

Liahona

Tri Gjëra për të
Cilat Mund të
Jemi Gjithmonë
Mirënjohës.

faqe 12

Përcaktimi dhe Trajtimi
i Abuzimit,
faqet 5, 18

Gjetja e Përgjigjeve në një
Kohë Mashtrimi,
faqe 24

Mënyra se si Shtëpitë Tona të
Mbledhjeve na Ndhim në
Adhurimin Tonë, faqe 38

KISHA
ËSHTË
KËTU


Busan

Kore e Ju



gut


Busani është vendndodhja e një prej 12 kunjeve në Korenë e Jugut. Një mision e ka selinë në Busan. Këtu janë disa fakte rreth Kishës në Korenë e Jugut:

anëtarë  **88 418**

 **12** kunje, 5 distrikte, 4 misione

bashkësi të Kishës  **103**

18  qendra të historisë familjare

tempull (në Seul)  **1**

1954 Misionarët e parë zyrtarë

1967 Libri i parë i Mormonit i shtypur në gjuhën koreane

1973 Krijohet kunji i parë

1985 Përkushtohet Tempulli i Seulit

1991 Një milion kopje të Librit të Mormonit në gjuhën koreane

2020 Një kor nga Koreja e Jugut bashkohet me material filmik për himnin përfundimtar në konferencën e përgjithshme të prillit.



FOTOGRAFIA NGA GETTY IMAGES



Dhënia e
Shërbesës
nëpërmjet
Programit
Fëmijët dhe
Rinia
8



Apostujt
Japin
Mesazhe
Shprese
12

Zemrat e Shpuara me
Plagë të Thella: Të
Kuptuarit e Abuzimit
në Familje

Nga Xhejsën B. Uaiting

18



Qëndroni mbi Shkëmbin e
Zbulesës

Nga Plaku Lorens E. Korbrihx

24

Parandalimi i Abuzimit

Në marrëdhëniet e shëndetshme, njerëzit kërkojnë falje për fjalët dhe veprimet e tyre të pasjellshme dhe mbështeten te forca shlyese e Shpëtimtarit tonë për t'i ndihmuar ata që të përmirësohen e pendohen. Por në situata të pashëndetshme, njerëzit vazhdojnë t'i trajtojnë të tjerët ashpër dhe ato marrëdhënie mund të bëhen abuzive.

"[Abuzimi dhe të tjera] fyerje të tilla nuk kanë vend në mbretërinë e Perëndisë", dha mësim Presidenti Rasëll M. Nelson ("Thesaret Shpirtërore", konferenca e përgjithshme e tetorit 2019). Disa artikuj në revistën e Kishës këtë muaj do të na ndihmojnë ta përcaktojmë dhe trajtojmë abuzimin:

- Në artikullin tim në faqen 18, unë flas për tiparet e abuzimit dhe përcaktoj disa burime që t'ju ndihmojnë ju apo njerëz që ju i njihni, për t'i dalluar dhe për t'u shëruar nga marrëdhëniet abuzive.
- Në faqen 58, një vajzë adoleshente tregon përvojën e saj që u abuzua seksualisht kur ishte fëmijë dhe se si qe në gjendje të gjente kurajë dhe forcë që të fliste hapur dhe të kërkonte ndihmë nga të rritur të besuar dhe nga Shpëtimtari.

- Në rubrikën *Miku* të këtij muaji, në faqen M12, ju mund të gjeni një veprimtari me shkrim për t'ju ndihmuar që të diskutoni me fëmijët tuaj se si "të thuash jo". Merreni parasysh ta përdorni këtë veprimtari si bazë për një mësim në një mbrëmje shtëpie mbi parandalimin e abuzimit.
- Abuzimi emocional mund të jetë po aq dëmtes sa edhe llojet e tjera të abuzimit. Lexoni artikullin "Dallimi i Abuzimit Emocional" në formatin elektronik të këtij numri që të mësoni pesë shenja paralajmëruese dhe se si të merrni ndihmë.

Nëse jeni lënduar, ju mund të drejtoheni te Perëndia për drejtim e shërim dhe gjithashtu mund të kërkonit ndihmë nga individë të besuar. Zoti e kupton atë që ndiejmë dhe Ai do të na udhërrëfejë drejt sigurisë e gëzimit teksa i drejtohemi Atij.

E ndiefshim të gjithë dashurinë e Perëndisë dhe i kërkojmë ndihmë Atij çdo ditë.

Xhejsën Uaiting, Doktor Shkencash
Fakulteti i Jetës Familjare, Universiteti "Brigam Jang"

Përmbajtja

5 Ndërgjegjësimi rreth Keqtrajtimit 🕒

6 Portrete Besimi 🕒

Sakiusa dhe Salote Maiuriuri

Pjesëtarët e familjes Maiuriuri e jetojnë jetën e tyre me gëzim dhe me qëllim çdo ditë pavarësisht se dy prej fëmijëve të tyre kanë ndërruar jetë.

8 Parimet e Dhënies së Shërbesës

Dhënia e Shërbesës nëpërmjet Programit Fëmijët dhe Rinia

Juve nuk ju duhet të jeni nën moshën 18 vjeç që ta përdorni programin Fëmijët dhe Rinia për t'ju ndihmuar në përpjekjet tuaja për të dhënë shërbesë.

12 Apostujt Japin Mesazhe Shprese

Mënyra si të qëndrojmë pranë Perëndisë, të japim shërbesë me dashuri dhe të ecim përpara me durim gjatë pandemisë.

18 Zemrat e Shpuara me Plagë të Thella: Të Kuptuarit e Abuzimit në Familje

Nga Xhejsën B. Uaiting

Dalloni pesë modele të abuzimit dhe gjeni shpresë e shërim.

24 Qëndroni mbi Shkëmbin e Zbulesës

Nga Plaku Lorens E. Korbrich

Kërkimi për të vërtetën fillon me gjetjen e përgjigjeve për pyetjet parësore.

30 Zëra të Shenjtorëve të Ditëve të Mëvonshme 🕒

Një familje gjen paqe dhe gëzim në tempull; një figurëformuese siguron shërim; një burrë ka një mundësi të dytë për ta lexuar Librin e Mormonit; një i ri arrin ta kuptojë qëllimin e pagëzimit të tij.

34 Eja, Më Ndiq: Libri i Mormonit 📖 🕒

Këta artikuj për secilën javë mund t'ju vijnë në ndihmë gjatë studimit tuaj të Librit të Mormonit këtë muaj.

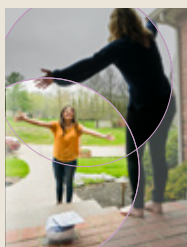
38 Shtëpitë e Mbledhjeve – Vende Nderimi dhe Adhurimi

Nga Peshkopi Din M. Dejvis

Shtëpia juaj e mbledhjeve është një vend i shenjtë që mund të sigurojë shumë mundësi për ta ndier Shpirtin më fuqishëm në jetën tuaj.

🕒 Lexime të Shpejta

📖 Ndhima për Programin *Eja, Më Ndiq*



Në Kapak

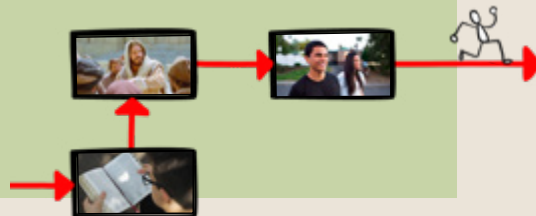
Fotografi nga Getty Images

Pjesët

Të Rinjtë dhe të Rejat në Moshë Madhore

44

Varësia mund të jetë një zinxhir që na mban poshtë. Ne mund të **gjejmë liri kur i kërkojmë ndihmë Shpëtimtarit tonë**, i cili na do madje në dobësitë dhe vështirësitë tona.



Rinia

52

Qoftë nëse keni vështirësi për shërbimin e përditshëm, shërimin nga abuzimi, shëndetin mendor apo thjesht për shqiptimin e emrit të plotë të Kishës, **ju nuk jeni të vetëm.**



Fëmijët

Miku

Mëso për **të dhjetën** dhe se si ta ndihmosh familjen tënde të **jetojë në mënyrë më të lumtur.**



ARTIKUJT E TETORIT VETËM NË FORMATIN ELEKTRONIK



37 Mënyra të Ndryshme për të Studiuar Shkrimet e Shenjta

Nga Marisa Uidisë

Nëse leximi nuk është gjëja juaj e parapëlqyer, në vend të tij, përpuni ta studioni ungjillin në një nga këto mënyra.



Dallimi i Abuzimit Emocional Nga Nanon Talli

Një këshillues nga Shërbimet Familjare tregon se si ta dalloni dhe trajtoni abuzimin emocional në marrëdhëniet tuaja.

GJENI MË SHUMË

Në programin kompjuterik Gospel Library [Biblioteka e Ungjillit] ose te liahona.ChurchofJesusChrist.org, ju mund:

- Të gjeni botimin e tanishëm.
- Të zbuloni përmbajtje që janë vetëm në formatin elektronik.
- Të kërkonti botime të mëparshme.
- Të dorëzoni historitë dhe përshtypjet tuaja.
- Të abonoheni ose të bëni abonim për dhuratë.
- Të përmirësoni studimin me anë të mjeteve elektronike.
- Të shpërndani artikuj dhe materiale filmike të parapëlqyera.
- Të shkarkoni ose shtypni artikuj.
- Të dëgjoni artikujt tuaj të parapëlqyer.

VIHUNI NË KONTAKT ME NE

Dërgojini pyetjet dhe përshtypjet tuaja te
liahona@ChurchofJesusChrist.org.

Dorëzoni historitë tuaja te
liahona.ChurchofJesusChrist.org ose postojini te:
Liahona, flr. 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

TETOR 2020 VËLLIMI 22 NR. 5 LIAHONA 16725 101

Revista ndërkombëtare zyrtare e Kishës së Jezu Krishtit të Shenjtorëve të Ditëve të Mëvonshme

Presidenca e Parë: Rasëll M. Nelson, Dallin H. Ouks, Henri B. Ajring

Kuorumi i Dymbëdhjetë Apostujve: M. Rasëll Ballard, Xhefri R. Holland, Diter F. Ronald A. Rasband, Geri E. Stivenson, Dejll G. Renland, Gerit W. Gong, Ulises Soares

Kryeredaktor: Randy D. Funk

Këshilltarë: Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Walter F. González, Larry S. Kacher, Jan E. Newman, Adrián Ochoa, Michael T. Ringwood, Vern P. Stanfill

Drejtor i Përgjegjës: Richard I. Heaton

Drejtor i Revistave të Kishës: Allan R. Loyborg

Përgjegjës i Punëve: Garff Cannon

Redaktor Përgjegjës: Adam C. Olson

Ndihmësredaktor Përgjegjës: Ryan Carr
Ndihmëse e Botimit: Enish C. Dávila

Grupi i Shkrimit dhe i Redaktimit:

David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton, Garrett H. Garff, Jon Ryan Jensen, Aaron Johnston, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Selu, Lori Fuller Sosa, Chakell Wardleigh, Marissa Widdison

Drejtor Arti: Tadd R. Peterson

Grupi i Faqosjes: Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, Mandie Bentley, C. Kimball Bott, Thomas Child, Joshua Dennis, David Green, Colleen Hinckley, Eric P. Johnsen, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Aleni Regehr, Mark W. Robison, K. Nicole Walkenhorst

Bashkërenduese për Pronësinë Intelektuale: Collette Nebeker Aune

Përgjegjëse e Prodhimit: Ammon Harris

Grupi i Prodhimit: Ira Glen Adair, Julie Burdett, José Chavez, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Marrisona M. Smith

Përgatitja për Shtyp: Joshua Dennis

Drejtor Shtypi: Steven T. Lewis

Drejtor i Shpërndarjes: Nelson Gonzalez

Mbikëqyrës i Përkthimit Shqip: Sparti Kashari

Për abonimet dhe për çmimet jashtë Shteteve të Bashkuara dhe Kanadasë, shkoni në store.lds.org ose kontaktoni me qendrën tuaj vendore të Kishës për shpërndarjen ose me udhëheqësin e lagjes apo degës.

Paraqitni dorëshkrimet dhe pyetjet në internet në liahona.lds.org; nëpërmjet postës elektronike liahona@ChurchofJesusChrist.org; ose nëpërmjet postës në *Liahona*, FL 23, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0023, USA.

Liahona (një term nga Libri i Mormonit, që do të thotë "busull" apo "drejtues") botohet në anglisht, armenisht, bislamisht, bullgarisht, çekisht, danisht, estonisht, fixhisht, finlandisht, frëngjisht, greqisht, gjermanisht, holandisht, hungarisht, indonezish, islandisht, italisht, japonisht, kambodianisht, kinezisht, kiribatish, koreanisht, kroatish, letonisht, lituanisht, malagasish, marshallish, mongolisht, norvegjisht, polonisht, portugalisht,

rumanisht, rusisht, samoaisht, sebanisht, slovenisht, spanjisht, suahilisht, suedisht, shqip, tagalogisht, tahitisht, taisht, tongaisht, ukrainisht, urduisht dhe vietnamisht. (Periodiciteti ndryshon sipas gjuhës.)

© 2020 nga Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved. Shtypur në Shtetet e Bashkuara të Amerikës.

Informacion për të drejtën e autorit:

Përveç nëse sugjerohet ndryshe, individët mund të kopjojnë material nga Liahona për përdorimin e tyre vetjak, jo për tregti (përfshirë për thirrjet në Kishë). Kjo e drejtë mund të anulohet në çdo kohë. Lënda figurative nuk lejohet të kopjohet nëse ajo shoqërohet me kufizime të shënimit i meritave për punën artistike. Çështjet e së drejtës së autorit duhet të drejtohen tek Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 13, Salt Lake City, UT 84150, USA; adresa elektronike: cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org.

For Readers in the United States and

Canada: October 2020 Vol. 22 No. 5. LIAHONA (USPS 311-480) Albanian (ISSN 1521-4753), is published six times a year (January, April, May, July, 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 \$3.00 per year; Canada, \$3.60 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 or at store.lds.org. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431) POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.



NDËRGJEGJËSIMI RRETH KEQTRAJTIMIT



Ndërkohë që të gjithë ne shpresojmë që gjithsecili të trajtohet me respekt, disa njerëz kërkojnë t’i lëndojnë, kontrollojnë apo manipulojnë të tjerët. Një sjellje e tillë e dëmshme quhet keqtrajtim. Ai është në kundërshtim me ungjillin e Jezu Krishtit, i cili na mëson ta duam njëri-tjetrin dhe t’i trajtojmë të tjerët ashtu siç ne do të donim të trajtoheshim (shih Mateu 7:12; Gjoni 13:34; Doktrina e Besëlidhje 121:36–37).

KEQTRAJTIMI KA DISA SHENJA TË ZAKONSHME. KËTU JANË PESË SHENJA PËR T’I MBAJTUR PARASYSH NË MËNYRË QË TË NDIHMOJMË NË PARANDALIMIN OSE NDALIMIN E KEQTRAJTIMIT:

Viktimat shpesh keqtrajtohen nga njerëz që ato i njohin.

Shkelësi mund të jetë një i afërm ose dikush që e kanë takuar më parë. Kjo nuk sugjeron se duhet të shqetësohemi për këdo që njohim, por ne mund t’i mbajmë parasysh – dhe t’u mësojmë fëmijëve tanë t’i mbajmë parasysh – këto katër shenja të tjera.

Shkelësit shpesh kërkojnë njerëz që janë të cenueshëm.

Shkelësit janë në ndjekje të atyre që mund të mos jenë në gjendje të japin pëlqimin e tyre apo të mbrohen.



Shkelësit shpesh përpiqen t’i izolojnë viktimat.

Duke përdorur izolimin apo kërcënimet, shkelësit shpesh përpiqen t’i bëjnë viktimat e tyre që të mos kërkojnë ndihmë.

Shkelësit shpesh fillojnë duke i shkelur kufijtë.

Keqtrajtimi ndodh kur ka një shkelje serioze të caqeve me sjelljen dhe gjuhën e përshtatshme ndaj të tjerëve. Shkelësit mund t’i shpërfillin tërësisht kufijtë ose të fillojnë me shkelje të vogla, me qëllim që ta bëjnë viktimën të pandjeshme.

Shkelësit mund të përpiqen gradualisht që të krijojnë mirëbesim para keqtrajtitit.

Kjo njihet si “përgatitja” dhe shpesh u ndodh të rinjve dhe fëmijëve. Sjelljet përgatitore mund të përfshijnë kërkesa për kohë vetëm, inkurajim të fshehtësisë, të folurit për tema seksuale, ose shfaqje të pornografisë ndaj një fëmije apo fillimin e kontaktit fizik me të.



Sakiusa dhe Salote Maiuiriuiri

Suva në Fixhi



Vështirë se mund ta besoja paqen dhe lumturinë që gjeta në shtëpinë e familjes Maiuiriuiri. Pavarësisht se dy prej fëmijëve të tyre kishin ndërruar jetë, ata e jetonin jetën çdo ditë me gëzim dhe qëllim.

LESLI NILSON, FOTOGRAFE

Salote:

Dy vjet pasi biri ynë, Esa, vdiq me kancer në mushkëri, bija jonë, Esalina vdiq nga meningjiti. Në tempull ndjeva një nxitje të fortë që të flisja me një motër misionare të moshuar, së cilës gjithashtu i kishin vdekur dy fëmijë vite më parë. Ajo më tha: “Nëse e bën shtëpinë tënde një vend të shenjtë, mund ta ndiesh praninë e fëmijëve të tu atje”.

Ai është bërë synimi ynë. Çdo gjë që bëjmë, është për ta bërë shtëpinë tonë një vend të shenjtë. Duam që t’i ndiejmë ata pranë.

Sakiusa:

Përvoja e humbjes së Esës dhe Esalinës përfundimisht e ka sjellë familjen tonë më pranë së bashku. Ne këshillohemi së bashku me fëmijët tanë të tjerë. E frekuentojmë tempullin si familje. E jetojmë jetën tonë sa më thjesht që të jetë e mundur dhe çdo ditë zgjedhim mirënjohjen. Kur flasim për atë që do të thotë të vluosemi si familje në tempull, ajo vulosje merr jetë brenda nesh. Dhe përmes gjithë kësaj, ne e ndiejmë vërtet praninë e fëmijëve tanë.

ZBULONI MË SHUMË

Shihni më shumë për udhëtimin e besimit të Sakiusas dhe Salotes, përfshirë fotografi të tjera, në variantin në internet ose në Gospel Library [Biblioteka e Ungjillit] të këtij artikulli te faja [ChurchofJesusChrist.org/go/10206](https://www.ChurchofJesusChrist.org/go/10206).

Plaku Ronald A. Rasband tregon se si ne mund t’i forcojmë shtëpitë tona që të jenë vende të dashurisë dhe mbrojtjes shpirtërore te [ChurchofJesusChrist.org/go/10207](https://www.ChurchofJesusChrist.org/go/10207).

Parimet e Dhënies së Shërbesës

DHËNIA E SHËRBESËS NËPËRMJET PROGRAMIT FËMIJËT DHE RINIA

T'i ftojme të tjerët të rriten dhe t'i ndihmojmë ata përgjatë udhës, është thelbi i dhënies së shërbesës.

Mundësitë janë të shumta për të dhënë shërbesë nëpërmjet programit Fëmijët dhe Rinia. Ndoshta ju keni fëmijë ose të rinj e të reja në vetë shtëpinë tuaj. Ndoshta jeni një udhëheqës/e në program ose u jepni shërbesë familjeve me fëmijë dhe të rinj e të reja. Ose ndoshta *ka mundësi të njihni* disa fëmijë dhe të rinj e të reja (gjë që do të përfshinte thjesht ne të gjithë). Cilado qoftë gjendja juaj, ka shumë mënyra për ta përdorur programin ose parimet e tij që ta bekoni jetën e të tjerëve.

Zhvillimi i Vetes Sonë së Bashku

Në thelb të programit Fëmijët dhe Rinia është një përqendrim te përpjekja çdo ditë që të bëhemi më shumë si Shpëtimtari, i cili dha shërbesë në mënyrë të përsosur. Shumë prej atyre që kanë marrë pjesë në program, kanë mësuar se sa më shumë që përparoni në fusha të

ndryshme të jetës suaj, aq më të përgatitur jeni për t'i ndihmuar të tjerët ose për t'u dhënë shërbesë atyre.

Por me programin Fëmijët dhe Rinia, bekimi i të tjerëve nuk duhet të presë derisa të keni mësuar diçka. Veprimi i të mësuarit vetë jep mundësi për të dhënë shërbesë.

Për një të ri të quajtur Profet, i cili jeton në Ganë, caktimi i synimit në programin Fëmijët dhe Rinia që të mësonte se si t'i binte pianos, ishte vetëm fillimi. “Është synimi im që gjithashtu të ndihmoj njerëz të tjerë të dinë atë që unë po mësoj”, thotë Profeti.

Edhe pse ai nuk është ende një instruktor, synimi i tij është bërë tashmë diçka tepër më e madhe sesa e mendoi ndonjëherë. Tani ka

50 studentë që ndjekin klasat e pianos në shtëpinë e mbledhjeve së bashku me Profetin. Dhe kush po i mëson Profetin dhe ata 50 studentët e tjerë? Aleksandër M. dhe Kelvin M., që të dy 13 vjeç. “Ne duam t’u tregojmë veprimet mirësie njerëzve të tjerë”, thotë Kelvini.

Tri ditë në javë të dy të rinjtë u japin mësimet bazë falas për piano të gjithë atyre që vijnë për të mësuar. Ka pasur një përfitim shtesë prej mësimet të pianos. Disa prej studentëve, që u njohën me Kishën nëpërmjet mësimet të pianos, më vonë e studiuuan ungjillin dhe vendosën të pagëzoheshin.



FOTOGRAFI NGA ISAAC DARKO-ACHEAMPONG



FOTOGRAFI NGA ALEXANDER K. BOATENG



Teksa bëjmë përpjekje për t'u përmirësuar, ne mund t'u japim shërbesë të tjerëve duke i ftuar të bashkohen me ne.

Një Recetë e Suksesshme për Dhënien e Shërbesës

Si presidente e Filllores për kunjin, Sabrina Simoes Deus Augusto nga Kuritiba në Brazil, ka parë se si aspekte të zhvillimit vetjak të programit i bekojnë fëmijët dhe rininë në kunjin e saj. Dhe gjithashtu ka vënë re shumë mënyra për t'i përdorur gjërat që ka mësuar rreth zhvillimit vetjak, në detyrën e saj si motër shërbestare.

“Kur e zhvilloj një talent” – thotë Motra Augusto – “unë mund ta përdor atë talent për të bekuar dikë, të cilit ose të cilës i jap shërbesë.”

Motra Augusto i mësoi njëres prej motrave, tek e cila është caktuar si motër shërbestare, se si të bënte çokollata. Ajo motër tani bën dhe shet çokollata për të ndihmuar në rritjen e të ardhurave të familjes së saj. “Muaj më vonë, u bekova kur një motër tjetër më mësoi se si të bëja bukë me mjaltë, të cilën unë mund ta shisja” – tha Motra Augusto. “Zhvillimi dhe të treguarit për talentet tona mund ta bekojnë jetën e njëra-tjetrës dhe mund t'i thellojnë marrëdhëniet tona si motra shërbestare.” ■

SI MUND T'JU NDIHMOJË PROGRAMI FËMIJËT DHE RINIA QË TË JEPNI SHËRBESË?

1. Ftojini të tjerët të marrin pjesë në programin Fëmijët dhe Rinia.

Ju mund t'i ftoni familjet e të rinjve, të rejave dhe fëmijëve të cilëve u jepni shërbesë, që të marrin pjesë në programin Fëmijët dhe Rinia. Ata mund të kenë interes që të marrin pjesë në veprimtaritë, zhvillimin vetjak ose madje aspekte të programit për të studiuar ungjillin.

2. Përkrahini synimet e tyre.

Si vëlla ose motër shërbestare për familje me të rinj e të reja, ju jeni në një pozitë të natyrshme për t'i përkrahur synimet me të cilat mund të punojnë në programin Fëmijët dhe Rinia. Ndërkohë që synimet e tyre janë vetjake, nëse e dini se çfarë iu intereson, ju mund të ofroni ndihmë në një larmi mënyrash. Kjo mund të marrë formën e gjetjes së pajisjeve të artit të cilat po i kërkojnë, shërbimin si një gjykues për biskotat që kanë bërë ose bërjen një këshillues në një fushë ku ju keni njohuri. A dini se si t'ia ndërroni vajin një makine? Se si të qepni rroba të grisura? A jeni ekspert/e në intervistat për punë? Mund të ofroni që të jepni njohuri ose aftësi që i keni, nëse ata janë të interesuar.

3. Ftojini të tjerët të jenë pjesë e zhvillimit tuaj vetjak.

Zhvillimi vetjak nuk rezervohet për fëmijët dhe rininë. Mund të merrni pjesë vetë në program pavarësisht nga mosha juaj. Teksa shpenzoni kohë për t'i përmirësuar fushat shpirtërore, shoqërore, fizike dhe intelektuale të jetës suaj, ju do të jeni të përgatitur më mirë për t'u dhënë shërbesë individëve, pavarësisht se kë takoni. Dhe ashtu si Profeti në Ganë, ju mund t'i bekoni të tjerët duke i ftuar të marrin pjesë me ju, qoftë kjo për të organizuar mësim pianoje, për të shkuar në një kurs ushtrimesh fizike apo për të mësuar një gjuhë të huaj së bashku.

4. Bëjeni synim dhënien e shërbesës.

Merreni parasysh të shpenzoni kohë çdo ditë për të dhënë shërbesë. Kjo mund të jetë duke dërguar një mesazh sms apo duke shkuar te shtëpia e tyre për të parë se si po shkojnë gjërat ose për të caktuar një takim së bashku. Kjo mund të përfshijë gjetjen e kohës për të vendosur në kalendar ditëlindjet e atyre të cilëve u jepni shërbesë ose ndjekjen e tyre në mediat shoqërore, për të zbuluar se për çfarë janë të interesuar ose çfarë janë duke bërë kohët e fundit. Edhe sikur të shpenzoni pesë minuta për të menduar rreth asaj që dikush tjetër ka nevojë, kjo mund të çojë drejt ideve të frymëzuara që mund të sjellin ndryshim.



NJË NGA NJË

“Një tipar dallues i Kishës së vërtetë dhe të gjallë të Zotit do të jetë gjithmonë një përpjekje e organizuar, e drejtuar për t'u dhënë shërbesë fëmijëve individualë të Perëndisë dhe familjeve të tyre. Ngaqë kjo është Kisha e Tij, ne si shërbëtorë të Tij, do t'i japim shërbesë individit, pikërisht siç bëri Ai.”

Presidenti Rasëll M. Nelson, “Dhënia e Shërbesës me Fuqinë dhe Autoritetin e Perëndisë”, *Liahona*, maj 2018, f. 69.

TREGOJINI PËRVOJAT TUAJA

Na i dërgoni përvojat tuaja lidhur me dhënien e shërbesës ose kur të tjerët ju dhanë juve shërbesë. Shkoni te Liahona.ChurchofJesusChrist.org dhe klikoni te “Submit an Article or Feedback” [“Dërgoni një Artikull ose Lini një Përshtypje”].

APOSTUJT JAPIN

Mesazhe Shprese

Në përgjigje ndaj përhapjes së virusit në mbarë botën, zyrtarët ndalojnë grumbullimet publike dhe vënë në zbatim karantinën. Shkollat mbyllen, udhëheqësit fetarë anulojnë mbledhjet në kishë dhe atyre që guxojnë të dalin jashtë, u kërkohet të mbajnë maska në fytyrë për mbrojtje.

Është viti 1919 dhe pandemia e furishme e gripit që nisi një vit më parë, do të marrë dhjetëra milionë jetë.¹ Profeti i ri i Kishës, Presidenti Hibër J. Grant (1856–1945), u veçua në nëntor 1918, por nuk do të mbështetej deri në qershor 1919 pasi konferenca e përgjithshme e prillit u shty.

Gjatë shërbesës së tij pas atyre ditëve sfiduese dhe të tjerave si ato, Presidenti Grant dha këshilla të përshtatshme për kohën tonë kur tha: “Ne erdhëm në këtë tokë për të marrë njohuri, mençuri dhe përvojë, për të marrë mësimet, për të pësuar dhembjet, për të duruar tundimet dhe për të siguruar fitoret e vdekshmërisë”. Nga njohuritë që fitoi përmes sprovave të rënda të përvojës personale, ai shtoi: “Unë . . . e di se në orën e fatkeqësisë shenjtoret e ditëve të mëvonshme lehtësohen, bekohen e ngushëllohen si askush nga njerëzit e tjerë!”²

Në “orën tonë të fatkeqësisë” aktuale me koronavirusin e ri, ne marrim lehtësim dhe ngushëllim nga ungjilli i rivendosur i Jezu Krishtit. Njohuria jonë se Ati Qiellor i do fëmijët e Tij dhe se Ai ka thirrur profetë dhe apostuj në kohën tonë për të na udhëhequr përmes stuhive të vdekshmërisë, është një bekim i madh.

Nga këshillat e dhëna gjatë intervistave të kohëve të fundit, disa anëtarë

Udhëheqësit e Kishës japin ide rreth qëndrimit pranë Perëndisë, duke dhënë shërbesë me dashuri dhe duke ecur përpara me durim gjatë pandemisë.



FOTOGRAFIE NGA GETTY IMAGES

të Kuorumit të Dymbëdhjetë Apostujve na kujtojnë se mund të ndiejmë gëzim dhe ta shikojmë të ardhmen me shpresë, pavarësisht nga ajo që po ndodh rreth nesh.³

Vepra Shkon Përpara

Plaku Brus R. Mek-Konki (1915–1985) dikur e krahasoi Kishën me një “karvan të madh” që ecën përpara, pavarësisht kundërshtimit.⁴ Plaku Dejvid A. Bednar sheh si burim të vrullit të qëndrueshëm të ecjes përpara të karvanit përgatitjen e frymëzuar të Kishës dhe historinë e saj me fatkeqësitë.

“Asnjë dorë mëkatore nuk mund ta ndalojë përparimin e kësaj pune”⁵ dhe po ashtu asnjë pandemi nuk do ta ndalojë përparimin e kësaj pune”, - tha ai. “Mes të gjitha sfidave me të cilat përballemi tani duke u marrë me këtë virus, puna shkon përpara. . . . Nuk e dimë se sa do të zgjasë, por do ta kapërcejmë. Dhe ne mund të mos ta rifillojmë modelin e mëparshëm të jetës sonë saktësisht siç e dinim, por shumë nga ato përshtatje dhe ndryshime do të jenë shumë pozitive.”

Plaku Kuentin L. Kuk tha që përgatitja e frymëzuar e Kishës përfshin shembuj të tillë në kohën e duhur si theksimi i respektimit të ditës së Shabatit, forcimi i kuorumeve të Priftërisë Melkizedeke dhe Shoqatave të Ndihmës, kalimi te dhënia e shërbesës dhe paraqitja e programit *Eja, Më Ndiq*, materialeve filmike nga Libri i Mormomit dhe programit “Fëmijët dhe Rinia”.

“Ne do ta hedhim vështrimin pas te kjo si një kohë themelore e përgatitjes dhe jo thjesht si diçka që duhej ta duronim”, - tha ai.

Presidenti M. Rasëll Ballard, President Veprues i Kuorumit të Dymbëdhjetë Apostujve, është i një mendjeje. Pavarësisht mbylljes së përkohshme të tempujve dhe shtëpive të mbledhjeve, anëtarët e Kishës i kanë mjetet shpirtërore që u nevojiten për të vazhduar të ecin përpara.

Mbylljet e tempujve “sigurojnë një mundësi të mrekullueshme për të mësuar më shumë rreth kërimit për historinë familjare, indeksimit dhe si të përgatitim shumë, shumë emra për ditën kur dyert e tempullit do të hapen sërish”.

– Plaku Dejvid A. Bednar

Presidenti Ballard kujton se si u ndje kur po kthehej nga kisha për në shtëpi më 7 dhjetor 1941 dhe mori vesh se Përl Harburi ishte sulmuar dhe se Shtetet e Bashkuara ishin gati të hynin në Luftën e Dytë Botërore. Ashtu si shumë njerëz sot, ai shqetësohej për të ardhmen dhe pyeste veten nëse vetë e ardhmja e tij do të humbiste.

“Por nuk ishte kjo ajo që ndodhi”, - tha ai. Ashtu si njerëzit e lirë të botës e fituan atë luftë, ashtu edhe bota do ta fitojë luftën kundër koronavirusit. “Gjithçka do të jetë në rregull, ndërsa i kthejmë zemrat drejt Atit tonë në Qiell dhe shohim drejt Tij dhe drejt Shpëtimtarit si Shëlbuesi i të gjithë njerëzimit”, - tha ai.

Një mënyrë tjetër se si Kisha shkon përpara është përmes përpjekjeve të saj misionare, të cilat po iu përgjigjen kushteve të botës në ndryshim. Plaku Diter F. Uhtdorf tha që udhëheqësit e Kishës kishin studiuar mënyra të reja për ta përhapur ungjillin edhe përpara se virusi COVID-19 të fillonte ta ndërpriste punën misionare. Ajo ndërprerje ka përfshirë transportimin e mijëra misionarëve në vendet e tyre të lindjes, lirimin e hershëm nga thirrja të disave dhe ricaktimin e të tjerëve.

“Virusi COVID-19 e përshpejtoi jashtëzakonisht të menduarit tonë për këtë dhe na hapi sytë”, - tha ai. Si pasojë, teknologjia dhe mediat shoqërore tani po hapin dyert që më parë ishin mbyllur



nga komunitetet e mbyllura dhe ndërtesat me apartamente e shtëpitë e paarrishme.

“Puna misionare do të vazhdojë të ecë përpara pavarësisht pandemisë”, – shtoi Plaku Uhtdorf. “Ne po vazhdojmë të mësojmë se si ta përmirësojmë punën misionare tani dhe për të ardhmen. Zoti ka premtuar ta përshpejtojë veprën e Tij për bekimin e të gjithë fëmijëve të Tij (shih Doktrina e Besëlidhje 88:73). Ndiej se jemi pikërisht në mes të këtij procesi, ndërsa jetojmë në këtë kohë sfiduese. Misionarët tanë të çmuar janë pionierët e ditëve tona, që po hapin një shteg të përhapjes së mesazhit të ungjillit në mënyra të reja që iu përshtaten rrethanave tona, në mënyrë që Kisha e Jezu Krishtit të vazhdojë të ‘përhapet derisa të ketë mbushur tërë tokën’” (Doktrina e Besëlidhje 65:2).

Mundësitë e reja për përhapjen e ungjillit nuk janë gjërat e vetme që po hapen. Edhe zemrat po hapen, sepse kohët e vështira shpesh i përulin njerëzit dhe i kthejnë ata drejt Perëndisë, tha Plaku D. Tod Kristoferson.

“Ata janë pak më të hapur drejt të menduarit: ‘Ndoshta kam nevojë për diçka përtej llogarisë sime bankare. Ndoshta ka më shumë në jetë, sesa ajo që kam jetuar’”, – tha ai.

Plaku Kristoferson i nxit anëtarët e Kishës që të kërkojnë mundësi misionare, të tilla si shpërndarja e mesazheve dhe memeve të lidhura me ungjillin përmes mediave shoqërore, komunikimi me misionarët kohëplotë për të ndihmuar për shoqërimin e njerëzve të cilëve ata po u japin mësim përmes internetit, dhe mbajtja e kontakteve me njerëzit që nuk kanë mundësi t’i shohin shpesh.

Distancimi Shoqëror dhe Distancimi Shpirtëror

Një mënyrë tjetër se si Kisha shkon përpara, është përmes përgjigjes shpirtërore të shenjtoreve të ditëve të mëvonshme ndaj sfidave

materiale si virusi COVID-19. Për mbrojtjen tonë fizike, ne rritim distancën tonë fizike nga të tjerët, por për mbrojtjen tonë shpirtërore, i afrohemi Atit tonë në Qiell dhe Birit të Tij. Pandemia nga virusi COVID-19 u ka dhënë shumë anëtarëve të Kishës më shumë mundësi për të rritur mbrojtjen e tyre shpirtërore duke ndjekur këshillën e Presidentit Rasëll M. Nelson për të dëgjuar Zotin.

“Ati ynë e di se, kur jemi të rrethuar nga pasiguria dhe frika, ajo që do të na ndihmojë më tepër se çdo gjë tjetër, është ta dëgjojmë Birin e Tij”, – tha Presidenti Nelson gjatë konferencës së përgjithshme të prillit 2020. Ai shtoi: “Teksa kërkojmë të jemi dishepuj të Jezu Krishtit, përpjekjet tona që ta *dëgjojmë Atë* nevojitet të jenë përherë e më të qëllimshme. Kërkon përpjekje të ndërgjegjshme dhe të vazhdueshme që ta mbushim jetën tonë të përditshme me fjalët e Tij, mësimet e Tij, të vërtetat e Tij.”⁶

Ndërsa nuk e mirëpresim pezullimin e mbledhjeve të Kishës, mbylljen e tempujve ose humbjen e vendeve të punës, kalimi i më shumë kohe në shtëpi na jep “një mundësi për të menduar rreth zgjimit në Perëndi” (shih Alma 5:7), – tha Plaku Kuk. “Ndoshta ngjarjet e fundit mund të jenë një orë shpirtërore me zile që na përqendron tek ato gjëra që kanë më shumë rëndësi. Nëse është kështu, do të jetë një bekim i madh në këtë periudhë që të përqendrohemi te gjërat që mund të përsosim në jetën tonë dhe se si mund të bekojmë jetën e të tjerëve, ndërsa zgjohemi në Perëndinë dhe ecim përgjatë shtegut të besëlidhjeve.”

Plaku Xhefri R. Holland shtoi: “Kohë të tilla na ftojnë që të shikojmë brenda shpirtit tonë për të parë nëse na pëlqen ajo që shohim aty. Kjo është kur [ne] mendojmë se cilët jemi dhe çfarë ka me të vërtetë rëndësi.”

Kohë të tilla na ftojnë gjithashtu që të rritim besimin, shërbimin dhe mirënjohjen, duke na nxitur të “marrim parasysh varësinë tonë nga Perëndia dhe bekimet prej Tij, të cilat aq shpesh i marrim si të mirëqena”, – tha Plaku Holland. “Ne i detyrohemi Atit tonë në Qiell që të jemi pak më shumë mirënjohës, pak më shumë falënderues dhe pak më shumë të prirur që të kujtojmë se sa probleme zgjidhen për shkak të Perëndisë, engjëjve, premtimeve të besëlidhjeve dhe lutjes.”

Në qendër të mirënjohjes sonë është bekimi i të kujtuarit se “sa i mëshirshëm ka qenë Zoti ndaj fëmijëve të njerëzve, që nga krijimi i Adamit dhe deri në [këtë] kohë” (Moroni 10:3). Anëtarët e Kuorumit të Të Dymbëdhjetëve thanë se sa herë që na kërkohet të “qëndrojmë në strehë”, ne mund të ndjekim shembullin e Nefit dhe Almës, duke kujtuar se Ai “në cilin [ne] k[lemi] besuar”, Shpëtimtari Jezu Krisht, “gjithnjë do të [na] çlirojë [ne]” (2 Nefi 4:19; Alma 36:27). Dhe mund të kujtojmë, siç na ka mësuar Apostulli Pal, se asgjë nuk mund të “na ndajë nga dashuria e Krishtit” (shih Romakëve 8:35).

Zoti Jezu Krisht “është streha jonë e fundit” (shih Psalmeve 61:1–4), – tha Plaku Holland. “Çfarëdo tjetër që të ndodhë, ne nuk do të ndahemi asnjëherë nga dashuria e Shpëtimtarit dhe shoqërimi i Tij, edhe nëse nuk e dallojmë atë për momentin. Shpirti nuk bllokohet nga një virus apo nga kufijtë kombëtarë ose nga parashikimet mjekësore.”

“Bëj Gjëra të Mira”

Kohët e fundit, ndërsa lexonte një raport të përgatitur nga një komitet i Kishës, Plaku Kristoferson u shqetësua rreth efekteve që “veçimi i detyruar” mund të ketë tek anëtarët e pamartuar të Kishës – të mosshuar dhe të rinj.

“Veçimi i detyruar mund të çojë në vetmi dhe vetmia mund të ketë pasojë negative në shëndetin fizik dhe mendor”, – tha ai. “Për të kundërvepruar ndaj kësaj, disa përkrahës të shëndetit publik rekomandojnë



që ata që përjetojnë vetminë, të kërkojnë mënyra për të ‘bërë gjëra të mira’ për dikë”.

Shenjtorët e ditëve të mëvonshme mund të gjejnë mënyra për të shërbyer, ndihmuar dhe kontribuar për të tjerët, veçanërisht për ata që janë të vetmuar, tha Plaku Kristoferson, dhe anëtarët e vetmuar që japin shërbim ndaj të tjerëve, mund t’i zvogëlojnë ndjenjat e tyre të izolimit.

“Përqendrohuni te dhënia e shërbesës”, – tha ai. “Ka shumë gjëra që mund të bëjmë për njëri-tjetrin për të pasur një ndjenjë përkatësie dhe vëllazërie, dhe motërie. Kjo është një kohë kur kuorumi i pleqve dhe Shoqata e Ndihmës mund të jenë plotësisht të dobishëm dhe të sigurojnë atë që vetëm ata janë të organizuar në mënyrë të pashoqe për ta bërë.”

Dhe në vend që t’i dërgoni mesazhe me celular gjithmonë dikujt, sugjeroi ai, “mendoj se është shumë e shëndetshme t’i telefonosh dikujt duke përdorur atë teknologji të vjetër të quajtur telefon. Thjesht telefononi për të biseduar dhe ndërvepruar. Jepuni mundësinë që të dëgjojnë një zë.”

Përpyekjet e vogla për të bërë diçka për të tjerët mund të sjellin një ndryshim të madh, duke ndriçuar ditën e dikujt në mënyra që mund të mos

Përpjekjet e vogla për të bërë diçka për të tjerët mund të sjellin një ndryshim të madh, duke ndriçuar ditën e dikujt në mënyra që mund të mos i dimë. “Dhënia e shërbesës prej nesh është shumë e nevojshme për njerëzit që janë kaq të izoluar.”
– Plaku Kuentin L. Kuk

i dimë. “Dhënia e shërbesës prej nesh është shumë e nevojshme për njerëzit që janë kaq të izoluar”, – tha Plaku Kuk.

Plaku Holland sugjeroi: “Ne duhet t’ia kushtojmë një pjesë të caktuar të ditës sonë komunikimit me njerëzit që kanë nevojë për një shtysë. Sigurisht, ne marrim shtysë duke e bërë këtë, kështu që të gjithë të ‘ngri[hen]’ (3 Nefi 27:14, 15), gjë të cilën Shpëtimtari tha se Ai u dërgua në tokë për ta bërë.”

Një mënyrë tjetër për të ngritur veten dhe të tjerët është që të përgatitemi për ditën kur tempujt të rihapen. Mbylljet e tempujve – qoftë për pandemitë, rimodelimin ose pastrimin – “sigurojnë një mundësi të mrekullueshme për të mësuar më shumë rreth kërkimit për historinë familjare, indeksimit dhe si të përgatitemi shumë, shumë emra për ditën kur dyert e tempullit do të hapen sërish”, – tha Plaku Bednar.

Pavarësisht nëse tempujt janë të hapur apo të mbyllur, shtoi Plaku Bednar, anëtarët e Kishës ende mund të përpiqen fort që të jenë të denjë dhe të kenë një rekomandim aktual tempulli.

Mësime që Zoti do të Donte që të Merrnim

Siç vuri në dukje Plaku Bednar, ndërsa askush nuk do të zgjidhte ta përjetonte pandeminë nga virusi COVID-19, një plagë e ditëve të fundit është gjithsesi mbi ne.

“Me këndvështrimin e përjetshëm që ofron ungjilli i rivendosur, dhe hirin që vjen nga Shlyerja e Shpëtimtarit, ne mund të marrim mësime nga fatkeqësia e vdekshmërisë që na përgatitin për bekimet e përjetësisë”, – tha ai. “Duhet të lutemi. Duhet të kërkojmë. Duhet të pyetim. Ne duhet të kemi sy për të parë dhe veshë për të dëgjuar. Por mund të bekohemi në mënyra të jashtëzakonshme për të marrë mësimet që do të na bekojnë tani e përgjithmonë.”

Me ndikimin e tij shkatërrues te familjet në të gjithë botën, virusi COVID-19 u ka mësuar njerëzve që të shfaqin shqetësim të shtuar për të tjerët, tha Presidenti Ballard.

“Ne po arrijmë të kuptojmë se sa të çmuara janë familjet tona, sa të çmuar janë fqinjët tanë dhe sa të çmuar janë bashkanëtarët tanë në Kishë”, – tha ai. “Ka mësime që po marrim tani, që do të na bëjnë njerëz më të mirë.”

Dhe kur stuhia e tanishme të kalojë, çfarë mund të presim më tej? Pak a shumë të njëjtën gjë, tha Plaku Uhtdorf. Fëmijët e Perëndisë brenda dhe jashtë Kishës do të vazhdojnë të përballen me sfida.

“Po jetojmë në një kohë kur na nevojitet të mësojmë”, – tha ai. Dhe mësimi më i rëndësishëm që mund të marrim, është se përgjigjja ndaj sfidave të ardhshme është gjithashtu dhe përgjigjja ndaj sfidës aktuale: ungjilli i Jezu Krishtit.

Për shkak se shenjtorët e ditëve të mëvonshme kanë ungjillin e rivendosur të Jezu Krishtit, tha Plaku Holland, ata mund të mësojnë të jenë pozitivë dhe optimistë, duke bërë më të mirën që mundën dhe duke e besuar fjalën e Zotit kur Ai tha: “Le të bëjmë me gëzim të gjitha gjërat që janë në fuqinë tonë; dhe atëherë qëndroftim të patundur, me sigurinë më të madhe, për të parë shpëtimin e Perëndisë dhe që krahu i tij të zbulohet” (Doktrina e Besëlidhje 123:17).

“Ka shumë gjëra për të qenë plot gëzim, ndërsa përsosim besimin tonë, mirëbesojmë më shumë te Zoti dhe shohim mrekullinë e shpëtimit të Tij”, – tha Plaku Holland. ■

SHËNIME

1. Shih William G. Hartley, “The Church Grows in Strength”, *Ensign*, shtator 1999, f. 35.
2. *Teachings of Presidents of the Church: Heber J. Grant* (2002), f. 49, 48.
3. Shih Rasëll M. Nelson, “Gëzimi dhe Mbijetesa Shpirtërore”, *Ensign* ose *Liahona*, nëntor 2016, fq. 82.
4. Bruce R. McConkie, “The Caravan Moves On”, *Ensign*, nëntor 1984, f. 85.
5. Joseph Smith, në *History of the Church*, 4:540.
6. Rasëll M. Nelson, “Dëgjojeni Atë”, *Ensign* ose *Liahona*, maj 2020, f. 89.



Zemrat e Shpuara me Plagë të Thella: Të Kuptuarit e Abuzimit në Familje

Modele të pashëndetshme mund të zhvillohen në cilëndo marrëdhënie. Dallimi i tyre mund të zbulojë abuzimin ose ta ndalojë atë përpara se të fillojë.

Nga Xhejsën B. Uaiting, Doktor Shkencash

Fakulteti i Jetës Familjare, Universiteti "Brigam Jang"

Kohët e fundit më mori në telefon një baba zemërthyer. Bija e tij, Xhena (emrat janë ndryshuar), ishte larg shtëpisë në kolegji, në një marrëdhënie të re, e cila po zhvillohej shpejt. I dashuri i saj, Xheku, po e shtynte drejt martesës dhe po e kufizonte komunikimin e Xhenës me prindërit e saj. Xhena u kërkoi falje, duke shpjeguar se ishte për shkak të dashurisë dhe dëshirës së madhe të Xhekut që të shpenzonin kohë si çift.

Familja e Xhenës u shqetësua kur zbuluan se Xheku kishte një ish-bashkëshorte dhe një fëmijë që nuk ia kishte përmendur Xhenës. Ata morën në telefon ish-gruan, e cila tha se Xheku kishte një temperament të pakëndshëm dhe ishte xheloz. Kur Xheku e mori vesh këtë gjë, ai u tërbua. Ai tha se prindërit e Xhenës po ushtronin "kontroll" dhe përmendi një rast kur ata nuk e miratuan një shaka sarkastike që bëri ai rreth inteligjencës së Xhenës. Me ironi, Xheku nguli këmbë që Xhena ta merrte vetë vendimin për t'i ndërprerë lidhjet me ta. Prindërit e Xhenës ishin të dëshpëruar ngaqë telefonatat dhe mesazhet e tyre sms nuk po merrnin përgjigje.

Çdo njeri dëshiron një familje të lumtur, por edhe kur njerëzit përpiqen ta jetojnë ungjillin, marrëdhëniet mund të bëhen lënduese. Disa sfida janë si rrjedhojë e keqkuptimeve dhe grindjeve të zakonshme për familjet. Megjithatë, në shtëpitë e shëndetshme, njerëzit kërkojnë falje për sjelljen jo të mirë dhe i ndreqin mosmarrëveshjet, ndërkohë që në situatat e pashëndetshme ka modele të vazhdueshme të vrazhdësisë ose keqtrajtimit që bëhen abuzuese.

Abuzimi brenda Familjes dhe Ungjilli

"Ju keni thyer zemrat e bashkëshorteve tuaja të buta dhe keni humbur besimin e fëmijëve tuaj, për shkak të shembujve tuaj të këqij para tyre" (Jakobi [Lm] 2:35).

Abuzimi përbëhet nga veprime që kanë për qëllim të lëndojnë ose të kontrollojnë. Ai përbëhet nga një varg sjelljesh që mund të përfshijnë lënien pas dore, manipulimin, kritikën me fjalë dhe dhunën fizike ose seksuale.¹ Për fat të keq, sjelljet abuzuese janë të zakonshme dhe disa studiues vlerësojnë se rreth një e katërta e fëmijëve anembanë botës keqtrajtohen fizikisht, seksualisht ose emocionalisht.² Të rriturit gjithashtu kanë shkallë të larta viktimizimi, me përafërsisht 1 në 4 gra dhe 1 në 10 burra



“Zëri që jep një dëshmi të thellë, që shqipton lutje të zjarrta dhe këndon himne të Sionit mund të jetë i njëjti zë që qorton dhe kritikon, turpëron dhe poshtëron, që shkakton dhembje dhe shkatërron shpirtin e dikujt dhe të të tjerëve gjatë procesit. ‘Nga e njëjta gojë del bekimi dhe mallkimi’, hidhërohet Jakobi. ‘Vëllezër [dhe motrat e] mi[a], nuk duhet të ishte kështu’ [Jakobi [LiM] 3:10].”

Plaku Xhefri R Holland, i Kuorimit të Dymbëdhjetë Apostujve, “Gjuha e Engjëjve”, *Liahona*, maj 2007, f. 16; Konferenca e Përgjithshme, prill 2007, f. 16.



që përjetojnë dhunë fizike nga një bashkëshort ose bashkëshorte.

Abuzimi mund të ndodhë në çfarëdo marrëdhënieje dhe si burrat ashtu edhe gratë mund të jenë autorët e tij. Sidoqoftë, burrat kanë më shumë gjasa të ushtrojnë kontroll dhe të kryejnë dhunë të rëndë fizike dhe seksuale, kurse gratë ka më shumë të ngjarë që të tmerrohen, të nënshtrohen ose të lëndohen keq nga një bashkëshort.³

Abuzimi e lëndon shpirtin, si të ofenduesit ashtu edhe të viktimës, dhe është në kundërshtim me mësimet e Shpëtimitarit. Profetët bashkëkohorë kanë thënë se ata “që abuzojnë me bashkëshorten ose fëmijët . . . do të qëndrojnë një ditë përgjegjës përpara Perëndisë”⁴. Abuzuesit shpesh i shpërfillin ose i shfrytëzojnë parimet e ungjillit. Për shembull, unë këshillova një çift ku bashkëshorti pati lidhje emocionale me gra të tjera dhe i harxhoi në kumar paratë që kishin kursyer, por në vend që të kërkonte falje, ai e shtyu bashkëshorten e tij që ta falte dhe ngulte këmbë se ajo po bënte “mëkatim më të madh” nëse nuk e falte. Ai nuk i kushtoi vëmendje dhembjes së saj dhe shpalli se ai ishte në rregull me Perëndinë se përndryshe nuk kishte se si të ishte punonjës në tempull. Kur bashkëshortja e tij foli me udhëheqësit e Kishës, ai i zvogëloi tradhtitë e tij dhe i zmadhoi shqetësimet

e saj, duke thënë se ajo ishte me depresion. Bashkëshorti po i hidhte poshtë “parimet e . . . respektit, dashurisë [e] dhembshurisë”⁵ dhe po e keqtrajtoi bashkëshorten e tij. Përpjekjet e saj për t’i jetuar parimet e ungjillit nuk mund ta ndreqnin një problem që ai po e krijonte. Secili prej nesh mund t’u dorëzohet sjelljeve të pashëndetshme. Ka disa karakteristika të zakonshme në të gjitha llojet e abuzimit dhe sa më të rënda e më të shpeshta janë këto, aq më pak e shëndetshme do të jetë marrëdhënia. Ja ku janë pesë prej këtyre modeleve tipike të abuzimit, të cilat mund t’ju ndihmojnë të dalloni sjelljet jo të shëndetshme te vetja juaj dhe tek të tjerët.

1. Egërsia

“Me gjuhët e tyre kanë thurur mashtrime, ka helm gjarpërinjsh nën buzët e tyre; goja e tyre është plot mallkim dhe hidhësi” (Romakëve 3:13–14).

Një burrë erdhi tek unë që të bënte terapi kundër dëshirave të bashkëshortes së tij, e cila tallej me të ngaqë kishte “nevojë për ndihmë”. Në kishë ajo ishte miqësore dhe e përkushtuar, por në shtëpi shpërfillja e saj e fitohte godiste si kamxhik. Ia kritikonte rrogën dhe e quante karrierën e tij si mësues “një punë për vajza”. Ajo i tha të birit: “Shpresoj që nuk do të përfundosh një ngordhalaq si yt atë” dhe e kalonte çdo ditë në telefon me të ëmën, duke nënçmuar bashkëshortët e tyre. Njerëzit

ZBULONI MË SHUMË

Udhëheqësit mund të gjejnë ndihmë për të vepruar me abuzimin te Burimet e Udhëheqësit dhe të Nëpunësit ChurchofJesusChrist.org. Të gjithë udhëheqësit dhe mësuesit e fëmijëve apo të rinisë duhet ta kryejnë trajnimin “Mbrotjtja e Fëmijëve dhe e Rinisë” brenda një muaji pasi të jenë thirrur. Trajnimi mund të gjendet te ChurchofJesusChrist.org/callings/church-safety-and-health.

kritikues ndihen të justifikuar kur u shkaktojnë dhembje dhe “dëshirojnë t’i bëjnë të tjerët të vuajnë” (Doktrina e Besëlidhje 121:13). Këta pjesëtarë të familjeve i thyejnë urdhrat e Jezusit për të “mos gjyk[uar]” dhe për të “mos dën[uar]” (Lluka 6:37) ndërkohë që nënvlerësojnë, tregojnë indinjatë ose shajnë.

2. Mashtrimi

“Ty të ka pushtuar një shpirt gënjeshtar dhe ke larguar Shpirtin e Perëndisë” (Alma 30:42).

Mashtrimi është i zakonshëm në abuzim kur autorët e abuzimit i quajnë minimale veprimet e tyre, ua hedhin fajin të tjerëve dhe i shtrembërojnë fjalët. Kjo i huton viktimat, sikurse e përshkroi njëra prej pjesëmarrëseve në studimin tim shkencor: “[Bashkëshorti im do të] egërsohej shumë dhe më pas kërkonte njëfarë faljeje dhe pastaj thoshte: ‘Epo është faji yt gjithsesi’ . . . në mënyrë të përsëritur derisa fillova ta besoja atë gjë”⁶. Ky mohim i realitetit të dikujt tjetër quhet “vënie e zjarrit” dhe i lë viktimat të pështjelluara e të pasigurta rreth kujtimeve dhe opinionëve të tyre. Ashtu si format e tjera të mashtrimit, vënia e zjarrit përdoret për të manipuluar bashkëbisedimet dhe për të krijuar një fasadë të rreme.

Ata që i abuzojnë të tjerët, i bëjnë ballë fuqishëm pranimi të faktit se ata po i lëndojnë të tjerët dhe shpesh pretendojnë se ata janë viktimat. Kur Xhena shprehu se nuk ndihej rehat lidhur me kritikën nga Xheku për prindërit e saj, ai u zemërua dhe nguli këmbë se ajo po e “fyente”. Xheku ishte mes “at[yre] që thërrasin shkëlje . . . dhe janë fëmijë të mosbindjes vetë”



(Doktrina e Besëlidhje 121:17). Ai jo vetëm që e nxiti historinë e tij të rreme, por edhe shfaqti indinjatë ndaj së vërtetës.⁷

3. Justifikimet

“Prano gabimet e tua dhe atë të keqe që ke bërë” (Alma 39:13).

Një njeri i përlulur ndien keqardhje që po i lëndon të tjerët, pendohet dhe vepron më mirë. Dikush që është abuzues, e kundërshton me justifikime nxitjen e ndërgjegjes. Siç tregoi njëri nga pjesëmarrësit në studimin tim shkencor: “Do të ndihesha shumë keq për abuzimin fizik dhe pastaj më vonë mendoja se ajo gjë mund të mos kishte ndodhur nëse ajo thjesht do ta kishte mbajtur gojën të mbyllur”. “Keqardhja e [tij] nuk [e] çonte në pendim” (Mormoni 2:13), por në vend të kësaj ai e shtyu atë mënjane me zemërim të hidhur dhe fajësim.

Në terapi, njëherë i thashë një bashkëshorteje se kurrë nuk kisha vënë re që ajo po tregonte trishtim sipas Perëndisë për vitet që e kishte kritikuar bashkëshortin e saj. Përgjigjja e saj nuk ishte keqardhje, por hatëmbetje: “Shkëlqyeshëm, ja dhe një gjë tjetër që nuk po e bëj!” Njerëzit abuzues nuk pranojnë përgjegjësi, preken shpejt

e kalojnë në vetëmbrojtje. Ata fyhen me lehtësi nga gjëra të vogla.

4. Krenaria

“Me përulësi, secili ta çmojë tjetrin më shumë se vetveten” (Filipianëve 2:3).

Krenaria përfshin dhënien e të drejtës vetvetes dhe përqendrimin te vetvetja. Një burrë u bërtiste bashkëshortes dhe fëmijëve të tij sa herë që mendonte se ata “nuk po e respektonin”. Nëse opinioni i tyre nuk përputhej me opinionin e tij, ata po e “nënvlerësonin” ose “nuk ishin të bindur” ndaj tij. Krenaria është konkurrese dhe përqendrohet te pushteti dhe fitorja. Në dallim nga kjo, një familje e shëndetshme është bashkëpunuese, atje ka baraspeshim të paanshmërisë dhe pjesëtarët e “trajtojnë] me drejtësi njëri-tjetrin” (4 Nefi 1:2). Bashkëshortët e bashkëshortet duhet të jenë partnerë të barabartë⁸, ku secilit i dëgjohet fjala dhe ku vlerësohen të gjitha opinionet.

5. Kontrolli

“Kur . . . ushtrojmë kontroll apo sundim, apo detyrim mbi shpirtrat e fëmijëve të njerëzve, . . . qiejt tërhiqen” (Doktrina e Besëlidhje 121:37).

Edhe pse e vlerësojmë lirinë e zgjedhjes, është e habitshme se sa shpesh pjesëtarët e familjes i thonë njëri-tjetrit se si të mendojnë, të ndihen e të veprojnë. Disa madje ushtrojnë kontroll nëpërmjet kanosjes, turpit, mosshprehjes së dashurisë ose kërcënimeve. Një bashkëshort kishte kërkesa të rrepta që bashkëshortja e tij duhej ta përgatiste mëngjesin çdo ditë në një kohë të caktuar, të plotësonte kërkesa të posaçme për intimitet dhe ta dëgjonte atë kur fliste për “shqetësimet” e tij, të cilat zakonisht përfshinin mënyrat se si ajo mund të përmirësohej. Ai kontrollonte shpenzimet e saj dhe zemërohej nëse ajo nuk u përgjigjej me të shpejtë mesazheve të tij sms.

Një nënë tjetër shprehu zhgënjim të vazhdueshëm ndaj bijës së saj adoleshente sa herë që vajza shfaqte trishtim ose nuk arrinte të jetonte sipas standardeve të nënës. Nëse gjërat që priteshin nuk arriheshin, ose nëse bashkëshorti i saj shprehte shqetësime, ajo me ftohtësi e tregonte mospranimin e saj duke qëndruar në heshtje.

Shpresa dhe Shërimi

E “kam dëgjuar lutjen tënde dhe kam parë lotët e tu, ja, unë po të shëroj” (2 Mbretërve 20:5).



Edhe pse abuzimi është shpirtcopëtues, ndryshimi është gjithmonë i mundshëm. Viktimat mund t'u drejtohen burimeve shpirtërore e profesionale dhe të kërkojnë fuqinë e Shlyerjes së Shpëtimtarit për t'i shëruar plagët e tyre. Për të gjetur ndihmë, shkoni tek **abuse.ChurchofJesusChrist.org**.

Ata që kanë qenë abuzues, duhet të pendohen dhe të kërkojnë ndihmë. Kjo kërkon të “zbresin në thellësitë e përlësisë” (3 Nefi 12:2) dhe të pranojnë përgjegjësi të plotë për sjelljen e tyre. Ndryshimi kërkon më shumë se premtime afatshkurtra dhe përpjekje sipërfaqësore. Dhembja e pendimit të thellë është shpirtndrydhëse dhe disa njerëz nuk do të jenë të gatshëm ta bëjnë atë, gjë që u lë viktimave vendime të vështira rreth mënyrës se si të mbrohen.⁹

Ati ynë Qiellor shqetësohet për ne, ashtu si babai plot ankth që më mori në telefon për bijën e tij. Dashuria e Perëndisë është e “gjerë . . . si përjetësia” (Moisiu 7:41) dhe Ai ndien dhembje të thellë kur fëmijët e Tij e lëndojnë njëri-tjetrin. Në një bashkëbisedim të dhembshur me Enokun, Ai vajton. “Këta vëllezërit e tu; ata janë vepra e duarve të mia . . . dhe [unë] kam dhënë urdhërim që ata duhet ta duan njëri-tjetrin . . . por, vër re, ata janë pa dhembshuri dhe e urrejnë vetë gjakun e tyre” (Moisiu 7:32–33). Ka vajtim në qiell e në tokë kur trupat dhe shpirtat plagosen. Prapëseprapë, me përlësi, me fuqinë e Perëndisë dhe ndihmën profesionale kur nevojitet, është e mundur të ndalohet sjellja dëmtuese dhe të krijohet një shtëpi me dinjitet, siguri e dashuri. ■

SHËNIME

1. Për më shumë informacion mbi dhunën fizike, shih abuse.ChurchofJesusChrist.org. Për më shumë informacion për abuzimin dhe sulmet seksuale, shih Benjamin M. Ogles, “Agency, Accountability, and the Atonement of Jesus Christ: Application to Sexual Assault” (takim shpirtëror i Universitetit “Brigam Jang”, 30 janar 2018), speeches.byu.edu; dhe Chieko N. Okazaki, “Healing from Sexual Abuse” (konferencë në Universitetin “Brigam Jang”, 23 tetor 2002).
2. Shih Maryam Ajilian Abbasi, Masumeh Saeidi, Gholamreza Khademi, Bibi Leila Hoseini, Zahra Emami Moghadam, “Child Maltreatment in the World: A Review Article”, *International Journal of Pediatrics*, vëll. 3, nr. 1 (2014), f. 353–365.
3. Shih Hamby, S., “Current controversies: Are women really as violent as men? The ‘gender symmetry’ controversy”, në Claire M. Renzetti, Jeffrey L. Edleson dhe Raquel Kennedy Bergen, *Sourcebook on Violence Against Women*, bot. i 3-të (2018), f. 78–82.
4. “Familja: Një Proklamata drejtuar Botës”, *Liahona*, maj 2017, f. 145; shih edhe abuse.ChurchofJesusChrist.org.
5. “Familja: Një Proklamata drejtuar Botës.”
6. Jason B. Whiting, Megan Oka dhe Stephen T. Fife, “Appraisal distortions and intimate partner violence: Gender, power, and interaction”, *Journal of Marital and Family Therapy* (2012), shtesë: 1:113–149.
7. Për shembuj të tjerë nga shkrimet e shenjta të njerëzve që nuk e pranojnë të vërtetën, shih Gjoni 3:19–21; Veprat e Apostujve 7:54; 2 Nefi 1:25–26; dhe 2 Nefi 4:13.
8. Shih “Familja: Një Proklamata drejtuar Botës”; shih edhe H. Burke Peterson, “Unrighteous Dominion”, *Ensign*, korrik 1989, f. 6–11, për më shumë informacion rreth doktrinës së barazisë dhe pyetjeve që t’i merrni parasysh lidhur me marrëdhëniet në besëlidhje.
9. Njerëzit në situata abuzuese shpesh përballen me zgjedhje rreth mënyrës se si ta mbrojnë sigurinë e tyre vetjake ose të tjerëve, si edhe nëse atyre iu nevojitet të caktojnë kufij apo t’i kufizojnë ndërveprimet e tyre me ata që po i lëndojnë. Presidenti Xhejms E. Faust (1920–2007) diskutoi për këtë situatë të vështirë kur dikush është i mbërthyer në “një marrëdhënie për një kohë të gjatë dhe në dukje të pandreqshme, që e shkatërron dinjitetin e njeriut si një qenie njerëzore” (“Enriching Your Marriage”, *Liahona*, prill 2007, f. 3); shih edhe pjesën “Ndihmë për Viktimat” në faqen në internet të Kishës për parandalimin e abuzimit për më shumë informacion dhe mundësi.



ZBULONI MË SHUMË

Për të gjetur informacion shtesë ose për të kontaktuar burime profesionale apo burime të tjera të dobishme, shkoni te faqja në internet e Kishës për abuzimin tek abuse.ChurchofJesusChrist.org.

Për të mësuar më tepër rreth mënyrës se si t’i ndihmoni viktimat, lexoni pjesën “Si Mund të Ndhimoj? Për Miqtë dhe Udhëheqësit” në formatin elektronik të këtij artikulli te Liahona.ChurchofJesusChrist.org ose në programin kompjuterik Gospel Library [Biblioteka e Ungjillit].

BURIME PËR UDHËHEQËSIT

Udhëheqësit që ndërgjegjësohen për abuzimin ku të miturit përfshihen si viktimat ose dëshmitarë, duhet të kontaktojnë linjën e ndihmës së Kishës që gjendet te counselingresources.ChurchofJesusChrist.org.





Nga Plaku Lorens E. Korbrixh,
Anëtar Nderi i Të
Shtatëdhjetëve

QËNDRONI MBI SHKËMËBIN E ZBULESËS

Duke e hedhur themelin tonë mbi shkëmbin e zbulesës, ne mund të gjejmë përgjigje për pyetjet më të rëndësishme.

Si pjesë e një detyre që pata si Autoritet i Përgjithshëm disa vjet më parë, unë lexova shumë materiale kundërshtuese ndaj Kishës së Jezu Krishtit të Shenjtorëve të Ditëve të Mëvonshme, Profetit Jozef Smith, Librit të Mormonit dhe ngjarjeve të Rivendosjes. Që kur ajo detyrë ndryshoi, unë nuk jam kthyer më që të zhytem në atë batac.

Leximi i atyre materialeve gjithnjë më la me një ndjenjë zymtie dhe një ditë ajo ndjesi errësire më frymëzoi të shkruaj një përgjigje të pjesshme ndaj të gjitha pretendimeve të tilla kundërshtuese. Dëshiroj të shpreh disa prej mendimeve të shënuara atë ditë dhe, edhe pse ajo që shkrova ishte për përfitimin tim, shpresoj se do t’ju ndihmojë edhe ju.

A do të Ekzistojmë Përjetë?

Profeti Daniel tha se në ditët e fundit “Perëndia i qiellit do të nxjerrë një mbretëri, që nuk do të shkatërrohet kurrë; kjo mbretëri nuk do t’i lihet një populli tjetër, por do të copëtojë dhe do të asgjësojë tërë këto mbretëri, dhe do të ekzistojë përjetë” (Daniel 2:44).

Mbretëria e Perëndisë është Kisha e Jezu Krishtit të Shenjtorëve të Ditëve të Mëvonshme. Ajo do të “ekzistojë përjetë”. Pyetja është: A do të ekzistojmë ju dhe unë apo “edhe [ne do] të largohet [m]?” (Gjoni 6:67). Dhe nëse largohemi, ku do të shkojmë?



Mashtrimi Është një Shenjë e Kohës Sonë

Kur Zoti përshkroi shenjat e ardhjes së Tij dhe fundin e botës, Ai përmendi shumë gjëra, përfshirë luftëra dhe zhurmë luftërash, kombe që ngrihen kundër kombeve të tjera, zi buke, epidemi, tërmete dhe shumë shenja të tjera, përfshirë këtë: “Sepse në ato ditë [në kohën tonë] gjithashtu do të ngrihen Krishtër të rremë e profetë të rremë dhe do të tregojnë shenja të mëdha dhe mrekulli, të tilla aq sa t’i mashtrojnë, po të ishte e mundur, edhe të zgjedhurit, që janë të zgjedhurit sipas besëlidhjes” (Joseph Smith – Mateu 1:22; shih edhe Mateu 24:24).

Nuk jam i sigurt për gjithçka që nënkupetohet nga kriteri “t’i mashtrojnë, po të ishte e mundur, edhe të zgjedhurit”, por mendoj se do të thotë, të paktën, që çdo njeri do të përballet me sfida në kohën tonë.

Ka shumë që mashtrojnë dhe spektri i mashtrimit është i gjerë. Nga njëra anë takojmë ata që e sulmojnë Rivendosjen, Profetin Jozef Smith dhe Librin e Mormonit. Pastaj shohim ata që besojnë te Rivendosja, por pretendojnë se Kisha ka mangësi dhe ka shkuar në udhë të gabuar. Të tjerë pretendojnë se besojnë te Rivendosja, por janë të zhgënjyer me doktrinën që bie në kundërshtim me qëndrimet e ndryshueshme të kohës sonë. Disa njerëz pa autoritet pretendojnë se kanë pasur vegime, ëndrra dhe vizitime që ta korrigjojnë Kishën, të na udhërrëfejnë drejt një shtegu më të lartë apo që ta përgatitin Kishën për fundin e botës. Të tjerë mashtrohen nga shpirtra të rremë.

Në anën tjetër të spektrit arrijmë te një gjithësi e tërë e shpërqendrimeve. Kurrë nuk ka pasur më shumë informacion, si dhe

informacion të keq e të rremë; më shumë të mira materiale, mjete dhe lojëra; dhe më shumë opinione, vende ku të shkojmë dhe gjëra që të shohim e të bëjmë për ta mbushur kohën dhe për ta larguar vëmendjen nga ajo që është më e rëndësishmja. E gjithë kjo dhe shumë më tepër shpërndahet menjëherë anembanë botës nëpërmjet mediave elektronike. Kjo është një kohë mashtrimi.

Dituria Është Vendimtare

E vërteta na aftëson që të shohim qartësisht, sepse ajo është “dituri për gjërat siç janë dhe siç ishin, dhe siç do të jenë” (Doktrina e Besëlidhje 93:24). Dituria është vendimtare për ta shmangur mashtrimin, për të dalluar midis së vërtetës dhe gabimit, për të parë qartë dhe për të hartuar një kurs përmes rreziqeve të kohës sonë.

Profeti Jozef Smith tha: “Dituria është e nevojshme për jetën dhe perëndishmërinë. . . . Dituria është zbulësë. Dëgjoni . . . këtë çelës të madhërishtëm: dituria është fuqia e Perëndisë për shpëtimin.”¹

Njerëzit thonë: “Ju duhet të jeni të vërtetë ndaj bindjeve tuaja fetare”. Ndërkohë që kjo është e vërtetë, ju nuk mund të jeni më të mirë sesa ajo që dini. Shumica prej nesh veprojmë mbi bazën e bindjeve tona fetare, veçanërisht të asaj që ne e besojmë se është në interesin tonë vetjak. Problemi është se nganjëherë e kemi gabim.

Disa njerëz mund të besojnë te Perëndia dhe se pornografia është e gabuar dhe prapëseprapë ende klikojnë në faqe pornografie në internet, duke besuar në mënyrë të gabuar se do të jenë më të lumtur nëse e bëjnë këtë gjë apo që ata nuk e kontrollojnë dot veten që të mos klikojnë, ose që ata nuk po lëndojnë ndonjë njeri tjetër. Thjesht e kanë gabim.

Të tjerët mund të besojnë se është e gabuar të gënjejmë dhe përsëri gënjejnë me raste, duke besuar në mënyrë të gabuar se do të ishin më mirë nëse e vërteta nuk dihej. Thjesht e kanë gabim.

Disa njerëz mund të besojnë dhe madje ta dinë se Jezusi është Krishti dhe prapë e mohojnë Atë jo vetëm një herë, por tri herë për shkak të bindjes së gabuar se do të ishte më mirë që ta qetësonin turmën. Pjetri nuk ishte i lig. Nuk jam as i sigurt që ishte i dobët. Thjesht e kishte gabim. (Shih Mateu 26:34, 69–75.)

Kur veprojmë keq, ne mund të mendojmë se jemi të këqij, kur në të vërtetë thjesht e kemi gabim. Sfida nuk është kryesisht që të mbyllim hendekun midis veprimeve tona dhe bindjeve tona; përkundrazi, sfida

është të mbyllim hendekun midis bindjeve tona dhe të vërtetës.

Si e mbyllim atë hendek? Si e shmangim mashtrimin?

Pyetjet Parësore dhe Pyetjet Dytësore

Ka pyetje parësore dhe ka pyetje dytësore. Filloni duke iu përgjigjur pyetjeve parësore fillimisht. Pyetjet parësore janë më të rëndësishmet. Ka vetëm pak pyetje parësore. Po përmend katër:

1. A ka një Perëndi i cili është Ati ynë?
2. A është Jezu Krishti Biri i Perëndisë, Shpëtimtari i botës?
3. A ishte Jozef Smithi një profet?
4. A është Kisha e Jezu Krishtit e Shenjtorëve të Ditëve të Mëvonshme mbretëria e Perëndisë në tokë?

Në dallim, pyetjet dytësore janë pa mbarrim. Ato përfshijnë pyetje rreth historisë së Kishës, martesës me shumë gra, njerëzve me prejardhje afrikane dhe priftërisë, grave dhe priftërisë, përkthimit të Librit të Mormonit, Perlës me Vlerë të Madhe, ADN-së dhe Librit të Mormonit, martesës së njerëzve gej, rrëfimeve të ndryshme të Vegimit të Parë e kështu me radhë.

Nëse u jepni përgjigje pyetjeve parësore, pyetjet dytësore marrin përgjigje gjithashtu, ose ato zbehen për nga rëndësia. Jepuni përgjigje pyetjeve parësore dhe ju mund të merreni me

gjërat që i kuptoni dhe gjërat që nuk i kuptoni, si dhe me gjërat që bini dakord dhe gjërat që nuk bini dakord, pa u larguar nga Kisha.

Metoda Hyjnore e të Mësuarit

Ka metoda të ndryshme të të mësuarit, përfshirë metodat shkencore, analitike, akademike dhe hyjnore. Që të katër metodat janë të nevojshme për ta ditur të vërtetën. Ato fillojnë të gjitha në të njëjtën mënyrë: me një pyetje. Pyetjet janë të rëndësishme, veçanërisht pyetjet parësore.

Metoda hyjnore e të mësuarit përfshin elementet e metodologjive të tjera, por përfundimisht qëndron më lart se gjithçka tjetër nëpërmjet lidhjes me fuqitë e qiellit. Përfundimisht gjërat e Perëndisë bëhen të njohura me anë të Shpirtit të Perëndisë, i cili është zakonisht një zë i qetë, i vogël. Zoti tha: “Perëndia do t’ju japë juve dituri me anë të Shpirtit të tij të Shenjtë, po, me anë të dhuratës së papërshekrueshme të Frymës së Shenjtë” (Doktrina e Besëlidhje 121:26).

Apostulli Pal dha mësim se ne nuk mund t’i dimë gjërat e Perëndisë përveçse me anë të Shpirtit të Perëndisë (shih 1 Korintasve 2:9–11; shih edhe Joseph Smith Translation, 1 Corinthians 2:11). Ai tha: “Njeriu natyror nuk i rrok gjërat që janë të Frymës së Shenjtë; sepse për të



janë marrëzi”. E shohim këtë çdo ditë. Pali vazhdoi: “Dhe nuk mund t’i njohë; sepse ato gjykohen frymërisht” (1 Korintasve 2:14).

Nga të gjitha problemet që hasni në jetë, njëri ngrihet mbi gjithë të tjerët dhe kuptohet më pak. Më e keqja nga të gjitha gjendjet njerëzore nuk është varfëria, sëmundja, vetmia, abuzimi apo lufta – sado të tmerrshme që janë ato gjendje. Më e keqja nga të gjitha gjendjet njerëzore është më e zakonshme: është të vdesësh shpirtërisht. Është të ndahesh nga prania e Perëndisë dhe, në këtë jetë, prania e Tij është Shpirti ose fuqia e Tij.

Anasjelltas, më e mira nga të gjitha gjendjet njerëzore nuk është pasuria, fama, prestigji, shëndeti i mirë, nderimet nga njerëzit apo siguria. Më e mira nga të gjitha gjendjet njerëzore është kur të dhurohet fuqi qiellore. Është të jesh i lindur sërish, të kesh dhuratën dhe shoqërimin e Frymës së Shenjtë, që është burimi i diturisë, zbulësës, forcës, qartësisë, dashurisë, gëzimit, paqes, shpresës, vetëbesimit, besimit dhe pothuajse çdo gjëje tjetër të mirë.

Jezusi tha: “Ngushëlluesi, Fryma e Shenjtë, . . . do t’ju mësojë çdo gjë” (Gjoni 14:26). Është fuqia me anë të së cilës “mund të di[më] të vërtetën e të gjitha gjërave” (Moroni 10:5). “Ai do t[ë na] tregojë të gjitha gjërat që duhet të bëjmë” (2 Nefi 32:5). Ai është burimi i “ujit[t] të gjallë” që buron drejt jetës së përjetshme (Gjoni 7:38; shih edhe vargun 37).

Paguani çfarëdo çmimi që duhet të paguani, mbani çfarëdo barre që duhet të mbani dhe bëni çfarëdo sakrifice që duhet të bëni për ta fituar e mbajtur në jetën tuaj shpirtin



dhe fuqinë e Frymës së Shenjtë. Çdo gjë e mirë varet nga të fituarit dhe të mbajturit e fuqisë së Frymës së Shenjtë në jetën tuaj.

“Ajo që Nuk Lartëson”

Pra, cila ishte zymtia që ndjeva disa vite më parë ndërkohë që lexoja materiale kundërshtuese? Disa mund të thonë se zymtia është produkti i paragjyimit ndaj bindjeve fetare, i cili është prirja e natyrshme të zgjedhim vetëm ato gjëra që pajtohen me supozimet dhe bindjet tona. Mendimi se mund të jetë gabim gjithçka që dikush e ka besuar dhe që i është mësuar, veçanërisht kur nuk ka asgjë më të mirë për ta zëvendësuar, është vërtet një mendim i zymtë dhe shqetësues.

Por është e ndryshme zymtia që përjetova teksa dëgjoja korin e ngrysur të zërave të ngritur kundër Profetit Jozef Smith dhe Rivendosjes së Kishës së Jezu Krishtit. Ajo zymti nuk është paragjykimi ndaj bindjeve fetare dhe nuk është frika se e kemi gabim. Është mungesa e Shpirtit të Perëndisë. Është gjendja e njeriut kur “lihet i vetëm” (Doktrina e Besëlidhje 121:38). Është zymtia e errësirës dhe “mpirj[a e] mendimit” (Doktrina e Besëlidhje 9:9; shih edhe vargun 8).

Zoti tha:

“Dhe ajo që nuk lartëson, nuk është prej Perëndisë dhe është errësirë.

Ajo që është prej Perëndisë, është dritë; dhe ai që merr dritë e vazhdon në Perëndinë, merr më shumë dritë; dhe ajo dritë shkëlqen gjithnjë e më shumë, derisa dita është e plotë” (Doktrina e Besëlidhje 50:23–24).

Zbulesa nga Shpirti i Perëndisë e zëvendëson paragjykimin ndaj bindjeve fetare, sepse nuk mbështetet paraprakisht vetëm te provat. Kam kaluar një jetë të tërë duke u përpjekur të dëgjoj fjalën e Zotit dhe të mësoj se si të dalloj dhe ndjek Shpirtin e Perëndisë. Shpirti i shoqëruar me zërat e ngrysur që e sulmojnë Profetin Jozef Smith, Librin e Mormonit dhe Rivendosjen, nuk është shpirti i dritës, inteligjencës dhe së vërtetës. Unë nuk di shumë, por vërtet e njoh zërin e Zotit dhe zëri i Tij nuk është në atë kor të ngrysur.

Në dallim të plotë nga zymtia dhe mpirja ligështuese e mendimit që e pushtojnë batakun e dyshimit, është shpirti i dritës, inteligjencës, paqes dhe së vërtetës që i shoqëron ngjarjet dhe doktrinën e lavdishme të Rivendosjes, veçanërisht shkrimet e shenjtja që iu zbuluan botës nëpërmjet Profetit Jozef Smith. Thjesht lexojini ato dhe bëjini pyetje

vetes dhe Perëndisë nëse ato janë fjalët e gënjeshtrove, të mashtrimit dhe iluzionit apo nëse ato janë të vërteta.

Nuk Mund ta Mësoni të Vërtetën me Anë të Eliminimit

Disa njerëz që kanë frikë se Kisha mund të mos jetë e vërtetë, e shpenzojnë kohën dhe vëmendjen e tyre duke punuar shumë nëpër batakun e pyetjeve dytësore. Në mënyrë të gabuar ata përpiqen ta mësojnë të vërtetën me anë të procesit të eliminimit, duke u përpjekur të eliminojnë çdo dyshim. Kjo është gjithmonë një ide e keqe. Nuk do të funksionojë kurrë.

Ka pretendime dhe opinione pafund që e kundërshtojnë të vërtetën. Sa herë që e gjurmoni një përgjigje ndaj një pretendimi kundërshtues dhe e kontrolloni, një tjetër ju shfaqet përpara. Nuk po them se nuk duhet t'u kushtojmë vëmendje, por po them se ju mund të kaloni një jetë të tërë duke gjurmuar dëshpërimisht përgjigjen ndaj çdo pretendimi të ngritur kundër Kishës dhe kurrë të mos arrini te një dituri për të vërtetat më të rëndësishme.

Përgjigjet për pyetjet parësore nuk vijnë duke iu përgjigjur pyetjeve dytësore. Ka përgjigje për pyetjet dytësore, por ju nuk mund ta provoni diçka pozitive duke hedhur poshtë çdo gjë negative. Nuk mund ta provoni që Kisha është e vërtetë duke hedhur poshtë çdo pretendim që është ngritur kundër saj. Kjo është një strategji me të meta. Më së fundi duhet të ketë provë vërtetuese dhe me gjërat e Perëndisë, prova vërtetuese përfundimisht dhe sigurisht vjen me anë të zbulësës nëpërmjet shpirtit dhe fuqisë së Frymës së Shenjtë.

Dishepujeve të Tij, Jezusi iu bëri pyetjen: “Kush thoni se jam unë?”

Dhe Simon Pjetri duke u përgjigjur tha: “Ti je Krishti, Biri i Perëndisë të gjallë’.

Dhe Jezusi duke u përgjigjur tha: ‘I lumur je ti, o Simon, bir i Jonas, sepse këtë nuk ta zbuloi as mishi as gjaku, por Ati im që është në qiej. . . . Ti je Pjetri, dhe mbi këtë shkëmb unë do të ndërtoj kishën time dhe dyert e ferrit nuk do ta mundin atë’” (Mateu 16:15–18; shih edhe vargjet 13–14).



Kisha e Jezu Krishtit e ka hedhur themelin mbi shkëmbin e zbulësës dhe dyert e ferrit nuk do ta mundin atë. Ju dhe unë jemi Kisha. Ne duhet ta hedhim themelin tonë mbi shkëmbin e zbulësës dhe, edhe pse mund të mos e dimë përgjigjen për çdo pyetje, ne duhet t'i dimë përgjigjet ndaj pyetjeve parësore. Nëse e bëjmë këtë gjë, portat e ferrit nuk do të triumfojnë kundër nesh dhe ne do të ekzistojmë përjetë.

Qëndroni mbi Shkëmbin e Zbulësës

Ka një Perëndi në qiell që është Ati ynë i Amshuar. Jezu Krishti është Biri i Pe-

rëndisë, Shëlbuesi i botës. Jozef Smithi ishte një profet i Perëndisë, i cili hodhi themelin për Rivendosjen e mbretërisë së Perëndisë. Kisha e Jezu Krishtit e Shenjtorëve të Ditëve të Mëvonshme është mbretëria e Perëndisë në tokë. E di këtë nëpërmjet përvojës sime – të gjithën. E di këtë nëpërmjet provave dhe provat janë të shumta. E di këtë nëpërmjet studimit. Dhe, më sigurisht, e di këtë nëpërmjet shpirtit dhe fuqisë së Frymës së Shenjtë.

Dhe me këtë, unë di gjithçka që më nevojitet të di që të ekzistoj përjetë. Qëndroshim mbi shkëmbin e zbulësës, veçanërisht në lidhje me pyetjet parësore. Nëse e bëjmë këtë, ne do të qëndrojmë përjetë dhe nuk do të largohemi kurrë. ■

Nga një bisedë në një takim shpirtëror, “Stand Forever” [“Ekziston Përjetë”], e mbajtur në Universitetin “Brigam Jang” më 22 janar 2019.

SHËNIM

1. *Mësimet e Presidentëve të Kishës: Jozef Smith (2009), f. 281.*

Ajo Është Ende e Jona

Vinaisi Maka Nakuere, Lautoka, Fixhi

Bashkëshorti im dhe unë do të vuloseshim, por kjo ordinancë e shenjtë ishte më e madhe se ne të dy së bashku.

Pas shtatë vjetësh që shpresonin dhe prisnim për fëmijë, bashkëshorti im dhe unë më së fundi u bekuam me një bijë. Elisa ishte drita e jetës sonë, por ajo jetoi vetëm pesë muaj përpara se të vdiste nga pneumonia.

Ajo ishte përvoja më e rëndë e jetës sime. Çdo ditë do të kthehesha në shtëpi nga puna dhe do të ulesha e qaja. Vjehri dhe vjehra ime uleshin me mua për të më dhënë forcë. Vazhdoja të lutesha për një fëmijë tjetër, por nuk patëm. Isha e humbur në trishtim.

Vjehri dhe vjehra filluan të na nxitnin mua dhe bashkëshortin tim që të udhëtonim për tek Tempulli i Suvës në Fixhi që të vuloseshim. Nuk kishim qenë asnjëherë në tempull dhe vendosëm që kjo ishte mënyra më e mirë që ne të gjenim shpresë e shërim.

Asgjë nuk mund të më kishte përgatitur për atë që ndjeva atë ditë! E dija se bashkëshorti im dhe unë do të vuloseshim së bashku për përjetësinë. Kjo njohuri më mbushi me mirënjohje e dashuri. Por nuk e kisha kuptuar se kjo ordinancë e shenjtë ishte më e madhe se ne të dy së bashku.

Në tempull mësova se Elisa mund të vulosej me ne. Derdha lot gëzimi kur arrita ta di këtë doktrinë të



shenjtë. Bija jonë do të ishte e jona për gjithë përjetësinë! Unë dëshmoj se Perëndia ka siguruar gjithçka që na nevojitet për të gjetur lumturi në shtëpinë e Tij të shenjtë.

Në vitet që pasuan, bashkëshorti im dhe unë jemi bekuar me një bir dhe tre fëmijë të birësuar. Sidoqoftë nuk mund ta harrojmë Elisën. Për shkak të ordinancave të tempullit, bija jonë është pjesë e familjes sonë përgjithmonë.

Kur takohem me dikë të cilit ose të cilës i ka vdekur një fëmijë, unë

e ndiej dhembjen e tyre me ta. Por gjithashtu e di se kjo dhembje nuk është mbarimi. Nëpërmjet humbjes së Elisës, si dhe përjetimit të sprovave të tjera, unë e di se Perëndia është atje për mua. Kur e humbas kurajën ose ankohem për gjërat, unë e di se Perëndia është gjithmonë atje.

E di se do ta shoh Elisën përsëri dhe ajo e vërtetë vazhdon të na mbushë bashkëshortin tim dhe mua me gëzim të thellë. ■



Ai më Bashkoi Sërish

Alajna Dan, Jutë, SHBA

Mikesha ime dëgjo se isha e sëmurë dhe më dërgoi një figurëformuese të bërë vetë, posaçërisht për mua.

Gjithnjë kisha menduar për veten se isha një person i shëndetshëm. Prandaj u trondita kur u zgjova një mëngjes duke u ndier sikur po më shtrengohej kraharori aq shumë sa do të pëlçiste. Shkova me ngut në spital, por pas disa orë analizash, doktorët nuk mund ta gjenin problemin. Më dërguan në shtëpi edhe pse akoma vuaja nga dhembja torturuese. Kështu filloi një përvojë e hidhur shtatëmuajore e takimeve me mjekun, qëndrimeve në spital dhe e dhembjes më të rëndë që kam ndier ndonjëherë në jetën time.

Fillova të bëhem me depresion. M'u desh ta lija përgjysmë studimin tim në kolegji dhe të kthehesha për të jetuar me prindërit e mi. Nuk mund të dilja me miqtë. Kisha aq shumë dhembje sa nuk mund të bëja asgjë që më pëlqente. Ndjeva se gjithçka për të cilën interesohesha – aspiratat e mia, marrëdhëniet e mia, talentet e mia – ishin copëtuar dhe tani pjesët e vetes sime të mëparshme dukeshin të pamundura për t'u bashkuar sërish. Dhe fillova ta pyes veten: Si mund ta lejonte Ati Qiellor që kjo gjë të më ndodhte mua? A nuk më donte Ai?

Pas një takimi tjetër zhgënjyes dhe të dhimbshëm me mjekun, gjithçka që doja të bëja ishte të mblidhesha kruspull e të qaja. Por kur mbërrita në shtëpi, pashë diçka

të çuditshme në verandë: një kuti të vjetër, të grisur këpuçësh, të mbuluar me ngjitëse dhe me emrin tim.

Një letër mbi kuti tregoi që pakoja ishte prej njëres nga shoqet e mia. Kishte dëgjuar se isha e sëmurë dhe donte të më ngrinte shpirtërisht. Kur e hapa kutinë, zbulova se ishte plot me copa të vogla polistiroli poroz. Ishte një figurëformuese e bërë vetë, posaçërisht për mua.

Kur e formova figurën, fillova të qaja. Figura formoi emrin tim, të rrethuar nga mesazhe të ëmbla dashurie dhe inkurajimi. E ndjeva se pjesët e copëtuar të vetes sime tani po bashkoheshin sërish, ndërkohë që po bashkoja pjesët e dhuratës së shoqes sime.

Pak kohë më vonë, fillova të marr një ilaç që m'i pakësoi simptomat dhe i ndihmoi mjekët të më jepnin një diagnozë. Kisha një sëmundje të rrallë, por të mjekueshme dhe me mjekimin e duhur, mund të kthehesha në jetën normale.

Edhe kur trupi im u shërua, e dija se nuk do ta harroja kurrë atë që kisha mësuar. Për shkak të dhuratës së ëmbël të shoqes sime, e dija se më donin dhe se Ati Qiellor nuk më kishte harruar. Disa muaj pasi u ndjeva e copëtuar, falë mirësisë së një shoqeje dhe dashurisë së Atit tim në Qiell, unë u shërova përsëri. ■



“A Keni një Libër Blu me Shkronja të Arta?”

Majkëll Xhakobson, Oregon, SHBA

Pak kohë pasi e hodha tutje librin, isha kureshtar të dija se çfarë kishte në të.

Vite më parë mora një libër blu me shkronja të arta në kapak nga misionarët që shërbenin në bazën ushtarake ku po merrja trajnim për punën time në Flotën Detare të Shteteve të Bashkuara.

Kur fillova ta lexoja librin, dikush më tha se ishte i rremë ngaqë ishte kopjuar prej Biblës. Kjo më bëri që ta vë në dyshim vërtetësinë e librit, por e mbajta atë. Lexova pak prej tij, e vendosa në fund të çantës sime ushtarake dhe më pas e harrova.

Mbi një vit më vonë, vendosa të pastroja çantën. E gjeta librin, por nuk kisha më ndonjë interesim për

të, prandaj e hodha tutje. Por ca kohë më vonë, u bëra kureshtar se çfarë kishte në atë libër blu me shkronja të arta. Tani besoj se kjo ndjenjë erdhi nga Shpirti, “që drejton për të bërë mirë” (Doktrina e Besëlidhje 11:12).

Në vitin 2005, një mik që sapo e kisha njohur, më ftoi të flisja me misionarët. Në fillim pata pyetje dhe dyshime rreth asaj që po më mësonin, por misionarët kishin besim në vetvete dhe dhanë përgjigje që kishin kuptim për mua.

Kur e kuptova se këta misionarë ishin të ngjashëm me ata që kisha takuar vite më parë, unë plot ankth i pyeta: “Ju djem, a keni një libër blu me shkronja të arta?”

“Po, kemi!” – u përgjigj njëri prej tyre. “Quhet Libri i Mormonit!”

Isha i emocionuar që e kisha sërish Librin e Mormonit. Në fakt, isha kaq i emocionuar sa e lexova më shumë se një herë në më pak se dy javë! Teksa lexoja dhe lutesha, arrita të dija se ai është fjala e Perëndisë.

Plaku Ruben V. Alliod, i Të Shtatëdhjetëve, tha diçka në konferencën e përgjithshme që lidhet me përvojën time për Librin e Mormonit: “Çdo lexues që zotohet ta studiojë me sinqeritet [Librin e Mormonit], me shpirtin e lutjes, nuk do të mësojë vetëm rreth Krishtit, por do të mësojë nga Krishti – veçanërisht nëse e marrin vendimin që ta ‘provojnë’ virtytin e fjalës’ [Alma 32:5] dhe të mos e heqin poshtë para kohe për shkak të mosbesimit paragjykes nga ajo që të tjerët kanë thënë për gjëra që nuk i kanë lexuar kurrë”¹.

Nëpërmjet leximit të Librit të Mormonit, lutjes dhe mirëbesimit të Shpirti, unë kam parë gjëra të mëdha të ndodhin në jetën time. ■

SHËNIM

1. Ruben V. Alliod, “I Gjetur nëpërmjet Fuqisë së Librit të Mormonit”, *Liahona*, nëntor 2019, f. 37.



Qëllimi i Pagëzimit Tim

Rui Cong Hong, Nju-Taipei-Siti, Tajvan

Përpara pagëzimit tim, u ula vetëm dhe u luta që shokët e mi të shfaqeshin si me anë të një mrekullie.

Kur isha fëmijë dhe jetoja në periferinë e Taipei në Tajvan, nuk mësova kurrë për misionarët. Prandaj herën e parë që u takova me ta, isha kureshtar rreth mesazhit të tyre. Nuk m'u desh shumë kohë që të kisha dëshirë për t'i ndjekur mësimet e tyre dhe për ta vënë në zbatim ungjillin në jetën time. Mendova se kjo ishte një mënyrë që unë të zbuloja nëse vërtet ka një Perëndi.

Brenda një muaji, më kishin mësuar për ungjillin dhe urdhërimet që jepen mësim përpara pagëzimit. Paqja më erdhi nëpërmjet lutjes, mora zbulesë vetjake nga studimi i shkrimeve të shenjta dhe kurrë nuk mungova në një mbledhje të Kishës. Vendosa që duhej të pagëzohesha.

Sfida më e madhe që hasa në atë kohë, ishin problemet që ishin shfaqur në marrëdhëniet e mia me disa prej shokëve të mi, sepse ata ishin kundër përfshirjes sime në Kishë. U luta shumë rreth këtyre problemeve, por marrëdhëniet tona dukeshin se vetëm po keqësoheshin.

I ftova shokët e mi në pagëzimin tim, por ata e shpërfillën tërësisht ftesën time. Nuk dija vërtet se çfarë të bëja. Përpara pagëzimit tim, u ula i vetëm në divanin në hyrje të godinës së kishës, duke u lutur që shokët e mi do të shfaqeshin me anë të një mrekullie, me qëllim që t'ju tregoja



për ndryshimet pozitive që kisha bërë në jetën time dhe t'u provoja se po merrja vendimin e drejtë duke u pagëzuar.

Shokët e mi nuk erdhën kurrë, por ndërkohë që po ia derdhja zemrën time Perëndisë, ndjeva një mbresë. Në atë kohë ndjeva dashuri të madhe nga Ati im Qiellor. E dija se Ai ishte atje dhe me të vërtetë e kishte dëgjuar lutjen time.

Si fillim doja të pagëzohesha thjesht për shkak të gjithë gjërave të

mrekullueshme që po ndodhnin në jetën time, por në atë çast arrita të kuptoj qëllimin e pagëzimit tim.

Mbresa që mora, ishte sikur zëri i Zotit po më fliste me dhembshuri dhe në mënyrë të drejtpërdrejtë, duke thënë: "Nuk ke nevojë t'i provosh asgjë askujt. Ke nevojë të më provosh Mua se ti je i gatshëm të vish tek Unë dhe të qëndrosh i vërtetë ndaj ungjillit tim për gjithë pjesën tjetër të jetës tënde." ■



3 Nefi 17–19

(28 SHTATOR – 11 TETOR)

Në shërbesën që Jezu Krishti u dha nefitëve, Ai u tregoi dashuri të madhe dhe fuqinë e Tij shëruese të gjithë atyre që erdhën tek Ai. Çfarë mund të mësojmë nga përvoja e nefitëve me Shpëtimtarin?



DISKUTIMI

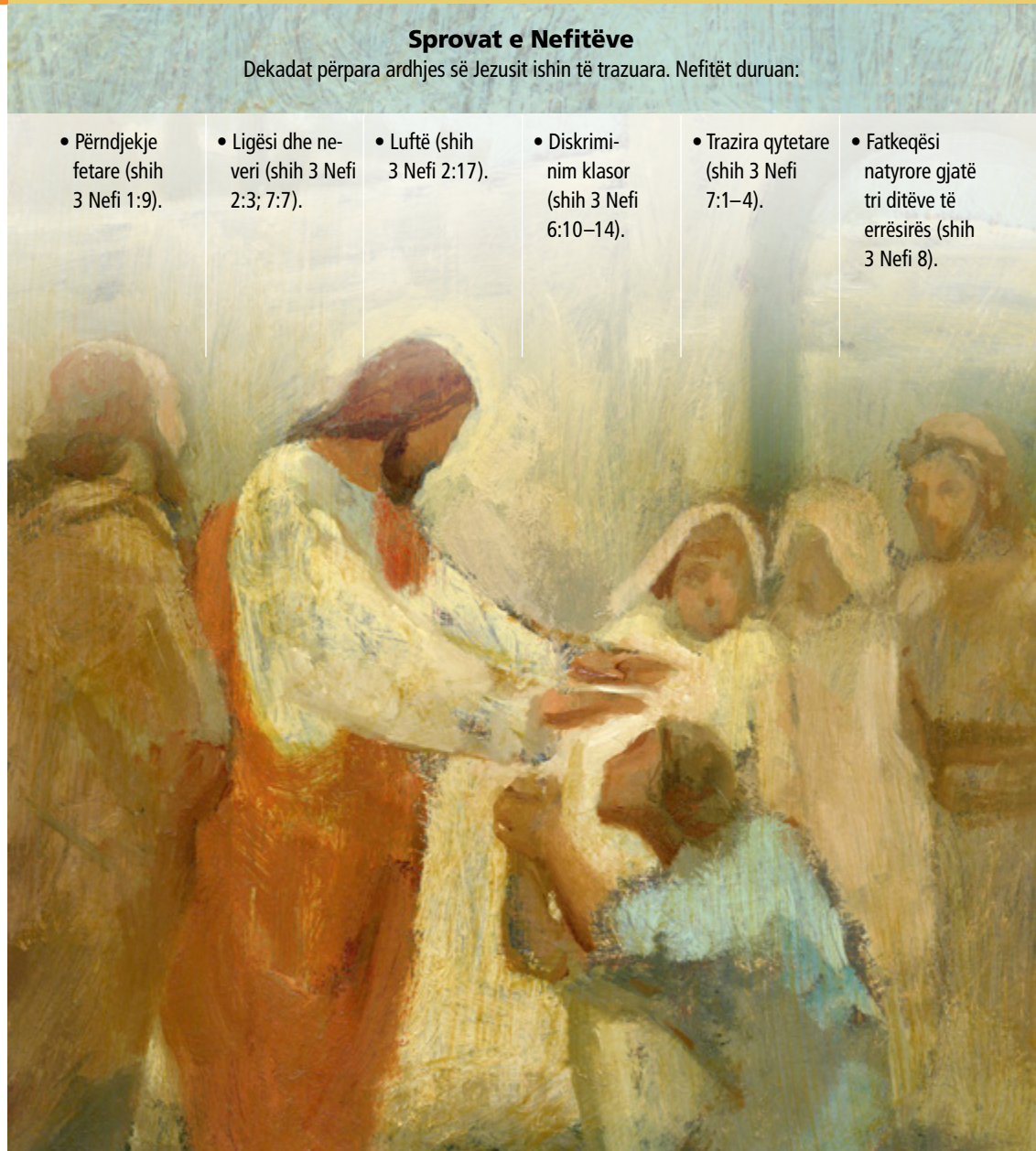
- Nëse do të ishit mes nefitëve, çfarë do t'i kërkonit Shpëtimtarit që t'ua shëronte? Çfarë do t'i thoshit Atij?
- Sikurse nefitët, si mund të vini te Krishti dhe të përjetoni dashurinë dhe fuqinë e Tij shëruese në jetën tuaj?
- Kur e keni ndier dashurinë e Shpëtimtarit? Si e ndiet atë dashuri?

Si mund ta përjetojmë fuqinë shëruese të Krishtit?

Sprovat e Nefitëve

Dekadat përpara ardhjes së Jezusit ishin të trazuara. Nefitët duruan:

- Përndjekje fetare (shih 3 Nefi 1:9).
- Ligësi dhe neveri (shih 3 Nefi 2:3; 7:7).
- Luftë (shih 3 Nefi 2:17).
- Diskriminim klasor (shih 3 Nefi 6:10–14).
- Trazira qytetare (shih 3 Nefi 7:1–4).
- Fatkeqësi natyrore gjatë tri ditëve të errësirës (shih 3 Nefi 8).



Shërbesa e Krishtit dhënë Nefitëve

Kur Shpëtimtari iu shfaq nefitëve, Ai i ftoi të gjithë që ishin të “prekur në ndonjë mënyrë” (3 Nefi 17:7) që të vinin përpara dhe të shëroheshin. Ftesa e Tij u shtri përtej sprovave bashkëkohore të nefitëve. Ajo gjeti zbatim te plagët e dukshme dhe të padukshme, të cilat nefitët mund t'i kishin mbartur gjatë gjithë jetës së tyre. Jezu Krishti e shëroi “secilin” (3 Nefi 17:9) dhe u dha shërbesë atyre “një nga një” (3 Nefi 17:21).



3 Nefi 17-19

(28 SHTATOR – 11 TETOR)

Kur Krishti i vizitoi nefitët, Ai u lut me ta 11 herë. Nëpërmjet fjalëve dhe shembullit, Ai u mësoi se si duhej të luteshin. Profetët, shikuesit dhe zbuluesit e ditëve të mëvonshme vazhdojnë të na mësojnë atë që dha mësim Shpëtimtari rreth lutjes. Ja tek janë disa shembuj:

DISKUTIMI

Ç'gjëra të tjera kanë dhënë mësim rreth lutjes Shpëtimtari dhe profetët e apostujt e ditëve të mëvonshme? Si mund të ndihmojnë këto mësim që lutjet tuaja të bëhen më domethënëse për ju?

SHËNIME

1. Plaku Dejvid A. Bednar, "Lutuni Kurdoherë", *Liahona*, nëntor 2008, f. 43.
2. Tomas S. Monson, "Tre Qëllime Për t'ju Udhëhequr", *Liahona*, nëntor 2007, f. 119.
3. *Mësime të Presidentëve të Kishës: Hauard W. Hanter* (2015), f. 233.
4. Dallin H. Oaks, "The Language of Prayer", *Ensign*, maj 1993, f. 17.
5. Bojd K. Paker, "Lutjet dhe Nxitjet", *Liahona*, nëntor 2009, f. 46.

Si mund të lutem ashtu siç dha mësim Shpëtimtari?



Çfarë dha mësim Shpëtimtari

Lutuni për të tjerët (shih 3 Nefi 17:14, 17, 21; shih edhe 3 Nefi 18:23)

"Mbani sytë hapur dhe . . . lut[u]ni gjithnjë" (3 Nefi 18:15)

"Lutuni . . . në familjet tuaja" (3 Nefi 18:21; shih edhe 3 Nefi 17:3)

Mos përsëritni shumë fjalë (shih 3 Nefi 19:24; shih edhe 3 Nefi 13:7)

"Vazhdoni të luteni" (3 Nefi 19:26)



Çfarë na mësojnë profetët, shikuesit dhe zbuluesit e ditëve të mëvonshme

"Lutja me gjithë energjinë e shpirtit tonë për të tjerët, na shton aftësinë për të dëgjuar e për t'i vënë vesh zërit të Zotit."¹

"Pikërisht nëpërmjet lutjes së singertë dhe të çiltër ne mund të marrim bekimet e nevojshme dhe ndihmën e kërkuar për të ecur përpara në udhëtimin ndonjëherë të vështirë dhe sprovues, të cilin e quajmë vdekshmëri."²

"Nëse ju do të . . . [merrni] pjesë në lutje të përditshme familjare, . . . ju do t'i merrni bekimet e premtuara nga Zoti në rritjen e pasardhësve të drejtë."³

"Lutjet tona duhet të jenë të thjeshta, të drejtpërdrejta dhe të singerta."⁴

"Lutuni shpesh. Lutuni në mendjen tuaj, në zemrën tuaj. Lutuni në gjunjë. Lutja është çelësi juaj vetjak për qiellin. Dryni është nga ana juaj e velit."⁵





3 Nefi 20–26 (12–18 TETOR)

Si mund të marrim pjesë në “vep[rën] . . . e mrekullueshme” të Zotit?

Mes gjërave të shumta që Shpëtimtari ua dha mësim neftëve, Ai u mësoi rreth mbledhjes së Izraelit dhe i urdhëroi që t’i studiojnë shkrimet e shenjta dhe të mbanin analet e veta. Si mund t’i ndjekim këto mësimet sot?



Kërkojini Profetët

Shpëtimtari i urdhëroi neftët që t’i “kërkoni[n] profetët” (3 Nefi 23:5). Ne kemi mundësinë t’i dëgjojmë profetët e gjallë dhe udhëheqës të tjerë të Kishës të flasin në konferencën e përgjithshme.

- Çfarë mund të bëni që të përfitoni më shumë nga konferenca e përgjithshme?
- Si na ndihmon “kërkimi i profetëve” në mbledhjen e Izraelit?

Bashkohuni me Veprën

Jezu Krishti profetizoi për një “vepër . . . [të] mrekullueshme” në ditët e mëvonshme (shih 3 Nefi 21:9). Ajo vepër është mbledhja e Izraelit. Presidenti Rasëll M. Nelson e ka quajtur këtë si “gjëja më e rëndësishme që po ndodh në tokë sot” dhe tha: “Nëse e zgjidhni, nëse e dëshironi, ju mund të jeni një pjesë e madhe e saj”¹.

- Si mund të mësoni më shumë rreth mbledhjes së Izraelit dhe si mund të merrni pjesë në këtë mbledhje ju dhe familja juaj?



Mbani një Anal

Jezusi i urdhëroi dishepujt e Tij neftë që të mbanin një anal të mësimet të Tij dhe të profecive të Samuel Lamanitit (shih 3 Nefi 23:4, 6–13). Në mënyrë të ngjashme, ne mund t’i mbajmë shënim përvojat e jetës sonë për të na ndihmuar ne dhe për t’i mësuar të tjerët.

- A ka përvoja të shkuara shpirtërore që nuk i keni shënuar?
- Si mund t’i mbani shënim gjërat që Perëndia po jua mëson?



SHËNIM

1. Rasëll M. Nelson, “Shpresa e Izraelit” (takim shpirtëror mbarëbotëror për rininë, 3 qershor 2018), f. 4, *Hope of Israel. Church of Jesus Christ.org*.



Çfarë do të thotë të kthehesh vërtet në besim?

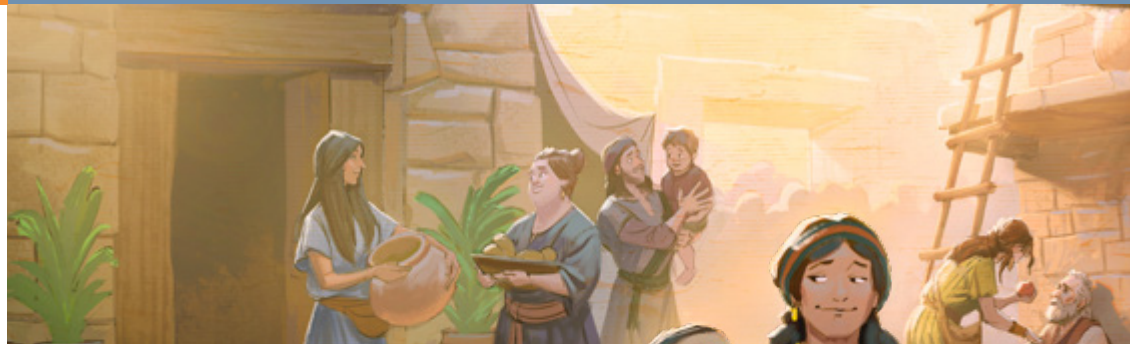
Pasi Shpëtimtari iu shfaq nefitëve, ata përjetuan gati 200 vjet uniteti dhe paqeje, sepse ata ishin të gjithë të “kthyer në besim[in] te Zoti” (4 Nefi 1:2).

Cilët janë disa shembuj të tjerë të veprimeve të drejta të nefitëve? Mund të lexoni te 4 Nefi 1:2–15 dhe t’i plotësoni vendet bosh me shembuj të tjerë që gjeni:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

DISKUTIMI

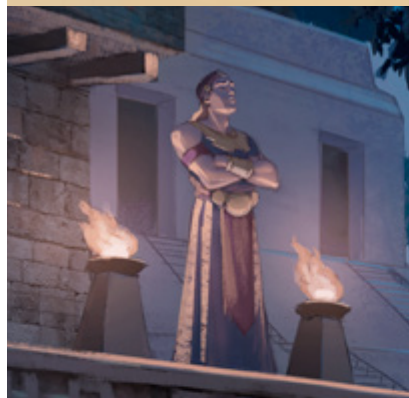
- Krahasojeni lumturinë e nefitëve të drejtë me hidhërimin kur nuk ishin të drejtë. Përsiatni ndryshimin dhe gjeni mënyra se si mund të bëheni më të kthyer në besimin te Zoti.
- A mund të zgjidhni një gjë që mund ta përmirësoni në jetën tuaj?
- Si mund t’ju afrojnë këto gjëra më pranë miqve tuaj, familjes suaj dhe Zotit?



Lumturia dhe Uniteti

Nefitët ishin të lumtur dhe të bashkuar nëpërmjet veprimeve të tyre të drejta (shih 4 Nefi 1:2–15).

- Ata ishin të drejtë dhe dashamirës ndaj njëri-tjetrit.
- Ata i ndiqnin urdhërimet e Krishtit.
- Ata ishin të përlurur në agjërim e lutje.



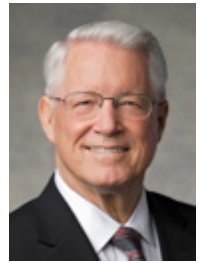
Hidhërimi dhe Përçarja

Për fat të keq, ato vite uniteti dhe lumturie nuk zgjatën përgjithmonë. Më së fundi, nefitët hoqën dorë nga bindja ndaj urdhërimeve të Perëndisë (shih 4 Nefi 1:24–31). Duke e bërë këtë:

- Ata u bënë egoistë dhe krenarë.
- Ata i ndërtuan kishat e tyre për përfitim financiar.
- Ata e mohuan Kishën e Krishtit.







**Nga Peshkopi
Din M. DeJvis,**
Këshilltar i Parë
në Peshkopatën
Kryesuese

Shtëpitë e Mbledhjeve – Vende Nderimi dhe Adhurimi

Shpirti i Zotit është në shtëpitë tona të mbledhjeve dhe do të na frymëzojë kur ne sillemi me nderim përpara Tij.

Një koleg i devotshëm dikur më tregoi një përvojë që e pati kur përmbushi një detyrë që të mblidhte karriget dhe të rregullonte qendrën e kunjit pas një konference kunji. Pas 30 minutash që po kryente këto detyra, ai kuptoi se ishte personi i fundit që kishte mbetur në godinë. Megjithatë, në vend që të ndihej i vetëm dhe në ngutje për t'u larguar, ai vuri re se po e njëjta ndjesi e ëmbël paqeje që e kishte ndier gjatë konferencës, ngeli me të dhe madje po rritej.

Kur mbaroi detyrën dhe po dilte nga shtëpia e mbledhjeve, u ndesh me një anëtar tjetër i cili dukej se po e vështronte me vëmendje. Duke e kuptuar se çfarë kishte qenë duke bërë miku im, ky anëtar ia shtrëngoi dorën dhe i tha: “Vëlla, Zoti i sheh këto gjëra të vogla që ti i bën për Të dhe Ai e hedh vështrimin poshtë dhe buzëqesh për to”.

Vite më vonë, ndërkohë që po shërbente si peshkop, po ky mik u gjet përsëri i vetëm në shtëpinë e mbledhjeve të lagjes së tij. Pasi i mbylli dritat e sallës së sakramentit, ai qëndroi për një çast duke parë dritën e hënës që shkëlqente përmes dritareve e që arrinte deri te foltoja.

Ndjesia e njohur e paqes e pushtoi përsëri dhe ai u ul afër kreut të sallës dhe reflektoi për morinë e çasteve të shenjta që i kishte përjetuar në atë mjedis – herët e shumta që i kishte vëzhguar priftërinjtë duke copëtuar bukën në tryezën e sakramentit, rastet kur e kishte ndier Shpirtin e Shenjtë ta shoqëronte teksa jepte një bisedë në konferencën e lagjes, shërbimet e pagëzimeve që kishte drejtuar, numrat e bukur të korit që kishte dëgjuar dhe dëshmitë e panumërta nga anëtarët e lagjes që e kishin prekur kaq thellë. I ulur vetëm në atë sallë të errët të sakramentit, ai u ndje i pushtuar nga ndikimi së bashku i këtyre përvojave në jetën e tij dhe në jetën e anëtarëve të lagjes së tij dhe e përkuli kokën me mirënjohje të thellë.



Mikut tim i kishin mësuar me urtësi e saktësi se vendet më të shenjta në tokë janë tempulli dhe shtëpia, por nëpërmjet dy përvojave të lartpërmendura, ai gjithashtu arriti të kuptonte natyrën e shenjtë të shtëpive tona të mbledhjeve. Për shkak se ato përkushtohen me anë të autoritetit të priftërisë, këto godina bëhen mjedise në të cilat Zoti i derdh zbulësat mbi njerëzit e Tij dhe në të cilat “fuqia e perëndishmërisë manifestohet” nëpërmjet ordinancave që ndodhin atje (shih Doktrina e Besëlidhje 84:20).

Shtëpia e mbledhjeve ndërthuret me shtëpinë e banimit që të bëjë të ndodhë gëzimi i premtuar të cilin shenjtorët besnikë mund ta përjetojnë në ditën e Shabatit. Ajo bëhet një vend ku adhurimi si grup i anëtarëve shkakton që zemrat e tyre të bëhen “të thurura në bashkim dhe në dashuri kundrejt njëri-tjetrit” (Mosia 18:21) dhe kundrejt Shpëtimtarit. Që ne të japim mirënjohjen dhe respektin e duhur për derdhjen e bekimeve shpirtërore që

na vijnë prej shtëpive tona të mbledhjeve, ne duhet të hyjmë në këto vende adhurimi me një sjellje nderimi të thellë e të sinqertë.

Domethënia e Nderimit

Në kulturën tonë bashkëkohore në Kishë, fjala *nderim* është bërë sinonim me fjalën *qetësi*. Ndërkohë që tonet e buta janë sigurisht të përshtatshme për godinat tona kishtarë, ky këndvështrim i kufizuar për nderimin nuk arrin të rrokë kuptimin e plotë të fjalës. Fjala *nderim* [në anglisht “reverence”] mund të gjurmohet nga folja në latinisht *revereri*, që do të thotë të “qëndrosh në mahnitje ndaj”¹. A mund të gjejmë një fjalë që i përshkruan më rrjedhshëm ndjenjat e shpirtit tonë kur ne vërtet mendojmë thellë rreth asaj që Shpëtimtari ka bërë për secilin prej nesh?

Më vijnë në mendje fjalët e himnit të bukur që e këndojmë kur jemi në godinat tona kishtarë: “Qëndroj plot habi kur shoh sa shumë Krishti më do”². Ajo ndjesi e thellë e mirënjohjes, përlëvdimit dhe mahnitjes është thelbi i nderimit dhe na shtyn ta shmangim çfarëdo lloji të folure ose sjelljeje që mund t’i pakësojë ato ndjenja brenda vetes sonë ose të tjerëve.

Shtëpitë e Mbledhjeve dhe Dita e Shabatit

Nga zbulësa moderne, ne e dimë se një pjesë qendrore e adhurimit tonë në Shabat është që “të shkojmë” në shtëpinë e lutjes dhe t’i

ofrojmë sakramentet [tona] në ditën . . . [e] shenjtë [të Zotit]" (Doktrina e Besëlidhje 59:9). "Shtëpitë e lutjes" në të cilat ne mbledhemi në Shabat, janë shtëpitë tona të shenjta të mbledhjeve.

Presidenti Rasëll M. Nelson na ka ndihmuar që ta kuptojmë më mirë lidhjen e ngushtë midis nderimit tonë për Shpëtimtarin dhe ndjenjave tona kundrejt ditës së Shabatit. Kur tregoi përvojën e vet se si arriti ta nderonte Shabatit, Presidenti Nelson tha: "Mësova nga shkrimet e shenjta se sjellja ime dhe qëndrimi im për Shabatit përbënte një *shenjë* midis meje dhe Atit tim"³.

Ashtu sikurse sjellja dhe qëndrimi ynë për Shabatit janë një shenjë e përkushtimit tonë ndaj Zotit, sjellja jonë, qëndrimi ynë dhe madje mënyra jonë e veshjes, ndërkohë që jemi në shtëpinë e Tij të lutjes, mund të tregojnë po ashtu shkallën e nderimit që ndiejmë kundrejt Shpëtimtarit.

Shtëpitë e Mbledhjeve dhe Ordinancat

Plaku Xhefri R. Holland, i Kuoromit të Dymbëdhjetë Apostujve, e ka zgjeruar kuptueshmërinë tonë për këtë koncept, duke shpallur:

"Përveç gjetjes së kohës për udhëzim mbi ungjillin më të përqendruar te shtëpia, shërbimi ynë i ndryshuar i së dielës . . . thekson siç duhet sakramentit e Darkës së Zotit si pikën e shenjtë e të njohur të përvojës sonë të përjavshme të adhurimit. Ne duhet ta kujtojmë në mënyrën më vetjake që të jetë e mundur se Krishti vdiq nga një zemër e thyer, e shkaktuar ngaqë i mori mbi supe i vetëm mëkatet dhe brenat e të gjithë familjes njerëzore.



Çfarëdo pjese t'i kemi shtuar asaj barre fatale, për një çast të tillë duhet respekt nga ana jonë."⁴

Është e rëndësishme të mbahet mend se vendi i caktuar për këtë çast suprem të respektit ndaj Shpëtimtarit, është salla e sakramentit në shtëpinë e mbledhjeve. Përveç nderimit që ndiejmë gjatë ordinancës së përjavshme të sakramentit, ndjenjat tona të nderimit dhe respektit forcohen kur marrim parasysh ordinancat dhe bekimet e tjera të priftërisë që kryhen në shtëpinë e mbledhjeve, përfshirë vënien e emrit dhe bekimin e fëmijëve, pagëzimet dhe konfirmimet, shugurimet në priftëri dhe veçimet për thirrjet. Secila prej këtyre ordinancave dhe bekimeve mund të sjellë me vete një derdhje të Shpirtit të Shenjtë, në qoftë se njerëzit që marrin pjesë në ordinanca dhe ata që po i frekuentojnë mbledhjet, vijnë me një qëndrim nderimi.

Shtëpitë e Mbledhjeve dhe Adhurimi

Dita e Shabatit na jep mundësinë ta adhurujmë Zotin gjatë studimit tonë në shtëpi dhe si bashkësi gjatë mbledhjes së sakramentit



dhe mbledhjeve të tjera. Që nga ditët më të hershme të Kishës, shenjtorët kanë gjetur kënaqësi kur mblidhen së bashku për t'u shoqëruar dhe për të krijuar lidhje si vëllezër e motra. Shtëpitë tona të mbledhjeve janë madje të projektuara si hapësira për t'u krijuar vend veprimtarive të tilla gjatë javës. Sidoqoftë, kurrë nuk duhet ta heqim vëmendjen nga qëllimi kryesor i këtyre godinave, që është të sigurojnë një vend adhurimi.

Adhurimi dhe nderimi janë të lidhur ngushtë. “Kur ne e adhurojmë Perëndinë, ne i afrohem Atij me dashuri, përlësi dhe admirim nderues. Ne e njohim dhe e pranojmë Atë si Mbretin tonë sovran, Krijuesin e universit, Atin tonë të dashur, pafundësisht të përzemërt.”⁵

Ky qëllim themelor i adhurimit, si rrjedhojë, duhet të ndikojë te sjellja jonë në shtëpitë e

mbledhjeve edhe kur përfshihemi në veprimtari shoqërore ose argëtuese. Përkujdes i madh duhet të tregohet që të pakësohet në minimum rrëmuja, prishja ose dëmtimi i ndonjë pjese të godinës si rrjedhojë e aktiviteteve të Kishës dhe duhet të ndërmerren menjëherë veprime për ta pastruar ose riparuar atë në rast se kjo gjë ndodh.

Fëmijëve dhe rinisë mund t'u mësohet se nderimi dhe përkujdesi për shtëpinë e mbledhjeve shtrihet përtej mbledhjeve të së dielës. Pjesëmarrja e anëtarëve në pastrimin e shtëpisë së mbledhjeve – veçanërisht pjesëmarrja e ndërthurur e prindërve dhe fëmijëve – është një mjet i mrekullueshëm për zhvillimin e një ndjesie nderimi për godinat tona të shenjta. Siç u vu në dukje nga përvoja e mikut tim në rregullimin e qendrës së kunjit të tij pas konferencës së kunjit, pikërisht veprimi i përkujdesit për shtëpinë e mbledhjeve është një mjet adhurimi dhe e fton Shpirtin e Zotit.

Shtëpitë e Mbledhjeve dhe Shpëtimtari

Nën drejtimin profetik të Presidentit Nelson, po bëhen përpjekje të rëndësishme për t'u siguruar që emri i Jezu Krishtit nuk lihet kurrë



Përkujdesi për shtëpitë tona të mbledhjeve është një mjet adhurimi dhe e fton Shpirtin e Zotit.



jashtë kur i drejtohem Kishës së Tij. Në mënyrë të ngjashme, ne nuk duhet ta lejojmë që Shpëtimtari të zhvendoset nga qendra e adhurimit tonë – përfshirë vendet tona të adhurimit.

Ne e kemi zakon t'i drejtohem tempullit si shtëpia e Zotit, gjë që është një përcaktim i saktë dhe i rëndësishëm. Megjithatë, mund të jemi më të prirur të harrojmë që secila prej shtëpive tona të mbledhjeve përkushtohet nga autoriteti i priftërisë si një vend ku Shpirti i Zotit mund të banojë dhe ku fëmijët e Perëndisë – si ata që janë anëtarë ashtu edhe ata që nuk janë anëtarë të Kishës – mund të vijnë “në njohurinë e Shëlbuesit të tyre” (Mosia 18:30).

Nisma e shpallur kohët e fundit për t'i zbuluar shtëpitë tona të mbledhjeve me vepra arti që pasqyrojnë me respekt Shpëtimtarin dhe ngjarjet hyjnore të jetës së Tij në vdekshmëri dhe pas saj, është hartuar që t'i afrojë

më pranë Tij sytë, mendjet dhe zemrat tona. Teksa hyni në këto shtëpi lutjeje për mbledhje dhe aktivitete, ne ju ftojme me dashuri që të ndaleni, të vëzhgoni dhe të mendoni thellë për këto piktura të shenjta, t'i shihni ato me fëmijët tuaj dhe t'i lejoni ato që t'ua rritin ndjenjat tuaja të adhurimit dhe nderimit ndaj Perëndisë.

Në Dhiatën e Vjetër, profeti Habakuk shpalli: “Zoti është në tempullin e tij të shenjtë; tërë dheu le të heshtë përpara tij” (Habakuk 2:20). Kujtofshim në të njëjtën mënyrë se Shpirti i Zotit është në shtëpitë tona të mbledhjeve dhe do ta përshkojë secilën prej zemrave tona deri në atë shkallë sa ne sillemi me nderim përpara Tij. ■

SHËNIME

1. “Revereri”, Lexico Powered by Oxford, lexico.com.
2. “Qëndroj Plot Habi”, *Himne*, nr. 113.
3. Rasëll M. Nelson, “Shabati Është një Kënaqësi”, *Liahona*, maj 2015, f. 130.
4. Xhefri R. Holland, “Ja, Qengji i Perëndisë”, *Liahona*, maj 2019, f. 45.
5. Din M. Dejvis, “Bekimet e Adhurimit”, *Liahona*, nëntor 2016, f. 94.

Të Rinjtë dhe të Rejat në Moshë Madhore

Në Këtë Pjesë

44 **A Është Varësia e Njëjtë me Rebelimin?**

Nga Destini Jarbro

48 **7 Këshilla për Mposhtjen e Përdorimit të Pornografisë**

Nga Riçard Ostler

Vetëm në Format Elektronik

Përkrahja ndaj Mamit në Rrugëtimin e Saj drejt Heqjes Dorë nga Pijet Alkoolike

Nga Onastasia Koll

Gjejini këta artikuj dhe më shumë:

- Te **liahona.ChurchofJesusChrist.org**
- Tek **E Përvajshmja për TRMM-të** (në pjesën "Të Rinjtë dhe Të Rejat në Moshë Madhore" te programi kompjuterik Gospel Library (Biblioteka e Ungjillit))

Tregoni Historinë Tuaj

A keni ndonjë histori mbresëlënëse për të treguar? Ose, a dëshironi të shihni artikuj mbi tema të caktuara? Nëse po, dëshirojmë të dëgjojmë nga ju! Mund t'i dorëzoni artikujt tuaj ose përshtypjet tuaja te **liahona.ChurchofJesusChrist.org**.

Ti Mund të Gjesh Liri

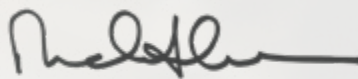
A keni ngecur ju apo dikush që e doni, në ciklin e gabimit, pendimit, rizotimit dhe përsëri të gabimit? Shumë të rinj e të reja të mrekullueshme në moshë madhore me të cilët kam punuar ndërkohë që shërbeja si peshkop lagjeje për të rinjtë dhe të rejat në moshë madhore beqarë, kishin ngecur në të njëjtin cikël. **Por shumë gjetën gjithashtu liri nëpërmjet Shlyerjes së Jezu Krishtit.** Mesazhet rreth varësisë në pjesën e këtij muaji japin ide të dobishme për gjetjen e lirisë – për ju vetë dhe për të tjerët.

Gjëja më e rëndësishme që duhet të mbajmë mend, është se **të gjithë ne jemi fëmijë të dashur të Atit Qiellor.** Plaku Diter F. Uhtdorf dha mësim: "[Perëndia] nuk po pret që t'ju dojë derisa t'i keni mposhtur dobësinë tuaj dhe zakonet tuaja të këqija. Ai ju do sot, me një të kuptuar të plotë të ndeshjeve tuaja. . . . Ai e di brejtjen tuaj të ndërgjegjes për kohët kur nuk ia keni dalë mbanë apo keni dështuar. **Dhe Ai akoma ju do**" ("Të Jetuarit e Ungjillit Plot Gëzim", *Liahona*, nëntor 2014, f. 123; theksimi i shtuar).

Nga ana tjetër, Satani do të përpiqet t'ju bindë se keni shkuar tepër larg dhe jeni të përjashtuar nga dashuria e Atit Qiellor dhe fuqia e Shpëtimtarit për t'ju shndërruar dhe pastruar. Satani do të përpiqet t'ju mbajë në një shtjellë turpi dhe neveri për veten, por mos u besoni gënjeshtreve të tij.

Përkundrazi, drejtoju tek Ati Qiellor. **Mos kini frikë** t'i hapeni peshkopit ose presidentit tuaj të degës dhe të tjerëve që ju duan. Teksa i lexoni historitë e shpresës nga të rinj e të reja të tjera në moshë madhore që kanë qenë të prekur nga varësia, veproni sipas mbresave që merrni. **Jini të duruar me veten, kujtoni natyrën tuaj hyjnore, veproni ditë pas dite dhe besoni te fuqia shëruese e Jezu Krishtit.** Ai dhe kaq shumë burime të tjera do të na ndihmojnë t'ia dalim mbanë për gjetjen e lirisë që e dëshirojmë. Mos hiqni dorë kurrë.

Miku juaj,
Riçard Ostler





A Është Varësia e Njëjtë me Rebelimin?

Një kuptueshmëri më e mirë për varësinë mund të na ndihmojë që të mirëbesojmë se, një ditë, Zoti do të na çlirojë nga robëria.

Nga Destini Jarbro

Në botën tonë të rënë, varësia për disa njerëz është një realitet rrënues dhe që e tjetëron jetën. Kur e përdorim diçka me tepriçë për t'iu larguar problemeve të jetës, të tilla si ushqimin, ilaçet me recetë, mediat shoqërore, thashethemet, pornografinë, gënjeshtren, kumarin apo madje ushtrimin fizik, ne mund ta gjejmë veten lehtësisht të ngecur në një cikël varësish.

Teksa kam parë rreth meje njerëz të mrekullueshëm e të dashur të mundohen me varësinë - jo thjesht t'u jepen zgjedhjeve të gabuara - u jam drejtuar shkrimeve të shenjtë dhe kërkimeve moderne mbi varësinë për t'i kuptuar më mirë këta stimuj dhe efekte shtytëse neurologjike.

Barërat e Këqija të Varësisë

Trajtimi i varësisë mund të jetë si të përkujdesesh për një kopsht. Ne nuk i shkulum një herë barërat dhe të pretendojmë se kemi mbaruar punë. Ne e dimë se do të mbijnë më shumë barëra të këqija, ndaj me kujdes dhe rregullisht i shkulum barërat e këqija për të mbrojtur bimët.

Nëse kemi mundime prej një varësie, mund të shkurojohemi kur t'i kthehemi sërish gabimit, edhe pas pendimit e pasi kemi kërkuar ndihmë. Mund të befasohemi dhe të

shqetësohemi se këto tundime janë veçanërisht të forta pas periudhave shumë të lumtura apo shumë të hidhura të jetës. (Njësoj si ndodh me barërat e këqija që prirën të rriten pas një shiu freskues apo një stuhie të fortë.)

Varësia kundrejt Rebelimit të Vullnetshëm

Kam zbuluar se Satani e përdor varësinë si "fakt" se ne që nga lindja dëshirojmë të ligën, se ne jemi të dënuar që nga fillimi, ose që Zoti ka hequr dorë prej nesh. Djalli përdor turpin për të na shkurajuar, duke na treguar se pavarësisht nga sa herë pendohemi, tundimet vazhdojnë të shfaqen.

Ka shumë arsye se përse njerëzit prirën drejt varësisë, por varësia shpesh fillon me një përpjekje për të kënaqur "nevojat e thella dhe të paplotësuar"¹. Pra, ndërkohë që rebelimi *mund* të çojë drejt varësisë dhe varësitë *mund* të shkaktojnë mëkat, ato shpesh lindin dhe zmadhohen nga dobësia, në vend që të shkaktohen nga rebelimi i vullnetshëm.²

Fatmirësisht, ne e dimë se dobësia mund të na japë mundësinë për të mësuar rreth hirit dhe për të zhvilluar besimin e thellë në fuqinë shëruese të Jezu Krishtit.³

Derisa të Çlirohemi nga Robëria

Ne gjejmë ide gjatë trajtimit të [problemit] dhe ikjes nga gracka e varësisë nga dy grupe njerëzish në Librin e Mormonit: Populli i Limhit dhe populli i Almës.

Të dyja grupet ishin në robëri për një periudhë të konsiderueshme kohe. Të dy popujt kuptuan se “nuk kishte mënyrë se si ata të mund të shpëtonin” nga robëria (Mosa 21:5). Të dy popujt, me kalimin e kohës, iu drejtuan Zotit për ndihmë.

Populli i Limhit ishte në robëri për arsye të shkeljeve. Pa ndihmën e Zotit, ata luftuan kundër shtypësve të tyre në “zemër[im]” tri herë. Ata humbën çdo betejë. Kur filluan ta përlunin veten, “Zoti që i ngadalshëm të dëgjonte lutjen e tyre . . . [por Ai] i dëgjoi lutjet e tyre dhe filloi t’ua zbuste zemrat Lamanitëve, që ata të fillonin të lehtësonin barrat e tyre” (Mosa 21:15; theksimi i shtuar). Ata u bekuan për përlësinë e tyre të shtuar, por “Zoti nuk e pa të udhës që t’i çlironte nga robëria” deri në një kohë shumë më të vonë.

Populli i Almës ishte në robëri pavarësisht drejtësisë së tyre, por ata “ia derdhën zemrat e tyre [Perëndisë]”. Edhe duke i ditur dëshirat e tyre të drejta, Perëndia bëri që të kishte një kohëzgjatje ndërmjet robërisë dhe çlirimit të tyre. Teksa ata vazhduan të mbështeteshin tek Ai, Ai u premtoi se do t’ua “lehtëso[nte] gjithashtu barrat që [iu ishin] vënë mbi shpatulla, që [ata] të mos i ndjeni[n] në shpinat [e tyre], madje ndërsa [ishin] në robëri”. Në këmbim, ata “iu nënshtuan me gëzim dhe me durim gjithë vullnetit të Zotit” (Mosa 24:12, 14, 15).

Si përfundim, të dyja grupet u çliruan. Dhe neve na është premtuar gjithashtu se nëse i drejtohem Zotit në robërinë tonë, ne mund të “qëndro[jmë] si dëshmitarë për [Të] në të ardhmen” dhe do ta “di[më] me siguri se . . . , Zoti Perëndi, [vërtet] i vizito[n] njerëzit e [Tij] në pikëllimet e tyre” (Mosa 24:14) – dhe në varësitë e tyre!

Ngushëllohuni

Nëse keni mundime nga varësia, kujtoni se me ndihmën e Zotit, kjo kohë mund të jetë tokë pjellore për kultivimin e cilësive si të Krishtit. Teksa rriteni në përlësi, ju do të jeni në gjendje të mësoni durimin, dhembshurinë, durueshmërinë dhe zemërbutësinë.

Takohuni me udhëheqësit tuaj të priftërisë dhe ata që mund të ofrojnë ndihmë, si dhe përdorni mjetet e shumta që Ati Qiellor ka siguruar për t’ju ndihmuar që të gjeni lirinë. Mbështetuni te Zoti; teksa e ndiqni Atë me zell, Ai mund ta shndërrojë këtë sfidë shkurajuese dhe zhgënjyese në një mundësi fuqiptotë për përsosjen shpirtërore.⁴

Një shenjtore e hershme australiane e ditëve të mëvonshme, kur e krahasoi të shkuarën e vet me të tashmen, tha: “Jeta ime në të shkuarën [ishte] një djerrinë me barëra të këqija – zor se gjendej ndonjë lule në mes tyre. [Por] tani barërat e këqija janë zhdukur dhe në vend të tyre kanë shpërthyer lule.”⁵

Teksa ju dhe unë e pastrojmë kopshtin tonë vazhdimisht nga barërat e këqija dhe i drejtohem Zotit në sprovat tona, ne do të marrim premtimin që iu dha popullit të Almës: “Ngushëllohuni, pasi nesër unë do t’ju shpëtoj nga robëria” (Mosa 24:16).

Vazhdoni t’i pastroni barërat e këqija – korrja ia vlen! ■

Autorja jeton në Teksas, SHBA.

SHËNIME

1. Spencer W. Kimball, “Jesus: The Perfect Leader”, *Ensign*, gusht 1979, f. 5.
2. Shih 1 Korintasve 15:42–44.
3. Shih 2 Korintasve 12:9; Ethëri 12:27.
4. Shih Isaia 51:3.
5. Martha Maria Humphreys, cituar në Marjorie Newton, *Southern Cross Saints: The Mormons in Australia* (1991), f. 158.



7 Këshilla për Mposhtjen e Përdorimit të Pornografisë

Duke punuar me të rinjtë e të rejtat në moshë madhore beqarë që po përpiqen ta mposhtin përdorimin kompulsiv të pornografisë, kam gjetur disa këshilla që edhe juve mund t'ju duken të dobishme.



Nga Riçard Ostler

Kur u veçova si peshkop i ri në një lagje për të rinjtë e të rejtat në moshë madhore beqarë, jashtë zyrës sime kishte një rresht me të rinj e të reja në moshë madhore beqarë që donin të më takonin. A mund ta merrni me mend se çfarë diskutuam në atë intervistë të parë?

Pornografinë.

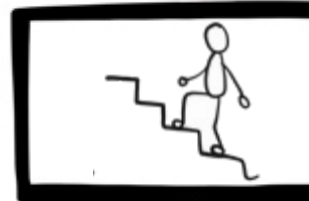
Dhe për tri vitet e ardhshme, përpjekja për t'i ndihmuar të rinjtë e të rejtat në moshë madhore beqarë për ta mposhtur një ves kompulsiv, ishte një aspekt madhor i thirrjes sime, kështu që e dija se më duhej të mësoja sa më shumë të mundesha. Agjërova, u luta, frekuentova tempullin, u këshillova me udhëheqës të tjerë, i shqyrtova të gjitha burimet në dispozicion, frekuentova klasat për shërimin nga varësia dhe mësova nga ata që po punonin për të gjetur shërim. Unë dua t'ju tregoj disa mendime që të mbushin me shpresë

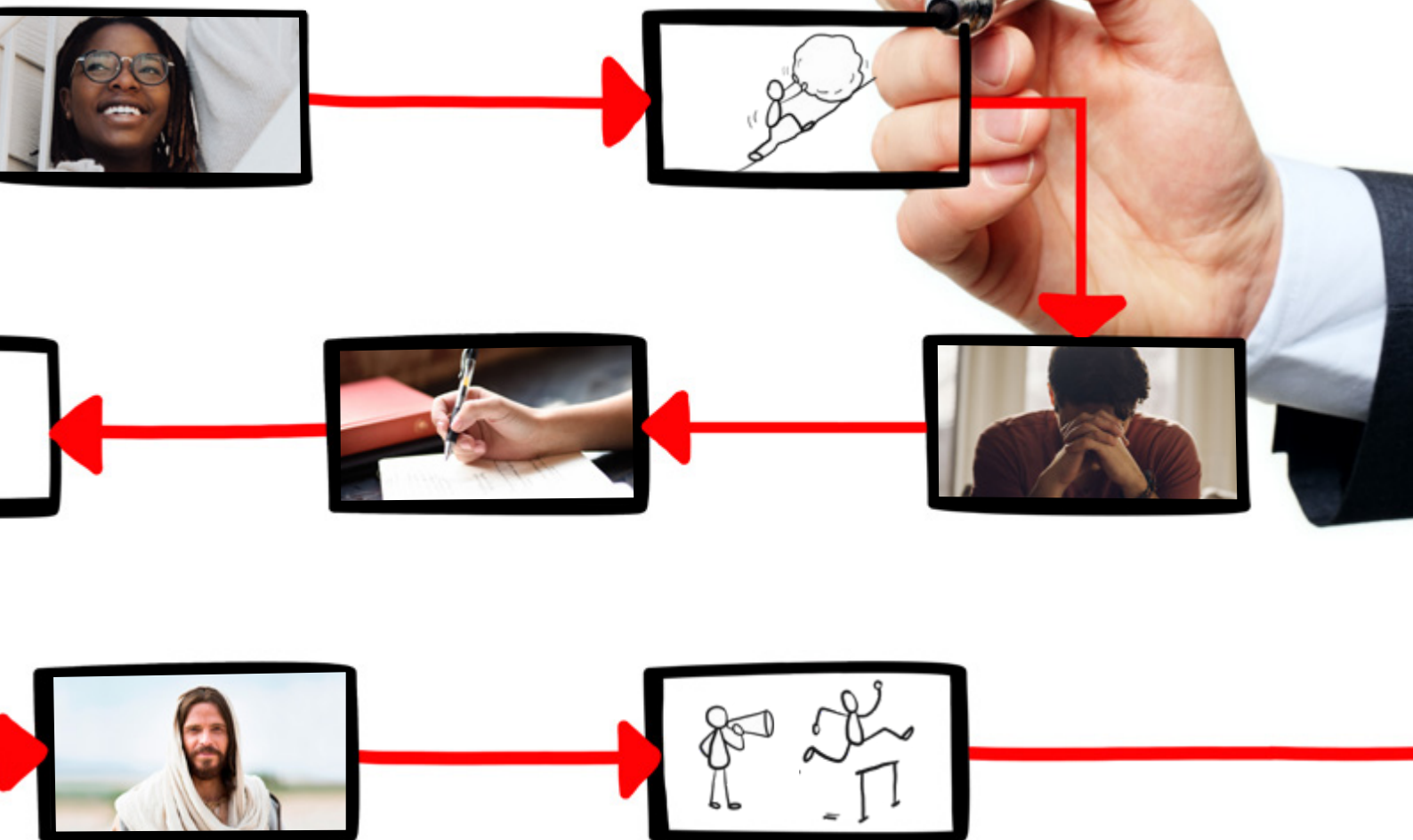
rreth asaj që kam mësuar.

1. Dijeni se Jeni një Fëmijë i Prindërve Qiellorë të Cilët ju Duan

Nëse po punoni për ta mposhtur përdorimin kompulsiv të pornografisë, juve mund t'ju duket sikur po largoheni nga Ati Qiellor sepse mendoni se nuk jeni i denjë për dashurinë ose ndihmën derisa ta zgjidhni problemin. Kjo është pikërisht ajo që do Satani – t'ju izolojë nga çdo njeri që ju do ju, me idenë se mund ta mposhtni pornografinë të vetëm dhe vetëm atëherë do të jeni të denjë për dashurinë.

Për shkak të natyrës suaj hyjnore, ju jeni gjithnjë të denjë të merrni shpresë, frymëzim dhe zbulësë vetjake nga Ati Qiellor dhe fuqinë shëruese të Jezu Krishtit për ta mposhtur pornografinë.¹ Mos u largoni prej Tyre apo nga njerëzit që ju duan.





2. Hiqeni Turpin

Kam mësuar se heqja e turpit është jetike për mposhtjen e pornografisë. Turpi ju bën të ndiheni sikur jeni të dërmuar, të dëmtuar ose një njeri i keq. T'i besoni këto ide dëmtuese rreth vetes faktikisht mund t'ju mbajë të mbërthyer në një cikël varësie. Të ndierit e keqardhjes për diçka që keni bërë, është pjesë e procesit të pendimit dhe mund t'ju ndihmojë ta ndryshoni sjelljen. Por mëkati ju bën të ndiheni sikur i gjithë karakteri juaj është i keq dhe se nuk mund ta merrni ndihmën nga Shpëtimtari.²

Ati Qiellor do që ju të keni shpresë të plotë te Jezu Krishti dhe bekimet e Shlyerjes së Tij. Turpi ju bën të shihni prapa duke ju mbajtur në një shtjellë gënjeshtresh dhe neveri për veten. Ju lutem, mos qëndroni në rrugën e turpit!

3. Mos Jini të Shpejtë të Përdorni Etiketimin e "Varësisë"

Shumë njerëz e etiketojnë veten si "të varur" nga pornografia. Ju këshilloj që të mos ia vishni vetes atë etiketim në mënyrë të pasaktë. Shumica e të rinjve dhe të rejave që kanë mundime me

pornografinë, faktikisht *nuk* janë të varur.³ Dhe përdorimi i pasaktë i këtij etiketimi mund ta bëjë më të vështirë t'i jepet fund përdorimit të pornografisë për shkak të turpit, venitjes së shpresës dhe neverisë për veten që vjen me të.

4. Krijoni një Plan Vetjak Parandalimi të Shkruar

Një plan vetjak parandalimi është një dokument me tri pjesë që mund t'ju ndihmojë ta mposhtni pornografinë.

Pjesa 1: Renditni stimujt. Të qenit i stimuluar është hapi i parë në ciklin që të çon në shikimin e pornografisë.

Ka disa lloje stimuljsh:

- **Prej rrethanave:** mjedise që ju krijojnë një stimul për shkak të mendimeve apo sjelljeve të kaluara (si të qenit në të njëjtën dhomë ose në të njëjtën kohë të caktuar të ditës)
- **Ngjarje që shkaktojnë stres/ankth/vetmi/traumë:** emocione ose situata të vështira që ju stimulojnë t'i ktheheni pornografisë si një mënyrë shpëtimi dhe përbalimi ndaj këtyre ndjenjave



- [Faktorët] **pamorë**: ekspozimi i patëkëq ndaj diçkaje jo pornografike, por stimuluese nëpërmjet mediave shoqërore, filmave, fotove etj.

Pjesa 2: Bëni një plan për mënyrën se si t'i reduktoni stimujt.

Për shembull, nëse keni një stimul rrethanor, si në rastin kur ndiheni se do i jepeni dobësisë natën vonë, fikja e celularit tuaj 30 minuta përpara se të bini në gjumë ose fjetja pa e pasur celularin në dhomë mund të jetë e dobishme. Nëse pornografia është një mënyrë se si mund t'u bëni ballë ndjenjave të vështira, gjeni mënyra për t'u përballur më mirë me këto emocione. A mund t'ju ndihmojë ushtrimi fizik apo mjekimi që t'i ulni nivelet e stresit dhe të ankthit? A do t'ju ndihmonte dalja me miqtë ose regjistrimi në një klasë instituti që ta pakësoni vetminë? Merrini parasysh gjërat të cilat ju mundojnë dhe çfarë mundësisish mund të jenë të dobishme për ju.

Gjithashtu, **mos i nënvlerësoni mjetet shpirtërore**. Lutja, studimi i shkrimeve të shenjta, shërbimi dhe frekuentimi në kishë dhe në tempull janë mjete të fuqishme që janë jetike për reduktimin e stimujve dhe ndihmën që të qëndroni të fortë.

Pjesa 3: Planifikoni se çfarë do të bëni kur jeni të stimuluar. Për çdo stimul, shkruajeni planin tuaj me shumë hapa.

Për shembull, kur jeni të stimuluar, ju mund ta fikni shpejt telefonin, t'i shkruani një mesazh apo t'i telefononi dikujt, të dilni për një shëtitje ose të bëni ushtrime fizike, të lexoni Librin e Mormonit ose të bëni çfarëdo gjëje tjetër që mund t'ju ndihmojë t'i ridrejtoni mendimet tuaja.

Shkruani hapa që funksionojnë për ju! Nganjëherë stimujt do të kalojnë

pa qenë nevoja t'i bëni të gjithë hapat e planit tuaj të parandalimit. Por hapat tuaj mund t'ju ndihmojnë që t'i largoheni momentit. Sapo stimujt të kenë kaluar, përditësojeni planin tuaj të parandalimit sipas asaj që funksionoi dhe se si mund të ndryshohet që herën tjetër të jetë më i efektshëm. Vëreni diku ku ta shihni çdo ditë.

5. Kuptojeni Rënien në Gabim kundrejt Rikthimit në Gabim

Rënie në gabim është kur veproni keq, por e rimerrni veten shpejt dhe e përdorni atë si një përvojë mësimi për ta përmirësuar planin tuaj të parandalimit. Rikthimi në gabim është kur hiqni dorë, e plotësoni dëshirën dhe nuk e vritni mendjen.

Dijeni se rënia në gabim është pjesë e përmirësimit të planit tuaj të parandalimit. Mos dilni në përfundimin se e keni humbur të gjithë përpunimin tuaj ose se gjithë puna që keni bërë nuk llogaritet – sepse ajo llogaritet. Shikoni përpara me një qëndrim pozitiv dhe dijeni se jeni një ditë më afër shërimit.

Kur bini në gabim, pyeteni veten:

- Çfarë ndodhi?
- Përse ishte i ndryshëm ky stimul?
- A jeni stresuar kohët e fundit? Si po ndiheshit nga ana emocionale?
- A ju ka dobësuar shpirtërisht mungesa e studimit të shkrimeve të shenjta për njëfarë kohe?
- Mos nuk keni bërë shumë ushtrime fizike kohët e fundit?
- A ka diçka te plani juaj i parandalimit që nuk është e dobishme?
- Çfarë mund të bëni ndryshe herën tjetër?

Shkruajeni atë që po mësoni dhe mos ndaloni!



6. Besoni në Fuqinë Shëruese të Shpëtimtarit

Jezu Krishti mund t'ju ndihmojë në procesin përmirësues të pendimit dhe Ai ka fuqinë t'ju aftësojë tekta përpigëni fort ta mposhtni pornografinë. Ai e kupton se si ndiheni dhe po pret që t'ju heqë atë barrë. Mos mendoni se po të drejtoheni tek Ai ia shton Atij barrën. Ai e ka paguar tashmë çmimin për ju. Përkundrazi, bëni më të mirën tuaj, afrohuni më shumë te Shpëtimtari dhe kërkoni Atij që t'ju ndihmojë të shëroheni, t'i ndryshojë dëshirat tuaja dhe t'ju japë më shumë forcë për të vazhduar përpara.

Ashtu siç ka dhënë mësim Plaku Ulises Soares, i Kuorumit të Dymbëdhjetë Apostujve: "Ndërsa përpigëmi vazhdimisht fort që t'i kapërcejmë sfidat tona, Perëndia do të na bekojë me dhuratat e besimit për t'u shëruar dhe të bërjes së mrekullive. Ai do të bëjë për ne atë që ne nuk jemi në gjendje ta bëjmë vetë."⁴

7. Mos e Bëni Këtë të Vetëm

Lidhjet me njerëzit dhe miqësitë mund t'ju japin fuqizim gjithashtu dhe t'ju ndihmojnë të përparoni. Ju duhet të keni njerëz që mund t'ju ndihmojnë të jeni i përgjegjshëm dhe t'ju vijnë në ndihmë në ditët tuaja më të mira dhe më të këqija. Ata duhet t'ju përkrahin pa ju gjykuar. Dhe ju gjithashtu mund t'u jepni atyre të njëjtën përkrahje. Kërkoni këshilla nga udhëheqësit tuaj të Kishës ose pjesëtarët e familjes. Dhe nëse është nevoja, një terapist ose këshillues profesionist i shëndetit mendor mund t'ju ndihmojë gjithashtu, që të zbuloni shkaqet e fshehura se përse mund të jeni duke u munduar me pornografinë.

Kujtoni se Ju Jeni Prindërit dhe Udhëheqësit e së Nesërme

Ju jeni brezi i parë që keni të drejtë përdorimi ndaj pornografisë 24 orë në 7 ditë të javës. Besoj se kjo sfidë po arrin pikën kulmore në brezin tuaj, sepse do të keni dituri dhe mjete më të mira për t'i prirë të tjerët jashtë

asaj rruge apo nga ajo grackë kur të bëheni prindër dhe udhëheqës një ditë. "Ati Qiellor nuk na vuri në tokë që të dështojmë, por që të kemi sukses në mënyrë të lavdishme."⁵

Ndonëse këto këshilla mund t'ju ndihmojnë në përpjekjet tuaja për ta mposhtur pornografinë, mos druani t'u drejtoheni edhe burimeve të tjera. Rugëtimi i kujtdo drejt shërimit është i ndryshëm. Gjejeni se çfarë ju ndihmon. Mos hiqni dorë. Veproni ditë pas dite. Ju mund ta bëni këtë gjë. Vërtet që mund ta bëni (shih Filipianëve 4:13). Dhe ju do të bëheni njeriu që ishit synuar të ishit. ■

Autori jeton në Jutë, SHBA.

SHËNIME

1. Motra Xhoi D. Khons shpjegoi ndryshimin midis vlerës [shpirtërore] dhe denjësisë në "Vlerë e Pamasë", *Liahona*, nëntor 2017, f. 14.
2. Shih Uendi Ulrih, "Nuk Është Mekat Të Jesh i Dobët", *Liahona*, prill 2015, f. 23; "Shame versus Guilt: Help for Discerning God's Voice from Satan's Lies" (artikulli vetëm në format elektronik), *Ensign*, janar 2020.
3. Shih Dallin H. Ouks, "Shpëtimi nga Kurthi i Pornografisë", *Liahona*, tetor 2015, f. 52. Presidenti Ouks përshkruan dallimin ndërmjet niveleve të ndryshme të përfshirjes në pornografi: "1) ekspozimi[n] padashur, 2) përdorimi[n] rastësor, 3) përdorimi[n] e ngjeshur dhe 4) përdorimi[n] e sëmure (varësi)". Është e dobishme që të dallojmë se jo cilido që e përdor pornografinë ka "varësi". Ka shpresë për mposhtjen e pornografisë, pavarësisht në çfarë niveli përfshirjeje gjendeni.
4. Ulises Soares, "Ta Marrim Kryqin Tonë", *Liahona*, nëntor 2019, f. 114.
5. Richard G. Scott, "Learning to Recognize Answers to Prayer", *Ensign*, nëntor 1989, f. 30.





Kur u veçova për të shërbyer

si misionar kohëplotë në Misionin e San-Bernardinos në Kaliforni, familja ime ndodhej pikërisht atje me mua. Në këtë fotografi jam unë duke përqa-fuar një nga vëllezërit e mi pasi mora veçimin. Ka qenë një rrugëtim derisa arrita në këtë pikë, por jam shumë mirënjohës për ndryshimet që kam parë te vetja dhe familja ime.

Në vitin e parafundit të shkollës së mesme, pësova një aksident të rëndë me makinë. Përpara aksidentit nuk po bëja gjërat që duhej t'i bëja. Por pas përplasjes, këndvështrimi im vërtet ndryshoi. Jeta mund të më ishte marrë pikërisht në atë çast dhe në atë vend dhe nuk doja që të më përfundonte në atë mënyrë. Peshkopi im më ndihmoi të vija në shtegun e duhur: të lexoja Librin e Mormonit çdo ditë dhe të përgatitesha që të shërbeja në një mision.

Vrapimi në pistë është sporti im, pasioni im. Pas përplasjes, nuk merrja dot pjesë në atë sezon dhe pyesja veten se çfarë më kishte mbetur. Por iu drejtova Zotit dhe, ndërsa e bëra, pata një sezon të shkëlqyer vitin pasues. Ende kisha vështirësi, por ajo që ndryshoi është se në vend që ta bëja për veten e bëra atë për Zotin.

Thjesht të kuptuarit se sa shumë bekime mund të vijnë nga plotësia e ungjillit, ishte ajo ç'ka më ndryshoi. Pasi e kam marrë gjithë atë lumturi dhe gëzim, dua ta shpërndaj në mbarë botën. Dëshiroj shumë që njerëzit të kenë gëzimin që unë kam çdo ditë për shkak të ungjillit. Dhe ja përse po shërbej në një mision: për të ndihmuar që "të bëj të ndodhë pavdekësia dhe jeta e përjetshme e njeriut" (Moisiu 1:39).

Garret W., 18 vjeç,

Karolina e Veriut, SHBA

RINIA

PËRMBAJTJA



54 Shërbimi i Përditshëm i Martës

Nga Sem Lofgran

58 Mënyra si Gjeta Shërim nga Abuzimi Seksual

Emri nuk tregohet

62 Pyetje dhe Përgjigje: Si të përballemi me vetminë? A mund të shërbej në një mision kur kam sfida me shëndetin mendor?

64 Përgjigje nga Udhëheqësit e Kishës: Shpresa Jonë, Drita Jonë, Forca Jonë

Nga Plaku Ronald A. Rasband

65 Njerëzit në Librin e Mormonit: Vëllai i Jaredit

SHËRBIMI I PËR



RDITSHËM i Martës

Kjo nënë dhe e bija punojnë fort për ta jetuar ungjillin së bashku. Dhe Marta është e aftë që ta jetojë atë duke i shërbyer nënës së saj në mënyra të pashoqe.

Nga Sem Lofgran

Revistat e Kishës

Marta është një vajzë 11-vjeçare nga Portugalia dhe si shumicës së vajzave në moshën e saj, i pëlqen të kalojë kohë me miqtë, të hajë ushqim dhe të luajë me kukullat e veta. Asaj i pëlqen gjithashtu që të kalojë kohën me nënën e saj. Por jetesa me nënën e saj do të thotë që Marta jeton paksa ndryshe nga fëmijët e tjerë.

Nëna e Martës, Sonja, ka lindur me një mangësi në aftësitë motorike çka e vështirëson atë të ecë. Ajo nuk është krejtësisht e paralizuar, por ka nevojë për një patericë me katër këmbë për të lëvizur rreth e rrotull. Ajo nuk mundet që të vishet vetë, të bëjë vetë banjë apo të bjerë vetë në shtrat. Kjo e bën të vështirë që ajo të jetojë e vetme. Marta ka qenë në gjendje t'i shërbejë Sonjës vitet e fundit duke e ndihmuar për gjërat që nuk mund t'i bëjë e vetme.

"I lë të lira hapësirat që nëna ime të lëvizë lehtësisht rrotull", thotë Marta. "Gjithashtu e ndërpres lojën herë pas here që të kem kohë ta kontrolloj nënën dhe të shoh nëse ka nevojë për ndihmë. Nëse jam duke luajtur dhe ajo më thërret, shkoj shpejt sepse mund të jetë diçka urgjente."

Por Sonja përpiqet që ta lërë Martën të jetojë sa më normalisht që të mundet. Nëse Sonja nuk ka nevojë për ndihmë, ajo sigurohet që Marta të ketë kohë të luajë me shokët e shoqet e saj.





JETESA SIPAS BESIMIT TË TYRE

Marta ka mundësinë që ta jetojë çdo ditë ungjillin duke i shërbyer nënës së saj. Ajo merr shumë përgjegjësi që fëmijët e tjerë zakonisht nuk i kanë. Për shembull, ajo ngrihet herët në mëngjes që ta ndihmojë nënën të bëhet gati për punë përpara se të shkojë vetë në shkollë. Pa ndihmën e Martës, Sonja nuk do të ishte në gjendje të lëvizte rreth e rrotull apo të shkonte në punë çdo ditë.

Marta dhe Sonja gjithashtu e frekuentojnë së bashku kishën. Sonja u pagëzua kur ishte tetë vjeçe, kështu që Marta është rritur në Kishë. Sonja e mëson Martën rreth rëndësisë që ka ungjilli për çdo ditë. Një nga mënyrat se si ajo e bën këtë, është duke pasur shumë piktura të Jezu Krishtit në shtëpinë e tyre.

“Unë e di se Perëndia jeton dhe se Jezu Krishti është i vërtetë”, thotë Sonja. “Dhe dua që kushdo që më vjen në shtëpi, ta dijë se besimi është shumë i rëndësishëm për mua. Për mua është e rëndësishme gjithashtu që t’ia mësoj Martës këtë, që ajo të rritet me këtë njohuri për Jezu Krishtin.”

Marta e ka përvetësuar atë që ia ka mësuar nëna, dhe vazhdon të mësojë më shumë vetë rreth ungjillit. Një mënyrë se si asaj i pëlqen të mësojë është duke i lexuar shkrimet e shenjta, çka e ndihmon që të krijojë një marrëdhënie më të fortë me Atin Qiellor dhe Shpëtimtarin. “Teksa i lexoj shkrimet e shenjta, ndiej se Krishti është pranë meje”, thotë ajo.

GJETJA E NGUSHËLLIMIT

Ndërkohë që mund të jetë e vështirë të kesh kaq shumë përgjegjësi, vajtja në kishë çdo javë e ndihmon Martën të gjejë ngushëllimin që i nevojitet për të vazhduar që ta ndihmojë nënën e saj. “Kur ata i bëjnë lutjet në fillim dhe në fund të mbledhjes së sakramentit, është një paqe e madhe”, thotë ajo. “Kur ndodhem atje, nganjëherë ndiej sikur Ati Qiellor po më thotë se jam një njeri i mirë dhe se duhet të vazhdoj të jem një njeri i mirë për ta ndihmuar nënën time.”





Sa herë që ajo ndihet në këtë mënyrë, asaj i kujtohet se sa mirënjohëse është për nënën e saj. Ajo ndien se Ati Qiellor ka dërguar engjëj për ta përkrahur atë. “Unë mendoj se Ai më forcon që të zgjohem dhe të jem e lumtur dhe krenare për nënën që kam”, thotë Marta.

Një nga mësimet që Sonja dhe Marta kanë mësuar së bashku, është se jeta nuk është e lehtë apo e përsosur – për askënd. Sonja thotë: “Asnjë nga vështirësitë nuk më trishton. E di që Perëndia më dha këtë trup prej mishi, gjaku e kockash të këtyllë, ngaqë jam e veçantë dhe Perëndia më ka thënë se mund t’ia dal. Unë bëj më të mirën time. Mund të bëj më shumë, por sot ndihem në rregull me veten. Jam krenare për atë që bëj, për atë që kam dhe për atë që do të bëj nesër.”

Marta e kupton gjithashtu se gjërat do të shkojnë mirë edhe pse jeta mund të jetë e vështirë herë pas here, teksa ajo kujdeset për nënën e saj. Ajo sheh se gjithsecili ka sfida të ndryshme. “Askush nuk ka një jetë të përsosur”, - thotë ajo. Por edhe me vetë sfidat e saj vetjake, Marta gjen ende gjëra të mira në çdo situatë – marrëdhënia që ajo ka me nënën e saj është një shembull. “Nëna ime ka një kufizim fizik, por mendërisht dhe emocionalisht ajo është shumë inteligjente. Ne jemi vërtet shoqe të mira.”

SHIKIMI PËRPARA

Pra, si e mendojnë të ardhmen Marta dhe Sonja? Marta thotë: “Unë dua t’i rri afër nënës sime dhe sigurisht dua të martohem, të kem fëmijë dhe të kem një familje. Por në të ardhmen, nëse do të mundem, dua të blej një shtëpi, si për familjen time edhe për nënën time, sepse nuk dua që të jem larg saj qoftë edhe për një ditë!”

Sonja ndihet optimiste rreth së ardhmes gjithashtu, dhe do të jetë gjithnjë mirënjohëse për shoqërimin dhe dashurinë e Martës. “Është gjë mahnitëse të kesh një bijë të mrekullueshme. Është kënaqësi ta kem Martën në jetën time. Ajo është një dhuratë nga Perëndia. Ai e përgatiti Martën të qëndrojë këtu me mua.” ■



*Kisha jetuar në një makth.
Por më vonë mësova se gjatë
çasteve të mia më të errëta,
mund të mbështetesha te
Shpëtimtari im.*

Mënyra si Gjeta Shërim *nga Abuzimi Seksual*

Emri nuk tregohet

Makthi im filloi kur isha vetëm shtatë vjeçe dhe nëna ime u martua përsëri. Neve na pëlqente vërtet shumë njerku ynë i ri. Ai ishte i sjellshëm dhe përshtatej mirë me familjen tonë. Ndihesha vërtet e sigurt rrotull tij. Gjithçka shkonte shkëlqyeshëm derisa një ditë, kur gjithkush tjetër ishte i zënë me punë, ai abuzoi seksualisht me mua.

Nuk e kuptoja se çfarë më kishte bërë. U ndjeva e frikësuar, e hutuar dhe shumë e turpëruar. Por kisha shumë frikë t'ia tregoja dikujt. Mendova se do të shkatërronte lumturinë që familja ime sapo e kish gjetur dhe se askush s'do më besonte gjithsesi. Kështu që vendosa të heshtja.

Ai më kishte lënduar vetëm një herë të vetme, por kujtimi i abuzimit më rëndonte gjithnjë në mendje. Pa dashur u bëra shumë paranojake se mos dikush do të shihte tej përtej dhembjes sime dhe do të ma zbulonte sekretin, sa që u përpoqa ta fshihja të vërtetën duke u bërë shokë të mirë me njerkun tim. Ai ishte veçanërisht i dashur me mua dhe faktikisht fillova ta pëlqoja sërish atë.

Por pastaj gjërat u përkeqësuan. Kur nëna ime filloi të punonte në turnin e natës, njerku im filloi të abuzonte rregullisht me mua. Ndihesha kaq e pashpresë. Doja ta thosha hapur, por njerkun tim e donin shumë dhe mendova se të gjithë do të mbanin anën e tij. Kështu që natën, kur isha vetëm, i lutesha Perëndisë të më ndihmonte ta mbaja sekretin.

TA THUASH HAPUR

Një ditë më në fund abuzimi ndaloi. Nuk e kisha idenë përse. Edhe pse nuk po më lëndonte më, gjithnjë ndihesha e ndyrë dhe e turpëruar. E urreja veten. Nganjëherë edhe hahesha me veten nëse vdekja do të ishte më e lehtë sesa realiteti im. Prapë doja ta thosha hapur, por kisha frikë nga ajo që do të sillte e vërteta.

Pastaj një të diel në kishë kur isha 14 vjeçe, dëgjova një mesim rreth marrjes së vendimeve të mëdha. Mësuesja jonë na nxiti që të agjëronim e të luteshim dhe premtoi se Perëndia do të na forconte për të bërë gjënë e duhur. Pas kishës, vazhdova të mendoja rreth asaj që kishte thënë ajo. Vrisja mendjen se po të kërkoja, a do të më ndihmonte vërtetë Perëndia që ta thosha hapur?

Ditën tjetër agjërova për kurajë që t'i tregoja nënës rreth abuzimit. Nuk mund të përqendrohesha gjatë shkollës sepse gjithçka që mendoja ishte mënyra se si do të reagoje ajo. Kur

arrita në shtëpi, u ndjeva jashtëzakonisht e sëmurë. U luta sërish për forcë, por nuk u ndjeva e përgatitur që t'ia tregoja asaj.

Atë mbrëmje, iu afrova nënës kur po gatuante darkën. Nuk dija se ç't'i thosha, por kur e vështrova në sy, gjeta guximin që thjesht të filloja të flisja. Sapo fillova, gjithçka që e kisha mbajtur të fshehtë prej vitesh, filloi të dilte vetvetiu.

Nëna dhe unë thjesht u ulëm në divan dhe qamë së bashku. Pas kësaj, ne komunikua me presidentin tonë të degës dhe i telefonuam policisë. Njerku im u mbajt përgjegjës për atë që më kishte bërë, dhe mua m'u dha mbrojtja që më nevojitej – nuk do të më duhej ta shihja më kurrë atë.

SHTEGU DREJT SHËRIMIT

Gjatë asaj kohe, ishte e vështirë t'ua ritregoja përvojën time autoriteve dhe të kisha miq që më pyetnin se ku ndodhej njerku im, por me ndihmën e familjes sime, nuk isha më e vetme. Së bashku, ne u mblodhëm rreth një teme të re të familjes: "Unë mund të bëj gjithçka me anë të Krishtit që më forcon" (Filipianëve 4:13). Rrethi ynë familjar gjithashtu ofroi dashurinë dhe përkrahjen e tij dhe, me kalimin e kohës, ne filluam të shëroheshim së bashku.

Të dyja ne, nëna ime dhe unë morëm pjesë në këshillimet profesionale, çka ishte një ndihmë e madhe! Këshilluesja ime ishte saktësisht ajo që më nevojitej. Ajo më ndihmoi t'i kuptoja të gjitha emocionet që po ndieja, dhe më ndihmoi të përballesha me



kujtimet e mia të këqija. Nuk e kisha kuptuar kurrë se sa shumë e lënduar isha, derisa fillova të ndihesha sërish e shëruar.

Nuk mendova se dhembja do të zhdukej vetëm ngaqë e thashë hapur, por nuk kisha kuptuar gjithashtu se sa shumë kohë (dhe durim) do të më duhej për t'u shëruar. Për një kohë tejte të gjatë, jam ndier si e pavlerë. Duhej të mësoja edhe njëherë se si ta doja vetveten.

Paqen më të madhe e gjeta tek sa iu drejtova Shpëtimtarit dhe Atit tim Qiellor. Të kuptuarit se Ata e dinin *saktësisht* se si ndihesha, më dha forcë dhe shpresë. U mbështeta tek Ata gjatë çasteve më të errëta. Me kalimin e kohës, kujtimet filluan të veniten dhe e ndjeva vërtet paqen nëpërmjet dashurisë së Shpëtimtarit.

Një nga pjesët më shpërblyese të procesit të shërimit ishte të kuptuarit se unë vërtet kisha një të ardhme të ndritur. Ndërsa po abuzohej ndaj meje, as që e përfytyroja dot që të kisha një jetë normale. Ndheshja e shkatërruar përgjithmonë. Por nëpërmjet ndihmës dhe shërimit, zbulova gjëra drejt

të cilave të synoja. Fillova t'ua tregoja historinë time vajzave të tjera që ishin të lënduara dhe madje vendosa që të shërbeja në një mision. Shprehja e dëshmisë sime te të tjerët më forcoi.

Unë nuk përcaktohem nga ajo që njerku më bëri mua. Ai e ka ndryshuar përgjithmonë jetën time, por unë po vendos që ta përdor përvojën time për të ndihmuar të tjerët. Disa ditë janë ende të vështira, por përmes gjithçkaje, Zoti më ka forcuar dhe unë e di se Ai do të vazhdojë të më ndihmojë. Unë jam shndërruar nga një viktimë në një të mbijetuar. ■

NËSE JENI VIKTIMË E ABUZIMIT

Çfarë Është Abuzimi?

Abuzimi është shpërfillja ose keqtrajtimi i të tjerëve (të tillë si një fëmijë, një njeri i moshuar, një njeri me aftësi ndryshe ose kushdo tjetër), në një mënyrë të tillë që shkakton dëm fizik, emocional apo seksual. Ai shkon në kundërshtim me mësimet e Shpëtimtarit.

“Qëndrimi i Kishës është se abuzimi nuk mund të tolerohet në asnjë formë” (*General Handbook: Serving in The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints* [2020], 38.6.2). Abuzimi i shkel ligjet e Perëndisë dhe mund të jetë edhe një shkelje e ligjeve të shoqërisë.

Llojet e Ndryshme të Abuzimit

Abuzimi Fizik: Sjellje e qëllimshme agresive apo e dhunshme nga një person kundrejt një tjetri që përfundon me lëndim fizik.

Abuzimi Seksual: Veprimtaria apo kontakti i padëshiruar seksual, me shkelës që përdorin forcën, që bëjnë kërcënime apo përfitojnë nga viktimat që nuk janë në gjendje ta japin miratimin. E gjithë veprimtaria seksuale ndërmjet një të rrituri dhe një fëmije është abuzim pavarësisht nga miratimi.

Abuzimi Verbal ose Emocional: Një model sjelljeje në të cilin një person e sulmon qëllimisht dhe në mënyrë të përsëritur dikë në mënyra jo fizike, të tilla si fjalë të rënda, trembje, manipulim ose poshtërim. Kjo shkakton një përcaktim më të ulët për vetëvlerësimin dhe dinjitetin. Ndonëse nuk është fizik, ky lloj abuzimi e dëmton mirëqenien e përgjithshme mendore dhe emocionale të personit.

Si të Kërkoni Ndhimë

Zoti pret që ne të bëjmë gjithçka mundemi për ta parandaluar abuzimin dhe për t’i mbrojtur e ndihmuar ata që kanë qenë viktimë të abuzimit. Nga askush nuk pritet që t’i durojë sjelljet keqtrajtuese. Qoftë nëse po ndodhin tani apo kanë ndodhur kohë më parë, ju mund të gjeni burime që ju ndihmojnë, te abuse.ChurchofJesusChrist.org.

KËRKONI NDIHMË MENJËHERË

“Nëse tani po abuzohet me ju, ose është bërë në të shkuarën, gjeni kurajën për të kërkuar ndihmë. . . . Kërkoni mbështetjen e dikujt që mund t’i besoni. Peshkopi ose presidenti juaj i kunjit mund t’ju japin këshillë të vlefshme dhe t’ju ndihmojnë me autoritetet civile. . . . Mos kini frikë – sepse frika është një mjet që Satani do ta përdorë që ju të vazhdoni të vuani. Zoti do t’ju ndihmojë, por ju duhet ta kërkoni atë ndihmë.”

Plaku Riçard G. Skot (1928–2015), i Kuorumit të Dymbëdhjetë Apostujve, “Të Shërojmë Pasojat Shkatërruese të Abuzimit”, *Liahona*, maj 2008, f. 42.

Si t'i mund ndjenjat e vetmisë?

"Dhembja e vetmisë duket se është pjesë e përvojës tokësore. Por Zoti në mëshirën e Tij ka bërë që ne të mos na duhet të përballemi kurrë të vetëm me sfidat në vdekshmëri. . . . Neve na është premtuar shoqërimi i vazhdueshëm i anëtarit të tretë të Kreut-Perëndi dhe si rrjedhojë, privilegji i marrjes së zbulesës për vetë jetën tonë. Ne nuk jemi të vetëm!"

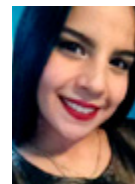
Sheri L. Dew, ish-këshilltare në Presidencën e Përgjithshme të Shoqatës së Ndhmës, "We Are Not Alone", *Liahona*, janar 1999, f. 112.



Zhvillojini Talentet Tuaja

Unë i mund ndjenjat e mia të vetmisë duke i zhvilluar talentet e mia, qoftë me një vegël muzikore, një veprimtari të parapëlqyer etj. Kjo ndihmon që ta heqësh mendjen nga ndjenja e vetmisë dhe shpesh ajo do të largohet tërësisht. Kjo do të bëjë gjithashtu që të gjeni njerëz të tjerë me interesa si tuajat.

Stiven H., moshë 12 vjeç, Nju-Meksiko, SHBA



Kërkojeni Dritën

Unë kërkoj përkrahjen, nxitjen dhe dashurinë e Atit Qiellor dhe Frymës së Shenjtë për të më dhënë paqe, shpresë dhe forcë kur meditoj, lutem dhe i lexoj shkrimet e shenjta. Ashtu siç thuhet te 3 Nefi 11:11, Jezu Krishti është "drita dhe jeta e botës". Ai erdhi që ta largonte errësirën.

Andrea B., moshë 18 vjeçe, Zulia, Venezuelë

Shkojuni në Ndhimë Miqve dhe Familjarëve

Kur ndihem e vetmuar, më pëlqen që t'u shkoj në ndihmë miqve dhe familjarëve të mi; më bën vërtet të ndihem e lumtur. Shikoj bekimet në jetën time dhe e falënderoj Atin Qiellor për aq shumë sa Ai më ka dhënë tashmë!

Telli N., moshë 16 vjeçe, Oregon, SHBA



Kujtoni Planin e Perëndisë

Dijeni se nëpërmjet planit të Perëndisë, ne nuk jemi kursesi të vetmuar. Fryma e Shenjtë është gjithnjë me ne dhe Perëndia e di se çfarë na mundon. Zoti kaloi çdo sprovë dhe çdo mundim që ju hasni. Një nga gjërat më të rëndësishme që ndiejmë në jetën në vdekshmëri, është lumturia, por nuk mund të kemi lumturi pa pasur trishtim (shih 2 Nefi 2:11). Lutjuni Perëndisë dhe kërkonti ndihmë; Ai nuk do të lërë në baltë asnjërin prej nesh.

Brok S., moshë 17 vjeç, Jutë, SHBA

Mirëbesojini Zotit

Lënia e Shtëpisë për të ardhur në Brazil për misionin tim ishte e vështirë. Madje mezi e flisja edhe gjuhën! Por kam mësuar se nëse e ke me vete Shpirtin e Zotit, nuk je kurrë i vetmuar. Ai ju njeh dhe do t'ju ndihmojë gjithnjë. Mirëbesojini Atij!

Plaku [Elder] Xhozef Tolen, moshë 20 vjeç, Misioni Campinas, Brazil

Përgjigjet mund të redaktohen lidhur me gjatësinë apo qartësinë. Përgjigjet e botuara synojnë të japin ndihmë dhe këndvështrim, nuk jepen si deklarime zyrtare të doktrinës së Kishës.

Çfarë Mendoni?

“Çfarë duhet të bëj nëse jam penduar, por nuk pushoj së menduari për atë që kam bërë gabim?”

Dërgojeni përgjigjen tuaj dhe, nëse dëshironi, një fotografi me rezolucion të lartë deri më 15 nëntor 2020, te liahona.ChurchofJesusChrist.org (klikoni “Submit an Article or Feedback” [“Dërgoni një Artikull ose Lini një Përshtypje”]).



Nëse kam pasur sfida të shëndetit mendor, a mund të shërbej ende në një mision?

Po. Të gjithë ata që “k[anë] dëshirë t’i shërbejnë] Perëndisë . . . thirren. . . për veprën” (Doktrina e Besëlidhje 4:3). *Vendi ku shërbejmë është më pak i rëndësishëm sesa mënyra si shërbejmë.* Dhe kushdo që mendon të shërbejë në një mision, do ta marrë në konsideratë shëndetin e vet fizik dhe mendor.

Nëse keni dëshirë të shërbeni në një mision, bisedoni me peshkopin tuaj. Ai mund t’ju ndihmojë të filloni procesin për bërjen e kërkesës. Si pjesë e atij procesi do të përfshihet këshillimi me mjekët dhe profesionistë të tjerë, si edhe udhëheqësit e Kishës dhe prindërit. Këto këshillime nuk kanë për qëllim që të vlerësojnë nëse ti je “mjaftueshëm i mirë” për Zotin, por që të ndihmojnë të përcaktojnë mundësitë më të mira për shërbimin tuaj.

Një *thirrje* për të shërbyer mund t’i vijë kujtdo që dëshiron të shërbejë. *Detyra* që merrni për të shërbyer në një vend të veçantë ose në një mënyrë të veçantë mund të varet nga shumë faktorë. Njerëzit që kanë sfida me shëndetin (përfshirë shëndetin mendor), nganjëherë janë përpjekur që të mos e tregojnë atë informacion gjatë procesit të bërjes së kërkesës, duke menduar se do t’i ndihmojë ata ta marrin caktimin që duan. Por nëse jeni plotësisht të ndershëm rreth historisë suaj mjekësore (përfshirë shëndetin mendor), Zoti do t’ju bekojë. Ai pret nga ju që të bëni gjithçka mundeni për ta përmirësuar shëndetin tuaj. Dhe pjesa më e madhe e përkrahjes mjekësore që merrni në shtëpi, mund të vazhdojë në fushën e misionit.

Për më shumë mbi shëndetin mendor, shkoni te mentalhealth.ChurchofJesusChrist.org.

Për më shumë mbi misionet, përfshirë shërbimin në misione, shkoni te ChurchofJesusChrist.org/callings/missionary.

Shpresa Jonë, Drita Jonë, Forca Jonë

Nga Plaku Ronald A. Rasband,
i Kuorumit të Dymbëdhjetë Apostujve

Kur u shugurova Apostull, i dashuri Presidenti Tomas S. Monson (1927–2018) tha se do të isha një dëshmitar i veçantë i emrit të Jezu Krishtit në të gjithë botën. Unë nuk e mora me lehtësi atë përgjegjësi. I studiova me vëmendje shkrimet e shenjta duke e identifikuar Zotin sipas emrave dhe titujve të Tij. Të gjitha këto që do t'ju shpreh juve, janë vargje nga shkrimet e shenjta, të cilat na kujtojnë shpresën tonë që është në Të.

Ai është Shpresa e Izraelit (Jeremia 17:13), Ylli i Ndrirshëm i Mëngjesit (Zbulesa 22:16), Bariu i Mirë (Doktrina e Besëlidhje 50:44), Këshilltari (Isaia 9:6; 2 Nefi 19:6), Princi i Paqes (Isaia 9:6; 2 Nefi 19:6), Çlirimtari (Romakëve 11:26), Drita e Botës (Gjoni 8:12) dhe Kryepriifti i të mirave që do të vijnë në të ardhmen (Hebrenjve 9:11). Ai është i fuqishëm për të shpëtuar (Alma 34:18; Doktrina e Besëlidhje 133:47) dhe Ai që ka gjithë fuqinë (Doktrina e Besëlidhje 61:1).

Ndikimi, gjurma që lë dhe shtrirja e Krishtit janë gjithëpërfshirëse. Ai është atje kur ne lëkundemi dhe përpiqemi fort të ecim përpara. Dhe nëse shkasim, "drita [e Tij] që shkëlqen në errësirë" (Doktrina e Besëlidhje 6:21), është më e shndritshme se kurrë. Ai na do në ditët tona më të shndritshme dhe në ditët tona më të errëta.

Të jesh një dishepull i Jezu Krishtit nuk është punë hamendësimi. Shtegu i Tij është i shënuar mirë nga gjurmët e Tij. Teksa e ndjekim Atë, ne arrijmë të duam atë që do Ai. Ndërsa i përtërijmë besëlidhjet tona me Të çdo javë duke marrë sakramentin e shenjtë, ne rritemi në kuptimin për Të si Shëlbues i botës (Doktrina e Besëlidhje 93:9), Shpirti i së vërtetës (Doktrina e Besëlidhje 93:9) dhe Fjala (Doktrina e Besëlidhje 93:8).

Miq të dashur, ky është Shpëtimtari që unë njoh, që e dua dhe e nderoj me gjithë zemrën time. Nga thellësia e shpirtit tim, dëshmoj për Të dhe për mirësinë e mëshirën e Tij. Ai ka premtuar: "Ju jeni miqtë e mi dhe do të keni një trashëgimi me mua" (Doktrina e Besëlidhje 93:45).

Jezu Krishti është përherë përgjigjja për problemet dhe sfidat që janë pjesë e kësaj përvoje në vdekshmëri. Duke e kuptuar misionin e Tij dhe ungjillin e Tij, dashuria jonë për Të dhe bindja jonë për Të dhe mbështetja jonë tek Ai, na japin forcë. ■

Nga një transmetim Mbrëmje me një Autoritet të Përgjithshëm për mësuesit e fesë, i zhvilluar më 8 shkurt 2019.

Vëllai i Jaredit



Ndërtoi mauna për të kaluar oqeanin.



I kërkoi Zotit të prekte 16 gurët për të ndriçuar maunat.



Foli me Jezu Krishtin ballë për ballë (shih Ethëri 3:13–20).

Udhëhoqi familjen dhe miqtë e tij nga Kulla e Babelit drejt tokës së premtuar.



Pa një vegim të mrekullueshëm, i cili shënohet te pjesa e vulosur e fletëve (shih Ethëri 4:4–5).

“Njeri i bëshëm dhe i fuqishëm dhe njeri shumë i favorizuar nga Zoti” (Ethëri 1:34).



**TË RINJTË DHE TË REJAT
NË MOSHË MADHORE**

*A po luftoni ju ose dikush
që ju njihni me varësinë?
Ka shpresë për ndryshim.*

44



FËMIJËT DHE
ADOLESHENTËT

**PARANDALIMI
DHE SHËRIMI NGA
ABUZIMI**

58, M12

RINIA

**SHËNDETI MENDOR
DHE MISIONARËT E
ARDHSHËM**

63

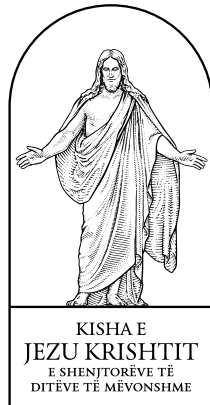
PRINDËRIT

**DHËNIA MËSIM
RRETH SË DHJETËS**

**M16,
M18**

**Vijnë Vitin e
Ardhshëm**

Revista të Kishës për ririnë
dhe fëmijët! Abonohuni tani
te store.ChurchofJesusChrist.
org ose në një qendër
shpërndarjeje.

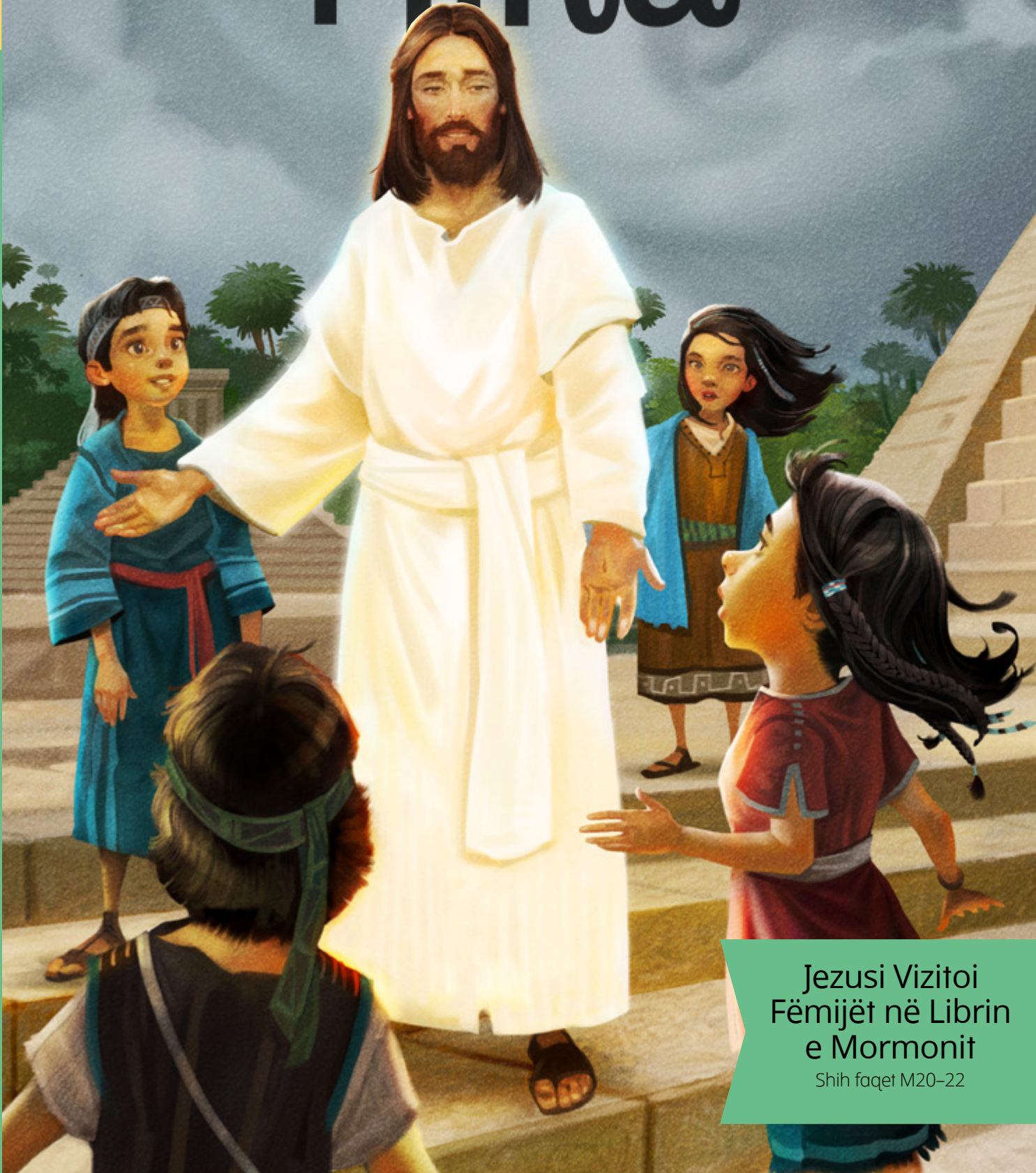


KISHA E
JEZU KRISHTIT
E SHENJTORËVE TË
DITËVE TË MËVONSHME

ALBANIAN
4 02167 25101 9

Miku

Pjesa për fëmijë të revista *Liahona*, botuar nga Kisha e Jezu Krishtit e Shenjtorëve të Ditëve të Mëvonshme



Jezusi Vizitoi
Fëmijët në Librin
e Mormonit

Shih faqet M20–22



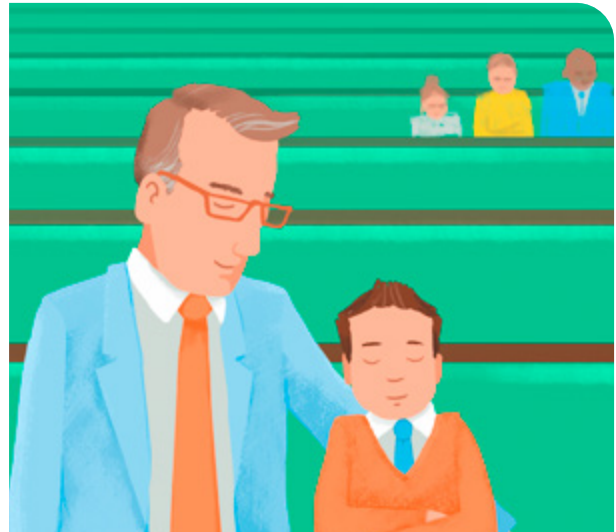
**Nga Presidenti
Dallin H. Oaks,**
Këshilltar i Parë
në Presidencën
e Parë

Sakramenti dhe Unë

Sakramenti është pjesa më e rëndësishme e mbledhjes së sakramentit. Kur e marrim sakramentin, ne premtojmë që ta kujtojmë gjithmonë Shpëtimtarin. Për ta bërë të veçantë sakramentin, ne:



Vishemi për të treguar që e nderojmë sakramentin.



Ulemi në qetësi përpara se të fillojë mbledhja.



Këndojmë himnin e sakramentit.



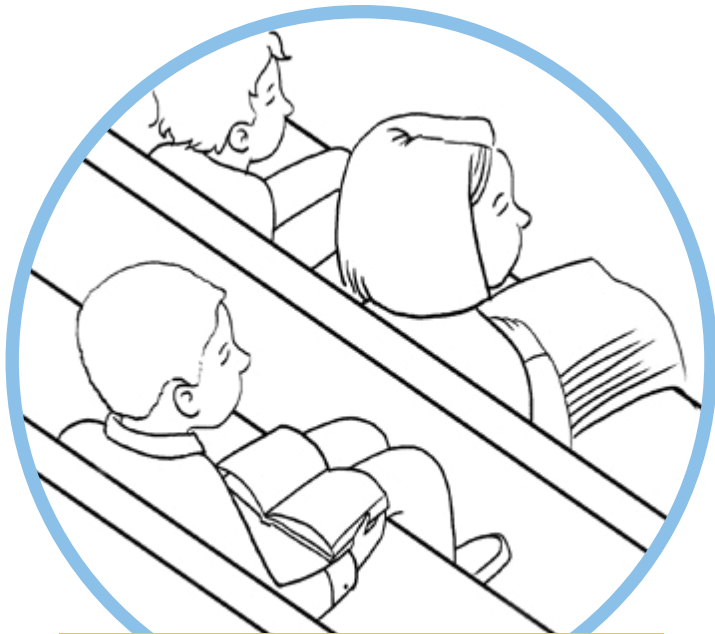
Mendojmë për Jezusin dhe premtojmë që gjithmonë ta kujtojmë Atë.

Sakramenti na ndihmon ta ndiejmë Frymën e Shenjtë. Ai na ndihmon të qëndrojmë në shtegun që na çon prapë në shtëpinë tonë qiellore. ●

Përshtatur nga biseda "Mbledhja e Sakramentit dhe Sakramenti" Liahona, nëntor 2008, f. 17–20.

Shfaqja e Dashurisë për Jezusin

Ne mund ta shfaqim dashurinë tonë për Jezusin duke qenë nderues gjatë sakramentit. Çfarë bën ti gjatë sakramentit?



Ulem në qetësi.



Mendoj për himnin tim të parapëlqyer të sakramentit.



Mendoj për një tregim rreth Jezusit.



I lutem Atit Qiellor.

Kelli donte thjesht një mik.

Vakt Dreke në Vetmi

Nga Stejsi Lin Keroll

(Bazuar në një ngjarje të vërtetë)

"The Holy Spirit whispers with a still small voice",
["Shpirti i Shenjtë me një zë të vogël pëshpërit"]
(Children's Songbook, f. 105).

Kelli hyri në sallën e ngrënies dhe pa rreth e rrotull. Të gjithë fëmijët e tjerë po vraponin drejt e te miqtë e tyre dhe po grumbulloheshin te tryezat. Salla ishte e zhurmshme me zëra gazmorë dhe me të qeshura plot gaz. Ishte vetëm dita e dytë e shkollës, por dukej sikur çdonjëri kishte dikë me të cilin të ulej përveç Kellit.

Ajo e shtrëngoi fort dorezën e kutisë së saj të ushqimit dhe shkoi drejt njëres prej tryezave. "A mund të ulem afër teje?" – pyeti Kelli.

Një vajzë me një gërshtet të gjatë gështenjë ngriti sytë. Ajo turfulloi dhe tundi kokën. "Jo. Është e zënë" – tha ajo.

"Në rregull!" Kelli lëvizi te një karrige tjetër e lirë dhe e vuri kutinë e saj të ushqimit mbi tryezë.

"Ti nuk mund të ulesh këtu! Po e ruaj për dikë atë karrige" – tha një djalë me këmishë me vija të gjelbra. Ai e shtyu kutinë e ushqimit të Kellit aq sa ra në dysheme. Të gjithë miqtë e tij qeshën.

Kelli u përkul dhe e ngriti sërish kutinë e saj të ushqimit. Eci përgjatë sallës së ngrënies dhe u ul në një tryezë bosh. Ajo pa dikë nga lagjja e saj e banimit dhe u përpoq ta përshëndeste me dorë, por ai vështroi nga ana tjetër. Kelli u vrenjt. Përse askush nuk donte të ishte miku i saj?

Kelli i hodhi sytë nga ushqimi. Asaj nuk ia kishte më qejfi të han-te. I fshiu sytë, e mbylli kutinë e saj të ushqimit dhe doli jashtë.





Të gjithë ishin duke luajtur tashmë me miqtë e vet. Kelli u ul vetëm në një stol dhe vështroi fëmijët e tjerë që po kënaqeshin pa të. Pastaj Kelli vuri re një djalë afër moshës së saj që ishte ulur vetëm në bar. Ai kishte veshur një këmishë të verdhë me njëllja dhe flokët i rrinin të ngritur pas.

Kelli e hoqi vështrimin. Ajo pa një grup vajzash nga klasa e saj që po luanin lojën me katër kuadrate. Ajo do të donte që ato ta ftonin të luante me to.

Kelli e vështroi sërish djaloshin. Koka i ishte varur dhe po këpuste barin rrotull këmbëve të tij. Kelli kujtoi diçka që ia thoshte nganjëherë nëna: *Kërko fëmijët që janë të vetmuar.*

Kelli u vrenjt. Edhe ajo ishte e vetmuar. Askush nuk po përpiquej të ishte miku i saj!

Por, pastaj Kelli mendoi për kohën kur ishte pagëzuar, vitin e kaluar. Ajo premtoi që ta dëgjonte Frymën e Shenjtë. Ndoshta Fryma e Shenjtë po e ndihmonte që të kujtonte atë që i kishte thënë nëna. Ndoshta Fryma e Shenjtë po përpiquej t'i tregonte asaj që të luante me djaloshin me këmishë të verdhë.

Kelli psherëtiu dhe u ngrit në këmbë. Një ndjenjë e ngrohtë ia mbuloi zemrën. Ajo eci për tek ai dhe u ul në bar pranë djalit.

“Përshëndetje” – tha ajo.

“Përshëndetje” – ia ktheu ai duke pëshpëritur. “Cila është ngjyra jote e parapëlqyer?”
 “Ëm . . . jeshilja.”
 “Sa mirë. Mua më pëlqen rozja” – tha Kelli. “A ke një kafshë të parapëlqyer?”

Djali qëndroi pak më drejt dhe e vështroi në sy atë. “Po. Më pëlqejnë shumë dinozaurët.”

“Ah, edhe mua. I parapëlqyeri im është triceratopi.”

Djali buzëqeshi.

Pastaj ra zilha. Kelli u ngrit në këmbë dhe e përshëndeti me dorë djalin. Ajo buzëqeshi teksa u kthye sërish e vetme në klasën e saj. Ajo mund të mos kishte një mik të ngushtë, por u ndje e lumtur duke e ditur se e kishte bërë pushimin e dikujt pak më të mirë. ●

Autorja jeton në Jutë, SHBA.



Po nxitoja shumë për të shkuar në shkollë. Por pastaj pata këtë ndjenjë se së pari duhej të merrja një qese me patatina nga shtëpia. Pas drekës, shoku im Druja dukej paksa i trishtuar. E pyeta se çfarë nuk shkonte. Ai tha se e kishte harruar drekën e tij. M'u kujtuan patatinat, kështu që ia dhashë atij. Druja tha: “Kjo është gjëja më e mirë që ka bërë dikush për mua në shkollë”.

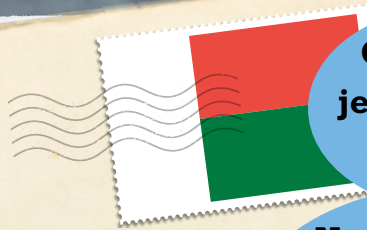
Durham M., moshë 11 vjeç, Jutë, SHBA



ILUSTRIMI NGA BARBARA BONGINI



Përshëndetje nga Madagaskari!



Ç'kemi, ne jemi Margoja dhe Paolo.

Ne po udhëtojmë përreth botës për të mësuar për fëmijët e Perëndisë. Bashkoku me ne teksa vizitojmë Madagaskarin!



Madagaskari është një ishull në bregun lindor të Afrikës. Ka shumë bimë dhe kafshë që nuk gjenden në ndonjë vend tjetër të botës – si ky lemur me bisht me vija rrethore!



Këta djem po ndihmojnë që të mbartin bidonë me ujë për familjet e tyre. Si e ndihmon ti familjen tënde?



Kisha është e vogël në Madagaskar, por po rritet! Për momentin atje ka 14 lagje dhe 26 degë.

Njihu me disa nga miqtë tanë nga Madagaskari!

Në Madagaskar jetojnë më shumë lloje kameleonësh se në çdo vend tjetër në botë!



Unë e di që Jezu Krishti është Shpëtimtari ynë.

**Natan, moshë 7 vjeç,
Provinca Antananarivo,
Madagaskar**



Rasëll M. Nelsoni është një profet i Perëndisë.

**Nomena, moshë 6 vjeçe,
Provinca Antananarivo,
Madagaskar**

Këto pemë të stërmëdha baobabi mund të ruajnë shumë ujë në trungjet e tyre – deri në 120 000 litra.



Shumë njerëz në Madagaskar hanë oriz dy ose tre herë në ditë, nganjëherë me perime, fasule ose mish.

**A je nga Madagaskari?
Na shkruaj! Do të na pëlqente shumë të dëgjonim prej teje.**

Namana!



Faleminderit që e eksplorove Madagaskarin me ne. Shihemi herën tjetër!

Fjala në malagasisht për "mik" është *namana*. Nëse do të mund të takoje një mik të ri në Madagaskar, çfarë do t'i thoje?





Faneva Misionari

Nga Marisa Uidisën

Revistat e Kishës

(Bazuar në një ngjarje të vërtetë)

Faneva vështroi nga dritarja rrugën plot lëvizje poshtë shtëpisë së tij. Ai mund t'i shih-te njerëzit që tërhiqnin karrocet me perime, oriz, coha dhe mallra të tjera për të shitur. Ai mund të dëgjonte boritë e makinave dhe qen-të që lehnin. Pastaj ai dëgjoji një tingull tjetër.

“Nënë, po troket dikush te dera!” – thirri Faneva. Nëna e hapi derën. Dy djem të rinj të veshur me kostum dhe kollare qëndronin te dera. Faneva nuk kishte parë askënd më parë të vishej në atë mënyrë në lagjen e tij të

banimit në Madagaskar.

“Ne jemi misionarë nga Kisha e Jezu Krishtit e Shenjtorëve të Ditëve të Mëvonshme” – tha njëri prej tyre. “Ne i mësojmë njerëzit rreth Jezusit. A mund t’ju themi një mesazh?”

Faneva u emocionua kur nëna i ftoi brenda. E gjithë familja u mbledh për të dëgjuar rreth Jezu Krishtit dhe se si Kisha e Tij ishte sërish mbi tokë.

Pas asaj dite, misionarët e vizituan familjen e Fanevës shumë herë. Ata sollën një libër që

titullohej *Histori nga Libri i Mormonit*. Fanevës i pëlqente shumë ta lexonte atë me familjen e tij!

Një ditë do të bëhem misionar dhe do t'ua tregoj të tjerëve Librin e Mormonit, tha me vete Faneva.

Kur erdhën misionarët një herë tjetër, ata u mësuan familjarëve të Fanevës se si të luteshin. Faneva mësoi se ai mund të bisedonte me Atin Qiellor kurdoherë dhe kudo ndodhej.

Një ditë do të jem një misionar dhe do t'i mësoj njerëzit rreth lutjes, mendoi Faneva.

Një ditë misionarët kishin një pyetje të rëndësishme.

"A do ta ndiqni shembullin e Jezu Krishtit dhe të pagëzoheni?" – pyeti njëri prej tyre.

Fanevës iu bë zemra mal.

"Po!" – tha ai.

"Po!" – thanë i vëllai dhe nëna.

Babi tha se nuk ishte ende gati për t'u pagëzuar. Por nuk e kishte problem që pjesa tjetër e familjes do të pagëzohej. Dhe kështu që u pagëzuan! Faneva u pagëzua nga njëri prej misionarëve që e kishte mësuar rreth Jezusit.

Një ditë do të jem misionar dhe do t'i ndihmoj njerëzit të pagëzohen, mendoi Faneva.

Një nga pjesët më të mira e të qenit anëtar i Kishës, ishte vajtja në Fillore. Fanevës i pëlqenin shumë veprimtaritë dhe të takonte miq



të rinj. Por gjëja që pëlqente më shumë nga të gjitha, ishte të këndonte këngët e Fillores. Një të diel, në Fillore, ata po këndonin këngë rreth përhapjes së ungjillit.

"Un' dua të jem misionar tani", këndoi Faneva. "Nuk dua të pres gjersa t'rritem."

Mund të filloj të bëj punë misionare tani, mendoi Faneva. *Nuk më duhet të pres deri sa të vijë dita!*

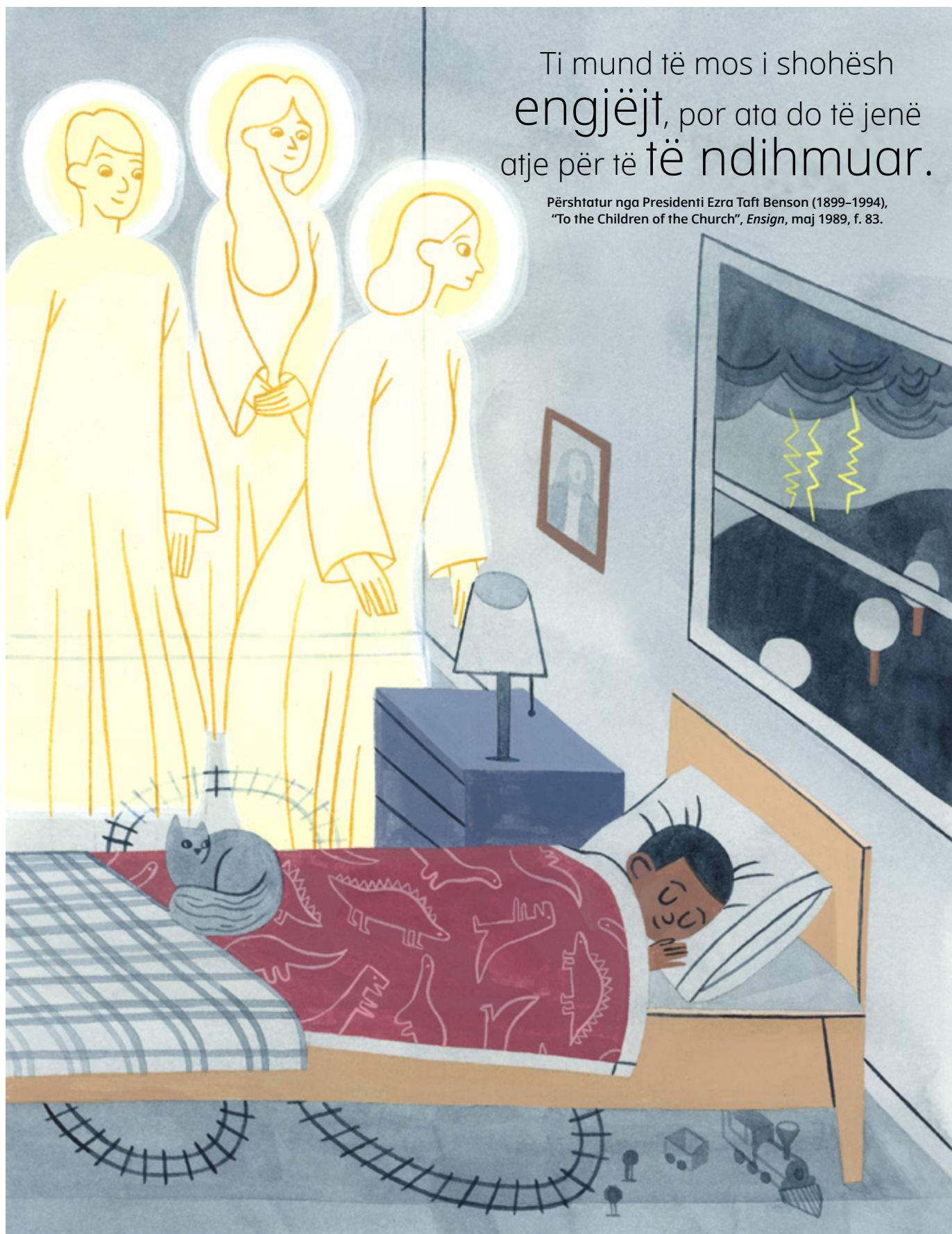
Që nga ajo ditë, Faneva kërkonte mënyra për ta përhapur ungjillin. Ai u përpoq të ishte një shembull i mirë. Ai i ftoi njerëzit në kishë. Ai i ndihmoi fqinjët e tij. Pas disa vitesh, ai ishte rritur mjaftueshëm sa t'i ndihmonte misionarët për të mësuar njerëzit në qytetin e tij. Pas disa vitesh të tjera, ai shërbeu vetë në një mision – duke takuar njerëz të rinj dhe duke u treguar për ungjillin, njësoj siç misionarët ia kishin treguar atij. ●



"Më mirë të kaloj kohë me misionarët sesa të bëj ndonjë gjë tjetër" – thotë Faneva. **Ai u thirr për të shërbyer si një misionar në atdheun e tij, në Madagaskar.**

Ti mund të mos i shohësh
engjëjt, por ata do të jenë
atje për të të ndihmuar.

Përshtatur nga Presidenti Ezra Taft Benson (1899–1994),
"To the Children of the Church", *Ensign*, maj 1989, f. 83.



Trego dhe Thuaj

Konferenca e përgjithshme është këtë muaj! Ja se çfarë u pëlqen disa fëmijëve nga konferenca.



**Izabela B., moshë 5 vjeçe,
Guatemala, Guatemalë**



**Ilse N., moshë 5 vjeçe,
Nuevo-Leon, Meksikë**



**Gabriel F., moshë 10 vjeç,
Minas-Gerais, Brazil**



Shelema, Xhozueu, Mia dhe Ruthi C., të moshave 5, 8 vjeç, 6 muajsh dhe 3 vjeç, **Durango, Meksikë**, u kënaqën shumë duke e parë konferencën e përgjithshme nga shtëpia. Ishte një konferencë e veçantë!



Më pëlqen shumë muzika e Korit të Tabernakullit. Ndiej gjithmonë paqe.

Zhared B., moshë 7 vjeç, Normandi, Francë



Kur e pashë konferencën e përgjithshme, mësova rreth mënyrës se si Jozef Smithi e përktheu Librin e Mormonit në mënyrë që ne të kishim fjalën e Perëndisë. Libri i Mormonit më mëson rreth Jezu Krishtit.

**Shaloma A., moshë 6 vjeçe,
Rajoni Dakar, Senegal**



Anelës, Ruthit, Sarës dhe Samirës K., të moshave 8, 2, 6 dhe 6 vjeçe, **Litoral, Benin**, u pëlqeu tej mase që e panë konferencën së bashku si familje.

Të Thuash Fjalën Jo, të Dëgjosh

Ati Qiellor na do dhe dëshiron që ne të jemi të mbrojtur! Ta thuash fjalën jo atëherë kur na nevojitet dhe respektimi i të tjerëve kur na thonë neve fjalën jo, janë mënyra se si mund ta mbrojmë veten dhe të tjerët.

Nganjëherë ty të nevojitet ta thuash fjalën jo në një mënyrë të sjellshme.



“Jo, faleminderit. A mund të më japësh ujë më mirë?”

Tani është radha jote!
Përfytyro sikur të nevojitet të thuash jo në një mënyrë të sjellshme.
Çfarë mund të thuash?

Nganjëherë të nevojitet të thuash jo në një mënyrë më të fortë.



“Nuk dua ta shoh atë!
Ne nuk duhet ta shikojmë atë.”

Tani është radha jote!
Përfytyro sikur të nevojitet të thuash jo në një mënyrë më të fortë.
Çfarë mund të thuash?

Fjalën Jo

Nganjëherë njerëzit na thonë fjalën jo për të na ndihmuar që të jemi të mbrojtur dhe të shëndetshëm.

"Më vjen keq, nuk mund të shkosh. Nuk ka siguri."



Nganjëherë njerëzit na e thonë fjalën jo kur nuk ndihen rehat.

Tani është radha jote! Përftyro një të rritur që të thotë fjalën jo dhe ty nuk të pëlqen. Çfarë duhet të bësh?

"Ndal! Nuk më pëlqen kjo lojë."

Tani është radha jote! Përftyro dikë që të kërkon të ndalosh së bëri diçka. Çfarë duhet të bësh?

Po në qoftë se njerëzit nuk të dëgjojnë kur ti thua jo? Po sikur të të lëndojnë ose të bëjnë diçka të keqe?

- ★ Nëse mundesh, largohu.
- ★ Tregoji një të rrituri që i beson rreth asaj që ndodhi.
- ★ Kujto që nuk është faji yt.
- ★ Pavarësisht se çfarë ndodh, dije se Ati yt Qiellor dhe Jezu Krishti të duan gjithmonë!

Telefonoji Babit

*Nëse i jap fort biçikletës,
mendoi Juja, mund t'ia dal të
shkoj në shtëpi përpara se të
përmyten rrugët.*

Nga Xhuli Kornelius-Huang

(Bazuar në një ngjarje të vërtetë)

Autorja jeton në Jutë, SHBA.

*“Merrni zemër, sepse unë do t’ju udhëheq përgjatë
udhës” (Doktrina dhe Besëlidhje 78:18).*

Juja doli nga qendra e kurseve mësimore drejt trotuarit plot me njerëz. Mendjen e kishte plot me fakte matematikore nga mësimet e tij pas shkollës. Njerëzit nxitonin pranë me çadra. Pikat e mëdha të shiut ia krisën fort dhe rrugët e mbuloi uji.

Shoku i Jusë, Lini, erdhi përbri tij. “Duhet t’i telefonosh babit që të të marrë” – tha Lini. “Zoti Zhang thotë se disa pjesë të qytetit po përmyten.”

“Mund të shkoj vetë në shtëpi.”

“Po shikojë gjithë atë ujë!” – tha Lini, duke treguar ujin që vërshonte vrullshëm në kanal.

Për një çast, Juja pati një ndjenjë të çuditshme. Mos vallë Lini kishte të drejtë? Ndoshta ai *duhej* t’i telefononte babit që ta çonte me makinë



në shtëpi përpara se të përmyteshin rrugët. Por ai me babin kishin bërë një debat mbrëmjen e kaluar dhe Juja ishte akoma i inatosur. Ai nuk donte t'i kërkonte ndihmë babit.

Juja e shkyçi biçikletën dhe u përshëndet me Linnin. *Nëse i jap fort biçikletës* – mendoi ai – *mund t'ia dal të shkoj në shtëpi përpara se të përmytën rrugët.*

Ai i dha fort biçikletës, po shpejt duart iu bënë akull, rrobat iu qullën dhe u raskapit. Edhe një herë i erdhi mendimi që t'i telefononte babit. A ishte ndjesia nga Fryma e Shenjtë? Misionarët që e pagëzuan atë, i kishin thënë se Frymën e Shenjtë mund ta kishte udhërrëfyes. Juja vështroi qiellin. Ishte kaq mot i zymtë sa që nuk mund t'i shihte majat e ndërtesave. Por akoma ishte i zemëruar me babin.

Juja e shpërfilli ndjenjën dhe vazhdoi t'i jepte biçikletës. Uji u ngrit kaq shumë sa që pronarët e dyqaneve i mbyllën veprimtaritë e tyre. Njerëzit po i zhvendosnin objektet e veta në katet më sipër. Juja pa një nënë që po i shtynte fëmijët e saj përmes ujit në një barkë të vogël plastike.

Me ujin që tashmë kishte ardhur mbi kyçet e tij të këmbës, Juja nuk mund t'i jepte më biçikletës. Ai zbriti dhe e shtyu biçikletën. Me gjasë ishte tepër vonë tani për t'i telefonuar babit dhe shiu po binte ende. Bubullimat gjëmonin dhe vetëtimat shkrepnin sipër tij. Juja pati frikë. Dhe ishte shumë i lodhur! Ai vështroi përpara. Ishte ende shumë larg nga shtëpia.

Ai nuk duhej ta kishte shpërfillur Frymën e Shenjtë veç për shkak të një debati të kotë.

Juja ndaloi të bënte një lutje të shkurtër.
Nuk mund t'ia dëgjonte zërin vetes

nga shiu dhe bubullimat, por ai e dinte se Ati Qiellor mund ta dëgjonte atë.

“Atë Qiellor” – u lut Juja. “Të lutem më ndihmo të shkoj në shtëpi shëndoshë e mirë.” Kur e mbaroi lutjen, ai ndjeu mjaftueshëm forcë sa të vazhdonte përpara.

Së fundi, Juja mundi ta shihte shtëpinë e tij mbi kodër. Ftohtë, i lodhur si edhe me një këpucë që i mungonte, Juja eci me mundim përpjetë kodrës. Ai pa se baba po e priste përjashta. Babi u lëshua vrap tatëpjetë kodrës për ta takuar atë, duke pllaquritur ujin teksa vraponte.

Kur baba arriti tek ai, e mbështolli në krahët e tij Junë. “Isha shumë i shqetësuar!” – tha baba. “Duhet të më kishe telefonuar!”

“Mendova se ishim zemëruar me njëri-tjetrin” – tha Juja.

“Nuk jam kurrë tepër i zemëruar për të të ndihmuar” – tha baba. Pastaj ia mori biçikletën Jusë dhe e shtyu për aq rrugë sa kishte mbetur deri në majë të kodrës.

Edhe pse bubullimat po jehonin nëpër ndërtesat e larta dhe shiu i fortë po binte me rrebesh, një ndjenjë e ngrohtë ia mbushi zemrën Jusë. Ai ndjeu paqe dhe siguri teksa e ndiqte babin për në shtëpi. ●



“Ati ynë në Qiell e dinte se në vdekshmëri ne do të hasnim sfida. . . . Për të na dhënë forcë fizike dhe udhërrëfim hyjnor, Ai siguroi Shpirtin e Shenjtë.”

Plaku Ronald A. Rasband, i Kuorumit të Dymbëdhjetë Apostujve, “Shpirti i Shenjtë na Udhëzoftë”, *Liahona*, maj 2017, f. 93.

E Dhjeta për Pesot

Nga Alan Ivan Ruiz Ontiveros

(Bazuar në një ngjarje të vërtetë)



Sofia u grrit herët. Sot ishte ditë shumë e veçantë. Ajo do të shkonte për të shitur limonadë te pika e shitjes në garazhin e tetos dhe burrit të saj! Mami përgatiti një kanë të madhe me limonadë për të.



Sofia bëri një tabelë. Ajo shkroi "Limonadë!" në germa portokalli dhe të verdha. Ajo e ngjiti shënimin te një tavolinë e vogël. Pastaj u ul duke pritur.

Shpejt u afrua një zotëri: "A mund të më japësh një gotë?" – e pyeti ai. Ai hodhi ca pesos në kavanozin e saj.

"Sigurisht!" – tha Sofia. Ajo i mbushi atij një gotë limonadë.

Pak e nga pak, njerëzit erdhën të shihnin te pika e shitjes te garazhi. Dhe pak e nga pak ata e blenë limonadën e shijshme. Mëngjesi kaloi gëzueshëm. Për pak kohë u mbarua e gjithë limonada.

Sofia tundi kavanozin e saj. Pesot tringëllinin. Sa shumë që kishte mbledhur!

"Punë e paqme!" – tha babi.

Sofia nuk kishte pasur kurrë kaq shumë para më parë. "Do të shkoj të blej një lodër YoYo!"

Babi buzëqeshi. "A e di se çfarë bëjmë unë dhe mami kur fitojmë para?"

Sofia tundi kokën.

"Ne paguajmë të dhjetën" – tha babi. "Ati Qiellor na dha gjithçka. Ai kërkon që ne t'i japim Atij në këmbim një pjesë të vogël. Ne e paguajmë të dhjetën sepse e duam Atë."

Sofia buzëqeshi. Ajo donte t'i tregonte Atit Qiellor se edhe ajo e donte Atë.

Babi e ndihmoi Sofian që t'i numëronte pesot e saj. Sa herë që numëronte deri në 10, ajo vendoste një peso në zarf. Babi e ndihmoi atë që të shkruante numrat në një fletë të vogël të bardhë. Ata e vendosën letrën në një zarf bashkë me pesot. Pastaj e ngjitën për ta mbyllur. Sofia do t'ia jepte atë peshkopit nesër në kishë.

"Si ndihesh?" – e pyeti babi Sofian.

"Shumë e lumtur! Dhe unë kam ende para për të blerë lodrën YoYo." Ajo e ndjeu se Ati Qiellor ishte i lumtur me zgjedhjen e saj. ●

Autori jeton në Çiuaua, Meksikë.



Koha për të Dhjetën

A ti Qiellor na kërkon të paguajmë të dhjetën. Kjo do Arë thotë që të japim një të dhjetën e parave që marrim. Ti mund ta përdorësh këtë faqe për t'u ushtruar!

Numëroji monedhat. Sa herë që numëron 10 monedha, ngjyros një nga ato. Monedhat e ngjyrosura janë ato që do t'i paguaje për të dhjetën!



Je gati për diçka më të vështirë? Mblidhi paratë më poshtë.

Pastaj ngjyros se sa monedha do të paguaje për të dhjetën. (Kujto, për çdo 10 monedha, ju jepni një.) ●





Nga Plaku Eduard Dubi,
i Të Shtatëdhjetëve

“Mësoni nga unë . . . dhe ju do të gjeni prehje për shpirtat tuaj” (Mateu 11:29).

Një burrë për të cilin punova, më dha një kopje të Librit të Mormonit. Por nuk e lexova për gati dy vjet. Një të diel, e mora Librin e Mormonit dhe shkova në një linjë hekurudhore jashtë qytetit ku jetoja në Zimbabve. U ula dhe fillova të lexoja.

Në fillim, e kisha të vështirë ta kuptoja. Por e rilexova dëshminë e Jozef Smithit shumë e shumë herë. Fjalët e tij më prekën në zemër.

Më vonë, dikush më ftoi të vija në kishë. Në fillim, nuk u ndjeva rehat, kështu që u ula në rreshtin e fundit. Por kur njerëzit filluan të jepnin dëshmitë e tyre rreth

Përhapja e Ungjillit

Shpëtimtarit Jezu Krisht dhe Librit të Mormonit, ndjeva diçka të mrekullueshme përbrenda.

Pa kaluar shumë kohë, misionarët erdhën në lagjen time. Së shpejti u pagëzova. Vite më vonë, pata nderin të shërbeja në një mision dhe ta përhapja ungjillin të shumë të tjerë.

Kisha është rritur shumë në Zimbabve. Por ka ende shumë gjëra që mund të bëjmë për ta përhapur ungjillin, pavarësisht faktit se ku jetojmë. Nëpërmjet lutjes, studimit të shkrimeve të shenjta dhe mbrëmjes së shtëpisë, ti mund ta forcosh dëshminë tënde dhe të qëndrosh afër Atit Qiellor. Dëshmia jote mund të bekojë jetën e shumë njerëzve në mbarë botën. ●



Njerëzit Besnikë e Ndoqën Jezusin



Kur Jezusi i vizitoi nefitët, Ai u dha mësim atyre rreth pagëzimit dhe se si ta merrnin sakramentin. Ai themeloi Kishën e Tij.

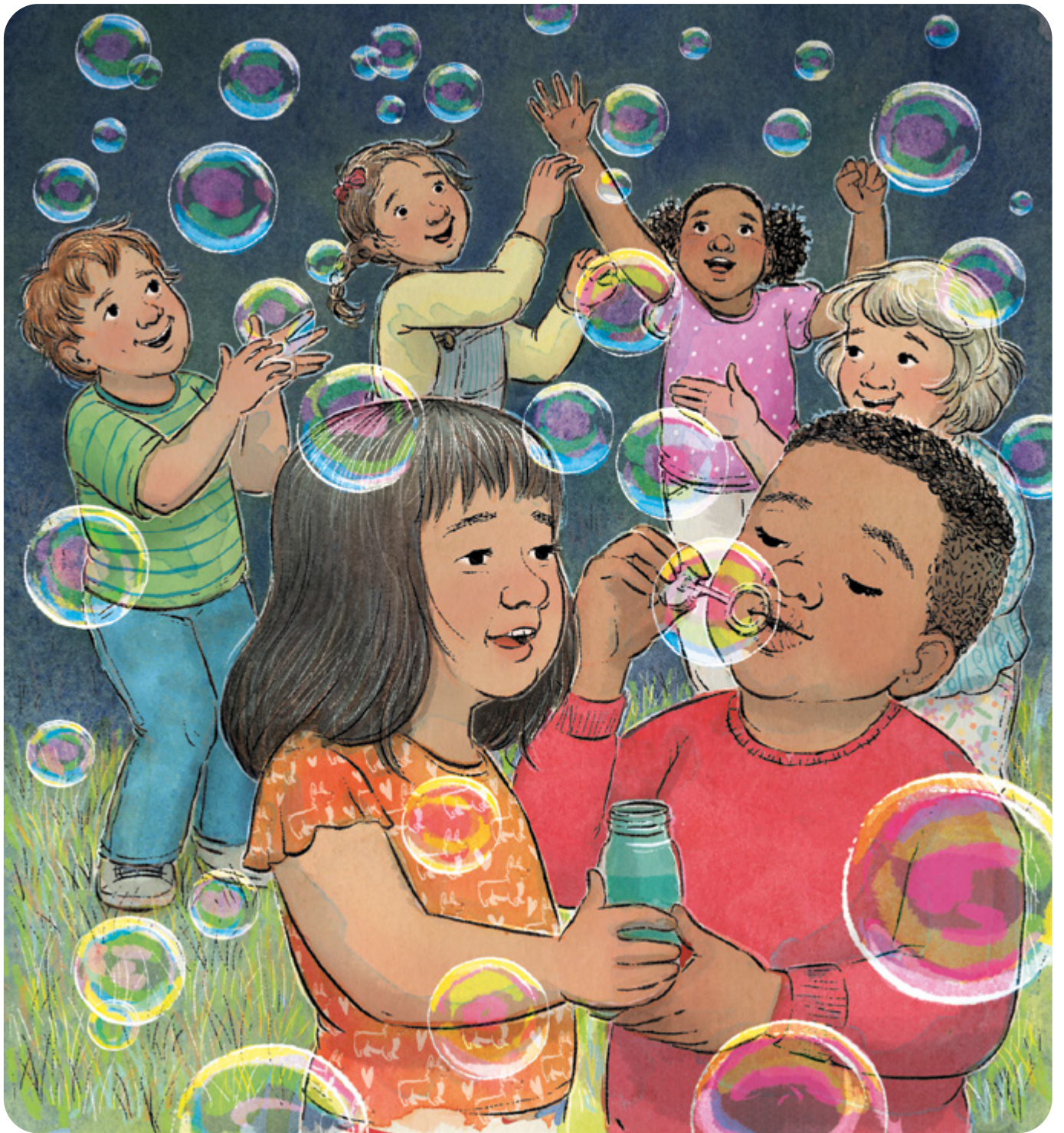


Jezusi e bekoj secilin fëmijë. Engjëj erdhën! Jezusi i shëroi njerëzit dhe u lut për ta. Pastaj Ai u kthye sërish në qiell.

Pasi Jezusi u largua, njerëzit vazhduan të bënin atë që Ai dha mësim. Që të gjithë ata, punuan së bashku dhe e ndanë atë që kishin, kështu që asnjë nuk ishte i varfër. Udhëheqësit e Kishës i bekuan ata që ishin të sëmurë.



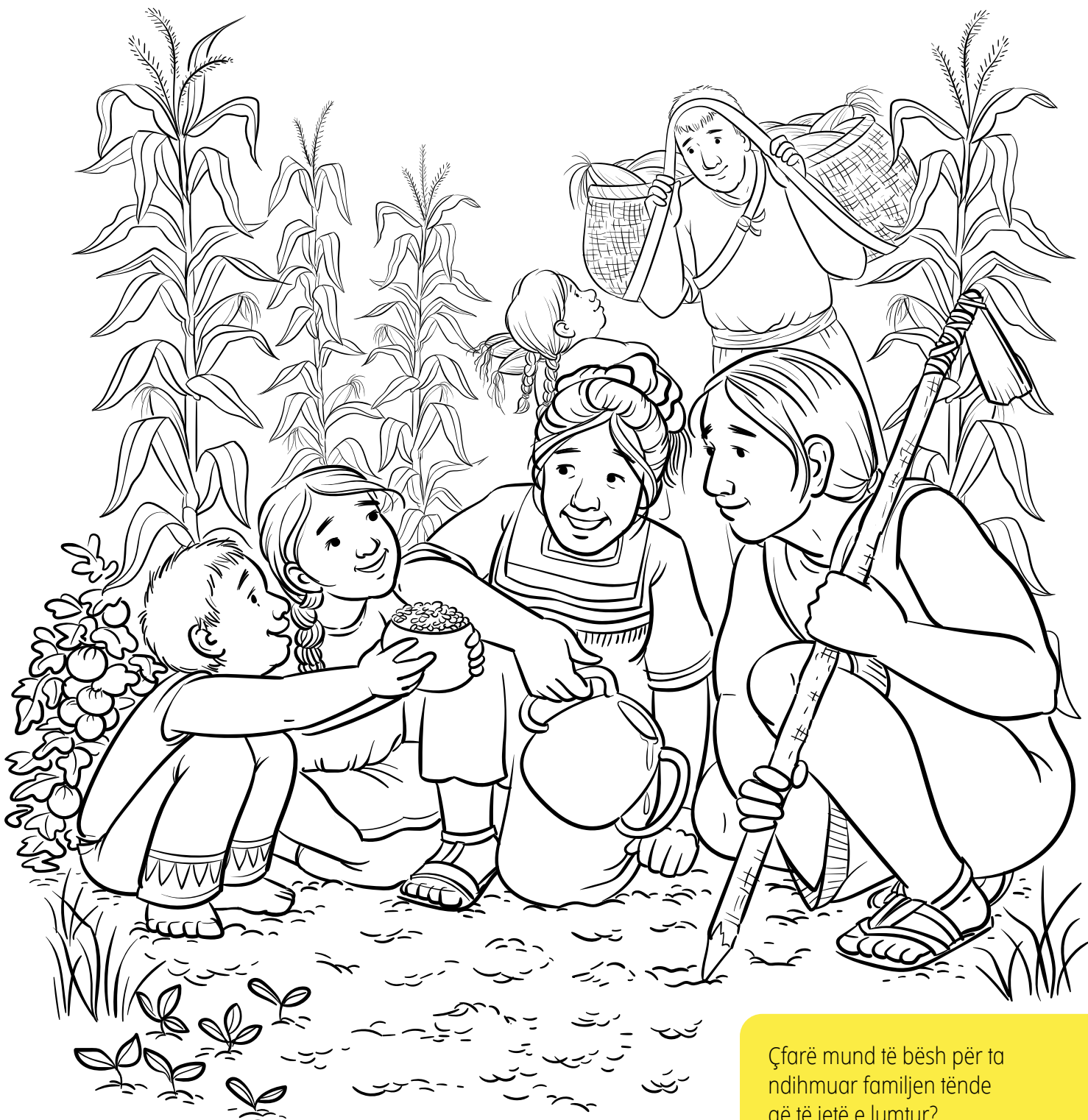
Në vend që të luftonin, njerëzit zgjodhën të shkonin mirë me njëri-tjetrin. Gjithsecili i zbatoi urdhërimet e Perëndisë. Dhe ata ishin të lumtur për një kohë shumë të gjatë!



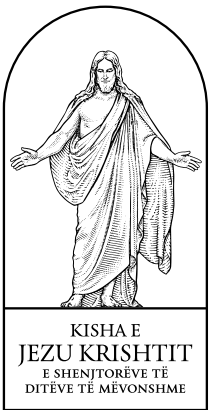
Jeta ime do të jetë më e lumtur po t'i zbatoj urdhërimet e Perëndisë. Unë mund ta ndaj atë që kam me të tjerët. Unë mund t'i ndihmoj njerëzit që të shkojnë mirë me njëri-tjetrin. ●

Lexo për këtë te 3 Nefi 17 deri te 4 Nefi 1.

Njerëzit Jetuan të Lumtur



Çfarë mund të bësh për ta ndihmuar familjen tënde që të jetë e lumtur?



Të dashur Prindër,

Çdo fëmijë duhet të ketë mbrojtje dhe përkujdesje. Jezusi vendosi një shembull për këtë në Librin e Mormonit, duke e bekuar çdo fëmijë e duke u lutur për të (shih faqet M20–23). Si mund t'i bekojmë dhe t'i mbrojmë fëmijët që i njohim? Këtu janë disa ide:

- Ne mund t'i mbrojmë ata fizikisht dhe t'u mësojmë atyre ta respektojnë trupin e njerëzve të tjerë (faqet M12–13).
- Ne mund të ndihmojmë t'i mbrojmë ata nga ana shpirtërore duke i nxitur të marrin sakramentin (faqet M2–3).
- Ne mund t'u mësojmë atyre të kërkojnë ndihmë kur kanë nevojë për të (faqet M14–15).

Mund të zgjidhni një nga këto mesazhe për t'i lexuar së bashku si familje. Sigurohuni që fëmijët tuaj ta dinë se sa shumë i doni!

Ne ju duam.

Miku

DËRGOJENI PUNIMIN ARTISTIK OSE PËRVOJËN E FËMIJËS SUAJ TE LIAHONA

Shkoni te liahona.ChurchofJesusChrist.org dhe klikoni te “Submit an Article or Feedback” [“Dërgoni një Artikull ose Lini një Përshtypje”]. Ose na e dërgoni me postë elektronike te liahona@ChurchofJesusChrist.org së bashku me emrin, moshën, vendbanimin e fëmijës suaj dhe këtë deklaratë për leje: “Unë, [vendosni emrin tuaj], i jap leje Kishës së Jezu Krishtit të Shenjtorëve të Ditëve të Mëvonshme ta përdorë materialin e dorëzuar nga fëmija im në revistat e Kishës, te faqet e internetit dhe platformat e mjeteve shoqërore të informimit të Kishës dhe ndoshta te materiale të tjera të Kishës”. Mezi presim të dëgjojmë prej jush!



Gjeje Liahonën e fshehur brenda revistës!

PËRMBAJTJA

- M2** Nga Presidencën e Parë: Sakramenti dhe Unë
- M4** Vakt Dreke në Vetmi
- M6** Përshëndetje nga Madagaskari!
- M8** Faneva Misionari
- M10** Ide e Shkëlqyer
- M11** Trego dhe Thuaj
- M12** Të Thuash Fjalën Jo, të Dëgjosh Fjalën Jo
- M14** Telefoni Babit
- M16** E Dhjeta për Pesot
- M18** Gjëra Argëtuese: Koha për të Dhjetën
- M19** Miku Mikut: Përhapja e Ungjillit
- M20** Histori nga Shkrimet e Shenjta: Njerëzit Besnikë e Ndoqën Jezusin
- M23** Faqe për Ngjyrosje: Njerëzit Jetuan të Lumtur

NË KAPAKUN E Pjesës MIKU
Ilustrimi nga Jim Madsen