



# КАК МОЖЕМ ДА СЪЗДАВАМЕ КУЛТУРА НА ПРИОБЩАВАНЕ В ЦЪРКВАТА?

Когато се огледаме в районите и клоновете си, Квиждаме хора, които сякаш се вписват лесно. Това обаче, за което не си даваме сметка е, че и сред онези, които привидно се вписват, има мнозина, които се чувстват отхвърлени. Едно проучване например наскоро установи, че почти половината от пълнолетните в Съединените щати се чувстват самотни, отхвърлени или изолирани от другите<sup>1</sup>.

Важно е човек да се чувства приобщен. Това е основна човешка нужда, а когато се чувстваме отритнати, боли. Отхвърлянето може да породи чувства на тъга или гняв<sup>2</sup>. Когато нямаме усещането, че принадлежим някъде, ние сме склонни

да търсим място, където ни е по-удобно. Трябва да помагаме на всички да се чувстват на мястото си в Църквата.

## Да приобщаваме като Спасителя

Спасителят дава съвършен пример за това как да оценяваме и приобщаваме другите. Когато избира Своите апостоли, Той не обръща внимание на обществено положение, благосъстояние или престижна професия. Той цени самарянката при кладенеца, свидетелствайки ѝ за Своята божественост, въпреки пренебрежението, с което юдеите гледат на самаряните (вж. Йоан 4). Той

гледа на сърце, а не на лице (вж. 1 Царе 16:7; Учение и завети 38:16, 26).

Спасителят казва:

„Нова заповед ви давам, да се обичате един друг; както Аз ви възлюбих, така и вие да се обичате един друг.

По това ще познаят всички, че сте Мои ученици, ако имате любов помежду си“ (Йоан 13:34–35).

### Какво можем да правим?

Понякога е трудно да се каже дали някой се чувства не на място. Повечето хора не го казват, поне не толкова ясно. Но с любящо сърце, напътствия от Духа и старание да долавяме признаците, можем да разпознаваме кога някой не се чувства включен в събранията или дейностите на Църквата.

Възможни признаци за това, че някой се чувства отхвърлен:

- Затворен език на тялото, като например скръстени ръце или сведен надолу поглед.
- Когато някой седи в задната част на стаята или седи сам.
- Когато някой не посещава църковните събрания или ги посещава от време на време.
- Когато някой си тръгва рано от събрания или дейности.
- Когато някой не взема участие в разговори или уроци.

Тези неща може да са знак и за други емоции, като например стеснителност, безпокойство или чувство на неудобство. Членовете могат да се чувстват „различни“, когато са отскоро в Църквата, когато са от друга страна или култура, или когато наскоро са преживели травмираща промяна в живота, като например развод, смърт на близък човек или преждевременно завръщане от мисия.

Независимо от причината, не бива да се колебаем да им помагаме с обич. Това, което казваме и вършим, може да създава усещането, че всички са добре дошли и всички са нужни.

Някои начини, по които да приобщаваме другите и да им помагаме да се чувстват добре дошли, включват:

- Да не сядаме винаги до едни и същи хора по време на събрания.

- Да гледаме какво се крие под „опаковката“, за да видим истинската същност на човек. (За повече информация по тази тема, вж. „Служение е да гледаме на другите така, както би го правил Спасителят“, *Принципи на служението*, юни 2019 г.)
- Да включваме другите хора в разговорите.
- Да каним другите да бъдат част от нашия живот. Бихме могли да ги включваме в дейности, които вече планираме.
- Да търсим общи интереси и въз основа на тях да градим взаимоотношения.
- Да не избягваме да бъдем приятели с някого, само защото той/тя не отговаря на нашите очаквания.
- Когато видим нещо специално в даден човек, да проявяваме интерес вместо да се правим, че то не съществува или да го игнорираме.
- Да изразяваме обич и да правим искрени комплименти.
- Да отделяме време да размишляваме какво всъщност означава да казваме, че Църквата е за всички хора, независимо от различията им. Как можем да превърнем това в реалност?

Не винаги е лесно да се чувстваме удобно в компанията на хора, които са различни от нас. Но с практика можем да ставаме по-добри в това да откриваме ценното в различията и да оценяваме уникалния принос на всеки човек. Както учи старейшина Дитер Ф. Ухтдорф от Кворума на дванадесетте апостоли, нашите различия могат да помагат, като ни правят по-добри, по-щастливи хора: „Елате, помогнете ни да изградим и укрепим една култура на изцеляване, доброта и милост към всички Божи чед“<sup>3</sup>.

### Благословена от приобщаването

Кристел Фехтер се преместила в друга страна, след като войната опустошила родината ѝ. Тя не говорела добре езика и не познавала никого в новия си квартал, затова отначало се чувствала изолирана и самотна.

Като член на Църквата, тя събрала смелост и започнала да посещава новия си район. Притеснявала се, че силният ѝ акцент ще възпира желанието на хората да разговарят с нея или че ще бъде съдена за това, че не е омъжена.

Но тя срещнала хора, които не обърнали внимание на това, че е различна и я приели в своята общност от приятели. Те се отнасяли с нея с обич и скоро тя започнала да помага, преподавайки уроци в Неделното училище за деца. Децата били чудесен пример за приемане, а чувството да бъде обичана и нужна укрепило нейната вяра и ѝ помогнало повторно да запали искрата на своята отдаденост към Господ.

### ОТКРИЙТЕ ПОВЕЧЕ

За повече идеи прочетете „We Can Do Better: Welcoming Others into the Fold“, *Liahona*, Sept. 2017.

### СПОДЕЛЯЙТЕ СВОИТЕ ПРЕЖИВЯВАНИЯ

Изпратете ни разкази за своите преживявания, докато сте служили на другите или други хора са служили на вас. Отидете на [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org) и натиснете „Изпращане на статия или обратна информация“.

### ПРИЛАГАЙТЕ НА ПРАКТИКА

Сестра Линда К. Бъртън, бивша обща президентка на Обществото за взаимопомощ, учи: „Първо наблюдавай, после служи“ (*Лиахона*, ноем. 2012 г., с. 78). Следването на този съвет може да ни помага да създаваме райони и клонове, където всички са приобщени и нужни. Следват няколко допълнителни идеи, които бихте могли да обмислите:

- Когато влизате в сграда за събрания, можете да **се оглеждате и да наблюдавате** в търсене на някого, когото през този ден Господ би желал да включите в своя кръг от приятели.

- Понякога избягваме различните от нас хора или тези, които преминават през труден период, тъй като се страхуваме да не кажем нещо погрешно. Това може да ги кара да се чувстват изолирани и да се чудят защо никой не говори с тях. **Сядайте до тях, изразявайте обичта си и им задавайте искрени въпроси.** Питайте ги как се справят с трудностите и как можете да им помагате.
- В речите си и в неделните си уроци бихте могли да избирате да **използвате примери, които показват, че отделни хора и семейства в различни ситуации** могат да живеят според Евангелието и да се радват на неговите благословии.
- Членовете на класа могат да бъдат благославяни изключително много, когато учителите **включват членове от различни възрасти и националности, както и такива с различни семейни обстоятелства.** Имаме какво да научим от многото верни членове на Църквата, които имат преживявания, различни от нашите.
- Учителите могат да създават място на сигурност за всички да споделят своите преживявания във връзка с живота според Евангелието. Когато бъде направен коментар, учителят може да **реагира по положителен начин на това, което е било казано.** Тогава е по-вероятно членовете на класа да се чувстват уверени и да не се притесняват да споделят какво мислят.

### БЕЛЕЖКИ

1. Вж. Alexa Lardieri, “Study: Many Americans Report Feeling Lonely, Younger Generations More So,” *U.S. News*, May 1, 2018, [usnews.com](http://usnews.com).
2. Вж. Carly K. Peterson, Laura C. Gravens, and Eddie Harmon-Jones, “Asymmetric Frontal Cortical Activity and Negative Affective Responses to Ostracism,” *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, vol. 6, no. 3 (June 2011), 277–285.
3. Дитер Ф. Ухтдорф, „Вярвайте, обичайте, действайте“, *Лиахона*, ноем. 2018 г., с. 48.