ЦЕРКВА ІСУСА ХРИСТА СВЯТИХ ОСТАННІХ ДНІВ • ЛЮТИЙ 2019

Ліягона

Зрозуміти залежність та її вплив на близьких, сс. 16, 22

Наш зв’язок з небесами, с. 12

Як завіти поєднують нас з Богом і одне з одним, с. 26

ЦЕРКВА
НА
МІСЦЯХ

Сідней
Австралія

Біля узбережжя прекрасної природної гавані у Сіднеї стоїть каплиця, де зустрічаються на зборах 4 з 309 австралійських громад святих останніх днів: в одній з них розмовляють англійською, в другій—тонганською, в третій—іспанською і в четвертій—китайською. Таке різноманіття є характерним для Сіднею, міста, в якому дуже відчувається вплив культур з усього світу.

Про Церкву в Австралії дізналися в 1840 р. від 17-річного Уільяма Джеймса Беррета, який був з Великої Британії. Він охристив першого австралійського наверненого, Роберта Беучампа, який пізніше став президентом місії.

Перші члени Церкви в Австралії зазнавали різких нападок з боку газет, і багато членів Церкви емігрували в Юту, США. Однак австралійські святі останніх днів вистояли, і з роками Церква почала процвітати. Сьогодні в Австралії більше 151000 членів Церкви; інформаційні агентства хвалили святих останніх днів за екстрене надання гуманітарної допомоги після таких стихійних лих, як пожежі та тропічні урагани.

- Перша місія в Австралії була відкрита в 1851 р., тепер тут шість місій.
- Перший дім зборів СОД в Австралії був побудований в 1904 р. у Бризбені.
- Сіднейський храм в Австралії був освячений у 1984 р., потім були освячені храми в Аделаїді (2000 р.), Мельбурні (2000 р.), Перті (2001 р.) і Бризбені (2003 р.).

Ми потрібні одне одному

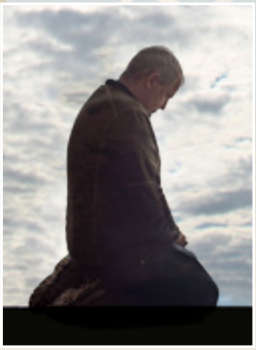
Чи виникала коли-небудь у вашому житті проблема, яку ви в розпачі приховували, оскільки боялися, що можуть подумати інші? У мене й моєї сім'ї таке було. Ми страждали від цього роками, дивлячись, як мій брат бореться із залежністю від наркотиків.

На сторінці 16 ви знайдете пояснення психолога стосовно того, що таке залежність, як розуміти її, як розпізнати її, як вона впливає на сім'ї і як можете допомогти ви. Потім ви прочитаєте мою власну історію про те, як залежність мого брата впливала на мене і змінювала мене протягом минулих десяти років.

Нам хочеться самостійно подолати свої труднощі й жити досконалим життям, але справа в тому, що ми потрібні одне одному, бо труднощі не обминуть нікого. Нам треба "нести тягарі один одного" (Мосія 18:8), і Спаситель може показати нам, як це щиро робити, за умови, що ми дозволимо Йому це. Маю надію, що ми будемо все ж прагнути розуміти, співчувати і любити, а не швидко осуджувати. Роблячи так, ми сильніше будемо відчувати мир і радість, в яких би обставинах ми не опинились.

Чейкелл Уордлей
Співробітник редакції церковних журналів

Знайти спокій у бурі згубної звички
Чейкелл Уордлей
22



Особий зв'язок з нашим Небесним Батьком через молитву
Старійшина Хуан А. Аседа
12

Подолання пошесті, якою є залежність
Кевін Теріот
16

Принципи служіння: Розвивати співчуття у служінні
8

5 **Центри підготовки місіонерів по всьому світу**
Чи знаєте ви ці факти про 13 центрів підготовки місіонерів?

6 **Портрети віри:** Шеллі Еллегуд—Кентуккі, США
Мій розвиток був болісним, однак Господь зміцнив мене і зробив сильнішою.

8 **Принципи служіння:** Служити—це надихати
Полегшуючи тягарі інших, ви також будете полегшувати і їхні тягарі, і свої.

12 **Особистий зв'язок з нашим Небесним Батьком через молитву**
Старійшина Хуан А. Аседа
Є способи зробити ваші молитви більш ефективними, щоб отримувати допомогу з небес.

16 **Подолання пошесті, якою є залежність**
Кевін В. Теріот
Зрозумійте механізм дії залежності; тільки тоді ви чи дорога вам людина зможете подолати її.

22 **Знайти спокій у бурі згубної звички.**
Чейкелл Уордлей
Незважаючи на болісні наслідки залежності мого брата, завдяки Христу я знаходила спокій і надію.

26 **Диво належності до завітів**
Старійшина Герріт У. Гонг
Виявляючи одне до одного милосердя, подібне до Христового, ми допомагаємо одне одному йти далі шляхом завітів.

32 **Голоси святих останніх днів**
Десяти-годинна подорож до храму; відчувати самотність у церкві; прислухатися до підказки лікаря; пророк відправив їй листа.

38 **Благословення самозабезпечення:** Від свідчення про десятину до храмових завітів

40 **Як навчати підлітків і малих дітей:** 10 порад: як навчати покаянню

Замальовки

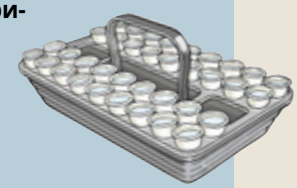
На обкладинці
Важка втрата—відсутність батька у сім'ї, художник Меріел Вайссман, Getty Images.

Розділи

Дорослій молоді
42
Ваші молоді роки—**це найкращий час зробити зміни у наших громадах,** у себе вдома і у світі.

Молоді
50
Намагаєтеся вирішити, чи необхідно вам їхати на місію?
Ознайомтеся з діяльністю центрів підготовки місіонерів.

Дітям
У цьому номері журналу *Друг* ви можете знайти статті, які допоможуть вашим дітям **більше дізнатися про хрищення і підготуватися до нього.**



ЧИТАЙТЕ БІЛЬШЕ

В застосунку Євангельска бібліотека на сайті liahona.lds.org ви можете:

- Знайти поточний номер.
- Знайти статті, які існують лише у цифровому форматі.
- Знайти попередні номери журналу.
- Відправити свої історії та відгуки.
- Підписатися або подарувати підписку.
- Поглибити вивчення за допомогою цифрових засобів.
- Поділитися улюбленими статтями та відео.
- Завантажити, прослухати або роздрукувати улюблені статті.

СТАТТІ, ЯКІ ІСНУЮТЬ ЛИШЕ У ЦИФРОВОМУ ФОРМАТІ

Не вистачає дня? Дізнайтеся, як найефективніше використовувати свій час

Хезер Дж. Джонсон

Постановка цілей може прокласти належний курс для нашого життя.

Ви не знаєте того, чого не знаєте

Лорі Фуллер

Якби ми лише могли слухати, не намагаючись змінити чиюсь думку, то, гадаю, ми б здивувалися тому, про що можемо дізнатися.

ЗВ'ЯЖІТЬСЯ З НАМИ

Направляйте свої запитання та відгуки електронною поштою на адресу liahona@ldschurch.org.

Надсилайте свої історії про зміцнення віри на сайт liahona.lds.org або електронною поштою на адресу:
Liahona, floor 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

ЛЮТИЙ 2019 ТОМ. 22 № 2.
ЛІЯГОНА 18602 192

Міжнародний журнал Церкви Ісуса Христа Святих Останніх Днів

Перше Президентство: Рассел М. Нельсон, Даллін Х. Оукс, Генрі Б. Айрінг

Кворум Дванадцятьох Апостолів: , М. Рассел Баллард, Джеффрі Р. Холланд, Дітер Ф. Ухтдорф, Девід А. Беднар, Квентін Л. Кук, Д. Тодд Крістофферсон, Ніл Л. Андерсен, Рональд А. Разбанд, Гарі Е. Стівенсон, Дейл Г. Ренлунд, Герріт У. Вонг, Уліссес Соарес

Редактор: Ренді Д. Фанк

Консультанти: Браян К. Ештон, Рендалл К. Беннет, Бекі Крейвен, Шерон Юбенк, Крістіна Б. Франко, Дональд Л. Холлстром, Ларрі С. Кечер, Ерік В. Копічке, Лінн Г. Роббінс

Головний директор: Річард І. Хітон

Директор редакції церковних журналів: Аллан Р. Лойборг

Бізнес-менеджер: Гарфф Кеннон

Головний редактор: Адам С. Олсон

Помічник головного редактора: Раян Карр

Помічник з видавничих питань: Франсиска Олсон

Редколегія: Марісса Денніс, Девід Діксон, Девід А. Едвардс, Метью Д. Фліттон, Лорі Фуллер, Гарретт Х. Гарфф, Ларен Портер Гонт, Джон Раян Дженсен, Шарлотта Ларкабал, Майкл Р. Морріс, Ерік Б. Мердок, Саллі Джонсон Одекерк, Джошуа Дж. Перкі, Джен Пінбороу, Річард М. Ромні, Мінді Селу, Чакелл Варделай, Марісса Віддісон

Головний художній редактор: Дж. Скотт Кнудсен

Керівник художнього відділу: Тедд Р. Петерсон

Дизайнери: Дженетт Ендрюс, Фей П. Ендрус, Менді Бентлі, С. Кімбол Ботт, Томас Чайлд, Джошуа Денніс, Девід Грін, Коллін Хінклі, Ерік П. Джонсен, Сюзен Лофгрен, Скотт М. Моой, Емілі Чико Ремінгтон, Марк В. Робісон, Бред Тір, К. Ніколь Уолкенхорст

Координатор з питань інтелектуальної власності: Коллетт Небекер Он

Керівник видавництва: Джейн Енн Пітерс

Видавництво: Айра Глен Едейр, Джулі Бардетт, Томас Дж. Кронін, Браян У. Джиджі, Джинні Дж. Нільсон, Маррісса М. Сміт

Підготовка до друку: Джошуа Денніс, Аммон Гарріс

Відповідальний за друк: Стівен Т. Льюїс

Відповідальний за розповсюдження: Трой Р. Баркер

За інформацією щодо передплати і цін поза межами Сполучених Штатів і Канади зайдіть на сайт store.lds.org або звертайтеся до місцевого розподільчого центру Церкви або керівника приходу чи філії.

Рукописи і запитання надсилайте он-лайн на сайт liahona.lds.org; поштою до Liahona, Rm. 2420, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA; або електронною поштою на адресу: liahona@ldschurch.org.

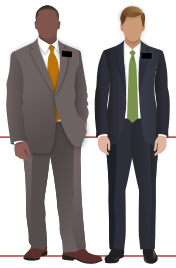
Ліягона (слово з Книги Мормона, що означає "компас" або "дороговказ") друкується: албанською, англійською, біслама, болгарською, вірменською, в'єтнамською, голландською, грецькою, датською, естонською, індонезійською, ісландською, іспанською, італійською, камбоджійською, китайською, китайською (спрощеною), кірибаті, корейською, латвійською, литовською, мальгаською, маршалійською, монгольською, німецькою, норвезькою, польською, португальською, російською, румунською, самоанською, себуано, словенською, суахілі, тагальською, таїтянською, тайською, тонганською, угорською, українською, урду, фіджійською, фінською, французькою, хорватською, чеською, шведською та японською мовами. (Періодичність видання різна в залежності від мови).

© 2019 by Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved. Видано в Сполучених Штатах Америки.

Інформація щодо авторського права: Якщо не вказано інше, окремі особи можуть копіювати матеріали з Ліягони для особистого, некомерційного використання (а також для церковних покликань). Це право може бути скасовано у будь-який час. Ілюстративні матеріали не можна копіювати, якщо про це зазначено у відповідному місці біля ілюстрації. Із запитаннями щодо авторського права треба звертатися до Офісу інтелектуальної власності на адресу: Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150, USA; електронна пошта: cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

For Readers in the United States and Canada: February 2019 Vol. 22 No. 2. LIAHONA (USPS 311-480) Ukrainian, (ISSN 1096-5173) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple St., Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is $10.00 per year; Canada, $12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.



СЕСТРА

СТАРІЙШИНА

ЦЕНТРИ ПІДГОТОВКИ МІСІОНЕРІВ ПО ВСЬОМУ СВІТУ

12 центрів підготовки місіонерів (ЦПМ)

67007 місіонерів повного дня зараз служать на місії

399 місій

58 мов

20515 місіонерів минулого року пройшли підготовку **в найбільшому ЦПМ** у Прово, штат Юта, США.

376 місіонерів минулого року пройшли підготовку **в найменшому ЦПМ** у Йоганесбурзі, Південна Африка.

Найбільший кампус ЦПМ —у місті Мехіко, Мексика— має **88** будівель на території 36,4 га.

Найвища будівля МТС — у Сан-Паулу, Бразилія— має **7** поверхів.

3 тижні: час, який місіонер проводить у ЦПМ, якщо він/вона не вивчає іноземну мову.

6–9 тижнів: час, який місіонер проводить у ЦПМ, якщо він/вона вивчає іноземну мову.

Див. сторінку 50, щоб дізнатися, як центри підготовки місіонерів допомагають готувати місіонерів до служіння.

Шеллі Еллегуд

Кентуккі, США

Упродовж багатьох років рішення, прийняті Шеллі в житті, віддаляли її від Церкви. За допомогою друзів з церкви Шеллі зрештою знайшла сили і віру, щоб іти вперед та бути хорошим прикладом для своїх дітей.

КОДІ БЕЛЛ, ФОТОГРАФ

Я знаю, що не можу повернутися і щось змінити, однак моя мета зараз—робити все можливе, щоб бути хорошим прикладом для дітей, бо багато років у них його не було. Я сподіваюся, що вони можуть бачити, як багато труднощів я подолала.

Я хочу, щоб вони знали, що якщо у них будуть важкі часи, вони можуть їх подолати, якщо звернуться по допомогу до Спасителя. Це питання наявності віри і здатності ніколи не опускати руки. Господь допомагав мені на шляху, і я знаю, що Він зможе допомогти і їм. Рух уперед був болісним, однак Господь зміцнив мене і зробив сильнішою.

ДІЗНАЙТЕСЯ БІЛЬШЕ

Старійшина Дітер Ф. Ухтдорф дає надію і підбадьорює тих, хто повернувся до активності в Церкві на сайті **lds.org/go/021902**.

Дізнайтеся, як ви можете служити тим, хто не ходить до Церкви або щойно повернувся до активності, на сайті **lds.org/go/021903**.

Ви можете знайти більше "Портретів віри" на сайті **lds.org/go/18.**

Принципи служіння

РОЗВИВАТИ **СПІВЧУТТЯ** У СЛУЖІННІ

Служити—це надихати. Ми можемо надихати інших, намагаючись зрозуміти, що вони відчувають, і показати, що ми готові разом з ними пройти через труднощі.

Оскільки Небесний Батько хоче допомогти нам стати такими, як Він, випробування, з якими ми стикаємося у цьому житті, можуть стати можливостями для навчання, якщо ми довіряємо Йому і залишаємося на цьому шляху. Нажаль, залишатися на цьому шляху може бути дуже важко, якщо, за нашими відчуттями, ми проходимо через ті випробування на самоті.

Але ніколи не планувалося, що ми маємо йти шляхом наодинці. Спаситель сягнув вершини співчуття, зійшовши нижче всього, аби Він знав, як допомагати нам у наших недугах та бідах (див. Алма 7:11–12; Учення і Завіти 122:8). Він сподівається, що кожен з нас буде наслідувати Його приклад і виявлятиме співчуття. Кожен член Церкви уклав завіт, що буде "сумувати з тими, хто сумує; так, і співчувати тим, хто потребує співчуття" (Мосія 18:9). Хоча ми маємо власні випробування, Писання навчають, що треба дивитися навколо і "опущені руки й коліна знеможені випросту[вати]" і "чин[ити] прості стежки ногам вашим, щоб кульгаве не збочило, але краще виправилось" (Євреям 12:12–13; див. також Ісая 35:3–4; Учення і Завіти 81:5–6).

Коли ми беремо інших за руку, даємо їм можливість спертися на нас та йдемо з ними, то допомагаємо їм залишатися на шляху достатньо довго, аби Спаситель не лише навернув їх—одна з головних цілей служіння,—але також зцілив їх (див. Учення і Звіти 112:13).

Що таке співчуття?

Співчуття—це розуміння почуттів, думок і стану іншої людини з її позиції, а не власної[1].

Важливо бути співчутливими в наших зусиллях служити іншим та досягати мети у якості братів та сестер служителів. Це дає нам можливість приміряти на себе ситуацію, в якій опинилися інші люди.

Приміряти на себе ситуацію

Розповідають історію про одного сором'язливого чоловіка-святого останніх днів, який часто самотньо сидів у останньому ряду каплиці. Коли раптово помер один член кворуму старійшин, єпископ надав благословення священства, аби втішити членів сім'ї того старійшини. Сестри Товариства допомоги принесли їжу. Друзі та сусіди з добрими намірами на меті провідували сім'ю та казали: "Дайте нам знати, якщо ми чимось можемо допомогти".

Але коли пізніше того дня прийшов цей сором'язливий чоловік, він подзвонив у двері і, коли вдова їх відкрила, просто сказав: "Я прийшов, щоб почистити ваше взуття". За пару годин все взуття у цій сім'ї було начищене і блищало, готове до похорону. Наступної неділі сім'я померлого старійшини сиділа на задньому ряду поруч із сором'язливим чоловіком.

Він був тією людиною, яка змогла задовольнити нагальну потребу. Як сім'я, так і той чоловік отримали благословення завдяки його скерованому співчуттям служінню.

ІСУС ХРИСТОС СЛУЖИВ ЗІ СПІВЧУТТЯМ

Коли Спаситель явився нефійцям, Він навчав їх доти, доки не зрозумів, що у тому стані, в якому вони були, вони не зможуть зрозуміти всього, чого Він їх навчав. Але Він також знав, що вони не хотіли, аби Він ішов.

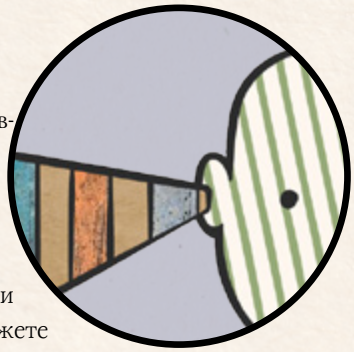
Його реакція була наступною: замість того, щоб навчати, пояснюючи євангелію, Він служив, задовольняючи їхні земні потреби. Ісус запропонував їм привести хворих, кульгавих, сліпих або скалічених. Він їх зцілив. Потім Він молився за них і священнослужив їхнім дітям, проводячи час окремо з кожним, щоб благословити кожного.

Чого ми можемо навчитися з прикладу співчуття, виявленого Спасителем під час служіння нефійцям?

Як діє співчуття?

Упродовж останніх 30 років вивченню співчуття присвячується все більша кількість досліджень. У той час як багато з них розглядають цю тему з різних аспектів, більшість погоджується, що співчуття це те, чого можна навчитися[2].

Аби покращити нашу здатність співчувати, дуже корисно краще розуміти, як діє співчуття. Наступні поради загалом сприймаються, як основні складові співчуття[3]. Хоча часто ми не усвідомлюємо цих проявів, розуміння того, що відбувається, дає нам можливість побачити шляхи до вдосконалення.



1. Зрозуміти

Співчуття вимагає певного розуміння ситуації, в яку потрапила інша людина. Чим краще ви розумієте її обставини, тим легше буде зрозуміти її почуття і те, що ви можете зробити задля допомоги.

Активно слухайте, ставте запитання і радьтеся з тією людиною та іншими. Це дуже важливо для розуміння ситуації. Ви можете більше дізнатися про ці поняття з попередніх статей, присвячених принципам служіння:

- "П'ять порад для хорошого слухача", *Ліягона*, черв. 2018, с. 6.
- "Радьтеся про їхні потреби", *Ліягона*, вер. 2018, с. 6.
- "Отримувати допомогу, щоб допомагати іншим", *Ліягона,* жовт. 2018, с. 6.

Якщо ви прагнете зрозуміти, стережіться того, щоб не робити негайних висновків, основаних на припущеннях. Через те, що ми знаємо одного чоловіка, який втратив роботу, це не означає, що інший чоловік, який втратив роботу, відчуває те є саме. Якщо ми реагуємо, керуючись власним поясненням ситуації, а не реальним станом речей, то інші люди не будуть відчувати, що їх розуміють.

2. Уявити

У спробі дотримуватися завіту сумувати з тими, хто сумує і втішати тих, хто потребує співчуття, ми також можемо молитися, щоб Святий Дух допоміг нам зрозуміти, що може відчувати інша людина і як ми можемо допомогти[4].

Проте як тільки ми зрозуміємо обставини іншої людини, тоді кожен з нас—незалежно від того, стається це автоматично чи ні,—зможе спробувати уявити, що ми думали б або відчували, якби опинилися в такій ситуації. Якщо ми так зробимо, тоді можемо свою реакцію формувати з огляду на власні думки та почуття.

Коли ми починаємо розуміти обставини іншої людини та уявляємо, що ми відчували б у її ситуації, важливо, щоб ми були обережними у своїх судженнях (див. Матвій 7:1). Критика того, як людина потрапила в таку ситуацію, може призвести до того, що ми не відчуємо всього болю, який спричиняє дана ситуація.

3. Реагувати

Те, як ми реагуємо, є важливим, оскільки саме це і є виявом нашого співчуття. Існує безліч способів виявити наше розуміння як вербально, так і невербально. Важливо пам'ятати, що наша мета необов'язково полягає в тому, щоб вирішити проблему. Часто наша мета—надихнути і зміцнити, даючи людині зрозуміти, що вона не самотня. Ви можете сказати: "Я такий радий, що ви мені про це розповіли", або "Мені шкода. Я знаю, що це таке", або "Це так болісно".

Ми не завжди можемо щось зробити; але ми завжди повинні бути щирими. І коли це доречно, показуючи те, що ми теж є вразливими, аби інші побачили наші слабкості та невпевненість, ми можемо сприяти виникненню дорогоцінного відчуття єдності.

Запрошення діяти

Коли ви обдумуєте обставини тих людей, яким ви служите, уявіть себе на їхньому місці. Моліться, щоб розуміти, що вони відчувають, і що, на вашу думку, допомогло б найбільше, якби ви опинилися на їхньому місці. Ваша реакція може бути простою, але дієвою. ■

Статті рубрики "Принципи служіння" існують не для того, щоб доносити їх як послання під час відвідувань, а щоб допомагати нам навчатися дбати одне про одного. Коли ми краще познайомимося з тими, кому служимо, Святий Дух підкаже й ми будемо знати, яке послання їм потрібно почути як додаток до нашого піклування і співчуття.

ПОСИЛАННЯ

1. Див W. Ickes, *Empathic Accuracy* (1997); and M. L. Hoffman, *Empathy and Moral Development: Implications for Caring and Justice* (2000).
2. Див., наприклад, Emily Teding van Berkhout and John M. Malouff, "The Efficacy of Empathy Training: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials", *Journal of Counseling Psychology* (2016), 63(1), 32–41.
3. Див., наприклад, Brené Brown, *I Thought It Was Just Me (But It Isn't)* (2008); Theresa Wiseman, "A Concept Analysis of Empathy", Journal of Advanced Nursing (1996), 23, 1162–1167; and Ed Neukrug and others, "Creative and Novel Approaches to Empathy: a Neo-Rogerian Perspective", *Journal of Mental Health Counseling,* 35(1) (Jan. 2013), 29–42.
4. Генрі Б. Айрінг, "Утішитель", *Ліягона,* трав. 2015, сс. 17–21.

Старійшина Хуан А. Аседа
Сімдесятник

Особистий зв'язок з нашим Небесним Батьком через

молитву

ФОН ВІД GETTY IMAGES

Коли востаннє ви відчували щось під час молитви?

Коли я, користуючись мобільним телефоном, дзвоню моїм матері та батьку в Нью-Джерсі, то можу ясно чути їхні голоси. Я не знаю, як це вдається, щоб без ніякого кабелю чи видимого з'єднання я міг розмовляти з ними на такій великій відстані. Та я знаю, що вдається!

А тепер, будь ласка, не питайте мене, як це можливо, щоб мільйони людей могли молитися в один і той же час, і різними мовами, а наш Небесний Батько у той же самий час був готовий вислухати й відповісти. Я не можу зрозуміти, як це відбувається. Але я знаю, що це відбувається!

Як і мобільний телефон, молитва працює, хоч ми й не можемо чітко зрозуміти, як саме. Але є дещо стосовно молитви, що ми таки можемо зрозуміти.

Моліться від всього серця

Ми читаємо у Писаннях: "І сталося, як христились усі люди, і як Ісус, охристившись, молився, розкрилося небо" (Лука 3:21). Ісус навчає нас, що молитва від всього серця може розкрити небеса. Він сказав: "Просіть—і буде вам дано, шукайте—і знайдете, стукайте—і відчинять вам" (Матвій 7:7).

У наш час ми зазвичай вживаємо слово *просити*, аби попрохати про щось. Але давньогрецькою мовою слово *aiteo* означає не лише просити, але й благати, настійливо просити або вимолювати. Небеса не розкриються, якщо ми просто *промовляємо* молитву. Вони розкриваються, якщо ми *благаємо,* якщо ми *настійливо просимо,* якщо ми *вимолюємо,* якщо молимося від всього серця.

Коли ви молитеся, то чи відчуваєте, немов розкриваються небеса? Коли востаннє під час своєї молитви ви щось відчували?

Підготуйтеся до молитви

Аби наші молитви не стали шаблонними і з марними повтореннями (див. Матвій 6:7; 3 Нефій 13:7), ми повинні підготуватися, щоб молитися. Для цього я пропоную почитати Писання або якийсь короткий час подумати про наші благословення. Кожний з нас може знайти способи, як підготуватися до особистої молитви.

Моліться навіть тоді, коли це важко

Час від часу ми молимося поспіхом або молимося звичною для нас молитвою. Іноді ми не молимося з вірою в Ісуса Христа, а іноді й взагалі не молимося. Однак саме в ті моменти, коли нам бракує віри або не хочеться молитися, нам найбільше необхідно молитися.

Президент Бригам Янг (1801–1877) сказав: "Коли так темно, як посеред ночі, коли у моєму серці немає й крихти бажання молитися, то ж чи скажу я, що я не буду молитися? Ні, натомість [я скажу собі] ... стати на коліна, схилитися аж до підлоги, відкрити уста, заговорити; і ми побачимо, що далі станеться, і ви будете поклонятися Господу Богу Ізраїлевому, навіть коли ви відчуваєте, що не можете сказати навіть і слова на Його адресу. Це та перемога, яку ми маємо здобути. ... Вона між духом і тілом; вони невід'ємно з'єднані" (в *Journal of Discourses,* 3:207).

Сатана не хоче, щоб ви молилися, бо знає, що в момент, коли ви починаєте молитися від всього серця, ви отримуєте духовну силу, і він втрачає вплив на вас. Могутня молитва допомагає вам сміливо зустріти випробування, наприклад, тривогу, депресію і сумніви у своїй вірі.

Якщо ви не пам'ятаєте, коли востаннє відчували щось під час своєї молитви, то зробіть щось з цим. Через молитву ви можете встановити й підтримувати особистий зв'язок з вашим Небесним Батьком.

Проведіть мить в небесах

Коли ви відчайдушно потребуєте допомоги з небес, молитва може дати вам силу, щоб прийняти правильні рішення. Молитва від всього серця дійсно є миттю в небесах, і хоч не завжди відповіді можуть прийти негайно, мить в небесах допоможе вам прямувати далі своїм курсом у земному житті.

У світі, де люди "зло називають добром, а добро—злом, що ставлять темноту за світло, а світло—за темряву, що ставлять гірке за солодке, а солодке—за гірке" (Ісая 5:20), вам потрібно знати, що небеса розкриті для вас.

Молитви, що йдуть від всього серця, могутні молитви, можуть дати вам духовну силу, щоб не боятися всього того. Коли небеса розкриті, ми можемо відчувати мир, втішення, радість і любов, хоч, можливо, до нас і не відразу прийде повне розуміння.

Наслідувати приклад Спасителя

Ми дуже багато чого можемо навчитися, вивчаючи, як молився Спаситель.

"А над ранком, як дуже ще темно було, уставши, Він вийшов і пішов у місце самітне, і там молився" (Марк 1:35).

Перше, що робив Ісус вранці,—Він молився і знаходив усамітнене місце для цього. А ви починаєте ранок з молитви? Ви уникаєте всього, що відволікає? Ви від'єднуєтеся від світу й намагаєтеся встановити зв'язок з небесами?

Лука також пише, що Ісус "відходив на місце самотнє й молився" (Лука 5:16). А у вас є місце для молитви, куди ви йдете, коли хочете з проханням звернутися до свого Небесного Батька?

Залишайтеся смиренними

Матвій розповідає нам, що Викупитель, коли молився, виявляв смиренність. "І, трохи далі пройшовши, упав Він долілиць, та молився й благав: "Отче Мій, коли можна, нехай обмине ця чаша Мене ... Та проте,—не як Я хочу, а як Ти" (Матвій 26:39).

Повірте, що ви можете отримати духовну силу, щоб подолати все. ... Проведіть мить в небесах.

Що означає "упав Він долілиць"? Слово "упав" давньогрецькою мовою—*pipto,* це дієслово, яке означає "змінити пряме положення на простерте". Коли настає час для особистої молитви, пам'ятайте, що ви збираєтеся звернутись до самої розумної й могутньої в усьому всесвіті істоти, "От[ця] милосердя й Бог[а] потіхи всілякої" (2 Коринтянам 1:3). Перед такою істотою я не можу бути недбалим. Я відчуваю, що змушений стати на коліна.

Ісус Христос також подав приклад, коли сказав Своєму Батькові: "Не як Я хочу, а як Ти". Коли ви кажете: "Не як я хочу, а як Ти", що це для вас насправді означає? Які зміни вам необхідно зробити у вашому розумі, серці й діях, щоб по-справжньому бути щирими?

Прагнути палко

Якщо ви стараєтеся бути смиренними, чесними і щирими у своїх молитвах, ви зрозумієте, що легше прийняти волю Небесного Батька, навіть, якщо вона й не співпадає з тим, що було у вас на думці. Знову ми звернемося до прикладу Ісуса Христа: "А як був у смертельній тривозі, ще пильніш Він молився" (Лука 22:44).

Коли до вас приходять труднощі, чи проводите ви час, щоб запитати себе "Чому я?" Або чи більш палко ви молитеся? Слова "більш палко" у давньогрецькій мові означають "невпинно, ревно". Тож Ісус навчає нас, щоб у моменти випробувань ми молилися ревно, невпинно. Я запрошую всіх, хто зараз проходить крізь страждання, звертатися до живого Бога.

У часи наших страждань Небесний Батько має чудову можливість навчати нас. Наші серця пом'якшуються, і наш розум прагне відповідей. Якщо ми шукаємо Його, то знайдемо.

Повірте, що Він вислухає

Спаситель сказав до старшини синагоги: "Не лякайсь,—тільки віруй!" (Марк 5:36). Повірте, що Бог Батько буде вислуховувати вас. Повірте, що Він "скаж[е] тобі у твоєму розумі і у твоєму серці, через Святого Духа, Який зійде на тебе і Який буде жити у твоєму серці" (УЗ 8:2). Повірте, що ви—так, ви—можете відчути мир і втішення. Повірте, що ви можете отримати духовну силу, щоб все подолати.

Могутня молитва *справді* доходить до небес. У книзі Псалми цар Давид каже: "Увечорі, вранці й опівдні я скаржусь й зідхаю,—і Він вислухає мого голосу!" (Псалми 54(55):18). Одне із значень слова *молитися* у гебрейській мові—"говорити". І це ми й робимо, коли молимося до нашого Небесного Батька,—говоримо до Нього.

Коли ми підносимо могутню молитву, до нас звернена увага наймогутнішої, наймилосерднішої, найбільш люблячої істоти у всьому всесвіті. Ми проводимо мить в небесах. І всім нам потрібна мить у небесах, особливо, коли ми переживаємо важкі часи.

Я знаю без жодного сумніву, що є Бог на небесах. Він—ваш Батько і мій Батько. Він живий. Його ім'я—Любов. Його ім'я—Милосердя. І хоч я—ніхто перед Ним, я стаю на коліна перед моїм Учителем і можу говорити до Нього. І Він, у Своїй безмежній милості, відповідає мені знову й знову, знову й знову. ■

З виступу на духовному вечорі в Університеті Бригама Янга—Айдахо 28 листопада 2017 р. "Особистий зв'язок з нашим Небесним Батьком, про який навчав Господь Ісус Христос".

Подолання пошесті, якою є ЗАЛЕЖНІСТЬ

Зрозуміти, що таке залежність,—це вкрай важливий крок для її подолання. Однак ми також повинні покладатися на Господа, вірячи, що Він може зцілити нас.

Кевін Теріот, доктор філософії
Служба з питань сім'ї СОД

Коли хтось бореться із залежністю, важливо знати, що є надія. Кожного дня по всьому світу є люди, які звільняються із залежності від речовин або поведінки, заручниками яких вони були. Це вимагатиме зосереджених особистих зусиль, розуміння факторів, які є унікальними для них і утримують їх у циклі залежності, а також віри в те, що Бог може надихнути їх на їхньому особистому шляху до свободи.

Я вже 38 років допомагаю людям подолати залежності й помітив, що впродовж років наше розуміння і лікування залежності удосконалюється. Я впевнений, що така тенденція буде спостерігатися і в наступні роки. І хоч перед науковцями, які займаються проблемами залежності, постають складні питання, ми й далі широко крокуємо вперед. Тож інформація, подана тут, основується на тому, що нам відомо сьогодні, але ми віримо в те, що додаткове світло й знання будуть приходити і у майбутньому.

Слід зрозуміти, що таке залежність

Я знаю, яка це душевна мука—боротися із залежністю, але перший крок в цьому—зрозуміти, що таке залежність. Ось кілька ключових ідей, щоб пролити світло на це питання:

- Будь-яка залежність починається з того, що людина піддається впливу чогось, а потім у неї виникає згубна звичка. На якому б етапі не перебувала людина в цьому поступальному процесі, вона все ще може якоюсь мірою виявляти свободу вибору і знаходити свій власний шлях виходу із адиктивної, тобто залежної, поведінки.
- Якщо навішувати на когось ярлик залежної від чогось людини, то це може призвести до довготривалого негативного результату. Особливо це відчутно на ранніх стадіях такої поведінки. Ярлик "вживав шкідливі речовини і зміг кинути" здається більш корисним. Це неначе сказати: "Я вибираю покладатися на Спасителя і Його Спокуту, щоб стати більш схожим на Нього", а не: "Я застряг у гріху навічно".
- Усі види залежності мають кілька складових елементів: *біологічний* (спадковість, хімія мозку і т.ін.), *психологічний* (почуття власної гідності, особистісні особливості, посттравматичний стрес і т.ін.), *соціальний* (батьки, друзі, культура і т.п.), *духовний* (особисті й сімейні релігійні звичаї і т.ін.). Поєднання всіх цих складових елементів та співвідношення їхніх сил часто є такими ж унікальними, як і сам індивід. Кожний з цих складових елементів може вимагати особливої, індивідуалізованої уваги до цієї людини в цілому, щоб вона могла звільнитися від негативної поведінки.

Біологічний

Психологічний

ІЛЮСТРАЦІЇ GETTY IMAGES; ПІКТОГРАМИ АУГУСТО ЗАМБОНАТО

Соціальний

Духовний

Знаки на дорозі залежності

Далі вказано індикатори, які вказують на те, що людина може бути на шляху до розвитку якоїсь звички, потім—у неї виникає імпульсивне бажання, а потім—залежність.

Зацикленість: Вони стають менш зацікавленими у здорових заходах, оскільки шкідлива речовина або поведінка поступово стають для них домінуючими.

Зростаюча пристрасть до чогось: Їм поступово хочеться цього більше й більше.

Скритність: Вони дедалі неохочіше дозволяють, щоб інші знали про їхні рішення й поведінку.

Заперечення: Вони брешуть самим собі про свою зростаючу залежність і вірять у власну брехню.

Замикання в собі: Коли у них немає можливості отримати шкідливу речовину або продовжувати й далі свою шкідливу поведінку, у них зникає почуття благополуччя.

Повернення назад: Хоч вони й усвідомлюють негативний вплив на їхнє життя якоїсь шкідливої речовини чи поведінки, усе ж знову повертаються до них.

Крім того, такій людині найгірше вдається точно визначити, де вона знаходиться у цьому процесі виникнення залежності, коли ця звичка тільки-но з'являється. Якщо ви задумуєтеся, чи не стала дорога для вас людина на шлях до залежності, ви можете скористатися багатьма доступними джерелами, призначеними допомогти вам, як у вашій громаді, так і в Інтернеті.

Пошук способів лікування

- Відповідальність змінитися лежить на кожній людині. Хоч сім'я та друзі і можуть надавати підтримку, усе ж вони не можуть заважати людині виявляти її свободу вибору. Якщо людина не має бажання змінюватися, ніякий вид лікування не дасть хорошого результату.
- Для кожної людини шлях до одужання може бути різним. Через співвідношення сил і слабкостей чотирьох складових елементів, згаданих вище (біологічного, психологічного, соціального і духовного), в лікуванні не існує якогось одного підходу, ефективного для кожного. Особисте розмірковування, консультації з фахівцями і зобов'язання наполегливо продовжувати, аж поки не буде знайдено рішення, урешті-решт приведуть до успіху.
- Якщо людина не позбудеться залежності, її життя може бути зруйноване і її залежність також негативно позначиться і на всіх дорогих їй людях. Ці люблячі, співчутливі люди також потребують підтримки й турботи.

Хоч Бог у силі звільнити від цієї проблеми людей, які мають залежність, при умові, що вони дозволять Йому зробити це, усе ж Він у Своїй безмежній милості навчатиме їх, коли вони працюватимуть разом з Ним над пошуком рішення. Практично кожен, хто звільнився від своєї залежності, може свідчити про навчання, яке приходило завдяки їхній особистій перемозі над своїм пороком. ■

ДЛЯ ЧЛЕНІВ СІМ'Ї ТА ДРУЗІВ

Залежність необхідно розглядати не лише як моральну слабкість, а як багатогранну проблему, з якою може стикнутися фактично кожний. Якщо хтось із ваших знайомих бореться із залежністю, слід пам'ятати, що є багато того, що ви можете робити, і дещо, що вам робити не слід. Незважаючи на те, що вказаний далі список пропозицій не є вичерпним і буде змінюватися в залежності від конкретної ситуації, ви можете з молитвою подумати над кожною з них:

- Запобігайте проблемі, і вам не доведеться докладати багато зусиль для її вирішення. Хто попереджений, той озброєний! Якою б чутливою не була дорога вам людина, говоріть їй про її ситуацію. Люди часто запитують мене, що вони повинні сказати і як вони повинні сказати це. Моя відповідь завжди така: "Краще щось сказати, ніж не сказати нічого!" Мовчання—серед найгіршого, до чого ви можете вдатися. Моліться про сміливість і проникливість; потім розкрийте вуста й говоріть про проблему, навіть якщо вони не хочуть і слухати.
- Хороший член сім'ї або друг підбадьорює і допомагає тим, кого вони люблять, зробити правильний вибір. Вони також відраджують від неправильного вибору і не дають можливості його зробити.
- У цьому уривку з Писань дано настанову тим, чия дорога людина прямує шляхом залежності: "Докоря[йте] вимогливо в належний час, коли спонукає Святий Дух; а потім виявля[йте] більше любові" (Учення і Завіти 121:43).
- Будьте хорошим уболівальником. Особисто уболівальники не перемагають і не програють. Вони розуміють, що їхня роль—підбадьорювати, заохочувати і бути позитивно налаштованими. Хоч емоційно вони й беруть участь у змаганні, бажаючи, щоб їхній учасник переміг, але вони не ображаються, коли справа не йде так, як треба.
- "З'ясувати це повністю своїм розумом" (Учення і Завіти 9:8)—ось це є важливою частиною допомоги самим собі й людині, про яку ви турбуєтеся. Дізнавайтеся більше про залежність, щоб вам краще зрозуміти, що це таке, як до неї ставитися і що ви можете зробити, аби допомогти.

ІЛЮСТРАЦІЯ АУГУСТО ЗАМБОНАТО

ОНЛАЙН-РЕСУРСИ

Церква має такі веб-сайти, які призначені допомогти вам більше дізнатися про залежність:

- **addictionrecovery.lds.org**
- **overcomingpornography.org**

У вашій країні також можуть бути національні організації і веб-сайти, призначення яких допомагати у подоланні залежності, як наприклад, у Сполучених Штатах ncadd.org (наркозалежність та алкоголізм) і fightthenewdrug.org (порнографія).

Церковні провідники можуть заходити на сайт **counselingresources.lds.org**, щоб отримати настанови, як допомагати тим, хто вживав шкідливі речовини і зміг кинути, та їхнім сім'ям.

Знайти спокій у бурі згубної звички

Чейкелл Уордлей
Співробітник редакції церковних журналів

Згубна звичка—це безжалісний ураган, який кидає і жертву, і її рідних в усі боки.

Я ніколи не забуду ту ніч, коли у мого брата було передозування героїном. Я все ще пам'ятаю всі подробиці: глухий звук падіння його тіла на підлогу, крики моїх батьків, страх, збентеження і відчуття безнадійності, коли я зрозуміла, що ми знову повернулися до, здавалося, нескінченної битви зі згубною звичкою.

Коли мій брат перестав реагувати не все, я по-справжньому здивувала себе. Незважаючи на хаос навколо мене, я сповнилася незвичною внутрішньою силою, яка дала мені можливість допомогти моїм батькам привести до ладу свого брата. Я тримала його задерев'янілі потемнілі руки і спокійно розмовляла з ним, коли він дивився на мене скляними очима. Хоча я й не могла повірити у те, що бачу, на диво я була спокійною, коли ми чекали, поки він прийде до тями. Пізніше я зрозуміла, що цей тимчасовий спокій був підтримуючою силою Господа.

Коли його стан став стабільним, і його відвезли в лікарню для лікування, реальність ситуації вразила мене. Сила, яку я тимчасово отримала з небес, пішла, і мене скувало почуття горя. Мені щеміло в серці. Мої груди боліли і я не могла дихати, скрутившись калачиком на своєму ліжку. Я не могла виплакатися, щоб вгамувати свої почуття. "Чому у мене таке

життя?" Думала я. "Він ніколи не подолає цього! Я не можу з цим більше жити!"

У той момент, коли мене скувало горе, мені здавалося, що невидима сила підняла мене в повітря—штормовий вітер, який кинув мене на холодне, темне дно відчаю—місце, уготоване не лише для тих, хто страждає від згубних звичок, але й для тих, хто любить їх, місце, яке я все більше пізнаю.

Безжалісний ураган

Майже нестерпно дивитися на те, як страждає через згубну звичку дорога тобі людина. Згубні звички дають поживу обману, скритності, брехні і зрадництву, що змушує захищатися, викликає сором і породжує недовіру, й все це шкодить стосункам з іншими людьми, змушує кожного з нас ставити під сумнів сприйняття нами реальності. Я не можу й згадати, скільки разів уже мої батьки, брат, сестри і я стикалися з нищівним тягарем запитань: "а що як?" і фраз: "якби лише".

Не всі сім'ї, в яких є хтось із згубною звичкою, переживають ті самі проблеми, але у випадку з моєю сім'єю, у нас були розходження щодо того, як бути в ситуації зі згубною звичкою мого брата. Були й пасивно-агресивні висловлювання щодо "панькання", і образи між мною і моїми сестрами, коли увага наших батьків була постійно зосереджена на нашому братові. Іноді всі ми змушені ходити навшпиньки одне біля одного.

Згубна звичка схожа на відблиски грози—хмари невпевненості й тривоги, яка завжди висить над нашими головами. Хоча ми й весь час пильнуємо удар блискавки, коли б вона не вдарила, та все ще вона застигає нас зненацька, сповнюючи цілковитою панікою. Кожного разу. Це порочний, нескінченний цикл.

Коли у мого брата сталося передозування, до цього у нього не було проблем з наркотиками протягом двох років. Нарешті тоді ми побачили світло після того, як він більше десяти років боровся з брутальними наслідками згубної звички. Але в той момент, коли він знову піддався своїй слабкості, все, над чим він працював протягом останніх двох років, розпалося.

Через рецидив мого брата, недовго помилувавшись свободою на горизонті, ми потрапили у вируючий, безладний ураган згубної звички, з якого, здавалося, неможливо вибратися,—в бурю, яка завдає шкоди жертві згубної звички, одночасно кидаючи на всі боки її рідних.

Президент Рассел М. Нельсон так пояснив згубну звичку: "Те, що починається з думки просто поекспериментувати, може призвести до порочного кола. Зі спроби формується звичка. Зі звички формується залежність. Із залежності формується згубна звичка. А вона захоплює дуже поступово. Її поневолюючі кайдани настільки непомітні, що не відчуваються, аж поки не стають надто міцними, щоб їх розірвати"[1].

Почуття повної й абсолютної зради розбили серце мені і моїй сім'ї.

Але щодо згубної звички, то ми часто забуваємо, що коли у мого брата стався рецидив, він зробив вибір не між своєю згубною звичкою і своєю сім'єю; він щодня бореться з майже нестерпною спокусою, яку ми не здатні осягнути повною мірою.

Спасителя можна знайти на дні відчаю

Лежачи в ліжку, я вже могла відчувати знайоме сум'яття, яке забиралося в мої думки. Я втратила надію. Я зазнала поразки. Я відчувала біль. Хоча я й благала Бога забрати біль з мого серця і дати моєму братові сили подолати це випробування ще раз, я була впевнена, що вже ніколи не зможу вибратися з тієї темної ями відчаю, побачивши крах свого брата.

Але якимось чином мені це вдалося.

Щоразу, коли я опиняюся у глибинах відчаю, чи то через згубну звичку свого брата, чи через інші випробування, з якими я стикаюся, мені вдається встати, заспокоїтися і знову рушити вперед. Це може здаватися неможливим, але саме це є чудовим у благодаті й милості Спасителя: коли я віддаю своє життя в Його руки, Він робить з неможливого—можливе. Як навчав апостол Павло: "Я все можу в Тім, Хто мене підкріпляє,—в Ісусі Христі" (Филип'янам 4:13).

Мої моменти безнадії, мої моменти відчаю, зазвичай приходять, коли в житті все добре, коли я відчуваю себе на верхівці світу, а потім, нівідкіль, я падаю—і *розбиваюся!* Я лежу долілиць на безжалісному дні відчаю. Це падіння—раптове, неочікуване і болісне. Але дивовижним є те, що провівши там велику кількість часу у своєму житті під час різних випробувань, я дізналась, що дно відчаю також може бути і прекрасним

ФОТОГРАФІЇ ВІД GETTY IMAGES

місцем. Бо, коли вас оточує повна темрява, світло Спасителя все ще яскраво сяє. Коли ви опинитеся на дні відчаю, згадайте слова старійшини Джеффрі Р. Холланда, з Кворуму Дванадцятьох Апостолів: "Ви не можете зійти нижче тієї глибини, до якої сяє нескінченне світло Спокути Христа"[2].

Час, проведений мною на дні відчаю, допоміг мені краще зрозуміти силу Спокути Ісуса Христа. Коли я сумую через свого брата, і думаю, що ніхто не розуміє через що я проходжу, я знаю, що Спаситель розуміє. Я знаю, що Він також розуміє згубну звичку мого брата так, як ніхто інший не може. Тією ж мірою, як я ненавиджу ті раптові, жахливі падіння на дно відчаю, я вдячна за ті часи, в які Спаситель допомагав мені встати, коли я не мала сил стояти самотужки. Щодо згубної звички мого брата, Він зміцнює мене, щоб я мала співчуття до свого брата, а не засуджувала чи звинувачувала його, глибоко переймалася його почуттями, хоча він страждає від того, чого я не можу повною мірою осягнути, і прощала й любила його, незважаючи на всі ті випадки, коли мене ранили його рішення.

Підтримувати тих, хто має згубні звички

Насправді мій брат хороша людина. Він добрий і поштивий. Він смиренний і лагідний. Він розумний і дуже веселий. Він є улюбленим дядечком, чудовим другом і дорогим серцю членом моєї сім'ї. Він зовсім непогана людина. Він є дитиною Бога, яка є безмежно цінною і яка потрапила у пастку Сатани та своїх власних згубних звичок, оскільки прийняв кілька невірних рішень. Як навчав президент Даллін Х. Оукс, перший радник у Першому Президентстві: "Незначні вияви непослуху або якась недбалість у дотриманні праведної поведінки можуть призвести до тих наслідків, яких нас навчали уникати"[3]. Незважаючи на невірні рішення мого брата, він і будь-хто інший, хто бореться з поганою звичкою, включаючи їхні сім'ї, потребують підтримки і зміцнення.

Моя сім'я тихо й довго страждала через проблеми мого брата. Ми роками жили зі своїм соромом. Згубна звичка була забороненою темою, тому ми не говорили про неї. Ми думали, що звичка приймати наркотики, не мала впливати на сім'ї, які робили все можливе, щоб жити за євангелією і наслідувати Ісуса Христа. Ми дуже боялися того, що подумають люди, якщо дізнаються про це. Мої батьки постійно звинувачували себе за рішення, які приймав мій брат, я приховувала від своїх друзів те, що сталося, і ми уникали всіх запитань про мого брата. Ми не знали, що уникнення розмов про це, робило наші обставини ще болісніші, ніж вони вже були.

Зараз я не уникаю згубної звички свого брата. І ключові слова тут: *не уникаю*. Протягом багатьох років я уникала розмов про неї, і приховувала це від усіх інших людей, однак зараз, разом із сім'єю, я не відвертаюся від неї. Ми прагнемо допомоги і намагаємося підтримувати інших. З роками ми зрозуміли, що згубна звичка вражає безліч сімей у багатьох різних формах—і не потрібно соромитися або приховувати її. Про неї потрібно говорити, і тих, хто постраждав від неї, чи то близьких людей, чи тих, хто сам страждає, потрібно

менше засуджувати, а більше підтримувати, більше співчувати їм, розуміти їх і любити їх. Жодна людина не повинна страждати наодинці.

Знайти спокій під час бурі

Хоча я молилася протягом багатьох років, щоб згубну звичку мого брата було забрано від нього, я дізналась, що його свободою вибору не можна знехтувати. У нього все ще є певна свобода вибору, і він робить свій вибір навіть в узах згубної звички. Я і моя сім'я можемо бути поруч з ним і любитимемо його, але ми не можемо змусити його змінитися. Рішення приймає він. Тож, коли ми опиняємося у пастці шаленого урагану, який оточує мого брата, іноді виникає відчуття, що виходу немає. Подібно до багатьох інших людей, які стикаються зі згубною звичкою, нам здається, що ми ніколи не виберемося. Але Спаситель неодмінно посилає нам невеличкі моменти свободи через почуття миру, полегшення і знання, що одного дня все буде добре.

Те, як Спаситель дає мені відчути спокій,— це не зажди миттєве чи вражаюче чудо. Коли мене спіткають вітри згубної звички ураганної сили, я часто замислююся про той випадок, коли Спаситель спав посеред бурі, перепливаючи Галілейське море. У той момент Його апостоли перелякалися. Вони вирішили зосередитися на бурі замість того, щоб зосередитися на Спасителі, хоча Він і був увесь час поруч з ними. Він ніколи не залишав їх, і прийшов на порятунок—навіть коли вони сумнівалися в Його силі. (Див. Марк 4:36–41).

Я пізнала, що Спаситель ніколи не залишить мене потопати. У моєму житті завжди були невеличкі прояви Господньої милості, завдяки яким я могла продовжувати гребти проти штормових хвиль, що посилало мені життя. Він допомагав мені залишатися спокійною і стриманою тоді, коли я була потрібна своєму братові. Він допомагав мені знайти в собі достатньо сил, щоб устати з ліжка в ті дні, коли, мені здавалося, що сил вже немає, і Він продовжує сповнювати мене спокоєм, попри мій постійний сковуючий страх перед невідомим.

Завжди є надія

Оскільки ми часто чуємо про трагедії, пов'язані з передозуванням наркотиками, алкогольним отруєнням, або численними розлученнями через перегляд порнографії, згубна звичка може здаватися жахливою, безнадійною справою, але це не завжди правда. Завдяки Спасителю є справжня надія впоратися з будь-якою ситуацією.

Хоч я й не знаю, як припиняться страждання мого брата, я все ще маю надію навіть тоді, коли вона здається марною. Я пощусь. Тепер я молюсь про розуміння, співчуття і скерування, а не про те, щоб його згубну звичку було негайно забрано. Я бачу в собі особисте й духовне зростання, яке є результатом десятилітнього випробування. Я користуюсь усіма наявними ресурсами, щоб зрозуміти неосяжне. І я отримую чудову підтримку від друзів і провідників Церкви.

Але понад усе, я покладаюся на Спасителя і Його зцілюючу й рятівну силу. Його Спокута є реальною. Немає більшої втіхи, ніж знати, що Він досконало розуміє, з чим маємо справу я і мій брат. Псалми 33 (34):19 навчають: "Господь зламаносердим близький, і впокорених духом спасає".

Я знаю, що Він поруч у ті моменти, коли моє серце розбите, і я знаю, що Він завжди буде поруч, щоб зцілити його знову. Він не просто спостерігає за ураганом з берега, але найчастіше Він знаходиться у човні, разом зі мною зустрічаючи вітри і хвилі. Він продовжує заспокоювати бурхливі моря у моєму житті і дозволяє мені зростати та відчувати справжній спокій. ■

ПОСИЛАННЯ

1. Russell M. Nelson, "Addiction or Freedom", *Ensign,* Nov. 1988, 6.
2. Джеффрі Р. Холланд, "Робітники у винограднику", *Ліягона,* трав. 2012, с. 33.
3. Даллін Х. Оукс, "Через мале і просте", *Ліягона,* трав. 2018, с. 91.

Старійшина Герріт У. Гонг
З Кворуму Дванадцятьох Апостолів

Диво належності до завітів

Гармонія між нашими завітами і Спокутою Ісуса Христа чується в мелодії й дисканті, коли ми, покладаючись на Спасителеву Спокуту, отримуємо допомогу у виконанні своїх завітів у новий, більш священний спосіб.

У школі земного життя Господь запрошує нас навчатися і зростати, застосовуючи земні й вічні методи, в першу чергу виявляючи любов до Нього і зміцнюючи одне одного в Його любові.

Зміцнення одне одного в Господі та в Його любові втілено в першій та другій великих заповідях. Як нещодавно нас навчало Перше Президентство: "Служіння Спасителя було втіленням двох головних заповідей: "Люби Господа Бога свого всім серцем своїм і всією душею своєю, і всією своєю думкою" і "Люби свого ближнього, як самого себе" (Матвій 22:37, 39)". Далі в листі від Першого Президентства йдеться: "У такому ж дусі Ісус навчав: "Ви—ті, кого Я обрав священнослужити цьому народові" (3 Нефій 13:25)"[1].

Пісня викупительної любові нашого воскреслого Спасителя прославляє гармонію завітів (які поєднують нас з Богом та одне з одним) і Спокуту Ісуса Христа (яка допомагає нам скинути тілесного чоловіка і жінку й піддатися "натхненню Святого Духа" (Мосія 3:19).

Та гармонія виявляється у плані спасіння, згідно якого ми навчаємося і зростаємо, щодня застосовуючи особисту свободу волі, і згідно якого нас не залишено блукати на самоті; натомість ми отримали шлях завітів і дар Святого Духа. Альфа і Омега (див. Учення і Завіти 61:1), Господь Ісус Христос, перебуває з нами з самого початку. І Він з нами до кінця, коли "Бог кожну сльозу з очей [наших] зітре" (Об'явлення 7:17), окрім сліз радості.

НОТИ ВІД GETTY IMAGES

Наші завіти поєднують нас з Богом і одне з одним. Наші завіти, які є вічними, включають Бога, нашого Вічного Батька, і Його Сина Ісуса Христа. Вічний завіт може приносити нам силу Божої любові—давати надію і посилювати любов; надихати і змінювати; зміцнювати і освячувати; викупляти й підносити.

В одкровенні про нашу істинну божественну сутність, яка виявляється в завітах з Богом, ми навчаємося дивитися на наших братів і сестер та любити їх так, як Він. Ця поглиблена любов і знання запрошують нас, сповнюють силами і освячують, аби ми пізнавали Його та у свій спосіб ставали більше подібними до Нього.

Завіти і Господня Спокута

Гармонія між нашими завітами і Спокутою Ісуса Христа чується в мелодії й дисканті, коли ми, покладаючись на Спасителеву Спокуту, отримуємо допомогу у виконанні своїх завітів у новий, більш священний спосіб. Наші завіти у поєднанні зі Спасителевою Спокутою можуть формувати наші бажання, сприйняття і досвід повсякденного земного життя й готувати до життя в небесному суспільстві (див. Учення і Завіти 130:2).

Завдяки Спокуті Ісуса Христа ми знаходимо віру, силу і довіру, щоб прийти до Христа, знаючи, що вдосконалення—в Ньому. Це знання дає можливість уникати занепокоєння, викликаного нескінченною гонитвою за перфекціонізмом. Мабуть, є частка істини в пісні "Let It Go" (Відпусти)[2], якщо "відпусти" означає "відпустити" нав'язані мирські сподівання, які ніколи не задовольняють, і також "триматися" за Богом дані небесні сподівання й обіцяння, запропоновані Господом.

Чи помітили ви, що в кожному обряді до нас звертаються по імені й наше ім'я пов'язується з іменем Ісуса Христа?

Обряди є загальним і в той же час особистісними (індивідуальними). Багато років тому, будучи членом вищої ради колу, який відповідає за хрищення, я помітив, що обряд хрищення був зовні однаковим для кожної людини, але в той же час індивідуалізованим, оскільки кожну людину, яку христили, викликали, одну за одною, по імені, і їхнє ім'я пов'язувалося завітом до імені "Батька, і Сина, і Святого Духа" (3 Нефій 11:25).

Дивовижна благодать є такою ж загальною і унікальною, як і Сам Спастиель. Він, Агнець без жодної вади, встановив взірець, будучи охрищеним, щоб виповнилася уся правда (див. 2 Нефій 31:6). У Писаннях це називається "вчення Христа" і наші місіонери навчають його (2 Нефій 31:21; див. також 3 Нефій 11:38–40). Учення Христа включає "наслідуванння] прикладу Ісуса Христа шляхом хрищення тим, хто має владу священства Бога"[3].

Ми входимо через браму покаяння і хрищення водою, "а тоді приходить прощення ваших гріхів вогнем і Святим Духом" (2 Нефій 31:17). Тісний і вузький шлях—шлях завітів—веде до вічного життя (див. 2 Нефій 31:18). Це складова того, як усі ми зміцнюємося в Його любові.

Наші завіти і Спокута Ісуса Христа взаємодіють також іншим чином.

Належність до завітів

Божественні завіти поєднують нас з Богом і одне з одним. Поєднання в завіті—це диво. Це не володіння. Як і милосердя, воно "довготерпить, ... милосердствує" і "не заздрить, ... не величається, не надимається" (1 Коринтянам 13:4; див. також Мороній 7:45). Належність до завітів дає коріння і крила. Вона звільняє завдяки зобов'язанню. Вона збільшує завдяки любові.

Завдяки належності до завітів ми зміцнюємо одне одного в Спасителевій любові, таким чином навчаючись більше любити Бога і одне одного.

бачимо очима, щоб бачити, і чуємо вухами, щоб чути. Він змінює нас і наші стосунки—включно наш шлюб у завіті,—щоб ми стали більш освяченими й божественними.

Під час занять, присвячених шлюбним стосункам, одна заміжня студентка підняла руку і сказала вчителеві: "Перепрошую, ви постійно

Належність до завітів дає коріння і крила. Вона дає свободу завдяки зобов'язанню. Вона збільшує завдяки любові.

Це стається частково тому, що належність до завітів "не шукає тільки свого, не рветься до гніву, не думає лихого" (1 Коринтянам 13:5). Належність до завітів "не радіє з неправди, але тішиться правдою" (1 Котринтянам 13:6). Належність до завітів—це прийти і побачити обличчям в обличчя; а потім пізнати, як пізнані ми (див. 1 Коринтянам 13:12). Наша вірність завітам є міцною і непорушною (див. Мосія 5:15; Алма 1:25).

Належність до завітів—це сподіватися всього, перетерпіти багато чого і "сподіва[тися], що зможемо перетерпіти все." (див. Уложення віри 1:13; див. також 1 Коринтянам 13:7; Мороній 7:45). Належність до завітів—це зберегти віру. Це не зрадити себе, одне одного чи Бога.

Належність до завітів—це тішитися з тими, хто тішиться, та радіти з тими, хто має причину для радості, а також бути свідками лагідних милостей та щоденних чудес Божих "в усі часи і в усьому, і в усіх місцях" (див. Мосія 18:8–9).

Належати Богові й одне одному у завіті—це усміхатися в неочікуваних місцях, бо ми кажете, що шлюб—це важко. Важким є не шлюб, а *життя*, бо шлюб з усіма його злетами і падіннями, може бути благословенням, в якому ми ділимо радощі й випробування життя разом".

У той час як вічний шлюб—наш ідеал, невірність, жорстоке поводження будь-якого виду, нездоланні несумісності можуть викликати необхідність негайних захисних дій або роздільного проживання, а, можливо, і розлучення. Ми знаємо, що завіти поєднують і є вічними лише за спільної згоди залучених до них сторін та коли все це підтверджується милостивим проявом з небес Святого Духа, Який в Писаннях називається "Святим Духом обіцяння" (Учення і Завіти 88:3).

Втішення, мир і надію приносить Господнє запевнення, що гідні отримають усі обіцяні благословення[4]. Він також обіцяє зміцнити кожного з нас у Його любові, у Його спосіб і в Його час (див. Учення і Завіти 88:68).

"Спосіб, у який діє служіння"

Коли я був молодим єпископом, один випадок, що стався в нашому приході, навчив мене про належність до завітів. Проявом цього стало зміцнення одне одного в Спасителевій любові. В нашому приході були сім'ї—Ганс і Фей Ріттер та Ларрі й Тіна О'Коннор, які разом з іншими чудовими сім'ями постійно служили іншим, і їх любили всі.

Одного дня наш президент колу попросив мене провідати Ріттерів. Коли я приїхав до них, то помітив, що підлога просіла, а чайник

перебуває в постійному використанні.

“Ось що сталося, єпископе,—сказав брат Ріттер.—Наш бойлер протікав, тепла вода просочилася через підлогу. Завелися терміти. Ось чому підлога трохи провисає. Нам довелося відключити бойлер, тому ми нагріваємо воду чайником”.

Ріттери дали згоду на те, щоб ми обговорили їхню ситуацію на раді приходу. У нас була дивовижна рада приходу. Члени ради знали тих, хто допоможе полагодити підлогу, стіни, килими, техніку й пофарбувати стіни. Волонтери прийшли й допомогли в усьому, що було необхідно. Серед них був Ларрі О’Коннор, вправний будівельник, який часто бував у домі Ріттерів.

Тіна, дружина Ларрі, згадувала, що Ларрі разом з іншими членами кворуму іноді приходив до Ріттерів по п’ятницях і залишався на всю ніч. “Одного суботнього ранку я понесла їм сніданок,—розповідала вона.—З ванної кімнати вийшов Ларрі з сантехнічними інструментами”.

Тіна додала, що саме завдяки таким чоловікам, як Ганс Ріттер та іншим “мій чоловік став справжнім чоловіком—добрим, вдумливим, ніжним. Коли мій Ларрі служив разом з такими чудовими чоловіками, у тому числі в ясельній групі, він став ще кращим чоловіком і батьком”.

Коли дім було завершено, ми всі раділи.

Ганс і Фей Ріттер уже пішли з життя, але нещодавно я розмовляв з двома їхніми синами—Беном і Стівеном. Вони пам’ятали, що непомітне служіння інших підтримувало гідність їхнього батька, який невтомно дбав про сім’ю.

Під час заходу приходу, що відбувся невдовзі після завершення робіт у домі Ріттерів, Ларрі й Тіну О’Коннор несподівано повідомили, що в їхньому домі пожежа. Вони поспішили до свого дому й побачили, що всі вікна вибиті (аби вивітрився дим), а стіни пробиті (щоб пересвідчитися, що в них не проник вогонь).

“Ми були в розпачі”,—розповідала Тіна. Але потім прийшов приход.

“Допомагали всі,—казали Тіна й Ларрі.—Весь приход об’єднався в любові. Ми були, як сім’я”.

І хто прийшов першим, а пішов останнім, коли ремонтували дім О’Коннорів? Так, сім’я Ганса і Фей Ріттерів.

Бен і Стівен—скромні люди, але згадують, як їхня сім’я прийшла на допомогу О’Коннорам. “Ми були там усі разом,—кажуть вони.— Саме так і здійснюється служіння. Ми всі дбали одне про одного—іноді ми допомагали іншим, а іноді ми давали можливість іншим допомагати нам”.

Я вважаю, що утворюється чудове, доброчесне, гармонійне коло, якщо ми зміцнюємо одне одного в любові Спасителя. О’Коннори допомагають Ріттерам, Ріттери допомагають О’Коннорам, і таким чином встановлюється громада святих останніх днів. Кожного дня у незліченну кількість способів кожен з нас потребує служіння і може служити сам, виявляючи любов і підтримку непомітним, простим, потужним чином, який змінює життя.

Отже ми стаємо свідками подвійного дива примноження хлібів і риби: по-перше, громада святих може згуртовуватися у величній безкорисливій єдності, щоб задовольнити якусь суттєву потребу; і, по-друге, одночасно з цим, товаришування святих посилюється в любові завдяки щоденному служінню, сповненому любові, в багатьох малопомітних ситуаціях, які можуть траплятися в сім’ї, філії, приході чи громаді упродовж багатьох років—незалежно від будь-яких суттєвих потреб.

Зміцнені в Спасителевій любові

Усе це повертає нас до того, з чого ми почали—перша і друга великі заповіді та запрошення зміцнюватися і зміцнювати одне одного в Господній любові.

Існує божественна гармонія і резонанс у належності до завітів, якщо ми зміцнюємося в Господній любові й зміцнюємо одне одного в Нім.

Президент Рассел М. Нельсон звернувся з такими потужними словами: "Наше послання світові просте й щире: ми запрошуємо всіх Божих дітей, які по обидва боки завіси, прийти до їхнього Спасителя, отримати благословення святого храму, мати нескінченну радість і підготуватися до вічного життя"[5].

Якщо ми бенкетуємо словами Христа (див. 2 Нефій 32:3) і ставимо Бога на перше місце (див. Матвій 6:33), Господь зміцнює і благословляє усі аспекти нашого життя. Існує божественна гармонія і резонанс у належності до завітів, якщо ми зміцнюємося в Господній любові й зміцнюємо одне одного в Нім.

Слова апостола Павла відлунюють гармонію, в якій перебувають наші завіти і Спокута Господа Ісуса Христа:

"Хто нас розлучить від любови Христової? Чи недоля, чи утиск, чи переслідування, чи голод, чи нагота, чи небезпека, чи меч? ...

Бо я пересвідчився, що ні смерть, ні життя, ні Анголи, ні влади, ні теперішнє, ні майбутнє, ні сили, ні вишина, ні глибина, ані інше яке створіння не зможе відлучити нас від любови Божої, яка в Христі Ісусі, Господі нашім!" (Римлянам 8:35, 38–39).

Таким є і моє урочисте свідчення.

Я свідчу про Бога, нашого Небесного Батька, і Його Сина Ісуса Христа. Вони знають нас краще і люблять нас більше, ніж ми знаємо чи любимо себе. Ми можемо довіряти Господу всім своїм серцем, і нам не треба покладатися на власне розуміння (див. Приповісті 3:5).

В 159 домах Господа в 43 країнах ми можемо зміцнюватися в Господі за допомогою своїх завітів і Спокути Ісуса Христа.

Ми маємо благословення влади священства й неперервного пророчого одкровення, починаючи з пророка Джозефа Сміта й до нашого дорогого Президента Нельсона в наш час. Останні події ще більше переконали мене й сповнили смиренням, коли я думаю про реальність відновлення вчення, ключів, обрядів і завітів у Церкві Ісуса Христа Святих Останніх Днів, яка є "царство[м] Господа, знову встановлен[им] на землі, готуючи до Другого пришестя Месії"[6].

Книга Мормона: Ще одне свідчення про Ісуса Христа і всі Священні Писання—це слово Бога.

Нехай же кожен з нас краще пізнає Спасителя і стане більше схожим на Нього в міру того, як ми зміцнюємося в Господі та зміцнюємо одне одного в Ньому і в Його любові. ■

З виступу "Strengthen One Another in the Lord" (Зміцнюйте одне одного в Господі), виголошеному на жіночій конференції в Університеті Бригама Янга 4 травня 2018 р.

ПОСИЛАННЯ

1. Лист Першого Президентства, 2 квіт. 2018 р.
2. "Let It Go," *Frozen* (2013).
3. *Проповідуйте Мою євангелію: Путівник для місіонерського служіння* (2004), с. 40.
4. Див. *Довідник 2: Керування Церквою* (2010), 1.3.3.
5. Президент Рассел М. Нельсон, "Треба труд вершить", *Ліягона,* трав. 2018, сс. 118–119.
6. Книга Мормона, вступ.

Молитва, яка привела нас до храму

За кілька днів до запланованої поїздки нашого приходу до храму в Аба, Нігерія, єпископ зателефонував і попросив мене очолити групу. Я погодився, а вранці того дня, коли мали вирушити в поїздку, ми помолилися і сіли в автобус, щоб розпочати подорож.

У дорозі ми співали гімни. Безмежна радість наповнювала повітря. Нам усім було добре в нашій 10-годинній поїздці, але приблизно опівдні в автобусі сталася поломка, з якою ніхто з нас не міг справитися.

Я побіг до найближчої заправки і знайшов працівницю. Я запитав, чи вона не підкаже, де знайти механіка.

Вона відразу ж подзвонила двом механікам. Вони негайно приїхали і взялися до роботи. Механіки побачили, що ремені охолоджувача були деформовані. Вони працювали кілька годин і вичерпали весь запас своїх знань. Потім вони подзвонили іншому механіку.

Він мав упевнений вигляд, коли приїхав, і саркастично запитав: "Ну що там не так з ременями охолоджувача, які ви не змогли відремонтувати?"

Він трохи попрацював, а потім сказав: "Те, що тут сталося, важко пояснити". Він узяв свої інструменти й пішов. Інші механіки продовжували шукати рішення, але ситуація здавалася безнадійною.

Я поглянув на наших святих і побачив сум майже на кожному обличчі. Поки я думав, що ж робити, у мене з'явилася ідея: "А чи ви молилися про вирішення проблеми?"

Я негайно скликав усю групу. Ми стали колом і помолилися Небесному Батькові, щоб Він дав механікам знання, якого їм не вистачало. Менше ніж через 5 хвилин один з механіків прийшов до мене.

"Ми все зробили!",—сказав він, сяючи від радості.

Ми раділи і дякували Господу. Я невдовзі помітив, що інший механік був збентежений. Я намагався похвалити його, але він сказав: "Ви хочете похвалити мене за те, що ми шість годин лагодили один ремінь охолоджувача? Я полагодив два ремені охолоджувача, перш ніж прийти сюди. Те, що тут сталося, неможливо пояснити".

Я сказав йому, що Бог втрутився, після того як ми помолилися.

"Ви про це молилися?" —запитав він.

"Так, хвилин 5 тому".

"О, це чудово!"—сказав він.

Я заплатив механікам і вони пішли. Ми увійшли в автобус і продовжили свою подорож. Через кілька годин ми нарешті доїхали до храму, вдячні за те, що Небесний Батько чує наші молитви й відповідає на них. ■

Ісаак Утуту, Лагос, Нігерія

ІЛЮСТРАЦІЯ МАРТІНА САНДЕРСА

Під час 10-годинної поїздки до храму в автобусі сталася поломка, з якою ніхто з нас не міг справитися.

Я відчувала, що не можу приймати причастя, маючи в серці таку образу. Я молилася, щоб темряву було забрано.

ІЛЮСТРАЦІЯ ГРЕГА НЬЮБОЛДА

Небесний Батько послав нагадування

Після 11 років боротьби з деменцією мій чоловік пішов з життя. Для мене його смерть стала гіркою радістю. Я за ним доглядала, була його другом і коханою. Хоча я раділа, що він більше не страждає, я надзвичайно за ним сумувала. Я думала, що знала, що означає скорбота, однак сум і відчуття втрати вивели мене на шлях, іти яким ніколи не сподівалася.

Мене жахнуло й здивувало, що негатив проник у моє життя. Я почувалася знехтуваною, непотрібною і невидимою для сім'ї, друзів та членів приходу. Я потурала жалості до себе й відчувала образу на інших.

Одного разу в неділю я сиділа в кінці каплиці. Я спостерігала, як одна дружелюбна і привітна сестра віталася з іншими членами приходу. Вона була доброю і великодушною з усіма.

"Однак,—подумала я,—вона *ніколи* не запитувала, як я живу, вона *ніколи* не виявляла співчуття, вона *ніколи* не розуміла, як важко мені було пережити смерть чоловіка!"

Ці негативні думки не полишали мене під час співу причасного гімну. Я відчувала, що не можу приймати причастя, маючи в серці таку образу.

"Ти маєш попросити про допомогу, щоб позбавитися цих почуттів *зараз же!*"— подумала я.

Я молилася про те, щоб темряву було забрано. Та сестра навіть найменшою мірою не заслуговувала на мою образу. Я просила в молитві прощення і допомоги в подоланні образи. В той час, коли диякон стояв переді мною з причасною тацею, я відчувала, що можу приймати причастя. Упродовж наступного тижня я продовжувала просити в молитві скерування.

Наступної неділі я увійшла у фойє і побачила жінку, про яку думала тиждень тому.

"О, Керол!—сказала вона.— Я так багато про тебе думала! Можу лишень уявити, як важко тобі ведеться. Ти дбала про свого чоловіка *так* довго. Тобі мабуть важко звикнути до нового життя. Як у тебе справи?"

Ми хвильку поговорили, і вона мене міцно обняла. У мене не було слів! Я сіла на своє звичне місце в каплиці, широко усміхаючись. Я негайно подякувала Небесному Батькові. Він послав цій добрій сестрі нагадування, щоб сказати слова, які мені потрібно було почути. З того часу і надалі я відчувала, що Небесний Батько пам'ятає про мене. Він дав мені силу жити в новій реальності, яка почалася в моєму житті. ■

Керол Вітакер, шт. Орегон, США

Я радий, що послухався

У моїй неврологічній клініці був напружений день, і я не вписувався у розклад. На щастя, один візит пройшов швидко. Я відчув полегшення, коли встав, щоб іти, але пацієнт почав розповідати мені щось не пов'язане з візитом. Попри свою заклопотаність я відчув, що маю знову сісти й вислухати.

Він розповів мені, що нещодавно його дружина захворіла. "Вона знала, що відбувається,—казав він,—однак не хотіла мені розповідати через те, що боялася іти до лікарні".

Минуло кілька днів, і вона вже не могла встати з ліжка. Вона стала збентеженою, а її розмови були незв'язними. Мій пацієнт також мав серйозні проблеми зі здоров'ям, і невдовзі стан у обох погіршився. Вони більше не могли дбати одне про одного. Коли невістка мого пацієнта провідала їх, вона занепокоїлася. Вона викликала дві швидкі, аби забрати їх до лікарні. Невдовзі лікарі виявили, що у дружини був прогресуючий рак груді.

"Мені більше не вдалося поговорити зі своєю дружиною",—сказав той чоловік.

У дружини стався серцевий напад і її підключили до апарату забезпечення життєдіяльності. Потім пацієнт розповів, що його перевезли з його палати до відділення інтенсивної терапії, щоб він міг востаннє побачитися з дружиною. Після цього він попросив лікарів відключити апарат забезпечення життєдіяльності.

Чоловік замовчав. Вочевидь він сказав усе, що хотів. Я висловив своє співчуття. Він потиснув мені руку й пішов. Я радий, що сів на місце й вислухав його. Я радий, що не пішов, хоча й хотів це зробити! Що він відчував би, якби я поспіхом вийшов з кабінету саме тоді, коли він хотів поділитися цим тягарем?

Я не знаю, чому пацієнт розповів мені цю історію того дня, але я знаю, чому я вислухав. Алма навчав, що ті, хто бажають охриститися та йти за Ісусом Христом, повинні мати бажання "нести тягарі один одного, ... сумувати з тими, хто сумує; так, і співчувати тим, хто потребує співчуття" (Мосія 18:8–9).

Мій пацієнт мав тягар, і незначною мірою я зміг допомогти йому його нести. Він сумував, і я сумував разом з ним. Він потребував співчуття, тож я йому поспівчував. У такий простий спосіб я намагався шанувати своє обіцяння бути більше схожим на Спасителя. ■

Алан Б. Сандерсон, шт. Юта, США

ІЛЮСТРАЦІЯ АЛЛЕНА ГАРНСА

Мій пацієнт почав розповідати щось не пов'язане з його візитом. Попри свою заклопотаність я відчув, що маю знову сісти й вислухати.

Лист від пророка

Я не була впевнена, чи приєднуватися мені до Церкви, коли мій чоловік розповів мені про неї. Він дав мені Книгу Мормона, і після багатьох уроків та майже двох років спілкування з місіонерами я охристилася в 2007 році. Невдовзі після того, як я приєдналася до Церкви, у мене почалися важкі часи. Я не розуміла, чому важливо мати сучасного пророка. На мій погляд, пророк мав бути таким, як Мойсей з усіма його атрибутами.

"Чи розмовляє пророк з Богом?"—запитала я у свого чоловіка.

"Так",—відповів він.

"Ти впевнений?"

"Так, пророк розмовляє з Богом".

"Тоді я попрошу Господа сказати пророкові, щоб він надіслав мені листа, в якому йтиметься про те, що це—Церква Ісуса Христа".

"О ні!—сказав мені чоловік.— Так не буває!"

Я була рішуче налаштована.

"Якщо пророк розмовляє з Господом, тоді й Господь розмовляє з пророком, і він пошле мені листа".

Однієї неділі в церкві хтось із місіонерів вручив мені DVD і попросив переглянути зі своєю сім'єю. В ньому містилося свідчення пророка і апостолів. Першим промовляв Президент Гордон Б. Хінклі (1910—2008). Я була вражена. Він промовляв щиро і я відчула, що він каже істину.

"Поглянь, ось твоє свідчення про пророка",—сказав чоловік.

"Ні, все ж я хочу отримати від нього листа",—відповіла я.

Одного вечора до нас прийшли місіонери і вручили мені журнал.

"Ми не знаємо чому, але відчули, що маємо принести вам оце",—сказали вони. То був примірник *Ліягони* за жовтень 2006 року.

Я відкрила її і знайшла статтю президента Хінклі, в якій він звертається до нових членів Церкви. Він казав: "Я залишаю це свідчення, моє благословення й мою любов з кожним з вас, а також моє запрошення й далі бути частиною цього великого чуда, яким є Церква Ісуса Христа Святих Останніх Днів"[1].

Я відчувала, що він промовляв безпосередньо до мене. Я навіть не була членом Церкви, коли стаття була опублікована, але її було прибережено для мене. Я знаю, що Господь чує наші молитви і що Він промовляє до сучасного пророка в наш час. ■

Келлі Сантос Фігейредо Рібейро, Гоіяс, Бразилія

ПОСИЛАННЯ

1. Гордон Б. Хінклі, "Справжня яскравість надії: новим членам Церкви", *Ліягона,* жовт. 2006, с. 5.

Місіонери вручили мені примірник Ліягони *за жовтень 2006 року. "Ми не знаємо чому, але відчули, що маємо принести вам оце",—сказали вони.*

ІЛЮСТРАЦІЯ КРІСА ЛІОНСА

"ТЕ, ЩО Є НАЙКРАЩИМ У НАШОМУ ЖИТТІ, **ЗОСЕРЕДЖЕНО НА ІСУСІ ХРИСТІ** ТА РОЗУМІННІ ВІЧНИХ ІСТИН—ХТО Є ВІН І ХТО Є МИ У НАШИХ СТОСУНКАХ З НИМ".

Старійшина Джек Н. Джерард, сімдесятник, "Зараз настав час", *Ліягона,* лист. 2018, с. 109.

Оголошено про будівництво 12 нових храмів

Президент Рассел М. Нельсон оголосив про плани щодо будівництва 12 нових храмів, найбільшу кількість храмів, яку будь-коли оголошували в той самий день. Нові храми будуть побудовані в таких місцях:

Окленд, Нова Зеландія
Давао, Філіппіни
Лагос, Нігерія
Мендоза, Аргентина
Пном-Пень, Камбоджа
Прая, Кабо-Верде
Пуебла, Мексика
Сальвадор, Бразилія
Сан-Хуан, Пуерто-Рико
Округа Вашингтон, штат Юта, США
Їго, Гуам
Юба-Сіті, штат Каліфорнія, США

ПОМІРКУЙТЕ НАД ЦИМ ...

"Чи ми віддаємо Господу все без найменшого жалкування?"

Крістіна Б. Франко, другий радник у генеральному президентстві Початкового товариства, "Радість безкорисливого служіння", *Ліягона,* лист. 2018, с. 56.

Поділіться своїми думками на сторінці *Ліягони* у Facebook або запишіть їх у своєму щоденнику!

ПІРНАТИ ГЛИБШЕ

Взяти Його ім'я

Президент Рассел М. Нельсон нагадав нам про важливість того, щоб узяти ім'я Спасителя на себе—в якості учнів Христа і членів Його Церкви. "Коли ми випускаємо Його ім'я з назви Його Церкви, то чи не усуваємо ми ненавмисно *Його* із самого центру нашого життя?"—сказав він.—

Взяти на себе ім'я Спасителя—це, зокрема, й заявляти й свідчити іншим—своїми вчинками і своїми словами,—що Ісус є Христос" ("Правильна назва Церкви", *Ліягона,* лист. 2018, с. 88). Багато інших провідників також запросили нас обдумати, як ми можемо краще взяти на себе Його ім'я.

- Президент Генрі Б. Айрінг попросив нас поставити собі два запитання: "Що мені слід робити, щоб узяти на себе Його ім'я?" і "Як я дізнаюся, коли досягаю успіху?" ("Намагайтеся, намагайтеся, намагайтеся", *Ліягона,* лист. 2018, с. 91).
- Старійшина Роберт С. Гей запропонував три способи, якими ми можемо взяти на себе ім'я Спасителя (див. "Взяти на себе ім'я Ісуса Христа", *Ліягона,* лист. 2018, сс. 97–99).
- Старійшина Пол Б. Пайпер навчав, що насправді означає взяти на себе ім'я Ісуса Христа (див. "Всі мають узяти на себе ім'я, дане Батьком", *Ліягона,* лист. 2018, сс. 43–45).

Вивчаючи, що значить взяти на себе ім'я Господа, запишіть у свій щоденник свої думки і почуття.

СПРОБУЙТЕ!

Ось кілька запрошень, які ми почули на генеральній конференції. Розгляньте виступи, щоб додати до цього переліку запрошень.

- "Подума[йте], що ми можемо зробити, аби ширше розкрити [новим друзям] обійми, краще приймати й допомагати їм, починаючи вже з наступної неділі" (Уліссес Соарес, "Один у Христі", *Ліягона,* лист. 2018, с. 39).
- "Ретельно і вдумливо прочита[йте] це одкровення [видіння викуплення мертвих, яке знаходиться в Ученні і Завітах 138]" (М. Рассел Баллард, "Видіння викуплення мертвих", *Ліягона,* лист. 2018, с. 73).
- "Повертайтеся у Господній дім з вашими пораненими серцями й вашими родинними іменами якомога частіше" (Ніл Л. Андерсен, "Поранені", *Ліягона,* лист. 2018, с. 85).

Що ви змінили через те, що дізналися на генеральній конференції? Надішліть свою історію на **liahona.lds.org** або поділіться нею на facebook.com/liahona.

Мій перелік справ завдяки конференції

"Друг розповів мені, що, читаючи послання генеральної конференції, він складає перелік того, що наші церковні провідники попросили нас зробити. Після цього він використовує цей перелік, щоб поставити цілі, які допоможуть йому слідувати їхній пораді. Я вирішила скласти свій власний перелік. Це змінило мене на краще, коли я розмірковую над посланнями і думаю про те, що саме мені потрібно зробити. Це насправді допомагає мені зосереджуватися на найважливішому".

—Една Вошберн, штат Юта, США

ВІДПОВІДІ НА ЗАПИТАННЯ

У мене раніше було свідчення, але останнім часом стало важче вірити, що Бог існує. Чи може моя віра знову стати такою ж сильною, як і раніше?

"Декому важко дається здатність вірити. Іноді нам заважає гордовитість. Можливо, ми думаємо, що через те, що ми розумні, освічені або досвідчені, то просто не можемо вірити в Бога. І ми починаємо сприймати релігію як безглузду традицію.

З мого досвіду віра—це не така собі картина, на яку ми дивимося і якою милуємося, яку обговорюємо і навколо якої висловлюємо здогадки. Це схоже на плуг, з яким ми йдемо в поле, і в поті чола прокладаємо в землі борозни. В них ми кладемо насіння, що приносить плід, який буде збережений.

Наблизьтесь до Бога, й Він наблизиться до вас. Це обіцяння для всіх, хто прагне вірити".

Старійшина Дітер Ф. Ухтдорф, з Кворуму Дванадцятьох Апостолів, "Вірте, любіть, робіть", *Ліягона,* лист. 2018, с. 47.

На які ваші запитання ви отримали відповідь під час конференції? Поділіться своїм досвідом на facebook.com/liahona.

Від свідчення про десятину до храмових завітів

Майкл Р. Морріс
Співробітник редакції церковних журналів

Для Теда і Керол Хаятт духовні аспекти церковної ініціативи із самозабезпечення пов'язали їхнє життя з вічністю.

Керол Хаятт ніколи не забуде дня, коли єпископ попросив її вести заняття із самозабезпечення, присвячені особистим фінансам. Разом з чоловіком Тедом вони щойно повернулися до активності в Церкві після 42 років відсутності, й вона від природи була сором'язливою.

Керол знала свого єпископа Тодда А. Джосі з того часу, як він був хлопчиком. Кілька десятків років тому він відвідував її заняття недільної школи.

"Знаєте, єпископе,—відверто сказала вона йому після того, як вони з Тедом знову почали ходити до церкви,—я не хочу виступати. Я не хочу служити в покликанні. Я просто хочу ходити до церкви".

Але через два роки єпископ сидів у домі Хаяттів і говорив про церковну ініціативу із самозабезпечення—те, про що сестра Хаятт ніколи не чула. Розповівши про ініціативу, єпископ попросив її провести 12-тижневий курс, присвячений принципам успішного ведення фінансів. Потім він дав їй примірник підручника *Особисті фінанси для самозабезпечення*.

"Я не знаю, чому погодилася,— згадує сестра Хаятт.— Мені страшно бути серед людей, яких я не знаю—і уявіть, що один вечір на тиждень упродовж 12 тижнів я буду проводити з членами Церкви, які безсумнівно були більш сильними в євангелії, ніж я. Я не знала, чи буду в змозі допомогти їм".

"Це пролунало, як грім"

Єпископ Джосі не був здивований, що сестра Хаятт прийняла доручення, незважаючи на вагання. За його словами, під час зборів комітету із самозабезпечення в Форест-Гроу, шт. Орегон, США, які відбулися незадовго до того: "Мені на думку спало, що сестра Хаятт потребує благословення—вести заняття групи з особистих фінансів. Це пролунало, як грім".

Єпископ Джосі сподівався, що ведення цього класу допоможе сестрі Хаятт подолати великий камінь спотикання на шляху її духовного розвитку—сплату десятини. "Коли того вечора я їхав додому,—розповідає він,—я мав сильне духовне відчуття, що по завершенні цього курсу сестра Хаятт зрозуміє, чому важливо платити десятину".

Хвилюючись, що не дуже добре підготовлена, сестра Хаятт почала проводити заняття в жовтні 2017 року. Коли сестра Хаятт вела в класі обговорення про управління фінансами, складання бюджету і його дотримання, підготовку до важких часів, сплату боргів, вихід з фінансової кризи та інвестування на майбутнє, вона відчула себе впевнено в ролі ведучого, однак їй було незручно, коли вона думала про власний приклад.

Читаючи посібник під час підготовки до третього уроку, вона дізналася, що "самозабезпечення у фінансовій сфері" включає сплату десятини і пожертвувань[1]. Вона також дізналася, що основоположним принципом такого підходу є покаяння і послух[2].

"Під час одного з уроків, який відбувся ближче до кінця курсу, я зізналася всім, що є, мабуть, єдиною в усій групі, хто не платить десятину",—згадує вона. Те зізнання підштовхнуло до обговорення і надання підтримки з боку 13 членів її класу, які свідчили про благословення закону десятини.

"Я не знаю, чому мене так непокоїло раніше питання десятини, але я зрозуміла, що треба поставитися серйозно до того, щоб здобути свідчення про неї,—розповідає сестра Хаятт.—Коли я слухала підбадьорення від членів своєї групи та від чоловіка, Дух сказав: "Ти можеш це зробити!" Я здобула ще більшу віру, якої так потребувала, і зрозуміла, що буду кращим ведучим, якщо робитиму те, що прошу виконувати членів свого класу".

Небесні отвори

Минуло кілька днів після 11-го уроку, і сестра Хаятт підійшла у церкві до єпископа Джосі, взяла його за руку й сказала, що готова жити за законом десятини. "Він так зрадів",—каже вона.

Брат Хаятт, який ходив на заняття своєї дружини, також зрадів. Коли він сплачував десятину упродовж попереднього року, то заохочував і сестру Хаятт, нагадуючи їй про благословення, які вона так прагнула отримати. "Ми не увійдемо до храму, доки ти не платитимеш десятину",—казав він.

26 травня 2018 року отвори небесні відкрилися і на Теда та Керол Хаятт пролилися такі благословення, про які вони навіть не мріяли кілька місяців тому, коли сестра Хаятт почала вести свої заняття. Того дня, за день до їхньої 58-ї річниці шлюбу, вони уклали завіти і були запечатані в Портлендському Орегонському храмі.

Хаятти описують те, що відбулося, як "чудовий день і дивовижні благословення", за які вони завжди будуть дякувати. Сестра Хаятт додає, що вона також завжди буде вдячна за підбадьорення з боку чоловіка, натхненного єпископа і групу студентів, які, як вона вважає, допомогли їй більше, ніж вона допомогла їм. Аби виявити свою любов і підтримку, майже кожен член її класу прийшов на запечатування Хаяттів.

"Люди можуть здобути так багато завдяки ініціативі Церкви із самозабезпечення, особливо це стосується духовної складової,—каже сестра Хаятт.— Саме духовна складова робить її такою цінною. Для нас з чоловіком вона змінила нашу вічність". ■

ПОСИЛАННЯ

1. *Personal Finances for Self-Reliance* (2016), 42.
2. Див. *Personal Finances for Self-Reliance,* 36–37.

10 порад: як навчати покаянню

Слово покаяння іноді звучить для дітей та підлітків страшно або приголомшливо. Ось кілька порад, як навчати про покаяння з любов'ю і натхненням.

Навчайте простими словами. Ви можете навчити своїх дітей тому, що "коли ми грішимо, то відвертаємося від Бога", але "коли ми каємося, ми повертаємося на шлях назад до Бога"[1]. Ми можемо повернутися на шлях назад до Бога, визнаючи свої помилки, чинячи правильно і щосили намагаючись чинити краще.

Зосередьтеся на позитивному. Як би там не було, "покаяння завжди корисне"[2]. Це не покарання за погану поведінку; це нагода спробувати знову і наблизитися до Бога. Заохочуйте своїх дітей думати про те, що вони роблять правильно, і як вони можуть це робити більшою мірою.

Наголошуйте на тому, що каятися слід щодня. Покаяння стосується маленьких гріхів тією ж мірою, що і великих. Щоденне покаяння означає, що ми часто виправляємося, подібно до корабля, який підтримує свій курс. Допоможіть вашим дітям розпізнати незначні способи, як вони можуть покращуватися щодня.

Не забувайте, що помилки—це частина життя. Допоможіть своїм дітям зрозуміти, що помилки можуть допомагати в навчанні. Дозвольте їм впоратися з наслідками їхнього вибору і допоможіть їм з'ясувати, як знову все налагодити. Навчайте їх звертатися до Бога по допомогу.

Будьте прикладом. Визнавайте свої помилки. Будьте достатньо смиренними, щоб вибачатися перед своїми дітьми та іншими людьми так, щоб діти бачили це. Нехай вони бачать, як ви прагнете покращити все, і діліться своїм свідченням про те, як Спаситель допоміг вам змінитися.

Персоналізуйте покаяння. Навчаючи дітей принципам покаяння[3], пам'ятайте про те, що процес покаяння не виглядатиме однаково для кожної людини, кожного разу. Він не являє собою послідовність клітинок, в яких потрібно поставити галочку; це тривалий процес зростання. Він залежить від бажань нашого серця і того, як ми прагнемо жити в гармонії зі Спасителем. Ми можемо дізнатися про те, що повністю покаялися, коли відчуваємо мир, радість і прощення.

Дивіться на перспективу. Легко втратити оптимізм, якщо багаторазово робиш невірний вибір. Навчайте своїх дітей, що коли вони каятимуться, Бог завжди прощатиме їх (див. Мороній 6:8). Поясніть, що насправді важливими є намагання. Завдяки нашим намаганням і тому, що ми скидаємо оболонку тілесної людини (див. Мосія 3:19), ми стаємо більш подібними до Бога.

Розділяйте поняття вини і сорому. "Засмутитися для Бога"—це вимога для покаяння (див. 2 Коринтянам 7:9–10). Але, якщо ваша дитина відчуває, що втратила гідність або надію навіть після покаяння, джерелом цього може бути сором[4]. Нагадайте їм, що Небесний Батько завжди любитиме їх і що: "Якщо ми грішимо, ми менш гідні, але наша цінність ніколи не зменшується!"[5] Якщо необхідно, ви можете зустрітися зі своїм єпископом або професійним консультантом.

Зрозумійте Спокуту Спасителя. Навчайте своїх дітей тому, що Ісус Христос спокутував не лише наші гріхи, але й усі наші страждання (див. Алма 7:11–12). Запевніть своїх дітей у тому, що вони не повинні відчувати вину за погану поведінку інших людей[6]. Жертви насильства є абсолютно невинними; допоможіть їм звернутися до Спасителя за спокоєм і зціленням.

Постійно нагадуйте про Спасителя. Навчайте своїх дітей про те, що Спаситель розуміє їхні проблеми і може допомогти їм подолати їх. Часто свідчіть про Нього вдома. Заохочуйте своїх дітей молитися, служити, вивчати Писання та робити інші речі, які допоможуть їм краще пізнавати Його, аби вони природно прагнули Його допомоги у подоланні своїх слабкостей. ■

ПОСИЛАННЯ

1. Ніл Л. Андерсен, "Покайтеся, щоб Я міг зцілити вас", *Ліягона,* лист. 2009, с. 40.
2. Стівен В. Оуен, "Покаяння завжди корисне", *Ліягона*, лист. 2017, с. 48.
3. Див. "Розділ 19: Покаяння", *Основи євангелії* (2009), сс. 108–114.
4. Див. Венді Улріч, "Бути слабкими—не гріх", *Ліягона,* квіт. 2015, сс. 20–25.
5. Джой Д. Джоунс, "Безмежна цінність", *Ліягона,* лист. 2017, с. 14.
6. *Стійкі у вірі: Довідник з євангелії* (2004) с. 78.

ДЛЯ ДІТЕЙ

У цьому місяці в журналі *Друг*:

- "Обіцяння, яке слід перевірити" (с. Д4)
- "Бути трохи кращим з кожним днем" (с. Д6)
- "Чудова ідея" (с. Д7)
- "Історія з йо-йо" (с. Д16)

ДЛЯ ПІДЛІТКІВ

У цьому номері:

- Запитання і відповіді: "Я постійно піддаюсь тим самим спокусам. Як мені здолати ці гріхи?" (с. 62)
- "Я й досі пам'ятаю гріхи, в яких розкаявся, і відчуваю провину. Чому я не можу забути своїх гріхів?" (с. 63)

Щоб знайти інші матеріали, зайдіть на сайт: **youth.lds.org**.

Найвпливовіші люди

Чи доводилося вам коли-небудь читати статті, що називалися, наприклад, так: "30 впливових людей, яким до 30 років" і чи не думали ви: "Як би й мені потрапити у той список?" Я точно замислювалася над тим, **як мені бути більш залученою,** більш корисною і, так, більш важливою людиною (що, можливо, також означало, що мені потрібно бути й більш смиренною). І хоч наш внесок може бути таким, який визнає світ, усе ж іноді він є більш приватним виконанням наших завітів з Богом.

Щоб впливати, не треба подорожувати кудись за кордон, щоб допомогти комусь далеко. **Наш вплив починається прямо в наших рідних домівках,** у спілкуванні з членами сім'ї та сусідами по кімнаті, а також з тими, хто поряд з нами. Наш вплив починається в наших громадах. Коли ми починаємо зміни і змінюємося, нам корисно буде дізнатися із статті "Час для служіння" (сторінка 44) про кілька практичних кроків служіння у нашій громаді. **Виділіть час, щоб допомогти іншим**—це може означати, що вам потрібно зробити якісь зміни: можливо, зміну серця або зміну того, чому саме ми віддаємо свій час і сили.

У статті "Потужна сила, яка сприяє поширенню добра" (сторінка 46) кілька молодих людей діляться своїм досвідом, як розвинути в собі Христову любов до інших. Ці історії показують, як завдяки **натхненню і вірі доросла молодь може мати гарний вплив.**

Старійшина Гаваррет нагадує нам, що ми вже герої і героїні (див. сторінку 49). У доземному житті ми вибрали прийти на землю і тепер **вибираємо, які зміни хочемо зробити.** Якщо ми визначимо, що є нашою особистою місією, то це направлятиме нас у служінні Небесному Батьку і Його Сину, Ісусу Христу.

З власного досвіду знаю, що серед дорослої молоді Церкви є значно більше, ніж "30 впливових людей віком до 30 років". Найвпливовіші люди, яких я зустрічаю,—це ті, хто є "виконавцями слова, а не слухачами самими" (Якова 1:22). Вони—це ті, хто дотримується завітів. Ними можете бути всі ви.

З нетерпінням чекаю побачити, які зміни ви зробите,

Elizabeth Stitt

ПОДІЛІТЬСЯ СВОЄЮ ІСТОРІЄЮ

Чи є у вас дивовижна історія, якою ви можете поділитися? Або, може, ви хочете бачити статті на певну тематику? Якщо так, ми хочемо почути це від вас! Надсилайте свої статті або відгуки на сайт **liahona.lds.org.**

ДОРОСЛІЙ МОЛОДІ

НАЙКРАЩА ПОРАДА ...

Доросла молодь ділиться найкращими порадами, які вони отримували стосовно того, як їм мати вплив:

"Будьте самими собою! Кожний з нас має світло, яким поділитися можемо тільки ми. Коли ми хочемо когось надихнути, підбадьорити і зробити яскравішим чиєсь життя у свій унікальний спосіб, наше світло сяє і направляє інших, щоб вони прославляли Бога. Не бійтеся сяяти!"
—Уітні Хендерсон, шт. Колорадо, США

"Живіть за євангелією Ісуса Христа, щоб люди запитували, чому ви відрізняєтеся від інших".
—Памела Кастільйо, Сан-Маркос, Гватемала

"Якби ми могли любити себе і своїх ближніх хоча б трішечки так, як Бог любить нас, тоді б ми мали впевненість і віру, щоб насправді робити те, що вимагається від нас".
—Семюель Уорд, шт. Айдахо, США

"Замість того щоб зосереджуватися на зміні всього світу, зосередьтеся на зміні вашого маленького куточка в ньому".
—Квінсі Хейслі, шт. Юта, США

*Яку найкращу пораду ви отримували щодо побачення з людиною, яка колись боролася з потягом до порнографії? Надсилайте свої відповіді на сайт **liahona.lds.org** до 28 лютого 2019 року.*

ПРО АВТОРІВ РУБРИКИ "ДЛЯ ДОРОСЛОЇ МОЛОДІ"

Ліз Стітт отримала ступінь бакалавра в галузі комунікацій і ступінь магістра управління бізнесом в Університеті штату Юта. Вона працює в галузі управління товарним виробництвом, але її улюблена робота—бути професійною тітонькою.

Мінді Селу є редактором журналу *Ліягона*. Вона також і дружина, любить котів і є матір'ю дівчаток-близнюків. Її улюблені заняття: фотографування, перегляд кінофільмів і складання довжелезних списків, що слід зробити.

Хезер Дж. Джонсон—автор і редактор. Вона любить кататися на водяних лижах, а взимку шукати пригод у горах. Їй подобається британська література, і вона дружелюбна у щоденному спілкуванні.

Кеті Сью Емблі вважає, що у світі повно прекрасних людей, чиїми історіями слід поділитися. Вона вивчає журналістику та іспанську мову, її мета #sharegoodness (ділитися добротою).

Лорі Фуллер є редактором журналу *Друг*. Вона любить знаходити нові музичні групи, слухати по радіо новини і готувати національні страви різних країн. Іноді вона пише статті.

У ЦЬОМУ РОЗДІЛІ

44 **Час для служіння**
Ліз Стітт

46 **Потужна сила, яка сприяє поширенню добра**
Мінді Селу

49 **Ви справді можете багато чого змінити**
Старійшина Едуардо Гаваррет

ТІЛЬКИ ОН-ЛАЙН

Не вистачає дня? Дізнайтеся, як найефективніше використовувати свій час
Хезер Дж. Джонсон

Служіння в малому
Кеті Емблі

Ви не знаєте того, чого не знаєте
Лорі Фуллер

Знайдіть ці статті та інші:

- На **liahona.lds.org**
- На **YA Weekly** (під "Young Adults" у Gospel Library)
- На **facebook.com/liahona**

ІЛЮСТРАЦІЇ ВІД GETTY IMAGES

Час для служіння

Ми, доросла молодь, мабуть маємо більше "вільного" часу, ніж вважаємо. Ось шість порад щодо того, як ви можете розширити коло свого впливу шляхом служіння.

Ліз Стітт

Кілька років тому я працювала повний робочий день, а ввечері навчалася, щоб здобути ступінь магістра з управління бізнесом. Коли я здобула свій ступінь, то захотіла скористатися "вільним" часом для чогось важливого.

Порада від професора, якому я довіряла, була простою і ясною: мені необхідно знайти можливості для служіння. Оскільки він знав мої обов'язки у Церкві, то запропонував вийти за межі звичного кола впливу.

Я почала з молитвою шукати, де потрібні мої навички й таланти і де я можу принести найбільше добра. Невдовзі я вийшла на громадський центр, якому потрібні були наставники для підліткових програм. Я почала працювати з дівчинкою-підлітком, яка була із сім'ї біженців із Сомалі. Кожного тижня ми вивчали читання, письмо і математику. Але крім того ми розвивали дружні стосунки й дізнавалися про культуру та мрії одна одної. Коли вона переїхала, мене призначили до іншої дівчинки. Її сім'я втекла з М'янмару, а вона виховувалася в таборі для біженців у Таїланді. Ми не лише навчалися, але і обговорювали труднощі її життя і те, як з ними справлятися.

Я знайшла багато інших можливостей різного застосування своїх навичок та служіння в громаді.

У багатьох з нас, дорослої молоді, відбуваються зміни в розподілі часу з різних причин: через переїзд, закінчення вузу або зміну роботи. Часто ми відчуваємо докори від Духа, що наші роки самотнього життя—це не лише "час очікування". Ми відчуваємо потребу знаходити вищу ціль і глибше значення.

Ми, ймовірно, маємо більше "вільного" часу, ніж вважаємо, тож, присвятивши якусь мить, щоб побачити, як можна скористатися тим часом, аби надихати інших, ми станемо благословенням для людей і для себе. Зрештою, служіння іншим—це те, як ми можемо виявляти любов до Бога і дотримуватися своїх завітів віддавати все, що маємо, Йому. ■

Автор живе в штаті Юта, США.

НИЖЧЕ НАВЕДЕНО КІЛЬКА ПІДКАЗОК, ЩО ДОПОМОЖУТЬ ВАМ РОЗШИРИТИ

КОЛО ВПЛИВУ:

Оцініть свій час.

Скористайтеся зошитом або планером, щоб відслідкувати, як ви витрачаєте свій час. Чи є у вас кілька додаткових годин незапланованого або марно витраченого часу? А може ви перевантажуєте себе? Зрозуміти, де у вас надлишок часу, так само важливо, як і зрозуміти, де вам, можливо, необхідно щось скоротити. Встановіть пріоритети і заплануйте час для служіння.

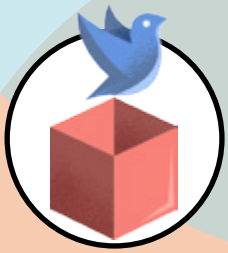
Оцініть свої навички.

Подумайте, що вам подобається робити або до чого у вас є схильність. Поміркуйте, як ви можете використовувати свої таланти і навички, щоб благословляти інших.

Моліться.

Просіть, щоб небеса скерували вас туди, де ви потрібні. Старійшина Джеффрі Р. Холланд, з Кворуму Дванадцятьох Апостолів, сказав: "Я знаю, що Бог ... допоможе вам і скерує вас, як учнів, у ваших милосердних діях, якщо ви старанно будете прагнути, і молитися, і шукати способи виконати заповідь, яку Він нам давав знову і знову" ("Хіба всі ми не є жебраками?", *Ліягона,* лист. 2014, с. 41).

Вийдіть із зони комфорту.

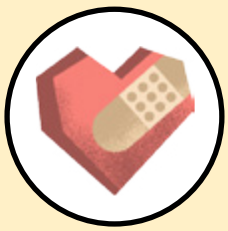


Коли я була наставницею, то спочатку мені було не комфортно працювати з підлітками або звикати до всіх аспектів наставництва. Але іноді головна робота полягала в тому, щоб надавати мотивацію та підбадьорення. Нам не потрібно бути досконалими, щоб впливати на оточення. У більшості випадків наш головний вплив полягає у нашій присутності в певному місці, здатності вислуховувати і розвивати довготермінові довірчі й стабільні стосунки.

Невпинно докладайте зусилля.

Багатьом організаціям або людям потрібні волонтери на постійній, регулярній основі—це більше, ніж організувати проект або зайти провідати.

Будьте терплячими.



Іноді я думаю: "Я не знаю, чи зможу це продовжувати. Це так стомлює. Чи є в цьому якась користь?" Але як тільки я починаю допомагати, моє серце змінюється. Рідко буває так, що після служіння я не почуваюся краще і не відчуваю спонукання повернутися. Однак якщо нагода виявляється надто обтяжливою, ви можете пошукати інші можливості або зробити перерву в служінні, аби ви могли давати те, що потрібно.

Потужна сила, яка сприяє поширенню добра

Ми всі можемо бути силою, що сприяє поширенню добра у світі, якою б великою або малою не була сфера нашого впливу.

Мінді Селу
Співробітник редакції церковних журналів

Все почалося з бурі в середині квітня. Це не так уже й незвично для Юти, та все ж притрушені снігом тюльпани на Храмовій площі не можна було залишити без уваги. Тож я створила обліковий запис в Instagram—той, на якому були не фото моїх котів (хоч вони й дуже милі), але фотографії храму.

Так почався рік щоденного розміщення постів (та ще кілька років не зовсім щоденних постів). Фотографування храму й розміщення зображень разом з цитатами провідників Церкви про храм стало чудовим способом розвивати таланти й поглиблювати вдячність за храм.

Але разом зі зростанням кількості людей, які дивилися мої послання, зростало розуміння того, що я маю можливість справляти позитивний вплив. Я не є впливовою людиною в соціальних медіа, але мені подобається думка, що мої зусилля десь когось змінюють.

Хоча життя напружене і швидке, ми всі можемо використовувати свої таланти, щоб благословляти інших і бути силою, яка сприяє поширенню добра. Адже "ми віримо, що ... повинні робити добро всім людям" (Уложення віри 1:13).

Я відстежила історії інших молодих людей, які намагаються бути силою, що сприяє поширенню добра у світі. Ось як вони змінюють світ.

Моліться, щоб мати милосердя

Kaveria ei jätetä. Фінською мовою це означає: "ніхто не забутий". Ця фраза йде своїм корінням до часів війни, але фіни й досі живуть за нею. Ці слова надихають робити добро 23-річного Ролле Рантаніемі з Уусімаа, Фінляндія.

"Я створив для себе правило: якщо я бачу самотню людину, я до неї підходжу за будь-яких обставин. Ніхто не повинен бути самотнім. В юності я був дуже самотнім у школі й у церкві—у мене зовсім не було друзів. Тож я знаю, як погано почуватися самотнім. Саме це я запозичив з фінської ментальності, що ніхто не повинен бути знехтуваним".

Його рушійною силою є знання про те, що стосунки можуть тривати й після цього життя. "Ось чому я вважаю, що найважливіше для нас—це зосередитися на самовдосконаленні. Бути хорошим прикладом, бути хорошою людиною, стати старанним і розвивати інші якості Христа. Ще одне—це розвивати стосунки, дружити з людьми, мати милосердя і любов та служити іншим".

Ролле впевнений, що вияв милосердя, подібного до Христового,—це наше найкраще знаряддя для поширення добра. "В Мороній 7:48 сказано, що нам треба молитися, аби мати милосердя. І я помітив, що коли роблю це кожного дня і прошу Небесного Батька помістити мене в такі ситуації, де я міг би послужити, то краще їх розпізнаю. Якщо ми справді відкриємо очі, то побачимо навколо можливості послужити, про які ми ніколи і не думали".

Навіть незначне має значення,—каже Ролле.— Якщо ви помічаєте незначні справи і виконуєте їх, то зможете справляти великий вплив".

Надихайте інших ставити високі цілі

23-річний Деніел Годой випромінює світло і доброту. Цим сповнені прийняті ним рішення Він є силою поширення добра лише своїм прикладом.

Будучи єдиною дитиною, яка виросла в маленькому містечку неподалік Сантьяго, Чилі, в дитинстві він бачив відданість своїх батьків у служінні та в євангелії. Деніел був першим у своєму колі, хто поїхав на місію у 18 років, коли було змінено вік початку служіння на місії, цим надихнувши юнаків також підготуватися піти на служіння раніше. Після місії в Колумбії він був першим у своєму містечку, хто поїхав зі своєї країни, щоб здобути вищу освіту. Його бажання надихнуло інших отримувати освіту. "Певним чином я надихнув їх ставити вищі цілі,—каже він.— Було дивовижно дізнатися про те, як маленький крок, зроблений мною, допоміг надихнути інших людей".

Здобуття освіти в США—це також ключ до здійснення планів Деніела допомагати іншим та чинити добро в майбутньому. "Моя довготермінова мета—повернутися до Чилі й допомагати людям там—служити їм. Я приїхав сюди, бо я знаю, що можу отримати можливості, завдяки яким зможу допомагати людям також і в Чилі".

Та все ж Деніел каже: "Я не досконалий. Однак намагаюся робити все якнайкраще, і я відчуваю, що це буде надихати інших та спонукатиме їх не зупинятися, а йти вперед".

Виявляти Божу любов

Здобувши ступінь соціального працівника, 27-річна Кейтлін Рай з Каліфонії, США, не змогла знайти себе в цій сфері, однак відчула потяг до гуманітарної роботи. Вона бачила, як рука Бога скеровувала "кожен крок на шляху", завдяки чому вона тепер є директором неприбуткової організації, мета якої—боротьба з бідністю в усьому світі.

Кейтлін працювала з біженцями в Греції та жертвами насильства в Непалі, які, за її словами, "пережили найгірші моменти свого життя. Я не можу зробити багато, коли бачуся з ними. Я не можу змінити уряд або політику, але є те, що я можу—любити їх". І з ким би вона не була—вона бачить, як важливо людям відчувати Божу любов. "Якщо я можу допомагати в цьому, то відчуватиму, що зробила багато важливої роботи і що Бог мною задоволений".

Її досвід допомагає бачити проблеми інших людей під більш широким кутом зору. "Ми, доросла молодь, можемо легко зануритися у власні справи,—каже вона.— Ми настільки поглинуті питаннями: "Як там моя робота?", і "А що там з навчанням?", або "Як мені знайти вічного супутника?" Усе це хороші питання, але якщо ми спроможемося вийти за межі власних інтересів, то, думаю, знайдемо те, що справді шукаємо.

Якщо ми просто будемо сильно відчувати Духа, Бог буде нас вести і скеровувати, а потім ми зможемо зробити все добро, на яке спроможні,—каже Кейтлін.— Я думаю, що кожен хоче робити добро, навіть якщо це лише у своєму місті або в своїй сім'ї. Кожна дрібниця: підбадьорююче слово другові або підтримка члена сім'ї—сама наявність тих непомітних моментів, коли ви знаєте, що саме цього Бог чекав від вас у цю мить,—справляє величезний вплив на ваше життя і на життя інших людей".

Ваш вплив

Вам не потрібно зараз іти і братися за побудову притулку для сиріт, аби зробити якесь добро у світі. Вам не потрібно реєструвати обліковий запис в Instagram для розміщення фотографій храму або стати директором неприбуткової організації. Однак ви можете подумати про те, як скористатися *своїми* унікальними талантами, щоб стати силою поширення добра.

Я дійсно вірю, що ці слова президента Томаса С. Монсона (1927–2018), звернені до жінок у Церкві, також чудово підходять дорослій молоді: "Ви—могутня сила на добро, одна з найпотужніших в усьому світі. Ваш вплив поширюється не лише на вас і ваші сім'ї, але на багатьох людей на землі" ("Керуйтеся трьома цілями", *Ліягона,* лист. 2007, с. 120). Тож продовжуєте робити добро—все, на яке ви спроможні. Ваш вплив поширюватиметься далі, ніж ви думаєте. І разом ми будемо тією потужною силою поширення добра. ■

Читайте ще три надихаючі історії про молодих людей, які є силою, що сприяє поширенню добра у світі, у повній версії цієї статті на сайті liahona.lds.org.

Старійшина Едуардо Гаваррет
Сімдесятник

ВИ НАСПРАВДІ МОЖЕТЕ **БАГАТО ЧОГО ЗМІНИТИ**

Хочу сказати вам, що герої й героїні теперішнього часу, знаходяться тут. І це ви. Я впевнений, що сила, енергія, які необхідні, щоб змінити щось, і породити те, що називається силою однієї людини, силою діяти, силою говорити, основуючись на знанні євангелії, а отже сприяти зміні, знаходиться тут; вона в кожному з вас.

Чи не є всі ми героями нашого доземного життя? Всі ми протидіяли Люциферу і його плану. Ми народилися переможцями, і належимо до команди, яка переможе в битві. Тепер, маючи це знання, ми повинні прийняти рішення піднятися над своїми слабкостями і рухатися вперед, дивлячись на Того, Хто спасає нас.

На ставайте на шлях посередності, який супроводжується самовдоволенням і байдужістю. Рішуче намагайтеся відрізнятися; використовуйте силу, яка знаходиться в вас, і змінюйте світ.

Є багато благородних справ, за які слід боротися. Будьте одним або однією з тих, хто прокладає шлях і змінює світ. Пам'ятайте—ви переможець. Народжені переможцем. Ви насправді можете багато чого змінити.

Виберіть благородну справу Господа, за яку слід боротися, і використовуйте свою енергію. Є люди, які потребують допомоги, руки, які треба підтримати, ослаблі коліна, які треба зміцнити, поневолені, яких треба відвідати і спасти, голодні, яких потрібно нагодувати, нагі, яких потрібно вдягти, і хворі, яких треба зцілити. Здійміть свій голос. Будьте вірні собі і віддані своїй місії.

"Ви—"надія Ізраїля". Небеса дивляться на вас, а світ чекає на вас"[1].

Складіть з Ним, нашим Спасителем, свій власний завіт, і скажіть: "А я та дім мій будемо служити Господеві" (Ісус Навин 24:15). Якщо ви чинитимете так, інші люди теж отримають благословення. ■

З виступу "... А я та дім мій будемо служити Господеві", виголошеному на духовному вечорі в Університеті Бригама Янга–Айдахо, 16 травня 2017 року.

ПОСИЛАННЯ

1. Orson F. Whitney, *Contributor,* July 1888, 301.

ВАШ ДОСВІД В ЦПМ

Ви хочете, щоб у вас була дивовижна місія? У центрі підготовки місіонерів вас навчать, як цього досягнути.

Джошуа Дж. Перкі
Співробітник редакції церковних журналів

Уявіть собі, що сьогодні ви нарешті отримали своє покликання на місію. У ньому буде вказано, де саме ви будете служити, мову в тій місії та дату початку вашого служіння. І, вірогідно, саме на цю дату ви прибудете в один з 13 існуючих у світі центрів підготовки місіонерів (ЦПМ).

Яким же буде ваш досвід в ЦПМ? Давайте з'ясуємо.

ВАШ ПЕРШИЙ ДЕНЬ

Якщо ви не живете настільки близько до ЦПМ, щоб доїхати до нього машиною, Церква організує вашу поїздку.

У ЦПМ у Прово, шт. Юта, США, місіонери і штатні працівники направлять вас до місця паркування, де ви попрощаєтеся зі своєю сім'єю, зустрінетеся з місіонерами, які представляють приймаючу сторону, а потім зареєструєтесь. Місіонери, які представляють приймаючу сторону, тобто місіонери, які вже пробули в ЦПМ вже кілька тижнів, стануть вашими гідами після вашого прибуття. Поки ви будете отримувати свої іменні таблички й знайдете свою класну кімнату, вони віднесуть ваші валізи у місце вашого проживання.

МОЛОДІ

У ЦЬОМУ РОЗДІЛІ

58 **Чи поїдете ви?**
Старійшина Девід Ф. Еванс

61 **Допомога Кену**
Іфреїм Онг

62 **Запитання і відповіді:**
Я постійно піддаюся тим самим спокусам. Як мені здолати ці гріхи?

64 **Останнє слово: Святий останніх днів не припиняє намагань**
Старійшина Дейл Г. Ренлунд

ЦПМ У ПРОВО

ЦПМ У ПЕРУ

ЦПМ У ГВАТЕМАЛІ

ЦПМ У ПРОВО

"Усі дуже приємні. Неважливо, з вашого вони округу чи це місіонер, якого ви випадково зустріли,—кожний готовий допомогти вам",—каже сестра Хенкс, вона одна з тих дев'яти місіонерів, з якими ми провели інтерв'ю в ЦПМ у Прово і які вивчають китайську мову. Місіонери з їхнього округу будуть служити на Тайвані, у Канаді та Каліфорнії, США.

Сестра Прествіч каже: "Це було найкращим з усього, що будь-коли було—знати, що ти нарешті тут і що ти нарешті берешся за цю прекрасну справу, яку, як ти знаєш, тебе попросили зробити".

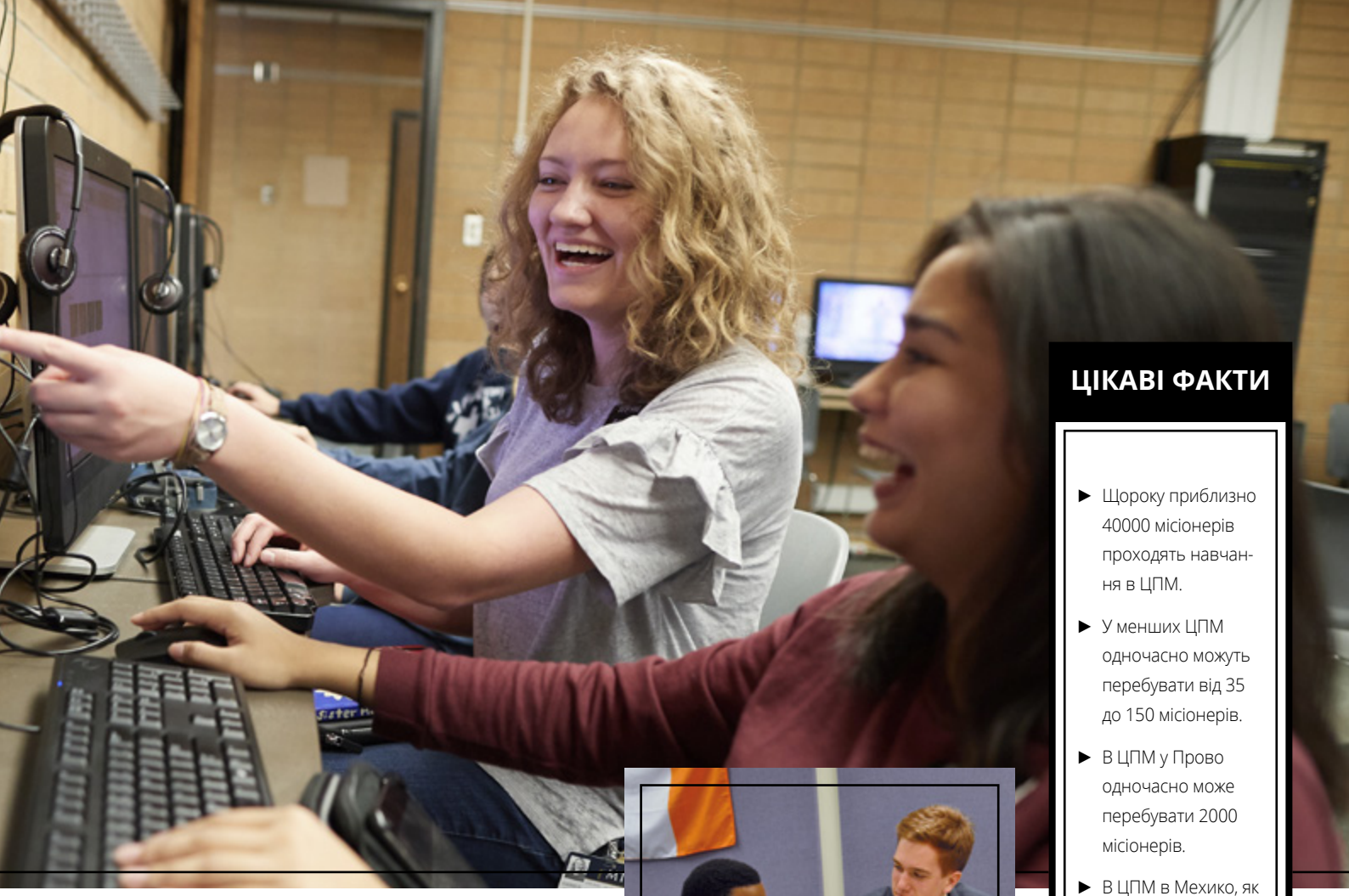
ВАШ ПЕРШИЙ УРОК

Коли ви прибуваєте в ЦПМ, навчання там розпочинається швидко. У перший день ви прийдете у свою класну кімнату й почнете навчатися й практикуватися, як навчати євангелії.

Сестра Сінглтон каже: "Ми увійшли у свою класну кімнату, а там усі старші люди з нашої зони розмовляли китайською і наші вчителі розмовляли китайською".

Старійшина Адамс каже: "Знадобився певний час, але як тільки ви починаєте розуміти, як навчатися ефективно, ваше навчання надзвичайно прискорюється. Це був просто позитивний цикл постійного зростання знань".

Навчальні матеріали абсолютно однакові в усіх ЦПМ. У менших ЦПМ з вами будуть проводити співбесіди, вас будуть навчати і з вами будуть багато спілкуватися президент ЦПМ та його дружина. Коли члени Кворуму Дванадцятьох Апостолів виступають на духовному заході в ЦПМ у Прово, цей захід транслюється в інші ЦПМ.



ЦПМ В АНГЛІЇ

ЦПМ У БРАЗИЛІЇ

ЦПМ НА ФІЛІППІНАХ

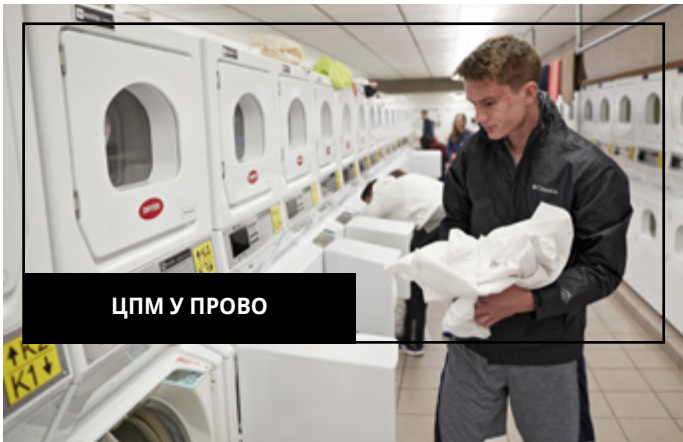
ЦІКАВІ ФАКТИ

- Щороку приблизно 40000 місіонерів проходять навчання в ЦПМ.
- У менших ЦПМ одночасно можуть перебувати від 35 до 150 місіонерів.
- В ЦПМ у Прово одночасно може перебувати 2000 місіонерів.
- В ЦПМ в Мехико, як правило, перебуває кілька сотень місіонерів, але він здатний прийняти 1200 місіонерів.
- Усього в різних ЦПМ навчають 58-ма мовами.
- Місіонери, які не вивчають нову для них мову, проводять в ЦПМ три тижні.
- Місіонери, які вивчають нову для себе мову, проводять в ЦПМ від шести до дев'яти тижнів.

ЦПМ В ГАНІ

ЦПМ В КОЛУМБІЇ

ЦПМ У БРАЗИЛІЇ



ЦПМ У ПРОВО

ВАША НОВА ФІЛІЯ

У більших ЦПМ місіонери призначаються до якоїсь філії; вона має президентство філії (місцеві носії Мелхиседекового священства, які покликані служити в цьому ЦПМ). Вони зустрічаються зі своєю філією для причасних зборів у неділю. У менших ЦПМ місіонери зустрічаються разом під керівництвом президентства ЦПМ.

У більших ЦПМ кожний місіонер призначається до якоїсь зони, в яку входять кілька округів. Це така сама організація, яка буде у місіонерів на місці їхнього служіння. В ЦПМ в округах може бути лише одна пара місіонерів або п'ять чи шість пар. У зони можуть входити два округи або шість округів. Така організація допомагає у тренуванні й навчанні. Члени президентств ЦПМ і філій та їхні дружини також надають поради та підтримку місіонерам, коли ті пристосовуються до місіонерського життя.

ВАШ ТИЖНЕВИЙ РОЗПОРЯДОК

Місіонери сплять у кімнатах, призначених для них та їхніх напарників, а також для інших місіонерів; як правило, у кімнаті живе четверо. Щодня у них є час для фізичних вправ (за винятком неділі), час для планування та для прийому їжі. Дуже багато часу вони проводять у класній кімнаті, де їх вчать, як навчати євангелії, навчають мові (якщо потрібно), вчать, як знаходити людей для навчання, як навчати Духом і як планувати свій час. Забезпечити таке навчання, тобто розширити ваше розуміння євангелії і навчити, як ефективно ділитися євангельським посланням з іншими, і є основним призначенням ЦПМ. Вашими вчителями будуть колишні місіонери, які знають, як допомогти вам розвинути потрібні місіонерські навички. Розпорядок дня напружений, але й дає результати.

Старійшина Джексон каже: "До того як приїхати сюди, я думав, що це може буде важко, навіть майже жахливо. Але це просто весело. Я просто у захваті. Ми і веселимося, і старанно працюємо".

У місіонерів також є нагоди для служіння, є і день підготовки. Цей день призначений, щоб їм попрати, прибрати у своїх кімнатах і написати додому. У цей день місіонери також можуть відвідувати храм.

У неділю місіонери відвідують церкву разом зі своїми товаришами-місіонерами. Їх можуть попросити виступити на причасних зборах і навчати на зборах носіїв священства чи у Товаристві допомоги. Старійшини беруть участь у благословенні та рознесенні причастя. Крім регулярних церковних зборів, місіонери також беруть участь у зборах округу, проходять співбесіди з членами президентства їхнього ЦПМ чи філії, переглядають церковні медіа, мають бесіди зі своїми напарниками і самостійно навчаються. Для місіонерів, призначених служити провідниками зони, округу, і сестер, які навчають інших сетер, у неділю також проводяться збори для навчання провідництва.

Хоч щоденний розклад місіонерів і чітко визначений, у них є й вільний час. Сестра Хенкс каже, що вона відчуває відповідальність за те, щоб проводити свій час правильно: "Ви самі вирішуєте, як правильно проводити свій час. Від вас залежить, як ви використовуєте Божий час".

ВАШ ПЕРШИЙ НАПАРНИК

Пристосування до місіонерського життя може бути нелегкою справою через те, що є туга за домівкою, інша їжа, труднощі в навчанні. Чудове джерело—церковний матеріал *Adjusting to Missionary Life (Пристосування до місіонерського життя)*, який є у надрукованому вигляді, он-лайн на сайті LDS.org, а також у додатку "Євангельська бібліотека".

Серед найскладнішого у пристосуванні до місіонерського життя—це те, що ти перебуваєш з напарником увесь час. Він чи вона можуть бути з іншої країни, говорити іншою мовою або мати інше бачення того, як вам разом виконувати місіонерську роботу. Місіонери мають навчитися почувати себе зручно, проводячи так багато часу з іншою людиною. І вони мають навчитися, як їм навчати разом. Старійшина Джуілфс згадує: "У нас був один урок, який справді був нікудишнім. У нас були різні ідеї, і ми не погоджувалися один з одним. Але ми дізналися, як це важливо—навчати у напарництві й ділитися ідеями, які приходять".

Як ви пристосовуєтеся в цьому? З любов'ю, смиренням і спілкуючись. Старійшина Лі пояснює: "Є таке оцінювання напарництва, коли ви виділяєте час, щоб проаналізувати день або тиждень, аби зрозуміти свого напарника, як він щось робить, і вирішити, що ви можете зробити, аби допомогти цій іншій людині, а потім вам разом розвиватися далі".

Коли стараєтеся служити й виявляти доброту до свого напарника, то ви також дізнаєтеся про силу єдності. Старійшина Шо каже: "Вам слід трохи забути про себе й зосереджуватися на своєму напарництві—як на команді. Коли вам вдається досягнути такої єдності, то це дуже сильно, це просто дивовижно".

ВИ МОЖЕТЕ СКУЧАТИ ЗА РІДНОЮ ДОМІВКОЮ

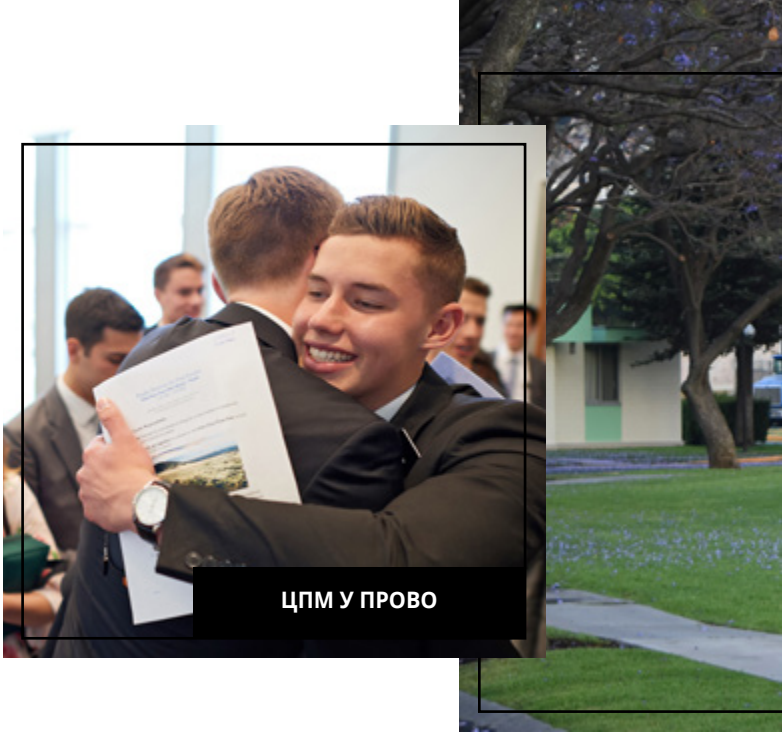
Як новоприбулий в ЦПМ місіонер, ви можете відчувати стрес через працю і віддаленість від рідної домівки. Сестра Саліва каже: “Це нормально—у перші кілька днів скучати за своєю домівкою. А потім стає легше, бо ми знаходимо втішення одне в одного, втішають також і наші провідники. Мені допомагає зосередженість на навчанні. Я все ще скучаю за своєю сім’єю, але зосереджуюся на цій роботі”.

Це нормально—відчувати стрес, і це нормально відчувати підйоми і спади настрою. Старійшина Джуілфс каже: “Іноді у вас бувають справді чудові дні, а іноді, з якихось причин, до вас приходитиме легкий смуток. Але ви просто оцініть ситуацію і нагадайте собі: “Я вивчаю це не для себе; я вивчаю це для тих, кого буду навчати. Якщо я буду старатися якнайкраще, у мене все вийде”.

Але є й чудова система підтримки, це, зокрема, тренери, провідники і ваш напарник. Сестра Сінглтон каже: “Одного разу я ніяк не могла справитися з уроком і неначе все навалилося на мене. Та я поговорила зі своєю напарницею, і ми пішли трішки прогулятися. Мені допомогло те, що я поговорила з нею і трохи поплакала. Зосереджуватися на роботі й мати позитивне ставлення—ось що дуже допомагає”.

ВИ ЗАЛИШИТЕ ЦПМ ПІДГОТОВЛЕНИМИ

Якими б не були ваші особисті обставини, якщо ви приїдете в ЦПМ з відкритим серцем і готовністю навчатися, вірячи в те, що Господь буде підтримувати вас, то ЦПМ стане чудовою навчальною базою для вашого місіонерського служіння. Ваше свідчення зміцниться, ви навчитеся спілкуватися з людьми й любити тих, кого навчатимете, і тих, з ким служитимете, та засвоїте мову Духа. Ви також поглибите своє розуміння євангелії і навчитеся, як навчати їй більш ефективно і як пристосовуватися до різних обставин та труднощів. Коли для вас настане час вирушати на свою місію, у вас буде більше впевненості в собі і в Господі. ■



Прово
ШТ. ЮТА

МІСЦЯ СЛУЖІННЯ:
по всьому світу

МОВИ НАВЧАННЯ:
57
різних мов

ЩОРІЧНА КІЛЬКІСТЬ МІСІОНЕРІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ:
20515

Буенос-Айрес
АРГЕНТИНА

МІСЦЯ СЛУЖІННЯ:
Аргентина, Парагвай, Уругвай, Чилі

МОВА НАВЧАННЯ:
іспанська

ЩОРІЧНА КІЛЬКІСТЬ МІСІОНЕРІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ:
1180

Мехіко
МЕКСИКА

МІСЦЯ СЛУЖІННЯ:
Мексика, інші країни Північної, Центральної та Південної Америки

МОВА НАВЧАННЯ:
іспанська

ЩОРІЧНА КІЛЬКІСТЬ МІСІОНЕРІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ:
4848

Престон
АНГЛІЯ

МІСЦЯ СЛУЖІННЯ:
Європа

МОВИ НАВЧАННЯ:
англійська, грецька, іспанська, італійська, німецька, російська, французька

ЩОРІЧНА КІЛЬКІСТЬ МІСІОНЕРІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ:
785

ЦПМ У МЕХИКО

Сан-Паулу
БРАЗИЛІЯ

МІСЦЯ СЛУЖІННЯ:
Ангола, Бразилія, Кабо-Верде, Мозамбік

МОВИ НАВЧАННЯ:
іспанська, португальська

ЩОРІЧНА КІЛЬКІСТЬ МІСІОНЕРІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ:
3285

Богота
КОЛУМБІЯ

МІСЦЯ СЛУЖІННЯ:
Венесуела, Еквадор, Колумбія

МОВА НАВЧАННЯ:
іспанська

ЩОРІЧНА КІЛЬКІСТЬ МІСІОНЕРІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ:
3434

Ліма
ПЕРУ

МІСЦЯ СЛУЖІННЯ:
Болівія, Перу

МОВА НАВЧАННЯ:
іспанська

ЩОРІЧНА КІЛЬКІСТЬ МІСІОНЕРІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ:
1634

Гватемала
ГВАТЕМАЛА

МІСЦЯ СЛУЖІННЯ:
Гватемала, Гондурас, Коста-Ріка, Нікарагуа, Панама, Сальвадор

МОВИ НАВЧАННЯ:
іспанська, кекчі

ЩОРІЧНА КІЛЬКІСТЬ МІСІОНЕРІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ:
1599

Аккра
ГАНА

МІСЦЯ СЛУЖІННЯ:
Демократична Республіка Конго, Західна Африка, Мадагаскар

МОВИ НАВЧАННЯ:
англійська, французька

ЩОРІЧНА КІЛЬКІСТЬ МІСІОНЕРІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ:
1740

Йоганнесбург
ПІВДЕННА АФРИКА

МІСЦЯ СЛУЖІННЯ:
Зімбабве, Кенія, Мадагаскар, ПАР

МОВА НАВЧАННЯ:
англійська

ЩОРІЧНА КІЛЬКІСТЬ МІСІОНЕРІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ:
376

Окленд
НОВА ЗЕЛАНДІЯ

МІСЦЯ СЛУЖІННЯ:
Австралія, Фіджі, Нова Зеландія, Папуа—Нова Гвінея, Самоа, Таїті, Тонга

МОВИ НАВЧАННЯ:
англійська, самоанська, тонганська, французька

ЩОРІЧНА КІЛЬКІСТЬ МІСІОНЕРІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ:
2302

Маніла
ФІЛІППІНИ

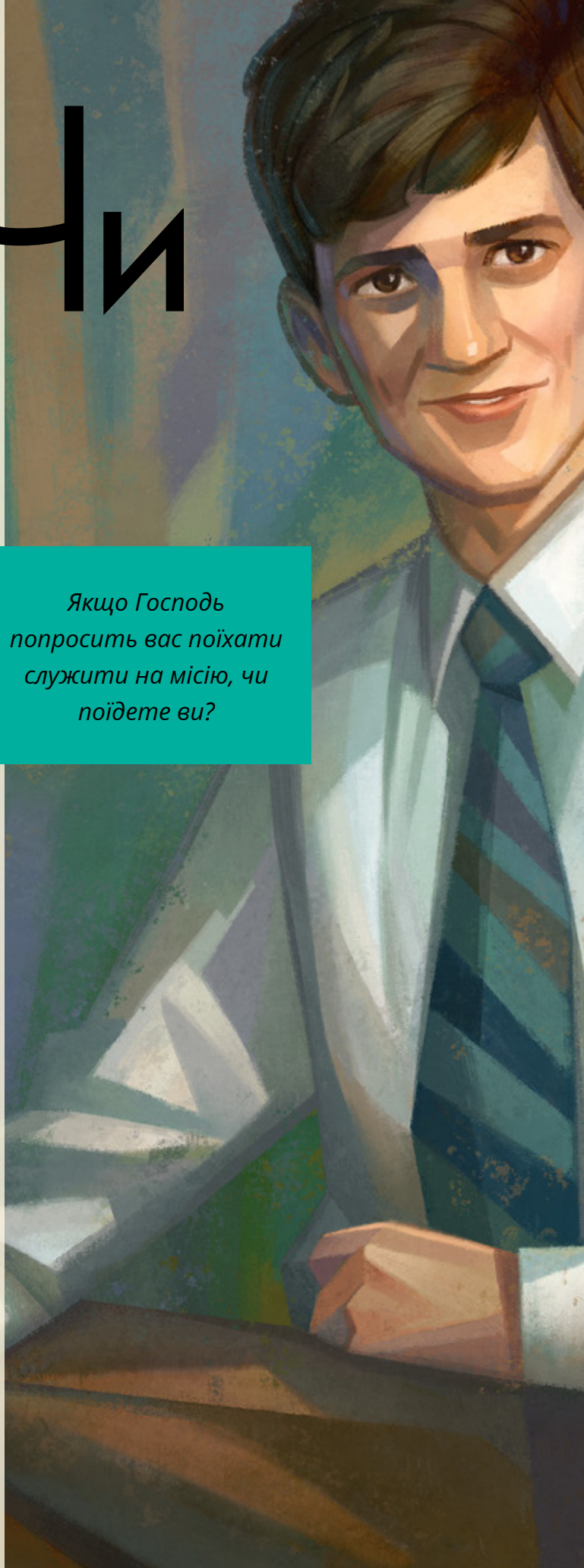
МІСЦЯ СЛУЖІННЯ:
Азія

МОВИ НАВЧАННЯ:
англійська, в'єтнамська, індонезійська, китайська, кхмерська, монгольська, себуано, тагальська, тайська, урду,

ЩОРІЧНА КІЛЬКІСТЬ МІСІОНЕРІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ:
2343

Старійшина Девід Ф. Еванс
Сімдесятник

Чи



Якщо Господь попросить вас поїхати служити на місію, чи поїдете ви?

Мої роки навчання у старших класах і перший рік у коледжі припали на в'єтнамську війну. На час, коли я почав навчатися у коледжі, Церква уклала договір з урядом США стосовно того, скільки місіонерів вона може посилати служити на місії. Цей договір полягав у тому, що кожний приход міг посилати лише двох місіонерів на рік, а решту молодих людей не можна було покликали на місію і вони могли підлягати призову в армію. Незважаючи на те, що все своє життя я хотів служити на місії, здавалося дуже маловірогідним, що я зможу на неї поїхати.

Восени 1969 р. я вступив до Університету штату Юта. Наприкінці січня 1970 р. я зустрів мою майбутню дружину, почав ходити з нею на побачення, а навесні ми вже закохалися одне в одного.

Дзвонив єпископ

Одного дня, десь після обіду, я повернувся додому і моя мати сказала мені: "Девіде, дзвонив єпископ. Він хоче зустрітися з тобою".

Я відповів: "Я зайнятий".

Мати глянула на мене і сказала: "Якщо ти надто зайнятий, щоб піти на зустріч з єпископом, то зніми слухавку, подзвони йому і так йому й скажи".

Я знав, що я не був *такий вже й* зайнятий, тому все ж пішов на зустріч зі своїм єпископом в його офісі. Він сидів за своїм столом, незвично пустим. Я б відразу міг сказати, що то мала бути зовсім не співбесіда, як я було подумав.

"Девіде,—сказав він,—в одному з приходів не можуть використати одне з їхніх місіонерських місць. У нас з'явилася можливість послати на одного місіонера більше. Як єпископат, ми відчули, що треба запитати у Небесного Батька, чи є хтось, хто повинен поїхати прямо тепер. І ось, що я хочу сказати тобі: тепер—це той час, коли Господь хоче, щоб ти служив на своїй місії".

Сказане ним мене приголомшило. Я ж думав, що через війну і квоту я ніколи не зможу поїхати на місію. Я запитав, чи є у мене трохи

ІЛЮСТРАЦІЯ БЕНА САЙМОНСЕНА

поїдете ви?

часу, щоб подумати. Він спитав, скільки часу мені потрібно, і я відповів, що приблизно з тиждень.

На цьому наша бесіда й закінчилась, я вийшов—усе ще приголомшений—і пішов до своєї машини. Я почав їхати навкруг Солт-Лейк-Сіті, щоб почекати, поки настане вечір.

Рішення служити

А через кілька хвилин я розвернувся й поїхав до церкви, припаркував машину і знову пішов в офіс єпископа. Він так і сидів там за абсолютно пустим своїм столом.

Я поглянув на нього і спитав: "Єпископе, що ви робите?"

Він по-доброму відповів: "Чекаю тебе".

І я твердо сказав: " Якщо тепер—це той час, коли Господь хоче, щоб я служив на місії, я, звичайно ж, служитиму".

Коли я прийшла додому, моя мати була на кухні. Я боявся, що коли розкажу про все, що я відчував, то розплачусь. Тому я й сказав: "Мамо, я не можу зараз про це говорити, але ти маєш знати, що я збираюся поїхати на місію, і я збираюся зробити це скоро".

Уже пізніше того дня я поговорив про своє рішення з батьком. Він дав мені найдобрішу, найбільш підбадьорливу пораду. Потім я зустрівся зі своєю подругою (тепер вона моя дружина) і розказав їй про своє рішення. Ми ходили, розмовляли, плакали і знову розмовляли. Але ні в неї, ні в мене не було жодних сумнівів. Якщо я можу поїхати, я повинен поїхати і я поїду.

У серпні я отримав покликання служити в Японії, а 10 жовтня 1970 р. я відбув на свою місію.

Коли Господь покликає, чи поїдете ви?

У 24 розділі книги Алми недавно навернені Анті-Нефій-Легії дали обіцяння ніколи більше не проливати кров. Коли їхні вороги прийшли, щоб напасти на них, вони готові були радше померти, ніж порушити своє обіцяння. Потім, у розділі 27, Аммон пропонує цареві,

щоб він та його народ пішли зі своїх земель і приєдналися до нефійців, але цар відмовився зробити це, вважаючи, що нефійці не приймуть їх (див. Алма 27:3–6). Аммон запитує царя: "Я піду і спитаю в Господа, і якщо Він скаже нам піти ... , чи підете ви?" (Алма 27:7). Цар Анті-Нефій-Легіїв відповів: "Спитай у Господа, і якщо Він скаже нам іти, ми підемо; інакше ми загинемо на цій землі" (Алма 27:10). Аммон спитав, і Господь наказав їм піти. Анті-Нефій-Легії пішли без вагань.

Упродовж вашого життя Господь буде просити вас "піти". Якщо Він попросить, то чи підете ви? Ви підете тоді, коли Він просить вас зробити це? Я знаю з власного досвіду, що духовне зростання і благословення, які ми маємо у своєму житті, по суті, залежать від нашого рішення відповісти, коли Господь кличе. Президент Рассел М. Нельсон сказав: "Кожний день—це день для прийняття рішень. І наші рішення впливають на нашу долю" ("Рішення для вічності", *Ліягона,* лист. 2013, с. 108).

Під час місії в Японії у мене була можливість навчати євангелії людей, яких я полюбив. У 1998 році, через 26 років після закінчення моєї місії, я був покликаний служити президентом місії в Японії. Цього разу я був в іншій місцевості, але знову зустрів людей, яких любив, і які полюбили мене. Уся моя сім'я мала нагоду взяти участь у цій дивовижній справі—побудові Господньої Церкви в Японії.

Через кілька років після того, як ми з дружиною повернулися з нашої місії додому, Президент Гордон Б. Хінклі (1910–2008) попросив нас зустрітися з ним. Під час тієї зустрічі він запропонував мені прийняти покликання служити в якості генерального авторитета. Він нагадав про мій досвід, який я отримав молодим місіонером, а потім президентом місії, і сказав нам, що хоч є багато людей, які гідні стати генеральними авторитетами, Господь хотів би покликати саме мене завдяки здобутому мною раніше досвіду й попереднім рішенням.

Радьтеся зі своїми батьками, радьтеся зі своїми єпископами і радьтеся у молитві з Господом.

Якщо ви знаєте, що саме тепер треба їхати, то повинні їхати.

Оскільки Президент Томас С. Монсон оголосив про зміну щодо віку, в якому можна покликати на місію, молодих людей попросили радитися з їхніми батьками, радитися з їхніми єпископами і радитися у молитві з Господом. Якщо ви знаєте, що саме тепер треба їхати, то повинні їхати. Якщо у вас є терпіння і ви виявляєте віру, я знаю, що Господь дасть вам знати Свою волю.

Я свідчу, що коли ви підкоряєтеся волі Господа, ви будете благословенні аж надмір. ■

ДОПОМОГА КЕНУ

Іфреїм Онг

Коли мені було 16 років, я переїхав на територію Тайванського приходу. Кен, 13-річний хлопець, тоді щойно христився. Але невдовзі після свого хрищення Кен майже ніколи не відвідував церкву. Я дуже хотів допомогти Кену повернутися до церкви. Я запрошував його відвідати кілька церковних заходів. Кен грав у баскетбол під час Спільних заходів і долучився до хору молоді. Разом із своєю сестрою, Ліндою, він також почав відвідувати безкоштовні уроки англійської мови, які викладали моя сім'я і місіонери. Невдовзі Лінда також почала відвідувати заходи для молоді. Я бачив, як нам допомагає Божа рука.

Сім'я Кена запитала, чому моя сім'я намагалась допомагати Кену і Лінді. Ми відповіли їм, що євангелія принесла нам велику радість, і ми дуже хотіли, щоб інші люди знайшли ту саму радість і спокій, що йдуть від Спасителя.

Господня рука направляла мене в моїх намаганнях послужити.

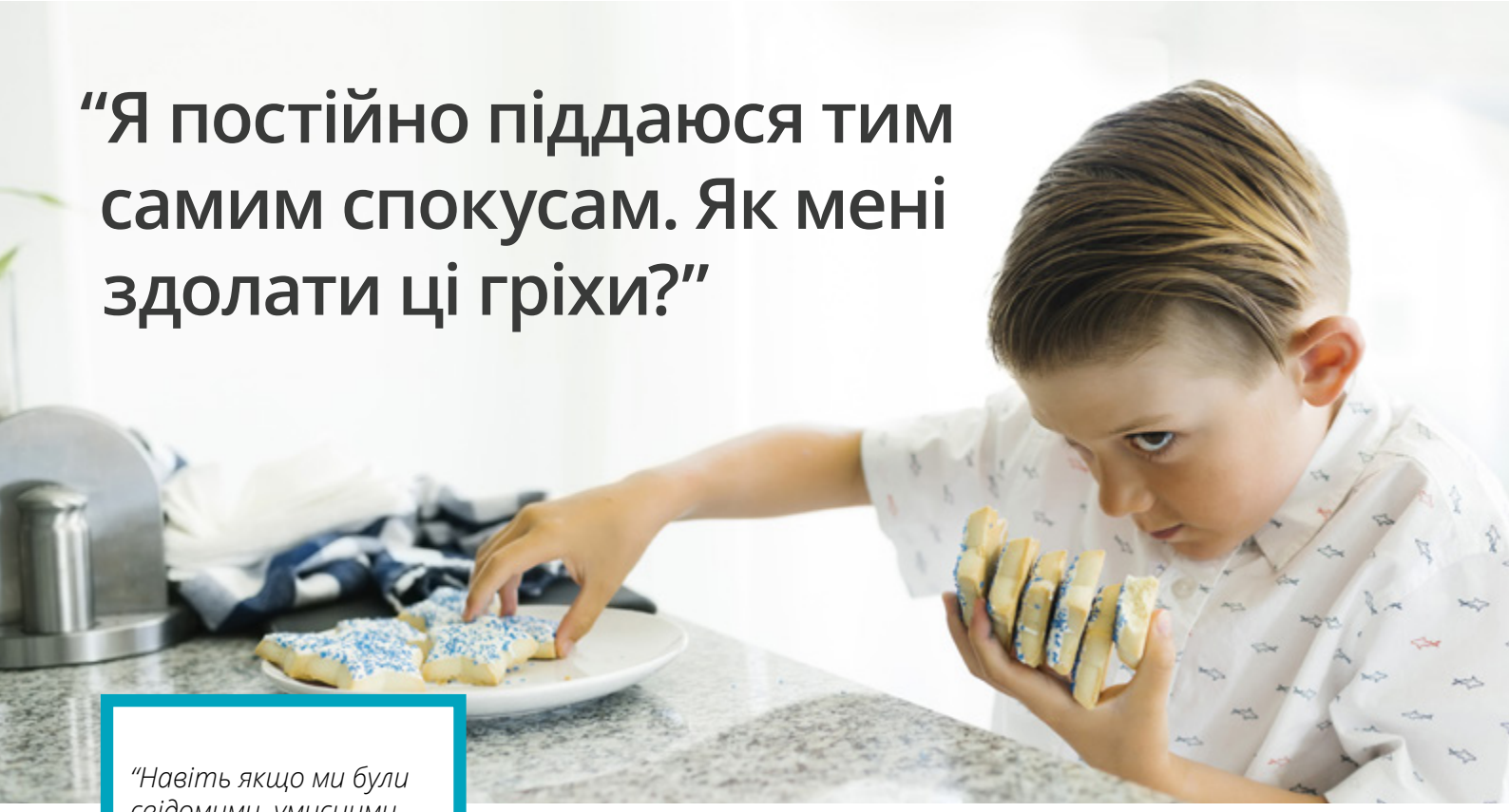
Пізніше Лінда і Кен прийняли наше запрошення відвідувати Церкву. Лінда прийшла і їй дуже сподобалося. Однак Кен захворів, і коли я молився, щоб дізнатися, що я можу зробити, щоб допомогти йому, то відчув натхнення, що ми маємо віднести йому причастя. Отримавши дозвіл єпископа, наша сім'я пішла до нього додому, і разом зі своїм братом я благословив для нього причастя. Ми також поговорили з його сім'єю. Я відчував спокій.

Наша сім'я помолилась за Кена, і всі ми відчуваємо любов до Кена і його сім'ї. Молодь і дорослі в нашому приході й колі продовжують товаришувати з Кеном і Ліндою. Спільні зусилля служіння членів Церкви допомагають Кену і Лінді відчувати любов Спасителя. Цей досвід щодо намагань служити так, як служив Спаситель, принесли велику радість у моє життя. Служіння—це робота Господа, а оскільки це Його робота, Його рука направлятиме наші зусилля зі служіння. ■

Автор живе на Тайвані.

ІЛЮСТРАЦІЯ ЛІСКА ФЕНГА

“Я постійно піддаюся тим самим спокусам. Як мені здолати ці гріхи?”



“Навіть якщо ми були свідомими, умисними грішниками або неодноразово зазнавали невдач і розчарувань, у той момент, коли ми вирішуємо спробувати знов, нам може допомогти Христова Спокута. ...

Коли ми намагаємося, виявляємо наполегливість і допомагаємо іншим чинити так само, тоді ми справжні святі останніх днів. У міру того, як ми змінюємося, ми пізнаємо, що Бог дійсно піклується набагато більше про те, ким ми є і ким ми стаємо, ніж про те, ким ми колись були”.

Старійшина Дейл Г. Ренлунд, з Кворуму Дванадцятьох Апостолів, “Святі останніх днів не припиняють намагань”, квітнева генеральна конференція 2015 р.

Віддаляйтеся від джерела спокус

Якщо таким джерелом спокуси є ваш телефон, намагайтеся позбавитися його, або попросіть своїх батьків установити в ньому певні обмеження. Або, якщо ваші друзі спокушають вас, знайдіть хороших друзів, і намагайтеся бути в оточенні хороших людей, які допомагатимуть завжди відчувати Духа. Якщо Дух з вами і ви в оточенні хороших друзів, тоді легше протистояти спокусам. Спокуси приходять до всіх, але коли ми протистоїмо їм, то з нами все буде гаразд.

Колтен Б., 17 років, провінція Альберта, Канада

Часто моліться

Я є наверненою, і у мене були сильні спокуси, оскільки я жила не за тими звичаями, які прийняті в Церкві. Мало-помалу я почала розуміти, що моє спілкування з Небесним Батьком зміцнило мене, і мені стало легше жити.

Памела С., 19 років, провінція Ланкіху, Чилі

Контролюйте свої думки

Наші думки—це шлях до наших вчинків. Спокуси, саме як і мелодія знайомої вам пісні, можуть проникати у ваш розум. Коли вони приходять у ваш розум, намагайтеся відсторонитися від цих думок, навчаючи самих себе, як діяти і думати. Ви маєте силу зробити це!

Тейнара С., 19 років, Сан-Паулу, Бразилія

ФОТОГРАФІЯ ХЛОПЧИКА ВІД GETTY IMAGES

Шукайте підтримки в інших людей

Завжди будьте з тим, хто любить вас, наприклад, зі своєю сім'єю й близькими друзями, які поділяють такі самі норми. Це може допомогти вам залишатися подалі від спокуси. Беріть участь у сімейних і церковних заходах, особливо в місіонерській та сімейно-історичній роботі. Не засмучуйтеся; Господня рука завжди простягнута до тих, хто має бажання покаятися.

Старійшина Тукей, 20 років, місія Кейп-Кост, Гана

Прагніть втішення через молитву

Я рекомендувала б молитися про це. Я знаю, що відповіді не приходять відразу ж, але втішення завжди може приходити відразу. Ви також можете знайти втішення, не думаючи про те, що непокоїть вас, і згадувати те, що приносить вам щастя. Як би ви не знаходили втішення, я знаю, що ви можете знайти його через Ісуса Христа.

Анна П., 12 років, шт. Юта, США

Відповіді слід розглядати як допомогу і спрямування, а не як офіційне проголошення вчень Церкви.

ГЕФСИМАНІЯ. ХУДОЖНИК МАЙКЛ МАЛМ

Я й досі пам'ятаю гріхи, в яких розкаявся, і відчуваю провину. Чому я не можу забути своїх гріхів?

Спокута Ісуса Христа уможливлює для нас прощення, якщо ми каємося. Щире покаяння включає смирення, зізнання, облишення гріха і зобов'язання дотримуватися заповідей.

Господь сказав: "Ось, хто покаявся у своїх гріхах, того прощено, і Я, Господь, не пам'ятаю їх більше" (Учення і Завіти 58:42). Але що робити, коли *наші* спогади про гріх продовжують нас мучити? Старійшина Дітер Ф. Ухтдорф, з Кворуму Дванадцятьох Апостолів, навчав: "Бог не обіцяв, що *ми* не будемо пам'ятати свої гріхи. Ці спогади допоможуть нам не припускатися тих самих помилок знову. Але якщо ми будемо відданими і вірними, пам'ять про наші гріхи з часом танутиме. Це складова необхідного процесу зцілення й освячення" ("Рубіж повернення", *Ліягона,* трав. 2007, с. 101).

Якщо ми щиро каємося і зосереджуємося на тому, щоб іти за Спасителем, Святий Дух буде нашим напарником, ми відчуємо спонукання любити інших і служити їм. На зміну пекучому сорому прийдуть вдячність і надія. І ми будемо прославляти Бога за Його доброту, любов і милість.

Що ви думаєте?

"Як мені насолоджуватися перебуванням в церкві, коли у мене є проблеми з людьми там?"

Надсилайте свої відповіді і, за бажанням, фотографію високої роздільної здатності до 15 березня 2019 року на сайт liahona.lds.org (клацніть на "Submit an Article or Feedback" (Надіслати статтю або відгук)).

Відповіді можуть бути відредаговані для більш стислого і ясного подання інформації.

Святий останніх днів не припиняє намагань

Старійшина Дейл Г. Ренлунд
З Кворуму Дванадцятьох Апостолів

У Своїй милості Бог обіцяє прощення, коли ми каємося і відвертаємося від злочестивості—настільки, що наші гріхи не будуть навіть згадані нам. Тому, завдяки Христовій Спокуті та нашому покаянню, ми можемо озиратися на наші колишні вчинки і казати: "То був я. Але минула гріховна сутність більше не характеризує, ким я є".

Президент Томас С. Монсон [1927–2018] навчав: "Одним з найвеличніших Божих дарів для нас є радість повторних спроб, адже жодна невдача ніколи не буде остаточною"[1]. Навіть якщо ми були свідомими, умисними грішниками або неодноразово зазнавали невдач і розчарувань, у той момент, коли ми вирішуємо спробувати знов, нам може допомогти Христова Спокута. І нам слід пам'ятати, що явно не Святий Дух каже нам, що ми зайшли вже надто далеко, що можемо з таким же успіхом припинити спроби.

Боже прагнення, щоб святі останніх днів продовжували намагатися, стосується не лише подолання гріхів. Незалежно від того, чи страждаємо ми через проблемні стосунки, економічні виклики або хвороби чи внаслідок чиїхось гріхів, Спасителева безкінечна Спокута може зцілити навіть—і можливо зокрема—тих, хто безвинно постраждав. Він досконало розуміє, що означає безвинно страждати через провину інших. Як сказано у пророцтві, Спаситель "перев'яже зламаних серцем … замість попелу дасть … оздобу, оливу радости замість жалоби [і] одежу хвали замість темного духа!" (Ісая 61:1–3; див. також Лука 4:16–21)". Що б не відбувалося, Бог очікує, що святі останніх днів, з Його допомогою, не припинятимуть намагань.

Я запрошую всіх нас оцінювати своє життя, каятися і продовжувати намагатися. Якщо ми не намагаємося, тоді ми просто грішники останніх днів; якщо ми не виявляємо наполегливості, тоді ми ледарі останніх днів; і якщо ми не дозволяємо іншим намагатися, тоді ми просто лицеміри останніх днів. Коли ми намагаємося, виявляємо наполегливість і допомагаємо іншим чинити так само, тоді ми справжні святі останніх днів. У міру того, як ми змінюємося, ми пізнаємо, що Бог дійсно піклується набагато більше про те, ким ми є і ким ми стаємо, ніж про те, ким ми колись були. ■

З виступу на квітневій генеральній конференції 2015 року.

ПОСИЛАННЯ

1. Thomas S. Monson, "The Will Within", *Ensign,* May 1987, 68

ПІКТОГРАМИ ЕНДРЮ РОБЕРТСА

Старійшина

ДЕЙЛ Г. РЕНЛУНД

Народився 13 листопада 1952 року в **Солт-Лейк-Сіті, штат Юта**.

Одружився з **Рут Либберт** *у Солт-Лейкському храмі в 1977 р.*

Працював **кардіологом,** *спеціалізуючись на серцевій недостатності і трансплантації серця.*

Має одну **дочку,** *Ешлі.*

Отримав ступінь бакалавра гуманітарних наук і ступінь доктора філософії в **Університеті штату Юта**.

Був **викладачем медицини** *в Університеті штату Юта.*

Про своє покликання бути апостолом сказав так: "Я думаю, Президент Монсон відчув, що **у мене підкосилися ноги".**

Був підтриманий як член **Кворуму Дванадцятьох Апостолів** *3 жовтня 2015 р.*

Став **100-ю особою,** *покликаною у Кворум Дванадцятьох Апостолів в останні дні.*

Коли йому було 12 років, він та його друг, прийшовши в церкву, яка розміщувалася у перебудованому будинку, **кинули петарду** *неподалік переповненої каплиці.*

Його рідною мовою була **шведська**.

Служив на місії повного дня у **Швеції.**

Сімейною традицією *в його сім'ї було читати історію про Різдво у 2 розділі Євангелії від Луки.*

Був покликаний **служити єпископом,** *коли йому було тридцять років і він був на третьому році ординатури в лікарні Джона Хопкінса у Меріленді, США.*

Як лікар, він дізнався завдяки своїм пацієнтам, що завдяки євангелії **біль у серці може стати радістю.**

Отримав **свідчення про істинність** *Книги Мормона, коли йому було 11 років.*

БАТЬКАМ

КІЛЬКА ПІДКАЗОК, ЩО ДОПОМОЖУТЬ НАВЧАТИ ПОКАЯННЮ

Як ви можете використовувати свій додатковий час, щоб змінювати світ?

с. 40

ДОРОСЛІЙ МОЛОДІ

ВАШ ПОЗИТИВНИЙ ВПЛИВ

с. 42

МАЙБУТНІМ МІСІОНЕРАМ

ЧОГО ЧЕКАТИ ВІД ЦПМ

с. 50

МОЛОДІ

КОЛИ ПРИЙДЕ ПОКЛИКАННЯ, ВИ ПІДЕТЕ?

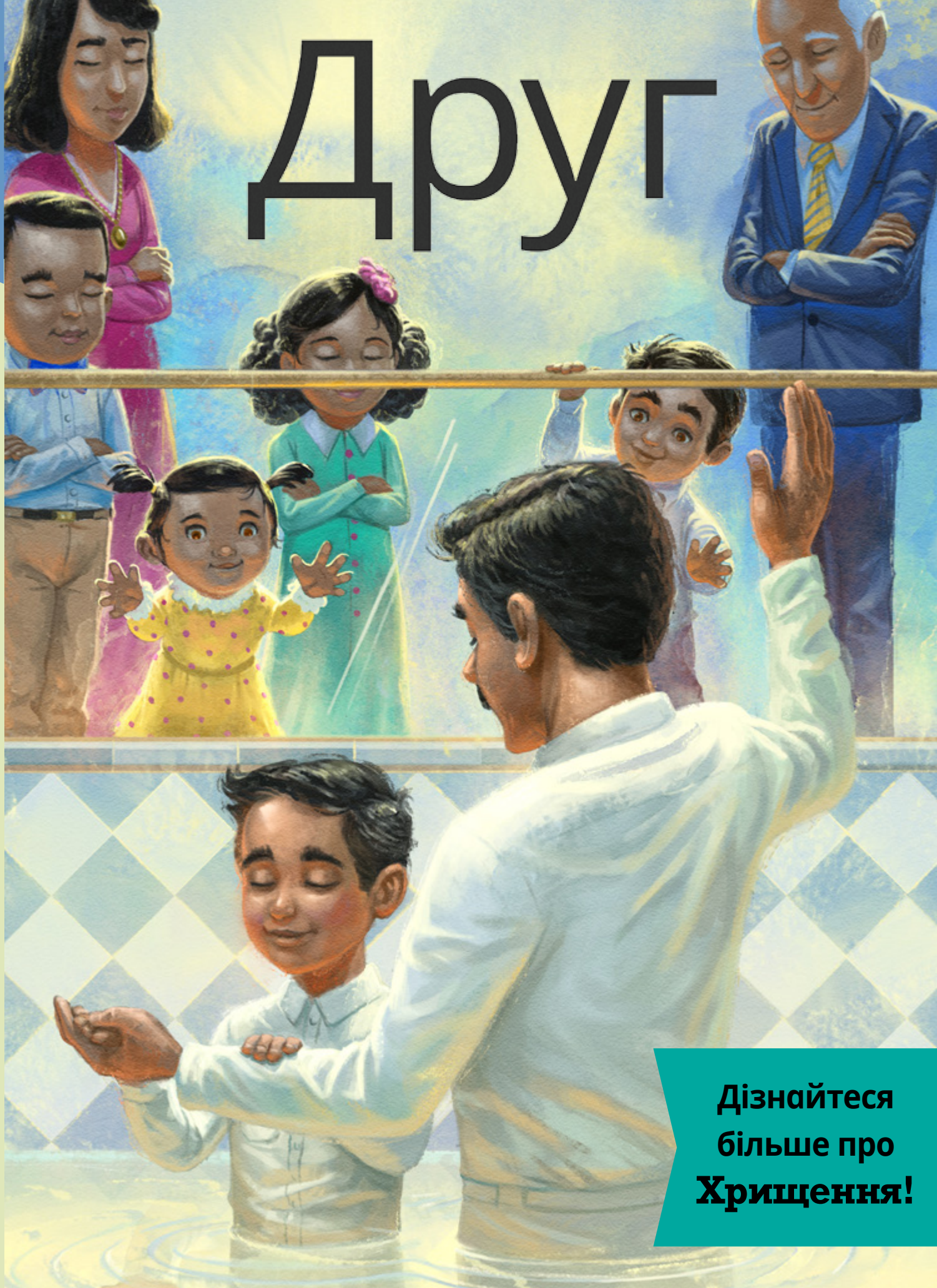
с. 58

ЦЕРКВА
ІСУСА ХРИСТА
СВЯТИХ
ОСТАННІХ ДНІВ

UKRAINIAN
4 021860 02192 1

лютий 2019

Друг



Дізнайтеся більше про Хрищення!

Розділ для дітей журналу *Ліягона* видається Церквою Ісуса Христа Святих Останніх Днів

Президент Даллін Х. Оукс
Перший радник у Першому Президентстві

Починайте дізнаватися про свою сім'ю

Сімейна історія починається тоді, коли ви дізнаєтеся про своїх предків. Вони—реальні люди, які жили до вас і були частиною вашої родини. Нам потрібно бути запечатаними до своїх предків, щоб жити з ними у наступному житті.

Дізнаючись про своїх предків, ви будете:

- Відчувати більше радості й упевненості.
- Не будете почувати себе самотніми.
- Будете знати, що кожна людина є цінною в очах Небесного Батька.

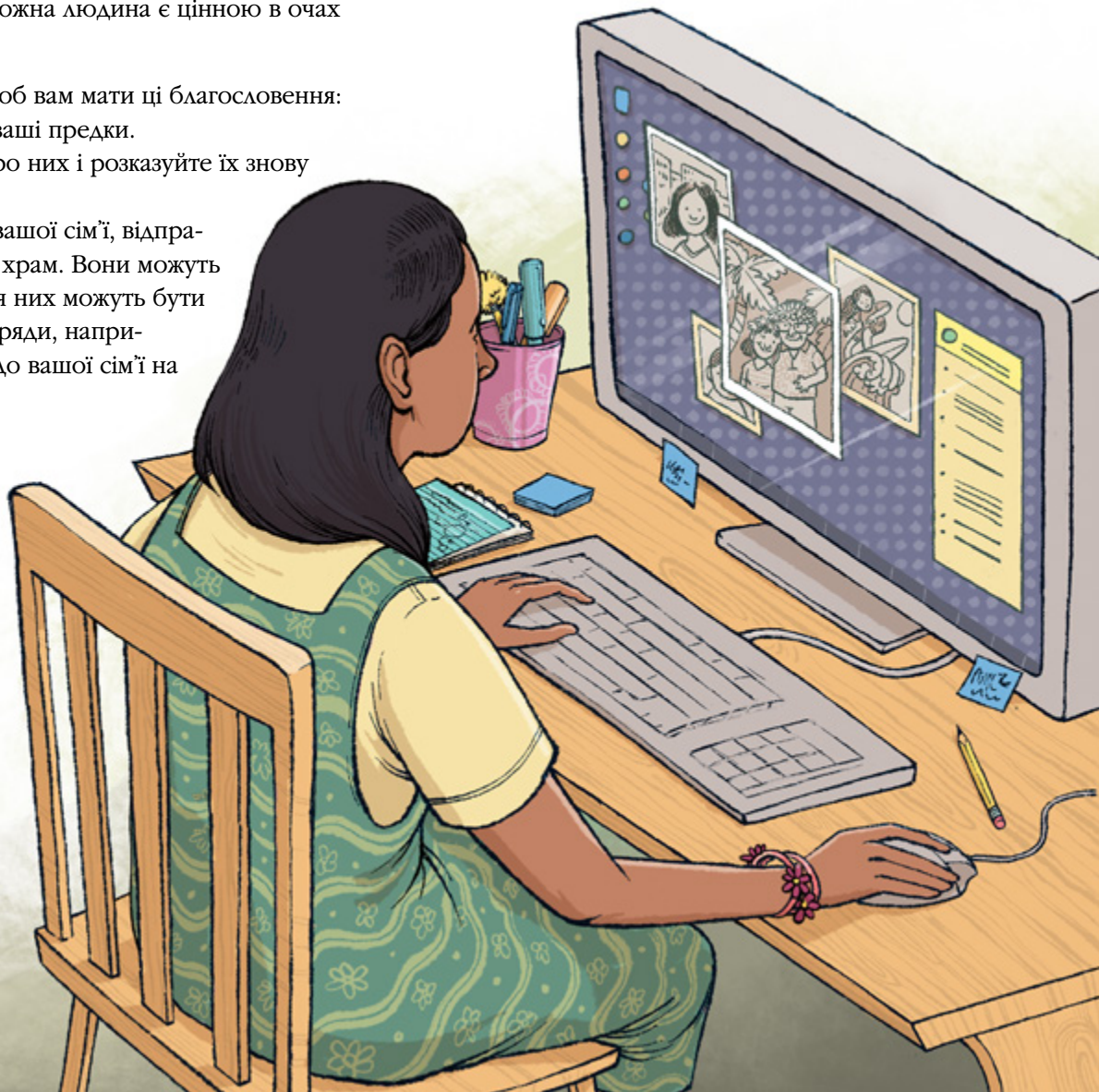
Існує три способи, щоб вам мати ці благословення:

1. Дізнавайтеся, хто ваші предки.
2. Збирайте історії про них і розказуйте їх знову й знову.
3. Приєднайте їх до вашої сім'ї, відправивши їхні імена у храм. Вони можуть бути охрищені, для них можуть бути виконані й інші обряди, наприклад, запечатання до вашої сім'ї на вічність.

Моя мати, Стелла Оукс, померла до того, як народилися наші онуки. Тому ми з сестрою Оукс проводили "Вечірку зі Стеллою", щоб допомогти їм дізнатися про неї. Члени сім'ї написали книгу про неї і про мого батька. Ви також можете більше дізнатися про своїх предків. Це даватиме вам силу і скерування у вашому житті. ●

Адаптовано з виступу на дні, присвяченому дослідженню сімейної історії—RootsTech 2018 Family Discovery Day.

ІЛЮСТРАЦІЇ ДЕВІДА ХАББЕНА



Завіт хрищення

Виріжте і змішайте ці картки. Потім по-черзі знаходьте картки, які підходять одна одній. Знайшовши пару картці, розкажіть про ту частину завіту хрищення.

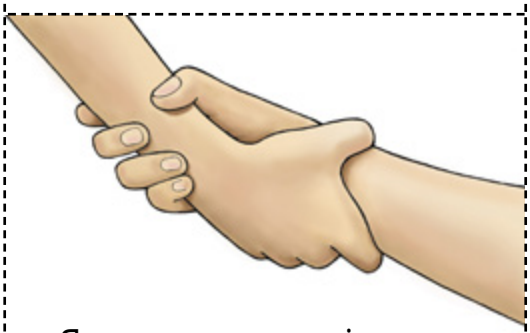
"Узяти на себе ім'я Твого Сина" (Учення і Завіти 20:77).

"Нести тягарі один одного" (Мосія 18:8).

"Завжди пам'ятати Його, і дотримуватися Його заповідей" (Учення і Завіти 20:77).

"Щоб Його Дух міг завжди бути з ними" (Учення і Завіти 20:77).

Я йтиму за Ісусом Христом.



Я допомагатиму іншим.

Я намагатимуся виконувати заповіді кожного дня.

Небесний Батько може благословити мене Святим Духом.

ІЛЮСТРАЦІЇ ДЖ. БЕТ ВІТТАКЕР

Обіцяння, яке слід перевірити

Тамі Грін

Ґрунтується на справжніх подіях

“Охриститись, як Ісус,—це те чого я хочу” (Children’s Songbook, *104).*

Сонце вже сідало, коли Тацукі їхав на своєму велосипеді додому. Йому подобалося стрімко з’їжджати з маленького пагорбу біля свого дому, але йому потрібно було повернутися ще до настання темряви.

Коли Тацукі підкотив свій велосипед до парковки, то побачив свою вчительку Початкового товариства, сестру Ямаду, яка підходила до його багатоквартирного будинку.

“Привіт, Тацукі,—з посмішкою сказала сестра Ямада.—Я прийшла, щоб поговорити про твоє хрищення”.

Сім’я Тацукі щойно почала знову відвідувати Церкву. Йому подобалося проводити час зі своїми друзями в Початковому товаристві, а особливо він чекав на своє хрищення! Сестра Ямада і Тацукі разом піднялися на ліфті і зайшли у квартиру, де їх чекала мама.

“Тацукі, я така рада, що ти вирішив слідувати за Ісусом Христом через хрищення—сказала сестра Ямада. Коли ми христимося, то укладаємо завіти з Небесним Батьком. Чи знаєш ти, що таке завіт?”

Тацукі не знав, що сестра Ямада буде ставити йому запитання. Він почав трохи нервувати. Але мама підбадьорила його посмішкою.

“Обіцяння?”—сором’язливо запитав він.

“Саме так!—Відповіла сестра Ямада. “Небесний Батько обіцяє нам, що ми завжди зможемо мати Святого Духа з нами. Чи знаєш ти, що ми обіцяємо Небесному Батькові?”

Тацукі заперечно похитав головою. “Я не знаю”.

“Я натякну тобі—ці обіцяння містяться в молитвах, які ми чуємо перед тим, як причаститися,—сказала сестра Ямада.—Ми обіцяємо Небесному Батькові, що бажаємо взяти на себе ім’я Ісуса Христа, завжди пам’ятати Його і дотримуватися Його заповідей. Чи знаєш ти, що означає узяти на себе ім’я Ісуса Христа?”

Тацукі знову заперечно похитав головою. Мама допомогла йому. “Це означає, що ми з радістю кажемо, що є членами Церкви Ісуса Христа Святих Останніх Днів,—сказала вона.—Це означає, що ми робитимемо те, що робив би Ісус, якби був тут”.

“А що робив би Ісус?”—запитав Тацукі.

“Ісус був би добрим до інших. Він би допомагав людям, які засмучені або хворіють—сказала сестра Ямада.—І Він би навчав людей, як виконувати заповіді”.

Тацукі почав хвилюватися. Він насупився і сказав: “Не думаю, що я можу охристися”.

“Чому?— запитала мама.

“Так багато обіцянь! Не думаю, що я кожного дня зможу бути як Ісус!”

Мама обійняла Тацукі. “Пам’ятаєш, як ти допоміг Юні, коли вона плакала вчора?”

Тацукі кивнув. Його сестра засмутилася, тому він почав корчити смішні гримаски і грався з нею, доки їй знову не стало весело.

“А згадай, як минулого тижня ти допоміг своїм кузенам навчитися ділитися і добре ставитися одне до одного? Коли ти робив це, ти наслідував Ісуса”.

Тацукі не знав, що все це і означало наслідувати Ісуса. Він став почувати себе трохи краще. Він міг це робити!

Сестра Ямада сказала: “А коли ми таки помиляємося, то можемо покаятися. Це означає, що ми можемо вибачитися і намагатися чинити краще. Коли ми каємося, Небесний Батько прощає нас. Ми завжди можемо продовжувати докладати зусилля!”

Тацукі більше вже не хвилювався. Він був щасливий.

“Я хочу христитися!”—сказав він.

Мама і сестра Ямада посміхнулися. Сестра Ямада дала Тацукі Книгу Мормона, на якій було написане його ім’я. Тацукі відчував радість від того, що кожного дня міг намагатися бути таким, як Ісус. Тепер він вже з нетерпінням чекав на своє хрищення! ●

Автор живе в штаті Юта, США.

ІЛЮСТРАЦІЇ КРІСТІНИ КВАН

Бути трохи кращим з кожним днем

Небесний Батько може допомагати нам робити кращий вибір кожного дня. Саме це, частково, і є покаянням! Проведіть лінію, щоб об'єднати вибір, який ми робили вчора, з кращим вибором сьогодні.

ВЧОРАШНІЙ ВИБІР

1. Я дражнив свою маленьку сестричку навіть тоді, коли вона попросила припинити це.

2. Я розлютився і закричав, коли ми програли футбольний матч.

3. Я прокинувся надто пізно і зранку не помолився.

4. Я сказав хлопчику щось погане, коли він засміявся з мене.

5. Я обманув маму, коли вона запитала, хто розлив воду на підлогу.

СЬОГОДНІШНІЙ ВИБІР

А. Я вибачився перед мамою і сказав їй правду. Після цього я допоміг їй набрати воду.

Б. Дорогою до школи я думав про те, як не надто сердитися на інших людей.

В. Я вибачився перед тренером за те, що так розлютився.

Г. Я вибачився перед своєю сестрою і намалював їй смішного кота.

Д. Я ліг спати раніше і прокинувся, маючи достатньо часу для молитви.

Відповіді: 1-Г, 2-В, 3-Д, 4-Б, 5-А

ІЛЮСТРАЦІЇ АЛІСІЇ ПЕЙС

Всі помиляються.

Небесний Батько допоможе мені навчатися, зростати і пробувати знову.

ІЛЮСТРАЦІЯ EMI BAMMER

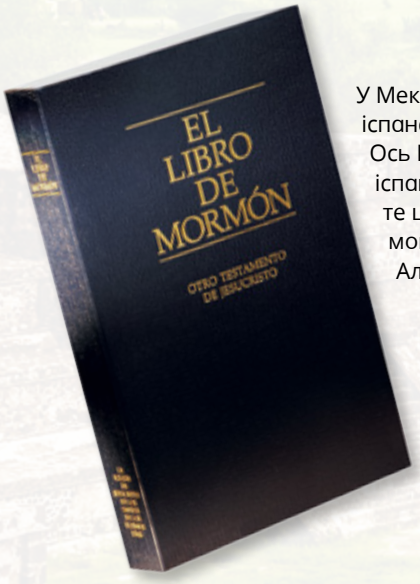
Привіт з Мексики!

Я— Марго.

А я— Пауло.

Щомісяця ми їздимо в іншу країну, щоб дізнатися про дітей Бога по всьому світу. Приєднуйтеся до нас у нашій подорожі до Мексики!

Мексика знаходиться у Північній Америці. Там живе більше 120 мільйонів чоловік. Приблизно 1,5 мільйонів з них—це члени Церкви.



У Мексиці розмовляють іспанською мовою. Ось Книга Мормона іспанською. А знаєте що? Іспанською мовою ім'я пророка Алми означає *душа*.

ПРАПОР, ФОТОГРАФІЯ ЇЖІ ВІД GETTY IMAGES; ІЛЮСТРАЦІЇ КЕТІ МАК-ДІ

А ви знали, що шоколад винайшли у Мексиці? Шоколад входить в одну зі страв, яка називається *mole poblano*. В неї кладуть перець чилі, горіхи, фрукти і спеції. *¡Delicioso!*

У Мексиці 13 храмів. Ось фотографії прекрасних храмів у Мехико і Тіхуані.

Сім'я дуже важлива для людей у Мексиці. Сім'ї часто збираються разом на свята і розважаються. Їхні діти б'ють по *piñata*, яка наповнена фруктами і цукерками.

Ви любите *fútbol*? Це найпопулярніша спортивна гра у Мексиці.

Познайомтеся з деякими нашими мексиканськими друзями!

"Одного разу у мене виникла велика проблема, і мені було дуже сумно. Я пішла в церкву і слухала свідчення про Ісуса. Я відчула Святого Духа, і мені стало радісно. Я знаю, Небесний Батько допоміг мені відчути радість."
Еббі Д., 7 років, Пуебла, Мексика

"Я знаю, що в ці дні Небесний Батько говорить до пророка, як це було і в давнину. Якщо я буду слухати пророка і йти за ним, то матиму благословення, і це допоможе мені ставати більш схожим на Ісуса Христа."
Бенхамин Д., 9 років, Пуебла, Мексика

Дякуємо за те, що подорожували з нами Мексикою. Побачимося наступного разу!

Сюрприз
на день народження Інгрід

Марісса Денніс
Співробітник редакції церковних журналів
Ґрунтується на справжніх подіях

"Прийд[іть] до Христа і сприйм[айте] кожний добрий дар" (Мороній 10:30).

"*Estas son las mañanitas …*"

Мамин спів розбудив Інгрід. Вона розплющила очі й побачила маму, яка входила в її кімнату. Мама завжди співала якусь особливу пісню на її день народження.

"З Днем народження!— сказала мама.— Давай-но готуватися до сьогоднішнього твого свята".

До Інгрід донеслися пахощі шоколадного торту, який пікся в духовці. "Цікаво, які ж подарунки я отримаю!",— подумала вона. Вона вилізла з ліжка й виглянула у вікно. Там дерево джакаранди було усіяне пурпурними квітами.

Інгрід допомогла мамі пересунути софу у мамину кімнату, щоб стало більше місця у вітальні. Вона допомогла глазурувати торт і вставити зверху на ньому сім свічок. Нарешті настав час святкування!

Прийшли друзі Інгрід зі школи та Початкового товариства. Вони грали в ігри і їли торт. І ось настала улюблена для Інгрід частина святкування—подарунки! Їй подарували нову книжку, іграшкового тигра і красивий браслет.

Коли всі розійшлися, Інгрід обняла маму. "Дякую тобі, мамо. Цей мій день народження був найкращий з усіх!"

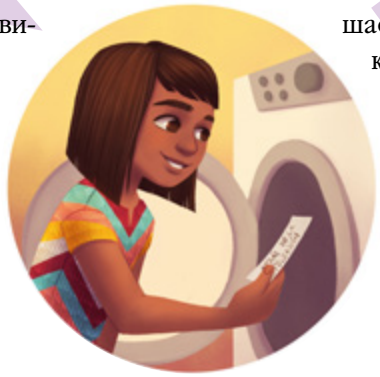
"А він ще не закінчився,—сказала мама.— Я підготувала для тебе особливий сюрприз". І вона передала Інгрід папірець. Там було написано: "Час лягати спати!"

"Це—підказка,—пояснила мама.— Ти маєш знайти ще одну".

Інгрід прожогом кинулась у свою спальню. Вона знайшла ще один папірець під своєю подушкою. На ньому було написано: "День прання".

Інгрід побігла в кухню і відкрила пральну машину. Ще одна підказка!

Інгрід знайшла підказки ще й за телевізором, в її улюбленій книжці і під килимком на підлозі біля ліжка. Остання підказка привела до її шафи. Там на полиці лежала загорнута коробка. Інгрід ще не була достатньо високою, тому коробку зняла з полиці мама.



Інгрід розгорнула папір і підняла кришку. У коробці лежала згорнута

біла тканина і великий примірник Книги Мормона.

“Наступного року ти зможеш бути охрищеною,—сказала мама.—Це—особливий тобі подарунок, щоб ти змогла підготуватися”. Мама доторкнулася до білої тканини. “А ось із цього я пошию тобі плаття для хрищення. А це,—мама витягла з коробки Книгу Мормона,—щоб ти читала”.

Інгрід поглянула на маму. “Я ще ніколи не читала Книгу Мормона”.

“Я знаю, ти зможеш”. Мама розгорнула книгу. “Поглянь. Тут дуже великі літери. Думаю, читати тобі буде легше”.

Мама закрила книгу і подала її Інгрід. Інгрід провела пальчиками по гладенькій палітурці.

“Це важливо, щоб ти сама зрозуміла, чи істинною є Книга Мормона. Я обіцяю: якщо ти будеш читати Книгу Мормона і молитися про неї, Небесний Батько допоможе тобі дізнатися про це”.

Того вечора Інгрід прочитала перший розділ Книги Мормона. Це не було так важко, як їй думалося. Їй сподобалось читати Писання.

Наступного дня вона знову читала свою Книгу Мормона. І наступного. Вона читала її кожного дня. Через кілька тижнів вона вирішила, що не хоче чекати, поки прочитає цю книгу до кінця, щоб помолитися про неї.

Інгрід стала на коліна біля свого ліжка. Вона молилася від всього свого серця і попросила Небесного Батька допомогти їй дізнатися, чи істинною є Книга Мормона. Потім вона почекала. Вона думала, що, може, почує якийсь голос, але не почула. Проте в її серці збільшилося якесь радісне почуття. Вона знала, що так Небесний Батько відповів на її молитву.

Пройшов майже рік, і Інгрід дочитала Книгу Мормона. Вона знала: з усіх подарунків, які вона отримала на свій восьмий день народження, саме Книга Мормона завжди буде для неї найкращим подарунком назавжди! ●

Це сталося у Мексиці. Подивіться сторінку Д8, щоб дізнатися більше про ту країну!

ІЛЮСТРАЦІЇ АЛІССИ ТАЛЛЕНТ

Знайдіть!

Каміла і Карлос з нетерпінням чекають, коли завтра всі їхні двоюрідні брати і сестри відвідають хрищення Каміли. Сьогодні вони зайняті тим, що грають у найкращу гру всіх часів—*las escondidas* (хованки)!

Чи можете ви знайти 10 геконів? Після цього знайдіть Камілу, Карлоса та 10 їхніх двоюрідних братів і сестер у червоних сорочках.

ІЛЮСТРАЦІЯ КЕРЕН ЛЬЮІС

Він заспокоїв води

Даніел М., 8 років, Вануату

Я живу у Вануату—групі островів у південній частині Тихого океану. Я так радів, що мені виповнилося вісім років, бо я можу охриститися і бути конфірмованим.

Але я переживав стосовно хрищення в океані напроти мого дому, оскільки хвилі можуть бути дуже великими. У тих хвилях весело бавитися, але я був невпевнений щодо того, як христитися в них. Ми з мамою увійшли в океан біля нашого дому, щоб уявити собі, яким буде хрищення, і я знав, що все буде добре.

Ми вибрали день, коли я мав охриститися, і я дуже радів цьому. Але потім до нашого острова підійшов циклон. Нам довелось зателефонувати президенту філії і скасувати моє хрищення.

Хоча після циклону, деякі частини острова були затоплені, ми змогли дістатися до Церкви тієї суботи. Президент філії оголосив, що мене буде охрищено в суботу.

Суботнього ранку хвилі були дуже великими, тож я трохи злякався. Біля нашого дому пройшли збори, і після цього всі ми пішли вниз на узбережжя. Я попросив свого двоюрідного брата Джоша охристити мене.

Коли ми заходили у воду, Джош піднімав мене над хвилями, але коли мене христили, хвилі заспокоїлися. Думаю, що коли Джош промовляв молитву хрищення, Ісус заспокоїв води заради мене.

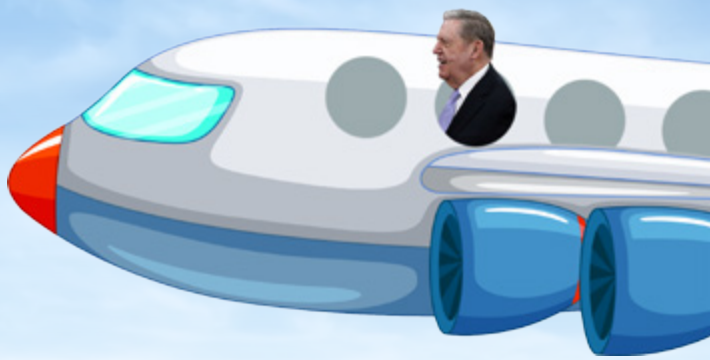
Коли ми виходили з океану, хвилі знову піднялися, але я вже не зважав на це, бо вже був повністю мокрий. Я такий радий, що мені виповнилося вісім років, і я можу наслідувати приклад Ісуса, охрестившись. Я знаю, що Небесний Батько чує мої молитви. ●

ІЛЮСТРОВАНО БРЕДОМ КЛАРКОМ

Довга подорож старійшини Холланда

Старійшина Джеффрі Р. Холланд і сестра Патриція Холланд вирушили разом із Президентом і сестрою Нельсон у подорож, щоб відвідати членів Церкви по всьому світу. Вони відвідали вісім країн. Під час кожної зупинки вони зустрічалися з тисячами людей, яким так радісно було бачити пророка і апостола!

Майже в усіх місцях, де вони зупинялися, храм вже був, або невдовзі має з'явитися! ●



Їхньою першою зупинкою був Єрусалим, **Ізраїль.** Вони бачили Оливну гору, місце, де Ісус навчав Своїх учнів, та старе місто Єрусалим, де ходив Ісус.

Після цього вони відвідали **Кенію,** країну в Африці, де буде побудовано храм. Старійшина Холланд закликав людей збирати свої сімейно-історичні дані і відвідувати храм, коли його будівництво буде завершено. "Ніщо не буде для вас більшим благословенням",—сказав він.

Президенту Нельсону і старійшині Холланду було дуже приємно відвідати членів Церкви в **Індії.** Там вони шукали місце для будівництва храму. Цей храм буде першим в цій країні, в якій мешкає понад мільярд людей!

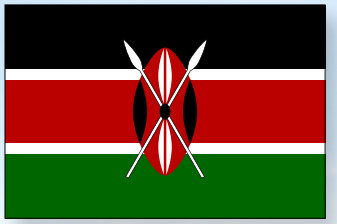
ФОТОГРАФІЇ СТАРІЙШИНИ ХОЛЛАНДА ЗРОБЛЕНО ДЖЕФФРІ Д. ОЛРЕДОМ І РЕЙВЕЛЛОМ КОЛЛОМ, *DESERET NEWS*

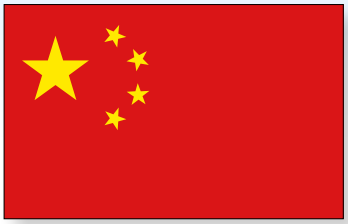
Апостоли подорожують по всьому світу, щоб служити людям і навчати їх про Ісуса Христа.

Старійшина Холланд відвідав усі ці місця. Поєднайте країну або штат з їхнім прапором.

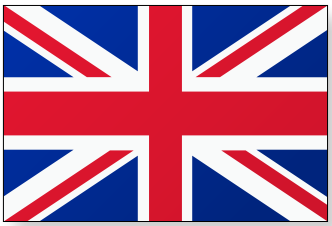
- Ізраїль
- Кенія
- Зімбабве
- Індія
- Таїланд
- Китай
- Сполучене Королівство Великої Британії
- Гаваї

1

2


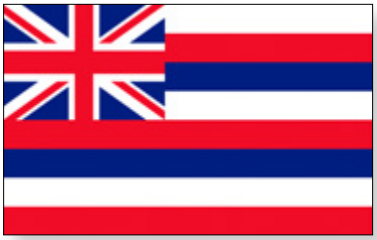
3


4

5


6

7

8


Відповіді: Ізраїль-6, Кенія-2, Зімбабве-7, Індія-4, Таїланд-1, Китай-3, Сполучене Королівство Великої Британії-5, Гаваї-8

"У мене є свідчення, що Бог завжди буде з нами. Він дав нам пророка, щоб той скеровував нас. Він ніколи не залишить нас. Ніколи, ніколи ми не залишимося на самоті".

Лейсл Роббін Шартліфф

Ґрунтується на справжніх подіях

Історія з ЙО-ЙО

“Спокійним тихим голосом мені шепоче Дух” (Children’s Songbook, *106).*

Лея і мама вже майже закінчили з покупками. І ось мама зупинилась, щоб подивитися якийсь одяг.

“Це займе всього кілька хвилин”,—сказала мама.

Лея зітхнула. Коли мама казала “кілька хвилин”, іноді це означало хвилин 20!

Поруч Лея побачила поличку з іграшками. Вона погортала книжку-розмальовку, а потім кілька разів стукнула в підлогу дитячим м’ячиком. Але ці справи досить швидко наскучили їй.

І тоді вона витягла щось блискуче й кругленьке. То було йо-йо! Це було саме таке йо-йо, яке минулого тижня приніс у школу Оскар. Під час перерви він показав усім свої фантастичні трюки. Ці трюки мали назви, як-от: “Вигуляй собачку” і “Навколо світу”. Лея запитала його, чи

можна і їй спробувати, але Оскар не дозволив їй.

Лея всунула палець у петлю мотузки. Вона відпустила йо-йо, а потім смикнула мотузку вгору так, як вона бачила робив це Оскар. Йо-йо *глухо* стукнулося в підлогу. Вона спробувала знову. Після кількох спроб вона вже могла піднімати йо-йо назад в руку! Якщо вона так швидко змогла опанувати це, то, можливо, вона може вивчити всі ті трюки, які робив Оскар.

І тоді Лея подивилась на цінник. Вона спохмурніла. В її скарбничці вдома не було і близько стільки грошей!

“Лея, я майже скінчила”,—сказала мама.

Лея зітхнула. Вона вже збиралася покласти йо-йо на місце, але, раптом, у неї виникла ідея. Йо-йо не було дуже великим. Вона могла покласти його у свою кишеню і залишити собі! Власник магазину на дивиться на неї. Ніхто про це не дізнається. Вона може залишити його собі назавжди і навчитися робити нові трюки. А діти в школі вважатимуть, що вона крута.

Дивлячись на йо-йо у своїй руці, Лея хвилювалася й переживала. Її руки спітніли. Вона ще сильніше стиснула йо-йо. Звідки ці погані почуття? Вона не хотіла відчувати себе так.

Тоді вона згадала те, про що розповідав їй тато перед хрищенням.

“Коли ти охристися, то отримаєш дар Святого Духа,—сказав тато.— Святий Дух допомагає нам робити правильний вибір. Він промовляє до нас тихим, лагідним голосом”.

“Він говоритиме зі мною?”— запитала Лея.

“Не зовсім так,—відповів тато.— Це схоже на думку, яка приходить до тебе. Або почуття, яке приходить у твоє серце”.

“Яке почуття?”

“Кожен відчуває його по-своєму,— сказав тато.— Але, зазвичай, коли ти робиш щось хороше, Святий Дух допомагає тобі відчувати спокій і мир. Якщо є небезпека, Він застереже тебе. А коли ти захочеш зробити щось погане, Святий Дух залишить тебе, і ти відчуватимеш збентеження або пригнічення”.

Лея подивилася на йо-йо. Їй *дуже* хотілося мати його. Але вона знала, що Святий Дух каже їй, що красти погано.

Лея поклала йо-йо на полицю. Як тільки вона це зробила, то відчула спокій і тепло. Вона підійшла до мами.

“Я все,—сказала мама.— Ти готова іти?”

Лея посміхнулася. “Так!”

Виходячи з магазину, Лея відчувала світло й радість у своїй душі. З йо-йо могло бути весело деякий час. Але вона *завжди* хотіла слідувати за Святим Духом. ●

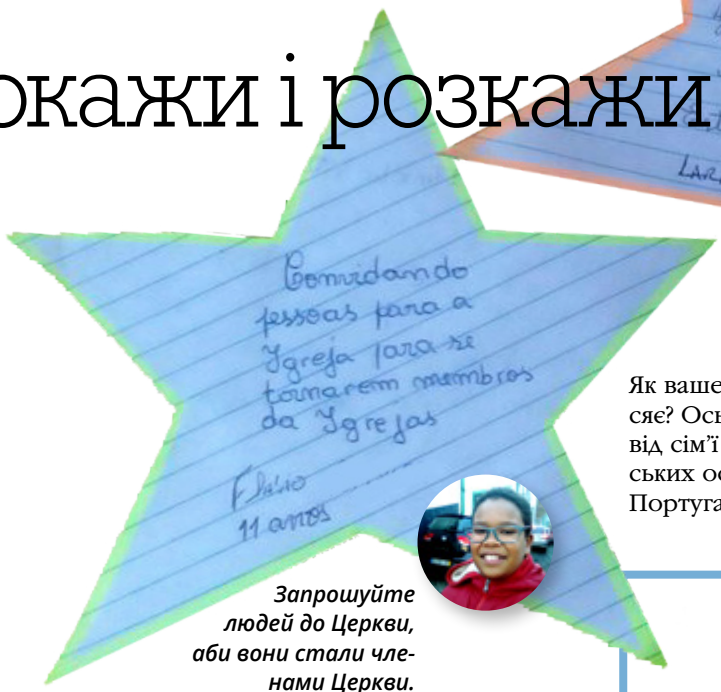
Автор живе в штаті Іллінойс, США.

Якось я писав контрольну з правопису і моя вчителька продиктувала слово, про правопис якого у мене не було жодної уяви. Я почав панікувати! І підглянув у чийсь зошит. Після контрольної я себе не добре відчував. Я розповів своїй мамі як підглянув у зошит іншого учня. Я знаю, що мої почуття були від Святого Духа. Я знаю, що завжди маю прислухатися до Святого Духа.

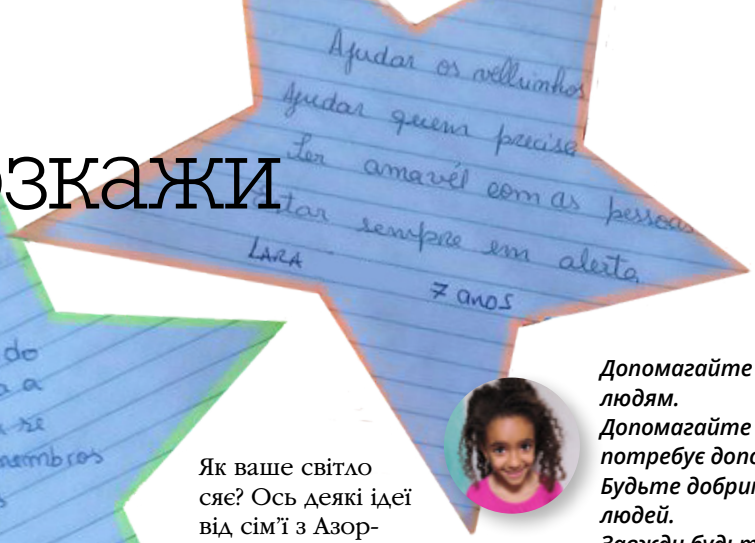
Йона Дж., 8 років, Айдахо, США

ІЛЮСТРАЦІЇ ОРІОЛ ВІДАЛ

Покажи і розкажи



Запрошуйте людей до Церкви, аби вони стали членами Церкви.
Флавіо М., 11 років



Як ваше світло сяє? Ось деякі ідеї від сім'ї з Азорських островів, Португалія.

Допомагайте літнім людям.
Допомагайте тим, хто потребує допомоги.
Будьте добрими до людей.
Завжди будьте готові до цього.
Лара М., 7 років

Разом зі своїми батьками і братами я відвідав храм у Трухілло, Перу. Хоча я й не міг увійти в нього, я відчував спокій у тому прекрасному оточенні.
Деніел С., 11 років, Ла-Лібертад, Перу

Салом В., 6 років, провінція Квебек, Канада

Клас BI 3 в Сан-Паулу, Бразилія, навчався про христильні завіти, знаходячи послання, цитати і уривки з Писань в ротиках у рибок.

Він хоче для мене найкращого

Старійшина Уго Е. Мартінес
Сімдесятник

*“Я знаю, Він любить мене” (*Збірник дитячих пісень, *сс. 16–17).*

У дитинстві мені подобалося робити те, що робив мій тато. Він працював лікарем. Часто я ходив з ним у лікарню, де бачив, як він допомагав пацієнтам. Я спостерігав за тим, що робив мій тато, і мені теж хотілося стати лікарем.

Одного разу я заходив з татом у лікарню. А інший лікар виходив звідти. Він глянув на мене і запитав у мого тата: “Це ваш син?” Тато відповів, що так. Той лікар став на коліна, щоб подивитися на мене. Він спитав: “Ким ти будеш, коли виростеш?”

Я сказав: “Хочу бути лікарем, як мій тато”. Він на це відповів: “Добре, сподіваюсь, ти будеш таким же хорошим лікарем, як і він”. Але мій тато сказав: “Ні, я хочу, щоб він був кращим за мене”.

І це допомогло мені усвідомити, що мій тато справді любить мене. Він хотів для мене найкращого.

Пройшли роки, і я знову згадав про той випадок. Нас з дружиною навчали місіонери. Місіонери запитали мене: “Ви вірите, що можете стати подібними до Бога?” Я ніколи не замислювався над цим. Але подумав: “Якщо Небесний Батько дійсно мій Батько, то Він хоче найкращого для мене, як і мій тато хотів. Він хотів, щоб я зміг стати подібним до Нього”. Тож я сказав місіонерам: “Так, я вірю, що можу стати подібним до мого Небесного Батька”.

У ту мить, коли я давав таку відповідь, я знав, що сказане мною було істиною.

Я хочу, аби ви знали, що ваші Небесні Батьки дуже люблять вас. Вони хочуть для вас найкращого. Ви можете стати подібними до Них. ●

ІЛЮСТРАЦІЯ ГЛЕНА ГЕРМОНА

Ісуса було охрищено

Чи бачили ви коли-небудь хрищення якоїсь людини? Коли ми христимося, то наслідуємо приклад Ісуса.

Ісус попросив Свого двоюрідного брата, Івана, охристити Його. Іван мав повноваження священства, щоб христити людей.

ІЛЮСТРАЦІЇ ЕЙПРІЛ СТОТТ

Іван спитав Ісуса, чому Той хотів охриститися. Ісус сказав, що Він хотів виконувати заповіді Небесного Батька.

Іван охристив Ісуса. Вони відчули Святого Духа. Вони почули голос Небесного Батька, Який сказав: “Це Син Мій Улюблений, що Його Я вподобав!”

Одного дня і я можу вибрати, щоб мене охристили, як Ісуса. Я можу підготуватися до хрищення, якщо кожного дня старатимусь бути схожим на Ісуса. ●

Прочитай про хрищення Ісуса в Матвій 3:13–17.

Ісус охристився

ІЛЮСТРОВАНО ЕЙПРІЛ СТОТТ

ЦЕРКВА
ІСУСА ХРИСТА
СВЯТИХ
ОСТАННІХ ДНІВ

Дорогі батьки!

Цього року всі сім'ї вивчають однакові уроки в Церкві. Дорослі й молодь вивчають на Недільній школі Новий Завіт. А діти вивчатимуть ті самі розділи.

Кожного місяця в журналі *Друг* ви знаходитимете історії й заходи про те, що ви вивчатимете кожної неділі. Намагайтеся використовувати їх для домашнього сімейного вечора або просто читайте їх своїй дитині.

- "Завіт хрищення" (с. Д3)
- "Обіцяння, яке слід перевірити" (с. Д4)
- "Бути трохи кращим з кожним днем" (с. Д6)
- "Сюрприз на день народження Інгрід" (с. Д10)
- "Історія з йо-йо" (с. Д16)
- "Ісуса було охрищено" (с. Д20)

Ми б із задоволенням вислухали ваші думки стосовно використання цих історій та заходів у вашій сім'ї.

New *Friend*
50 E. North Temple St., Room 2393
Salt Lake City, UT 84105
liahona@ldschurch.org

З любов'ю,
Друг

Знайдіть приховану всередині Ліягону!

НА ОБКЛАДИНЦІ ЖУРНАЛУ *ДРУГ*
Ілюстрація Брендона Дормана

ЗМІСТ

Д2 Від Першого Президентства: Починайте дізнаватися про свою сім'ю
Д3 Завіт хрищення
Д4 Обіцяння, яке слід перевірити
Д6 Бути трохи кращим з кожним днем
Д7 Плакат "Чудова ідея": Всі помиляються
Д8 Привіт з Мексики!
Д10 Сюрприз на день народження Інгрід
Д12 Знайдіть!
Д13 Він заспокоїв води
Д14 Апостоли по всьому світу: Довга подорож старійшини Холланда
Д16 Історія з йо-йо
Д18 Покажи і розкажи
Д19 Він хоче для мене найкращого
Д20 Наслідувати Ісуса: Ісуса було охрищено
Д23 Розмальовка: Ісус охристився

© 2019 BY INTELLECTUAL RESERVE, INC. ALL RIGHTS RESERVED

UKRAINIAN
4 021860 2192 1