

Լիափորձ

Չորս եղանակ,
որոնցով կարող
ենք զգալ սովորելու
ուրախությունը, էջ 10

Ինքնասպանություն. օգնության
հուսահատ, լուռ ճիչ, էջ 18

Ընտանիքի պատմության
դաս Լեքից, էջ 26

Ցանկասիրության
հակաթույն, էջ 30





«Ես կկանենայի, որ դու հիշեիր, որ որքան շատ դու ապավինես Աստծուն, այնքան շատ դու կազատվես
քո փորձանքներից, քո տաճնապսներից ու քո չարչարանքներից, և դու կբարձրացվես վերջին օրը»:

Ամսա 38.5

ՈՒՂԵՐՁՆԵՐ

- 4 Առաջին Նախագահության Ուղերձ. Հնազանդության օրհնությունները**
Նախագահ Թոմաս Ս. Մոնսոն
- 7 Այցելող Ուսուցիչների Ուղերձ. Ընտանիքը հաստատված է Աստծո կողմից**

ԸՆՏՐՎԱԾ ՀՈԴՎԱԾՆԵՐ

- 16 Փոքրիկ երեխաները և հաղորդությունը**
Ահարոն Լ. Վեսթ
Ընդունելով հաղորդությունը, փոքրիկ երեխաները կարող են պատրաստվել ուխտեր կապելուն:
- 18 Հասկանալ, ինչ բան է ինքնասպանությունը. նախանշաններ և կանխարգելում**
Քենիչի Շիմոկավա
Մոլորեք, թե ինչպես կանխել ինքնասպանությունը և օգնել ընտանիքի անդամներին:

- 24 Մարգարեական խոսքեր մի անսպասելի տեղում**
Քոլեթ Լինդալ
Լիահոնա ամսագրերից մի քանիսը, որոնք մնացել էին բնակարանում, փոխեցին մի մարդու կյանք, տանելով նրան դեպի ավետարանը:
- 26 Ընտանեկան պատմություն. խաղաղություն, պաշտպանություն և խոստումներ**
Երեց Բրեդլի Դ. Ֆոսթեր
Երբ մենք հավաքում ենք մեր ընտանեկան պատմության գրառումները և տանում մեր նախնիների անունները տաճար, մենք և մեր սերունդը օրհնվում ենք:
- 30 Սերն ընդդեմ ցանկասիրության**
Ջոշուա Ջ. Փերքի
Ո՞րն է ցանկասիրության՝ Աստծո կամքին հակասող բաներին տիրանալու ցանկության հակաթույնը:

- 36 Ծառայել Հորդանանից այն կողմ**
Ռ. Վալ Ջոնսոն և Ռեյչլ ԶոլմանՌ. Վալ Ջոնսոն
Մարդասիրական ծառայության ավագ միախոնեղական մի զույգ փոխել է հազարավորների կյանքը, ծառայելով այնտեղ, որտեղ Տերը ուներ դրա կարիքը:

ԲԱԺԻՆՆԵՐ

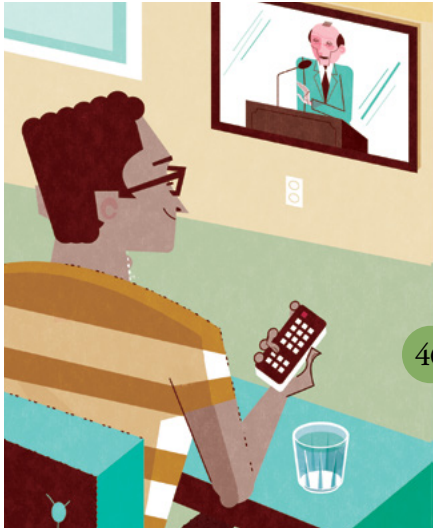
- 8 Եկեղեցում ծառայելը. Ծառայությունով հագեցած իմ կիրակիները**
Ջեֆրի Ա. Հոգ
- 9 Մտորումներ. Մելվայի Վերջին Ընթրիքը**
Չերիլ Հարվարդ Ուիլքոքս
- 10 Ուսուցանել Փրկչի ձևով. Սովորելու ուրախությունը**
Թեդ Ռ. Բալիսթեր
- 40 Վերջին Օրերի Սրբերի ձայները**
- 44 Մեր տները, մեր ընտանիքները. Ծոմ պահելով և աղթելով Էմմայի համար**
Սեպիլ Նորունգ
- 80 Միևն և նոր հանդիպում. Տիրոջ Եկեղեցու աստվածային ոգին**
Նախագահ Գորդոն Բ. Հինքլի



4



ԿԱԶՄԻ ՎՐԱ
Առջևում. Լուսանկարը՝ Լեսլի Նիլսոնի: Ներսի դիմացի կազմ. Լուսանկարը՝ jamievanbuckirk/GettyImages Ներսի ետին կազմ. Լուսանկարը՝ Լուսանկարային կոմպոզիցիա Ռայան Մակվեյի և Քրիստոֆեր Էլվեյի կողմից/Thinkstock



46

- 46** Կանգնեք որպես հազարամյակի ճշմարիտ սերունդ՝ Նախագահ Ռասսել Մ. Նելսոն Չորս առաջարկ, թե ինչպես դառնալ հազարամյակի ճշմարիտ սերունդ:



Տեսե՛ք, թե կարող ե՞ք գտնել այս համարում թաքնված Լիաժողովուրդի հարսանները ունե՞ն մրգատու ծառեր:

- 54** Միջին ջերմաստիճանի հրաշքը
Դեյվիդ Ա. Էդվարդս
Ինչպե՞ս կարող է համբերատարությունը օգնել ձեզ պատրաստել իսկական տապակած պանիրով սենդվիչ և նաև ավելի նմանվել Հիսուս Քրիստոսին:

- 57** Պատառ. Պատկերացրե՛ք ձեզ վերակառուցված

- 58** Ուժ դիմանալու համար
Ջեփկա Թրոնեյ՝ ըստ Լին Թրենդալի
Հախառքն ամբաստող հասարակ բաներ անելը օգնեց ինձ ապաքինվել և առաջ ընթանալ ավտոկթաբից հեռու:

- 61** Եկեղեցու ղեկավարների պատասխանները. Ինչպես Քրիստոսին դարձնել մեր կյանքի կենտրոնը
Երեց Դ. Թոդ Քրիստոֆերսոն

- 62** Սովորելու բաղադրատոմս
Ռոզմարի Թեքերեյ
Հետևե՛ք այս չորս քայլերին, որպեսզի Աստծո խոսքն ավելի համեղ դարձնե՛ք ձեր հոգու համար:

- 64** Հարցեր և պատասխաններ
Ոմանք ասում են, որ ես պետք է ունենամ իմ չափանիշները չկատող ընկերներ, որպեսզի իմ չափանիշներն ամրապնդվեն:
Մոդյո՞ք դա ճիշտ է:

54



76



- 66** Գնացել էինք ձկնորսության
Ջուլիա Վենետուրա
Հեղինք անհանգստանում էր, որ իր փոքր եղբայրը կվախացներ բոլոր ձկնորսին: Մայրսն նա ավելի շատ էր անհանգստանում, որ իր փոքր եղբայրը կարող էր կորել:

- 68** Պատասխաններ Առաքյալից. Ինչպե՞ս կարող եմ օգնել, որ իմ տունը խաղաղ վայր դառնա:
Երեց Գարի Ի. Սթիվենսոն

- 69** Մեր էջը

- 70** Երեխաներ, ովքեր ուղիղ են կանգնում. Պատմություն և Սթորիի մասին
Ջիլ Հաքինգ
Մթորի՛ն և նրա ընտանիքը Եկեղեցու միակ անդամներն էին Թուրքմենստանում: Տեսե՛ք, թե ինչպես էր նա ուղիղ կանգնում:

- 72** Դասեր իմ մայրիկից
Երեց Ջաիրո Մազազարդի
Երեց Մազադարդին սովորել է ազնվության մասին իր մորից: Ի՞նչ սկզբունքներ էք դուք սովորել ձեր ծնողներից:

- 74** Մորմոսի Գրքի հերոսները. Մորմոսի Գրքի կին հերոսները

- 76** Մորմոսի Գրքի պատմություններ. Ճամփորդելով դեպի խոստացված երկիրը

- 79** Գունավորելու էջ. Երաժշտությունը երջանկացնում է ինձ

Հիսուս Քրիստոսի Վերջին Օրերի Սրբերի Եկեղեցու
պաշտոնական միջազգային ամսագիր

Մուսգին Նախագահություն. Թոմաս Ս. Մոնտո,
Հենրի Բ. Այրիս, Դիտեր Զ. Ուլտորֆ

Տասներկու Մաքայաների Քվորում. Ռասսել Մ. Նեյսոն,
Դավիթ Շ. Օուքս, Մ. Ռասսել Բալլարդ, Ռոբերտ Դ. Շելլս,
Ջեֆրի Ռ. Հոլլանդ, Դեյվիդ Ա. Բեդարդ, Քլեյմենտ Լ. Քուք,
Լ. Թոմ Քրիստոֆերսոն, Նիլ Լ. Մադեն, Ռոնալդ Ա.
Ռասսել, Գարի Է. Սթիվենսոն, Դեյվ Գ. Ռեյնոլդ

Խմբագիր. Ջոզեֆ Վ. Սիտադի
Խմբագրի օգնականներ. Ջեյմս Բ. Մարտինո,
Քերոլ Զ. Մակքոնկ

Խորհրդատուներ. Բրայան Զ. Էշթոն, Ռանդալ Կ. Բենեթ,
Քրեյգ Ա. Քարոլ, Չերիլ Ա. Էսկիլոն, Քրիստոֆեր Գոլդեն,
Դուգլաս Դ. Հոլմս, Լարի Ռ. Լորենս, Քերոլ Մ. Սթեֆենս

Գլխավոր տնօրեն. Փիտեր Զ. Էվանս
Ընտանիքների և անդամների աջակցման տնօրեն.
Վիկտորիա Ա. Վոգ

Եկեղեցու Ամսագրերի տնօրեն. Ալան Ռ. Լոյդերգ
Գործարար ղեկավար. Գարթ Քենոն

Գլխավոր խմբագիր. Ռ. Վալ Ջոնսոն
Գլխավոր խմբագրի օգնական. Ռայան Բար
Հրապարակման օգնական. Մեգան Սեյջ
Գործընդունողներ. Բրիսթոլ Բիթլ, Դեյվիդ Դիքսոն,
Դեյվիդ Ա. Էդվարդս, Մեթյու Դ. Ֆլիթսոն, Լորի Ֆուլեր, Գարեթ Շ.
Գարթ, Լամեն Փորթեր Գանթ, Ջիլ Շեքիլ, Շառլոտ Լարկաբալ,
Մայքլ Ռ. Մորիս, Էրիկ Բ. Մերդոք, Սալի Ջոնսոն Օրտերիկ,
Ջոշուա Ջ. Փերկին, Յան Փինդոլդ, Ռիչարդ Մ. Ռոմսի, Միլոդի
Էն Սելո, Դոլ Վանդենբերգ, Մարիամ Վիդիսոն

Արվեստի գծով գործադիր տնօրեն. Ջ. Սթոք Նադեն
Արվեստի տնօրեն. Թեդ Ռ. Փեթերսոն
Չեղանկարում. Ջանեթ Էնդրյուս, Ջեյ Պ. Մորոյ, Ս. Թիմալ
Բոթ, Թոմաս Չայլո, Դեյվիդ Գրին, Ջուլիան Հինքլի, Էրիկ Պ.
Հոնսոն, Մյուգան Լոֆթեր, Սթոք Մ. Սոյ, Մարք Վ. Ռոբերտս,
Ռաբել Սմիթ, Բրեդ Թիլդ, Կ. Նիկոլ Վոլենդոմսոն
Մտավոր սեփականության համակարգող.
Քրեյթ Նեբերեր Օս

Հրատարակչության տնօրեն. Ջեյմս Է. Փիթերս
Հրատարակում. Գլեն Ադեր, Քոնսի Բոթրոֆ Բրիջ, Ջուլի
Բոդերթ, Քեթի Դանթոն, Բրայան Վ. Գիջի, Դենիզ Բրեթ, Գլենի
Ջ. Դիլոն, Գեյ Թեյթ Ռաֆերթի

Նախատպագրություն. Ջեյմ Լ. Մարթին

Տպագրության տնօրեն. Ստիվեն Տ. Լյուիս
Չափման տնօրեն. Սթեֆեն Ռ. Քրիստենսեն

Միացյալ Նահանգներից և Կանադայից դուրս
բաժանորդագրման և գների մասին տեղեկանքային համար
այցելեք store.lds.org կամ դիմեք եկեղեցու ձեր
տեղական բաշխման կենտրոն կամ ծխիճյուղի ղեկավարին:

Ձեռագրերը և հարցերը ներկայացրեք առցանց՝
liahona.lds.org; է-փոստով՝ liahona@ldschurch.org; կամ
փոստով՝ *Liahona*, Rm. 2420, 50 E. North Temple St.,
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA:

Լիահոնան (Մորմոնի Գրքի տեղիք, որը նշանակում
է «կողմնացույց» կամ «ուղեցույց») հրատարակվում
է անգլերեն, ալբաներեն, բիսլամա, բուլղարերեն,
գերմաներեն, դանիերեն, էստոներեն, թագալոգ, թաիլերեն,
թամիլ, թայերեն, թելուգու, թունգերեն, ինդոնեզերեն,
իսպաներեն, իսրայելերեն, իտալերեն, լատիշերեն, լեհերեն,
լատիշերեն, լուրվաթերեն, կամբոջերեն, կիրիբատի,
կորեերեն, հայերեն, հայերեն, հինգի, հոլանդերեն,
հունարեն, հունգարերեն, ճապոներեն, մալայալ, մալայալերեն,
մոնղոլերեն, նորվեգերեն, փիլիպինյան, չեխերեն,
չինարեն, պորտուգալերեն, ռումիներեն, ռուսերեն, սամոյերեն,
սինհալա, սլովեներեն, սլոնալանդերեն, ուկրաիներեն, ուրդու,
քերական, ֆիններեն, ֆիլիպինյան և ֆիլիպինյան (լեզուներով):
Հրատարակչության համախառնությունը տարբերվում
է ըստ (լեզուների):

© 2016 by Intellectual Reserve, Inc. Բոլոր իրավունքները
վերապահված են: Տպագրված է Ամերիկայի Միացյալ
Նահանգներում:

Լիահոնայի տեքստը և տեսողական նյութերը կարող են
բազմապատկերվել եկեղեցում կամ տանը առանձին, ոչ-առևտրային
օգտագործման նպատակով: Տեսողական նյութերը չեն կարող
բազմապատկերվել, եթե սեփականության հատուկ նշան է արված:
Հեղինակային իրավունքի վերաբերյալ հարցերը ուղարկեք
հետևյալ հասցեով: Intellectual Property Office, 50 E. North
Temple St., Salt Lake City, UT 84150, USA; կամ էլ-փոստով:
cor-intellectualproperty@ldschurch.org:

Լիահոնան տարբեր (լեզուներով) կարելի է գտնել
www.liahona.lds.org ինտերնետային կայքում:

For Readers in the United States and Canada:
October 2016 Vol. 17 No. 3. LIAHONA (USPS 311-480) Armenian
(ISSN 1525-7614) is published four times a year (April, May,
October, and November) by The Church of Jesus Christ of
Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150.
USA subscription price is \$4.00 per year; Canada, \$4.80 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 Post 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. Box 26368, Salt Lake
City, UT 84126-0368, USA.

Մտքեր ընտանեկան երեկոյի համար

Այս համարը պարունակում է հոդվածներ և միջոցառումներ, որոնք կարող
են օգտագործվել ընտանեկան երեկոյի համար: Ահա երկու օրինակ:



«Փոքրիկ երեխաները և հաղորդու- թյունը», էջ 16.

Որպես ծնողներ հոգիվածը
կարդալուց հետո դուք կարող եք քննարկել
այն եղանակները, որոնցով կարող եք
ուսուցանել ձեր փոքր երեխաներին հաղոր-
դության և ուխտերի կարևորության մասին,
որոնք նրանք մի օր կկապեն մկրտության
ժամանակ: Դուք կարող եք օգտագործել
հաղորդության աղոթքները (կարելի է գտնել
Վարդապետություն և Ուխտեր 20.77, 79-ում),
որպեսզի սովորեցնեք այն խոստումների
մասին, որոնք մենք տալիս ենք մկրտության
ժամանակ, և թե ինչպես է ամեն կիրակի
հաղորդություն ընդունելը թույլ տալիս մեզ
նորոգել այդ խոստումները: Դուք կարող
եք նաև ունենալ մտքեր, որոնք կօգնեն
հաղորդության ժամանակ ձեր երեխաներին

կենտրոնանալ Փրկչի վրա, օրինակ՝ ստեղ-
ծել հասարակ գիրք Փրկչի նկարներով:

«Սովորելու բաղադրատոմս», էջ 62. Եթե
դուք ունեք տարիքով մեծ երեխաներ, ովքեր
ինքնուրույն են ուսումնասիրում սուրբ գրու-
թյունները, կարող եք կարդալ այս հոդվածը
նրանց հետ և հրավիրել նրանց փորձել
կիրառել հոգվածի մտքերը: Կարող եք
խնդրել ընտանիքի յուրաքանչյուր անդամի
ստեղծել անձնական ուսումնասիրության
օրագիր և կանոնավոր գրել այնտեղ
նպատակները: Ընտանիքի անդամները
ընտանեկան երեկոյների ժամանակ կարող
են կամավոր կիսվել իրենց մտքերով և
տպավորություններով, որոնք գրի են առել
իրենց օրագրերում:

ԱՎԵԼԻՆ ՀԱՄԱՑԱՆՑՈՒՄ

Լիահոնան և Եկեղեցու այլ նյութերը տարբեր լեզուներով մատչելի են www.languages.lds.org
կայքում: Այցելեք [Facebook.com/liahona.magazine](https://www.facebook.com/liahona.magazine) (առկա է անգլերեն, պորտուգալերեն
և իսպաներեն) և գտեք ոգեշնչված ուղերձներ, ընտանեկան տնային երեկոյների մտքեր,
կիրակնօրյա դպրոցի դասերի օգնություն և նյութեր, որոնցով կարող եք կիսվել ընկերների
և ընտանիքի հետ:

ԱՅՍ ՀԱՄԱՐԻ ԹԵՄԱՆԵՐԸ

Համարները ցույց են տալիս հոդվածի առաջին էջը:

Ազնվություն, 72
Աղոթք, 53, 66
Անձնական հայտնություն, 46
Աստվածային էություն, 46
Երաժշտություն, 79
Երեխաներ, 16, 42
Ընկերներ, 64
**Ընտանեկան պատմու-
թյուն, 26, 42**
Ընտանիք, 7, 26, 44, 66, 68, 70
Ինքնապահպանություն, 18
Խաղաղություն, 58, 68
Ծառայություն, 41, 58
Ծոմապահություն, 44
Կոչումներ, 8

Հաղորդություն, 9, 16
Համբերություն, 54
Հանգստության օր, 8, 42
Հավատք, 46, 58, 74, 76
Հետևել մարգարեներին, 46
Հնազանդություն, 4, 30, 46
Հույս, 58
Հրաշքներ, 44
Մարգարեներ, 46, 80
**Մարդասիրական
ծառայություն, 36**
**Միսիոներական
աշխատանք, 24, 36**
Մորմոնի Գիրք, 26, 43, 74, 76
Ողորմածություն, 40

Ուսուցանել, 16, 72
Չափանիշներ, 64
Պատվիրաններ, 4
Սեր, 30, 41
Սուրբ Հոգի, 70
**Սուրբ գրությունների
ուսումնասիրություն, 43, 62**
Վերջին Օրերի Սրբերի, 4, 61, 76
Վկայություն, 74
Տաճար, 69
Տասնորդ, 72
Ցանկանալիություն, 30
Փորձություններ, 18, 53, 58
Քաջություն, 74



Նախագահ
Թովաս Ս.
Մոնսոն

ՀՆԱԶԱՆԴՈՒԹՅԱՆ ՕՐՀՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

«**Ս**մենամեծ դասը, որը մենք կարող ենք սովորել մահկանացու կյանքում,- ասել է Նախագահ Թովաս Ս. Մոնսոնը,- այն է, որ երբ Աստված խոսում է, իսկ մենք հնազանդվում ենք, մենք միշտ ճիշտ կլինենք»:¹

Մենք նաև օրհնված կլինենք: Ինչպես Նախագահ Մոնսոնն ասաց վերջին գերագույն համաժողովի ժամանակ. «Երբ մենք պահենք պատվիրանները, մեր կյանքն ավելի երջանիկ ու հեշտ կդառնա: Մեր դժվարություններն ու խնդիրներն ավելի հեշտ տանելի կլինեն և մենք կստանանք [Աստծո] խոստացած օրհնությունները»:²

Եկեղեցու Նախագահ Մոնսոնի ումունքների հետևյալ հատվածներում նա հիշեցնում է մեզ, որ պատվիրանները ամենաապահով ուղեցույցն են դեպի երջանկությունն ու խաղաղությունը:

Ուղեցույցներ ճամփորդության համար

«Աստծո պատվիրանները տրված չեն, որ հիասթափեցնեն մեզ կամ խոչընդոտեն մեր երջանկությանը: Դիշտ է հակառակը: Նա, ով ստեղծել է մեզ, և Նա, ով սիրում է մեզ, կատարյալ կերպով գիտի, թե մենք ինչպես պիտի ապրենք մեր կյանքը, որպեսզի ձեռք բերենք հնարավոր ամենամեծ երջանկությունը: Նա մեզ տրամադրել է ուղեցույցներ, որոնք մեզ ապահով կուղեկցեն այս, հաճախ խաբուսիկ, մահկանացու ճամփորդության ընթացքում: Մենք հիշում ենք ծանոթ հիմնի բառերը. «Պահեք պատվիրանները, Սրանում է ապահովությունը, սրանում է խաղաղությունը» [“Keep the Commandments,” *Hymns*, no. 303]:³

Ուժ և գիտելիք

«Հնազանդությունը մարգարեների փորձադրոշմն է. այն ուժ ու գիտելիք է տվել նրանց դարերի ընթացքում:

Անհրաժեշտ է, որ մենք գիտակցենք, որ մենք ևս իրավունք ունենք օգտվել ուժի ու գիտելիքի այս աղբյուրից: Այն մատչելի է մեզանից յուրաքանչյուրին այսօր, երբ մենք հնազանդվում ենք Տիրոջ պատվիրաններին: . . .

Գիտելիքը, որը մենք փնտրում ենք, պատասխանները, որոնց մենք ձգտում ենք, և ուժը, որը մենք ցանկանում ենք ունենալ այսօր` բարդ ու փոփոխական աշխարհի խնդիրներին դիմակայելիս, կարող են լինել մերը, եթե մենք պատրաստակամ հնազանդվենք Տիրոջ պատվիրաններին»:⁴

Ընտրեք հնազանդությունը

«Մեր ժամանակների ընդհանուր ուղղությունը ամենաթողությունն է: Ամսագրերն ու հեռուստածրագրերը պատկերում են հեռուստաէկրանների աստղերին, սպորտի ոլորտի հերոսներին, նրանց, ում հետ երիտասարդները փափագում են մրցել, ինչպես Աստծո պատվիրանների անտեսումը և մեղսավոր գործունեության ցուցադրումը` առանց որևէ վնասակար ազդեցության: Մի հավատացեք դրան: Ժամանակ կա հաշվարկելու, նույնիսկ հավասարակշռելու բալանսը: Յուրաքանչյուր Մոխրոտիկ ունի իր կեսգիշերը, եթե ոչ այս, ապա հաջորդ կյանքում: Դատաստանի օրը կգա բոլորի համար: Ես խնդրում եմ ձեզ ընտրել հնազանդությունը»:⁵

Ուրախություն և խաղաղություն

«Երբեմն ձեզ կարող է թվալ, որ աշխարհիկ մարդիկ ավելի շատ ուրախություններ ունեն, քան դուք: Զեզանից ոմանք կարող են սահմանափակված զգալ այն վարքականոնով, որին մենք այնքան հավատարիմ ենք Եկեղեցում: Մակայն, իմ եղբայրներ և քույրեր, ես հայտարարում եմ ձեզ, որ չկա *ոչինչ*, որը կարող



Հետևեք Փրկչին

«Ո՞վ էր այս ցավեր տեսած, վշտին ծանոթ մարդը: Ո՞վ է փառքի Թագավորը, այս զորաց Տերը: Նա մեր Տերն է: Նա մեր Փրկիչն է: Նա Աստծո Որդին է: Նա է մեր Փրկության Հեղինակը: Նա կանչում է. «Հետևիր ինձ»: Նա սովորեցնում է. «Գնա, դու էլ այնպես արա»: Նա խնդրում է. «Իմ պատուիրանքները պահեցեք»:

Եկեք հետևենք Նրան: Եկեք նմանվենք Նրա օրինակին: Եկեք հնազանդվենք Նրա խոսքին: Այսպես վարվելով, մենք նրան տալիս ենք երախտագիտության աստվածային պարգևը»:⁸ ■

ՀՂՈՒՄՆԵՐ

1. «Նրանք հետևելու համար ուղի նշեցին» *Լիստոնա*, հոկ. 2007, 5:
2. «Դահեք պատվիրանները», *Լիստոնա*, նոյ. 2015, 83:
3. «Դահեք պատվիրանները», 83:
4. «Հնազանդությունը օրհնություններ է բերում», *Լիստոնա*, մայիս 2013, 90, 92:
5. «Հավատացեք, հնազանդվեք և համբերեք», *Լիստոնա*, մայիս 2012, 129:
6. «Կանգնեք սուրբ տեղերում», *Լիստոնա*, նոյ. 2011, 83:
7. «Ուրախ եղեք», *Լիստոնա*, մայիս 2009, 92:
8. «Ուրախություն գտնելով ճամփորդության ընթացքում», *Լիստոնա*, նոյ. 2008, 88:

է ավելի մեծ ուրախություն բերել մեր կյանք կամ ավելի շատ խաղաղություն բերել մեր հոգիներին, քան Հոգին, որը կարող ենք զգալ, երբ հետևենք Փրկիչին և պահենք պատվիրանները»:⁶

Ուղիղ քայլեր

«Ես վկայում եմ ձեզ, որ մեզ խոստացված օրհնություններն անչափ են: Չնայած փոթորկոտ ամպեր

կարող են հավաքվել, չնայած անձրևներ կարող են տեղալ մեզ վրա, ավետարանի մեր գիտելիքը և մեր Երկնային Հոր ու մեր Փրկիչի հանդեպ սերը կհանգստացնեն և կհաստատեն մեզ և ուրախություն կբերեն մեր սրտերին, եթե մենք քայլենք ուղիղ և պահենք պատվիրանները: Չի լինի ոչ մի բան այս աշխարհում, որ կարողանա հաղթել մեզ»:⁷

ՈՒՍՈՒՑԱՆՈՒՄ ԱՅՍ ՈՒՂԵՐՉԻՑ

Նախագահ Մոնսոնը ուսուցանում է մեզ այն բազում օրհնությունների մասին, որոնք կարող ենք ստանալ՝ լինելով հնազանդ, ներառյալ ուժը, գիտելիքը, ուրախությունն ու խաղաղությունը: Հարցրեք ձեր ուսանողներին, թե նրանք ինչպես են օրհնվել՝ պահելով պատվիրանները: Դուք կարող եք

խրախուսել նրանց շարունակել խորհել իրենց օրհնությունների վերաբերյալ և օրագրում գրի առնել իրենց խոհերն ու տպավորությունները: Կարող եք նաև խրախուսել նրանց երախտագիտություն արտահայտել Աստծուն իրենց օրհնությունների համար, շարունակելով լինել հնազանդ:

Խարույկը և հնազանդության դասերը

Նախագահ Թոմաս Ս. Մոնսոնը մի անգամ պատմել է մի դեպքի մասին, որի շնորհիվ ինքը հասկացավ հնազանդության կարևորությունը: Երբ նա 8 տարեկան էր, նրա ընտանիքը մեկնեց լեռներում գտնվող իրենց տնակը: Նա և ընկերը ցանկանում էին մաքրել խոտածածկ վայրը խարույկի համար: Նրանք փորձեցին մաքրել խոտը ձեռքով, քաշելով ու պոկելով, որքան հնարավոր է ուժեղ, բայց այն, ինչ կարողացան քաղել, ընդամենը մի քանի բուռ մոլախոտ էր: Նախագահ Մոնսոնը մեկնաբանեց. «Իսկ հետո մի կատարյալ լուծում ծագեց իմ ութամյա գլխում: Ես ասացի Դենիին. «Մենք պիտի վառենք այս մոլախոտերը: Մենք *այրելով* մի շրջան կբացենք մոլախոտերի մեջ»:

Չնայած նա գիտեր, որ թույլատրված չէ լուցկի օգտագործել, վազեց տնակ, լուցկի բերեց և Դենիի հետ մի փոքր կրակ վառեցին այդ խոտածածկ վայրում: Նրանք

ակնկալում էին, որ կրակն ինքն իրեն կմարի, բայց փոխարենը այն վերածեց վտանգավոր հրդեհի: Նրանք վազեցին օգնություն կանչելու, և շուտով մեծահասակները շտապեցին այնտեղ՝ հանգցնելու կրակը, նախքան այն կհասներ ծառերին:

Նախագահ Մոնսոնը շարունակեց. «Այդ օրը ես ու Դենին սովորեցինք մի քանի դժվար, բայց կարևոր դասեր, որոնցից մեկը հնազանդության կարևորությունն էր»: (Տես «Հնազանդությունը օրհնություններ է բերում», *Լիահոնա*, մայիս 2013, 89–90:)

Նախագահ Մոնսոնի նման երբևէ ստիպված եղե՞լ եք այսպիսի դժվար եղանակով որևէ դաս սովորել հնազանդության մասին: Ի՞նչ նպատակներ կարող եք սահմանել՝ հնազանդության միջոցով ապագայում ապահով լինելու համար:

ԵՐԵՒԱՆԵՐ

Ընտրեք ճիշտը

Ընտրելով ճիշտը մենք մոտենում ենք Երկնային Հորն ու Հիսուս Քրիստոսին: Այն նաև օգնում է մեզ լինել երջանիկ ու ապահով: Նշեք այն եղանակները, որոնցով կարող եք ընտրել ճիշտը:



Խաբեք դպրոցում



Կարդացեք սուրբ գրքերը



Քնացեք եկեղեցի

Ծառայեք ուրիշներին



Կռվեք ձեր քույրերի ու եղբայրների հետ



Խաղացեք լավ խաղեր



Աղոթքով ուսումնասիրեք այս նյութը և ձգտեք հասկանալ, թե ինչով կարող եք կիսվել: «Ընտանիք՝ հայտնաբերություն աշխարհին» հոդվածը ընթերցե՛ք ինչպե՛ս կմեծացնի ձեր հավատն առ Աստված և կօրինի նրանց, ում այցելում և ուսուցանում եք: Լրացուցիչ տեղեկություն հասնար այցելեք reliefsociety.lds.org:

Ընտանիքը հաստատված է Աստծո կողմից

«[Երեխաների Խմբի] երգի բառերը «Ընտանիքն Աստծուց է», . . . մեզ հիշեցնում են ճշմարիտ վարդապետության մասին», — ասել է Սփոփող Միության գերագույն նախագահության առաջին խորհրդական Քույր Քերոլ Մ. Սթեֆենսը: Մենք ոչ միայն սովորում ենք, որ ընտանիքն Աստծուց է, այլև սովորում ենք, որ յուրաքանչյուրս Աստծո ընտանիքի մասն է: . . .

. . . Տիրոջ ծրագիրը Իր զավակներին համար սիրո ծրագիր է: Դա Նրա զավակներին, Նրա ընտանիքն Իր հետ միավորելու ծրագիր է:¹

Երեց Լ. Թոմ Փերին (1922–2015) Տասներկու Առաքյալների Քվորումից ասել է. «Մենք նույնպես հավատում ենք, որ ամուր ավանդական ընտանիքները ոչ միայն կայուն հասարակության, տնտեսության և կայուն մշակույթի արժեքների հիմնական միավորներն են, այլև հավերժության և Աստծո թագավորության ու կառավարության հիմնական միավորներն են:

Մենք հավատում ենք, որ երկնքի կազմակերպությունը



և կառավարությունը կկառուցվի ընտանիքների և ընդլայնված ընտանիքների շուրջ»:²

«Յուրաքանչյուրը, անկախ ամուսնական կարգավիճակից կամ երեխաների քանակից, կարող է պաշտպանել Տիրոջ ծրագիրը, որը նկարագրվում է ընտանիքի վերաբերյալ հայտարարությունում», ասել է Երիտասարդ Կանանց Գերագույն Նախագահ Բոննի Լ. Օսկարսոնը: «Եթե դա Տիրոջ ծրագիրն է, այն պիտի լինի նաև մեր ծրագիրը»:³

Լրացուցիչ սուրբ գրություններ

Վարդապետություն և Ուխտեր
2.1–3, 132.19

ՀՂՈՒՄՆԵՐ

1. Քերոլ Մ. Սթեֆենս, «Ընտանիքն Աստծուց է», *Լիսինուս*, մայիս 2015, 11, 13:
2. Լ. Թոմ Փերի, «Ինչո՞ւ են կարևոր ամուսնությունն ու ընտանիքն ամբողջ աշխարհում», *Լիսինուս*, մայիս 2015, 41–42:
3. Բոննի Լ. Օսկարսոն, «Ընտանիքի մասին հայտարարության պաշտպանները», *Լիսինուս*, մայիս 2015, 15:
4. Ջուլի Բ. Բեք, «Ուսուցանել ընտանիքի վարդապետությունը», *Լիսինուս*, մարտ 2011, 32, 34:

Հավատ,
ընտանիք,
սփոփանք



Ընտանիքի վարդապետությունը

Քույր Ջուլի Բ. Բեքը՝ Սփոփող Միության նախկին Գերագույն Նախագահը, ուսուցանել է, որ ընտանիքի աստվածաբանությունը հիմնված է Արարման, Անկման և Հիսուս Քրիստոսի Զավության վրա.

«Երկրի Արարման շնորհիվ տրամադրվեց մի վայր, որտեղ ընտանիքները կարող էին ապրել: Աստված ստեղծեց տղամարդուն և կնոջը, ովքեր ընտանիքի հիմնական կորիզն էին: Երկնային Հոր ծրագրի մի մասն այն էր, որ Ադամն ու Եվան կնքվեին և հավերժական ընտանիք կազմեին:

. . . Անկումը նրանց համար որդիներ ու դուստրեր ունենալու հնարավորություն ընձեռեց:

[Քրիստոսի] Զավությունը թույլ տվեց, որ ընտանիքը հավերժ միասին կնքվի: Այն թույլ է տալիս, որ ընտանիքները հավերժական աճ և կատարելագործում ունենան: Երջանկության ծրագիրը, որը նաև կոչվում է փրկության ծրագիր, ընտանիքների համար ստեղծված ծրագիր էր: . . .

. . . Սա Քրիստոսի վարդապետությունն էր: . . . Առանց ընտանիքի չկա ծրագիր, չկա ոչ մի հիմք մահկանացու կյանքի համար»:⁴

Խորհե՛ք այս մասին

Ինչո՞ւ է ընտանիքը ամենակարևոր միավորը ժամանակի և հավերժության մեջ:

ԾԱՌԱՅՈՒԹՅՈՒՆՈՎ ՀԱԳԵՑԱԾ ԻՄ ԿԻՐԱԿԻՆԵՐԸ

Ջեֆրի Ա. Հոգ

Իմ կիրակիները հազեցած են, բայց ես երախտապարտ եմ, որ կարող եմ ծառայել առանց այն դժվարությունների, որոնց բախվել էին Եկեղեցու վաղ շրջանի ղեկավարները՝ ինչպես օրինակ Երեց Փարլի Պ. Պրատը:

Կիրակի առավոտ է: Առջևում ես ունեմ 12-ժամյա օրակարգ, որը կազմված է ժողովներից, հարցազրույցներից, հաստատումներից ու կարգումներից: Ես կսկսեմ մի ցցի կենտրոնից և կավարտեմ մի այլ ժողովատանը՝ քաղաքի մյուս ծայրում և ամբողջը մի շատ շուգ օրվա ընթացքում:

Ես անհամբեր սպասում եմ յուրաքանչյուր ժողովի, հարցազրույցի, հաստատման ու կարգման: Բայց երեկ, երբ մտածում էի, թե որքան զբաղված էի լինելու, ես մի փոքր ինքնախղճահարություն զգացի, մինչև որ բացեցի *Փարլի Պ. Պրատի ինքնակենսագրությունը* և սկսեցի կարդալ այնտեղից, որտեղ ես կանգ էի առել: Այն դժվար օրերին Ջոզեֆ և Հայրում Մմիթների հետ Երեց Պրատը բանտարկված էր Միսսուրիում: Ինդիփենդենս տանելուց հետո Եղբայրներին բանտարկեցին մի հյուրանոցում, որտեղ նրանք քնում էին հատակին, իսկ բարձի փոխարեն դրված էր փայտի կոճղ:

Մի ցուրտ, ձմեռային առավոտ Երեց Պրատը վեր կացավ ու աննկատ դուրս սահեց հյուրանոցից: Քաղաքի միջով նա ուղևորվեց դեպի մոտակա դաշտերը: Մեկ մղոն (1600 մետր) քայլելուց հետո Երեց Պրատը մտավ անտառ, թափվող ձյունը ծածկում էր նրա հետքերը, իսկ ծառերը թաքցնում էին նրան:

Նա անդրադառնում էր այն տիպի դրությանը, որում ինքը գտնվում էր: Եթե նա շարունակեր դեպի արևելք, դա նշանակում էր, որ փախչելու էր դեպի մի այլ նահանգ, որտեղից

կարող էր ուղարկել իր ընտանիքի ետևից: Հյուրանոց վերադառնալը կնշանակեր ազատագրվում և մեղադրանք լուրջ հանցագործությունների կատարման մեջ: Սակայն փախուստի գայթակղությունը Երեց Պրատին հիշեցրեց նաև «փորձանքների փոթորիկ և նույնիսկ մահվան» մասին, որոնք ինքը կպատճառեր այլ բանտարկյալներին, եթե փախչեր:

Տարակուսանքների մեջ մի հոգևոր միտք ծագեց նրա գլխում. «Ով որ կամենայ իր անձն ապրեցնել՝ կկորցնե նորան, եվ ով իմ գործի համար, իմ անվան համար, վայր է դնում իր կյանքը, նա կգտնի այն կրկին, այսինքն՝ կյանք հավերժական» (տես Մարկոսի 8.35, Վեճ. 98.13):

Երեց Պրատը վերադարձավ հյուրանոց: Դրան հետևեցին ազատագրվման ծանր ամիսները՝ առանց ընտանիքի, Սրբերի

ընկերակցության և իր առաքելական կոչման մեջ ծառայելու հնարավորության:¹

Փակելով գիրքը, ես խորհում էի վաղ շրջանի Սրբերի, նաև իմ որոշ նախնիների կրած զրկանքների մասին: Հիսուս Քրիստոսի հանդեպ իրենց հավատի և ավետարանի մասին ունեցած իրենց վկայության պատճառով նրանք ենթարկվում էին դաժան հալածանքների: Նրանց տոկոմության շնորհիվ այսօր ես կարող եմ ծառայել և անարգել երկրպագել, նրանց հետ կապված լինելով հավատով ու վկայությամբ:

Մինչ ես պատրաստվում եմ այս Հանգստության օրվան, իմ ընտանիքն ապահով ու անհամբեր սպասում է երկրպագության օրվան, որը տեղի կունենա հարմարավետ ժողովատանը: Սրբերի ընկերակցությունը պայծառ կդարձնի մեր օրը: Մենք կիրճվենք նրանց հետ, տեսնելով, թե ինչպես են կատարվում հաստատումները, կարգումները և պարտականությունները և ինչպես է ամրանում հավատը: Մենք կճաշակենք հաղորդությունը, կհիշենք մեր Փրկիչին և Նրա քաղիչ գոհաբերությունը: Իսկ երեկոյան մենք կհավաքվենք մեր տանը՝ կարդալու Մորմոնի Գիրքը, աղոթելու միասին, նախքան կպառկենք հարմարավետ անկողիններում և կդնենք մեր գլուխները փափուկ բարձրի վրա:

Իմ կիրակիները շատ հազեցած են: Դրա համար ես շատ երախտապարտ եմ և օրհնված: ■

Հեղինակն սպորում է ԱՄՆ-ի Կալիֆորնիա նահանգում:

ԶՆՈՒՄ

1. See Parley P. Pratt, *Autobiography of Parley P. Pratt*, ed. Parley P. Pratt Jr. (1979), 194–97.



ՄԵԼՎԱՅԻ ՎԵՐՋԻՆ ԸՆԹՐԻՔԸ

Չերիլ Հարվարդ Ուիլքոքս

«Կցանկանայի՞ր փորձել ընդունել հաղորդությունը»: Ես հարցրի իմ մահացող մորը:

Մայրս ապրեց մինչև 92 տարեկան և վերջերս հեռացավ կյանքից: Նա գտնվում էր հիվանդանոցում, երբ բժիշկները որոշեցին, որ ոչ մի բան այլևս հնարավոր չէր անել. որքան հնարավոր էր նրա համար պետք էր հարմարավետ պայմաններ ստեղծել, մինչև կհեռանար կյանքից:

Երբ նախապատրաստվում էինք նրան տուն տանել, երկու եղբայրներ տեղի ծխից մտան սենյակ և հարցրին ինձ, թե մայրս արդյոք կկամենար հաղորդություն ընդունել: Մկզբում ես նրանց ասացի. «Ոչ, շնորհակալություն»: Մայրս դժվարությամբ էր կուլ տալիս: Ապա ես ասացի. «Ավելի լավ է հարցնենք նրան»: Ես խոնարհվեցի նրա ականջին և ասացի. «Այստեղ երկու քահանայություն կրող կա: Կցանկանայի՞ր փորձել ընդունել հաղորդությունը»: Թույլ, բայց հստակ ձայնով նա պատասխանեց. «Այո»:

Օրհնելուց հետո, ես վերցրի մի կտոր հաց սկուտեղի վրայից, կտրեցի մի փոքրիկ փշուր և զգուշորեն դրեցի նրա բերանը: Նա մի փոքր ջանք թափեց դրա վրա, և ես լուռ ներողություն խնդրեցի տղամարդկանցից, որ դա ժամանակ խլեց: Նրանք հավաստիացրին ինձ, որ ամեն ինչ կարգին էր: Երկրորդ աղոթքից հետո ես վերցրի ջրով լի պլաստմասայից մի փոքր

բաժակ և մոտեցրի նրա շուրթերին: Նա միայն մի կուլ արեց, բայց ես զարմացա, թե որքան լավ նա կուլ տվեց այն:

Ես շնորհակալություն հայտնեցի եղբայրներին, և նրանք գնացին կողքի սենյակ: Մայրիկը խաղաղ մահացավ մոտ մեկ ժամ անց:

Հաջորդ օրերի ընթացքում ես հասկացա, թե ինչ սրբազան պահ էր, որով ինձ թույլ տրվեց կիսվել մայրիկիս հետ: Վերջին բանը, որ նա արեց այս կյանքում, հաղորդություն ճաշակելն էր: Վերջին խոսքը, որ նա ասաց, «Այո»-ն էր, այո՝ ստանալու հաղորդությունը, այո՝ մատուցելու վոտրված սրտի և փշրված

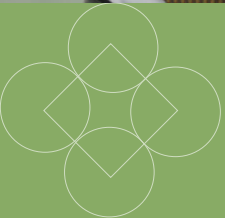
հոգու՝ իր զոհաբերությունը (3 Նեվիի 9.20), այո՝ իր վրա վերցնելու Հիսուս Քրիստոսի անունը՝ խոստանալով միշտ հիշել Նրան, այո՝ ստանալու Նրա Հոգին: Վերջին բաները, որոնք անցան նրա շուրթերով հաղորդության խորհրդանիշներն էին:

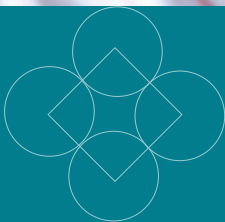
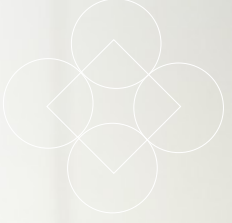
Որքա՞ն քաղցր պիտի լիներ նրա վերջին ընթրիքը: Չնայած շատ թույլ էր շարժվելու կամ խոսելու համար, որքա՞ն աշխույժ պետք է զգար իրեն: Որքա՞ն երախտապարտ նա պիտի լիներ Նրա փրկագնող և հնարավորություն տվող զորության համար, որը տարավ նրան իր մահկանացու ճանապարհորդության այդ վերջին պահերի միջով և հույս տվեց նրան հավերժական կյանքի համար:

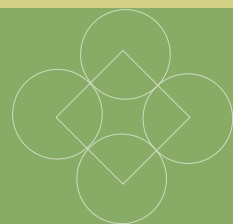
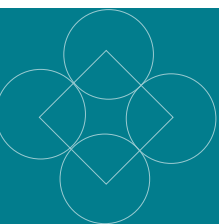
Յուրաքանչյուր շաբաթ, երբ մենք ճաշակում ենք հաղորդությունը, թող մենք երախտապարտ լինենք մեր ունեցած հնարավորության համար՝ նորոգելու մեր ուխտերը և զգալու ներում ու շնորհ, երբ ձգտում ենք ավելի նմանվել մեր Երկնային Հորը և Նրա Որդուն՝ Հիսուս Քրիստոսին: Այդ ժամանակ հացն ու ջուրը կարող են մեզ համար լինել ճիշտ այնպես, ինչպես մայրիկիս համար էին, «որը քաղցր է այն ամենից, ինչ քաղցր է . . . և մաքուր է այն ամենից, ինչ մաքուր է» (Ավմա 32.42): ■

Հեղինակն սպրտում է Յոուսթոն, ԱՄՆ:

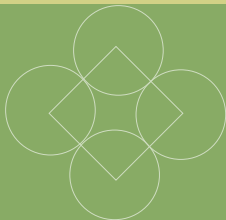
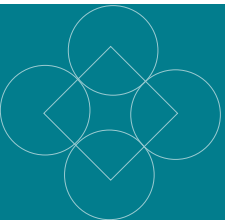
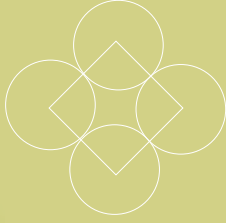














Փոքրիկ երեխաները ԵՎ հաղորդությունը

*Մեր փոքրիկ երեխաները զգում են, որ հաղորդությունը
կարևոր է մեզ համար: Մենք կարող ենք անել ավելին՝ օգնելով
նրանց հասկանալ, որ այն կարևոր է նաև հրեանց համար:*

Սիարոն Լ. Վեսթ

Երբևէ մտածե՞լ եք, թե ինչու ենք մենք թույլ տալիս չմկրտված երեխաներին ճաշակել հաղորդությունից: Արդյո՞ք դա անխուսափելի ճիշդից և ճիգերից խուսափելու համար է, երբ նրանք մի կտոր հաց են ուզում: Արդյո՞ք դա հաղորդությունը ավելի հեշտ սպասավորելու համար է, որպեսզի ուղղակի պահպանենք խաղաղությունը:

Ես այդպես չեմ կարծում: Հավատում եմ, որ կան ավելի խորը պատճառներ: Ես հավատում եմ սրան, որովհետև ես հավատում եմ, որ երբ Հիսուս Քրիստոսն ասում է «բոլորը», Նա նկատի ունի բոլորին: Եվ երբ Նա խոսում է բազմության հետ, Նա չի բացառում ոչ մեկին:

Երբ հարություն առած Փրկիչը ներկայացրեց հաղորդությունը Իր ժողովրդին Ամերիկաներում, Նա շեշտեց, որ արարողությունը հատուկ իմաստ ուներ նրանց համար, ովքեր մկրտվել էին:¹ Չնայած Նա պատվիրեց Իր աշակերտներին «տալ [հաղորդությունը] բազմությանը»:² Այդ բազմությունը ներառում էր «փոքրիկներին»:³

Երբ քահանայություն կրողներն այսօր ասում են հաղորդության աղոթքները, նրանք խնդրում են Երկնային Հորն օրհնել և սրբազործել հացն ու ջուրը «բոլոր»

հոգիների համար», ովքեր ճաշակում են:⁴ Բոլոր: Յուրաքանչյուր անձ, ով ճաշակում է, ներառյալ՝ յուրաքանչյուր փոքրիկ երեխա:

Եթե ճաշակելով հացն ու ջուրը, երեխաները ընդունում են այդ խորհրդանիշերը, որպես օրհնություն իրենց մաքուր հոգիներին, պետք է լինի մի ուղի օգնելու նրանց՝ իմաստ գտնել այդ արարողության մեջ:



Այդ հասկացողությամբ, ես ետ եմ նայում այն օրերին, երբ իմ երեխաները փոքրիկ էին: Կինս և ես բավականին լավ էինք կարողանում գլուխ հանել նրանցից՝ լուռ պահելով հաղորդությունը սպասավորելու ընթացքում: Կարծում եմ, նրանք զգում էին, որ արարողությունը կարևոր էր մեզ համար: Բայց մենք կարող էինք ավելին անել, օգնելով նրանց հասկանալ, որ այն կարևոր էր *իրենց համար*:

Ի՞նչ կարող էինք անել մենք: Մենք կարող էինք հիշել, որ փոքր երեխաներն ընդունակ են պահելու հաղորդության աղոթքի խոստումները: Նրանք կարող են հասկանալ, իրենց իսկ փոքրիկ, բայց գորավոր ձևով, թե ինչ է նշանակում «միշտ հիշել» Հիսուսին: Նրանք կարող են խոստանալ «պահել նրա պատվիրանները»: Նրանք կարող են նույնիսկ ցույց տալ, որ իրենք «հոժար են իրենց վրա վերցնել» Քրիստոսի անունը, իմանալով, որ իրենք շուտով կունենան այդ արտոնությունը, երբ մկրտվեն և հաստատվեն:⁵

Բայց ի՞նչ կասեք ուխտերը նորոգելու մասին: Եկեղեցու ղեկավարներն ուսուցանել են, որ երբ մենք ճաշակում ենք հաղորդությունը, մենք նորոգում ենք ուխտերը, որոնք կապել ենք Տիրոջ հետ:⁶ Փոքրիկ երեխաները ուխտեր չունեն նորոգելու:

Ես կրկին մտածում եմ այն ժամանակի մասին, երբ մեր երեխաները փոքր էին: Մենք չենք կարող օգնել նրանց ետ նայել ուխտերին, բայց մենք կարող ենք օգնել նրանց առաջ նայել: Ես պատկերացնում եմ ինձ մի փոքրիկ որդու կամ դստեր հետ կիրակի առավոտյան:

«Երբ դուք ութ տարեկան լինեք, -ասում եմ ես,- դուք կմկրտվեք և կստանաք Սուրբ Հոգու պարգևը: Դուք ուխտ կկապեք: Ուխտը, որ դուք կկապեք *այդ ժամանակ*, նման կլինի այն խոստումներին, որ դուք տալիս եք *այժմ*, երբ դուք վերցնում եք հաղորդությունը:

«Երբ ես վերցնեմ հաղորդությունն այսօր, ես

կնորոգեմ իմ մկրտության ուխտը, կարծես ես կրկին տալիս եմ այդ խոստումները: Դուք ինձ հետ կլինեք այնտեղ, բայց դուք ուխտ չեք նորոգի: Դուք դեռ այն չեք կապել: Փոխարենը դուք կարող եք *հիմուսնալ* ուխտ կապելու մեջ: Ամեն անգամ, երբ դուք վերցնում եք հաղորդությունը, դուք կարող եք պատրաստվել մկրտվելուն և հաստատմանը: Այդ ձևով դուք պատրաստ կլինեք, երբ դառնաք ութ տարեկան:

Եթե անսովոր է թվում օգտագործել *հիմուսնալ* բառը այս ձևով, քննարկեք այն. ակնաձայն միջավայրում հայրը կարող է օգնել իր երեխաներին պատրաստվել մկրտության արարողության համար՝ նրանց ցույց տալով, թե ինչպես նրանք կկանգնեն միասին ջրի մեջ և կասվի մկրտության աղոթքի խոսքերը: Նա չի կատարում այս արարողությունը այդ միջավայրում: Ինչ-որ տեղ նա օգնում է իր երեխաներին հմտանալ: Այդ ձևով նրանք չեն անհանգստանա, թե ինչ կպատահի, երբ նրանք մտնեն մկրտության ջրերը: Ես հավատացած եմ, որ մայրերը և հայրերը կարող են նույնպես օգնել երեխաներին հմտանալ մկրտության ուխտեր կապելիս և պահելիս: Յուրաքանչյուր հաղորդության ժողով կարող է լինել սրբազան հմտացման նիստ՝ փոքրիկ երեխաների համար, երբ նրանք ճաշակում են Փրկիչի Քավության խորհրդանիշներից:

Եվ այսպիսով ես վերադառնում եմ իմ սկզբնական հարցին: Ինչո՞ւ ենք մենք թույլ տալիս չմկրտված երեխաներին ճաշակել հաղորդությունից: Դա ուղղակի խաղաղություն պահպանելու համա՞ր է: Իհարկե, ոչ: Մենք օգնում ենք մեր փոքրիկներին ճաշակել հաղորդությունից, որպեսզի նրանք կարողանան հիշել իրենց Փրկիչին և պահել Նրա խաղաղությունը, մի խաղաղություն, որի նման ոչ մի բան աշխարհը չի կարող առաջարկել:⁷ Մենք օգնում ենք նրանց պատրաստվել ընդունել այդ խաղաղությունը ավելի ու ավելի մեծ առատությամբ ապագայում, երբ նրանք կկապեն և կպահեն ուխտեր Նրա հետ: ■

Հեղինակն ստորում է Յոսուսյում, ՄՄՆ:

ՀՂՈՒՄՆԵՐ

1. Տես 3 Նեփի 18.5, 11:
2. 3 Նեփի 18.4, շեշտադրումն ավելացված է:
3. 3 Նեփի 17.21-25, 18.1-4:
4. Վարդապետություն և Ուխտեր 20.77, 79, շեշտադրումն ավելացված է:
5. Վարդապետություն և Ուխտեր 20.77:
6. Տես Լ. Թոմ Փերի. «Երբ այժմ մենք վերցնում ենք հաղորդությունը» *Լիստինա*, մայիս 2006, 41:
7. Տես Հովհաննես 14.27:





ՀԱՍԿԱՆԱԼ ինքնասպանությունը

ՆԱԽԱՆՇԱՆՆԵՐ ԵՎ
ԿԱՆԽԱՐԳԵԼՈՒՄ

Քենիչի Շիմոկավա, Բժշկական գիտությունների թեկնածու

ՎՕՍ Շնտանեկան ծառայություններ, Ճապոնիայի գրասենյակ

Երբ Քեվինը 16 տարեկան էր, նրա ծնողներն ամուսնալուծվեցին: Միաժամանակ նա դադարեց ընդունել էպիլեպսիայի դեմ դեղորայքը, որն օգնում էր նրան կայունացնել տրամադրությունը: Նա ուներ նաև հոգեկան խանգարում, որն ուղեկցվում էր շիզոֆրենիայով, կաշուն մտքերով և ծանր տեսակի դեպրեսիայով: Դեղերը չէին օգնում: Հասնելով մի կետի, նա այնքան հոգնեց ամեն ինչից, որ որոշեց վերջ տալ իր կյանքին, առանց որևէ մեկին տեղյակ պահելու իր մտադրությունների մասին:

Քեվինը պատմում է այն օրվա մասին, երբ նա ինքնասպանության փորձ կատարարեց. «Ես լաց էի լինում: Ես շատ հոգնած էի և հոգեպես դատարկ: Ես պարզապես նայում էի մարդկանց ու ցանկանում, որ մեկն ինձ ասեր. «Ձեզ հետ ամեն ինչ կարգի՞ն է»: Որքան էլ ես ցանկանում էի դա, ես լսում էի, թե այդ ձայներն [իմ գլխում] ինչպես էին ասում. «Դու պիտի մեռնես»: . . . Անգամ երբ ես աղերսում էի ինքս ինձ չանել այդ, միևնույնն է ձայները չափազանց ուժեղ էին, ես ուղղակի չէի կարողանում պայքարել դրանց դեմ»:¹

Ցավալիորեն ոչ-ոք չնկատեց նրա վիշտը: Համոզված լինելով, որ ոչ-ոք հոգ չի տանում իր մասին, նա փորձ արեց, բայց հրաշքով փրկվեց:

Կարո՞ղ ենք մենք զգալ առնվազն նրա անհաղթահարելի կսկիծն ու հուսահատությունը, օգնության լուռ կանչը:

Ինքնասպանությունը մահկանացու կյանքի ամենածանր փորձություններից մեկն է՝ թե նրանց համար, ովքեր տառապում են ինքնասպանություն գործելու մտքերից, թե ընտանիքի անդամների համար: Տասներկու Առաքյալների Քվորումից Երեց Մ. Ռասսել Բալլարդն ասել է. «Իմ կարծիքով, ընտանիքի համար չկա ավելի դժվար ժամանակ, քան երբ սիրելիներից մեկը ինքնասպան է լինում: Ինքնասպանությունը կործանարար փորձություն է ընտանիքի համար»:² Հաշվի առնելով այս փորձության լուրջ բնույթը, եկեք քննարկենք, թե մենք (1) ինչ գիտենք ինքնասպանության մասին, ներառյալ նախանշաններն ու այն քայլերը, որոնք մենք կարող ենք կատարել, որպեսզի օգնենք կանխել այն, (2) ինչ կարող են անել ընտանիքի անդամներն ու համայնքները, և (3) մենք բոլորս ինչ պիտի անենք՝ ամրացնելու մեր հույսն ու հավատը Քրիստոսի հանդեպ, որպեսզի չընկնենք հուսահատության մեջ:

Հասկանալ ինքնասպանությունը

Ողջ աշխարհում ամեն տարի ավելի քան 800000 մարդ ինքնասպանությամբ հրաժեշտ են տալիս կյանքին:³ Դա նշանակում է, որ յուրաքանչյուր 40 վայրկյանը մեկ ինչ-որ մեկը վերջ է տալիս իր կյանքին: Փաստացի թիվը հավանաբար նույնիսկ ավելի մեծ է, որովհետև ինքնասպանությունը շատ նուրբ խնդիր է որոշ երկրներում, և հետևաբար տվյալները լիարժեք չեն ներկայացվում: Ինքնասպանությունը մահվան պատճառների մեջ երկրորդ տեղում է 15–29 տարեկանների շրջանում: Շատ երկրներում ինքնասպանության տոկոսն ամենաբարձրն է 70-ից բարձր տարիքի մարդկանց շրջանում: Ուղղակի կամ անուղղակի կերպով ինքնասպանությունն ազդում է մեր հասարակության մի մեծ հատվածի վրա:

Նախազգուշացնող նշաններ

Երբ թվում է, որ կյանքի դժվարությունների հաղթահարումը վեր է մեր ուժերից, մենք կարող ենք ընկնել ծայրահեղ լարված վիճակի մեջ: Երբ հոգեկան տառապանքները դառնում են անտանելի, անհատի գիտակցությունը կարող է մթազնել և հանգեցնել այն մտքին, որ մահը միակ ընտրությունն է: Նրանք կարող են համարել, որ ոչ ոք չի կարող օգնել իրենց, որն էլ կարող է հանգեցնել սոցիալական մեկուսացման և ավելի խորացնել տառապանքը, իսկ ծայրահեղ անհույս իրավիճակը ի վերջո կարող է հանգեցնել այն մտքին, որ ինքնասպանությունը միակ ընտրությունն է:

Երբ ինչ-որ մեկի մոտ կան այս լուրջ նախազգուշացնող նշաններից *որևէ* մեկը,⁴ մենք պիտի անմիջապես

դիմենք հոգեկան առողջության մասնագետին կամ շտապ օգնության ծառայություններից որևէ մեկին, օրինակ՝ ոստիկանությանը:

- Մպառնում են, որ կվնասեն կամ կսպանեն իրենց
- Փնտրում են եղանակներ կամ միջոցներ սպանելու իրենց
- Խոսում կամ գրում են մահվան, մեռնելու կամ ինքնասպանության մասին

Հետևյալ նշանները կարող են ներկայացնել պակաս անհետաձգելի իրավիճակ, բայց չպիտի երկմտենք օգնություն ցուցաբերել այն մարդուն, ում մոտ կա այս նշաններից որևէ մեկը:

- Նրանց մոտ արտահայտված է անհույս վիճակը և բացակայում է ապրելու նպատակը
- Արտահայտում են ցասում և բարկություն կամ փնտրում վրեժխնդրություն
- Դրսևորում են անխոհեմ վարքագիծ
- Զգում են, ինչպես ծուղակում
- Օգտագործում են աճող քանակությամբ ալկոհոլ և թմրանյութեր
- Հեռանում են ընկերներից, ընտանիքից ու հասարակությունից
- Մնահանգիստ են ու հուզված կամ ունենում են տրամադրության կտրուկ փոփոխություններ
- Չեն կարողանում քնել կամ քնած են ամբողջ ժամանակ
- Զգում են, որ իրենք բեռ են ուրիշների համար

Ինքնասպանություն գործողներից ոչ բոլորն են մյուսներին տեղյակ պահում իրենց նպատակների մասին, բայց նրանց բոլորի մոտ հիմնականում արտահայտվում են այս նախազգուշացնող նշանները: Ուրեմն այս նշանները լուրջ ընդունեք:

Նույնիսկ եթե մասնագիտական օգնությունը մատչելի չէ, իսկապես հոգատար ընկերների ու ընտանիքի դերը չափազանցված չէ:

Կանխարգելում

Երբ ինչ-որ մեկը հակված է ինքնասպանության, ընտանիքի ու ընկերների դերը շատ կարևոր է: Ինչպես Ալման է ուսուցանել, «հոժար եք կրելու մեկը մյուսի բեռը, որ դրանք թեթև լինեն, . . . հոժար եք սգալու նրանց հետ, ովքեր սգում են. այո, և մխիթարել նրանց, ովքեր կարիք ունեն մխիթարության (Մոսիա 18.8, 9):

Ահա մի քանի օգտակար քայլեր, որոնք կարող են կատարել ընտանիքի անդամներն ու ընկերները.

Հասնել ու լսել սիրով: Ինչպես Երեց Բալլարդն է ասել. «Չկա ոչինչ ավելի հզոր, քան սիրո բազուկը, որը

*Ինչպես Ալման է ուսուցանել,
մենք պիտի «իրար բեռը վեր
առեք, որ նրանք թեթև լինեն, . . .
սգալու նրանց հետ, ովքեր սգում
են և մխիթարել նրանց, ովքեր
կարիք ունեն մխիթարության»:*



կարող է գրկել այն մարդկանց, ովքեր մաքառման մեջ են».⁵ Մենք պիտի տեսնենք նրանց . . . Երկնային Հոր աչքերով», ուսուցանել է Տասներկու Առաքյալների Քվդրովից Երեց Դեյլ Գ. Ռենալդը: Միայն այդ ժամանակ մենք կարող ենք զգալ Փրկիչի հոգատար մտահոգությունը նրանց հանդեպ: . . . Այդ ընդլայնված հեռանկարը մեր սրտերը զգայուն կդարձնի ուրիշների հիասթափությունների, մտավախությունների և վշտերի նկատմամբ»:⁶

Օգնեք ռեսպոնսիվոր: Եթե անձը ճգնաժամի մեջ է, որը ազդում է նրա անվտանգության ու հիմնական կարիքների վրա, առաջարկեք տրամադրել իրական օգնություն, բայց թույլ տվեք, որ մարդն ինքը որոշի՝ ընդունել այն, թե ոչ: Օրինակ, եթե ինչ-որ մեկը ցանկանում է ինքնասպանություն գործել աշխատանքը կորցնելու պատճառով, տվեք նրան աշխատանք գտնելու հնարավորություն, որը կօգնի նրան ազատվել ծայրահեղ անհուսալի վիճակում գտնվելու զգացումից:

Հարցրեք՝ արդյոք նրանք մտածում են ինքնասպանություն գործելու մասին: Երբ դուք անհանգստացած եք, որ ինչ-որ մեկը հուսահատ է և ցույց է տալիս ինքնասպանության նախանշաններ, հարցրեք՝ արդյոք նա մտածում է ինքնասպանություն գործելու մասին: Այդպիսի վերաբերմունքը կարող է անհարմարություն առաջացնել, բայց ավելի լավ է ուղղակի հարցնել, արդյոք նրանք մտածում են ինքնասպանություն գործելու մասին: Դա կարող է այդ մարդու համար դուռ բացել խոսելու իր խնդիրների ու մտահոգությունների մասին:

Այդպիսի հարցերի օրինակ կարող են լինել. «Կարծես թե դու մեծ դժվարությունների միջով ես անցնում: Արդյո՞ք մտածում ես ինքնասպանություն գործելու մասին» կամ «Դու մեծ ցավ ես զգում և ուզում եմ հարցնել՝ Քո զգացած ամբողջ ցավով հանդերձ, արդյո՞ք դու ցանկանում ես ինքնասպանություն գործել»: Եթե նա ցանկանում է անել այդ, հավանաբար ձեզ տեղյակ կպահի:

Եթե զգում եք, որ նրանք չեն ցանկանում անկեղծ լինել ձեզ հետ ինքնասպանության



հետ կապված իրենց մտքերով, սպասեք Հոգու հուշումներին, որպեսզի իմանաք՝ ինչ անել: Հնարավոր է, հուշում ստանաք՝ մնալ նրանց կողքին, մինչև նրանք կարողանան կիսվել ձեզ հետ:

Մնացեք այդ մարդու հետ և օգնություն ցուցաբերեք: Եթե ինչ-որ մեկը ձեզ տեղյակ է պահում այն մասին, որ ցանկանում է ինքնասպանություն գործել, մնացեք այդ մարդու հետ և օգնեք նրան պատմել, թե ինչն է իրեն անհանգստացնում: Եթե նա խոսում է ինքնասպանության որոշակի ձևերի ու ժամանակի ընտրության մասին, ապա օգնեք այդ անձին կապ պահպանել թե՛ գծի կամ արտակարգ իրավիճակների տեղական հոգեբուժական ծառայության հետ:

Արձագանքներ ինքնասպանությանը

Արդյոք նրանք ունեն նախազգուշացնող նշաններ, թե ոչ, որոշ մարդիկ իրոք ինքնասպան են լինում: Երբ բխվում են սիրելի մարդու ինքնասպանության ավերիչ փորձության հետ, ընտանիքի

անդամներն ու ընկերները հաճախ զգում են խորը, մեծ ու բարդ վիշտ: Այդ արձագանքներից մի քանիսը կարող են ներառել հետևյալը.

- Ամոթ և խարան ունենալու զգացում
- Ցնցում և անվստահություն
- Զայրույթ, թեթևացում կամ մեղք
- Թաքցնել մահվան պատճառը
- Մոցիալական մեկուսացում և պառակտում ընտանեկան հարաբերություններում
- Եռանդուն ու սևեռուն ընդգրկվածություն ինքնասպանությունը կանխարգելող ջանքերում
- Մպառիչ ցանկություն հասկանալ՝ ինչու
- Լքված ու մերժված լինելու զգացում
- Մեղադրանքներ հանգուցյալի, սեփական անձի, ուրիշների և Աստծո հասցեին
- Ինքնասպանություն գործելու աճող մտքեր կամ ինքնախարազանման զգացում

- Ավելացող ընկճվածությունն արձակուրդների ընթացքում և մահվան տարելիցի օրը⁷

Ի՞նչ կարող են անել ընտանիքներն ու համայնքները

Խոստանիք դաստիարակություն: Ճիշտ է, ինքնասպանությունը լուրջ խնդիր է, երեց Բալլարդը մեզ նաև հիշեցնում է. «Ակնհայտորեն մենք չգիտենք յուրաքանչյուր ինքնասպանությանը ուղեկցող բոլոր հանգամանքները: Միայն Տերը գիտի բոլոր մանրամասները, և նա է, որ կդատի մեր գործողություններն այստեղ՝ երկրի վրա: Երբ [Տերն] իրոք դատի մեզ, ես կարծում եմ, որ նա ամեն բան հաշվի կառնի. մեր ծագումնաբանությունը և քիմիական կառուցվածքը, մեր հոգեվիճակը, մեր մտավոր կարողությունները, մեր ստացած կրթությունը, մեր հայրերի ավանդույթները և այլն»:⁸

Ընդունեք և հարգեք յուրաքանչյուր անձի յուրահատուկ վիճակը: Մարդիկ վշտանում են տարբեր ձևերով, քանի որ նրանց կապը հանգուցյալի հետ տարբերվում է ուրիշների հետ ունեցած կապից: Ուրեմն ընդունեք և հարգեք յուրաքանչյուր անձի սգալու եղանակը:

Երբ սիրելիները հեռանում են մեզանից, ուժեղ և նույնիսկ ճնշող զգացմունքները կարող են հաղթահարել մեզ: Սակայն, եթե մարդը վիշտ է ապրում, չի նշանակում, որ նա հավատի պակաս ունի: Փրկիչն ասել է. «Ապրեք միասին սիրով, այնպես որ սգաք նրանց կորստի համար, ովքեր մահանում են» (Վևմ 42.45): Մուգը մեր մահացած հարազատների հանդեպ ունեցած մեր սիրո խորհրդանիշն է, և խորհրդանիշն այն բանի, թե այդ կապը ինչ էր նշանակում մեզ համար:

Օգնություն խնդրեք: Երբ դուք սգում եք, ամեն բան կարող է անհաղթահարելի թվալ: Օգնության հասնելը կարող է մյուսներին հնարավորություն տալ սիրել ու ծառայել ձեզ: Եթե նրանց թույլ տաք օգնել ձեզ, ապա այդ օգնությունը կարող է ամոքել ու ուժեղացնել ոչ միայն ձեզ, այլև նրանց:

Պահպանեք կապը նրանց հետ: Որոշ մարդիկ մենակ են սգում և երբեմն կարող են մեկուսանալ, ուրեմն կապ պահպանեք ձեր ընտանիքների ու ընկերների հետ: Պարբերաբար այցելեք սգացող ընտանիքի անդամներին, ազգականներին ու ընկերներին և առաջարկեք օգնություն, քանի որ նրանք երևի չեն գա ձեզ մոտ:

Ապավինեցեք Փրկիչին: Ի վերջո Փրկիչն է բժշկման ու խաղաղության աղբյուրը: Նրա Քավությանը մեզ նաև հնարավորություն է տվել դիմել Նրան, ով զգացել է մեր բոլոր մահկանացու թուլությունները, որ ուժ տա մեզ՝ կրելու մահկանացու կյանքի բեռները: Նա գիտի մեր տառապանքների մասին, և Նա մեզ հետ է: Բարի Սամարացու նման, երբ Նա մեզ գտնի վիրավոր՝

ճանապարհի եզրին ընկած, Նա կկապի մեր վերքերը և հոգ կտանի մեր մասին (տես Դուկաս 10.34):⁹

Եկեք գիտակցենք, որ մենք բոլորս կարիք ունենք լիովին ապավինել Տեր Հիսուս Քրիստոսին և Նրա Քավությանը, երբ ձգտում ենք կատարել մեր բաժինը: Խոնարհաբար ընդունելով այդ, եկեք վերադառնալ հասկանալի վշտի մեջ գտնվող մեր ընտանիքի անդամներին, վերաբերվենք նրանց սիրով և միասին հավատ ու վստահություն զարգացնենք Փրկիչի հանդեպ, ով կվերադառնա և «կջնջե՛ք բոլոր արտասուքը նորանց աչքերիցը. և մահն այլևս չի լինիլ, ոչ սուգ, և ոչ աղաղակ. և ոչ ցաւ այլևս չի լինիլ» (Հայտնություն 21.4): ■

ՀՂՈՒՄՆԵՐ

1. Kevin Hines, in Amanda Bower, "A Survivor Talks About His Leap," *Time*, May 24, 2006, Time.com.
2. M. Russell Ballard, in Jason Swenson, "Elder Ballard Offers Comfort and Counsel to Those Affected by Suicide," *Church News*, Dec. 19, 2014, news.lds.org.
3. See World Health Organization, *Preventing Suicide: A Global Imperative* (2014), 2.
4. See M. David Rudd and others, "Warning Signs for Suicide: Theory, Research, and Clinical Applications," *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 36, no. 3 (2006), 255–62.
5. M. Russell Ballard, in "Sitting on the Bench: Thoughts on Suicide Prevention" (video), lds.org/media-library.
6. Dale G. Renlund, "Through God's Eyes," *Liahona*, Nov. 2015, 94.
7. See John R. Jordan, "Is Suicide Bereavement Different? A Reassessment of the Literature," *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 31, no. 1 (2001), 91–102.
8. M. Russell Ballard, "Suicide: Some Things We Know, and Some We Do Not," *Ensign*, Oct. 1987, 8.
9. Դավիթ Լ. Օուրս, «Ամբաստանված Հիսուս Քրիստոսի Քավության միջոցով», *Liahona*, նոյ. 2015, 64:

ԱՌԱՋԱՐԿՎՈՂ ԸՆԹԵՐՑՈՒՄՆԵՐ

Ջեֆրի Ռ. Հոլլանդը, «Ինչպես կոտորված անոթ»,

Լիահոնա, նոյ. 2013, 40–42:

Դիտեր Ֆ. Ուխդորֆ, «Աստծո լույսի հույսը»,

Լիահոնա, մայիս 2013, 70–77:

Շայեն Մ. Բոուեն, «Որովիտեսու ես կենդանի

եմ, եւ դուք կենդանի կլինեք», *Լիահոնա*,

նոյ. 2012, 15–17:

Մարգարեական խոսքեր Մի անապատելի տեղում

*Մի թողնված ամսագիր հավերժ
փոխեց Օսկար Կաստորոյի կյանքը:*

Քոլեթ Լինդալ

Այն օրը, երբ Օսկարի կինը թողեց նրան իր երկու փոքրիկ երեխաների հետ, նրա կյանքի ամենա-
ձանր օրերից մեկն էր: Այնքան շատ որոշումներ
պետք է ընդունվեին: Նա աշխատանք էր որոնում և
այժմ պետք է ապրելու նոր տեղ գտներ: Նրան թվում
էր, որ իր կյանքը կործանվել էր: Նա մտածում էր անձ-
նատուր լինել և գուցե այդպես աներ, եթե չլինեին նրա
երկու գեղեցիկ երեխաները:

Սան Զուանոյ (Սրգենտինա) քիչ տներ էին համա-
պատասխանում Օսկարի գրպանին: Բայց մի փոք-
րիկ տուն՝ մի ապահով թաղամասում, հենց նոր էր
դատարկվել երիտասարդ տղամարդկանց մի խմբի
կողմից, ուստի Օսկարը վարձեց այն և պատրաստվեց
նորից սկսել իր կյանքը իր երեխաների հետ:

Նրանց նոր տանը մի քանի ամսագրեր և գրքեր
էին թափված հատակին և ամբողջ օրը մաքրելուց և
իրերը տեղավորելուց հետո Օսկարը նստեց և նայեց
ամսագրերից մեկը: Ինչ-որ պատճառով կազմը նրան
հետաքրքրեց: *Լիսինա* վերնագրի ներքևում կար մի
տարեց մարդու նկար, ով կանգնած էր աշտարակի
վրա՝ խոսելով մարդկանց հետ: Այդ մարդը հիշեցրեց
նրան աստվածաշնչյան մարգարեների նկարները:

Օսկարը բացեց ամսագիրը և սկսեց կարդալ. «Մեզա-
նից յուրաքանչյուրն արդեն գիտի, որ մենք պիտի
ասենք մարդկանց, ում սիրում ենք, որ մենք սիրում

ենք նրանց: Բայց այն, ինչ մենք գիտենք, ոչ միշտ է
արտացոլում այն, ինչ մենք անում ենք»:¹ Օսկարը մտա-
ծում էր այն սուր խոսքերի մասին, որոնք ասվել էին
շատ անգամներ իր և իր կնոջ միջև: Նա ցանկանում էր
սովորեցնել իր երեխաներին լինել ավելի լավը: Օսկարը
շարունակում էր կարդալ ամսագիրը և սկսեց զգալ, թե
ինչպես է հույսն աճում իր մեջ: Մինչև շաբաթվա վերջը
նա կարդացել էր բոլոր հոդվածները և կամենում էր
ավելի շատ բան իմանալ:

Մի ամիս անց երկու միսիոներներ քայլում էին
Օսկարի թաղամասում: Օսկարը մոտեցավ նրանց և
հարցրեց, թե արդյոք նրանք Վերջին Օրերի Սրբերի
միսիոներներն էին և ինչ կարժենային Եկեղեցու այդ
ամսագրերը, եթե գներ: Երեցներն ասացին նրան, որ
նրա համար այն կարժենա ընդամենը 20 րոպե իր
ժամանակից:

Հաջորդ օրը երկու միսիոներներն այցելեցին Օսկա-
րին: Օսկարը պատմեց նրանց տեղավորվելու, հին
գրքերը, ամսագրերը և գրքույկները գտնելու մասին,
որոնք թույլ տվեցին իրեն իմանալ Եկեղեցու մասին:
Նա բացատրեց, որ առաջին հոդվածը, որը նա կար-
դաց, ուղղակիորեն կապված էր այդ ժամանակվա իր
կյանքի հետ: Նա արդեն գիտեր ընտանիքի կարևո-
րության մասին և այժմ ցանկանում էր իմանալ ավելի
շատ բան ընտանեկան երեկոյի և ընտանեկան աղոթքի



մասին: Նա պատմեց երեցներին, թե նա էլ ինչ էր իմացել Եկեղեցու մասին, ներառյալ Ջոզեֆ Սմիթի և ավետարանի վերականգնման մասին:

Նա նայեց ուղիղ երեցների աչքերի մեջ և ասաց խոսքերը, որոնք յուրաքանչյուր միսիոներ երազում է լսել. «Ես հավատում եմ, որ Ջոզեֆ Սմիթը Աստծո մարգարեն էր»: Երեցները հրավիրեցին նրան մկրտվել և արցունքն աչքերին, Օսկարը համաձայնվեց: Մի քանի շաբաթ անց Օսկար Կաստրոն մկրտվեց և հաստատվեց Եկեղեցու անդամ:

Տերը նախապատրաստել էր Օսկարին, իսկ նրա հոգին ապաշխարող էր ու պատրաստ սովորելու և աճելու: Այդ հիշարժան, հուզումնալի օրը *Լիահոնա* ամսագրում լույս ընծայված գերագույն համաժողովի ուղերձների ոգին հուզեց Օսկարի սիրտը: Նախկին տանտերերը չգիտեին, թե իրենցից հետո Եկեղեցու մի քանի

ամսագիր թողնելը ինչ ազդեցություն կունենար, բայց այդ ամսագրերի ավետարանական ուղերձները դարձան կարևոր միսիոներական միջոց: Դրանք, առաջնորդելով նրան դեպի ճշմարտությունները, որոնք նա որոնում էր, հավերժ փոխեցին Օսկարի կյանքը: ■

Հեղինակը ստորում էր Արգենտինայում, մինչ նրա ամուսինը ծառայում էր որպես Միսիսյի Նախագահ:



Օսկար Կաստրոն մկրտվեց և հաստատվեց՝ Լիահոնա ամսագրի մեջ գտնվող գերագույն համաժողովի ելույթները այն տանը, ուր նա տեղափոխվել էր:

ՀՂՈՒՄ

1. Դեյվիդ Ա. Բեդնար, «Ավելի ջանասեր և մտառոգ տան համար», *Լիահոնա*, նոյ. 2009, 17:

Երբ ձեր ընտանիքը մասնակցում է արձանագրությունների հավաքմանը, սրտերի բժշկմանը և ընտանիքի անդամների կնքմանը, դուք և ձեր սերունդները կօրհնվեք հավիտյանս հավիտենից:

Հիսուս Քրիստոսի Վերջին Օրերի Սրբերի Եկեղեցու պատմությունը պատմություն է ընտանիքների մասին: Երբ ես ասում եմ *ընտանիքներ*, ես նկատի չունեմ մոր, հոր և երեխաների մեր ժամանակակից գաղափարը:

Ես օգտագործում եմ այս եզրույթն այն ձևով, ինչպես Տերն է օգտագործում որպես հոմանիշ *տոհմ* կամ *բազմասերունդ ընտանիքներ բառերին*, որովհետև ամեն մեկն ընտանիք ունի: Մեր Երկնային Հոր ծրագիրը Իր երեխաների համար կենտրոնացած է այս տեսակի ընտանիքի վրա՝ երեխաներով, ովքեր ուծ են ստանում շատ սերունդներ առաջ ապրած իրենց նախնիներից և ծնողներից, ովքեր ձգտում են օրհնել իրենց գալիք հետնորդների եկող սերունդներին:

Այս իմաստով Մորմոնի Գիրքը նույնպես պատմում է պատմություններ ընտանիքների մասին: Երբ մենք կարդում ենք այս պատմությունները, մենք պարզում ենք, որ ընտանիքներն այնքան էլ չեն փոխվել դարերի ընթացքում: Նույնիսկ նրանք, ովքեր ապրել են այլ ժամանակում և վայրում, շատ նման են մեզ. Աստծո ցանկությունը՝ Իր զավակների համար, որ նրանք ապրեն երջանիկ, հավերժական ընտանիքներում, չի փոխվել:

Ինչո՞ւ է Տերը պահպանել հիշատակարան՝ այդ պատմությունների մասին: Ի՞նչ է նա կամեցել սովորեցնել մեզ դրանց միջոցով: Արդյոք դրանք պարունակո՞ւմ են դասեր, որոնք կարող են օգնել մեզ մեր ջանքերում՝ հավաքելու, բժշկելու և կնքելու մեր ընտանիքները:

Պաս Լեքիից

Հավատում եմ, որ Մորմոնի Գրքում առաջին ընտանիքը՝ Լեքիի ընտանիքը, հզոր դաս է մեզ համար, որը մենք գուցե չենք նկատել: Լեքիի ընտանիքը մեզ կարող է ուսուցանել շատ բան ընտանեկան հիշատակարանների մասին, թե ինչու են դրանք կարևոր Տիրոջ համար, և ինչու դրանք պետք է կարևոր լինեն մեզ համար:

Պատմության սկզբում Լեքին և Սարիան Երուսաղեմում մեծացնում են իրենց դուստրերին և չորս որդիներին՝ համեմատաբար հարմարավետ կյանքով ապրելով այդ մեծ քաղաքում: Նրանց կյանքն ընդմիջտ փոխվեց, երբ Տերը պատվիրեց Լեքիին անապատ տանել իր ընտանիքը:

Լեքին հնազանդվեց, և նա իր ընտանիքի հետ թողեցին նյութական ունեցվածքը իրենց ետևում և խիզախեցին՝ գնալով անապատ: Որոշ ժամանակ ճանապարհորդելուց հետո Լեքին ասաց իր որդի Նեփիին.

«Ահա, ես մի երազ տեսա, որով Տերը պատվիրեց ինձ, որ դու և քո եղբայրները պետք է *վերադառնասք* Երուսաղեմ:

Քանզի ահա, Լաբանն ունի հրեաների հիշատակարանը և նաև իմ նախահայրերի տոհմաբանությունը, և դրանք փորագրված են արույրե թիթեղների վրա (1 Նեփի 3.2–3, շեշտադրումն ավելացված է):

Այս պատվիրանի շնորհիվ մեր ընտանիքներն օրհնվել են Նեփիի կողմից հավատի և հնազանդության հրաշալի հայտարարությամբ. «Ես կգնամ ու կանեմ այն բաները, որոնք Տերը պատվիրել է, քանզի գիտեմ, որ Տերը պատվիրաններ չի տալիս մարդկանց զավակներին՝ առանց ուղի պատրաստելու նրանց համար, որպեսզի նրանք կարողանան իրագործել այն, ինչ նա պատվիրել է իրենց»: (1 Նեփի 3.7):

Արույրե թիթեղները հիշատակարան էին: Դրանք պարունակում էին սուրբ գրություններ, բայց դրանք նաև պարունակում էին Լեքիի ընտանիքի պատմությունը: Տերը գիտեր, թե որքան կարևոր էր պահպանել այդ հիշատակարանը հետագա շատ սերունդների համար:

Երբևէ հետաքրքրվե՞լ եք, թե ինչու Տերը պատվիրեց ոչ թե Լեքիին, այլ ավելի շուտ նրա որդիներին՝ ետ գնալ այդ հիշատակարանների համար: Նա իր ընտանիքի հայրապետն էր: Տերը *նրան* տվել էր կանխատեսություն: Արդյո՞ք Լեքին ավելի մեծ ազդեցություն չէր ունենա Լաբանի վրա, քան նրա որդիները:

Մենք չգիտենք, թե ինչու Տերը հրամայեց Լեքիի որդիներին վերադառնալ Երուսաղեմ, բայց մենք գիտենք, որ նրանք մաքառեցին իրականացնելու այն, ինչ Տերը խնդրել էր իրենց անել: Հանձնարարությունը դժվար էր, և այն ստուգում էր նրանց հավատը: Նրանք սովորեցին արժեքավոր դասեր, որ կծառայեին իրենց՝ անապատում ճամփորդությունների ժամանակ: Երևի ամենակարևորը, որը նրանք սովորեցին, այն էր, որ երբ Տերը պատվիրում է, Նա իսկապես ապահովում է ուղի:

Մենք կարող ենք հարցնել ինքներս մեզ, թե Տերն ի՞նչ է ուզում, որ մեր որդիներն ու դուստրերը սովորեն, երբ նրանք «վերադառնան» վերականգնելու մեր ընտանեկան արձանագրությունները: Ինչպե՞ս է Նա ուղի ապահովում նրանց համար: Արդյոք կա՞ն փորձառություններ, որոնք Նա կամենում է, որ նրանք ունենան: Արդյոք մենք հրավիրո՞ւմ ենք նրանց ունենալ այդ փորձառությունները: Ի՞նչ օրհնություններ է Նա հույս տաժում տալ ձեր որդիներին և դուստրերին տաճարային և ընտանեկան պատմության ծառայության միջոցով:



Տերը կամենում էր, որ Լեքիի ընտանիքն ունենար այս հիշատակարանները: Դրանք տալիս էին նրա հետևորդներին ինքնության զգացում:

Երբ Նեփին և նրա եղբայրները վերադառնան իրենց հոր վրանը, Լեքին «վերցրեց հիշատակարանները, որոնք փորագրված էին արույրե թիթեղների վրա և ուսումնասիրեց դրանք սկզբից: Այնտեղ նա գտավ «Մովսեսի հինգ գրքերը», «սուրբ մարգարեների մարգարեությունները» և «իր հայրերի տոհմաբանությունը, ուստի, նա իմացավ, որ ինքը Հովսեփի հետնորդն էր . . . որը վաճառվել էր Եգիպտոս»: Եվ երբ Լեքին «տեսավ բոլոր այս բաները, նա լցվեց Հոգով» (1 Նեփի 5.10, 11, 13, 14, 17):

Հետո Լեքին ուսուցանեց իր ընտանիքին այն, ինչ նա իմացել էր թիթեղներից: Դուք կարող է ասել, որ նրա վրանը դարձել էր ընտանեկան պատմության և ուսման կենտրոն, ճիշտ՝ ինչպես մեր տները պետք է լինեն:

Հեշտ է տեսնել, թե ինչու էր Տերը կամենում, որ Լեքիի ընտանիքը ունենար այդ հիշատակարանները: Դրանք տվեցին նրա հետնորդներին ինքնության զգացում, կապելով նրանց անցյալի հավատարիմ հայրապետների հետ և սերմանելով նրանց սրտերում «հայրերին տված խոստումները» (Վեմ 2.2, Ջոզեֆ Միք — Պատմություն 1.39): Այս հիշատակարաններն այնքան կարևոր էին չծնված սերունդների հավատքի համար, որ Հոգին նախագգուշացրեց Նեփիին, որ առանց դրանց, մի ողջ «ազգ անհավատության մեջ կընկնի ու կկորչի» (1 Նեփի 4.13):

Մորմոնի Գրքի մեկ այլ ժողովրդի փորձառությունը ցույց է տվել, թե որքան ճշմարիտ է դա, որ երբ հիշատակարանները կորչում են, ճշմարտությունը կորչում է և արդյունքները ապագա սերունդների համար կարող են աղետաբեր լինել:

Մուղեկացիները թողել էին Երուսաղեմը գրեթե նույն ժամանակ, ինչպես Լեքիի ընտանիքը: Բայց ի տարբերություն Լեքիի ընտանիքի, «նրանք հիշատակարաններ չէին բերել իրենց հետ»: Մինչև Մոսիայի կողմից դրանց հայտնաբերումը 400 տարի հետո, «նրանց լեզուն դարձել էր ապականված, . . . և նրանք ուրացել էին իրենց ստեղծողի գոյությունը» (Օմնի 1.17): Նրանք կորցրել էին իրենց ինքնությունը որպես ուխտի ժողովուրդ:

Մոսիան ուսուցանեց Մուղեկացիներին իր լեզուն, որպեսզի նրանք սովորեին հիշատակարաններից, որոնք նա ուներ: Արդյունքում Մուղեկացիները ենթարկվեցին կերպարանափոխության՝ անհանգիստ, անաստված հասարակությունից դեպի մի հասարակություն, որը հասկանում էր Աստծո փրկության ծրագիրն իրենց և իրենց ընտանիքների համար:

Վերադարձեք ձեր ընտանիքի հետ

Գիտելիքը, թե ովքեր ենք մենք՝ Աստծո և միմյանց հետ կապված, փոխում է մեր մտածելակերպը, գործելակերպը և վերաբերմունքն ուրիշների հանդեպ: Հիշատակարանները կենսական մասն են կազմում մեր ինքնության և հեռանկարի: Ետ նայելը նախապատրաստում է մեզ առաջ գնալ:

Ծնողներ, դուք արդյոք հրավիրե՞լ եք ձեր ընտանիքներին «վերադառնալ»: Արդյո՞ք ձեր ընտանիքները առանձնացվել էին իրենց հիշատակարաններից կամ միմյանցից այս կամ այն կերպ: Արդյո՞ք ձեր ընտանիքի կապը ներկայի և անցյալի միջև խզվել է: Ի՞նչ է տեղի ունեցել ձեր ընտանեկան պատմության հետ, որն առաջ է բերել այս անջատումը: Արդյո՞ք դա արտագաղթն էր, ընտանեկան կոնֆլիկտը, դարձը դեպի ավետարան, թե պարզապես ժամանակահատվածը: Արդյոք դուք վերջերս ջանացե՞լ եք գտնել ձեր նախնիներին FamilySearch.org-ում:

Իսրայելի տունը ցրվել է և շատ ուղիներով դա ներառում է մեր ընտանիքների և հիշատակարանների ցրումը: Մեր պարտականությունն է հավաքել դրանք, և որտեղ անհրաժեշտ է՝ բժշկել բաժանման վերքերը: Երբ մենք ջանասիրաբար շրջում ենք մեր երեխաների սրտերը դեպի իրենց հայրերը, մեր սրտերը նույնպես կդառնան դեպի մեր երեխաները¹ և մենք կբացահայտենք միասին այն խաղաղությունն ու բժշկումը, որը գալիս է այս աշխատանքից (տես Վեմ 98.16):

Ճիշտ՝ ինչպես Լեքին ետ ուղարկեց իր որդիներին Երուսաղեմ սրբազան հիշատակարանների համար, եկեք ուղարկենք մեր երեխաներին ետ՝ մեր ընտանեկան հիշատակարանների համար: Ճիշտ՝ ինչպես Տերն ապահովեց մի ուղի Նեփիի համար, Նա ապահովել է համացանց և այլ տեխնոլոգիաներ, որոնք հնարավորություն կտան մեր երեխաներին հավաքելու և բժշկելու մեր ընտանիքները: Եվ նա ապահովել է տաճարներ, որտեղ մենք կարող ենք տանել անունները, որոնք մենք գտնում ենք և դարձնում ենք մեր կուտակումը մշտական՝ կնքող արարողությունների միջոցով:

Ուրախություն անապատում

Երբ կինս՝ Շարլոլը, և ես ամուսնացանք, մենք որոշեցինք, որ կունենանք չորս որդի: Տերն ուրիշ ծրագիր ուներ: Նա տվեց մեզ չորս դուստր:

Մենք ճանապարհորդել ենք մեր դուստրերի հետ անապատով: Այժմ նրանք ամուսնացած են և ունեն երեխաներ և ճանապարհորդում են իրենց իսկ անապատի միջով: Արդյո՞ք ամեն ինչ հեշտ է եղել ճանապարհին: Ոչ: Մենք ունեցել ենք մեր բաժին դժգոհությունը և եղել են շատ մաքառումներ:

Կյանքի անապատը կարող է խիստ լինել ընտանիքների համար: Երբ մարդիկ հարցնում են. «Ինչպե՞ս եք դուք և ձեր ընտանիքը»: Ես հաճախ պատասխանում եմ. «Մենք հենց հիմա ճգնաժամի մեջ ենք: Ընտրահակալություն հարցնելու համար»:

Բայց կան նաև ճշմարիտ ուրախության պահեր ճանապարհին: Որպես հայրապետներ և որպես մայրապետներ մենք շատ ժամանակ ենք ծախսում մեր երեխաներին անապատի համար ամրացնելու վրա: Մարգարեները մեր օրերում խոստացել են, որ ընտանեկան պատմության աշխատանքն ապահովում է «պաշտպանություն հակառակորդի ազդեցությունից»² և «խորը և մնայուն» դարձ դեպի Փրկիչը:³ Ինչպիսի՞ հզոր ուղի մեր ընտանիքները հավաքելու, բժշկելու և կնքելու համար:

Որպես մեր ընտանիքի հայրապետ ես խնդրել եմ իմ դուստրերին «վերադառնալ»՝ *գտնելու* հիշատակարանները, *տասնելու* անունները տաճար և *նստցանելու* մեր թոռներին: Ես խնդրել եմ նրանց ճանաչել, թե ովքեր են իրենք և ումից են իրենք սերվում՝ մասնակցելով մեր ընտանեկան պատմությանը:

Խոստում

Ես խոստանում եմ, որ երբ դուք հրավիրեք ձեր երեխաներին «վերադառնալ» և գտնել ձեր ընտանեկան հիշատակարանները, դուք միասին «չափազանց կուրախանաք» Լեքիի և Մարիայի նման և «շնորհակալություն կհայտնեք Իսրայելի Աստծուն»: Երբ դուք որոնեք ձեր հիշատակարանները, դուք «կլցվեք Հոգով», քանի որ դուք կգտնեք «որ դրանք ցանկալի [են], այո, նույնիսկ, մեծ արժեքի»: Եվ դուք կիմանաք, որ «Տիրոջ իմաստությամբ էր, որ [դուք] պետք է տանեինք դրանք [ձեզ] հետ», երբ ճանապարհորդում եք «անապատով դեպի խոստումի երկիրը» (1 Նեփի 5.9, 17, 21–22):

Եկեղեցին այստեղ է՝ աջակցելու և զորացնելու ձեր ընտանիքը այս ճանապարհորդության ժամանակ: Ես խոստանում եմ, որ երբ ձեր ընտանիքը մասնակցի հիշատակարանների հավաքմանը, սրտերի բժշկմանը և ընտանիքի անդամների կնքմանը, դուք և ձեր հետնորդները՝ ձեր ընտանիքը, կօրհնվի հավիտյանս հավիտենից: ■

2015 թվականի փետրվարի 14-ին ՍՄԼ-ի Յոտա նահանգի Սոլթ Լեյք Սիթիում տեղի ունեցած «RootsTech» Ընտանեկան պատմության համաժողովում «Ընտանիքների հավաքումը, բժշկումը և կնքումը» թեմայով տրված ելույթից:

ՀՂՈՒՄՆԵՐ

- Օրինակներ, թե ինչպես արձանագրությունները, որոնք պարունակվում էին արույրե թիթեղների վրա, բժշկում բերեցին Լեքիի հետնորդներին, տես Ավա 37.8–10:
- Ռիչարդ Գ. Սքոթ, «Մահացածներին փրկագնելու ուրախությունը», *Լիստոնա*, նոյ. 2012, 94–95:
- Դեյվիդ Ա. Բեդնար, «Զավակների սրտերը կդառնան», *Լիստոնա*, նոյեմբեր 2011, 26, 27:



ՄԱՆՐԱՄԱՍՆԵՐԸ՝ ՀԱՄԱՑԱՆՑՈՒՄ

Երկու Առաքյալներ խոստանում են օրհնություններ երիտասարդներին, ովքեր մասնակցում են ընտանեկան պատմության և տաճարային ծառայությանը: Սկանավորեք այս QR կոդը կամ այցելեք ids.org/go/1016000 դիտելու համար տեսաֆիլմը անգլերեն լեզվով:



Մերն ԸՆԴԴԵՄ ՑԱՆԿԱՍԻՐՈՒԹՅԱՆ

Ջոշուա Ջ. Փերքի

Եկեղեցու ամսագրեր

Ցանկասիրություն

Այն անշուշտ տգեղ բառ է: Մեզանից շատերը չեն ցանկանում մտածել դրա մասին, շատերն էլ քիչ գիտեն այդ մասին: Այս եզրույթն առաջացնում է նուրբ զգացում, ինչ-որ մութ, գայթակղիչ, բայց սխալ մի բան:

Դրա համար հիմնավոր պատճառ կա: Եթե «արծաթասիրտի» ամեն չարիքների արմատն է՝ (Ա Տիմոթեոս 6.10), ապա ցանկասիրությունն անշուշտ դրա գաղտնի դաշնակիցն է: Այն անազնիվ է ու ստորացուցիչ: Ցանկասիրությունը մարդկանց, իրերը և նույնիսկ գաղափարները վերածում է այնպիսի առարկաների, որոնց կարելի է տիրանալ կամ ձեռք բերել տենչանքը բավարարելու համար: Բայց եթե մենք արդեն գիտենք դա, ինչո՞ւ կարիքը կա ավելին խմանալու:

Քանի որ մենք կարող ենք ավելի լավ հասկանալ, թե իրականում ինչ է նշանակում ցանկասիրությունը, մենք կարող ենք սովորել՝ ինչպես ձևավորել մեր մտքերը, զգացմունքներն ու գործողությունները, որպեսզի կարողանանք խուսափել և հաղթահարել դրա դրսևորումները: Մա կարող է հանգեցնել Սուրբ Հոգու հետ ավելի սերտ շփման, որն էլ մաքրում է մեր խոհերն ու մտադրությունները և ուժեղացնում է մեզ: Եվ սա կարող է առաջնորդել մեզ դեպի ավելի երջանիկ, խաղաղ և ուրախ կյանք:

Ցանկասիրության սահմանումը

Ցանկասիրության մասին մենք հիմնականում հակված ենք մտածելու որպես մեկ այլ անձի նկատմամբ ֆիզիկական գրավչության անպատշաճ, ուժգին զգացումի, բայց հնարավոր է նաև ցանկասիրություն կամ տենչանք տածել ցանկացած բանի հանդեպ՝ փողի, ունեցվածքի, առարկաների և իհարկե այլ մարդկանց (տես՝ Սուրբ գրքերի ուղեցույց, «Ցանկասիրություն»):

Ցանկասիրությունը հարկադրում է մարդուն ձգտել ձեռք բերել ինչ-որ բան, որը դեմ է Աստծո կամքին: Այն ընդգրկում է ցանկացած զգացում կամ ցանկություն, որը ստիպում է անհատին ավելի շատ կենտրոնանալ աշխարհիկ ունեցվածքի կամ եսասիրական գործունեության վրա՝ ինչպիսիք են անձնական հետաքրքրությունները, ցանկությունները և խխորժակը, քան թե Աստծո պատվիրանները պահելու վրա:

Եթե մենք կարողանանք ավելի լավ հասկանալ, թե իրականում ինչ է ցանկասիրությունը, մենք կարող ենք խուսափել դրանից և կատարել ընտրություններ, որոնք մեզ մոտեցնում են Սուրբ Հոգուն:



ՍԱՀՄԱՆԵԼ ՍԵՐՆ ՈՒ ՑԱՆԿԱՍԻՐՈՒԹՅՈՒՆԸ

Սերը ազնվացնում է, ցանկասիրությունն՝ այլասերում: Սերը հարում է ճշմարտությանը, ցանկասիրությունը հարում է ստիև: Սերը կառուցում և զորացնում է, ցանկասիրությունը՝ կործանում ու թուլացնում: Սերը ներդաշնակ է, ցանկասիրությունն՝ աններդաշնակ: Սերը խաղաղություն է բերում, ցանկասիրությունը՝ հակասություն: Սերը ոգեշնչում է, ցանկասիրությունը՝ անզգայացնում: Սերը բուժում է, ցանկասիրությունը՝ թուլացնում: Սերն ակտիվացնում է, ցանկասիրությունն՝ այրում: Սերը լուսավորում է, ցանկասիրությունը՝ խավաբեցնում: Սերը լրացնում և աջակցում է, ցանկասիրությունը՝ հնարավոր չէ բավարարել: Սերը սերտորեն կապված է խոստման հետ, ցանկասիրությունը՝ հպարտության:

Այլ խոսքով, ցանկասիրությունն այն է, երբ փափագում ենք այնպիսի բաներ, որոնք հակառակ են Աստծո կամքին կամ տենչում ենք տիրանալ որոշ բաների Աստծո կամքին հակառակ եղանակով, և դա հասցնում է դժբախտության:¹

Սեռական ցանկասիրության վտանգը

Չնայած մեզ նախազգուշացնում են խռատափել ցանկասիրությունից՝ որպես տենչանքի հիմնական ձևերից մեկը, սեռական համատեքստում ցանկասիրությունը հատկապես վտանգավոր է: Տերը զգուշացրել է. «Ով որ մի կնկայ վերայ մտիկ տայ նորան ցանկանալու համար, նա արդեն շնացաւ նորա հետ իր սրտի մէջ» (Մատթեոս 5.28):

Հին մարգարեները մշտապես նախազգուշացրել են ցանկասիրության դեմ այս իմաստով: Հովհաննես Առաքյալն ասել է. «Որովհետև ամեն ինչ որ աշխարհքումն է՝ մարմնի ցանկութիւնը, աչքերի ցանկութիւնը և այս կյանքի ամբարտաւանութիւնը և այս կեանքի ամբարտաւանութիւնը, Հորիցը չէ, այլ աշխարհքիցն է» (Ա Հովհաննես 2.16, տես նաև հատված 17, Հռովմայեցիս 13.14, Ա Պետրոս 2.11):

Եվ նախազգուշացումները շարունակվում են նաև այսօր:² Տասներկու Առաքյալների Քվորումից Երեց Ջեֆրի Ռ. Հոլլանդը մեկնաբանում է. «Ինչո՞ւ է ցանկասիրությունը մահացու մեղք: Բացի նրանից, որ այն մեր հոգուց լիովին հեռացնում է Հոգու ներգործությունը, կարծում եմ, դա մեղք է, որովհետև ապականում է ամենամեծ և ամենասուրբ հարաբերությունը, որը Աստված տվել է մահկանացու կյանքում՝ սերը, որ տղամարդն ու կինն ունեն միմյանց հանդեպ և ցանկությունը, որ զույգերն ունեն՝ զավակներ բերելու ընտանիք, որը նախատեսված է հավերժության համար»:³

Երբ թույլ ենք տալիս, որ ցանկասիրությունը սաղմնավորվի, այն դառնում է շատ մեղսավոր

գործողությունների արմատը:

Այն, ինչ սկսվում է թվացյալ անմեղ հայացքից, կարող է վերածվել ստոր անհավատարմության՝ իր բոլոր ավերիչ հետևանքներով: Դա այդպես է, քանի որ ցանկասիրությունը մեզ հեռացնում է Սուրբ Հոգուց և խոցելի է դարձնում այլ զայթակղությունների, մոլորությունների ու թշնամու խաբեությունների համար:

Թագավոր Դավիթի ընտրությունները տխուր օրինակ են այն բանի, թե որքան հզոր ու անողորմ կարող է լինել այս զգացումը: Դավիթը պատահաբար տեսավ Բերսաբեին լվացվելիս և ցանկացավ նրան: Հեշտասիրությունը հանգեցրեց գործողության և կնոջը բերել տվեց իր մոտ ու պառկեց նրա հետ: Ապա իր մեղքը թաքցնելու համար Դավիթը մոլորեցնող ջանքեր գործադրեց և հրամայեց Բերսաբեի ամուսնուն տեղափոխել կռվելու այնպիսի տեղում, որտեղ նրան անկասկած կսպանեին (տես Բ Թագավորաց 11): Արդյունքում Դավիթը կորցրեց իր վեհացումը (տես Վևու 132.38–39):

Դավիթի իրավիճակը կարող է ծայրահեղ թվալ, բայց անշուշտ հաստատում է այն տեսակետը, որ ցանկասիրությունը հզոր զայթակղություն է: Եթե անձնատուր լինենք դրան, այն կարող է մեզ ներքաշել այնպիսի բաների մեջ, որոնք ոչ մի արդար միտք չի կարող անել: Փաստը, որ այն այդքան նենգ է, հեշտությամբ է ծնվում և շատ արդյունավետ զայթակղում է մեզ հեռանալ Սուրբ Հոգուց և մեր կամքը ենթարկում ինչ-որ արգելված բանի, այն ավելի վտանգավոր է դարձնում: Դրա մեջ կարելի է հեշտությամբ ներքաշվել, երբ դիտում ենք պոռնոգրաֆիկ նյութեր, ունկնդրում անկեղծ բանաստեղծություններ և մտնում անհամապատասխան մտերմիկ հարաբերությունների մեջ: Միևնույն ժամանակ ցանկասիրությունը կարող է դրդել մարդուն դիտել պոռնոգրաֆիկ նյութեր: Այս պարբերական հարաբերությունը ծայրահեղ գորեղ է ու վտանգավոր:⁴





Ցանկասիրությունն ընդգրկում է ցանկացած զգացում կամ ցանկություն, որը ստիպում է անհատին ավելի շատ կենտրոնանալ աշխարհիկ ունեցվածքի կամ եսասիրական գործունեության, քան թե Աստծո պատվիրանները պահելու վրա:

Մեռական բնույթի ցանկասիրությունը այլասերում, ստորացնում ու թուլացնում է ցանկացած հարաբերություն, որոնց մեջ Աստծո հետ հարաբերությունը վերջինը չէ: «Եվ ճշմարիտ ասում եմ ձեզ, ինչպես ասել եմ նախկինում. Նա, ով նայում է մի կնոջ վրա ցանկանալով նրան, կամ, եթե մարդիկ շնություն անեն իրենց սրտում, նրանք չեն ունենա Հոգին, այլ կտրանան հավատը և վախ կունենան» (Վևմ 63.16):

Տասներկու Առաքյալների Քվորումից Երեց Ռիչարդ Գ. Սքոթը ուսուցանել է. «Մեռական անբարոյակա-նությունը ստեղծում է մի արգելք Սուրբ Հոգու ողջ վեհացնող, լուսավորող և գորացնող ունակություն-ների ազդեցության դեմ»: Այն առաջացնում է հզոր ֆիզիկական և զգացմունքային խթանում: Ժամանակի ընթացքում այն ստեղծում է անհագ ախորժակ, որը գոհին մղում է ավելի լուրջ մեղքի»:⁵

Ինչը ցանկասիրությունն չէ

Երբ խորհում ենք, թե ինչ է ցանկասիրությունը, կարևոր է նաև հասկանալ, թե ինչը ցանկասիրություն չէ և զգույշ լինել պատշաճ մտքերը, զգացումներն ու ցանկությունները որպես ցանկասիրություն պիտակա-վորելիս: Ցանկասիրությունը ցանկության մի *տեսակ* է, բայց գոյություն ունեն նաև արդար ցանկություններ: Օրինակ, մենք կարող ենք ցանկանալ լավ և պատ-շաճ բաներ, որոնք կօգնեն իրականացնել Տիրոջ աշխատանքը:

Մտածեք հետևյալի մասին.

- **Փող ունենալու ցանկություն:** Ընդհանուր առմամբ, փող ցանկանալը չարիք չէ: Պողոսը չի ասել, որ *փողն* է ողջ չարիքի արմատը: Նա ասել է. «*արծաթասիրությունը* ամեն չարիքի արմատն է» (Ս Տիմոթեոս 6.10, շեշտադրումն ավելացված է): Հակոբի ուսմունքները լրացուցիչ պարզաբանում են ավելացնում. «Նախքան հարստություններ փնտրելը, փնտրեք Աստծո արքայությունը: Եվ նրանից հետո, երբ դուք հույս ձեռք բերեք Քրիս-տոսում, դուք ձեռք կբերեք հարստություններ, եթե փնտրեք. և դուք պետք է փնտրեք դրանք բարիք անելու մտադրությամբ՝ հագցնելու մերկերին, կերակրելու սովածներին, ազատելու գերյալնե-րին և սփռվելու հիվանդներին ու չարչարվածնե-րին» (Հակոբ 2.18–19):
- **Ունենալ պատշաճ սեռական զգացումներ ձեր ամուսնու կամ կնոջ նկատմամբ:** Աստծո կողմից տրված այդ զգացումներն օգնում են ուժե-ղացնել, ամրացնել և միավորել ամուսնությունը: Բայց հնարավոր է, որ ունենաք ոչ պատշաճ զգա-ցումներ ձեր կնոջ կամ ամուսնու հանդեպ: Եթե մենք ձգտում ենք դրանց իրականացմանը միայն հանուն մեզ կամ ձգտում ենք բավարարել մեր սեփական տենչանքները կամ զգացմունքները, մենք կարող ենք ընկնել ցանկասիրության գիրկը, որն էլ կարող է վնասակար լինել ամուսնական



Քանի որ Երկնային Հայրը մեզ ընտրության ազատություն է տվել, մենք իշխանություն ունենք մեր մտքերի, զգացմունքների և գործողությունների վրա:

հարաբերությունների համար: Պատշաճ ֆիզիկական մտերմության ձգտելու և այն պահպանելու բանալին մաքուր ու քնքուշ մտադրությունն է:

Կարևոր սկզբունք է՝ անել ամեն բան արդար նպատակին հասնելու համար, այն է՝ կառուցել Աստծո արքայությունը և շատացնել բարությունը աշխարհում: Փոխարենը, ցանկասիրությունը քաջալերում է մեզ դուրս գալ պատշաճության սահմաններից, որտեղ մեր ցանկությունները կարող են արժեզրկել Աստծուն և հարստությունն ու իշխանությունը վերածել հրեշավորության, որը խեղաթյուրում է մեր զգայունությունը ու վնասում մեր հարաբերությունները:

Ինչու ենք մենք հաճախ տեղի տալիս ցանկասիրությանը

Իմանալով, թե որքան վնասակար ու վտանգավոր է ցանկասիրությունը, ինչո՞ւ է այն այդքան գայթակղիչ ու գերիշխող: Ինչո՞ւ ենք մենք հաճախ թույլ տալիս, որ այն հաղթահարի մեզ: Արտաքինից թվում է, որ եսասիրությունը կամ ինքնակառավարման պակասը հանդիսանում են ցանկասիրության հիմքը: Դրանք նպաստող գործոններ են, բայց ցանկասիրության խորը արմատը հաճախ դատարկությունն է: Մարդը կարող է զիջել, տեղի տալ ցանկասիրությանը՝ իր կյանքի դատարկությունը լցնելու համար զուր ջանքեր գործադրելիս: Ցանկասիրությունը կեղծ զգացում է, անկեղծ

սիրո, իսկական արժեքների և ամուր աշակերտության վատորակ փոխարինողն է:

Պատշաճ զգացմունքային հսկողությունը ինչ-որ իմաստով բխում է սրտից: «Որովհետև նա ինչպես որ իր սրտումը հաշիւներ անողն է» (Առակաց 23.7): Ինչի վրա էլ որ մենք կենտրոնանաք, մեր մտավոր և հոգևոր կենտրոնացումը ժամանակի ընթացքում դառնալու է մեր մտքերի, զգացմունքների ու գործողությունների շարժիչ ուժը: Ամեն անգամ, երբ ցանկասիրությունը գայթակղում է մեզ, մենք պիտի փոխարինենք այդ գայթակղությունը որևէ պատշաճ բանով:

Անգործությունը նույնպես կարող է ցանկասեր մտքերի պատճառ դառնալ: Երբ մեր կյանքում շատ քիչ բաներ են կատարվում, մենք հակված ենք ավելի հեշտ ընկնել չարի ազդեցության տակ: Եթե ձգտենք ջերմեռանդ ներգրավվել բարի գործերի մեջ (տես Վեմ 58.27) և ջանանք արդյունավետ օգտագործել մեր ժամանակը, մենք ավելի քիչ հակված կլինենք ցանկասեր մտքերին և բացասական ազդեցություններին:

Ինչպես Տասներկու Առաքյալների Քվորումից Երեց Դավիթ Հ. Օուքսն է մեկնաբանում, ցանկությունները, որոնց մենք կառչում ենք մեր ընտրությամբ, ազդում են ոչ միայն մեր գործողությունների, այլև ի վերջո այն բանի վրա, թե ով ենք մենք դառնում: «Ցանկությունները թելադրում են մեր առաջնահերթությունները, առաջնահերթությունները ձևավորում են մեր ընտրությունները, իսկ ընտրությունները որոշում են մեր գործողությունները:

Ցանկությունները, որոնց ազդեցությամբ մենք գործում ենք, որոշում են մեր փոփոխությունները, մեր ձեռքբերումներն ու ձևավորումը»:⁶

Այլ կերպ, մենք պիտի հսկենք ոչ միայն այն զգացմունքները, որոնցում ընդգրկվում ենք մեր իսկ թույլությունները, այլև այն մտքերը, որոնք առաջանում են այդ զգացմունքների պատճառով: Ինչպես Ալման է ուսուցանել, եթե մեր մտքերն անմաքուր են, «մեր մտքերը նույնպես կդատապարտեն մեզ» (Ալմա 12.14):

Հակաթույլ Քրիստոսանման սերն է

Ցանկասիրությունից հնարավոր է խուսափել: Քանի որ Երկնային Հայրը մեզ ընտրության ազատություն է տվել, մենք իշխանություն ունենք մեր մտքերի, զգացմունքների և գործողությունների վրա: Մենք պարտավոր չենք հետամուտ լինել ցանկասեր մտքերին ու զգացմունքներին: Երբ գայթակղությունն առաջանում է, մենք կարող ենք մեր ընտրությամբ չզնայ այդ ճանապարհով:

Ինչպե՞ս հաղթահարել ցանկասիրության գայթակղությունը: Մենք սկսում ենք՝ զարգացնելով պատշաճ հարաբերություններ մեր Երկնային Հոր հետ և մեր ընտրությամբ ծառայելով ուրիշներին: Եվ մենք ընդգրկվում ենք առօրյա կրոնական գործունեության մեջ, ներառյալ աղոթքը և սուրբ գրությունների ուսումնասիրությունը, որը Սուրբ Հոգուն հրավիրում է մեր կյանք: Ի վերջո, գաղտնի բաղադրիչը Քրիստոսանման սերն է՝ մաքուր, անկեղծ, ազնիվ սերը՝ Աստծո արքայությունը կառուցելու ցանկությամբ և աչքով՝ ուղղված Աստծո փառքին: Այդ սերը հնարավոր է միայն, երբ մենք ունենք Սուրբ Հոգու ընկերակցությունը:

Ցանկասիրությունից հրաժարումը պահանջում է անկեղծ աղոթք, որում մենք խնդրում ենք Աստծուց հեռացնել այդ զգացումները և դրանք փոխարինել գթասիրտ սիրով (տես Մորմոնի 7.48): Այսպիսի ապաշխարությունը հնարավոր է դառնում

Հիսուս Քրիստոսի Քավության ողորմածության միջոցով:⁷ Նրա շնորհիվ մենք կարող ենք սովորել սիրել այնպես, ինչպես Նա և մեր Երկնային Հայրն են սիրում մեզ:

Երբ մենք մշտապես կենտրոնանում ենք մեր Երկնային Հոր վրա, երբ մենք ապրում ենք համաձայն առաջին ու երկրորդ մեծ պատվիրանների՝ սիրել Աստծուն ու մեր մերձավորին՝ ինչպես ինքներս մեզ, (տես Մատթեոսի 22.36–39) և երբ անում ենք ամեն հնարավորը, որպեսզի կարողանանք ապրել՝ ինչպես Նա է ուսուցանել, ապա մաքուր և ազնիվ մտադրությունները կազդեն մեր կյանքի վրա ավելի մեծ ուժգնությամբ: Երբ մենք միաբանենք մեր կամքը մեր Հոր հետ, ցանկասիրության գայթակղություններն ու ազդեցությունները կնվազեն, փոխարինվելով Քրիստոսի մաքուր սիրով: Հետո մենք կլցվենք աստվածային սիրով, որն աշխարհիկ անազնիվ ցանկությունները կփոխարինի Աստծո արքայության կառույցի գեղեցկությամբ: ■

ՀՂՈՒՄՆԵՐ

1. See Dallin H. Oaks, "Joy and Mercy," *Ensign*, Nov. 1991, 75; and Thomas S. Monson, "Finishers Wanted," *Ensign*, July 1972, 69.
2. Մի քանի օրինակների համար տես Վարդապետություն և Ուխտեր 88.121; Spencer W. Kimball, "President Kimball Speaks Out on Morality," *Ensign*, Nov. 1980, 94–98; Neal A. Maxwell, "The Seventh Commandment: A Shield," *Ensign*, Nov. 2001, 78–80; Russell M. Nelson, "Where Is Wisdom?" *Ensign*, Nov. 1992, 6–8. Ցանկասիրության վերաբերյալ ավելի շատ նախազգուշացումների համար վերանայեք հետևյալը Սուրբ գրությունների ուղեցույցում. Ընություն, Հեշտասեր, Անարատություն, Նախանձ, Ընություն, Հոմոսեքսուալիզմ, Ցանկասիրություն, Մարմնական, Վավաշոտություն, Մեռական անբարոյականություն:
3. Զեֆրի Ռ. Հոլլանդ, «Տեղ չկա իմ հոգու թշնամուն», *Լիսինա*, մայիս 2010, 44–45:
4. Այս թեմայի մասին ավելին իմանալու համար տես Դավիթ Հ. Օուքս «Ազատվել պառնոզրաֆիայի ծուղակից», *Լիսինա*, հոկ. 2015, 50:
5. Richard G. Scott, "Making the Right Choices," *Ensign*, Nov. 1994, 38.
6. Դավիթ Հ. Օուքս, «Ցանկություն», *Լիսինա*, մայիս 2011, 42:
7. Օրինակ՝ տես Դ. Թոդ Քրիստոֆերսոն, «Ապաշխարության աստվածային պարզելը», *Լիսինա*, նոյ. 2011, 38–41:

ՀԻՆԳ ԱՌԱՋԱՐԿ ՄԱՔՈՒՐ ԿՅԱՆՔԻ ՀԱՄԱՐ

Երեց Զեֆրի Ռ. Հոլլանդը հինգ առաջարկություն է անում այն մասին, թե ինչպես վերականգնել ու պահպանել մաքուր կյանքը.

1. Խուսափեք մարդկանցից, կյուրերից և հասգամանքներից, որոնք կվսասեն ձեզ:
2. Փնտրեք օգնություն:
3. Զարգացրեք ու գործադրեք ինքնատիրապետում վատ ներգործությունները վերացնելու համար:
4. Անպարկեշտ մտքերը փոխարինեք հուսալի պատկերներով և ուրախ հիշողություններով:
5. Զարգացրեք Տիրոջ Հոգին և եղեք Նրա հետ:

«Տեղ չկա իմ հոգու թշնամու համար», *Լիսինա*, մայիս 2010, 44–46:



ԾԱՌԱՅԵԼ Հորդանանից այն կողմ

Տերն ամենուր ձեր կարիքն ունի:

Ռ. Վալ Զոնսոն և Ռեյչլ ԶոլմանՌ. Վալ Զոնսոն
Եկեղեցու ամսագրեր և հրատարակչական
ծառայություններ

Կարիքը ճգնաժամային էր: 2013 թվականի սկզբում Հորդանանի միջին արևելքում գտնվող Զաթարի փախստականների ճամբարում հայտնաբերվեց կարմրուկ հիվանդության հինգ դեպք: Ավելի քան 100000 սիրիացի փախստականներ, ովքեր ապրում էին խիտ բնակեցված պալմաններում, հայտնվել էին այս խիտ վարակիչ վիրուսով վարակվելու վտանգի տակ: Հորդանանի կառավարությունը ծրագրեց անցկացնել մասսայական պատվաստումներ, որպեսզի վարակը չտարածվեր: Նախատեսվում էր երկու շաբաթվա ընթացքում պատվաստում կատարել 6 ամսականից մինչև 30 տարեկան առնվազն 90000 սիրիացի փախստականների:

Բայց մի խնդիր ծագեց: Միացյալ ազգերի կազմակերպության մանկական հիմնադրամը (ՄԱԿՄՀ) (UNICEF) ուներ այդ հիվանդության դեմ պատվաստման շիճուկը: Հորդանանի առողջապահության նախարարությունը ուներ կլինիկաներ: Բայց նրանք չունեին պահպանման ցածր ջերմաստիճան պահանջող իրերի պահոցներ, ներարկիչներ, շիճուկի սառնարաններ, իսկ ժամանակը կարճ էր:¹

Ռոն և Մինդի Համմոնդները՝ բարձրության ծրագրի մեծահասակ միսիոներները, ծառայում էին որպես ղեկավարներ

Հորդանանի ՎՕՍ Բարեգործականում: Քանի որ Ռոնը և Մինդին արդեն աշխատել էին ՄԱԿՄՀ-ի և Առողջապահության նախարարության հետ, նրանք շատ արագ միացան այս կազմակերպությունների համագործակցությանը՝ որոշելու, թե ՎՕՍ Բարեգործականն ինչով կարող է օգնել:

Ռոնն ասում է. «Մենք հետաքրքրվեցինք պահպանման ցածր ջերմաստիճան պահանջող իրերի պահոցների գներով: Երբ նրանք հայտնեցին մեզ, մենք ասացիք. «Կարծում ենք ՎՕՍ Բարեգործականը կարող է օգնել»: Նրանք հարցրին. «Որքա՞ն արագ»: Դրանք մեզ անհրաժեշտ են, որքան հնարավոր է՝ շուտ»:

20 ժամվա ընթացքում ՎՕՍ Բարեգործականը հաստատեց, որ գնել է պահպանման ցածր ջերմաստիճան պահանջող իրերի պահոցները: «Երբ մենք այդ մասին հայտնեցինք Առողջապահության նախարարությանն ու ՄԱԿՄՀ-ին, - ասում է Ռոնը, - նրանք ապշած էին: Ինչպե՞ս կարող էր մի ՀԿ [ոչ



ՎՕՍ Բարեգործականն օգնել է կարմրուկի դեմ պատվաստել 90000 սիրիացի փախստականներին:



կառավարական կազմակերպություն] գործել այդքան արագ: Պատվաստման ծրագիրը ոչ միայն առաջ գնաց նորմալ հունով, այլև տարածվեց ողջ երկրով՝ ընդգրկելով հարյուր հազարավոր հորդանանցի և սիրիացի փախստականների:

Ճգնաժամն անցավ:

Բացի այդ, ՄՄԿՄՀ-ի, Հորդանանի առողջապահության նախարարության և ՎՕՍ Բարեգործականի միջև արդյունավետ գործընկերությունը ստեղծեց ներսում ապագա համագործակցության համար:

Ռոն և Մինդի Համմոնդների ժամանումը Միջին Արևելք այդ կարևոր պահին նրանց հավատի ու ներշնչանքի վկայությունն է Եկեղեցու մեծահասակ միսիոներների ծրագրի շրջանակներում:

Հարկավոր են միսիոներական զույգեր

2012 թվականին Համմոնդները ծառայում էին որպես տաճարային աշխատողներ Ռեքսբուրգ Այդահո Տաճարում: Ռոնը հաջողակ ատամնաբույժ էր և ուսուցանում էր Այդահոյի Բրիգամ Յանգի համալսարանի կրոնի ֆակուլտետում: Բայց նրանց կյանքի խաղաղ ընթացքը անսպասելի փոխվեց մի հստակ հոգևոր տպավորությամբ, որ պիտի անմիջապես փաստաթղթեր ներկայացնեին միսիայում ծառայելու համար: Ժամկետը զարմացրեց նրանց: Նրանց ամուսնացած զավակները դեռ գտնվում էին մասնագիտական կարիերայի ու տեղաբաշխման տարբեր փուլերում, իսկ Ռոնը դեռ չէր շտապում թոշակի գնալ: Բայց Հոգին հավաստիացրեց նրանց, որ նրանց կարիքը կար, և ամեն բան լավ է լինելու:

Ինչպես պարզվեց, Եկեղեցու գլխավոր գրասենյակի քահանայության ղեկավարները ծոմապահությամբ ու աղոթքով ընտրել էին այն ճիշտ զույգին, որը կծառայեր միսիայում որպես Ամմանի (Հորդանան) ՎՕՍ Բարեգործականի ղեկավար:

«Այնքան ակնհայտ էր, - ասում է Մինդին, - որ Տերը տեսնում էր մեր ապագան՝ պատրաստելով մանրամասները այն հատուկ հանձնարարության, որը Նա ուներ մեզ համար: Մենք գիտենք, որ Նա արել է դա յուրաքանչյուր միսիոների համար, ով ծառայում է: Սփոփող

Ամման, Հորդանան



է այն միտքը, որ ձեր ծառայության համար Փրկիչը կարգավորում է ամեն բան, նախքան դուք տեղ կհասնեք»:

«Հետադարձ հայացք ձգելով, - ասում է Ռոնը, - մենք շնորհակալ ենք այն բանի համար, որ մենք հատկապես չէինք պնդել, թե ուր պիտի գնանք ծառայելու: Այդպիսի հարցերի լուծումը Տիրոջ ձեռքը հանձնելիս, մենք Նրան հնարավորություն ենք տալիս մեզ այնպիսի փորձառություն տալ, որը մենք այլապես չէինք ունենալ»:

Այդ փորձառությունը ներառում էր Հորդանանի թագավորական ընտանիքի հետ աշխատանքը մարդասիրական ծրագրերում: Համմոնդները համագործակցում էին տեղական հիվանդանոցների և կլինիկաների հետ, որտեղ բժշկական աշխատակազմին ուսուցանում էին նորածինների վերակենդանացման փրկարար հմտություններ, որոնք կհանգեցնեին մահացության թվի նշանակալի նվազեցմանը նորածինների շրջանում: Նրանց և մեկ այլ միսիոներական զույգի ջանքերի շնորհիվ ՎՕՍ Բարեգործականը ուսուցում և սարքավորումներ

ԻՆՉՊԵՍ ԿԱՐՈՂ ԵՔ ՈՒՆԵՆԱԼ ԶԵՐ ԿՅԱՆՔԻ 6,12,18 ԿԱՄ 23 ԼԱՎԱԳՈՒՅՆ ԱՄԻՍՆԵՐԸ

Զույգերը կարող են ծառայել միսիայում 6,12,18 կամ 23 ամիս՝ կախված իրենց իրավիճակից:

Բացի այդ, միսիայի ամենամեծ ֆինանսական ծախսը՝ բնակվարձը, դարձել է կառավարելի՝ սահմանափակվելով մինչև 1400 ԱՄՆ դոլար այն զույգերի համար, ովքեր Միացյալ Նահանգներից են, Կանադայից, արևմտյան

Եվրոպայից, Ճապոնիայից և Ավստրալիայից: Այլ երկրների միսիոներական զույգերը վճարում են, որքան կարող են:

Միսիոներական ծառայության դիմելու կարգի մասին տեղեկություն ստանալու համար և իրենց կյանքի լավագույն ամիսները ծառայության մեջ անցկացրած ավելի շատ զույգերի պատմությունը կարդալու համար այցելեք lds.org/callings/missionary/senior:

տրամադրեց կլինիկաներին ու կազմակերպություններին, որոնք ծառայում են ֆիզիկական հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց: Համմոնդների և բարօրության խնդիրներով զբաղվող այլ միսիոներների կողմից աջակցվող կազմակերպությունների թվում կար մի կենտրոն, որտեղ ֆիզիկական հաշմանդամություն ունեցող կանանց ուսուցանում էին հագուստի ձևավորում, կար և այլ հմտություններ: Այս հմտություններն ուսանողներին հնարավորություն էին տալիս ապահովել իրենց ու իրենց ընտանիքները:

Այլ ծրագրերը ներառում էին ՀԿ-ների և Հորդանանի կառավարության արտակարգ իրավիճակների վարչության հետ աշխատանքը, ինչպես նաև Հորդանանի ուսանողների ընտրությունը, որպեսզի նրանք ստանան տարեկան մեկ կամ երկու կրթաթոշակ Բրիգամ Յանգի համալսարանում սովորելու համար: Ամենահրաշալի փորձառությունը, որը նրանք ունեցան, Լատինական կաթոլիկ եկեղեցու հետ աշխատանքն էր՝ կառուցելու դպրոցական դասարաններ Իրաքի քրիստոնյաների համար, ովքեր հանդիպման ուրիշ վայր չունեին:

Տիրոջ հետ Նրա այգում

Երբ Համմոնդները Հորդանանում էին, նրանք իմացան, թե որքան ճիշտ է Տիրոջ խոստումը նրանց, ովքեր ծառայում են Իրեն. «Ես կգնամ ձեր առջևից: Ես կլինեմ ձեր աջ կողմում և ձեր ձախ կողմում, և իմ Հոգին կլինի ձեր սրտերում, և իմ հրեշտակները՝ ձեր շուրջը, որ բարձրացնեն ձեզ» (Վևու 84.88):



Ռոն և Սինդի Համմոնդները և այլ մարդասիրական օգնության միսիոներները աշխատում էին Հորդանանի թագավորական ընտանիքի հետ, որպեսզի այնտեղ կրճատեն սորաժիկների մահացության թիվը:

«Աստված ընդգրկված է այս աշխատանքում», ասում է Ռոնը: «Նա այգում է՝ իր ծառաների հետ: Ցանկացած զույգ, որը գնում է միսիա, միանում է այգու աշխատանքին՝ այգու Տիրոջ միջոցով: Հորդանանում մենք ոչ թե հավատում էինք հրաշքներին, այլ ապրում էինք դրանցով»:

Անվիճելիորեն, այն հրեշտակները, որոնց նրանք զգում էին «իրենց շուրջը», ընդգրկում էին երկնային բազմազանությունը, բայց ներառում էին նաև մահկանացու բազմազանությունը, հատկապես նրանց երեխաներին, ովքեր աջակից էին տնից այդքան հեռու ծառայելու նրանց որոշմանը:

Իսկ փոխարենը նրանց ընտանիքը օրհնվեց Տիրոջ պաշտպանիչ, աջակցող ուժով: Կայացվեցին կարևոր որոշումներ կարիերայի և տեղաբաշխման վերաբերյալ, և մտահոգությունները ծնողյան հնարավոր բարդությունների վերաբերյալ ցրվեցին, երբ նրանց երեխաները դիմեցին Տիրոջը, միասին խորհրդակցեցին, աղոթեցին և ծոմ պահեցին միմյանց համար:

Նրանց զավակների ստացած օրհնություններն այնքան ուշագրավ էին, որ երբ եղբայր և քույր Համմոնդներին խնդրեցին երկարացնել իրենց երկամյա միսիան մինչև երեք տարի, նրանց բոլոր երեխաները խանդավառությամբ աջակցեցին: Նրանք զգացին, որ Տերը ինչ-որ հատուկ բան էր անում իրենց համար՝ որպես իրենց ծնողների ծառայության ուղղակի արդյունք:

Սակայն այն բաժանումը, որը զգում էր Համմոնդների ընտանիքը, գոհաբերություն էր: Դժվար էր այդքան հեռու լինել իրենց սիրելիներից: Բայց դա այնքան դժվար չէր, որքան կարող էր լինել անցյալում: Տեխնոլոգիան հնարավոր էր դարձնում, որ ընտանիքի անդամներն ընդգրկված լինեին միմյանց կյանքում: Սինդին ասում է. «Ջուլգերը կապի մեջ են մնում իրենց ընտանիքների հետ: Մենք հաճախ էինք շփվում մեր երեխաների ընտանիքների հետ: Ֆեյս թայմի և էլ-փոստի շնորհիվ մեր նոր ծնված չորս թոռները, որոնք ծնվել էին, երբ մենք ծառայում էինք, մեզ ճանաչեցին և ջերմորեն ընդունեցին, երբ վերադարձանք տուն:

Բացել աչքերն ու սրտերը

Այն բազմաթիվ օրհնությունների թվում, որ Համմոնդները ստացան իրենց ծառայության ժամանակ, Հորդանանի ժողովրդի առատաձեռնության ու բարյացակամության ճանաչումն էր: Երբ Համմոնդները սկզբում ստացան իրենց կանչը, նրանք անվստահություն էին զգում այն ժողովրդի վերաբերյալ, որին իրենք պիտի ծառայեին:

«Բայց մենք զգացինք, որ մեր մուսուլման ընկերները հնազանդ էին և առատաձեռն, - ասում է Ռոնը, - և մենք համոզված ենք, որ եթե նրանք երբևէ զգային, որ մենք վտանգավոր իրադրության մեջ ենք, նրանք անպայման կպաշտպանեին մեզ:



Մտահոգություններից մեկը ապագա զույգերի համար երեխաներից ու թոռներից հեռու լինելն է նրանց կյանքի կարևոր իրադարձությունների ժամանակ: Համմոնդներն իմացան, որ Տերը անսովոր ուղիներով օրհնում է այն զույգերի ընտանիքներին, ովքեր ծառայում են, և որ տեխնոլոգիան հնարավորություն է տալիս նրանց մոտիկ լինել, նույնիսկ գտնվելով շատ հեռու:

Նրանց գթասրտությունն ապշեցուցիչ է: Հորդանան-ցիներն անապաման կիսանեն օգնության, եթե կարող են օգնել: Նրանք սիրով են ընդունել փախստականներին նույնիսկ Դավիթ թագավորի ժամանակներից առաջ: Աստվածաշնչում կան շատ հղումներ «Հորդանանից այն կողմ» արտահայտության վերաբերյալ, և մենք սկսեցինք ստորագրել մեր նամակները «Հորդանանից այն կողմ» ի ճանաչումն այն գթասիրտ ծառայության, որը մենք պատիվ ունեցանք մատուցել այս պատմականորեն գթասիրտ երկրին: Դարեր շարունակ Հորդանանը եղել է գթության վայր, և Տերը օրհնել է այդ ժողովրդին դրա համար:

Այդքան մոտ աշխատելով Հորդանանի ժողովրդի հետ, Համմոնդները հնարավորություն ունեցան զարգացնել ամուր ընկերական կապեր: «Մեզ մի քանի անգամ հրավիրել են իֆթար ճաշի, որն ուսվում է ռամադանի տոնի երեկոյան», ասում է Մինդին: «Մեր մուսուլման ընկերները մեզ հրավիրել են մասնակցել նաև նշանադրության արարողությունների, հարսանիքների և այլ ընտանեկան առիթների»:

Եկեղեցին դարձի չի բերում և թույլ չի տալիս մուսուլմանների մկրտությունը Հորդանանում կամ որևէ այլ տեղ, որտեղ օրենքը արգելում է այն, ուստի Համմոնդները չէին կիսվում Եկեղեցու մասին տեղեկություններով: Փոխարենը, նրանք կենտրոնանում էին կապեր ստեղծելով ու պահպանելով՝ թագավորական

ընտանիքի, տեղական մարդասիրական կազմակերպությունների, իրենց հետ ծառայող այլ միսիոներական զույգերի և կրոնական ու կառավարական ղեկավարների հետ: Երբ մարդիկ ցանկանում էին Համմոնդներից մանրամասնություններ իմանալ Եկեղեցու մասին, նրանք խրախուսում էին նրանց այցելել LDS.org կայքը:

Ծառայելու կոչը

Հաշվի առնելով այն նշանակալի տպավորությունները, որ Ռոնն ու Մինդին ունեին, արդյո՞ք նրանք զգում են, որ ինչ-որ ձևով հատուկ են այն զույգերի թվում, ովքեր կանչվել են կամ կկանչվեն ծառայելու:

Եվ այո, և ոչ: «Մենք ծառայել ենք՝ որտեղ և երբ էլ որ Տերը կարիք ուներ որևէ զույգի՝ հատուկ հմտություններով և կյանքի փորձով», ասում են Համմոնդները: «Բայց դա ճիշտ է բոլոր մեծահասակ միսիոներների համար: Յուրաքանչյուր զույգ, միսիա ծառայելու իր կարողությունով հանդերձ, պատրաստվել է ծառայելու այնպիսի եղանակներով, որոնք

հատուկ են նրանց: Նրանք պարզապես պիտի գործադրեն բավականաչափ հավատ՝ զնալու այնտեղ, որտեղ Տերը ունի նրանց կարիքը, և Նա կօգտագործի նրանց, որպեսզի փոփոխություն բերի ուրիշների կյանք»:

«Զույգերը կարող են փոփոխություն առաջացնել», ասել է Տասներկու Մռաքյալների Քվորումից Երեց Ռոբերտ Դ. Հեյլսը. «Զույգերը կարող են այնպիսի ուշագրավ գործեր կատարել, որ ուրիշ ոչ ոք չի կարող: . . .

. . . Եղանակները, որոնցով զույգերը կարող են ծառայել, իրականում անվերջ են: Միսիայի գրասենյակում ծառայությունից և ղեկավարների ուսուցումից մինչև ընտանեկան պատմության աշխատանք և տաճարային աշխատանքից մինչև մարդասիրական ծառայություն. սրանք հնարավորություն կտան օգտագործել համարյա ցանկացած հմտություն կամ շնորհ, որով Տերն օրհնել է ձեզ: . . .

. . . Դուք շատ բան եք ստացել կյանքում, առաջ գնացեք և ազատ ընկղմվեք մեր Տիրոջ ու Փրկիչի ծառայության մեջ: Հավատ ունեցեք, Տերը գիտի, թե որտեղ եք դուք անհրաժեշտ: Եղբայրներ և քույրեր, կարիքն այնքան մեծ է, իսկ ծառաներն այնքան քիչ»:² ■

ՀՂՈՒՄՆԵՐ

1. Stu "Mass Vaccination Campaigns in Syria, Jordan, Lebanon, Iraq and Turkey Amid Measles Outbreaks," Apr. 30, 2013, unicef.org:
2. Robert D. Hales, "Couple Missionaries: A Time to Serve," *Liahona*, July 2001, 30, 31.

ԱՂԵՐՍԵԼՈՎ ԳԹՈՒԹՅՈՒՆ

Եստոնիայի մոտակա քաղաքներից մեկով ճամփորդելիս ես տեսա մի մարդու, ով փող էր խնդրում: Ի զարմանս ինձ, ես ճանաչեցի նրան, քանի որ 10 տարի առաջ ծառայել էի այդ քաղաքում որպես միսիոներ: Նա կրում էր պլաստիկ շշերով լի մի մեծ պայուսակ, ինչպես նախկինում, որպեսզի դրանք հանձնի վերամշակման և գումար ստանա: Ես հիշում եմ, թե ինչպես էր նա միշտ մանրադրամ խնդրում, և երբ ես տալիս էի, նա էլի էր խնդրում:

Ես ապշած էի՝ տեսնելով նրան: 10 տարի անց նա նույնն էր մնացել՝ մազերը մի փոքր ավելի սպիտակած և երևում էր, որ նա կրկին ապրում էր մուրացկանի կյանքով: Ես մտածեցի այն 10 հրաշալի տարիների մասին, որ ես էի ապրել. դրանք ընդգրկում էին տաճարային ամուսնությունը, կրթություն ստանալը, լավ

աշխատանքի անցնելն ու առողջ կյանք վայելելը:

Ես մտածեցի, որ հավանաբար վերջին անգամն էի տեսնում նրան և համարեցի, որ ինչ-որ բան պիտի տամ նրան: Հարցն այն էր, որ ես միայն մի թղթադրամ ունեի, որն ավելի շատ էր, քան ես կկամենայի տալ: Ես մի փոքր բարկացա, որ պիտի ընտրություն կատարեմ՝ կամ ոչինչ չտալ նրան, կամ տալ ավելին, քան ուզում էի: Ես որոշեցի, որ տարբերությունն այնքան էլ մեծ չէր ինձ համար, իսկ նրա համար մի ամբողջ օրվա գումար էր:

Երկու տարի անց ես ինքս հայտնվեցի նմանատիպ իրավիճակում, բայց այս անգամ ես էի գթություն աղերսողը: Ես շփոթել էի կարևոր կրթաթոշակի համար դիմելու ամսաթիվը: Իմ կարծիքով ես դիմել էի երկու շաբաթ շուտ, բայց սարսափեցի, երբ կրկին

ստուգելով ամսաթիվը՝ պարզեցի, որ մեկ օր ուշ էի դիմել:

Ճակատագրի հեզմանքով կրթաթոշակի գումարը ուղիղ 100 անգամ շատ էր այն գումարից, որը ես տվել էի մուրացկանին: Ես ինքս հայտնվեցի գթություն աղերսողի դերում՝ թե իմ Երկնային Հորն աղոթելիս, թե էլեկտրոնային փոստով համալսարանի պաշտոնյաներին դիմելիս: Նրանք պատասխանեցին, որ կընդգրկեն իմ մոմը, բայց նշեցին, որ ուշ էր:

Ես ստացա իմ աղոթքի պատասխանը և օրհնվեցի՝ ստանալով կրթաթոշակ, որը ֆինանսապես շատ օգնեց իմ կնոջն ու ինձ: Բայց առավել կարևոր է, որ այս փորձառությունը ինձ մի արժեքավոր դաս ուսուցանեց. մի՞թե մենք բոլորս մուրացկաններ չենք Աստծո առաջ (տես Մոսիա 4.19): ■

Մեթյու Քրանդոլլ, Էստոնիա

Եստոնիայի մոտակա քաղաքներից մեկով ճամփորդելիս ես տեսա մի մարդու, ով փող էր խնդրում: Ի զարմանս ինձ, ես ճանաչեցի նրան, քանի որ 10 տարի առաջ ծառայել էի այդ քաղաքում որպես միսիոներ:



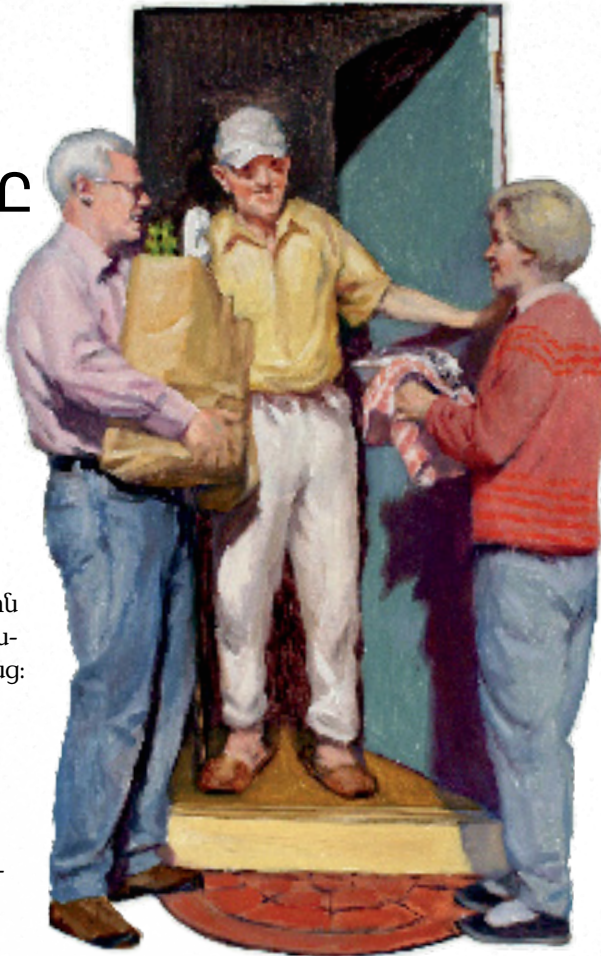
ՊԱՐՈՆ ԵՎ ՏԻԿԻՆ ԴԱՆ ԱՆՈՒՆՈՎ ՀՐԵՇՏԱԿՆԵՐԸ

Ես հեռուստացույց էի դիտում, երբ մայրս կանչեց ինձ ու ասաց, որ իր եղբայրը՝ 92-ամյա քեռի Ֆլոյդը և նրա կինը՝ մորաքույր Միլլին, գրիպով հիվանդ էին և տանը ուտելիք չունեին։ Երկուսն էլ շատ հիվանդ էին ու չէին կարող խանութ գնալ որևէ բան գնելու։ Քեռի Ֆլոյդի և մորաքույր Միլլի տան կողքին որևէ ընտանիք չէր ապրում, ուստի ոչ ոք չկար, որ օգներ նրանց։

Մայրիկս հարցրեց, թե արդյոք ես կարող եմ օգնել։ Իմ ընտանիքում մայրական գծով միայն ես եմ Եկեղեցու անդամ և ինձ նախկինում ևս օգնության էին կանչել այդպիսի իրավիճակներում։ Խնդիրը նրանում էր, որ ես ապրում էի ԱՄՆ-ի Յուտա նահանգում, իսկ մորաքույրս ու քեռիս ապրում էին ԱՄՆ-ի Կալիֆորնիա Նահանգի Հեմետ քաղաքում։

Ես մայրիկիցս խնդրեցի, որ ինձ մի քանի բուպե տա, որ մտածեմ ինչ անել։ Ես մի ընկեր ունեի, ով ապրում էր Հեմետի մոտ, ուստի ես զանգեցի ու հարցրի, արդյոք նա ճանաչում էր ինչ-որ մեկին Հեմետում։ Նա պատմեց ինձ քույր Դան անունով մի տիկնոջ մասին, ում հետ ծառայել էր Ռեդլանդս Կալիֆորնիա Տաճարում, և նա այնտեղի Սփոփող Միության նախագահն էր։

Երբ Քույր Դանը պատասխանեց իմ հեռախոսազանգին, ես ասացի. «Ողջույն, քույր Դան։ Դուք ինձ չեք ճանաչում, բայց իմ անունը Նենսի Լիթլ է, և ես ապրում եմ Յուտայում։ Ես Եկեղեցու անդամ եմ, բայց իմ քեռին ու նրա կինը, ովքեր ապրում են Հեմետում, անդամներ չեն։ Նրանք հիվանդ են և տանը ուտելու ոչինչ չունեն։ Ես քույր



Քույր Դանը պնդեց, որ իր ամուսնու հետ ուտելիք կտանի իմ քեռուն ու քեռակնոջը։

Դանին ասացի նրանց հասցեն, որը հեռու էր այն տեղից, որտեղ նա էր գտնվում և բացատրեցի, որ ես ցանկանում էի տեղեկություն ստանալ այն ռեստորանի մասին, որը գտնվում էր նրանց տան մոտ և կարող էր սնունդ հասցնել նրանց։

Փոխարենը, քույր Դանը պնդեց, որ իր ամուսնու հետ ուտելիք կտանի իմ քեռուն ու նրա կնոջը։ Պատահաբար նրանց տանը պատրաստած սուպ և հաց կար, իսկ նրա մայրը հենց նոր էր թխվածքաբլիթ թխել։ Ես չհամաձայնվեցի, բայց նա պնդեց։

Մի քանի ժամ անց քույր Դանը զանգեց ինձ ու հավաստիացրեց, որ ամեն բան կարգին է։ Մայրս

զանգահարեց ինձ և ասաց, որ քեռի Ֆլոյդը իրեն պատմել էր նրանց այցելության մասին։ Նա ասել էր. «Իմ տուն էին եկել պարոն և տիկին Դան անունով հրեշտակները։ Նրանք շատ ուտելիք էին բերել՝ մրգեր, բանջարեղեն, տանը պատրաստված սուպ, հաց և թխվածքաբլիթ։ Դրանք իմ երբևէ կերած ամենահամեղ թխվածքաբլիթներն էին»։ Դան ամուսինները այցելել էին իմ քեռուն, հոգացել նրանց կարիքները, ապա եղբայր Դանը Ալցհեյմերի հիվանդությամբ տառապող քեռակին Միլլին անկողնուց տարել ու նստեցրել էր խոհանոցի աթոռին, որպեսզի քույր Դանը կարողանար կերակրել նրան։

Երբ քեռի Ֆլոյդը զանգել էր մայրիկիս պատմելու նրանց այցելության մասին, նա արտասովել էր։ Նա ասել էր, որ նախկինում երբևէ չէր հանդիպել այդպիսի բարի ու հոգատար մարդկանց։ Նա մայրիկիս ասել էր նաև, որ իմ բախտը բերել է, որ ապրում եմ Յուտայում և շրջապատված եմ «այդ բոլոր մորմոններով»։

Այցելությունից չորս օր անց քեռի Ֆլոյդը դուրս էր եկել գնալու փոստարկղի մոտ, սայթաքել էր և ընկել։ Նա վնասել էր գլուխը և մահացավ չորս օր անց։ Բացառությամբ տնային բուժքրոջից, եղբայր և քույր Դաները վերջին մարդիկ էին, ում տեսել էր իմ քեռի Դանը նախքան մահանալը։

Ես երախտապարտ եմ Սփոփող Միության իմ քույրերից մեկի Քրիստոսանման օրինակի համար, ով ապրում էր հարյուրավոր մղոններ հեռու, ում ես չէի ճանաչում, և ով օգնեց իմ քեռուն ու քեռակնոջը։ ■
Նենսի Լիթլ, Յուտա, ԱՄՆ

ԺԱՄԱՆԱԿ ԸՆՏԱՆԵԿԱՆ ՊԱՏՄՈՒԹՅԱՆ ՀԱՄԱՐ

Քանի որ ես ունեի երկու փոքր դուստր, ես հաճախ էի պատրվակ գտնում, չմասնակցել որոշ միջոցառումների, որոնց կցանկանայի, որովհետև ուղղակի իմ «ժամանակը» չէր դա անելու: Դրանցից մեկը ընտանեկան պատմության աշխատանքն էր:

Չնայած ես անցյալում մասնակցել էի ինդեքսավորմանը որպես հանգստյան օրվա հաճելի գործ, ես գտնում էի ինձ համար պատճառներ, որ ես ոչ ժամանակ, ունեի ոչ էլ գիտելիք՝ կատարելու իմ ընտանեկան պատմության աշխատանքը այդ ժամանակ:

Մի քանի ամիս առաջ սիրտս փոխվեց, երբ նստած էի տաճարում: Երբ տաճարային քարտերի վրա վերանայում էի մահացածների անունները՝ աղոթելով, որ նրանք ընդունեն իրենց համար արվող տաճարային արարողությունները, ես մտածեցի. «Արդյո՞ք լավ չէր լինի, եթե սրանք լինեին իմ սեփական ընտանիքի անդամները: Ես կցանկանայի աշխատանք կատարել նրանց համար»: Հոգին հաստատեց ինձ, որ եթե սրանք լինեին իմ ցանկությունները, ապա Տերը կօգներ ինձ ընտանեկան պատմության աշխատանք կատարել՝ հատկապես

կիրակի օրը: Նա կարող էր օգնել ինձ ժամանակ և գիտելիք գտնել Իր նպատակներն իրականացնելու համար:

Այդ կիրակի ես տուն գնացի և միացա FamilySearch.org-ին: Աչքերս անմիջապես լցվեցին արցունքներով, երբ ես տեսա իմ նախնիների անունները: Իմ կապը նրանց հետ ուժեղացավ: Այն, ինչն ավելացրեց իմ սերը նրանց հանդեպ, անձնական լուսանկարները և փատաթղթերն էին, որոնք վերջերս էին ավելացվել իմ տատիկի կողմից՝ ինձ համար ընտանիքիս անդամներին: Ես ուրախություն զգացի իմ երկու տարեկան երեխային էլ ներգրավելով դրա մեջ և նրան սովորեցնելով ճանաչել իր նախապապին և նախատատին՝ նրանց անվանելով անուններով: Ես ինչ-որ ձևով զգացի այն, ինչ Տասներկու Առաքյալների Քվորումի Նախագահ Ռասսել Մ. Նելսոնն էր նկարագրել. «Կիրակին հնարավորություն է ընձեռում ամրացնել ընտանեկան կապերը: Ի վերջո, Աստված ցանկանում է, որ

Նրա զավակներից յուրաքանչյուրը՝ որպես տաճարում ընտանիքներով օժտված Սուրբ՝ մեր նախնիների և մեր սերունդների հետ կնքված, վերադառնա Նրա մոտ» («Կիրակին բերկրանք է», *Liahon*, մայիս 2015, 130):

Այդ սկզբնական փորձառությունից ի վեր ես շարունակել եմ մասնակցել ընտանեկան պատմության աշխատանքին: Ես օրհնվել եմ՝ կատարելով տաճարային աշխատանք իմ ընտանիքի մահացած որոշ անդամների համար: Առանձնահատուկ օրհնություն է եղել ինձ համար իմանալ իմ ազգականների մասին և ավելի սերտ կապ ձեռք բերել իմ պապիկ-տատիկների հետ, ովքեր մեր հավատի անդամներ չէին: Դա զորացրել է մեր ուխտերը պահելու և մինչև վերջ դիմանալու վճռականությունը, որպեսզի ես լինեմ ամուր կապակցող օղակ իմ հավերժական ընտանիքում:

Չնայած դեռ շատ աշխատանք կա անելու, ես երախտապարտ եմ իմ Երկնային Հորը իմ կարողությունը մեծացնելու համար, որպեսզի ես կարողանամ մասնակցել Նրա աշխատանքին, հատկապես Իր օրը: Ինձ համար կիրակին իսկապես բերկրանք է: ■

Ռեյչլ Լյուիս, Յուտա, ԱՄՆ



Ես ուրախություն զգացի իմ երկու տարեկան երեխային էլ ներգրավելով դրա մեջ և նրան սովորեցնելով ճանաչել իր նախապապին և նախատատին՝ նրանց անվանելով անուններով:



Պատահաբար հայտնաբերեցի, զորեավար Մորոնիի պատկերը և այն դժված էր վերսնշնապիկիս գրկսնում դպրոցական տարվա մնացած ժամանակահատվածում՝ որպես հիշեցում, թե ինչպես էր զորավար Մորոնին սովորեցրել ինձ կառավարել միջնակարգ դպրոցի դասարանը:

ԶՈՐԱՎԱՐ ՄՈՐՈՆԻՆ ՕԳՆԵՑ ԻՆՁ ՈՒՍՈՒՑԱՆԵԼ ՄԻՋՆԱԿԱՐԳ ԴՊՐՈՑՈՒՄ

Ես ուսուցանում էի 13-14 տարեկաններին և արդեն դժվար ուսումնական տարվա կեսն էր: Ես հենց նոր էի տուն վերադարձել մի հիասթափեցնող ժողովից՝ տնօրենի օգնականի հետ անցկացնելով վերջին գնահատումը: Ես նոր ուսուցիչ էի և իմ դասերի մեծ մասը ես պիտի ստեղծեի, որի համար ես մաքառումների մեջ էի, որպեսզի աշակերտների ուշադրությունը կենտրոնացած պահեի հանձնարարության վրա և հետաքրքրեի նրանց: Խոսքն ինձ համար հիմնականում գնում էր այն մասին, թե ինչպես ստիպել իմ աշակերտներին ընտրություն կատարել՝ կատարել իմ հանձնարարությունը կամ խնդիրների մեջ

ընկնել, իսկ ընթացքում հետևել իմ նախագծուշացումներին:

Ես հեռացա համաժողովից նվազագույն ժամ: Ես նպատակ դրեցի այդ ժողովը դարձնել օրվա հարցը, երբ հաջորդ օրն ուսումնասիրում էի սուրբ գրությունները: Անսպասելիորեն ես պատասխաններ ստացա, երբ կարդում էի Մորմոնի Գիրքը:

Այդ առավոտ ես աղոթեցի, որպեսզի սուրբ գրություններից իմանամ՝ ինչպես դառնալ լավ ուսուցիչ: Սուրբ Հոգին ուսուցանեց ինձ, երբ կարդում էի զորավար Մորոնիի մասին Ալմա 44-ում: Այդ ժամանակ զորավար Մորոնին և Նեփիացիները շրջապատել էին Լամանացիներին Միդոն գետի մոտ և նրանց այնպես էին վախեցրել, որ ստիպել

էին Լամանացիներին զգել իրենց զենքերը: Ես շարունակեցի կարդալ՝ մտածելով, թե ինչպես կուզենայի դասարանում նմանվել զորավար Մորոնիին՝ հրամայող, ինքնավստահ և հաջողակ:

Ես կարդացի երկխոսությունը և նկատեցի, որ Մորոնին ասում էր Ջերաիեմային և Լամանացիներին, որ նրանք ստիպված էին ընտրություն կատարել. «Մեզ հանձնեք ձեր պատերազմի զենքերը, և... մենք կխնայենք ձեր կյանքը, եթե դուք զնաք ձեր ճանապարհով և նորից չգաք պատերազմելու մեր դեմ», կամ էլ «Եթե դուք չանեք այս, ... ես կիրամայեմ իմ մարդկանց, որ նրանք հարձակվեն ձեզ վրա» (Ալմա 44.6, 7): Ես հասկացա, որ նա անում էր այն, ինչ իմ ղեկավարն էր հանձնարարել ինձ անել: «Տուր նրանց երկու ընտրություն և հետևի՛ր ընթացքում», ասաց նա: Մտքում ունենալով այդ, ես որդեգրեցի Մորոնիի նշանաբանը. «Միա, մենք կվերջացնենք պայքարը» (Ալմա 44.10):

Զինված այն սկզբունքներով, որոնք ես սովորել էի սուրբ գրության պատմության իմ հերոսներից մեկի մասին, ես վերադարձա դասարան՝ վստահ ճակատամարտի իմ պլանի վրա: Պատահաբար հայտնաբերեցի զորավար Մորոնիի պատկերը և այն դրեցի վերնաշապիկիս գրպանում՝ դպրոցական տարվա մնացած ժամանակահատվածում, որպես հիշեցում, թե ինչպես էր զորավար Մորոնին սովորեցրել ինձ կառավարել միջնակարգ դպրոցի դասարանը: Երբ ես իմ աշակերտներին տվեցի երկու ընտրություն, նրանց վարքը բարելավվեց, նրանք կատարեցին իրենց աշխատանքը և մենք միմյանց հետ ավելի լավ հարաբերություններ հաստատեցինք: Տարին ավարտվեց և դեռևս դժվար էր, բայց աղոթքի պատասխանով և սուրբ գրությունների գործությամբ ես կարողացա «վերջացնել պայքարը»: ■

Բեն Ֆլոյդ, Վաշինգտոն, ԱՄՆ

ԾՈՄ ՊԱՇԵՆՈՎ ԵՎ ԱՂՈԹԵՆՈՎ ԷՄՄԱՅԻ ՆԱՄԱՐ

Սեսիլ Նորունգ

*Երբ դուստրս պատուհանից ներքև ընկավ, մտածեցի թե մեր վատթարագույն
երկյուղներն իրականացան:*

Իմ ընտանիքը հենց նոր էր վերադարձել հրաշալի արձակուրդից: Ճաշից հետո ես թողեցի իմ երկու փոքրիկ երեխաներին՝ չորս տարեկան Մարկուսին և երեք տարեկան Էմմային, խաղալու մեր չորրորդ հարկում գտնվող բնակարանի վերին հարկի ննջարանում: Դանիայում պատուհանները բացվում են խլափեղկերի պես: Պատուհանները սովորաբար փակ են լինում, բայց մենք մի փոքր բաց էինք թողել մեր արձակուրդի ժամանակ, որպեսզի մեր ուղևորության ընթացքում բնակարանն օդափոխվեր:

Երբ ես լվանում էի ամանները, հանկարծ զգացի, որ մի սարսափելի բան տեղի ունեցավ: Ես վազեցի հյուրասենյակ, մինչ Մարկուսը իջավ՝ վազելով աստիճաններով: Նա վախեցած ճչում էր, ասելով, որ Էմման ընկել էր պատուհանից. պատուհանը ցեմենտապատ մայթից մոտ 40 ոտնաչափ բարձր էր (12 մ): Ես աստիճաններով ներքև վազեցի՝ անընդհատ աղաղակելով Էմմայի անունը: Ես տեսա իմ փոքրիկ աղջնակին ցեմենտապատ գետնին պառկած՝ կարծես անկենդան լինելով: Նա լրիվ անշունչ էր, երբ ես նրան բարձրացրի, կարծեցի, թե իմ վատթարագույն երկյուղները հաստատվեցին: Ամուսինս, ով դուրս էր վազել մեր ետևից, վերցրեց նրան իր գիրկը և անմիջապես քահանայական օրհնություն տվեց նրան:

Շտապ օգնությունը արագ եկավ, և ես ու Մարկուսը աղոթեցինք, մինչ բժիշկները փրկում էին Էմմայի կյանքը: Շուտով մենք բոլորս դեպի հիվանդանոց տանող շտապ օգնության մեքենայի մեջ էինք:

Շտապ բուժօգնության բաժանմունքում մեզ արագ միացան ընտանիքի անդամները, ովքեր եկել էին մեզ աջակցելու: Մարկուսը գնաց իր զարմիկների հետ, մինչ ամուսինս և ես մնացինք այնտեղ՝ Էմմայի վիճակին անտեղյակ:

Երկարատև թվացող սպասումից հետո բժիշկներից մեկը վերջապես ներս մտավ հարցնելով պատահարի մանրամասների մասին: Նրանք ասացին, որ սովորաբար այդպիսի բարձրությունից ընկնելու դեպքում առաջանում են ներքին վնասվածքներ և փրկվելու չնչին հնարավորություն կա: Կոտրվել էր Էմմայի կոնքը, նա ուղեղի ցնցում էր ստացել, բայց նրա կապտուկները մակերեսային էին: Բժիշկն ասաց, որ հավանաբար նրան հրեշտակ էր բռնել:

Չնայած Էմմայի փրկվելը հրաշք էր, նա դեռ անգիտակից վիճակում էր՝ գլխի վնասվածքի պատճառով: Ամուսինս և նրա երկու մտերիմ ընկերները նորից օրհնություն տվեցին Էմմային: Այդ օրհնության մեջ նրան խոստացան լիակատար ապաքինում, առանց որևէ երկարատև խնդիրների, և որ այն դրական փորձառություն էր լինելու նրա կյանքում: Ես մեծ երախտագիտություն էի զգում քահանայության զորության հանդեպ: Իմ բոլոր գիշերային աղերսանքները լսելի էին եղել:

Էմման դուրս եկավ կոմայից չորս օր հետո: Այդ չորս օրերի ընթացքում ընկերները, Եկեղեցու անդամները և ուրիշները ծով էին պահել և աղոթել նրա համար: Ես զգացի, թե ինչպես հավատարիմ Սրբերի աղոթքները միահյուսվում էին իմ շուրջը՝ զորացնելով ընտանիքիս և ինձ:



IMAGE © ISTOCK/THINKSTOCK



Ես այնպես էի զգում, կարծես Երկնային Հայրն Իր բազուկների մեջ էր առել ինձ և լցրել ինձ սփոփանքով:

Մեր ցիցը ծով էր պահել նրա արթնանալու նախորդ օրը: Մենք հավատում ենք, որ Երկնային Հայրը լսել էր մեր աղոթքները, և Էմմայի արթնանալը ծովի ուղղակի արդյունքն էր: Այդ պահից Էմման արագ ապաքինվեց: Պատահարից հինգ օր անց նա արտասանեց իր առաջին բառը, իսկ ինն օր անց դուրս գրվեց հիվանդանոցից: Նա հինգ շաբաթ անցկացրեց անվասայլակի մեջ, իսկ հետո սկսվեց ֆիզիոթերապիան:

Պատահարից մեկ ամիս անց մեջքս հանկարծակի բռնվեց Էմմային բարձրացնելու ժամանակ: Ոչ միայն ֆիզիկական, այլ նաև հոգևոր անգործության զգացում պարուրեց ինձ: Ինչպե՞ս էի շարունակելու խնամել նրան:

Մի գիշեր այդքան անգոր լինելու հանցանքի զգացումը խիստ անտանելի դարձավ: Ես հեռացա տնից և գտա այգու մի նստարան, որտեղ աղոթեցի Երկնային Հորը մոտ մեկ ժամ: Առաջին անգամ իմ կյանքում ես զգացի, թե ինչպես էր Փրկիչի Քավության զորությունը ինձ հաղթահարում: Ողջ ցավն ու վիշտը, որ ես կրում էի, վերցվեց ինձանից, բոլոր իմ բեռները այդ աղոթքից հետո վերցվեցին իմ ուսերից: Էմման դեռ անվասայլակի մեջ էր, իսկ ես դեռ ստանում էի ողնաշարի կանոնավոր բուժումներ, բայց զորություն էի ստացել այն շարունակելու:

Մի տարի անց Էմման կարողանում էր վազել, ծիծաղել, պատմություններ պատմել և մտածել՝ ինչպես չորս տարեկանը պետք է մտածի:

Մենք գիտենք, որ կա սիրառատ Երկնային Հայր, ով հոգ է տանում մեր մասին և անհատապես ճանաչում է մեզ: Նա գիտի, թե ինչ մարտահրավերներով ենք մենք անցնում: Ես երբեք չեմ կասկածի այն հրաշքներին, որ Նա է տալիս մեզ աղոթքի, ծոմապահության և քահանայական օրհնությունների միջոցով: ■

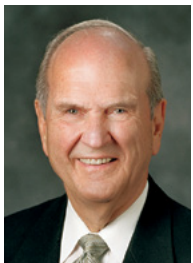
Հեղինակն ապրում է Դանիայի մայրաքաղաքի մերձակայքում:



ՈՐՆ Ե ՄԵՐ ԱՐՁԱ- ԳԱՆՔՆԵՐԸ ՓՈՐ- ՁՈՒՅՈՒՆՆԵՐԻՆ:

«Երբ դժվարություններ են պատահում մեր կյանքում, ո՞րն է մեր անսփջական արձագանքը: Արդյո՞ք մենք շփոթվում ենք, կասկածում կամ հոգևոր անկում ապրում: Արդյո՞ք այն անսպասելի ցնցում է դառնում մեր հավատի համար: Մենք մեղադրո՞ւմ ենք Աստծուն կամ ուրիշներին մեր վիճակի համար: Թե՞ մենք առաջին հերթին հիշում ենք, որ մենք սիրառատ Աստծո զավակներն ենք: Արդյո՞ք դա կրկնապատկվում է բացարձակ վստահությամբ, որ Նա թույլ է տալիս երկրային տառապանք, որովհետև Նա գիտի, որ գտողի կրակի նման դա կօրհնի մեզ՝ դառնալու Նրա նման և ձեռք բերելու մեր հավերժական ժառանգությունը»:

Երեց Դոնալդ Լ. Հոլսթրոմ
Յոթանասուևի նախագահությունից, «Ես Աստծո զավակն եմ», Լիաժոնա, մայիս 2016, 27:



**Նախագահ
Ռասսել Մ.
Նելսոն**

Տասներկու Առաքյալների Թվորումի Նախագահ

Կանգնեք
որպես
հազարամյակի
ճշմարիտ սերունդ

Շատ մարդիկ ձեզ վերաբերվում են որպես *հազարամյակի ստերուկի*: Ես ընդունում եմ, որ երբ հետազոտողները հիշատակում են ձեզ այդ բառով և նկարագրում, թե ինչ են իրենց հետազոտությունները բացահայտում ձեր մասին՝ ձեզ դուր եկած ու դուր չեկած բաները, ձեր զգացումներն ու հակումները, ձեր ուժեղ կողմերն ու թուլությունները, ես անհարմար եմ զգում: *Հազարամյակի ստերուկ* եզրույթի մեջ կա մի բան, որն անհանգստացնում է ինձ: Եվ անկեղծորեն, ինձ ավելի քիչ է հետաքրքրում այն, թե *մասունագետներն* ինչ են ասում ձեր մասին, քան թե այն, ինչ Տերն է ասել ինձ ձեր մասին:

Երբ ես աղոթում եմ ձեր մասին
և հարցնում Տիրոջը, թե ինչ է *Նա*
զգում ձեր վերաբերյալ, իմ կարծիքը
խիստ տարբերվում է հետազոտող-
ների կարծիքից: Հոգևոր տալավո-
րությունները, որոնք ես ստացել եմ
ձեր վերաբերյալ, թույլ են տալիս
ինձ հավատալ, որ *հազարամյա-
կի սերունդ* եզրույթը կարող է

իրականում կատարյալ լինել ձեզ համար, բայց բոլորովին տարբեր պատճառով, քան մասնագետները կարող են երբևէ հասկանալ:

Հազարամյակի սերունդ եզրույթը կատարյալ է ձեզ համար, եթե այդ բառը ձեզ հիշեցնում է, թե ով եք դուք *խրականում*, և որն է ձեր *խրական* նպատակը կյանքում: Ճշմարիտ հազարամյակի սերունդը նա է, ով ուսուցանել և ուսուցանվել է Հիսուս Քրիստոսի ավետարանը նախամահկանացու կյանքում, և ով ովստեր է կապել այնտեղ մեր Երկնային Հոր հետ խիզախ բաների վերաբերյալ, այսինքն *քարոյապետ* խիզախ բաների մասին, որոնք նա անելու է, մինչ այստեղ է՝ երկրի վրա:

Հազարամյակի ճշմարիտ սերունդը այն տղամարդը կամ կինն է, ում Մատված բավակա- նաչափ վստահել է՝ ուղարկելով երկիր այս աշխարհի պատմության ամենապատասխանատու տնտե- սությունում: Հազարամյակի ճշմա- րիտ սերունդն այն տղամարդն

**Դուք «ընտրյալ սերունդ»
եք, նախասահմանված
Աստծո կողմից նշանա-
կալի աշխատանք կատա-
րելու համար, որ օգնեք
այս աշխարհի ժողովրդին
նախապատրաստվել
Երկրորդ Գալուստին:**

Է կամ կինը, ով ապրում է այժմ՝
օգնելով այս աշխարհի ժողովրդին
նախապատրաստվել Հիսուս Քրիս-
տոսի Երկրորդ Գալուստին և Նրա
հազարամյա թագավորությանը: . . .
Չսխալվեք այդ հարցում. դուք ծնվել
եք, որպեսզի լինեք հազարամյակի
ճշմարիտ սերունդ:

Հարցն այն է, թե «Ինչպե՞ս
կարող եք կանգնել և ապրել որպես



հազարամյակի ճշմարիտ սերունդ»։
Ես ունեմ չորս առաջարկություններ։

1. Իմացեք, թե իսկապես ով եք դուք

Ժամանակ տրամադրեք աղոթ-
քով խորհրդածելու այս փաստերի
մասին.

- Դուք Աստծո ընտրյալ որդին
կամ դուստրն եք։
- Դուք ստեղծված եք Նրա
պատկերով։
- Հոգևոր աշխարհում ձեզ ուսու-
ցանել են և նախապատրաս-
տել ամեն ինչի և յուրաքանչյուր
բանի համար, որին դուք
կհանդիպեք այս վերջին օրերի
վերջին մասի ընթացքում (տես
Վե՛նու 138.56)։ Այդ ուսուցումը
հարատևում է ձեր մեջ։

Դուք ապրում եք «տասնմեկե-
րորդ ժամում»։ Տերը հայտարարել
է, որ սա վերջին անգամն է, որ Նա
մշակներ կկանչի Իր այգին՝ հավա-
քելու ընտրյալներին երկրի չորս
կողմերից։ (Տես Վե՛նու 33.3–6.) Եվ
դուք ուղարկվել եք մասնակցելու
այս հավաքին։ Կրկին ու կրկին ես
տեսել եմ իմ աչքերով հազարամյա-
կի ճշմարիտ սերնդի հզոր ազդե-
ցությունը, երբ նրանք բերում են
ուրիշներին դեպի ճշմարտության
իմացությանը։ Սա ձեր ինքնության
և նպատակի մի մասն է՝ որպես
Աբրահամի սերունդ (տես Գաղա-
տացիս 3.26–29)։

Մի քանի ամիս առաջ կինս՝
Վենդին և ես մի նշանավոր փոր-
ձառություն ունեցանք հեռավոր
Միբիթում։ Իրկուստսկում մեր նախա-
պատրաստության օրը մեզ հետ
ճամփորդողներից էին միսիայի
նախագահը՝ Գրեգորի Ս. Բրին-
թոնը, նրա կինը՝ Մալլին և նրանց
վերադարձած միսիոներ որդին՝
Մեմը, ով իր միսիան ծառայել էր
Ռուսաստանում։ Մենք այցելեցինք
գեղեցիկ Բայկալ լիճը և դրա ափին
գտնվող շուկան։

Երբ մենք վերադարձանք մեր
ավտոբուսը, նկատեցինք որ Մեմը
բացակայում էր։ Մի քանի րոպեից
նա հայտնվեց միջին տարիքի մի
կնոջ ուղեկցությամբ, որի անու-
նը Վալենտինա էր։ Իր մայրենի
ռուսերենով Վալենտինան խան-
դավառությամբ բացականչեց. «Ես
ցանկանում եմ հանդիպել այս երի-
տասարդի մոր հետ։ Նա այնքան
քաղաքավարի է, խելամիտ և բարի։

Ես ուզում եմ ծանոթանալ նրա մոր
հետ»։ Վալենտինային գրավել էր
Մեմի պայծառ, լույսով լցված դեմքը։

Մեմը ներկայացրեց Վալենտի-
նային ինչպես իր մորը, այնպես էլ
հորը, տվեց նրան Փրկիչի մասին
գրքույկը և պայմանավորվեց, որ
միսիոներներն այցելեն Նրան։
Երբ միսիոներները հետագայում
վերադարձան Մորմոնի Գրքի մի
օրինակով, նա խոստացավ կարդալ



այն: Մի քանի ուրիշ կանայք, ովքեր աշխատում էին շուկայում, նույնպես հետաքրքրվեցին նոր գրքով, որը Վալենտինյան էր ստացել: Մենք դեռևս չգիտենք այդ պատմության վերջը, բայց այն որոշակի լույսի պատճառով, որ Մեմն էր ճառագայթում, Վալենտինյան և նրա ընկերներից մի քանիսը ծանոթացան ավետարանի հետ:

Մեմի նման հազարամյակի ճշմարիտ սերունդը գիտի, թե իրականում ինքը ով է: Նրանք Հիսուս Քրիստոսի նվիրված աշակերտներն են, ովքեր բնագոյաբար օգտագործում են ամեն հնարավորություն՝ օգնելու իրենց և մյուսներին պատրաստվել մեր Փրկիչի հազարամյա թագավորմանը:

Ուստի իմ առաջին առաջարկն է՝ սովորեք *ձեզ համար*, թե ով եք դուք իրականում: Հարցրեք ձեր Երկնային Հորը Հիսուս Քրիստոսի անունով, թե ինչ է Նա զգում ձեր հանդեպ և երկրի վրա ձեր միսիայի հանդեպ: Եթե դուք հարցնեք ազնիվ միտումով, ժամանակի ընթացքում Հոգին կշնջա ձեզ՝ կյանք փոխող ճշմարտությունը: Արձանագրեք այդ տպավորությունները, դրանք հաճախ վերանայեք և ճշգրտությամբ հետևեք դրանց:

Ես խոստանում եմ ձեզ, որ երբ դուք սկսեք, թեկուզ որոշ գաղափար կազմել, թե ինչպես է Երկնային Հայրը տեսնում ձեզ, և ինչ է Նա ակնկալում ձեզանից անել Իր համար, ձեր կյանքը երբեք չի լինի նույնը:

2. Սպասեք և Նախապատրաստվեք իրականացնել անհնարինը

Աստված միշտ խնդրել է Իր ուխտի զավակներին դժվար բաներ կատարել: Քանի որ դուք Աստծո ուխտ պահող որդիներն ու դուստրերն եք այս վերջին օրերի վերջին մասի, Տերը կխնդրի *ձեզ* դժվար բաներ կատարել: Դուք կարող եք հաշվի առնել դա, Աբրահամի

փորձությունները չավարտվեցին Աբրահամի հետ (տես Վեմ 101.4–5):

Ես գիտեմ, թե որքան նյարդայնացնող կարող է լինել, երբ խնդրում են անել ինչ-որ բան, որը ձեր կարողությունից շատ վեր է թվում: Ես Տասներկու Առաքյալների Քվորումի անդամ էի ընդամենը 19 ամիս, երբ Նախագահ Սպենսեր Վ. Քիմբլը (1895–1985) հեռացավ կյանքից: Առաջին Նախագահության և Տասներկու Առաքյալների Քվորումի Խորհրդի առաջին ժողովում, որը

Դուք ուղարկվել եք մասնակցելու ընտրյալների հավաքին: Կրկին ու կրկին ես տեսել եմ իմ աչքերով հազարամյակի ճշմարիտ սերնդի հզոր ազդեցությունը, երբ նրանք բերում են ուրիշներին դեպի ճշմարտության իմացությանը:

հաջորդեց Նախագահ Էդրա Թաֆտ Բենսոնի ձեռնադրմանը (1899–1994), նա հատուկ հանձնարարություններ տվեց Տասներկուսին: Ինձ տրված նրա հրահանգները ներառում էին այս խոսքերը. «Երեց Նելսոն, դուք պետք է բացեք Արևելյան Եվրոպայի երկրները ավետարանի քարոզման համար»:

Դա 1985 թվականին էր: Քաղաքականապես սառը տարիների ընթացքում, որոնց մենք անվանում ենք որպես Մառը Պատերազմ, ոչ միայն բառացիորեն պատ էր բաժանում Բեռլին քաղաքը, այլև ողջ Արևելյան Եվրոպան էր գտնվում կոմունիզմի ճնշող լծի տակ: Եկեղեցիները փակ էին և կրոնական պաշտամունքը խստորեն սահմանափակված էր:

Իմ մասնագիտական կյանքի մեծ մասը ես անցկացրել էի բացելով

սրտեր՝ փրկարար վիրահատություններ կատարելու համար, բայց ես *ոչ մի* փորձ չունեի, որն ինձ թույլ կտար հավատալ, որ կարող էի բացել երկրներ ավետարանը քարոզելու համար: Եվ այնուամենայնիվ մարգարեն էր տվել ինձ հանձնարարություն, ուստի ես սկսեցի անել այն, ինչը բացարձակապես անհնարին էր թվում:

Սկզբից ի վեր խոչընդոտներ դրվեցին իմ ճանապարհին: Ես ժամանում էի շատ երկրներ՝ չիմանալով թե ուր գնամ: Նույնիսկ, երբ ես կարողանում էի գտնել կառավարական որևէ պատշաճ պաշտոնյայի անուն, սովորական բան էր, որ հանդիպումը չեղյալ համարվեր վերջին բուպեին կամ հետաձգվեր: Մի երկրում, երբ տեսակցությունը հետաձգվեց երկու օրով, դիտավորյալ մի շարք գայթակղություններ դրվեցին իմ ճանապարհին ինձ ստուգելու համար՝ ներառյալ թակարդներ սև շուկայի փողի համար և այլ անօրինական գործողություններ: Մեկ այլ դեպքում հանդիպումը բացվեց պահանջով, որ ես *անմիջապես* հեռանամ:

Բայց Տերը կարողանում է անել Իր սեփական աշխատանքը (տես 2 Նեփի 27.20–21), և ես արտոնություն ունեցա տեսնել, թե ինչպես էր մի հրաշքը մյուսի ետևից կատարվում միշտ և միայն այն բանից *հետո* երբ ես այդ հանձնարարությանը տրամադրում էի իմ լավագույն մտածելակերպը, իմ ամենաքաջարի ջանքերը և իմ ամենաջերմեռանդ աղոթքները:

Եկեղեցու ճանաչումը սկսվեց այդ երկրներից մի քանիսի կողմից՝ նախքան Բեռլինի պատի փլուզումը: Մյուսների կողմից ճանաչումը եկավ հետագայում: 1992 թվականին ես կարողացա զեկուցել Նախագահ Բենսոնին, որ Եկեղեցին այդ ժամանակ հիմնադրվել էր Արևելյան Եվրոպայի յուրաքանչյուր երկրում:

Որպես հազարամյակի ճշմարիտ սերունդ, որին Տերը կարող է վստահել, *դուք* ևս կստեղծեք պատմություն: Ձեզ կխնդրեն ընդունել դժվարին հանձնարարություններ և դառնալ գործիք Տիրոջ ձեռքում: Եվ Նա հնարավորություն կընձեռի ձեզ իրականացնել անհնարինը:

Ինչպե՞ս կարող եք իրականացնել անհնարինը: Մենք այն ամենը, ինչը կպահանջվի գորացնելու ձեր հավատը առ Հիսուս Քրիստոս, մեծացնելով Նրա վերականգնված Եկեղեցու վարդապետության ձեր ըմբռնումը և անխնայ որոնելով ճշմարտությունը: Երբ խնդրում են անել անհնարին բաներ, դուք, որպես հազարամյակի ճշմարիտ սերունդ, խաբսխված լինելով մաքուր վարդապետության վրա, կկարողանաք հավատով քայլ անել առաջ և համառ հաստատակամությամբ ու պատրաստակամ անել այն բոլորը, ինչ դրված է ձեր ներքին սահմաններում՝ Տիրոջ նպատակները կատարելու համար (տես Վեճ 123.17):

Կլինեն օրեր, երբ դուք խորապես կհուսալքվեք: Ուստի աղոթեք քաջություն ձեռք բերելու համար, որպեսզի չհանձնվեք: Դուք ունեք այդ ուժի կարիքը, որովհետև Վերջին Օրերի Մուրբ լինելը կդառնա ավելի ու ավելի պակաս տարածված: Դժբախտաբար, ոմանք, ում համարում էիք ձեր ընկերները, կդավաճանեն ձեզ: Եվ որոշ բաներ պարզապես անարդար կթվան:

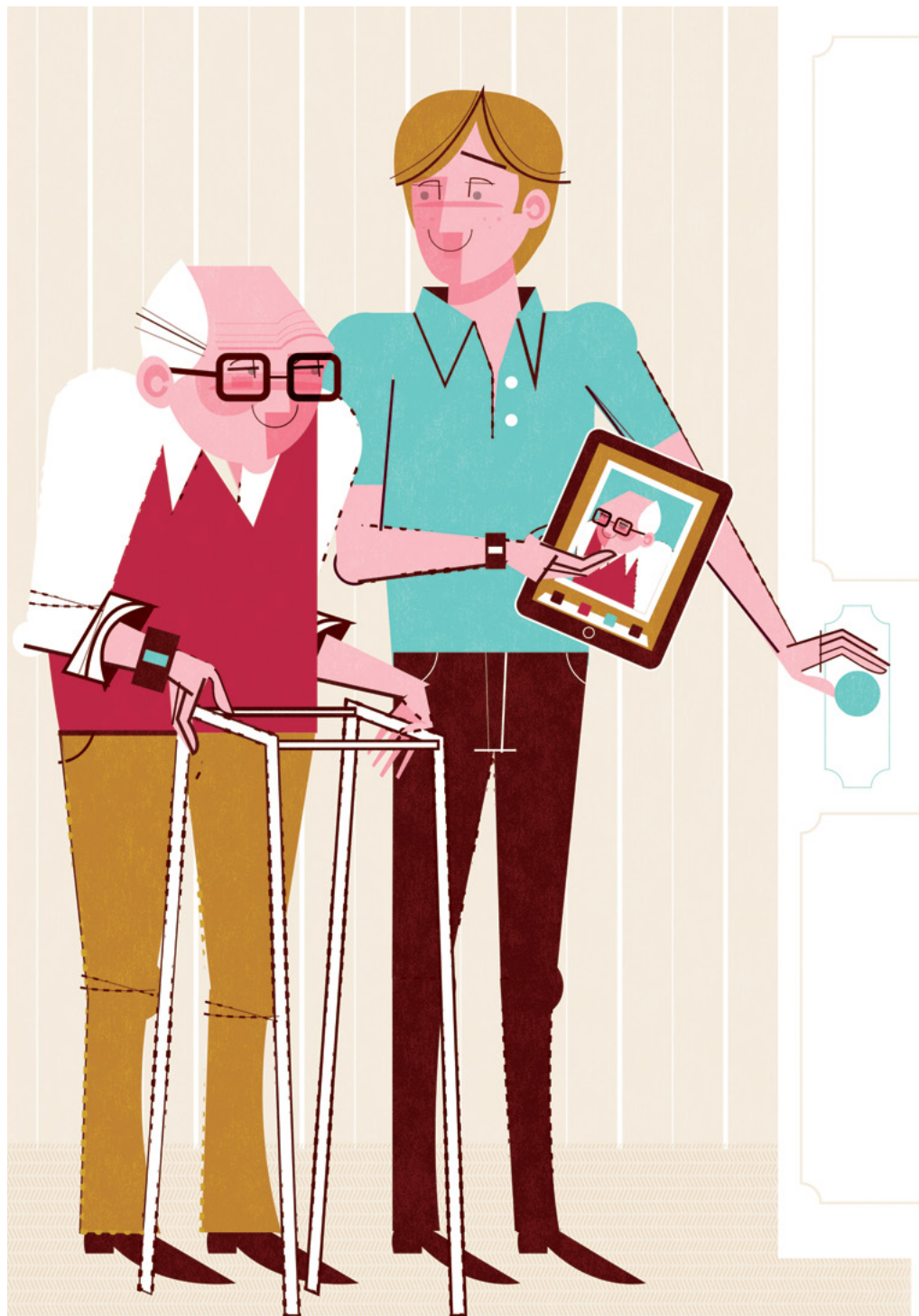
Այնուամենայնիվ, ես խոստանում եմ ձեզ, որ երբ դուք հետևեք Հիսուս Քրիստոսին, դուք կգտնեք հաստատուն խաղաղություն և ճշմարիտ ուրախություն: Երբ դուք պահեք ձեր ուխտերը աճող ճշգրտությամբ, և երբ դուք այսօր պաշտպանեք Եկեղեցին ու Աստծո արքայությունը երկրի վրա, Տերը կօրհնի ձեզ ուժով և իմաստությամբ՝ անհնարինն իրականացնելու համար:

3. Սովորեք, թե ինչպես հասանելի լինեք Երկնային գործողությանը

Մեզանից յուրաքանչյուրն ունի հարցեր: Սովորելու, հասկանալու և ճշմարտությունը ճանաչելու ձգտումը մեր մահկանացու կյանքի կենսական մասն է: Իմ կյանքի մեծ մասն անցել է հետազոտության մեջ: Դուք ևս կսովորեք լավագույն ձևով՝ տալով ոգեշնչված հարցեր:

Հենց այս պահին ձեզանից ոմանք պայքարում են իմանալու համար, թե ինչ դուք պետք է անեք ձեր կյանքի հետ: Ձեզանից ոմանց էլ գուցե հետաքրքրում է, թե ձեր մեղքերն արդյո՞ք ներվել են ձեզ: Ձեզանից մեծ մասը հետաքրքրվում է, թե ով և որտեղ է ձեր հավերժական գուգրնկերը, և նրանք, ովքեր չպետք է լինեն:

Ոմանք գուցե հարցնեն, թե ինչո՞ւ է Եկեղեցին անում այն բաները, որ



անում է: Հավանաբար ձեզանից շատերը համոզված չեն, թե ինչպես պատասխաններ ստանան իրենց աղոթքներին:

Մեր Երկնային Հայրն ու Իր Որդին պատրաստ կանգնած են պատասխանելու ձեր հարցերին Սուրբ Հոգու սպասավորման միջոցով: Բայց ձեզանից է կախված իմանալ, թե ինչպես արժանանալ և ստանալ այդ պատասխանները:

Որտեղի՞ց կարող եք սկսել: Սկսեք ավելի շատ ժամանակ անցկացնել սուրբ վայրերում: Տաճարը սուրբ վայր է: Այդպես է նաև ժողովատունը, որտեղ դուք ամեն կիրակի նորոգում եք ուխտերը՝ ճաշակելով հաղորդությունից: Ես հրավիրում եմ ձեզ ձեր բնակարանը, ձեր ննջարանը, ձեր տունը կամ ձեր սենյակը նույնպես դարձնել սուրբ վայր, որտեղ դուք կարող եք անվտանգ մեկուսանալ աշխարհի մութ շեղումներից:

Աղոթքը բանալի է: Աղոթեք իմանալու համար, թե ինչը դադարեք անել և ինչը սկսեք անել: Աղոթեք իմանալու համար, թե ինչ ավելացնեք ձեր միջավայրին և ինչը հեռացնեք, որպեսզի Հոգին կարողանա ամբողջությամբ լինել ձեզ հետ:

Աղերսեք Տիրոջից խորաթափանցության պարզևր: Ապա ապրեք և աշխատեք արժանի լինելու ստանալ այդ պարզևր, որպեսզի, երբ իրարամերժ իրադարձություններ տեղի ունենան աշխարհում, դուք ճշգրիտ իմանաք՝ ինչն է ճշմարիտ, և ինչը՝ ոչ (տես 2 Նեփի 31.13):

Ծառայեք սիրով: Եթե դուք սիրառատ ծառայություն եք մատուցում նրանց, ովքեր կորցրել են իրենց ճանապարհը կամ ովքեր վիրավորված են հոգով, ապա դա բացում է ձեր սիրտը անձնական հայտնությունից առջև:

Անցկացրեք ավելի շատ ժամանակ այն վայրերում, որտեղ Հոգին ներկա է: Դա նշանակում է ավելի շատ ժամանակ անցկացնել

ընկերների հետ, ովքեր ձգտում են ունենալ Հոգին իրենց հետ: Ավելի շատ ժամանակ անցկացրեք ծնկի իջած աղոթելիս, սուրբ գրություններ ընթերցելիս, ավելի շատ ժամանակ տրամադրեք ընտանեկան պատմության աշխատանքին, ավելի շատ ժամանակ անցկացրեք տաճարում: Ես խոստանում եմ ձեզ, որ երբ դուք Տիրոջը հետևողականորեն ձեր ժամանակից առատաձեռն բաժին հատկացնեք, Նա կբազմապատկի մնացածը:

Ձեզ կխնդրեն ընդունել դժվարին հանձնարարություններ և դառնալ գործիք Տիրոջ ձեռքում: Եվ Նա հնարավորություն կընձեռի ձեզ իրականացնել անհնարինը:

Մենք հաստատում ենք 15 տղամարդու, ովքեր կարգված են որպես մարգարեներ, տեսանողներ և հայտնողներ: Երբ որևէ փշոտ խնդիր է ծագում, և թվում է այն ավելի ու ավելի փշոտ է դառնում ամեն օր, այդ 15 տղամարդը գոտեմարտի մեջ են մտնում այդ հարցի հետ, փորձելով տեսնել գործունեության տարբեր ուղղությունների հետևանքները, և նրանք ջանասիրաբար ձգտում են լսել Տիրոջ ձայնը: Ծանրակշիռ հարցերի վերաբերյալ ծով պահելուց, աղոթելուց, ուսումնասիրելուց, խորհելուց և Եղբայրների հետ խորհրդակցելուց հետո ինձ համար անսովոր բան չէ գիշերն արթնանալ այդ հարցերի վերաբերյալ նոր տպավորությունների առնչությամբ, որոնց համար մենք մտահոգված ենք: Եվ իմ Եղբայրներն ունենում են նույն փորձառությունը:

Առաջին Նախագահությունը և Տասներկու Առաքյալների Քվորումը միասին խորհրդակցում են և կիսվում այն ամենով, ինչ Տերն ուղղություն է տվել մեզ հասկանալու համար, անհատապես և բոլորս միասին զգալու համար: Եվ ապա մենք հետևում ենք Տիրոջը՝ Եկեղեցու Նախագահի վրա ներգործելիս՝ Տիրոջ կամքը հայտարարելու համար:

Այս մարգարեական գործընթացին հետևեցինք 2012 թվականին միսիոներների համար նվազագույն տարիքը փոխելիս և Եկեղեցու ձեռնարկում վերջերս մի քանի երկրներում նույնասեռ ամուսնության օրինականացման վերաբերյալ հավելումներ կատարելիս: Կարեկցանքով լցված բոլորի և հատկապես երեխաների հանդեպ, մենք երկար պայքարեցինք հասկանալու համար Տիրոջ կամքն այս հարցում:

Միշտ հիշելով Աստծո փրկության ծրագիրը և հավերժական կյանքի Նրա հույսը իր զավակներից յուրաքանչյուրի համար, մենք հաշվի առանք հնարավոր սցենարների անհամար տարբերակներ և համակցություններ, որոնք կարող էին առաջանալ: Մենք հաճախակի հանդիպում էինք տաճարում ծով պահելով և աղոթելով և որոնում նոր ուղղորդում ու ոգեշնչում: Բսկ այնուհետև, երբ Տերը ոգեշնչեց Իր մարգարե Նախագահ Թոմաս Ս. Մոնսոնին հրապարակելու Տիրոջ միտքն ու կամքը, ձեզանից յուրաքանչյուրը այդ սրբազան պահին զգաց հոգևոր հաստատում: Որպես Առաքյալներ, մեր արտոնությունն էր հաստատել այն, ինչ Նախագահ Մոնսոնին էր հայտնի դարձվել: Տիրոջ կողմից Իր ծառաներին տրված հայտնությունը սրբազան գործընթաց է և այդպիսին է նաև անձնական հայտնություն ստանալու ձեր արտոնությունը:

Իմ սիրելի եղբայրներ և քույրեր, դուք նույնքան հասանելություն

ունեք Տիրոջ մտքին և կամքին ձեր սեփական կյանքի համար, որքան մենք՝ Սոաքյալներս ունենք Նրա Եկեղեցու համար: Ճիշտ՝ ինչպես Տերը պահանջում է *մեզանից* որոնել և խորհել, ծով պահել և աղոթել, ուսումնասիրել ու պայքարել դժվարին հարցերի հետ, Նա պահանջում է *ձեզանից* անել նույնը, երբ դուք պատասխաններ եք որոնում ձեր սեփական հարցերին:

Դուք կարող եք սովորել լսել Տիրոջ ձայնը Հոգու հուշումների միջոցով:¹ Որքան էլ օգտակար թվան Գուգլը, Թվիթերը և Ֆեյսբուքը, դրանք պարզապես պատասխաններ չեն տալիս ձեր ամենակարևոր հարցերին:

Իմ սիրելի երիտասարդ ընկերներ, դուք կարող եք իմանալ Տիրոջ միտքն ու կամքը ձեր սեփական կյանքի վերաբերյալ: Հարկ չկա անհանգստանալ, թե արդյո՞ք դուք այնտեղ եք, որտեղ Տերը ձեր կարիքն ունի որ լինեք կամ արդյոք դուք անում եք այն, ինչ Նա կարիք ունի, որ դուք անեք: Դուք կարող եք իմանալ: Մուրֆ Հոգին «կասի ձեզ բոլոր բաները, որ դուք պետք է անեք» (2 Նեփի 32.3):

4. Հետևեք մարգարեներին

1979 թվականին, երբ ծառայում էի Կիրակնօրյա Դպրոցի գերագույն նախագահ, ես հրավիրվեցի մասնակցելու շրջանային ներկայացուցիչների սեմինարի, որի ժամանակ Նախագահ Քիմբալը տվեց մի ոգեշնչող ելույթ ազգերի դռները բացելու մասին, որոնք այդ ժամանակ փակ էին Եկեղեցու համար, ինչպես օրինակ Չինաստանը: Նա մարտակոչ հղեց բոլոր ներկաներին ուսումնասիրել չինարեն լեզուն, որպեսզի մենք կարողանայինք առաջարկել մեր հմտությունները՝ օգնելու Չինաստանի ժողովրդին:

Ինձ համար Նախագահ Քիմբալի մարտահրավերը թվաց

մարգարեական հանձնագիր: Այսպիսով, հենց այդ երեկո ես հարցրի իմ հանգուցյալ կնոջը՝ Դենզելին, թե նա արդյոք կկամենար չինարեն ուսումնասիրել ինձ հետ: Նա համաձայնվեց, և մենք գտանք ուսուցիչ մեզ օգնելու համար: Իհարկե, մենք շատ լավ խոսել չսովորեցինք չինարեն, բայց սովորեցինք բավականաչափ, այնպես որ, երբ հաջորդ տարի

ինձ հրավիրեցին (մի շաբթ խիստ անսպասելի իրադարձությունների պատճառով) գնալ Չինաստան, որպես այցելող դասախոս ուսուցանելու սրտի բաց վիրահատություն, ես ավելի լավ դիրքում էի՝ հրավերն ընդունելու համար:

Վերադառնանք հինգ տարի առաջ 1985 թվականից, երբ ես կանչվել էի Տասներկուսի Քվորում: Մի օր ես ստացա Չինաստան



գնալու հրատապ խնդրանք՝ կատարելու սրտի բաց վիրահատություն այդ ազգի հանրահայտ օպերային աստղին, ով Չինաստանում համարվում էր ազգային հերոս: Ես բացատրեցի, որ իմ լիաժամկետ եկեղեցական պարտականությունն ինձ խանգարում էր գնալ, բայց Չինաստանի բժիշկներն աղերսեցին ինձ անմիջապես ժամանել և կատարել այդ փրկարար վիրահատությունը:

Ես քննարկեցի հարցը իմ բժշկական խնամքի հետ: Նրանք խիստ տպավորվեցին, որ հանուն Չինաստանի ժողովրդի ես պետք է կատարեի այդ ուղևորությունը և վիրահատեի:

Եվ ես արեցի դա: Բարեբախտաբար, վիրահատությունը հաջող անցավ: Ի դեպ, դա սրտի վերջին բաց վիրահատությունն էր, որ ես կատարեցի: Դա ձիննանում էր (Չինաստան), 1985 թվականի մարտի 4-ին:

Այժմ ետ գնանք կրկին, այս անգամ 2015 թվականի հոկտեմբերը: Ինձ ու Վենդիին հրավիրեցին վերադառնալ Շանդունգի համալսարանի բժշկական քոլեջը ձիննանում: Մենք զարմացանք, երբ ինձ ջերմորեն ողջունեցին որպես Չինաստանի «հին ընկեր», և ես հանդիպում ունեցա վիրաբույժների հետ, ում ես ուսուցանել էի 35 տարի առաջ: Մեր այցելության կարևոր պահերից էր այդ հայտնի աստղի որդու և թոռան հետ հանդիպումը: Բոլոր այս զարմանալի փորձառությունները հնարավոր դարձան մեկ պատճառով՝ ես հետևեցի մարգարեի խորհրդին՝ սովորելով չինարեն:

Մարգարեները տեսնում են նախօրոք: Նրանք տեսնում են սոսկալի վտանգները, որոնք հակառակորդը դնում է կամ դեռ կդնի մեր ճանապարհին: Մարգարեները նաև կանխատեսում են մեծ հնարավորությունները և

արտոնությունները, որոնք սպասվում են նրանց, ովքեր լսում են *հնազանդվելու մոտադրությամբ*: Ես գիտեմ, որ սա ճիշտ է: Ես դա կրկին ու կրկին անգամ ինքս եմ զգացել:

Տերը խոստացել է, որ երբեք թույլ չի տա, որ Եկեղեցու Նախագահը մոլորեցնի մեզ: Նախագահ Հարոլդ Բ. Լին (1899–1973) հայտարարել է. «Դուք գուցե չհավանեք այն, ինչ ասում է Եկեղեցու իշխանավորը: Այն կարող է հակասել

Երբ դուք գիտեք, որ մարգարեն մարգարե է, դուք կարող եք մոտենալ Տիրոջը խոնարհությամբ և հավատով և խնդրել ձեր սեփական վկայությունը նրա վերաբերյալ, ինչ Նրա մարգարեն հրապարակել է:

ձեր քաղաքական տեսակետներին: Այն կարող է հակասել ձեր հասարակական հայացքներին: Այն կարող է խանգարել ձեր հասարակական կյանքին: Բայց, եթե դուք լսեք այս բաները, կարծես դա լինեք Տիրոջ բերանից, համբերությամբ և հավատով, խոստումն այն է, որ «դժոխքի դռները չեն հաղթի ձեզ. այո, և Տեր Աստված ձեր առջևից կցրի խավարի գործությունները և այնպես կանի, որ երկինքները կցնցվեն՝ ձեր բարիքի և իր անվան փառքի համար» (Վեմ 21.6):²

Դուք գուցե միշտ չհասկանաք ապրող մարգարեի ամեն հայտարարությունը: Բայց, երբ դուք գիտեք, որ մարգարեն մարգարե է, դուք կարող եք մոտենալ Տիրոջը խոնարհությամբ և հավատով և խնդրել ձեր սեփական վկայությունը

նրա վերաբերյալ, ինչ Նրա մարգարեն հրապարակել է:

Ք.ժ.ա.մոտ 40 թվականին շատ Նեփիացիներ միացան Եկեղեցուն և Եկեղեցին բարգավաճեց: Բայց զաղտնի խմբակցությունները սկսեցին աճել և նրանց խորամանկ առաջնորդներից շատերը թաքնվեցին ժողովրդի մեջ և դժվար էր նրանց նկատել: Երբ մարդիկ դարձան ավելի ու ավելի հպարտ, Նեփիացիներից շատերը «այն, ինչ սրբազան էր ծաղր սարքեցին, մարգարեության և հայտնության ոգին մերժելով» (Հեղաման 4.12):

Այս նույն սպառնալիքները կան այսօր մեզանում: Մոայլ իրականությունն այն է, որ «սատանայի ծառաները» (Վեմ 10.5) զետեղված են ողջ հասարակության մեջ: Այսպիսով եղեք շատ զգույշ, թե ում խորհրդին եք դուք հետևում (տես Հեղաման 12.23):

Իմ սիրելի եղբայրներ և քույրեր, դուք ծնվել եք՝ լինելու հազարամյակի ճշմարիտ սերունդը: Դուք «ընտիր ազգ եք» (1 Պետրոս 2.9), նախակարգված Աստծո կողմից կատարելու նշանավոր աշխատանք՝ օգնելու նախապատրաստել այս աշխարհի ժողովրդին Տիրոջ Երկրորդ Գալուստին: ■

Երիտասարդ ամուսինների համաշխարհային հավաքից, «Հառնալ հազարամյակի ճշմարիտ սերունդ», ելույթը տրվել է Այդսոնի Բրիգամ Յանգ Համալսարանում 2016 թվականի հունվարի 10-ին: Ավելի հոգով կարդալու համար այցելեք՝ broadcast.lds.org:

ՀՂՈՒՄՆԵՐ

1. 1847 թվականի փետրվարին, Մարգարե Ջոզեֆ Միլթի նահատակվելուց մոտավորապես երեք տարի անց, նա հայտնվեց Նախագահ Բրիգամ Յանգին և նրան հաղորդեց հետևյալ ուղերձը. «Ժողովրդին ասա, թող խոնարհ և հավատարիմ լինեն և անպայման պահեն Տիրոջ Հոգին և այն նրանց ճիշտ կառավարողի: Ուշադիր եղեք և մի շրջվեք ցածր, հանդարտ ձայնից, այն կասի ձեզ, թե ինչ անեք և ուր գնաք» (Եկեղեցու Նախագահների ուսմունքները. Ջոզեֆ Միլթի [2007], 98):
2. Եկեղեցու Նախագահների ուսմունքները. Հարոլդ Բ. Լին (2000), 84–85. (2000), 84–85:

Միջին

ջերմության հրաշքը

Դեյվիդ Ա. Էդվարդս

Եկեղեցու ամսագրեր

Պատկերացրե՛ք՝ մի երիտասարդ տղամարդ տանը մենակ է ու քաղցած (այո, համոզիչ չէ, բայց պարզապես փորձեք պատկերացնել): Հիմա պատկերացրե՛ք, որ այս երիտասարդ տղամարդը փորձում է առաջին անգամ ինքնուրույն պատրաստել տապակած պանրով սենդվիչ:¹ Պատկերացրե՛ք նաև, որ այս երիտասարդ տղամարդու ծնողները երբեք նախկինում չեն սովորեցրել նրան՝ ինչպես պատրաստել տապակած պանիր, իսկ նա երբևէ ուշադիր չի հետևել, երբ նրանք արել են այդ:

Ենթադրենք, այս երիտասարդ տղամարդը ճիշտ է ընտրել բոլոր բաղադրիչները՝ հաց, պանիր, մի քիչ կարագ՝ հացի վրա քսելու համար (և մի քիչ մայոնեզ՝ ներսից քսելու): Ապա թավան դնում է գազօջախին: (Պատկերացնենք նաև, որ նա չունի հատուկ թավա կամ այլ սարք այս ուտելիքը պատրաստելու կամար:)

Հիմա պատկերացրե՛ք, որ մի գաղափար է ծագում նրա մտքում. գաղափար, որին շատ մարդիկ անտեղյակ են եղել (կամ համարել են անիմաստ). «Եթե ես ավելացնեմ ջերմաստիճանը, այն ավելի արագ կպատրաստվի»:

Պատկերացրե՛ք, թե հետո ինչ է տեղի ունենում: (Կամ երևի դուք ստիպված չեք պատկերացնել:)

Նա պատրաստվում է ստանալ կամ կատարելապես խրթխրթան, շագանակագույն հաց կամ էլ կատարելապես կպչուն հալած պանիր, բայց ոչ երկուսը: Ամենայն հավանականությամբ, նա կստանա հաց, որի համը նման կլինի լավայի քարի և կիսահալած պանրի համի, որը նույնքան գրավիչ է, որքան կիսատ պատմված հեքիաթը:

Նրա խնդիրը, ինչպես դուք տեսնում եք, համակցությունն էր անիրազեկության (որը ներելի է) և անհամբերության (որը չնայած հասկանալի, բայց պակաս ներելի է): Եթե նա կրկներ այս սխալը հաջորդ անգամ, այն կլինեք պակաս ներելի, քանի որ նրան չէին կարող մեղադրել անտեղյակության մեջ, այլ դա ամբողջովին կվերագրվեր անհամբերությանը:

Ճիշտ վարվելու համար նա պիտի բացահայտի միջին ջերմաստիճանի հրաշքը:

ՄԻՋԻՆ ԶԵՐՄԱՍՏԻՃԱՆՈՎ ՊԱՏՐԱՍՏԵԼԸ ՉԱՆՉՐԱՆԻ ՉԷ

Գազօջախի միջին ջերմաստիճանը կատարյալ է տապակած պանրի

և շատ այլ ճաշատեսակների համար, քանի որ այն թույլ է տալիս, որ սնունդը պատրաստվի առանց դրսից վառվելու: Միակ թերությունն այն է, որ այն պահանջում է ավելի շատ ժամանակ և ուշադրություն, որոնք էլ իրենց հերթին պահանջում են *հսկերչություն*:

Տերն ասել է. «Համբերությամբ շարունակեք, մինչև որ կատարյալ դարձվեք» (Վևու 67.13): Նա այստեղ խոսում է այնպիսի կատարելության մասին, որը վեր է կատարյալ տապակած պանրով սենդվիչներ պատրաստելուց, Նա ցանկանում է, որ մենք ավելի շատ նմանվենք Իրեն: Հիսուս Քրիստոսը համբերության ամենագլխավոր օրինակն է: Եվ Նրա օրինակին հետևելու մի եղանակը մեր հեռանկարի ընդլայնումն է, նայելով տվյալ պահից այն կողմ և տեսնելով ավելի մեծ հատուցում, որը գալիս է ինքնակարգավարժումից, հավատից, հնազանդությունից, կայուն և տևական ջանքերից, համբերատարությունից ու սիրուց, այլ կերպ՝ խոսքերից և համբերություն ունենալուց:

Ըստ սահմանման, համբերությունը ենթադրում է սպասում, որը կարող է ձանձրալի թվալ, բայց ինչպես ուսուցանել է Առաջին

ՀՂՈՒՄՆԵՐ

1. Ակնհայտորեն այս երիտասարդ տղամարդը ամերիկացի է: Նա պարզապես կարող էր լինել մեկ այլ վայրից և

առաջին անգամ պատրաստել տապակա, կրեպես, կարտոֆիլով բլիթ, փքաբլիթ, թորթիլա կամ բրինձ: Գաղափարը նույնը կլինեք:

2. Դիտեր Ֆ. Ուիդորֆ, «Համբերությամբ շարունակեք», *L'Espresso*, մայիս 2010, 57:

Նախագահության Երկրորդ Խորհրդական Նախագահ Դիտեր Ֆ.

Ուլսդորֆը, «Համբերել նշանակում է համառորեն դիմանալ և տոկալ: Դա նշանակում է մնալ ինչ-որ բանի հետ և անել այն ամենն, ինչ կարող ենք՝ աշխատել, հուսալ և գործադրել հավատ, տանել դժվարությունները տոկունությամբ, նույնիսկ, երբ մեր սրտի ցանկությունները հետաձգվում են: Համբերությունը պարզապես դիմանալը չէ. դա լավ դիմանալն է»:²

Դա պարզապես տապակած պանրով սենդվիչները թավայի մեջ դնելը և այն մոռանալը չէ, դա հետևելն է և այն ճիշտ ժամանակին շրջելն է:

Դա պարզապես դպրոց,

սեմինարիա կամ Եկեղեցի հաճախելը չէ, դա եռանդուն սովորելն ու երկրպագելն է:

Դա պարզապես Մորմոնի Գրքի մասին վկայության սպասելը չէ, որը կշնորհվի ձեզ, քանի որ դուք պարզապես խնդրել եք այն, դա մշտապես կարդալն է, ուսումնասիրելը, խորհելը, աղոթելը և այդ գրքի պատվիրաններով ապրելը:

Դա պարզապես նստել սպասելը չէ, մինչ քո ընկերները ծաղրում են քո կրոնը, դա նրանց համար աղոթելն է և իրոք ցանկանալը, որ

նրանք ունենան սրտի փոփոխություն և ամեն հնարավոր բան անելն է այն իրականացնելու համար:

Դա ժամադրվելու համար մինչև 16 տարեկան սպասելը չէ, դա սովորելն է սիրել հնազանդությունը և փորձել հասկանալ, թե ինչպես ձեզ կօրհնի մարգարեների խորհրդին հետևելը:

ՑԱԾՐԱՅՆԵԼ ՋԵՐՄԱՍՏԻՃԱՆԸ

Համբերությունն ու զսպվածությունը կամ ինքնատիրապետումը «Հոգու պտուղն է» (տես Գաղատացիս 5.22–23): Չնայած կան հրատապ գործեր, որոնք պահանջում են անհապաղ գործողություն կամ պատրաստի

Դուք ցանկանում եք այն հիմա՞, թե՞ դուք ցանկանում եք այն ճիշտ ձևով:



ԱՌԱՋ ՀԱՐԺԿԵՔ

«Ապավինել Տիրոջը նշանակում է հավատի սերմ ցանել և սնուցել այն «մեծ ջանասիրությամբ և... համբերությամբ» [Ալմա 32.41]:...

Ապավինել Տիրոջը նշանակում է «կանգնել անսասան» [Ալմա 45.17] և «առաջ մղվել» հավատքով, «ունենալով հույսի կատարյալ պայծառություն» [2 Նեփի 31.20]:»

Երեց Ռիչարդ Գ. Սքոթ, Տասներկու Առաքյալների Զվորումից, «Տիրոջն ապավինել՝ Քրկամբը կատարվի», *Հիստորիա*, Նոյ. 2011, 72:

ԴԻՏԵԼ ՏԵՍԱՖԻԼՍ

Տես՝ Նախագահի Կտեր Ֆ. Ուիտորիոյի բացատրում է, թե համբերությունն ինչ կապ ունի զեֆիրի հետ lds.org/go/101656 կայքում:

պատասխան (ուղղակի կան որոշ ճաշատեսակներ, որոնք պահանջում են բարձր ջերմաստիճան), դուք պիտի հակված լինեք ունենալ ավելի մեծ համբերություն և ինքնատիրապետում: Եթե դուք զգաք, որ այն տեղի է ունենում, դա նշան է, որ Հոգին աշխատում է ձեր կյանքում:

Միջին ջերմաստիճանի հրաշքը կարող է ձեզ տալ տապակած պանրով կատարյալ սենդվիչ և համբուրգերներ, որոնք նման չեն հոկեյի տափօղակի վարդագույն երիզով, տապակած կարտոֆիլ շագանակագույն, ոչ թե սև, փափուկ բրինձ՝ չոր և կաշունի փոխարեն: Բայց համբերությունը կկատարի իր «կատարեալ գործը» (Հակոբոս 1.4) ձեր կյանքում, օգնելով ձեզ առաջ գնալ՝ ավելի շատ նմանվելու Հիսուս Քրիստոսին, բերելով Սուրբ Հոգու ազդեցությունը և ի վերջո օգնելով առաջնորդել ձեզ դեպի հավերժական կյանք:

Երբ դուք նկատում եք այն բաները, որոնք ձեր անհամբերության

պատճառը կարող են դառնալ, հիշեք տապակած պանրով սենդվիչը (կամ մեկ այլ ճաշատեսակ, որը ձեր համար կարևոր է) և դուք ինչ կգոհաբերեիք՝ թույլ տալով, որ անհամբերությունը ուղղորդի ձեր գործողությունները: Եթե դուք մեղավոր եք, որ չափազանց հաճախ եք տեղի տալիս անհամբերությանը, միացեք ակումբին: Դուք կարող եք ապաշխարել և փորձել կրկին հետևել Հիսուս Քրիստոսի օրինակին և ուսմունքներին: Գոյություն ունեն տապակած պանրով սենդվիչներ պատրաստելու մեկից ավելի եղանակներ և երբեք չափազանց ուշ չէ սովորել կատարելության մասին, որը հնարավոր է համբերության միջոցով: ■

ՄԻԱՑԵՔ ԶՐՈՒՅՑԻՆ

ԽՈՇԵՐ ԿԻՐԱԿԻ ՕՐԿԱ ՉԱՄԱՐ

- Ո՞ր շարունակական փորձությունները կամ ամենօրյա իրավիճակներն են ձեզ հանում համբերությունից:
- Կարո՞ղ էիք ավելի համբերատար լինել այս իրավիճակներից յուրաքանչյուրում:

ԻՆՉ ԿԱՐՈՂ ԵԻՔ ԱՆԵԼ ԴՈՒՔ:

- Ուսումնասիրեք համբերության մասին սուրբ գրությունները, որոնք տրված են Սուրբ գրքերի ուղեցույցով:
- Ձեր ընտանիքի հետ կամ եկեղեցում դուք կարող եք քննարկել Նապատակներ որոշակի բաներ անելու վերաբերյալ, որոնք կարող են ձեզ ավելի համբերատար դարձնել:



ՊԱՏԿԵՐԱՑՐԵՔ ՁԵՁ ՎԵՐԱԿԱՌՈՒՑՎԱԾ

«Գուցե զգաք, որ ձեր կյանքն ավերված է... Մեր սիրառատ Երկնային Հայրը կարող է և կվերակառուցի ձեզ: Նրա ծրագիրն է մեզ վերակառուցել՝ դարձնելով շատ ավելի մեծ մի բան, քան այն, ինչ մենք էինք, շատ ավելի մեծ մի բան, քան մենք երբևէ կարող ենք պատկերացնել»:

Նախագահ Դիտեր Ֆ. ՈւլերիդՖ, Առաջին Նախագահության Երկրորդ Խորհրդական, ապրիլ 2016, գերագույն համաժողով

ՈՒԺ ԴԻՄԱՆԱԼՈՒ ՀԱՄԱՐ

Ջեսիկա Թըրներ՝ ըստ Լին Քրենդալի

Իմ ծննդյան 16-րդ տարեդարձից մոտ մեկ ամիս առաջ իմ ընտանիքը ավտովթեքնայով զնաց ուղևորության ողջ Միացյալ Նահանգներով՝ այցելելու Եկեղեցու մի քանի պատմական վայրեր։ Ես դեմ չէի այդքան երկար ժամանակ մեքենայով ճամփորդելուն, որովհետև իմ ընտանիքը միշտ լավ ժամանակ էր անցկացնում։ Հիշում եմ, թե ինչպես նստեցինք մեքենա Նեբրասկայում Վինթեր Քոտրթերս այցելելուց հետո։ Հորդառատ անձրև էր տեղում։ Ես նստեցի ետևի նստելատեղին, վերցրի մի ծածկոց և կծկվեցի՝ լսելով անձրևի ձայնը, և քնեցի։

Հաջորդ բանը, որ հիշում եմ, անվերահսկելիորեն պատվելու զգացումն էր։ Հետագայում ես իմացա, որ մեր մեքենան սլացել էր մեծ արագությամբ և բախվել ցեմենտե արգելապատնեշին մի անցումի մոտ։ Ես աղոտ հիշում եմ, թե ինչպես էր ինչ-որ մեկն ասում ինձ, որ կոտրվել էր ոտքս և գնում էինք վիրահատության։

Ամփոփապես դրանից հետո, երբ ես ապաքինվում էի հիվանդանոցում, հայրս եկավ իմ սենյակը։ Նա նստեց իմ կողքին և բռնեց ձեռքս։

Ինչ-որ ձևով ես զգացի, որ արդեն գիտեմ, թե նա ինչ էր պատրաստվում ասել։

«Անուշիկա, -ասաց նա,- դու գիտե՞ս, թե որտեղ ես գտնվում։»

«Հիվանդանոցում», - պատասխանեցի ես։

«Գիտե՞ս, թե ինչ է պատահել։»

«Մենք ավտովթարի ենք ենթարկվել։»

«Որևէ մեկը պատմե՞լ է քեզ ընտանիքի մնացած անդամների մասին։»

Ես կանգ առա և ապա պատասխանեցի՝ ոչ։

Նա ասաց, որ բոլորը լավ կլինեն, բացի իմ մայրիկից։ Նա մահացավ։

Ես սպասում էի, որ կզգամ տխրության կսկիծ այդ պահին, բայց ես չզգացի։ Իմ սկզբնական ցնցման մեջ, ինչ որ պատճառով, ես խաղաղություն զգացի, քաղցր մի զգացում, որ ես կարող էի վստահել Աստծուն, որ գործերը լավ կլինեն։

Հիվանդանոցում պառկած ես հիշեցի Եկեղեցու մի որոշակի պատմական վայր, որը մենք տեսել էինք վթարից երկու օր առաջ Մարտին Քոուլում (Վայոմինգ)։ Շատ ռահվիրաներ մահացան այնտեղ սովից, ձնից ու ցրտահարությունից։ Ես հիշեցի քարերի կույտերով շարված գերեզմանները և մտածեցի այն մասին, թե որքան շատ հավատ պահանջվեց մնացած ռահվիրաներից վերցնել իրենց ձեռնասայլակները և շարունակել զնալ։ Այդ

Իմ ոտքը կոտրված
էր, սիրտս՝ նույնպես, և
ես կարիք ունեի բուժման:
Ես լցվեցի հույսով:

պատմությունը տպավորություն գործեց ինձ վրա: Երբ ես մտածեցի այդ փորձառության մասին, ես գիտեի, որ ռահվիրաները դիմացան, և ես նույնպես պետք է դիմանայի ուժեղ լինելի իմ փոքր եղբայրների և քույրերի համար:

Իմ խաղաղության սկզբնական զգացումը մնաց ինձ հետ՝ ևս մեկ ու կես շաբաթ: Հուլիսի 4-ին ես նստած էի անվասայլակի վրա՝ դիտելով հրավառությունը հիվանդանոցի պատուհանից, երբ ինձ հարվածեց «մայրիկս չկա» միտքը: Նա չէր լինելու իմ ավագ դպրոցի ավարտականին: Նա այնտեղ չէր լինելու, երբ ես ստանայի իմ օժտումը տաճարում: Նա չէր լինելու իմ հարսանիքին: Նա մահացել էր:

Այդ ժամանակ էր, երբ գործերը սկսեցին իսկապես դժվարանալ: Ոտքիս ցավը տոկալի էր, և ես ակտրժակ չունեի: Ես հեռուստացույց էի նայում առանց տեսնելու այն և հիմնականում ուղղակի քնում էի: Ընտանիքս անհանգստանում էր ինձ համար, որովհետև ես շատ չէի արտասվում:

Արցունքներն ավելի շատ սկսեցին գալ, երբ մենք վերջապես գնացինք Օրեզանի մեր դատարկ տունը: Եվ հանկարծ ես ստիպված էի իմ վրա վերցնել մայրիկիս պարտականություններից մի քանիսը, իսկ իմ





եղբայրներն ու քույրերը հաճախ ինձ էին նայում սփոփանքի համար: Ես փորձում էի ուժեղ լինել նրանց համար: Բայց դա հեշտ չէր:

Դպրոց վերադառնալը դժվար էր: Բոլորը լսել էին վթարի մասին և եթե նույնիսկ չէին լսել, նրանք լսում էին այդ մասին, երբ իմ ուսուցիչները ներկայացնում էին ինձ որպես այն աղջիկը, ով վթարի էր ենթարկվել: Ես մեկուսացած էի զգում:

Հատկապես դժվար էր, երբ հայրս նորից ամուսնացավ մայրիկիս մահից ինը ամիս հետո: Ես գիտեի, որ իմ խորթ մայրը լավ կլինեմ մեր ընտանիքի համար, և մենք նրա կարիքն ունեինք, բայց դժվար էր հարմարվել:

Չնայած այդ ժամանակամեն ինչ չէ, որ խավար էր: Ես մեծ սեր էի զգում իմ Երկնային Հոր կողմից, իմ ընտանիքի և իմ Եկեղեցու ղեկավարների կողմից: Այն, ինչ օգնեց ինձ բուժվել և առաջ ընթանալ վթարից հետո, հասարակ բաներ էին, որոնք գորացրին հավատս: Ամեն օր մինչև անկողին մտնելս ես մեկ ժամ էի անցկացնում իմ առանձնասենյակում՝ կարդալով սուրբ գրությունները, աղոթելով և գրելով իմ օրագրում: Իմ առանձնասենյակի մենուքյան մեջ ես ստիպված չէի ուժեղ լինել իմ եղբայրների և քույրերի համար: Ես կարող էի արտասվել, որքան սիրտս ուզեր և սիրտս բացել Աստծո առաջ: Ես Նրան ճշգրտությամբ պատմում էի, թե ինչ էի զգում և թե որքան էի կարոտում մայրիկիս: Ես գիտեի, որ Նա լսում էր ինձ, այն գորովագութ ողորմածությունների պատճառով, որ ես զգում էի: Այդ առանձնասենյակի տարածքը սուրբ դարձավ ինձ համար:

Այս հասարակ բաներն օգնեցին ինձ կապված մնալ Աստծո հետ, Նրան ինձանից հեռու վանելու և դառնանալու փոխարեն: Ես վթարը չէի տեսնում որպես Աստծո կողմից

ընտանիքիս պատճառած ցավ: Ես ավելի շատ ուժ զգացի, որ լինեմ համբերատար և ենթարկվեմ Նրա կամքին ու շարունակեմ առաջ շարժվել իմ դժվար օրերում: Եվ իսկապես կային *դժվար* օրեր:

Հայրիկիս ամուսնաանալուց հետո ես կամեցա լավ օրինակ լինել իմ եղբայրների և քույրերի համար և բացարձակապես չէի ուզում վատ զգացումներ ունենալ խորթ մորս հանդեպ, ուստի ես շարունակում էի իմ հույսը դնել Աստծո վրա: Իմ անձնական զարգացման գրքում գործունեություններից մեկը կենտրոնացած էր իմ ընտանեկան կյանքը բարելավելու վրա՝ գորացնելով իմ փոխհարաբերությունը ընտանիքի որևէ անդամի հետ երկու շաբաթվա ընթացքում: Հիմնականում նպատակն էր փորձել Քրիստոսանման լինել և սեր ցույց տալ գործողությունների միջոցով: Ես որոշեցի փորձել դա և ծառայել իմ խորթ մորը:

Մեր համակցված ընտանիքներում շատ ամաններ կային լվանալու: Այսպիսով դա այն տեղն էր, որտեղից ես սկսեցի: Երբ ես ծառայեցի նրան հաջորդ երկու շաբաթների ընթացքում, ես հնարավորություն ունեցա սիրելու իմ խորթ մորը և համբերատար լինելու, չնայած դեռ երջանիկ չէի այդ իրավիճակում: Պարզապես նրան ծառայելու վրա կենտրոնացումն օգնեց ինձ հաղթահարել դժվար ժամանակները, որովհետև ես զգում էի՝ Հոգին ինձ հետ էր:

Ես դեռևս չեմ հասկանում ամեն ինչ, թե ինչու պատահեց այդ վթարը իմ ընտանիքի հետ և դեռ կլինեմ դժվար օրեր: Բայց ռահվիրաների նման, ես վստահությունս դրել եմ Աստծո վրա և ինձ տրվել է ուժ դիմանալու համար: ■

Հեղինակն ստացում է Յոսուպոլ (ԱՄՆ):

ԲԱՐՁՐԱՑՐԵԸ ԶԵՐ ՍԻՐՏԸ

«Գուցե դուք զգաք, որ ձեր կյանքը կործանված է: ... Դուք գուցե վախենաք, բարկանաք, սգաք կամ տանջվեք կասկածներից: Բայց ճիշտ՝ ինչպես, երբ Բարի Հովիվն է գտնում Իր կորած ոչխարներին, եթե դուք միայն բարձրացնեք ձեր սիրտը դեպի աշխարհի Փրկիչը, Նա կգտնի ձեզ:

Նա կազատի ձեզ:

Նա կբարձրացնի ձեզ և

կդնի Իր ուսերին:

Նա կտանի ձեզ տուն»:

Նախագահ Դիտեր Ֆ. Ուիդորֆ, Առաջին Նախագահության Երկրորդ Խորհրդական, «Նա կդնի ձեզ Իր ուսերին և տուն կտանի», *L'Espresso*, մայիս 2016, 104.





**Երեց Դ. Թող
Քրիստոֆերոս**

Տասներկու Առաքյալ-
ների Թվորումից

ԻՆՉՊԵՍ ԹՐԻԱՏՈՍԻՆ ԴԱՐՁՆԵԼ ՄԵՐ ԿՅԱՆՔԻ ԿԵՆՏՐՈՆԸ

«**Հ**իսուսը կատարյալ միասնության հասավ Հոր հետ՝ ենթարկելով Իրեն Հոր կամքին՝ թե մարմնով, թե հոգով: Հորը նկատի ունենալով, Հիսուսն ասել է. «Ես միշտ նորան հաճելի բաներն եմ անում» (Հովհաննես 8.29): Քանի որ Հոր կամքն էր դա, Հիսուսը ենթարկվեց մինչև իսկ մահվան, «Որդու կամքը կույզն անցած լինելով Հոր կամքին» (Մովսիս 15.7): Ամենահիմնական պատճառներից մեկը, որ Հիսուսի ծառայությունն ունեցավ այդպիսի հստակություն և զորություն, այն էր, որ Նա կենտրոնացել էր Հոր վրա: Նրա մեջ չկար շեղող երկմտություն:

Նույն ձևով դուք և ես կարող ենք **Քրիստոսին մեր կյանքի առանցքը դարձնել և մեկ դառնալ Նրա հետ**, ինչպես Նա է մեկ Հոր հետ (տես Հովհաննես 17.20-23): Մենք կարող ենք սկսել՝ մեր կյանքից ամեն ինչ դուրս հանելով, ապա այդ ամենը վերադասավորել ըստ առաջնահերթությունների՝ կենտրոնում ունենալով Փրկիչին: Մենք միշտ պետք է **առաջնահերթություն տանք այն բաներին, որոնք հնարավոր կդարձնեն մշտապես հիշել Նրան**՝ հաճախակի աղոթք, սուրբ գրությունների ուսումնասիրություն, առաքյալների ուսմունքների աշխույժ ուսումնասիրություն, հաղորդությունը արժանավայել

ճաշակելու ամենաբարձր պատրաստություն, կիրակնօրյա երկրպագություն և գրելու ու հիշելու այն, ինչ Հոգին և փորձառությունն են ուսուցանում՝ մեզ աշակերտ լինելու վերաբերյալ: Այլ բաներ կարող են ծագել ձեր մտքում, որոնք հատկապես համապատասխանում են ձեզ՝ ձեր կյանքի այս փուլում: Երբ այս հարցերի վերաբերյալ **համապատասխան ժամանակը և միջոցները մեր կյանքերը Քրիստոսում կենտրոնացնելու համար՝ դրվեն իրենց տեղում**, մենք կարող ենք **սկսել ավելացնել այլ պարտականություններ** և արժեքներ կայացնող բաներ, որքանով որ ժամանակն ու միջոցները թույլ կտան, ինչպես օրինակ կրթությունը և ընտանեկան պարտականությունները, և անձնական ձգտումները: Այս ձևով հիմնականը դուրս չի մղվի մեր կյանքից միայն բարու կողմից, և ավելի քիչ կարևորություն ունեցող բաները կզբաղեցնեն ավելի ցածր առաջնահերթություն կամ ընդհանրապես կանհետանան:

Չնայած դա կարող է հեշտ չլինել, մենք հետևողականորեն կարող ենք **առաջ մղվել Տիրոջ հանդեպ հավատով**: Ես կարող եմ հաստատել, որ ժամանակի ընթացքում Փրկիչին միշտ հիշելու և հետևելու մարդու ցանկությունը



ԻՆՉՊԵՍ ԵՔ ԴՈՒՔ ԿԻՐԱՌԵԼ ՍԱ:

Ես և իմ ընտանիքը անցանք մի քանի մեծ փորձությունների միջով և այժմ մենք քահանայություն կրող չունենք մեր տանը: Փորձություններն օգնում են մեզ ծնկի գալ աղոթքով: Ես շնորհակալ եմ սուրբ գրությունների և դրանք կարդալու կարողության համար: Դրանք ուսուցանել են ինձ, որ չնայած ուրիշների որոշումները կարող են ազդել իմ կյանքի վրա, իմ արժեքը միևնույն է, մեծ է: Ես այնքան շնորհակալ եմ, որ գիտեմ, որ կարող եմ խոսել իմ Երկնային Հոր հետ՝ օրվա կամ գիշերվա ցանկացած ժամին: Սա օրհնություն է:

Հենլի Դ., 17 տարեկան, Այդահո, ԱՄՆ

և կարողությունը կաճի: Մենք պետք է համբերատարությամբ **աշխատենք** այդ նպատակի ուղղությամբ **և միշտ աղոթենք** խորաթափանցության և աստվածային օգնության համար, որի կարիքը մենք ունենք (տես 2 Նեփի 32.9): ■

Այդահոյի Բրիզալ Յանգ Համալսարանում 2009 թվի հունվարի 27-ին կայացած հավաքի ելույթից:

Երբ ես փոքր էի, շատ ժամեր էի անցկացնում խոհանոցում՝ հետևելով մայրիկիս: Նա մեր ընտանիքի համար պատրաստում էր ամենահամեղ ճաշերը, հացերը, թխվածքներն ու կարկանդակները: Որոշ ժամանակ անց ես սկսեցի կարդալ բաղադրատոմսերը և հրահանգներին հետևելով ուտելիք պատրաստել: Ես չէի ապավինում մայրիկիս օգնությանը, ես կարողանում էի ինքս անել այդ:

Ինչպես ուտելիք պատրաստելիս, այնպես էլ ավետարանը սովորելիս, մենք գործելով ենք զարգացնում մեր վկայությունը: Երբ Լեքին իր ընտանիքին պատմեց կենաց ծառի մասին իր երազը, Նեփին ասաց, որ ինքը կամենում էր «տեսնել և լսել և իմանալ այդ բաների մասին» ինքնուրույն (1 Նեփի 10.17): Այլ խոսքերով ասած, Նեփիի համար բավական չէր լսել իր Հոր վկայությունը: Նա ուզում էր իմանալ այն, ինչ նրա հայրն արդեն գիտեր:

Ավետարանը սովորելու բաղադրատոմսն ունի մի քանի պարզ քայլեր: Դուք կարող եք օգտագործել հետևյալ չորս գաղափարները՝ օգնելու ձեր ընտանիքի հետ ավետարանն ուսումնասիրել եկեղեցում կամ ձեր անձնական ուսումնասիրության ընթացքում:

1. Լախապատրաստվեք սովորելուն

Սկսեք ձեր անձնական ուսումնասիրությունը աղոթքով: Խնդրեք Երկնային Հորը, որ օգնի ձեզ հասկանալ, թե ինչ եք կարդում: Գրի առեք մեկ կամ երկու հարց և որոնեք պատասխանները: Սուրբ Հոգին վկայություն

կրերի, երբ դուք կարդաք, խորհեք և աղոթեք (տես Մորոնի 10.5):

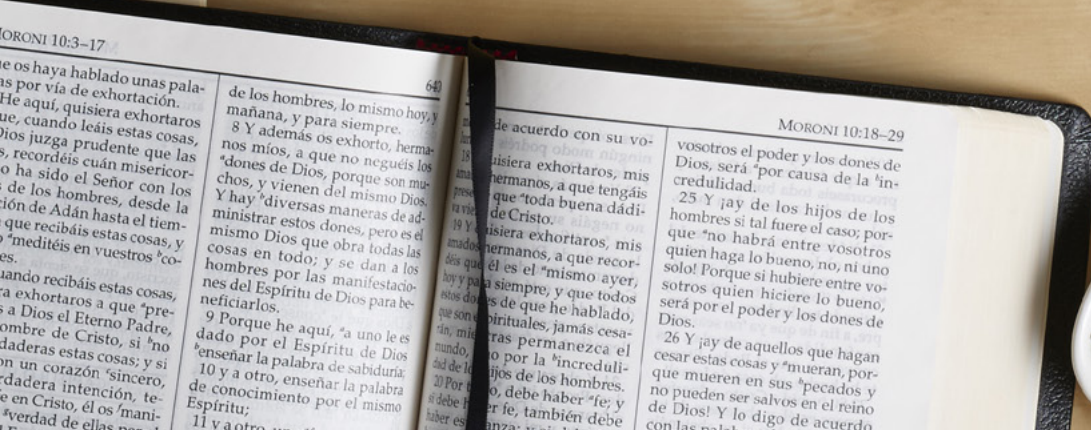
Եկեղեցում ավետարանն ուսանելու համար՝ կարդալ դասը մինչև այնտեղ գնալով: *Եկ, հետևիր Բնձ* թեմայով դասերը կարելի է գտնել LDS.org և Gospel Library app-ում:

2. Մասնակցություն ցուցաբերեք ուսանելու ընթացքում:

- Կարդացեք հասկանալու համար: Ոչ ձեր կարդացած էջերի քանակը, ոչ էլ կարդալու արագությունը այնքան կարևոր չէ, որքան ձեր կարդացածի ըմբռնումը: Դուք գուցե ստիպված լինեք որոշ նախադասություններ վերընթերցել մի քանի անգամ: Օգտագործեք բառարան այն բառերը նայելու համար, որոնք դուք չգիտեք: Օրինակ, ի՞նչ է նշանակում *տնտեսություն* բառը: Պարզելու համար կարող եք օգտագործել Սուրբ Գրքերի Ուղեցույցը:
- Հարցեր տվեք այն մասին, թե ի՞նչ եք դուք կարդում: Գուցե ձեզ հետաքրքրում է, թե. «Ի՞նչ էր տեղի ունենում Երուսաղեմում այն ժամանակ, երբ Լեքին և իր ընտանիքը մեկնեցին: Ինչո՞ւ ժողովուրդը չէր լսում Լեքիին»:
- Փորձեք պատասխանել այս երեք հարցերին ավետարանական որևէ ուսմունքի վերաբերյալ. «Ինչո՞ւ էր դա կարևոր այն ժամանակվա մարդկանց համար: Ինչպե՞ս է այն վերաբերում *մեզ* այսօր: Ինչպե՞ս է այն վերաբերում *ինձ*:

ՄՈՎՈՐԵԼՈՒ ԲԱՂԱԴՐԱՏՈՄՍ

Փորձեք այս չորս ուղիները՝ Աստծո խոսքը ձեր հոգիներին համեղ դարձնելու համար:



- Որոնք օրինակներ և կապեր: Օրինակ, որո՞նք են այն եղանակները, որոնցով Նեփին պատասխանեց ձախորդությանը: Ինչպե՞ս էր անապատում նրա ընտանիքի ճամփորդությունը նման Իսրայելացիների՝ Եգիպտոսից դուրս գալու ճամփորդությանը:
- Գրեք զգացումները և տպավորությունները ձեր օրագրում: «Երբ գրի առնեք արժեքավոր տպավորությունները, հաճախ դրանք ավելի շատ կգան: Նաև այն գիտելիքը, որ դուք ձեռք եք բերում, մատչելի կլինի ձեր ողջ կյանքի ընթացքում» (Richard G. Scott, "To Acquire Knowledge and the Strength to Use It Wisely," *Liahona*, Aug. 2002, 12, 14): Գրեք հատկապես, թե գաղափարներն ինչ են նշանակում ձեր կյանքում:
- Նկարեք մի նկար: Ձեր սովորածը արձանագրելու մեկ այլ ուղի է այն նկարելը: Մի անգամ, երբ ես այցելեցի մի ընկերոջ՝ ընտանեկան երեկոյի առթիվ, նրա տատիկը կիսվեց անձնական պատմություններով հավատի և աղոթքի վերաբերյալ: Նախքան դասի սկսվելը, ընկերս իր փոքրիկ երեխաներին տվեց թուղթ և մատիտներ, որպեսզի նրանք նկարեն պատմությունները, որոնք պատմում էր իրենց տատիկը: Նկարներ նկարելն օգնում էր նրանց ուշադրություն դարձնել և նրանք նույնիսկ, հարցեր էին տալիս այդ ընթացքում՝ պատմության որևէ մանրամասնը պարզաբանելու համար:

3. Ուսումնասիրեք և ապրեք ավետարանով ամեն օր:

Սովորելը ջանք է պահանջում, մենք պետք է գործադրենք մեր ճիգերը հասկանալու համար (տես Մոսիա 12.27): Տասներկու Առաքյալների Քվորումից Երեց Ռասսել Մ. Բալլարդը խորհուրդ է տվել մեզ հաստատել մի ժամանակ և վայր՝ ամենօրյա հիմունքներով սուրբ գրություններն ուսումնասիրելու համար, եթե դա լինի նույնիսկ ընդամենը մի քանի րոպեով («When Shall These Things Be?» *Ensign*, Dec. 1996, 60): Երբ մենք կանոնավոր ուսումնասիրում ենք, ուսանելը ավելի հեշտ է դառնում: Օրինակ, ես պարզեցի, որ երբ կարդում եմ Եսայիայի գլուխները Մորմոնի Գրքում

(դրանք բաց թողնելու փոխարեն), դրանք սկսում են իմաստավորվել ինձ համար:

Երբ դա վերաբերում է ավետարանն ուսանելուն, բավական չէ ինչ-որ բան խելքով հասկանալու համար: Մենք պետք է նաև գործածության մեջ դնենք այն, ինչ սովորում ենք: Երբ մենք գործում ենք ճշմարտության վրա հիմնվելով, Սուրբ Հոգին հաստատում է դա մեզ և մեր վկայությունն աճում է: Երբ մենք հետևողականորեն ապրում ենք այդ ճշմարտությամբ, մենք սկսում ենք փոխվել, դարձի գալով դեպի Հիսուս Քրիստոսը:

Կիսվեք նրա վերաբերյալ, ինչ սովորում եք:

Մեր սեփական խոսքերով ավետարանի որևէ սկզբունքի մասին պատմելով ուրիշներին, մենք օգնում ենք մեզ հիշել այդ սկզբունքը և Հոգին զգալը գորացնում է մեր վկայությունները: Հաճախ ընտանեկան երեկոյի ժամանակ կիսվելը լավ պահ է: Դուք կարող եք նաև կիսվել, երբ խոսում եք ընկերների հետ դպրոցում կամ ընտանիքի անդամների հետ ճաշի ժամանակ:

Երբ մենք հետևում ենք այս չորս քայլերին և ջանասիրաբար ձգտում ճանաչել Փրկիչին, մեզ խոստացված է, որ «Աստծո խորհուրդները հայտնի կդառնան [մեզ] Սուրբ Հոգու գործությամբ» (1 Նեփի 10.19): ■

Հեղինակն սպրդում է Յոուսայում, ԱՄՆ:



ՉՈՐՍ ԲԱՆ, ՈՐՈՆՑ ԿԱՐԻՔ ՄԵՆՔ ՈՒՆԵՆՔ

«Դուք և ես կարիք չունենք բարդ ուսումնական նյութերի և չափսի ամբողջովին հիմնվենք ուրիշների հոգևոր գիտելիքի վրա: Մենք պետք է պարզապես ունենանք սովորելու անկեղծ ցանկություն, Սուրբ Հոգու ընկերակցությունը, սուրբ գրությունները և ակտիվ, հարցասեր միտք»:

Տասներկու Առաքյալների Քվորումից Երեց Դեյվիդ Ա. Բերնար. «Կենդանի ջրի աղբյուր» (Եկնդեցու Կրթական համակարգի հոգևոր հավաք ներիտասարդ չափահասների համար, Feb. 4, 2007), 3, si.lds.org:

«Ոմանք ասում են, որ պիտի ունենամ իմ չափանիշները չկիսող ընկերներ, որպեսզի իմ չափանիշներն ամրանան: Արդյո՞ք դա ճիշտ է»:

Իվերջո, ձեր չափանիշների ամրացումը գալիս է սովորելուց և Հիսուս Քրիստոսի ավետարանով ապրելուց, իսկ ընկերները կարող են օգնել կամ խոչնդոտել ձեզ այդ գործում: Ընկերները մեծ ազդեցություն ունեն ձեր վրա՝ սկսած այն եղանակից, որով դուք մտածում եք, խոսում և գործում եք, մինչև այն մարդը, որը դուք դառնում եք: *Երիտասարդներին զորացնելու համար* գրքուկը խորհուրդ է տալիս. «Ընտրեք այնպիսի ընկերներ, ովքեր կրում են ձեր արժեքները, որպեսզի կարողանաք ամրացնել և քաջալերել միմյանց, ապրելով բարձր չափանիշներով» ([2011], 16): Այսպիսի ընկերները օգնում են ձեզ ապրել Հիսուս Քրիստոսի ավետարանով, պահել ձեր չափանիշները և դառնալ ավելի լավ մարդ:

Մակայն ոչ բոլոր մարդիկ, ում հետ դուք շփվում եք, կունենան նմանատիպ չափանիշներ, ինչպիսին ձերն են կամ կլինեն Եկեղեցու անդամներ: Կարևոր է սիրալիր լինել բոլորի հետ և վերաբերվել նրանց այնպես, ինչպես Փրկիչը կվերաբերվեր նրանց՝ սիրով ու բարության: Երբ դուք շարունակում եք ապրել ձեր չափանիշներին համապատասխան, դուք կարող եք «օրինակ լինել հաւատացեալներին խօսքով, վարքով, սիրով, հաւատքով, սրբութիւնով» (Ս Տիմոթեոս 4.12): Ձեր օրինակի միջոցով նրանք կտեսնեն, թե որքան օրինակած եք դուք՝ ապրելով բարձր չափանիշներով, և դուք կարող եք խրախուսել նրանց անել նույնը:

Փնտրեք Սուրբ Հոգու առաջնորդությունը և քաջություն ունեցեք գործել ըստ նրա հուշումների, երբ ընտրում եք ընկերներ և ձգտում ուժեղացնել ձեր չափանիշները:



Հավատարիմ ընկերներ

Միջին դպրոցի առաջին տարում ես անհանգստանում էի, թե չեմ կարողանա ընկերներ գտնել, ովքեր կհարգեն իմ չափանիշները: Կարճ ժամանակ անց ես ընկերացա մի համադասարանցու հետ և ասացի նրան, որ ես մոռնոն եմ: Նա ինձ հարցրեց այդ մասին, ուստի ես տվեցի նրան *Երիտասարդներին զորացնելու համար* գրքուկը: Այդ օրից սկսած նա դադարեց հայիռել իմ առաջ: Եթե ձեր ընկերները ճշմարիտ ընկերներ են, նրանք կհարգեն ձեր որոշումը և կօգնեն պահել ձեր չափանիշները:

Կանդելա Մ., 13 տարեկան, Բուենոս Այրես, Արգենտինա



Հետևեք մարգարեի խորհրդին

Երբեմն դժվար է դիմակայել գայթակղությանը, եթե մենք ժամանակ ենք անցկացնում այնպիսի ընկերների հետ, ովքեր վատ ընտրություններ են կատարում կամ փորձում ստիպել մեզ վատ ընտրություններ կատարել: *Երիտասարդներին զորացնելու համար* գրքուկում մարգարեները մեզ ասել են, որ ընկերները «կազդեն ձեր մտածելու և գործելու վրա, և անգամ կօգնեն ձեզ ձևավորել ձեր անձը» ([2011], 16): Ես կարծում եմ, որ մենք պիտի ունենանք ընկերներ, ովքեր պատրաստ են հարգել մեր չափանիշները և նույնիսկ հետաքրքրություն ցուցաբերել այն բանում, թե մենք ինչպես ենք պահում մեր չափանիշները:

Կալվին Վ., 16 տարեկան, Արիզոնա, ԱՄՆ

Հիշեք ձեր չափանիշները

Ընկերները, ովքեր չեն կիսում ձեր չափանիշները, իրականում կարող են թուլացնել և ջախջախել ձեր չափանիշները: Երբ ես առաջին

անգամ տեղափոխվեցի իմ նոր դպրոցը, ես փորձում էի հարմարվել, ասելով որոշ բաներ, որոնք մարդիկ իմ շրջապատում ասում էին: Ես համարյա մոռացա իմ չափանիշները, մինչ փորձում էի նմանվել բոլորին: Ես հիմա գիտեմ՝ որպեսզի ստեղծեք ձեր չափանիշները, դուք ունեք այնպիսի ընկերների կարիք, ովքեր կաջակցեն և կկիսեն ձեր չափանիշները: Ես երախտապարտ եմ, որ ի վերջո գտա այդպիսի ընկերներ, քանի որ նրանք հիշեցնում են ինձ իմ չափանիշների մասին:

Լոգան Ջ., 15 տարեկան, Յուտա, ԱՄՆ



Բարձր պահեք ձեր չափանիշները

Պարտադիր չէ, որ տարբեր չափանիշներ ունեցող ընկերները ուժեղացնեն ձերը, բայց լինելով նրանց ընկերը, դուք կարող եք նրանց լավ օրինակ ծառայել հետևելու համար: Երբ ունեք ընկերներ, ովքեր իրոք կիսում են ձեր համոզմունքները, դա կարող է քաջալերել ձեզ բարձր պահել ձեր չափանիշները և օգնել ձեզ պաշտպանել ճշմարտությունը:

Վարդեն Ս., 14 տարեկան, Օրեգոն, ԱՄՆ



Լավ ընկերները օրհնություն են

Եթե ձեր ընկերները չեն կիսում ձեր չափանիշները, կարող է ավելի դժվար լինել ուժեղացնել ձեր սեփականը: Երիտասարդներին գործադնելու համար գրքույկի ընթերցումը միշտ էլ օգնել է ինձ ընտրել լավ ընկերներ, ովքեր հարգում են ինձ: Հիմա ես պատրաստվում եմ ծառայել միսիայում, և ես գիտեմ, որ իմ չափանիշները կիսող մարդկանց շրջապատում լինելն օգնել է ինձ հավատարիմ մնալ ավետարանին:

Նեյր Ս., 19 տարեկան, Բուենոս Այրես, Արգենտինա



Ամուր բռնեք երկաթյա ձողից

Լավ չափանիշներով ընկերներ ունենալը ճիշտ այն է, ինչ դուք ուզում եք: Դուք ցանկանում եք շրջապատել ձեզ այնպիսի ընկերներով, ովքեր կօգնեն ձեզ պահել պատվիրանները և կոգեշնչեն ձեզ ապրել արդարակյաց կյանքով: Ամուր բռնեք երկաթյա ձողից, որն առաջնորդում է դեպի կյանքի ծառը, ոչ թե դեպի մեծ ու ընդարձակ կառույցը: Եթե ձեզ շրջապատեք անիրավությամբ, այն կհանգեցնի փորձությունների: Ունեցեք լավ ընկերներ, ովքեր կօգեշնչեն ձեզ ապրել ավետարանով:

Աննի Պ., 13 տարեկան, Յուտա, ԱՄՆ



Աղոթեք ընկերներ գտնելու համար

Երբ ես և իմ ընտանիքը տեղափոխվեցինք նոր նահանգ, ես շարունակ աղոթեցի ընկերներ գտնելու համար, որոնց հետ ես կարող էի խոսել ավետարանի մասին: Երբ աղոթում էի, ես հանգիստ էի զգում, և մի քանի ամիս անց մի քանի հրաշալի ընկերներ ձեռք բերեցի: Ես կարող եմ ապավինել նրանց օգնությանը և նրանք օգնեցին ինձ զարգացնել



ԼԱՎ ԸՆԿԵՐՆԵՐԻ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆ

«Բոլորն ունեն լավ ընկերների կարիք: Ձեր ընկերական շրջապատը մեծապես կազդի ձեր մտածողության և վարքագծի վրա, ճիշտ այնպես, ինչպես դուք կազդեք նրանց վրա: Երբ դուք ձեր ընկերների հետ կիսում եք ընդհանուր արժեքներ, ապա կարող եք զորացնել և խրախուսել միմյանց: Բոլորի հետ վարվեք բարությամբ ու արժանապատվությամբ: Բազմաթիվ ոչ անդամներ միացել են Եկեղեցուն ընկերների միջոցով, ովքեր ընդգրկել են նրանց Եկեղեցու միջոցառումներում:

President Thomas S. Monson, "That We May Touch Heaven," *Ensign*, Nov. 1990, 46.

ավելի մեծ սեր դեպի ավետարանը: Ես գիտեմ, որ ընկերները կարևոր են, և նրանք կարող են հեշտացնել ավետարանով ապրելու ճանապարհը:

Սառա Պ., 16 տարեկան, Ռիո դե ժանեյրո, Բրազիլիա

ՀԱՋՈՐԴ ՀԱՐՅՈՒՆ

«Աղոթեքից և սուրբ գրությունների ուսումնասիրությունից բացի, ո՞րն է իմ վկայությունն ուժեղացնելու ամենալավ եղանակը»:

Ձեր պատասխանը և, ցանկության դեպքում, բարձրորակ լուսանկարը ներկայացրեք մինչև 2016 թվականի նոյեմբերի 1ը hiahona.lds.org կայքին, կամ ուղարկեք էլ-փոստով hiahona@ldschurch.org:

Խնդրում ենք ներառել հետևյալը՝ (1) լրիվ անունը, (2) ծննդյան թիվը, (3) ծովափ կամ ճյուղը, (4) ցիցը կամ շրջանը, (5) ձեր գրավոր թույլտվությունը, և եթե դուք 18 տարեկանից ցածր եք, ձեր ծնողի գրավոր թույլտվությունը (էլ-փոստը ընդունելի է) ձեր պատասխանը և լուսանկարը տպագրելու համար:

Պատասխանները կարող են խմբագրվել ծավալի ու պարզության համար:

Ջուլիա Վենտուրա
Հիմնված է իրական
պատմության վրա

*«Ընտանիք ունեւ երկրի վրա՝ Այն-
քան ջերմ ու բարի»:* (Երեխաների
երգարան, 188):

«Եկեք վերցնենք սարքը, Ժամա-
նակն է ձկնորսության», - ասաց
հայրիկը:

Հեյդնը լայն ժպտաց նայելով իր
շուրջ բոլորը: Ամեն ինչ պայծառ
էր և բզզոց էր լսվում: Ամբողջ լիճը
նրանց էր պատկանում:

Հետևելով հայրիկին, Հեյդնը
քայլեց դեպի մեքենայի ետնա-
մասը և հանեց ձկնորսական
պարագաների մեծ տուփը բեռ-
նախցիկից: Ծանր էր, բայց նա
ուշադրություն չդարձրեց: Նա
կրկնակի ծանրություն կբարձրաց-
ներ, եթե դա հայրիկի հետ ձկնոր-
սության գնալու համար էր:

Ձկնորսական ձողերը չխշխ-
կացին, երբ հայրիկը դրանք
դուրս հանեց: «Ոնց որ Դանը
քնով է անցել», - ասաց նա:
«Չե՞ս արթնացնի նրան»:

Հեյդնը զսպեց հառաչանքը:

«Այո, իհարկե»:

Նա գրեթե մոռացել էր, որ իր
փոքր եղբայրը՝ Դանը, նույնպես
եկել էր: Դանը միշտ վազվզում էր
և բարձր խոսում: Նա կվախեցնի
բոլոր ձկներին:

Նա բաց պատուհանից ներս
նայեց: «Դան, արթնանալու ժամա-
նակն է»:

Բայց, Դանը դեռ խորը քնած էր:

Հեյդնը դադար տվեց: Գուցե
բախտները բերեր և Դանը քնե-
ր ողջ ուղևորության ընթացքում:

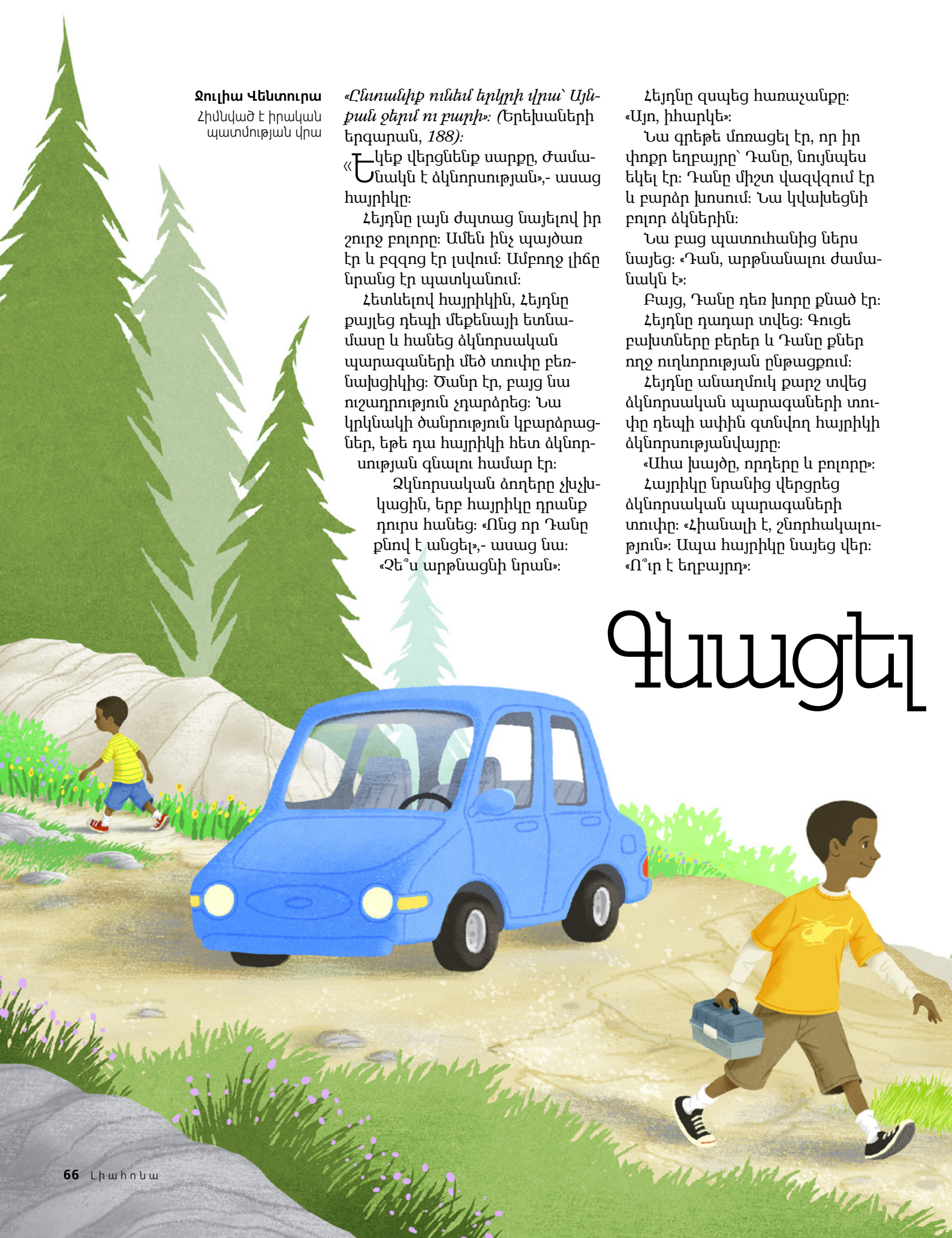
Հեյդնը անադմուկ քարշ տվեց
ձկնորսական պարագաների տու-
փը դեպի ափին գտնվող հայրիկի
ձկնորսությանվայրը:

«Միա խայծը, որդերը և բոլորը»:

Հայրիկը նրանից վերցրեց
ձկնորսական պարագաների
տուփը: «Հիանալի է, շնորհակալու-
թյուն»:

Սպա հայրիկը նայեց վեր:
«Ո՞ր է եղբայրդ»:

Գնացել



Հեյդնը նայեց դեպի մեքենան: Հանկարծ անհանգստացավ, թե ինչպես *նա* կզգար, եթե արթնանար մենակ նոր տեղում: Ոչ լավ, որոշեց Հեյդնը: Փաստորեն, հավանական էր, որ բավական կվախենար: Իսկ Դանը ընդամենը հինգ տարեկան էր:

«Մի վայրկյան հայրիկ: Հենց հիմա կգամ»: Բայց երբ նայեց մեքենայի մեջ, Դանը չկար:

Հեյդնը այլևս չէր լսում միջատների բզզոցը: Ամեն ինչ կարծես լռել էր:

«Դանը այստեղ չէ»: Բղավեց Հեյդնը:

Հայրիկը արագ եկավ և ստուգեց մեքենան:

«Նա երևի մեզ է որոնում», - ասաց հայրիկը: «Դա ընդամենը մեկ բռնակ տեսնեց»: «Նա հեռու չի լինի»:

Հեյդնը աշխատում էր հանգիստ մնալ, բայց նրա ստամոքսը

տակնուվրա էր լինում: «Կարո՞ղ եմ աղոթել»:

«Կարծում եմ, դա լավ միտք է»:

Հեյդնը շնորհակալություն հայտնեց Երկնային Հորը իր փոքր եղբոր համար և խնդրեց, որ իրենք գտնեին Դանին անմիջապես, որպեսզի նա չվախենար:

Երբ Հեյդնը վերջացրեց, նրա դադարեց սրտնեղվել:

Հայրիկը ձեռքը դրեց Հեյդնի ուսին: «Ի՞նչ կանեիր եթե լինեիր Դանը: Ո՞ր կգնայիր»:

Հեյդնը նկատեց, որ մեքենայի դուռը մյուս կողմում բաց էր: Դանը երևի իրենց չէր նկատել ավիին: Հեյդնը մատնացույց արեց դեպի մոտակա արահետը: «Ես երևի կսկսեի քայլել այդ ճանապարհով», - ասաց նա:

Նրանք շտապեցին քայլել այդ արահետով:

Ամեն վայրկյանը դանդաղ և ծանր էր անցնում: Երբ քայլում

էր, Հեյդնը շարունակում էր աղոթել իր սրտում: Մի քանի քայլ հետո, նրանք հասան արահետի մի ոլորտանի և առջևում տեսան Դանին:

«Դա՛ն»: Գոչեց Հեյդնը:

Դանը շրջվեց և ժպտաց: «Հեյ, ո՞ր էիք գնացել տղաներ»:

Ժամանակը կրկին արագացավ: Հեյդնը վազեց դեպի Դանը և նրան ամուր գրկեց:

«Այնքան ուրախ եմ, որ գտանք քեզ», - ասաց Հեյդնը: Նա իր սրտում արագ շնորհակալության աղոթք ասաց:

Դանը ուղղակի լայն ժպտում էր: «Որտե՞ղ են ձկները»:

«Արի՛, ես ցույց կտամ քեզ», ասաց Հեյդնը: Նրա ոտքերը քոր էին գալիս դեպի լիճը վազելու համար: «Եկեք տեսնենք ո՞վ է բռնելու առաջին ձուկը: Ես կօգնեմ քեզ կարթին խայծ դնել»:

Հեղինակն սպրտում է Զորջիստում, ԱՄՆ:

Էինք ձկնորսության

*Հեյդնը անհամբեր սպասում էր,
որ ձկնորսության գնալին: Եթե
միայն Դանը ևս չգար: . . .*





Երեց Գարի Ի.
Սթիվենսոն

Տասներկու
Առաքյալների
Քվորումից

Ինչպե՞ս կարող եմ օգնել, որ իմ տունը խաղաղ վայր դառնա:



Մենք կարող ենք դարձնել
մեր տները տաճարի նման
խաղաղ, սուրբ վայր:



Օգնեք ձեր տները
մաքուր և կանոնավոր
վիճակում պահել:



Կախե՛ք Հիսուսի կամ տաճարի
նկարը ձեր տանը:



Պահե՛ք սուրբ գրությունները սենյակներում,
որտեղ ձեր ընտանիքը կարող է
ուսումնասիրել և սովորել միասին:

ՄԵՐ ԷՋԸ



Ալեն Ի., 10 տարեկան (նկարելու ժամանակ), Սան Սալվադոր, Էլ Սալվադոր

Հիանալի էր տաճար գնալ ընտանիքիս հետ: Դա երկար ճանապարհ է իմ քաղաքից մինչև տաճարը՝ զրեթե 14 ժամ: Մենք մեկ շաբաթ ծախսեցինք տաճարի մոտակայքում: Ես ուրախ եմ, որ դառնում եմ 12 տարեկան, որպեսզի կարողանամ մկրտություններ կատարել իմ նախնիների համար: Իմ սիրված երգերից է «Ուզում եմ տեսնել տաճարը»: Ես ուզում եմ ամուսնանալ տաճարում և ունենալ հավերժական ընտանիք: Ես գիտեմ, որ տաճարը Տիրոջ տունն է:

Յուլիա Զ., 11 տարեկան (լուսանկարը կատարելու ժամանակ), Գոյաս, Բրազիլիա



ՈՒՋՈՒՄ ԵՄ ՏԵՄՆԵԼ ՏԱՃԱՐԸ

Երբ նկարում էի սա, մտածում էի, թե ինչպես, հետևելով պատվիրաններին, կկարողանամ մի օր մտնել տաճար, ինչպես իմ ծնողները, և կնքվեմ ու ունենամ իմ սեփական հավերժական ընտանիքը: Ես սիրում եմ իմ ընտանիքին և Երկնային Հորը:

Մանուլիտա Գ., 8 տարեկան (նկարելու ժամանակ), Չիմալտենանգո, Գվատեմալա



Իմ փոքր քույրը և ես սիրում ենք գնալ Մերիդայի տաճարը Յուկատանում, Մեքսիկա, ամեն անգամ, երբ մեր ծուխը հանձնարարություն է ստանում գնալու: Մենք ժամանակ ենք անցկացնում այգիներում, և խաղում ենք տաճար եկած մյուս երեխաների հետ: Ես պատրաստվում եմ մի օր տաճար մտնելուն:

Մարթա Ս., 6 տարեկան (նկարելու ժամանակ), Յուկատան, Մեքսիկա

Ոջու՛յն ընկերներ:

Իմ ասունը Մթորիի է: Ես ապրում էի
Թուրքմենստանում: Դա պետություն
է Կենտրոնական Ասիայում: Ես սիրում
եմ կարդալ, նկարել և կարել: Ես սիրում
եմ հայրիկիս հետ նայել աստղերին:
Ես և իմ ընտանիքը Եկեղեցու
միակ անդամներն էինք
ՈՂՋ երկրում:



Պատմություն Մթորիի նաման

Ջիլ Հաքինզ
Եկեղեցու
ամսագրեր

ԱՂՈԹԵԼՈՎ ՄԻՍՍԻԻ ՀԱՄԱՐ

Մի օր ուժեղ փոթորիկից հետո իմ ընկերոջ
կատուն՝ Միսսին, կորել էր: Մենք նրան
որոնեցինք, բայց չկարողացանք գտնել: Ես
ասացի, որ մենք կարող էինք աղոթել: Իմ
ընկերները չգիտեին ինչպես աղոթել,
ուստի ես ցույց տվեցի նրանց: Մենք
բոլորս ծնկի իջանք, և յուրաքանչյուրն
ասաց իր սեփական աղոթքը: Ապա
մենք վեր կացանք և սկսեցինք նորից
որոնել: Մի աղջիկ վազեց մեզ մոտ
և ասաց, որ նա գտել էր Միսսիին:
Ես երջանիկ էի, որ կիսվեցի
ավետարանի մի մասով իմ
ընկերների հետ:



ՍՈՎՈՐԵԼՈՎ ՄԻՄՅԱՆՑԻՑ
Ես և իմ քույր
Սառան դպրոց
էինք հաճախում
շատ երկրներից
եկած երեխաների
հետ: Մենք սիրում
էինք սովորել
մեկս մյուսից և
զվարճանալ:

**ՁԵՌՔԻ ԱՇԽԱՏԱՆՔՆԵՐ
ԵՎ ԶԿԱՐՃՈՒԹՅՈՒՆ**
Ես և Սառան հրավիրեցինք մեր
ընկերներին խաղալու: Մենք
նկարեցինք, կատարեցինք ձեռքի
աշխատանքներ և զբոսախնջույց
կազմակերպեցինք: Սուրբ
ծննդյան տոներին մենք դիմակա-
հանդես կազմակերպեցինք մեր
թաղամասի ընկերների հետ:



ՈՒՂԱՐԿԵՐ ՄԵՋ ԶԵՐ ՈՏՆԱՇԵՏՔԸ

Ինչպե՞ս եք հետևում Հիսուսին՝
ուղիղ կանգնելով: Գծեք ձեր
ոտնահետքը և ձեր ծնողների
թույլտվության հետ միասին
ուղարկեք ձեր պատմվածքն
ու լուսանկարը: Ուղարկեք
այն առցանց liahona.lds.org
հասցեով (սեղմեք "Submit
an Article") կամ ուղարկեք
Է-փոստով [liahona@](mailto:liahona@ldschurch.org)
[ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org):



ԵԿԵՂԵՑԻՆ ՏԱՆԸ

Քանի որ մենք եկեղեցու միակ
անդամներն էինք, եկեղեցու
ծողովները մեր տանն էինք
անցկացնում: Մենք անցկաց-
նում էինք հաղորդության,
երգի ժամ և երեխաների միու-
թյան դասեր: Ես դաշնամուր
էի նվագում երգի ժամին:





Երեց Ջայրո
Մազազարդի
Յոթանասունից

Դասեր իմ սնայրիկից





ՀԱՐՑՐԵՔ ՈՐԵՎԷ ԾՆՈՂԻ:

Ո՞րն է ձեր սիրած պարտականությունը որպես ծնող:

Ո՞րն է ամենադժվար պարտականությունը որպես ծնող:

Ի՞նչն է երջանկացնում ձեզ:

Ո՞րն է այն ամենակարևոր բանը, որ դուք անում եք ամեն օր:

Ավետարանն ինչպե՞ս է օգնում ձեզ ավելի լավ ծնող լինել:

Ո՞րն է վերջին բանը, որ դուք անում եք ամեն օր:

Ուրիշ ի՞նչ հարցեր կարող եք տալ:

Մեկ օրով դարձեք ձեր մայրիկի կամ հայրիկի օգնական-սովերը: Ձեր օրագրում գրեք այն մասին, թե դուք ինչ եք սովորել: Շնորհակալություն հայտնեք ձեր ծնողներին այն ամենի համար, ինչ նրանք անում են:



Մանկությանն տարիներին, երբ գումար էինք ստանում, մայրս վերցնում էր ամենալավ թղթադրամները, որոնք ճմրթված չէին կամ մաքուր էին և տալիս էր այն եկեղեցու ծառայության համար, ուր մենք հաճախում էինք: Նա այդպես էր վարվում իր ողջ կյանքում: Նա ասում էր. «Մա պատկանում է Աստծուն»: Այս բառերը մնացին ինձ հետ ողջ կյանքում: Երբ չափահաս տարիքում ես մկրտվեցի Հիսուս Քրիստոսի Վերջին Օրերի Սրբերի եկեղեցում, ինձ համար դժվար չէր տասանորդ վճարելը, քանի որ մայրս սովորեցրել էր ինձ հնազանդվել այդ օրենքին:

Մայրս նաև ինձ սովորեցրել է ազնիվ լինել, նույնիսկ եթե դա առնչվում էր դժվար գործեր կատարելու հետ: Մեր հարևանն աճեցնում էր բոլոր տեսակի մրգեր ու բանջարեղեն: Երբեմն նրա մրգերն աճում էին ցանկապատի մեր կողմում: Մի անգամ ես քաղեցի մի քանիսը դրանցից և տարա մայրիկիս: Նա նայեց ինձ ու ասաց. «Դա մեզ չի պատկանում»: Ես չէի կարողանում հավատալ դրան: Ես ասացի. «Ի՞նչ նկատի ունես: Մա ցանկապատի մեր կողմում է աճում»: Նա նորից ասաց, «Դա

մեզ չի պատկանում»: Հետո նա բռնեց իմ ձեռքը, ու մենք գնացիք հարևանի տուն: Մենք ներողություն խնդրեցինք նրա պտուղները քաղելու համար: Մայրս ասաց, որ եթե մենք ինչ-որ բանի կարիք ունենք, պիտի ինքներս ձեռք բերենք այն ազնվորեն:

Հնարավոր է, որ ձեր ծնողները եկեղեցու անդամներ չեն կամ դուք միշտ չէ, որ համաձայն եք նրանց ընտրությունների հետ:

Մակայն դուք կարող եք նրանցից սովորել այնպիսի ճշմարիտ սկզբունքներ, ինչպիսիք են ազնվությունը, պատասխանատվությունը, ինքնապահովումն ու տքնաջան աշխատանքը: Այդ սկզբունքները մեծ օրհնություններ կբերեն ձեր կյանք: ■

Մորմոնի Գրքի կին հերոսները

Մորմոնի գրքում կան շատ կանայք, ովքեր լավ օրինակներ են մեզ համար: Ահա երեք հերոսների քարտեր ձեր հավաքածուին ավելացնելու համար: Մենք չգիտենք նրանց բոլորի անունները, բայց մենք դեռևս կարող ենք սովորել նրանց օրինակներից: Ինչպե՞ս կարող եք նմանվել Մորմոնի Գրքի այս կանանց:



Կարո՞ղ եք գտնել այդ կանանց սուրբ գրքերում: Կազմեք ձեր սեփական հերոսների քարտերը նրանց համար և ուղարկեք մեզ մի նկար:

- 1 Նեփի 7:19: Այդ կանայք քաջություն ցուցաբերեցին՝ պաշտպան կանգնելով Նեփիին: Ովքե՞ր էին նրանք:
- 2 Նեփի 5:6: Այդ կանայք հավատում էին Աստծուն և անապատում հետևում Նեփիին: Ովքե՞ր էին նրանք:
- Ավմա 56:47–48: Այդ կանայք ուսուցանում էին իրենց երեխաներին Աստծո մասին: Ովքե՞ր էին նրանք:

[մեզմոք վճղիվմոք նմոռոմվճղ 'մեզմոմճ վվիզղ 'մղվի դ մմտոսն վլղմոռոյ , մզղղոլղոտոմլ]



Կտրեք, ծալեք և պահեք մարտահրավերի այս քարտերը:



Ես կարող եմ վկայություն ձեռք բերել:

Սարիան վկայություն ձեռք բերեց, որ նրա ամուսինը՝ Լեքին Աստծո մարգարե էր: Դուք կարող եք նմանվել Սարիային, վկայություն ձեռք բերելով և կիսվելով դրանով ուրիշների հետ:

- ☐ Կարդացեք 1 Նեփի 5:7–8:
- ☐ Գրի առեք ձեր վկայությունը կամ կիսվեք դրանով որևէ ընկերոջ կամ ընտանիքի անդամի հետ:
- ☐ Ես մարտահրավեր եմ հղում ինձ . . .



ԹԱԳՈՒՂԻՆ

Ես կարող եմ հավատալ:

Լամոնիի կինը հավատ ուներ, որ Ամոնը Աստծո մարգարեն էր: Դուք կարող եք նման լինել Լամոնիի կնոջը՝ հավատ ունենալով մեր մարգարեի և առաքյալների հանդեպ այսօր:

- ☐ Կարդացեք Ավմա 19.2–5, 8–10:
- ☐ Դիտեք համաժողովի Նախագահ Մոնսոնի ելույթներից մեկը: Դուք հավատո՞ւմ եք, որ նա Աստծո մարգարեն է:
- ☐ Ես մարտահրավեր եմ հղում ինձ . . .



ՍՊԱՍՈՒՂԻՆ

Ես կարող եմ խոսել:

Մորիանթոնը ամբարիշտ մարդ էր: Նա ծեծեց իր ծառաներից մեկին, և նա որոշեց պատմել Ջորավար Մորոնիին այն բաների մասին, որոնք անում էր Մորիանթոնը: Դուք կարող եք նման լինել սպասուհուն՝ բարձրացնելով ձեր ձայնը, երբ ճիշտ գործեր չեն արվում:

- ☐ Կարդացեք Ավմա 50.30–31:
- ☐ Եթե որևէ մեկն ահաբեկում է ձեզ, կամ եթե որևէ մեկին ծաղրում են, ասեք որևէ մեծահասակի, ում դուք վստահում եք:
- ☐ Ես մարտահրավեր եմ հղում ինձ . . .

Ճամփորդելով դեպի խոստացված երկիրը



Հարեղը և նրա եղբայրները իրենց ընտանիքների և ընկերների հետ ապրում էին մի հովտում: Հիսուս Քրիստոսն այցելեց Հարեղի եղբորը: Նա վերջինիս հանձնարարեց նավեր կառուցել, որպեսզի իր ժողովրդին օվկիանոսի վրայով տանի դեպի խոստացված երկիրը:



Մարդիկ կառուցեցին առանց պատուհանների նավակներ: Հարեղի եղբայրն անհանգստացավ, թե ինչպես էին իրենք շնչելու և տեսնելու: Հիսուսն ասաց, որ նրանք պետք է անցքեր պատրաստեին նավակի մեջ օդի համար:

Բայց ի՞նչ անենք
լույսի համար: Հարեղի
եղբայրը պատրաստեց
16 մաքուր քարեր: Նա
խնդրեց Հիսուսին դիպչել
դրանց Իր մատով փայլ
տալու համար:



Հարեղի
եղբայրը տեսավ, թե
ինչպես Հիսուսը դիպավ Իր
մատով յուրաքանչյուր քարին:
Քարերը պայծառ շողացին: Քանի
որ նա այդքան շատ հավատ ուներ,
Հարեղի եղբայրը տեսավ Հիսուս
Քրիստոսին:



Աստված մեծ քամիներ ուղարկեց, որպեսզի նավերը հատեին
օվկիանոսը: Երբ նրանք հասան խոստացված երկիրը,
Հարեդացիներն աղոթեցին, շնորհակալություն հայտնելով
Աստծուն իրենց պահպանելու համար:

Մենք կարող ենք լինել Հարեդի եղբոր պես, երբ վստահենք
Աստծուն և ունենանք հավատ առ Հիսուս Քրիստոս: ■

Եթերից 2-3, 6

Երաժշտությունը երջանկապետում է ինձ





Նախագահ
Գորդոն Բ. Հինքլի
(1910–2008)

ՏԻՐՈՋ ԵԿԵՂԵՑՈՒ ԱՍՏՎԱԾԱՅԻՆ ՈԳԻՆ

Աստված իր պատառը հյուսում
է համաձայն իր մեծ ծրագրի:

Այս աշխատանքի ու ղեկավարների կոչումների կազմակերպման աստվածային ոգին ակնհայտ է: Բարձրագույն Իշխանավորները բոլորը անհատներ են և տարբերվում են միմյանցից: Յուրաքանչյուրն իր պարտականությունների մեջ ներդրում է լայն բազմազանության փորձառություն և կենսագրություն: Եկեղեցու ղեկավարության խորհուրդների քննարկումների ժամանակ յուրաքանչյուրն ազատ է արտահայտելու իր տեսակետը: Երբ հետևում ենք, թե ինչպես է տեղի ունենում այդ գործընթացը, հրաշալի է տեսնել, թե Սուրբ Հոգու ուժն ինչպես է ազդում այդ մարդկանց վրա: Սկզբնական տարբերություններն ընդգծված չեն, սակայն նկատելի մեղմանում ու լուծվում են միասնության մեջ: «Ահա, իմ տունը կարգ ու կանոնի տուն է», ասել է Տերը (տես Վեճ. 132.8): Երբ հետևում եմ, թե ինչպես է տեղի ունենում այդ գործընթացը, ես զգում եմ հավատի մշտական նորոգում: . . .

Որոշ մարդիկ մտահոգություն են արտահայտում, որ Եկեղեցու Նախագահը միշտ պիտի լինի բավական տարեց մարդ, որին ես պատասխանում եմ. «Ինչպիսի



օրինություն»: Այս տնտեսության աշխատանքը առաջին անգամ գործի է դրվել Մարգարե Ջոզեֆի գործիք լինելու միջոցով: Նա այդ ժամանակ երիտասարդ ու եռանդուն էր, ում միտքը կենտրոնացած չէր իր ժամանակի ավանդույթների վրա: Նա ուներ պատանեկան միտք, որը Տերը կարող էր ձուլել որպես թարմ, խոնավ կավը, երբ Նա սկսեց Իր աշխատանքը:

Ջոզեֆի իրավահաջորդը համեմատաբար երիտասարդ էր, երբ բախվեց այն սարսափելի պարտականության հետ, որ պիտի անապատում առաջնորդեր մի ողջ ժողովրդի դեպի ռահվիրաների նոր երկիրը:

Բայց մեր վարդապետության հիմունքները հիմա ամուր են, և մենք ամուր հաստատված ենք որպես ժողովուրդ, առնվազն մինչև այն պահը, երբ Տերը պիտի

հանձնարարի մեկ այլ տեղափոխություն կատարել: Մենք նորարարությունների կարիք չունենք: Մենք պիտի հավատարմությամբ նվիրված լինենք աստվածայնորեն տրված սկզբունքներին: Մենք պիտի հավատարիմ լինենք մեր ղեկավարին, ում Աստված է նշանակել: Նա մեր մարգարեն է, մեր տեսանողն ու հայտնողը: Մենք երբեք չենք լինի առանց մարգարե, եթե ապրենք մարգարեին արժանավոր կյանքով: Պարտադիր չէ, որ նա երիտասարդ լինի: Նա ունի և կունենա ավելի երիտասարդ տղամարդիկ, ովքեր կճամփորդեն աշխարհով մեկ՝ ծառայություն կատարելով: Նա նախագահող քահանայապետ է, սուրբ քահանայության բոլոր բանալիների պահոցը և հայտնության ձայնը՝ Աստծուց իր ժողովրդին:

Կա մի հին առակ, որն ասում է. «Երիտասարդությունը գործելու համար է: Տարիքը՝ իմաստության»:

Իմ կարծիքով ինչ-որ մեծ ու հուսալի բան կա այն իմացության մեջ, որ կանխատեսելի ապագայում մենք կունենանք Նախագահ, ում կարգավարժել են և ուսուցանել, փորձել են ու ստուգել, ում նվիրվածությունը գործին, ում ազնվությունը աշխատանքում կոփվել է ծառայության դարբնոցում, ում հավատը հասունացել է, ում նմանությունը Աստծուն զարգացել է երկար տարիների ընթացքում: . . .

Մենք չպիտի վախենանք ապագայից, եթե ամուր կառչենք հայտնությամբ տրված սկզբունքներին: ■

From "He Slumbers Not, nor Sleeps," Ensign, May 1983, 5–8. Ողորդարությունն ու մեծատառերը ստանդարտացված են:

ԳԱՂԱՓԱՐՆԵՐ



Որտեղի՞ց կարող եմ քաջություն գտնել առաջ գնալու համար:

«Հնարավոր է, դուք համարեք, որ ձեր կյանքը խորտակված է: Հնարավոր է, դուք մեղք եք գործել: Դուք կարող եք վախենալ, զայրանալ, վշտանալ կամ կասկածները կարող են տանջել ձեզ: Բայց ինչպես Բարի Հովիվն է գտնում Իր կորած ոչխարին, այնպես էլ աշխարհի Փրկիչը կգտնի ձեզ, եթե միայն դուք ձեր սիրտը բարձրացնեք դեպի Նա: Նա կփրկի ձեզ: Նա կբարձրացնի ձեզ և կրնի Իր ուսերին: Նա ձեզ տուն կտանի»:

Նախագահ Դիտեր Ֆ. Ուլտորֆ, Սուաջին Նախագահության Երկրորդ Խորհրդական, «Նա կրնի ձեզ Իր ուսերին և տուն կտանի», *Հիստորիա*, մայիս 2016, 104:

Նաև այս համարում

ԵՐԻՏԱՍԱՐԴ ՉԱՓԱՀԱՍՏԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

Կանգնեք որպես հազարամյակի ճշմարիտ սերունդ

Էջ 46

Հազարամյակի ճշմարիտ սերունդ արտահայտությունը չի վերաբերում միայն ձեր տարիքին, այն վերաբերում է ձեր օգնությանը՝ պատրաստելու աշխարհը Հիտա Քրիստոսի Երկրորդ Գալուստին:



ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ



ՈՒԺ ԴԻՄԱՆԱԼՈՒ ՀԱՄԱՐ

Էջ 58

Իմ կյանքի ծանր փորձությունների ժամանակ մի քանի պարզ բաներ օգնեցին ինձ պահպանել կապը Աստծո հետ՝ Նրանից հեռանալու և դառնալու փոխարեն:

ԵՐԵԽԱՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

Էջ 72

Դասեր իմ մայրիկից

Ձեր հայրիկին ու մայրիկին ուղղեք հետևյալ հարցերը, որպեսզի պարզեք, թե որպես ծնող իրենց դերի մեջ ինչն է դուր գալիս նրանց:

