способности, чтобы выполнить работу успешно. При разумном распределении обязанностей мы все более эффективно выполняем порученную нам работу и тем самым лучше служим нашему Небесному Отцу.

Задание

Пересмотрите домашние обязанности членов семьи. Подумайте, как лучше распределить поручения вашим детям с учетом принципов, изложенных в этом уроке; подумайте, как можно было бы усовершенствовать систему распределения поручений в Церкви, чтобы лучше выполнять их.

Священные Писания для дополнительного изучения

От Луки 10:2 (делатели нужны для работы Бога);

Учение и Заветы 107:99–100 (служите прилежно);

Учение и Заветы 121:33–34 (принимайте власть со смирением).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Приготовьте доску и мел;
2. Дайте учащимся задание выступить по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Цель урока — помочь вам научиться принимать мудрые решения.

Почему мы должны принимать решения

«Не можем ли мы ехать чуточку быстрее?» — нетерпеливо спросила я маму, когда мы ехали в нашем только что купленном подержанном пикапе по усыпанной гравием дороге.

Мама улыбнулась. «А куда нам, собственно, спешить?» — дразнила она меня, будто не зная ответа.

«Я не могу дождаться, когда мы купим туфли», — отозвалась я. Я ужасно волновалась: ведь прошел почти год с тех пор, как... меня в последний раз водили в магазин, чтобы купить мне новые туфли...

Город с большим магазином находился на расстоянии четырех длинных миль, и мне казалось, что мы едем уже целую вечность.

Как только мы стали на стоянку, я выпрыгнула из пикапа и вбежала в здание. Я пробежала через отдел консервов, миновала отдел скробных товаров и, не успев добраться до обувного отдела, вдруг увидела их. На серебристой подставке, водруженной на слегка покатую среднюю полку, стояла пара ярко-красных туфель. Я замерла, у меня перехватило дыхание в благоговении перед красотой их цвета и изяществом перемычек, сделанных по типу сандальных...

Мама подошла следом за мной, и я повела ее прямо к полке.

«Можно я куплю эти?» — спросила я с надеждой. Мама некоторое время изучала туфли.

«Они не очень практичные», — сказала она в конце концов...

«Я буду очень аккуратно их носить, — убеждала я. — Пожалуйста».

Подошла продавщица и измерила мне ногу.

«Красные туфли на полразмера меньше, — сказала она. — И это единственная оставшаяся пара. Хотя, — добавила она, увидев разочарование на моем лице, — иногда такие туфельки бывают немного больше, чем обычно. Не хотите их примерить?»

Мама пыталась вразумить меня, объясняя, что нога растет и должен быть запас...

Туфли с комбинированным носком и на каблучке были тесны мне, но мне удалось надеть их без видимых усилий, я поднялась и с восхищением посмотрела вниз.

«Можно их купить?» — спросила я, не сомневаясь, что через некоторое время мне удастся разносить их и они будут мне впору.

Туфли не выглядели чересчур маленькими, но мама, казалось, была уверена, что в них нет достаточного запаса.

У меня пропала надежда... Мама задумалась, и у нее на лбу появились морщинки, она прошла дальше и выбрала пару коричневых полуботинок моего размера.

«Почему бы тебе не померить вот эти? — предложила она. — А потом ты сама решишь, брать их или нет».

Настроение у меня поднялось, и хотя мне раньше приходилось принимать решения, но я ни разу не принимала такого важного решения, как теперь...

Как только я надела коричневую туфлю и завязала шнурки, я поняла, что этой ноге гораздо удобнее, чем той, на которой надета красная туфля. Я молча размышляла и пыталась решить, что купить, учитывая преимущества и недостатки каждой пары. Полуботинки будут дольше носиться, и они удобнее. Но они были такие коричневые и обыкновенные. Кроме того, они такого фасона, который я ношу всегда. Красные туфли были очень красивые, а мне так хотелось чего-нибудь новенького... Честно говоря, они действительно жали, но я могла пострадать денек-другой, если нужно... Да, я, пожалуй, возьму красные...

Следующие два дня я мучилась, надевая красивые туфли. Затем на больших пальцах появились мозоли, и мои страдания стали невыносимыми.

В конце концов я не смогла этого больше терпеть. Со слезами на глазах, держа в руках красные туфли, я пошла к маме. Губы у меня дрожали, но я твердо решила не плакать... Я постояла минутку, пытаюсь собрать все мое хладнокровие и придумывая, что сказать.

«Они жмут и трут!» — выпалила я честно.

Ее ответ был до такой степени неожиданным, что мне только и осталось, что стоять с открытым ртом и молчать.

«Мы не всегда принимаем верные решения, — сказала мама. — Иной раз нам приходится испытывать боль, чтобы быть умнее в следующий раз, когда нам придется принимать важные решения» (Lena Mae Hansen, «A Pinch of Hurt,» *New Era*, Mar. 1977, pp. 49–50).

Какой урок получила девочка?

Как мать помогла девочке научиться принимать решения?

В принятии каких решений вы можете помочь своим детям?

Обучение детей принятию решения — важная часть ответственности, которую мы несем как родители.

Мудрые решения

Президент Спенсер В. Кимбалл сказал:

«Мы надеемся, что в состоянии помочь нашим юношам и девушкам осознать... что некоторые решения мы принимаем лишь один раз в жизни... Некоторые решения, принятые мною в юности... оказали мне большую помощь, потому что у меня не было необходимости возвращаться к ним вновь и вновь. Мы можем однажды вычеркнуть что-то из жизни и тем самым навсегда лишиться того, что отвергли! Мы можем принять одно-единственное решение и затем сделать это решение частью нашей жизни, не переиначивая и не передумывая по сто раз, что мы должны делать, а что нет.

Нерешительность и растерянность — вот питательная среда для сатаны, где он имеет возможность причинять боль и приносить несчастья человечеству. Если вы пока что не приняли решения, решайтесь решать!» («Boys Need Heroes Close By,» *Ensign*, May 1976, p. 46.)

Почему мы должны учиться принимать мудрые решения?

Каждый день требует от нас принятия множества решений, причем некоторые из них нам принять легче, чем другие. Какие-то из них, возможно, не будут иметь долгосрочных последствий, в то время как другие будут иметь последствия, влияющие на нашу жизнь в вечности.

У нас есть возможность принимать решения, потому что нам была дана свобода выбора и воли (см. урок 2 «Свобода выбора и ответственность» в данном руководстве). Вместе с этим даром мы также отвечаем за выбор принимаемых нами решений. Следовательно, очень важно серьезно обдумывать последствия каждого решения.

Какие решения все мы должны принимать? Составьте список на доске.

Каковы возможные последствия этих решений? Перечислите соответствующие последствия напротив каждого решения.

Прочитайте отрывок из Первой книги Царств 18:21.

Каким образом решение жить по заповедям Божиим может облегчить принятие других решений? (Когда мы обязуемся жить по заповедям Божиим, мы можем принять много решений, руководствуясь волей Бога. Мы будем оценивать наши решения сообразно с нормами жизни, данными нам Господом.)

Как решение стать членом Церкви может повлиять на другие решения, которые мы должны принять? (Мы принимаем законы и нормы Церкви, и они направляют нас, когда мы принимаем другие решения.)

Принятие главных решений в юности освобождает нас от принятия множества трудных каждодневных решений в последующем. Например, если мы решили жить по Слову Мудрости, то нам не нужно будет решать, должны ли мы брать сигарету или спиртное, когда нам их предлагают.

Какие из решений могут облегчить принятие других решений? (Решения, в основе которых лежат честность, целомудрие, стремление вступить в брак в храме.)

Многие из решений, принятых в юности, имеют вечные последствия. Одно из наиболее важных принимаемых в юности решений — это решение жениться. Таким образом, особенно важны решения о том, с кем следует встречаться.

Какие решения влияют на выбор супруга? (Решение жениться или выйти замуж за того, кто активен в Церкви, кто сможет хорошо обеспечить семью, кто любит детей, кто отслужил миссию, кто часто молится.)

Почему важно, чтобы молодые девушки учились принимать мудрые и вдохновленные свыше решения?

«Мы постоянно принимаем... решения. Их результат определяет успех или неудачу всей нашей жизни. Поэтому стоит смотреть вперед, определить направление и быть хотя бы частично готовыми, когда наступит время принятия решения» (Thomas S. Monson, «Finishers Wanted,» *Ensign*, July 1972, p. 69).

Как нужно принимать мудрые и вдохновленные свыше решения

РАССМАТРИВАЙТЕ ВОЗМОЖНЫЕ ВАРИАНТЫ

«Принятие решений — это, по всей видимости, самое важное из того, что совершают люди. Ничего не происходит до тех пор, пока кто-то не примет решения» (Ezra Taft Benson, *God, Family, Country*, p. 145). Поэтому так важно, чтобы мы учились принимать мудрые решения. Для этого нам необходимо учиться просчитывать все возможные варианты наших решений. Это включает сбор фактов и определение возможных результатов каждого сделанного нами выбора.

Президент Эзра Тафт Бенсон из Совета Двенадцати предложил нам руководствоваться следующими шестью вопросами:

1. Будет ли это тормозить наш духовный или моральный прогресс или вредить ему?
2. Не вызовет ли это впоследствии печальные или нарушающие покой воспоминания?
3. Не противоречит ли это откровениям или заповедям Божиим?
4. Может ли это принести вред какому-то человеку, семье или группе людей?
5. Может ли это решение сделать меня лучше?
6. Последует ли за совершенным нами поступком благословение? (См. Учение и Заветы 130:20–21.) (*God, Family, Country*, pp. 151–152.)

Как ответы на эти вопросы помогут вам принять мудрые решения?

Когда мы рассмотрим все возможные решения и их последствия, нам следует выбрать лучшее, на наш взгляд, решение. Именно это — самое трудное во всем процессе принятия решений.

Попросите присутствующих на занятии сестер определить для себя, какая из существующих проблем требует решения. Запишите это на доске. Обсудите возможные варианты решений и их последствия.

СОВЕТУЙТЕСЬ С ГОСПОДОМ

Для того чтобы принять мудрые, вдохновленные свыше решения, нам необходимо, помолившись, обдумать их. Это требует от нас усилий. После того как мы приняли оптимальное решение, мы должны испросить совета у Бога и затем сделать окончательный выбор.

Прочитайте Послание Иакова 4:10.

Нам необходимо советоваться с Господом. Помимо этого, нам нужно советоваться друг с другом — мужу с женой, родителям с детьми, братьям и сестрам в Церкви, друзьям. Мы должны советоваться друг с другом, перенимая у других их опыт. Часто мы можем решить наши проблемы, читая Священные Писания и учась на содержащемся в них опыте.

Вот что предлагает старейшина Бойд К. Пэкер из Кворума Двенадцати:

«Когда перед вами стоит какая-нибудь проблема, сначала попытайтесь решить ее мысленно. Поразмышляйте над ней, проанализируйте и обдумайте ее. Почитайте Священные Писания. Помолитесь. Я осознал, что важные решения нельзя форсировать. Вы должны смотреть вперед, и у вас должна быть перспектива...

Размышляйте об этом понемногу каждый день и не торопитесь принимать главные решения под влиянием минут...

Обращаетесь ли вы к Богу и просите ли помочь вам в принятии решения? Или же вы работаете, читаете откровения (Священные Писания), размышляете и молитесь, а затем самостоятельно принимаете решение?

Соотнесите проблему с тем, что вы считаете праведным или же, наоборот, неправедным, и затем принимайте решение. После этого спросите Его, правильное это решение или нет» («Self-Reliance,» *Ensign*, Aug. 1975, pp. 88–89).

Прочитайте Учение и Заветы 9:7–9.

Какие этапы принятия решений выделены для нас в этом стихе? (Обдумайте решение мысленно и помолитесь, чтобы узнать, правильное оно или нет.)

Как мы можем узнать, правильное ли решение мы приняли? («И если правильно, Я сделаю так, что в тебе возгорится душа твоя, а потому почувствуешь, что это правильно».)

Если мы проходим через все необходимые этапы и все же продолжаем принимать неправильные решения, мы можем спросить совета у Бога.

Прочитайте Учение и Заветы 6:22–23.

Какие другие чувства, помимо тех, что описаны в Учении и Заветах 9:7–9, Господь посылает нам, чтобы мы могли понять, что приняли верное решение? (Ваш разум успокоится.)

Старейшина Лорен С. Дан из Первого Кворума Семидесяти рассказывает о таком случае, подтверждающем сказанное выше.

«Я вспоминаю, как несколько лет назад мне нужно было принять важное решение... Мне предложили работу, и после того, как я прошел через все этапы... и принял решение, которое, казалось бы, *максимально соответствовало моим способностям*, я связался с людьми и отказался от этого предложения. Следующие двенадцать часов были для меня адом. И потом я наконец осознал, что Господь пытался мне сказать, что я принял неверное решение. Интересно, что люди, чье предложение я отверг, позвонили мне снова и предложили более выгодные условия, хотя я был бы более чем счастлив, приняв их первое предложение! Я привожу этот пример, чтобы подчеркнуть, что если мы проходим через все начальные этапы и отдаем себя в руки Господа и если вдруг случается так, что мы принимаем неверное решение, то может оказаться, что его будет очень трудно осуществить! Каким-то образом Он вернет нас на ту стезю, по которой мы, по Его разумению, должны идти» (*Establish Divine Communication*, Brigham Young University Speeches of the Year, 24 Mar. 1970, p. 4; также цит. по Leon R. Hartshorn, comp., in «I Had Made the Wrong Decision,» in *Outstanding Stories by General Authorities*, vol. 2, pp. 94–95; курсив автора.)

Какому этапу принятия решения придается самое большое значение в этом рассказе?

Почему при принятии решений так важна поддержка Святого Духа?

Старейшина Мэрион Г. Ромни сказал о стихах 9:7–9 из книги Учение и Заветы: «Это своего рода откровение, которому мы всегда должны следовать. Нам вовсе не обязательно совершать какие-то серьезные ошибки. Мы можем избежать их, если последуем этому совету. И если мы будем прислушиваться к этому совету, то он будет руководить нами всю жизнь» («Revelation,» *Improvement Era*, June 1964, p. 506).

Следуя мудрым решениям

Как только мы приняли мудрое и вдохновленное свыше решение, мы должны твердо следовать ему. Жизненные обстоятельства могут уводить нас прочь от цели, поэтому мы должны осознать, что принятие правильных решений включает в себя намерение идти до конца.

Мы должны оставаться непреклонными, даже если кто-то пытается уговорить нас отступить от принятого решения.

Мы не должны уподобляться тем, кого «водит кругом сатана; и как ветер возмечает соломѹ или как корабль несется по волнам без паруса и якоря, никем не управляемый» (Мормон 5:18). Мы должны направлять свою жизнь, следуя до конца принятым нами решениям.

Приведенный ниже рассказ поясняет, как молодая девушка успешно преодолела искушение и не отказалась от принятого решения.

«У молодой девушки по имени Кэтрин появилась возможность подработать летом на продаже членских билетов для вступления в клуб любителей путешествий. Частью работы были поездки по выходным с членами клуба по всему побережью Карибского моря. Как только служащий клуба закончил собеседование по поводу этой интересной работы, он сказал: «Еще одна деталь. Вы носите слишком длинные юбки. Наши покупатели любят, когда билеты продают молодые привлекательные девушки. Подогните край юбки хотя бы дюймов на пять». Кэтрин не устроилась на эту работу, но она приобрела намного больше... Сказав «нет» этому человеку, она сказала «да» новым духовным перспективам, которые открылись перед ней, когда она нашла в себе силы устоять перед малым искушением» (Maureen Jensen Ward, «Growing Up Spiritually,» *Ensign*, Dec. 1975, p. 55).

Каким образом намерение оставаться твердым в принятом решении до конца направляет вашу жизнь?

Как вы можете стать сильнее, если будете верны принятому решению?

Как ваша твердость поможет вам в принятии дальнейших решений?

Заключение

«Путешествие длиной в тысячу миль начинается с одного-единственного шага» (Lao-tse, *The Simple Way*, no. 64). Это высказывание еще раз подчеркивает необходимость тщательно обдумать все решения, уважительно и с молитвой относиться ко всем проблемам. Мы также подчеркиваем, что в любом поспешном, упрямом, близоруком решении отсутствует мудрость, безопасность, уверенность... Чтобы достичь того величайшего счастья, спокойствия и успехов, которые может дать нам Бог, наш любящий Отец, мы должны помнить, что «путешествие в тысячу лет, в действительности путешествие в вечности, начинается с одного-единственного шага». Мы должны относиться ко всем проблемам, выборам и решениям обдуманно, уважительно и богобоязненно» (Richard L. Evans, «... With One Step...», *Improvement Era*, Aug. 1961, p. 604).

Мы должны принимать во внимание все последствия каждого возможного решения перед тем, как мы предпримем первый шаг. Как только мы приняли мудрое и вдохновленное свыше решение, мы должны до конца следовать ему.

Задание

Подготовьте урок о принятии решений на семейном вечере, предлагая для обсуждения ключевые отрывки данного урока.

Подумайте о тех решениях, которые вы принимаете каждый день. Спросите себя, как вы можете улучшить ваши способности принимать мудрые и вдохновленные свыше решения.

Напишите на листке бумаги шесть вопросов Президента Бенсона, помогающие оценить возможные решения. Используйте их вместе с Учением и Заветами 9:7–9 и 6:22–23 как руководство для принятия важных решений.

Священные Писания для дополнительного изучения

2-й Нефий 10:23 (свобода поступать по своей воле);

Енос 10 (голос Господа сошел мысленно на Еноса);

Алма 37:37 (советуйтесь с Богом по всем вопросам);

Учение и Заветы 8:2–3 (сердце и мысли, внушаемые Святым Духом);

Учение и Заветы 112:10 (Господь ведет смиренных).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Прочитайте главу 8 *Основ Евангелия* («Моление Отцу нашему Небесному») и главу 22 («Дары Духа»);
2. Подготовьте доску и мел;
3. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Постановка личных и семейных целей

Урок 32

Цель урока — вдохновить вас ставить перед собой цели и учиться достигать их.

Нам необходимо ставить цели

Цель — это образец поведения, уровень мастерства, идеал или пункт назначения, которых нужно достичь. Мы ставим перед собой цель, когда решаем чего-то добиться. Достижение некоторых целей, таких, например, как уборка комнаты или чтение книги, требует немного времени. Достижение других целей, таких, как сбережение денег на покупку нового дома или желание возродить любовь и мир в семье, может отнять месяцы или даже годы. Чтобы добиться целей, которые помогут нам стать достойными жить вечно с нашим Небесным Отцом, нам может понадобиться целая жизнь. Некоторых целей мы не сможем достичь в течение всей нашей земной жизни, и от нас могут потребоваться дополнительные усилия в будущей жизни.

В Священных Писаниях Небесный Отец раскрывает главную цель, связанную с Его работой: «Вот, это Моя работа и Моя слава — привести людей к бессмертию и вечной жизни» (Моисей 1:39). Чтобы Его цель в отношении нас могла осуществиться, нам нужно поставить перед собой цели, которые помогут нам сделать нашу жизнь плодотворной и радостной и будут способствовать тому, чтобы мы вернулись к Небесному Отцу и стали достойны жить с Ним.

Говорят, что «если вы не знаете, куда идете, то вам все равно, по какой дороге идти» (цит. по John H. Vandenberg, in «Straight Is the Gate», *Improvement Era*, June 1966, p. 533).

Многие тратят дни, месяцы и даже годы своей жизни, идя по тропам, которые никогда не приведут к истинным достижениям. Другие же ставят цели и неуклонно движутся по стезям, которые ведут их ко множеству свершений.

Каждый успешно проведенный отпуск — это в значительной степени результат достижения поставленных нами целей. Например, если мы решаем отправиться в путешествие, мы ставим такие цели, которые помогут нам выяснить, где мы сейчас находимся, куда мы собираемся добраться и как нам оттуда выбраться. Постановка целей придает направление и целеустремленность нашим действиям. Она помогает улучшить нашу жизнь и достичь высот, о которых мы не могли бы и мечтать.

Старейшина Пол Х. Дан из Президентства Первого Кворума Семидесяти рассказывает следующую историю о значении поставленных целей:

«Я вспоминаю одного из моих посетителей. Это был молодой человек лет тридцати. Он хотел добиться успеха в жизни, быть хорошим отцом и мужем, но получалось так, что все его попытки всякий раз заканчивались неудачей. Я спросил его:

«Каковы ваши личные цели?

Какие общие цели есть у вас и у вашей жены?

Какие общие цели есть у вас как у семьи?»

Его ответы на все эти вопросы объяснили многое. Он никогда не думал об этом» (*Look at Your World*, p. 9).

Почему молодого человека преследовало столько неудач?

Разговаривая с женщиной из Церкви Святых последних дней, Президент Спенсер В. Кимбалл советовал нам ставить цели, достижение которых требует усилий... Мы развиваемся, когда ставим высокие цели, цели на уровне звезд» (*Privileges and Responsibilities of Sisters*,» *Women's Fireside address*, 16 Sept. 1978, *Ensign*, Nov. 1978, p. 103). Он также добавил: «Мы истинно верим в поставленные цели. Мы живем этими целями... Чтобы развиваться, мы должны ставить цели» (*Regional Representatives Seminar*, Apr. 1975).

Ставя личные цели

Покажите иллюстрации 32-а (=32-а): «Молодая женщина»; 32-б (=32-б): «Мать с детьми» и 32-в (=32-с): «Пожилая женщина».

Дайте задание классу выбрать по одной задаче для каждой из сестер на фотографиях. Напишите на доске три цели. Подумайте, что могла бы сделать каждая из сестер сейчас, чтобы приблизиться к поставленной цели.

Какая цель должна быть самой главной в вашей жизни?

Хотя все мы по-своему неповторимы, главная цель нашей жизни должна быть одной и той же: стать достойными возвышения в Целестиальном Царстве, вернуться, чтобы жить вместе с Небесным Отцом и быть частью Его вечной семьи. Из-за того, что у всех нас есть свои особые таланты, способности и слабости, каждому из нас необходимо ставить перед собой разные, сугубо личные цели. Например, для достижения нашей главной цели некоторым из нас нужно поработать над собой по поводу уплаты десятины, в то время как для других уплата десятины не представляет труда. Некоторым из нас нужно научиться соблюдать день субботний святым, в то время как для других это довольно легко. Наши цели не всегда совпадают, поскольку наши личные потребности отличаются друг от друга.

32-а (=32-а): Молодая женщина.

32-б (=32-б): Мать с детьми.







Какие цели мы можем поставить перед собой, чтобы помочь себе достичь нашей главной цели: возвышения в Целестиальном Царстве, чтобы влиться в вечную семью нашего Небесного Отца? Что нам необходимо делать сейчас? Напишите ответы на доске.

Президент Спенсер В. Кимбалл рассказывает о том, как он, будучи четырнадцатилетним мальчиком, поставил перед собой цель:

«... На одной из конференций я слушал выступление руководителя Церкви о том, что нужно читать Священные Писания каждый день. И я подумал тогда, что я никогда не читал Библию. В тот же вечер после проповеди я отправился к дому, расположенному через квартал, зажег угольно-масляную лампу, стоявшую на маленьком столике, и прочитал первые главы Книги Бытия. Год спустя я закрыл Библию, прочитав каждую главу этой большой и прекрасной книги...»

Я получил необычайное удовольствие от того, что я поставил цель и добился ее» («Planning for a Full and Abundant Life», *Ensign*, May 1974, p. 88).

Попросите одну из присутствующих на занятии сестер поделиться радостью, которую она испытала после того, как поставила цель и добилась ее. Вспомните, как вы себя чувствовали после того, как добились своей цели.

Сестра Лелия Хиггинс из города Денвер, штат Колорадо, США, преданный член Церкви, знала о ценности поставленных ею целей. После ее смерти ее муж собрал вместе всю семью и прочитал им отрывки из дневника их матери, который она вела тридцать лет назад, когда была молодой незамужней девушкой. По ее дневнику можно судить, что она поставила праведные цели:

«Я хочу быть готовой созидать Божье Царство на этой Земле... Надеюсь, что я смогу это сделать...»

Цель, которой я пытаюсь добиться в этой жизни, состоит в том, чтобы быть допущенной в Целестиальное Царство в том мире, в котором я буду после смерти, и я никогда не перестану стремиться к этому. Я посещаю церковь с тех пор, как научилась ходить...»

Я хочу выйти замуж за чистого юношу из Церкви, с которым мы сможем пожениться в храме, и я хочу быть достойной его. Я надеюсь, что смогу передать своим потомкам непорочный, безупречный ум и тело, мое знание Евангелия и желание жить, чтобы достигнуть Целестиального Царства. Я надеюсь, что мне разрешат жить с моими любимыми в другом мире и что, возможно, я найду способы помочь всем окружающим. Я также совершу храмовую работу за тех, кто покинул этот мир раньше. Я хочу быть связующим звеном, помогающим приводить новые души в мир, и я хочу быть достойной и добродетельной матерью, создать для них дом, чтобы они могли наслаждаться теми же благословениями, что и я в своем доме» (цит. по John H. Vandenberg, «Strait Is the Gate», *Improvement Era*, June 1966, p. 534).

Какие личные цели поставила для себя сестра Хиггинс? Напишите ответы на доске. Какие из этих целей хотели бы поставить для себя вы?

Перед тем как поставить личные цели, мы должны молиться и размышлять. Мы должны просить Небесного Отца помочь узнать наши слабости, показать, в чем мы должны совершенствоваться и какие должны ставить цели. Патриархальные благословения также помогают нам понять, какими должны быть наши цели. Указания наших церковных руководителей помогут нам определить личные цели. Мы должны развивать в себе такое отношение к жизни, о котором говорил на закрытии общей конференции Президент Спенсер В. Кимбалл:

«Я принял решение, что по возвращении домой я постараюсь стать намного лучше, чем был. Я слушал все наставления и указания и надеюсь, что все, кто их слушал, будут поступать так же... Я прошу вас... подумайте о том, что мы говорили; и если все сказанное каким-либо образом затронет вас, подумайте, как вы можете это использовать, чтобы вам, а также всем нам вернуться назад, чтобы добиться того совершенства, о котором просит нас Господь» («Jesus the Christ,» *Ensign*, Nov. 1977, p. 75).

Постановка семейных целей

Помимо постановки личных целей, мы должны после обсуждения с домочадцами ставить общие для всей семьи цели. Мы можем одновременно стремиться к достижению наших личных, а также общих для всей семьи целей. Как семья мы, возможно, захотим поставить общую цель: создать прочную атмосферу любви, счастья и радости в доме.

Какие особые семейные цели мы можем поставить, чтобы помочь нашим семьям жить в мире? (Жить по средствам, как можно больше значить друг для друга, читать Священные Писания всей семьей, разговаривать друг с другом спокойным тоном, делать что-то, чтобы порадовать друг друга, чаще хвалить друг друга, воздерживаться от критики по отношению друг к другу.)

Некоторые из нас, возможно, захотят всей семьей приобрести более глубокие знания Священных Писаний, чаще посещать церковные мероприятия, более активно участвовать в них. Некоторые из нас, возможно, захотят вместе со своей семьей заняться домом: сделать его чище и красивее. Возможно, нашим семьям необходим более жесткий контроль над семейными расходами или создание домашних запасов.

Старейшина Рекс Д. Пинегар из Первого Кворума Семидесяти рассказывает о том, как он и его семья ставили семейные цели:

«Однажды моя жена задала мне вопрос, который несколько озадачил меня. Она спросила: «Рекс, кем ты собираешься стать? Какие у тебя цели?» И я понял, что никогда с ней об этом не говорил. Было как-то неприятно осознавать это, и я понял, насколько это ее задевало. Мы поговорили о нашей семье и затем решили, как нам нужно жить ...

Наше обоюдное желание заключалось в том, чтобы служить Господу и быть там, куда Он посылает нас. Таким образом, чтобы иметь постоянный доход, мы должны определить для себя, каковы будут наши цели, если мы примем такое решение. Это означало, что нам нужно будет переехать, и мы переехали. Это означало, что нам придется тринадцать лет работать в школе... Но эти цели были второстепенными по сравнению с тем, что нам удалось сохранить нашу семью» (*Goals and Family Life*, Brigham Young University Speeches of the Year, 1976, pp. 34–41).

Постановка семейных целей поможет нам расти в любви и единстве с нашей семьей, а также поможет достичь семейного возвышения и пребывать с нашим Небесным Отцом.

Достижение поставленных целей

Епископ Джон Х. Ванденберг сказал: «Я чувствую, что постановка целей совершенно необходима для счастливой жизни. Однако цель сама по себе — только часть желаемого действия. Нам нужно знать, какой путь нам выбрать, чтобы достичь цели... (Людям) нужно заключать что-то вроде договора с самими собой, записывая свои цели и сохраняя записи о выполнении поставленных целей» («Strait Is the Gate,» *Improvement Era*, June 1966, p. 534).

Что это значит «знать, какой путь нам выбрать, чтобы достичь цели»? (Знать, что мы должны делать, чтобы достичь цели.)

Какие этапы, перечисленные епископом Ванденбергом, могли бы помочь в достижении наших целей? Составьте список под названием «Достижение целей» и запишите его на доске.

Проведите следующий опыт: возьмите в руку пять или шесть маленьких мячиков или какие-нибудь другие небольшие предметы. Выберите одну из сестер и скажите ей, что ее цель — поймать все мячики. Бросьте все мячики одновременно. Она наверняка не сможет поймать ни одного.

Какое отношение к достижению цели имеет сказанное выше?

Продолжите демонстрацию опыта, бросая мячики один за другим таким образом, чтобы сестра смогла поймать каждый из них. Объясните, что этот опыт показывает необходимость поэтапного достижения цели. Мы не должны надеяться, что сможем достичь всего сразу.

Представьте, что вы и ваш муж — молодая пара, упомянутая в следующей теоретической ситуации.

«Во время одного из семейных вечеров молодая семейная пара приняла решение расплатиться с долгами к следующему Рождеству. Но спустя полгода, а затем и год они были по-прежнему в долгах без малейшей надежды когда-нибудь избавиться от них.

По прошествии года, когда стало ясно, что их надежда расплатиться с долгами рухнула, а поставленная цель так и не была достигнута, семья решила более четко определять цели. Они вспомнили прошедшие несколько месяцев и признались себе, что сделали несколько ненужных покупок...

Тогда они решили попробовать еще раз. Они снова проанализировали стоящую перед ними проблему, поставили цель и до мельчайших подробностей расписали, что им нужно будет предпринять и на какие жертвы пойти, чтобы достичь своей цели. Составив бюджет, где было предусмотрено лишь самое необходимое, они помолились и дали друг другу обязательство, что сделают все, чтобы добиться поставленной цели. И они добились ее даже раньше намеченного срока» (Rodger Dean Duncan, «Do Your Family Goals Fizzle?», *Ensign*, Feb. 1971, pp. 59–60).

Почему молодым супругам не удалось расплатиться с долгами в течение первого года после того, как они поставили цель? Что они сделали, чтобы добиться успеха? Припишите ответы на эти вопросы к тем, которые уже написаны на доске. (Обязательно добавьте: «Записали, как они будут добиваться поставленной цели» и «Молились о помощи».)

Когда мы стремимся добиться достойных целей, мы должны молиться, чтобы Небесный Отец помог нам в этом.

Стремясь к достижению поставленных целей, мы порой чувствуем себя обескураженными.

«Возможно, вы ощущали то же, что и молодая мама, которая до такой степени была перегружена личными проблемами, жизненными трудностями и переживаниями, что чувствовала себя неспособной справиться со всем этим. Они с мужем хотели иметь много детей. Но потом она уже сильно сомневалась, хватит ли у нее сил справиться хотя бы с теми детьми, которыми их уже благословил Господь... Она с отчаянием осознала разницу между мечтой и реальностью. Она была уверена, что никогда не сможет быть возвышена, никогда не добьется совершенства.

С сокрушенным сердцем она опустилась на колени и просила Бога помочь ей. Вскоре на причастном собрании она получила ответ. Был зачитан 1-й Нефий 3:7. Затем епископ поделился своим свидетельством и сказал, что Бог не дает заповедей, не подготовив путей для их выполнения. Вслед за этим она записала: «После выступления епископа я стала читать Священные Писания и молиться каждый день. Я поняла, что мне нужно было подготовить себя, чтобы попросить Господа о такой большой помощи, в которой я нуждалась. Сейчас я делаю это, и я потрясена теми изменениями, которые произошли в моей жизни. Мне это нравится! Я уже чувствую себя счастливее и увереннее... Я не могу сказать, что у меня не бывает неудач, но я чувствую себя гораздо лучше. И я знаю, что многое у меня получается гораздо лучше, чем раньше» (*Relief Society Courses of Study, 1978–1979*, p. 8).

Несмотря на то что мы тщательно следуем предложениям, данным нам для достижения целей, иногда мы можем и не добиться успеха, поскольку у Господа есть другие планы для нас, отличные от тех, которые мы выбрали сами.

Сестра Сандра Кавей рассказывает о своей дочери-подростке:

«Моей дочери казалось, что, если в школе ее выберут руководителем группы на соревнованиях, она добьется главной цели в жизни. Она упорно тренировалась на протяжении нескольких месяцев, делала кувырки, шпагат и колесо. Училась криками подбадривать участников соревнований . . .

Ей даже удалось оказаться в первой пятёрке выбранных.

И для нее было страшным ударом, когда она узнала, что ее так и не отобрали.

Она недобрала всего лишь нескольких голосов, но это было поражение.

«Мама, ты даже не можешь себе представить, насколько важно это было для меня! — всхлипывала она. — Это была одна из целей всей моей жизни. Почему Господь меня подвел, несмотря на то, что я так горячо молилась?.. Я тренировалась целых полгода. Я сделала все, что могла».

Сестра Кавей продолжает: «Я говорила ей, что всему должна быть своя причина. И ей нужно молиться, чтобы понять, почему так случилось».

И уже в следующем месяце ее попросили стать одной из ответственных за обучение в семинарии . . .

В течение этого года она приобрела глубокие духовные познания. У нее появились дружеские и важные для нее отношения со многими людьми. Она стала хорошо влиять на окружающих, помогла многим стать активными в Церкви.

Спустя некоторое время она сказала мне, что постепенно пришла к пониманию самой себя через горячие молитвы и чтение Священных Писаний. «Я хотела быть руководителем группы больше всего на свете. Но Господь знал, что мне нужен другой опыт. Я больше нуждалась в духовном развитии. Это было тяжкое испытание, но сердцем я понимала, что так и должно было случиться» (Stephen R. and Sandra Covey, «Teaching Our Children to Pray», *Ensign*, Jan. 1976, p. 63).

Нам легче будет достичь поставленных целей, если мы устраним из жизни то, что лишает нас уверенности в себе или останавливает нас. Осуществлению праведных желаний препятствуют вредные привычки, нежелательные компании, дурные мысли, одолевающие нас страхи и сомнения.

Хорошие привычки помогают достижению целей. Ежедневно занимаясь самоусовершенствованием, мы должны радоваться каждому успеху, пусть даже самому незначительному. Старейшина Марк Е. Петерсон из Кворума Двенадцати уверяет нас: «Я верю, что мы, будучи смертными, уже здесь и сейчас можем начать самоусовершенствоваться. Мы можем достичь определенной степени совершенства уже в этой жизни . . .

Я абсолютно уверен в том, что одно из самых больших желаний Господа Бога нашего состоит в том, чтобы мы следовали величайшей заповеди, в которой говорится: „Итак, будьте совершенны“ (*Toward a Better Life*, pp. 312–313).

Как вы можете объяснить выражение старейшины Петерсона, что «мы можем достичь определенной степени совершенства уже в этой жизни»? (Мы можем стать совершенными или приблизиться к совершенству во многих областях нашей жизни. Двигаясь шаг за шагом, мы добьемся успеха на нашем пути к возвышению.)

Достижение поставленных целей является результатом составления планов, затраты сил и обращенных к Господу молитв. Нам всегда следует помнить, что, пока мы стремимся достичь поставленных целей, нас никогда не постигнет неудача. Мы приняли Евангелие и стали членами Церкви, чтобы помочь себе стать похожими на нашего Небесного Отца.

Заключение

Наши желания в этой жизни и после нее могут осуществиться, если мы правильно определим свои цели. Индивидуальные цели ведут нас к достижению личных побед. Семейные цели объединяют наши семьи и помогают достичь возвышения. Пытаясь достичь праведных целей, мы выполняем заповедь Господа: «Итак, будьте совершенны».

Задание

Поразмышляйте над тем, чего вы хотите добиться в жизни, и поставьте реальные цели, которые помогли бы вам осуществить ваши желания. Обсудите поставленные цели в семье. Сначала выберите для достижения одну личную цель, затем спросите себя: «Что я должна делать, чтобы достичь ее?» Запишите, что вы можете сделать *на этой неделе*, чтобы достичь поставленной цели. В конце недели запишите, что вы можете сделать на следующей неделе. Повторяйте этот процесс до тех пор, пока не добьетесь вашей цели. Затем выберите другую личную цель и следуйте тем же самым принципам до тех пор, пока не достигнете и этой цели.

Вместе с семьей выберите цель, которая пойдет во благо всем, и следуйте вышеупомянутым принципам до тех пор, пока ваша семья не достигнет ее. Похвалите тех, кто добился поставленных личных целей.

Священные Писания для дополнительного изучения

Екклесиаст 9:11 (у всех есть время, чтобы использовать его для достижений);

От Марка 9:23 (все возможно);

Послание к Галатам 6:7 (закон урожая);

Послание Иакова 1:22–25 (будьте как исполнителями, так и слушателями);

1-й Нефий 3:7 (Господь поможет нам соблюдать Его заповеди);

Тринадцатый Символ веры (мы должны стремиться ко всему добродетельному).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Приготовьте доску и мел;
 2. Найдите пять маленьких мячиков или предметов для демонстрации опыта по достижению целей шаг за шагом;
 3. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.
-

Цель урока — помочь вам укрепить понимание того, что учиться необходимо на протяжении всей жизни.

Для нашего развития необходимо учиться

«Как замечательно, что вокруг нас так много интересного, и все это мы видим, слышим, чувствуем и познаем. Всем этим мы наслаждаемся!»

Нам лишь необходимо открыть «окна» нашей души, чтобы с радостью впитывать мир с помощью наших глаз, ушей и интуиции, чтобы подключить наши ощущения и чувства, а также наше «внутреннее зрение». Мы можем заполнить наш ум интересными картинками и рассматривать их; вдохновенными звуками и слушать их; счастливыми воспоминаниями и жить ими» (Marion D. Hanks, *Improvement Era*, Oct. 1964, p. 883).

Небесный Отец дал нам прекрасный мир, в котором мы живем, учимся и совершенствуемся. Наша жизнь на Земле — это учебный процесс, во время которого мы стараемся узнать и понять мир вокруг нас и все то, что создано Богом.

Одно из основных учений Церкви состоит в том, что знания, которые мы приобретаем на Земле, будут благословением для нас как в этой жизни, так и после нашей смерти: «Если кто-то своим прилежанием и послушанием приобретет больше знаний и мудрости в этой жизни, нежели другой, тем больше он будет иметь преимуществ в мире грядущем» (Учение и Заветы 130:19).

Учиться необходимо для того, чтобы мы развивались на всех этапах нашей жизни. Постоянно учиться — важная часть Евангелия. Чтобы жить по Евангелию, мы должны знать его истины. Поэтому Пророки говорят нам о необходимости регулярно изучать Священные Писания.

Вот что однажды сказал бывший помощник Двенадцати, старейшина Вильям Дж. Критчлов-младший, о необходимости давать специальные указания домашним учителям, чтобы они призывали семьи читать Священные Писания.

«Однажды, будучи президентом кола, я отправил домашних учителей посещать дома Святых, чтобы они, проводя уроки, просили своих учеников зачитать те или иные стихи из четырех образцовых трудов Церкви. Я дал им указания, чтобы они не брали с собой книг, а поль-

зовались бы Священными Писаниями, принадлежащими семьям. То, что они обнаружили, было куда как удивительно.

Во многих домах долго искали эти книги, а потом сдували с них пыль перед тем, как их открыть.

У молодоженов, как правило, вообще не было книг. Исключение составляли лишь те семьи, в которых муж вернулся с миссии.

Один достойный брат сказал: «Мы упаковали все книги в сундук перед тем, как переехать сюда. Он стоит на чердаке, и я сейчас никак не могу достать его». Когда же мы спросили, сколько лет они живут в этом доме после переезда, у его жены хватило смелости ответить: «Семь».

Другая жена ответила, что она не знает, почему ее муж никогда не покупал Драгоценную Жемчужину. «У нас есть другие книги», — сказала она. Она была немного смущена, когда выяснила, что она находится в одном переплете с Учением и Заветами.

Одна жена сказала: «Мне не трудно найти Библию. Мой муж держит ее в своей библиотеке». Учитель видел, как она пошла в ванную комнату и вернулась оттуда с Библией в руках.

Нам все равно, где наши прихожане читают эти книги. Наша цель состояла в том, чтобы они достали их и положили в гостиной на виду, так, чтобы время от времени, выключив радио или телевизор, они могли начать читать их» (*Gospel Insights*, pp. 87–88).

Каким образом члены нашей Церкви могут приобщиться к чтению Священных Писаний? (См. *Женщина Церкви Святых последних дней. Общее руководство для женщин, часть А, урок 32 «Обучение Евангелию в наших домах»*.)

Почему регулярное изучение Священных Писаний необходимо для развития членов Церкви в соответствии с планом Небесного Отца?

Прочитайте 2-й Нефий 9:28–29.

Какое знание имеет наибольшую ценность? (Знание о Боге и Его воле.)

Мы совершенствуемся, учась правильно применять наши знания. Старейшина Стерлинг В. Силл из Первого Кворума Семидесяти сказал: «После того как они (Адам и Ева) съели плод (с дерева познания добра и зла), Бог сказал: «Человек теперь стал как один из Нас, узнав добро и зло». . . . Точно к такому же результату приводят людей праведные знания. Они приводят мужчин и женщин к тому, что они становятся как Боги» («Let's Talk About... Education,» *Church News*, 16 Jan. 1971, p. 14).

Существует множество возможностей для учебы

Мы, женщины и девушки, имеем возможность учиться в таких важных центрах познания, как дом, школа и Церковь. Каждый из этих центров дает нам возможность продолжать обучение.

ДОМ

Наш дом и семья должны составлять основу для учебы. Сестра Алин Р. Петит рассказывает о том, как ее мать вдохновляла ее семью учиться.

«Погружаясь в воспоминания, я отчетливо представляю себе маму, которая, делая что-нибудь по дому, декламировала любимую поэму, рассуждала вслух или же читала какой-нибудь стих, который ей особенно понравился. Мама не просто жадно читала, она все запоминала. Когда она что-нибудь читала, у нее под рукой всегда были карандаш и ручка, и, найдя что-нибудь интересное, она записывала это, и не для того, чтобы просто сохранить, а с тем чтобы запомнить. Мы, дети, не испытывали такого же энтузиазма, «запоминая наизусть», как она, но мама упорно от нас этого требовала. Мы не просто мыли посуду в доме, мы мыли ее и учили наизусть ту или иную мысль, которая была написана на бумажке и засунута за раковину. То же самое требовалось от нас, когда мы гладили. Часть нашего обучения ораторскому искусству заключалась в чтении перед зеркалом в ванной, чтобы мы могли репетировать соответствующие жесты и выражения лица» («A Beautiful Journey», *Relief Society Magazine*, May 1970, p. 324; цит. по Leon R. Hartshorn, comp., in «Of Course I Don't Read the Poems», in *Remarkable Stories from the Lives of Latter-day Saint Women*, vol. 1, p. 123).

Что мы можем сделать, чтобы помочь нашим семьям учиться дома?

Находясь дома, мы всегда можем выкроить время для учебы. Надо хотя бы немного посидеть в тишине, почитать, поговорить о том, что мы узнали, с домашними. Мы можем тщательно отбирать радио- и телепрограммы. Мы можем получать удовольствие от хороших книг и интересных разговоров. Мы можем использовать семейные вечера для того, чтобы узнать что-то новое.

Как домашние хозяйки, мы можем совершенствовать наши навыки, учась, читая, обсуждая, наблюдая или изобретая различные эффективные способы ведения домашнего хозяйства.

Семья Уолтера Гонга служит хорошим примером того, как можно всем вместе учиться.

«В семье Уолтера Гонга из штата Калифорния, город Лос-Альтос, придают значение как духовному, так и общему образованию. Их трое детей являются руководителями в Церкви и в школах, где они учатся ...

Брат Гонг — патриарх в штате Калифорния, город Лос-Альтос, и профессор естественных наук в городском университете города Сан-Хосе ...

Брат Гонг говорит:

«После того как Церковь стала частью нашей жизни (брат и сестра Гонг крестились много лет тому назад), образование стало для нас еще более важным, ибо «слава Божья есть разум».

Чета Гонгов всегда учила своих детей за обеденным столом. «Мы решили использовать стол как место, где каждый член семьи рассказывал о событиях дня. Для нас это — время, когда наши дети могут направлять себя с учетом интересов семьи и своих собственных занятий».

Патриарх подчеркивает, что ответственность родителей состоит в том, чтобы сделать все от них зависящее, чтобы дети могли идти прежним курсом, руководствуясь собственным откровением, даже тогда, когда они покинут дом. «Для получения личных откровений необходимо учиться, а также молиться, — говорит он. — Так что если, живя дома, дети поймут, что учиться так же важно, как и молиться, то в них будет заложена основа для получения Божественного руководства, которое поможет им в их личной жизни» («Education Has Spiritual Meaning to Family,» *Church News*, 29 July 1978, p. 15).

Какую пользу от родительских наставлений могут получить дети в такой семье, как семья Гонг?

Нам следует подумать о своем собственном доме и семье и задать себе такие вопросы:

Учат ли члены моей семьи друг друга?

Нравится ли нам всем вместе читать стихотворения, музицировать, рисовать или заниматься живописью?

Обременяет ли нас отпущенное нам время или же оно дает нам возможность заводить новых друзей, приобретать новые интересы, что-нибудь изобретать или строить?

ШКОЛА

Всеобщее образование представляет собой еще одну возможность для обучения.

«Мистер (Конрад) Хилтон приводит такой пример: кусок железа стоит около пяти долларов, в то время как сделанная из того же железа подкова будет стоить уже десять с половиной долларов. Иголки, изготовленные из него, будут стоить 3285 долларов. А если сделать из железа балансиры для часового механизма, то его стоимость превысит 250 000 долларов.

Очевидно, что стоимость необработанного железа — это его стоимость на момент добычи. Дальнейшая его стоимость зависит от того, что из него сделано. Люди во многом похожи на железо. И вы, и я можем остаться не более чем сырым материалом, и, напротив, можем стать в высшей степени безупречными. Наша значимость определяется тем, что мы сами сделали из себя» (Spencer W. Kimball, «On Cheating Yourself», *New Era*, Apr. 1972, p. 32).

Покажите иллюстрацию 33-а (=33-а): «Женщина учится мастерству».



Что такое «сырой материал», или потенциал, которым все мы обладаем?

Как мы можем его увеличить?

Каким образом обучение в школе помогает нам обрести еще большую ценность?

Всеобщее образование дает нам возможность подготовить себя к тому, чтобы быть в состоянии удовлетворить свои личные потребности, а также потребности семьи. Нам, сестрам, необходимо развивать навыки, которые помогут нам взять заботу о семье на себя, если наши мужья или отцы будут не в состоянии работать.

«Вся молодежь в Церкви должна серьезно относиться к совету Первого Президентства:

Церковь давно призывает своих членов, и особенно молодежь, к тому, чтобы получить образование в колледже или же стать хорошими специалистами в какой-нибудь области... Мы... продолжаем настаивать на том, чтобы все молодые люди продолжили (где это возможно) обучение после окончания средней школы» (цит. по «Q & A,» by William R. Siddoway, «Are Four Years of College Necessary?», *New Era*, Dec. 1971, p. 41).

Как-то старейшина Стефен Л. Ричардс заметил: «Мы хотим, чтобы наша молодежь была образованной. Мы хотим, чтобы она понимала законы природы и знала всемирную историю. Мы хотим, чтобы она могла наслаждаться всем тем, что Господь Своим провидением разрешил человеку развивать. Мы хотим, чтобы, обладая основами образования, она могла разумно оценивать ситуации и делать мудрый выбор, словом, чтобы она могла приносить пользу и жить счастливо» (*Where Is Wisdom?*, pp. 160–161).

Такое обучение полезно нам всем.

Прочитайте Учение и Заветы 88:78–79.

А вот совет Бригама Янга: «Это наша обязанность — стать образованными людьми во всех областях знания, известных человечеству» (цит. по Harvey L. Taylor, «Learning Is an Endless Process,» *Improvement Era*, Apr. 1964, p. 298).

Какое образование вы можете получить в вашей местности?

Почему важно, чтобы вы воспользовались этими возможностями?

ЦЕРКОВЬ

Мы не должны отстраняться от изучения Евангелия и деятельности в Церкви во время нашей учебы. Мы нуждаемся в изучении Евангелия в любой момент нашей жизни.

Образование включает в себя приобретение знаний о Боге и об истинах Евангелия. «Президент Дж. Рубен Кларк-младший инте-

ресно прокомментировал этот принцип. Он сказал: «Духовное образование существует так же, как и научное. Одно без другого неполно. Скажу о себе, что, если бы у меня была возможность получить только одно из этих двух видов образования, я выбрал бы духовное» (цит. по «Spiritual Education,» *Church News*, 29 June 1974, p. 16).

Церковь дает нам множество возможностей для учения и развития. Получая призвания служить и вести занятия в классах, мы улучшаем свои навыки общения с людьми, учимся руководить и заниматься домашним хозяйством.

Миссис Ребекка Кеале из Махи, Гавайские острова, говорит об Обществе милосердия:

«Навыки, приобретенные в Обществе милосердия, всегда со мной... С помощью этого Общества я многому научилась...»

Для сестры Кеале все в Церкви увлекательно. Она много работает и умеет распределять свое время. Например, одна большая комната в ее доме представляет собой «комнату проектов», где все проекты, которыми она занята на данный момент, разложены на полу таким образом, чтобы она могла немедленно начать и закончить свою работу. Она встает каждое утро в 5 утра, а если какая-то идея приходит ей в голову ночью, она встает с кровати и записывает ее...

«Я знаю, что чем больше я отдаю, тем больше Господь благословляет меня, поэтому я продолжаю работать, — говорит она. — Я поняла, что людям нужна любовь, и поэтому я говорю нашим сестрам, что нужно больше «отдавать», быть милосердными. Я привожу их к себе домой, где всегда есть работа — одеяло, которое надо выстегать, потому что им нужно чем-то заняться. Таким образом, и у них появляется что-то, что они могут отдать...»

[Сестра Кеале также говорит]: «Поскольку уроки у нас очень интересные, все больше и больше народу приходит на собрания Общества милосердия и собрания руководителей» («Relief Society Skills Aid Hawaiian Leader,» *Church News*, 2 Feb. 1974, p. 10).

Учение требует усилий

Учение требует постоянных усилий. Элементарно просто для всех нас стать умственными лентяями, если мы не учимся.

Что значит учиться? (Сконцентрировать свой ум на определенном предмете, чтобы приобрести знания.)

Результатом занятий, которые тоже требуют усилий, является возможность не только узнать что-то новое, но и сохранить живость ума.

Сестра Алин Р. Петит вспоминает, что ее мать не бросила учиться даже тогда, когда она почти совсем оглохла и ослепла.

«Маме в следующем июле будет девяносто. Во время моего последнего посещения она была в приподнятом настроении из-за того, что ее лагерь «Дочери пионеров» перенес место встречи в дом для пре-

старелых, чтобы она могла вместе с остальными присутствовать на уроках.

«А слышишь ли ты, о чем они говорят?» — спросила я.

«Нет, я не могу слышать, потому что почти потеряла слух, но это не имеет значения. Знаешь ли, меня попросили читать стихотворение на каждой такой встрече, и это доставляет мне невероятную радость».

«Но, мама! — сказала я. — Как же ты можешь читать стихотворения, когда ты почти ничего не видишь?»

Лучше бы мне было не задавать этот вопрос.

«Конечно, я не читаю стихотворений! Одна из девушек помогает мне, а я их запоминаю».

«И ты выучиваешь наизусть новое стихотворение для каждого ежемесячного собрания?»

«Разумеется, — отвечала она. — Не могу же я находиться здесь и ничего не делать!» («A Beautiful Journey,» *Relief Society Magazine*, May 1970, p. 328; цит. по Leon R. Hartshorn, comp., in «Of Course I Don't Read the Poems,» in *Remarkable Stories from the Lives of Latter-day Saint Women*, vol. 1, p. 124).

Каким образом пожилая женщина смогла остаться деятельной, несмотря на свои физические недостатки? Какими другими способами могут пожилые люди и люди с ослабленным здоровьем продолжать учиться и развиваться?

Чтение — это замечательный способ обучения. Большинство из нас имеет хорошее зрение и может читать. Однако нужно понять, что чтение с целью учебы отличается от чтения для развлечения. Мы можем узнать из книг больше, если будем следовать следующим советам.

Покажите иллюстрацию 33-б (=33-b): «Молодая девушка читает для того, чтобы учиться».

Напишите следующий список на доске и обсудите способы выполнения каждого из них:

1. Мы можем разумно подбирать материал для чтения.
2. Мы можем наметить постоянное время для чтения.
3. При чтении мы можем ставить определенные цели.
4. По ходу чтения мы можем делать пометки.
5. Мы можем обсуждать то, что узнали.

Обсуждение помогает нам запомнить то, что мы прочитали. Это также помогает нам более четко понять основную мысль.

Мы можем учиться и совершенствоваться каждый день, улучшая навыки чтения с помощью самодисциплины и сильного желания добиться результатов.

От тех людей, которые вынуждены работать вне дома, чтобы обеспечить себя и других, требуется больше решимости и усилий. Но и они могут продолжать учиться и совершенствовать свои навыки, если будут уделять этому время в течение дня или недели.



Президент Н. Элдон Тэннер из Первого Президентства рассказывает о мальчике-посыльном, который старался научиться всему, что было для него доступно:

«Новый мальчик, сын вдовы, был умным юношей, которого интересовало все, что происходило вокруг. Он всегда был начеку, чтобы быть полезным. Он хотел служить и помогать другим, а также узнать все, что он только мог, о деле. Он не пытался стать президентом компании, но делал все, что от него зависело, чтобы стать лучшим посыльным; он посещал вечернюю школу, чтобы быть более образованным. Он нравился всем.

Он проработал всего несколько месяцев, когда... его повысили в должности. В конце года он получил еще одно повышение. Он будет продвигаться и дальше, потому что он ответственно относится к делу. Он был готов идти дальше. Он интересовался делами компании и хотел приносить пользу и заслуживал полнейшего доверия во всех отношениях» («Eternal Progress through My Vocation,» Explorer Conference 26 Aug. 1963, Brigham Young University; цит. по Leon R. Hartshorn, comp., in «He Was Prepared to Go the Extra Mile,» in *Outstanding Stories by General Authorities*, vol. 1, p. 212).

Какими способами юноша продолжал учиться?

Не имеет большого значения, какого рода работу выполняет человек для того, чтобы заработать себе на жизнь; он должен постоянно стараться учиться и совершенствоваться. Если открыты новые методы ведения сельского хозяйства, умный фермер будет пытаться узнать о них и о возможности применения их в данной ситуации. Если изобретены новые методы заготовки и хранения продуктов, то умная хозяйка изучит их и попытается использовать их с выгодой.

Что можем мы сделать для продолжения учебы и совершенствования как домашние хозяйки? Матери? Студентки? Одинокие работающие женщины?

Обучение обогащает нашу жизнь

«Несколько лет назад в Фиджийской миссии, в крошечном приходе, где было двенадцать женщин, десять из которых не были членами Церкви, но посещали собрания Общества милосердия, президент Общества милосердия проводила уроки, а затем предлагала женщинам подумать о том, как обустроить свой дом и двор. Она показывала им, как улучшить планировку дома с помощью перегородок и как посадить виноградные лозы, чтобы они вились по крыше, крытой соломой, как вышивать салфетки тамбуром, как чище и быстрее делать уборку. Сначала староста селения не хотел, чтобы эта женщина оставалась у них. Но затем, когда она пригласила его и показала, насколько лучше стало селение, он разрешил ей остаться

и продолжать собрания» (Janet Brigham and Herbert F. Murray, «The Saints in Fiji», *Ensign*, Nov. 1973, p. 28).

Как это селение обогатилось с помощью знаний сестер?

Как эти знания изменили жизнь сестер в селении?

Какими другими способами мы можем обогатить нашу жизнь с помощью обучения?

Не имеет значения, где мы живем, сколько нам лет и какие у нас жизненные обстоятельства. Никогда не поздно узнавать новое, поскольку оно обогащает нашу жизнь, делая ее интереснее и полезнее. Даже старая женщина со сломанной ногой, прикованная к дому на несколько месяцев, может за это время углубить свой ум, читая книги и размышляя над тем, что она узнала. Вполне возможно, что впоследствии она может сказать, как одна женщина: «Этот случай показал мне, что если мы лучше и более рационально используем свой мозг, то становимся более счастливыми и можем принести больше пользы другим. Я бы хотела приобрести те знания, которые получила на семьдесят шестом году моей жизни, много лет тому назад» (*Relief Society Magazine*, July 1967, p. 550).

Знания, которые мы получаем, приносят пользу не только нам, но и нашим семьям.

Какие благословения могут получить наши семьи с помощью наших знаний?

Попросите одну из сестер поделиться тем, как ее знания принесли благословения ее семье.

Заключение

Небесный Отец надеется, что мы используем нашу способность учиться и приобретать дополнительные знания для строительства наших жизней и для того, чтобы делать добро другим. Когда Пророк Иосиф Смит организовал Общество милосердия для женщин Церкви, он сказал:

«Я даю вам ключи на ваше благо во имя Господа, и это Общество будет приносить радость, давать знания и развивать ум с сего дня и впредь; это — начало лучших дней для бедных и нуждающихся, которые возрадуются, и да прольются благословения на ваши головы» (Joseph Smith, Jr., *History of the Church*, 4:607; цит. по *History of Relief Society*, 1842–1966, p. 8).

Задание

Подумайте о чем-нибудь особенном, что вы можете сделать, чтобы продолжить обучение. Спланируйте свое время так, чтобы каждый день вы могли узнавать что-то новое и интересное.

Найдите способ, с помощью которого вы могли бы создать больше возможностей для обучения дома. На семейном вечере поговорите о том, как важно учиться. Помогите своим детям подготовить план их образования.

Священные Писания для дополнительного изучения

Даниил 1:17 (Господь дал им знание и разумение всякой книги и мудрости);

От Матфея 11:29 (научитесь от Меня);

Учение и Заветы 19:23 (научитесь от Меня).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Приготовьте доску и мел;
2. Перед уроком напишите на доске список советов, данных в этом уроке для совершенствования наших навыков обучения;
3. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Личная и семейная МОЛИТВА

Урок 34

Цель урока — помочь вам с помощью молитвы стать ближе к Небесному Отцу.

Общение с нашим Небесным Отцом

Спойте гимн «Помолитесь ты сегодня утром не забыл?» [«Ere You Left Your Room This Morning?»].

Президента Хиберы Дж. Гранта не раз поражала способность Президента Бригама Янга разговаривать с Богом.

«Я был знаком с Пророком Бригамом Янгом. Сначала ребенком, а потом уже юношей я довольно часто опускался вместе с ним на колени во время семейных молитв, когда был у него дома в Лайон-хаус. И я свидетельствую, что, будучи ребенком, я не раз поднимал голову, оборачивался и, чтобы убедиться, нет ли там Господа, смотрел туда, где воодушевленный Господом Бригам Янг молил Бога направлять его. Мне казалось, что он разговаривал с Господом точно так же, как люди разговаривают друг с другом» (*Church History, Student Supplement*, p. 62; цит. по Leon R. Hartshorn, comp., in «He Talked to the Lord,» in *Classic Stories from the Lives of Our Prophets*, p. 44).

Вот что рассказывает один молодой человек о своем покойном дедушке Эдварде Дж. Вуде, который был президентом храма и кола: «Было так здорово находиться где-нибудь поблизости от дедушки, когда он молился, потому что, когда он разговаривал с Богом, у вас появлялось ощущение, будто он разговаривает со своим лучшим другом» (цит. по Martha H. Ball, в «Counsel with the Lord,» *Instructor*, Dec. 1969, p. 446).

Все мы можем общаться с нашим Небесным Отцом. Когда мы молимся, мы либо вслух, либо мысленно разговариваем с Ним. Молитва — это форма почитания.

В молитве мы выражаем признательность и ищем духовного руководства и указаний. Мы каемся в своих грехах и слабостях,веряем наши мысли и чувства и делимся успехами и разочарованиями. Через молитву мы можем просить о помощи для себя и других.

Покажите иллюстрацию 34-а (=34-а): «Язык молитвы».

Дайте учащимся задание выступить на тему о том, как нам следует молиться. (Смотрите главу 8 *Основ Евангелия*.)

34-а (=34-а): Язык молитвы.

Язык молитвы

Обращение:

«Наш Отец Небесный . . .»

Выражение благодарности:

«Мы благодарим Тебя . . .»

Просьба:

«Мы просим Тебя . . .»

Заключительная часть:

«Во имя Иисуса Христа.
Аминь».

Господь дал нам указания о том, как нужно молиться: «И еще Я заповедаю тебе молиться *вслух*, да, так же как и *в сердце твоём*; как *перед миром*, так и втайне, как при народе, так и наедине с собой» (Учение и Заветы 19:28; курсив автора).

Прочитайте Учение и Заветы 88:62–64.

Какие указания дает этот стих в отношении того, как нужно молиться? (Размышляйте, призывайте Господа, ищите прилежно, просите во имя Иисуса Христа.)

Напишите эти советы на доске.

Какие благословения обещаны нам в Учении и Заветах 88:63–64? (Если мы выполняем все, что от нас требуется, Господь приблизится к нам, мы обретем Его, дверь откроется, и все, что бы мы ни попросили во имя Его, будет нам дано, если оно к нашей пользе.)

Чтобы помочь нам приблизиться к Себе, Небесный Отец через наших руководителей советует, как нам следует молиться. Епископ Х. Бурке Петерсон из Председательствующего епископства предлагает:

«Если только вы почувствуете необходимость довериться Господу или улучшить качество ваших встреч с Ним... я могу предложить вот что: идите туда, где вы можете побыть одни. Идите туда, где вы сможете подумать. Идите туда, где вы сможете стать на колени. Идите туда, где вы сможете поговорить с Ним вслух. Для этого подойдут спальня, ванная или даже чулан. Теперь представьте, что Он у вас перед глазами. Думайте, с Кем вы разговариваете, контролируйте ваши мысли — не позволяйте им бесцельно блуждать. Обращайтесь к Нему как к вашему отцу и другу. И тогда начинайте говорить о том, что вы действительно чувствуете, а не просто банальные фразы, в которых мало смысла. Говорите с Ним искренне и прочувствованно. Доверьтесь Ему, попросите о прощении, обращайтесь с просьбами, получайте удовольствие от общения с Ним, благодарите Его, выражайте свою любовь, а затем внимайте Его ответам. Слушание — это важная часть молитвы. Ответы от Господа приходят тихо, почти незаметно. И вправду, не многие слышат Его ответы явно. Мы должны слушать очень внимательно, иначе мы так никогда и не осознаем, что это были именно ответы. Получая ответы от Господа, мы часто испытываем теплое и приятное чувство. Или же это могут быть возникающие неожиданно мысли. Ответы приходят к тем, кто готов к тому, чтобы воспринимать их, и имеет терпение» («Adversity and Prayer,» *Ensign*, Jan. 1974, p. 19).

Если мы праведны, Небесный Отец слушает нас, когда мы говорим с Ним.

Прочитайте 1-е Петра 3:12.

Если мы будем смиренными, наш Небесный Отец ответит на наши молитвы.

Прочитайте Учение и Заветы 112:10.

Молясь, мы привлекаем внимание к нашим личным потребностям

Если мы хотим, чтобы наше общение с Небесным Отцом было более плодотворным, мы должны отдавать молитве определенное время.

«Один духовный наставник предложил своему классу проводить в личной молитве хотя бы пятнадцать минут в день. Это показалось многим учащимся неоправданно большой тратой времени. Позже одна из учениц подошла к нему и сказала: «Я не могу себе представить, о чем это можно так долго говорить».

Учитель спросил: «Ты ведь наверняка тратишь столько же времени на разговоры со своей подружкой по комнате, правда?»

«Ну да, конечно», — ответила девушка.

«А теперь подумай, — сказал учитель, — почему так получается, что ты гораздо больше можешь сказать своей подруге по комнате, чем Господу?» (Karen Lynn, «Prayer: The Heart of the Sabbath,» *Ensign*, Jan. 1978, p. 31).

Как спокойное размышление этой девушки о ее благословениях и потребностях помогло бы ей понять, что можно еще сказать в молитвах?

Почему так важно научиться говорить о своих потребностях в молитвах? (Господь будет всегда наставлять нас. Он будет охранять нас. Он будет благословлять нас, если мы выразим свою благодарность Ему за Его благословения.)

Прочитайте Алма 37:37.

Мы не должны ограничивать свою молитву каким-то определенным набором предложений. Более того, мы должны вовлекать Небесного Отца во все, что затрагивает нас лично, будь то на работе или в семье. Мы должны говорить с Ним о наших трудностях.

Прочитайте Алма 34:17–28.

Чтобы узнать, о чем нам следует говорить в молитвах, мы должны молиться. Когда Спаситель посетил Американский континент, народ Нефиев стал молиться с новым воодушевлением. «Ибо им было указано, о чем молиться» (3-й Нефий 19:24). Если во время молитвы нами руководит Святой Дух, у нас возникает множество мыслей и чувств.

Небесный Отец знает наши потребности лучше, нежели мы сами. Он знает, что лучше для нас и что нам необходимо преодолеть. Если мы ищем у Него помощи, Он укажет нам пути, как решать наши проблемы.

Одна пожилая сестра в отчаянии от своих бед попросила благословения священства, и епископ, благословляя ее, дал ей такой совет:

«Время от времени в течение дня вставайте на колени перед вашим Небесным Отцом и благодарите Его. Ни о чем не просите, но благодарите за то, что Он дает вам».

Отчаяние этой сестры было вызвано серьезными проблемами в ее взаимоотношениях с окружающими. Она чувствовала, что ей не обойтись без помощи. Но, несмотря на это, она последовала совету молиться и только благодарить.

В первый раз, когда она опустилась на колени, чтобы произнести такую молитву, она была удивлена, когда ощутила в себе благодарность, изливающуюся из сердца. У нее даже не возникло вопроса, за что же она так благодарит Господа.

Обстоятельства лишили ее старых друзей и их дружбы. Однако она продолжала получать письма от друзей, рядом с которыми она раньше жила. Никто, кроме ее мужа, больше не зависел от нее, а он по-прежнему был с ней. И хотя она мечтала о том, чтобы, как прежде, наблюдать заход солнца, стоя на краю поля, теперь она была лишена такой возможности. Но вместе с тем ее зрение еще хватало на то, чтобы кое-что видеть и делать множество приятного и полезного...

Воспоминания не стерлись. Радость от пребывания в храме Господнем и общения там с другими братьями и сестрами была по-прежнему реальной. Она вспоминала чудное, свежее утро, когда она гуляла с собакой по полям, покрытым росой. В памяти всплывали благодарные лица учениц из Воскресной школы, совместные занятия генеалогическими исследованиями. Она вспоминала девочек из группы «Созвездие» и сестер из Общества милосердия, которым она преподавала.

И для нее было не важно, где она жила, занимала ли она какую-нибудь должность в Церкви. С ней осталось ощущение того, что она по-прежнему была дочерью Бога...

День проходил за днем, и несчастная сестра каждый раз с радостью обращалась к Господу с выражением благодарности. Эти молитвы благодарности были намного длиннее, чем те молитвы, в которых она чего-нибудь просила. Она обнаружила, что ее потребности — ничто по сравнению с тем, что она получает. Став благодарной, она снова и снова получала благословения (Wilma Logan, «Prayers of Praise,» *Instructor*, Dec. 1970, p. 461).

Как молитвы благодарности помогли сестре в решении ее проблем? Каким образом благодарность Небесному Отцу за наши благословения помогает нам?

Молясь, мы должны помнить о мудрости Небесного Отца и учиться во всем следовать Его воле. Иногда по Своей мудрости Он дает на наши молитвы совершенно неожиданные ответы. Это хорошо видно на примере, который приводит нам президент Н. Элдон Тэннер из Первого Президентства:

«Я был поражен отношением своей дочери и ее мужа к их ребенку, который был болен лейкемией. Доктора сказали, что он не проживет больше года или двух. Меня потрясло, как они умоляли Господа, ездили для этого в храм, молились и постились, чтобы ребенок

выжил; но больше всего меня поразило, что они заканчивали свои молитвы словами: «Впрочем, не как мы хотим, но как Ты. Укрепи нас, чтобы мы могли принять Твою волю».

Ребенок прожил намного дольше, чем предсказали доктора, и в конце концов Господь призвал его к Себе. Меня взволновало, когда я услышал, что родители ребенка благодарили Господа за то, что столько времени растили его, и за то, что он был таким милым. Потом они попросили Господа сделать их достойными встретиться с ним и жить вместе с ним после смерти» («Importance and Efficacy of Prayer,» *Ensign*, Aug. 1971, p. 3).

Как родители при помощи молитвы справились со своими проблемами? (Они были благословлены силой, чтобы принять волю Божию.)

Почему важно молиться, чтобы все делалось по воле Божьей? (Господь в Своей совершенной мудрости знает, что лучше для нас.)

Помимо того, что мы должны молиться о проблемах, возникающих в нашей семье, и о своих собственных проблемах, мы также должны молиться и за других людей, когда они в этом нуждаются. Как члены Церкви, мы можем объединяться, молясь за тех, у кого возникают особые проблемы.

Часто мы получаем возможность молиться на церковных собраниях. Вот что рассказывает об этом один из членов Церкви:

«Я всегда испытываю признательность, когда могу посидеть перед прихожанами перед тем, как начать молиться от их имени. Я смотрю на их лица и пытаюсь понять, в чем они нуждаются и за какие благословения благодарны Богу. Я прошу Господа помочь мне проникнуться теми чувствами, которые испытывают они, когда молятся» (цит. по Karen Lynn, «Prayer: The Heart of the Sabbath,» *Ensign*, Jan. 1978, p. 32).

Как может такая молитва помочь решению проблем других людей?

Укрепление нашей семьи с помощью молитвы

Покажите иллюстрацию 34-б (=34-b): «Члены семьи на коленях в молитве».

Прочитайте 3-й Нефий 18:21.

Вот какими мыслями о ежедневной семейной молитве делится одна сестра:

«Было время, когда «семейная молитва в точно установленное время»... казалась мне бессмыслицей. Но сейчас, став матерью большой семьи, я в корне изменила свое отношение к ней. Я верю, что одно из важных духовных средств для всей семьи — это выделить время для молитвы. Установленное нами для утренней и вечерней молитвы время... помещает в центр внимания духовные события, которые непременно произойдут независимо от того, какими развлечением или заботами был занят день. Мы не подходим к молитве как к ритуалу: мы просто знаем, что будем молиться, мы знаем также, где и когда мы будем молиться. И эти молитвы сплаци-



вают нас, когда мы молимся, исполненные Святого Духа. Моя душа поет, когда я смотрю, как моя семья собирается на молитву» (цит. по Karen Lynn, «Prayer: The Heart of the Sabbath,» *Ensign*, Jan. 1978, p. 32).

Почему семейная молитва имеет для этой сестры такое большое значение?

Очень важно, чтобы наши семьи ежедневно утром и вечером собирались для семейной молитвы. Все члены семьи, даже самые маленькие, должны принимать участие в молитве. Каждому члену семьи должна быть дана возможность выразить свою благодарность за полученные семьей благословения. Когда на том или ином члене семьи лежит особая ответственность или у него возникают проблемы, семья должна в семейной молитве попросить об особых для него благословениях. Это сближает семью, и в результате отношения в семье улучшаются. Когда дети молятся друг за друга, они становятся ближе и ощущают связь с судьбами своих близких. Когда мы опускаемся на колени, то забываем о том, что нас разъединяет, и думаем о самом лучшем, что есть в людях. Нам хочется молиться об их процветании и укреплении их веры, о том, чтобы они были в состоянии преодолевать собственные слабости.

Сила молитвы об укреплении брака прекрасно передана в книге Кэтрин Маршалл «Человек по имени Питер».

«Как все семейные пары, Питер и я иногда не соглашались друг с другом. Но мы обнаружили, что эти трудности никогда не станут слишком серьезными или мучительными до тех пор, пока мы можем молиться вместе. Мы настолько четко усвоили это, что именно такой совет Питер стал давать супругам, чьи браки были на грани распада. «Если вы вместе встанете на колени, — говорил он, — ваши проблемы вскоре разрешатся. Вы не сможете молиться вместе и в то же время оставаться в ссоре друг с другом» (pp. 119–120; цит. по John H. Vandenberg, in «Great Persons Who Have Believed in Prayer,» *Prayer*, p. 120).

Как семейная молитва помогает нашим семьям?

Любовь и сплоченность возрастут в тех семьях, где члены семьи все вместе встанут на колени и начнут разговаривать с Небесным Отцом. Они должны молиться друг за друга, чтобы укрепить отношения в семье, в Церкви, на работе и в школе. С помощью ежедневной семейной молитвы члены семьи могут объединяться в борьбе против искушений.

Президент Н. Элдон Тэннер рассказывает о том, какую роль в его жизни сыграла семейная молитва:

«Когда я мысленно возвращаюсь к тому времени, когда вся семья ежедневно утром и вечером вставала на колени для молитвы, я осознаю, что значило для нас, детей, слушать, как отец взывает к Господу и действительно говорит с Ним, прося о благословениях

и выражая свою благодарность за посланный урожай, за тучные стада, за успехи в делах. В борьбе с искушениями нам всегда придавало сил то, что мы помнили: вечером нам предстоит отчитаться перед Господом» («The Power of Prayer», *Ensign*, p. 129).

Каким образом сознание того, что вечером мы должны отчитаться перед Богом, влияет на наши поступки в течение всего дня?

Как может молитва помочь нам и нашим детям противостоять искушениям? (Мы нуждаемся в силе, которую дает нам Небесный Отец, чтобы противостоять искушениям. Господь говорит нам, что мы должны молиться, чтобы Он не ввел нас в искушение, но избавил нас от лукавого.)

Прочитайте 3-й Нефий 18:15.

В молитве дети могут узнать о законах, которые станут им опорой на всю жизнь. В молитву мы можем включать наши цели, а также идеалы, которых мы стремимся достичь. Например, родители могут призывать своих детей готовиться к миссии, говоря: «Благослови Джона, чтобы он и дальше получал свидетельства и готовился стать миссионером. Помогите всем нам, его семье, поддержать его в этом». Детей также можно призывать к тому, чтобы они оставались чистыми и достойными храмового бракосочетания. В семейных молитвах мы можем дать понять своим детям, что Небесный Отец любит их.

Чему еще могут научить родители своих детей с помощью молитвы?

Как молитва родителей за каждого ребенка дает им понять, что родители любят его?

Заключение

«Молитва — это то, что смиряет душу. Она расширяет наше понимание и оживляет наш разум. Она приближает нас к нашему Небесному Отцу... Мы нуждаемся в Его помощи... Мы нуждаемся в руководстве Святым Духом. Нам нужно, чтобы наш разум под Его влиянием оживился, и поэтому мы молимся Ему, чтобы Он помог нам жить так, чтобы мы знали Его истины и могли идти, освещенные Его светом и следуя заповедям, которые Он дал нам, чтобы мы могли через веру и послушание вернуться к Нему» (Joseph Fielding Smith, *Take Heed to Yourselves!*, p. 344).

Так приятно сознавать, что Бог заботится о нас и готов ответить нам, когда мы доверяемся Ему и делаем то, что верно. «Я же взову к Богу, и Господь спасет меня.

Вечером и утром и в полдень буду умолять и вопить, и Он услышит голос мой» (Псалтирь 55:16–17).

Задание

Подумайте о трудностях, с которыми вы сейчас сталкиваетесь. В молитве поблагодарите Господа за все благословения, которые вы смогли вспомнить. Затем попросите Господа дать вам силы, чтобы справиться с трудностями. Начиная молиться, вспомните о советах,

данных в Учении и Заветах 88:62–64, а также об обещанных благословениях.

Священные Писания для дополнительного изучения

Иаков 5:16 (молитва праведного исцеляет);

Алма 10:23 (молитвы праведных);

3-й Нефий 12:44 (молитесь за обижавших вас).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Дайте задание одной из учениц подготовить выступление о том, как мы должны молиться (*Основы Евангелия, глава 8*);
2. Начните урок с пения гимна «Помолись ты сегодня утром не забыв?»;
3. Приготовьте доску и мел;
4. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

Развитие чувства благодарности

Урок 35

Цель урока — помочь вам развить важную черту характера: способность быть благодарными и выражать свою благодарность другим.

Выражение благодарности нашему Небесному Отцу

Благодарность — это признательность тем, кто что-нибудь сделал для вас. Мы часто испытываем огромную благодарность за какую-нибудь пустяковую услугу. Всякий раз, когда для нас что-то делают, мы должны от всей души благодарить тех, кто так помог нам. Ведь о нашей благодарности узнают только тогда, когда она выражена словами. Это должно быть нечто большее, чем просто вежливость, — истинная признательность идет от сердца.

Вот что рассказывает о Президенте Спенсере В. Кимбалле и его способности быть благодарным епископ Х. Бурке Петерсон из Председательствующего епископства:

«Две недели назад Президент Кимбалл нагнал меня, когда мы шли на какое-то собрание. Он остановил меня, взял за руку, заглянул в глаза, совершенно позабыв о других своих делах, и без всякой напыщенности сказал: «Мне очень жаль, что мы порой слишком уж заняты. Кажется, последнее время я ни разу не говорил вам, как я люблю и ценю вас».

И я проникся теми же чувствами, какие испытывал он. Я поверил ему, и мой дух воспарил к новым высотам» («The Daily Portion of Love», *Ensign*, May 1977, p. 69).

Вот что говорит Президент Кимбалл о том, что нам нужно выражать благодарность нашему Небесному Отцу:

«Слишком уж часто мы принимаем благословения как нечто должное, как солнце, воздух, здоровье или открывающиеся перед нами возможности. Или же мы день за днем принимаем оказываемые нам услуги, почести или привилегии... не проявляя при этом никакой благодарности. Мы благодарим тех, кто уступил нам место в автобусе или подвез на машине. Мы благодарим друга, расплатившегося за съеденный вместе обед; няню, сидевшую с нашими детьми, или же мальчишку, подстригшего лужайку перед нашим домом. Но выражаем ли мы нашу благодарность Тому, Кто дает нам все это?» (*Faith Precedes the Miracle*, p. 202).

Покажите иллюстрацию 35-а (=35-а): «Десять прокаженных».

Прочитайте от Луки 17:11–19.

Чего Господь ожидал от вылеченных Им? (Он ожидал, что они поблагодарят Его.)

Чего Господь ожидает от нас за те бесчисленные благословения, которые мы от Него получаем?

Упомянув о случае с десятью прокаженными, старейшина Говард У. Хантер из Кворума Двенадцати также подчеркивал необходимость благодарить нашего Небесного Отца:

«Из десяти исцеленных лишь один вернулся, чтобы выразить свою благодарность. Это, должно быть, огорчило Учителя. Но ведь многие из тех, кто получает благословения, а также из тех, кому даются другие блага, никогда не тратят своего времени и даже не утруждают себя выражением благодарности ни людям, которые дают им все это, ни даже Богу. Счастье и радость от полученных благословений никогда не бывают полными, если вы не испытываете глубочайшую внутреннюю благодарность и не выражаете вслух свою признательность» (In Conference Report, Denmark, Finland, Norway, and Sweden Area Conference 1974, p. 27).

Знаменательно, что даже Спаситель выражал благодарность Отцу за Его благословения (см. 3-й Нефий 19:20, 28).

Прочитайте Учение и Заветы 59:7.

Что Господь заповедует нам? (Благодарить Его за все, что Он для нас делает.)

Все Священные Писания напоминают нам о том, что мы должны за все благодарить Бога. Если мы признаем, что Он ведет нас по жизни, и благодарим Его за многие благословения, наша благодарность возрастает.

За какие благословения мы должны благодарить нашего Небесного Отца? (Напишите на доске полученные от учащихся ответы; они могут включать в себя Спасителя, искупление, здоровье, семью, работу, друзей, Евангелие.)

Мы все в неоплатном долгу перед Иисусом Христом за ту искупительную жертву, которую Он принес ради нас. Мы никогда не сможем до конца понять тех мучений, через которые Он прошел в Гефсиманском саду и на кресте, но благодарность за этот великий дар мы можем выразить своими поступками и словами.

Прочитайте Моисия 2:19–22.

Как это Священное Писание учит нас благодарить нашего Небесного Отца? (Перечислите написанные на доске ответы: воздавать благодарность и хвалу, служить Ему, исполнять Его заповеди.)

В книге Учение и Заветы 136:28 говорится: «Если ты рад, хвали Господа песнопением, музыкой, плясками и молитвами восхваления и благодарения». Некоторые из наших молитв должны быть радостными молитвами восхваления и благодарения. Не обязательно, чтобы они были красноречивыми. Пусть они будут простыми, кон-



кредными и содержащими благодарность за те ежедневные благословения, которые мы получаем.

Как, находясь в приподнятом настроении, мы можем показать нашу признательность Небесному Отцу?

Мы должны быть благодарными и за посылаемые нам испытания, вражду и несчастья. Порой трудно бывает проникнуться благодарностью, находясь в состоянии стресса. Но часто случается, что именно такие ситуации приводят к значительному духовному росту. Это особенно очевидно из случая, рассказанного старейшиной Мэрион Д. Хенксом из Первого Кворума Семидесяти.

«Однажды я присутствовал на конференции кола, где один из вернувшихся с миссии миссионеров выступал со свидетельством. Ему дали слишком мало времени, и поэтому он выбрал одну-единственную тему. Он поблагодарил Бога за свою замечательную, смиренную мать и объяснил, почему он это делает. Он рассказал о том, что, учась в школе, в одном из старших классов, он пережил страшное потрясение, вызванное болезнью и внезапной смертью младшей сестры, которую он очень любил. Последняя дочь в семье, она была всеобщей любимцей. К тому времени, как произошли эти трагические события, отец семейства уже умер. Малышка заболела и вскоре, несмотря на все молитвы, таинства, пост и огромную заботу, ей стало хуже, и однажды ночью она умерла. Узнав об этом, мальчик вбежал в свою комнату, заперся там и рыдался. Из-за свалившегося на него горя он почти потерял рассудок. Разозлившись на Бога, раз Он допустил, чтобы все эти беды обрушились на них, он в запале вскричал, что никогда больше не будет молиться, никогда больше не пойдет в церковь и никогда больше не будет Ему доверять, раз Он допустил такое. В своей незрелой, но искренней печали он заключил довольно серьезные заветы с самим собой. Он не спал всю ночь, опасаясь последствий того, что он сделал. В традициях этой семьи, как и многих таких же, хотя и не всех мормонских семей, было утром и вечером, преклонив колени, молиться вместе с матерью и благодарить Бога за доброту Его благословений.

Он ждал этой минуты, зная, что он хочет сказать, но боялся этого. Когда мать позвала детей молиться, он ответил отказом. Она сказала: «Встань на колени, сынок».

Он сказал: «Нет, я не встану на колени, я больше никогда не встану на колени».

Я вспоминаю ее слова, которые произвели на меня, как и на всех других, глубокое впечатление. Она сказала: «Сынок! Ты самый старший из всех детей в семье. Ты — единственный мужчина в доме. И именно теперь я, как никогда, нуждаюсь в поддержке мужчины.

именно теперь я, как никогда, нуждаюсь в поддержке мужчины. Прошу тебя, встань на колени!»

И он опустился на колени, все еще охваченный бунтарским порывом, но уступивший желанию своего божества — матери. Впервые в жизни он задумался о ее разбитом сердце и о ее горе. И так, он опустился на колени, но при этом задал себе вопрос: «Интересно, за что же она сегодня утром будет благодарить Бога?» И мать, зная, что у него, как и у других детей, могут возникнуть вопросы, стоя на коленях, учила их Евангелию. Она поблагодарила Бога за то, о чем она уже говорила детям, — за благословение вечной жизни, за то, что Он направляет нас, ведет за Собой и придает уверенность в будущем. Она поблагодарила Бога за то, что Он благословил их этим ангельским ребенком, который так много дал всем им и будет вечно пребывать вместе с ними. И в этот миг, полный отчаяния и имевший решающее значение для всех, слова исходили прямо из ее сердца. И она учила детей тому, что нужно благодарить Бога даже тогда, когда ты в полном отчаянии.

И теперь, став настоящим и преданным Святым последних дней, возвратившись домой после почетной, но трудной миссии, юноша возблагодарил Бога за то, что Он послал ему такую мать — настоящую героиню, обладавшую наивысшими героическими качествами. И она явила своим поведением такой великолепный и впечатляющий пример, какой только можно было себе представить.

Я объясняю героизм очень просто. Быть героем — значит быть мудрым и знать, как поступать правильно, а затем иметь мужество вести себя именно так, чего бы это тебе ни стоило и невзирая ни на какие обстоятельства» (*Heroism*, Brigham Young University Speeches of the Year, 25 Mar. 1959, pp. 3–4; цит. по Leon R. Hartshorn, comp., in «Kneel Down, Son», in *Outstanding Stories by General Authorities*, vol. 1, pp. 105–107).

Как молитва матери, полная благодарности Небесному Отцу, помогла ее сыну? (Она помогла ему лучше понять свои взаимоотношения с его Небесным Отцом. Молясь, она учила его Евангелию.)

Почему так важно, чтобы мы выражали благодарность, сталкиваясь с испытаниями? (В такие периоды нам особенно нужно быть уверенными в своих благословениях, продолжать думать о будущем, что позволит нам видеть в жизни положительные стороны и противостоять чувству жалости к себе или обиде на судьбу.)

Принося наши свидетельства, мы признаем Господню доброту по отношению к нам. Такое выражение благодарности доставляет удовольствие нашему Небесному Отцу. Кроме того, оно укрепляет веру наших братьев и сестер в Церкви.

В Книге Мормона сказано о том, что Амулек советовал Зорамийцам, чтобы они «молились Богу... и... жили, благодаря Его ежедневно за многие милости и благословения, которыми Он награждает вас» (Алма 34:38).

Выражение уважения к другим людям

Старейшина Генри Д. Тейлор из Первого Кворума Семидесяти рассказал однажды такую историю:

«Полиция округа Колумбия выставила на один из аукционов 100 украденных и никем не востребованных велосипедов. В самом начале торгов, когда на продажу был выставлен первый велосипед, один мальчуган лет одиннадцати произнес: «Один доллар». Однако участники аукциона стали повышать цену. Когда на продажу выставили второй велосипед, тот же мальчик безнадежно выдал из себя: «Один доллар».

Аукционист, который в течение 45 лет продавал похищенные и утерянные велосипеды, понял, что надеждам мальчика купить велосипед так и не суждено сбыться.

Наконец остался последний велосипед. Когда сумма подошла к восьми долларам, аукционист сказал: «Продано вот этому мальчику за девять долларов». Он вынул восемь долларов из собственного кармана и попросил у мальчика один доллар. И подросток, высыпав всю свою мелочь по одному, по пять и по десять центов, взял свой велосипед и направился было к выходу. Пройдя несколько шагов, он поставил свою покупку, вернулся, с благодарностью обхватил рукой шею аукциониста и расплакался» (In Conference Report, Apr. 1959, p. 57; «Gratitude», *Improvement Era*, June 1959, p. 447; цит. по Howard W. Hunter, in Conference Report, Denmark, Finland, Norway, and Sweden Area Conference 1974, pp. 27–28).

Все мы испытываем потребность в том, чтобы нас ценили. Американский промышленник Чарлз М. Шваб говорил: «Я хотел бы найти хотя бы одного такого человека, который, независимо от его жизненной ситуации, не стал бы работать лучше и с большей отдачей, если его хвалят, нежели когда его ругают» (*Richard Evans Quote Book*, p. 171). Когда мы высказываем нашу признательность и одобрение, мы выражаем доверие другим людям и вызываем в них стремление делать все наилучшим образом.

Вот два рассказа старейшины Ричарда Л. Эванса-младшего о том, как важно быть признательными.

«Вплоть до сегодняшнего утра я чувствовал себя обманутым. Несколько дней тому назад, потратив много сил и пережив множество неприятных минут, я ценой огромных усилий оказал услугу одному из моих друзей, который меня очень об этом просил. Однако с тех пор он даже не удосужился встретиться со мной. Он не произнес ни единого слова благодарности, никак не проявил своей признательности, даже не сказал, пригодилась ли ему моя помощь. Он просто отмолчался.

И так было вплоть до сегодняшнего утра... Сегодня же утром я получил от него записку, в которой он искренне благодарил меня. Через минуту-другую, прочитав ее, я почувствовал, как растаяло мое

сердце и как изменилось отношение ко всему случившемуся. Записка отняла у него совсем не так уж много времени, но она послужила мне настоящей наградой...

Помню, как несколько месяцев тому назад меня попросили что-то сделать для одного человека, которого я едва знал... Пока я помогал ему, он проявлял ко мне такое внимание, так льстил мне, так заискивал передо мной! Однако после того, как я сделал для него все, что ему было нужно, я не обнаружил никаких признаков благодарности» (*Richard L. Evans — The Man and His Message*, p. 285).

Как изменилось настроение старейшины Эванса после того, как его поблагодарили?

Почему так важно благодарить других?

За что мы обычно благодарим других?

Как мы можем выразить свою признательность домашним? В церкви? Соседям?

Спаситель дал нам важный закон, сказав: «Во всем, как хотите, чтобы с вами поступали люди, так поступайте и вы с ними» (от Матфея 7:12). Все мы испытываем потребность в том, чтобы нас благодарили.

Обучение чувству признательности в наших семьях

Как-то одна раздосадованная мать жаловалась соседке, что никто из членов ее семьи не ценит то, что она делает по дому. Домашние никогда не говорят о том, как много сил она тратит на уборку дома, украшение его к праздникам, стирку и глажение одежды для всех. Они никогда не благодарят ее ни за вкусно приготовленную еду, ни за то, что она подвозит домашних в школу или на работу... Ее раздражало, что все они восприимчивы к ее домашний труд как нечто само собой разумеющееся.

Вот что ответила ей соседка: «Знаешь, Марианна, у тебя чистый и красивый дом. Твои дети всегда чисто и опрятно одеты и в школе, и в церкви. Ты — великолепная повариха. И я, пожалуй, не могу вспомнить никого другого, кто бы так добросовестно относился к церковным поручениям.

Мне кажется, что твой муж и дети, несомненно, ценят все то, что ты делаешь, и ты, конечно же, достойна похвалы. И твои домочадцы, возможно, тоже расстраиваются, потому что в вашей семье вообще не принято говорить „спасибо“» (*Relief Society Courses of Study 1976–1977*, p. 7).

На что обратила внимание Марианны ее соседка? (На то, что она на собственном примере не учит быть благодарным.)

Для того чтобы учить домочадцев быть благодарными и развивать в них это чувство, мы должны пробудить это чувство в нас самих. «Одинаково важно, чтобы наши домочадцы научились в равной степени благодарить друг друга и получать благодарность от других. Если мы на собственном примере не учим других выражать свою

благодарность, они могут так и не научиться такому важному качеству, как вежливость. . . Если нам хочется, чтобы другие продолжали делать то, что они делали раньше, — лучшее, что можно сделать, так это дать им понять, как мы это ценим» (*Relief Society Courses of Study, 1976–1977*, p. 7).

Пока дети еще не подросли, мы должны научить их тому, как выражать признательность за полученные подарки и благодарить тех, кто был добр к ним.

Старейшина А. Теодор Таттл из Первого Кворума Семидесяти рассказывает об одном случае, произошедшем с ним, когда он ездил на конференцию кола:

«Сегодня здесь присутствует один молодой человек, в чьем доме я гостил во время конференции. Поскольку он незадолго до этого уехал учиться в Университет Бригама Янга, меня положили спать в его комнату. Показывая мне комнату, его милая мама открыла дверь чулана с его одеждой, где я увидел написанное от руки и прикрепленное к перекладине письмо. Я прочел:

«Мама,

Благодарю тебя за все, что ты сделала, чтобы это лето было для меня особенным. Ты вообще «особенная» мама, и я благодарен Господу за Его благословение быть твоим сыном.

Я тебя люблю и ценю все то, что ты для меня делаешь. До встречи в ноябре.

Поль».

Подождав, пока я прочту, она произнесла: «Надеюсь, вас не затруднит перевесить вашу одежду чуть-чуть подальше. Эта записка все еще дорога мне. Знаете ли, каждый раз, когда я захожу сюда, я перечитываю ее, и мне хочется оставить ее здесь подольше» (*What Kind of Thanks*, Brigham Young University Speeches of the Year, 26 Nov. 1968, p. 5; цит. по Leon R. Hartshorn, comp., in «Every Time I Open the Closet», in *Outstanding Stories by General Authorities*, vol. 1, pp. 218–219).

Как этот сын сумел выразить свою благодарность матери?

Какие чувства она при этом испытала?

Какими другими способами дети могут выразить признательность своим домочадцам? Школьным учителям? Учителям в Церкви?

Мы можем обучить наших детей быть благодарными нашему Небесному Отцу за все Его творения. Мы можем показать им красоту цветов, звезд, заката солнца и других явлений природы, если будем брать их с собой на прогулки, в походы и обращать на это их внимание. Смена времен года также дает нам возможность привлечь их внимание к Божьим благословениям, даруемым нашим семьям. Если мы хотим, чтобы дети поняли, какие дары дает нам Бог, мы должны найти время и рассказать им, насколько мы сами благодарны за это Господу.

Привлечение наших детей к уходу за инвалидами, а также к служению тем, кому, может быть, не так повезло, помогает нам осознавать наши благословения. Оказав помощь другим, мы можем показать, как мы благодарны за те благословения, которые дают нам возможность служить другим.

Важно, чтобы мы молились всей семьей, воздавая Создателю хвалу и благодарность. Президент Н. Элдон Тэннер из Первого Президентства сказал об этом так:

«Я был бесконечно тронут, когда однажды во время семейной молитвы одна из наших маленьких дочек сказала: «Папочка, я думаю, что нам не нужно просить других благословений. Господь очень добр к нам, и мне кажется, что мы должны попросить Его сделать нас достойными тех благословений, которые мы уже получаем». Ис этого момента мы постарались еще с большим усердием выражать нашу благодарность Небесному Отцу» (*Seek Ye First the Kingdom of God*, pp. 159–160).

Как, выражая благодарность в молитве, мы можем научить наших домочадцев лучше осознать даруемые им благословения?

Заключение

Благодарность — это чувство, которое нужно постоянно выражать как отдельным людям, так и целым семьям. Мы получили огромные благословения нашего Небесного Отца и должны выражать нашу постоянную благодарность Ему за это. Выражая благодарность как Небесному Отцу, так и другим, мы помогаем нашим детям развить в себе это чувство. Все домочадцы будут больше любить друг друга. Наш Небесный Отец обещал нам: «И тот, кто получает все с благодарением, будет преисполнен славы; и земные блага будут прибавлены ему даже стократно, да, и больше» (Учение и Заветы 78:19).

Задание

Вспомните о тех, кто сделал для вас что-нибудь важное (о ваших друзьях, учителях, руководителях священства, родителях, других домочадцах), и подумайте, как вы можете показать им свою благодарность.

Обсудите эту тему с домочадцами во время домашнего семейного вечера. Помогите детям научиться выражать благодарность другим. Уделяйте в ваших семейных молитвах больше времени выражению благодарности.

Выберите кого-нибудь, к кому вы испытываете благодарность, и покажите вашу признательность.

Священные Писания для дополнительного изучения

Псалом 99 (псалом восхваления);

1-е к Фессалоникийцам 5:16–18 (за все благодарите);

1-е к Тимофею 2:1 (призыв быть благодарными);

Откровение 7:12 (ангелы восхваляют Бога);
Мосия 2:23–25 (мы постоянно в долгу перед Богом);
Алма 7:23 (воздавайте благодарность за все то, что получаете);
Алма 37:37 (да будет сердце твое преисполнено благодарностью);
Учение и Заветы 46:32 (воздавайте благодарение Богу в Духе за все благословения, которые вы получаете);
Учение и Заветы 88:33 (важно радоваться дарам Божиим).

Подготовка учительницы к занятию

К уроку:

1. Приготовьте доску и мел;
2. Дайте учащимся задание выступить на занятии по рассказам и отрывкам из Священного Писания, содержащимся в материалах урока.

От составителей

Мы заранее благодарны за ваши замечания и предложения по поводу этого руководства. Пожалуйста, посылайте их по адресу:

Curriculum Planning and Development
Floor 24
50 East North Temple Street
Salt Lake City, Utah 84150
USA

Укажите ваше имя, адрес, приход и кол. Не забудьте, пожалуйста, указать название руководства и как вы его использовали, ваши впечатления по поводу сильных и слабых сторон руководства и как, по вашему мнению, его можно улучшить.

Литература

- American Red Cross. *Advanced First Aid and Emergency Care*. 1st. ed. Garden City, New York: Doubleday and Co., 1973.
- Benson, Ezra Taft. *God, Family, Country: Our Three Great Loyalties*. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1974.
- Branch Guidebook*. Rev. ed. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1979.
- Burton, Theodore M. *God's Greatest Gift*. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1976.
- Cannon, George Q. *Gospel Truth*. 2nd ed. 2 vols. Selected by Jerreld L. Newquist. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1974.
- Church History* [Student Supplement]. Provo: Seminaries and Institutes of Religion, 1969.
- Church of Jesus Christ of Latter-day Saints Oral History Program, The Church Historical Department, Salt Lake City, Utah, Dec. 1972.
- Clark, James R., comp. *Messages of the First Presidency of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints*. 6 vols. Salt Lake City: Bookcraft, 1965–75.
- Clayton, Roberta Flake, comp. *Pioneer Women of Arizona*. Mesa, Arizona 1969.
- Conference Report, Buenos Aires Argentina Area Conference 1975. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1975.
- Conference Report, Denmark, Finland, Norway, and Sweden Area Conference 1974. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1974.
- Conference Report, Philippine Islands Area Conference 1975. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1975.
- Critchlow, William J., *Gospel Insights*. Compiled by Eleanor Knowles. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1969.
- Dunn, Paul H. *The Ten Most Wanted Men*. Salt Lake City: Bookcraft, 1967.
- — —, and Ward, Maurine. *Look at Your World*. Salt Lake City: Bookcraft, 1978.
- Durrant, George D. *Love at Home, Starring Father*. Salt Lake City: Bookcraft, 1976.
- Evans, Richard L., *Richard Evans' Quote Book*. Salt Lake City: Publishers Press, 1971.

-
- Evans, Richard L., Jr. *Richard L. Evans — The Man and His Message*. Salt Lake City: Bookcraft, 1973.
- Family Guidebook*. Rev. ed. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1978.
- Family Home Evening Manual, 1967*. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints.
- Family Home Evening Manual, 1968*. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints.
- The First Presidency to All Stake and Mission Presidents, Bishops, and Branch Presidents, 7 Oct. 1977 [circular letter].
- From You to You Ancestors*. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1978.
- General Handbook of Instructions* [Number 21]. The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1976.
- «General Handbook Supplement» [Number 1, 1 July 1976]. The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1976.
- Gospel Principles*. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1978.
- Hartshorn, Leon R., comp. *Classic Stories from the Lives of Our Prophets*. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1971.
- — — . *Outstanding Stories by General Authorities*. 3 vols. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1970–73.
- — — . *Remarkable Stories From the Lives of Latter-day Women*. 2 vols. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1973, 1975.
- Hoole, Daryl V. *The Art of Homemaking*. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1967.
- Journal of Discourses*. 26 vols. London: Latter-day Saints' Book Depot, 1854–86.
- Kimball, Spencer W. Address delivered at Regional Representatives Seminar, April 1975.
- — — . *Faith Precedes the Miracle*. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1972.
- — — . *The Miracle of Forgiveness*. Salt Lake City: Bookcraft, 1969.
- — — . «What I Hope You Will Teach My Grandchildren.» Address to Seminary and Institute Personnel, Brigham Young University, 11 July 1966. Special Collections, Brigham Young University, Provo, Utah 84602.
- Lao Tzu. *The Simple Way*. Walter Gorn Old, M.R.A.S., trans. Philadelphia: David McKay Co., n.d.
- The Latter-day Saint Woman, Basic Manual for Women, Part A*. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1978.

- Look unto Me in Every Thought*. Mia Maid Course B, Young Women. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1978.
- McConkie, Bruce R. *Mormon Doctrine*. 2nd ed. Salt Lake City: Bookcraft, 1966.
- McKay, David O. *Gospel Ideals*. 2nd printing. Salt Lake City: Improvement Era, 1954.
- — —. *Treasures of Life*. Compiled by Clare Middlemiss. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1962.
- Marshall, Catherine. *A Man Called Peter*. New York: McGraw-Hill Book Co., 1951.
- Maxwell, Neal A. » . . . *A More Excellent Way*.» Salt Lake City: Deseret Book Co., 1973.
- «A More Excellent Way» [script]. Produced at June Conference, 1968
- My Errand from the Lord* [a personal study guide for Melchizedek priesthood quorums]. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1976.
- New Dimensions in Leadership, 2* [teaching and leadership training manual for the MIA]. Salt Lake City: YMMIA and YWMIA General Boards, 1964.
- Nibley, Preston, comp. *Faith-Promoting Stories*. Salt Lake City: Bookcraft, 1977.
- Packer, Boyd K. *Teach Ye Diligently*. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1975.
- Petersen, Mark E. *Toward a Better Life*. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1960.
- Prayer*. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1977.
- Priesthood Leader's Guidebook for Group or Small Branch*. Rev. ed. The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1978.
- Rector, Hartman and Conne. *No More Strangers*. 3 vols. Salt Lake City: Bookcraft, 1971–76.
- Relief Society Courses of Study 1973–74*. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1973.
- Relief Society Courses of Study 1974–75*. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1974.
- Relief Society Courses of Study 1976–77*. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1976.
- Relief Society Courses of Study 1977–78*. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1977.
- Relief Society Courses of Study 1978–79*. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1978.

-
- Relief Society. *History of Relief Society, 1842–1966*. Salt Lake City: General Boards of Relief Society, 1967.
- Richards, Stephen L. *Where Is Wisdom?* Salt Lake City: Deseret Book Co., 1955.
- Roberts, B. H. *A Comprehensive History of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, Century One*. 6 vols. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1930.
- Romney, Marion G. *Look to God and Live*. Compiled by George J. Romney. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1971.
- Sill, Sterling W. *What Doth it Profit*. Salt Lake City: Bookcraft, 1965.
- Smith, George A. *Memoirs of George A. Smith*. Original in Church Historian's Office, Salt Lake City, Utah.
- Smith, Hyrum M., and Sjodahi, Janne M. *The Doctrine and Covenants Commentary*. Rev. ed. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1972.
- Smith, Joseph F. *Gospel Doctrine*. 5th ed. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1966.
- Smith, Joseph Fielding. *Doctrines of Salvation*. 3 vols. Compiled by Bruce R. McConkie. Salt Lake City: Bookcraft, 1954–56.
- — — . *Take Heed to Yourselves!* Salt Lake City: Deseret Book Co., 1966.
- — — . *Teachings of the Prophet Joseph Smith*. Selected by Joseph Fielding Smith. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1938.
- Smith, Joseph. *History of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints*. 7 vols. 2nd ed. rev. Edited by B. H. Roberts. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1932–51.
- Spafford, Belle S. *Women in Today's World*. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1971.
- Speeches of the Year*. BYU devotional and fireside addresses, published annually by Brigham Young University, Press, Provo, Utah.
- Talmage, James E. *Jesus the Christ*. 3rd ed. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1916.
- Tanner, N. Eldon. «Eternal Progress through My Vocation.» Explorer Conference, 26 Aug. 1963. Brigham Young University, Provo, Utah.
- — — . *Seek Ye First the Kingdom of God*. Compiled by LaRue Sneff. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1973.
- Thomson, Lucy Gertsch, comp. *Stories That Live*. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1956.
- Tullidge, Edward W. *The Women of Mormondom*. New York, 1877.
- «*We Ought Also to Love One Another*.» Beehive Course A, Young Women. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1977.

«*When Thou Art Converted, Strengthen Thy Brethren.*» A Study Guide for the Melchizedek Priesthood Quorums of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1974–1975. Salt Lake City: The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1974.

Young, Brigham. *Discourses of Brigham Young*. Selected by John A. Widtsoe. Salt Lake City: Deseret Book Co., 1941.

Покажите иллюстрацию 17-а (=17-а): «Домашние учителя, посещающие одну из семей» (инсценировка).

Семья Святых последних дней

1. Досуг семьи.
2. Отец, благословляющий сына.
3. Бабушка и дедушка пришли на смотрины новорожденного.
4. Уборка двора всей семьей.
5. Встреча отца и дочери.
6. Проявление интереса к ближнему.
7. Благоговение — это благословение самому себе и семье.
8. Семейная молитва объединяет всю семью.
9. Благословение новорожденного на дому.
10. Угощение на домашнем семейном вечере.
11. Служение Господу всей семьей.
12. Дочь учится у матери секретам кулинарного искусства.
13. Игра с подружкой.
14. Изучение Священных Писаний всей семьей.
15. Семьи — навечно.
16. Общий стол сплавливает семью.



































Церковь
Иисуса Христа
СВЯТЫХ
последних дней

Russian



0 02311 14173 1

31114 173