PĒDĒJO DIENU SVĒTO JĒZUS KRISTUS BAZNĪCA • 2020. GADA OKTOBRIS

Liahona

Trīs lietas, par ko mēs allaž varam būt pateicīgi

12. lpp.

Vardarbības atpazīšana un problēmas risināšana, 5., 18. lpp.

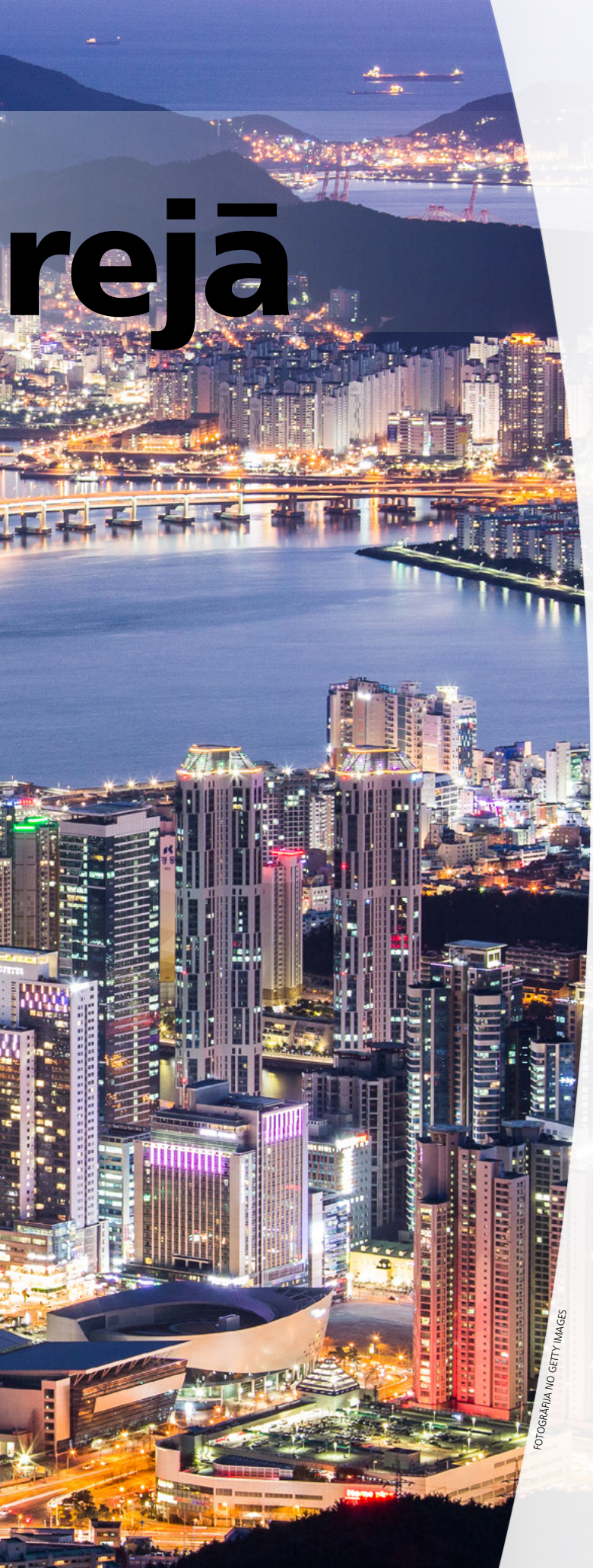
Atbilžu meklēšana maldināšanas laikos, 24. lpp.

Kā mūsu dievnami palīdz mums Dieva pielūgšanā, 38. lpp.

BAZNĪCA
IR ARĪ
ŠEIT

Pusana
Dienvidko

rejā



FOTOGRĀFIJA NO GETTY IMAGES

Pusanā ir izveidots viens no 12 Dienvidkorejas stabiem. Pusanā atrodas misijas galvenā mītne. Lūk, daži fakti par Baznīcu Dienvidkorejā:

Baznīcas locekļi — 88 418

12 — stabi, 5 apgabali, 4 misijas

draudzes — 103

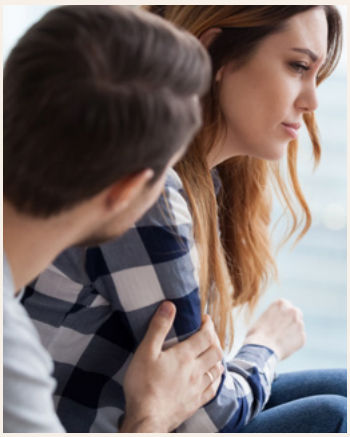
18 — ģimenes vēstures centri

templis (Seulā) — 1

1956. g.	Oficiāli ierodas pirmie misionāri
1967. g.	Tiek izdota Mormona Grāmata korejiešu valodā
1973. g.	Tiek izveidots pirmais stabs
1985. g.	Tiek iesvētīts Seulas templis
1991. g.	Tiek izdots miljonais Mormona Grāmatas eksemplārs korejiešu valodā
2020. g.	Dienvidkorejas koris pievienojas caur video noslēguma garīgās dziesmas atskaņošanā aprīļa vispārējā konferencē

Kalpošana norīkojumos, izmantojot Bērnu un jauniešu programmu
8. lpp.

Dziļu brūču caurdurtas sirdis: izpratne par vardarbību ģimenē
Džeisons B. Vaitings
18. lpp.



Apustuļi dalās vēstījumos, kas sniedz cerību
12. lpp.

Balstīsimies uz atklāsmes klints
Elders Lorenss E. Korbridžs
24. lpp.

Vardarbības novēršana

Veselīgās attiecībās cilvēki atvainojas par saviem nelaipnajiem vārdiem un rīcību un paļaujas uz mūsu Glābēja īstenotās Izpirkšanas dāvāto spēku, kas palīdz mums pilnveidoties un nožēlot grēkus. Bet neveselīgās attiecībās cilvēki turpina izturēties cits pret citu nelaipni, un šāda veida attiecībās var ienākt vardarbība.

„Šādiem pāridarījumiem [vardarbībai un citiem] Dieva valstībā nav vietas," māca prezidents Rasels M. Nelsons („Garīgie dārgumi", 2019. g. oktobra vispārējās konferences uzruna). Vairāki no šī mēneša Baznīcas žurnāla rakstiem palīdzēs mums atpazīt un risināt vardarbības problēmu:

- Savā rakstā, kas ir publicēts 18. lappusē, es runāju par vardarbības pazīmēm, norādot uz dažiem materiāliem, kas palīdzēs jums un jūsu paziņām atpazīt vardarbību savstarpējās attiecībās un tikt dziedinātiem.
- 58. lappusē kāda pusaudze stāsta par to, kā bērnībā tikusi seksuāli izmantota, un par to, kā viņa ir radusi drosmi un spēku, lai par to pastāstītu un vērstos pēc palīdzības pie uzticamiem pieaugušajiem un Glābēja.
- Šī mēneša žurnāla pielikuma *Draugs* D12 lappusē jūs varat atrast rakstveida uzdevumu, kas palīdzēs jums apspriest ar saviem bērniem to, kā pateikt „nē". Jūs varētu pamatoties uz šo uzdevumu mājvakara nodarbībā par vardarbības novēršanu.
- Emocionālā vardarbība var būt tikpat kaitīga kā citi vardarbības veidi. Lasiet „Emocionālās vardarbības atpazīšana" šī numura digitālajā izdevumā, lai uzzinātu par piecām brīdinājuma pazīmēm un to, kā saņemt palīdzību.

Ja jums ir nodarīts pāri, jūs varat vērsties pie Dieva pēc norādījumiem un dziedināšanas, kā arī meklēt uzticamu cilvēku palīdzību. Tas Kungs saprot, kā mēs jūtamies, un, ja mēs vērsīsimies pie Viņa, Viņš vadīs mūs, lai mēs būtu drošībā un iemantotu prieku.

Kaut mēs visi sajustu Dieva mīlestību un vērstos pie Viņa ik dienu!

Doktors Džeisons Vaitings

Brigama Janga universitātes Ģimenes dzīves skola

Saturs

5 Vardarbības atpazīšana

6 Ticības portreti
Sakiusa un Salote Maiviriviri
Maiviriviri pāris ik dienu dzīvo ar prieku un mērķa apziņu, par spīti divu savu bērnu zaudējumam.

8 Kalpošanas principi
Kalpošana norīkojumos, izmantojot Bērnu un jauniešu programmu
Jums nav jābūt nepilngadīgiem, lai jūs varētu izmantot Bērnu un jauniešu programmu savos kalpošanas centienos.

12 Apustuļi dalās vēstījumos, kas sniedz cerību
Kā saglabāt Dieva tuvumu, mīloši kalpot un pacietīgi virzīties uz priekšu pandēmijas laikā.

18 Dziļu brūču caurdurtas sirdis: izpratne par vardarbību ģimenē
Džeisons B. Vaitings
Atpazīstiet piecus vardarbības modeļus un rodiet cerību un dziedinājumu.

24 Balstīsimies uz atklāsmes klints
Elders Lorenss E. Korbridžs
Patiesības meklējumi sākas ar atbildēm uz primārajiem jautājumiem.

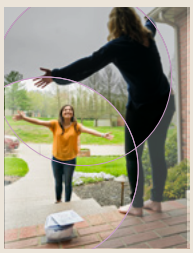
30 Pēdējo dienu svēto balsis
Kāda ģimene iemanto mieru un prieku, apmeklējot templi; puzles spēle palīdz tikt dziedinātai; kāds jaunietis rod otro iespēju izlasīt Mormona Grāmatu; kāds jaunietis iegūst izpratni par kristību mērķi.

34 „Nāciet, sekojiet Man!": Mormona Grāmata
Šie iknedēļas raksti var palīdzēt jums pilnveidot savas šī mēneša Mormona Grāmatas studijas.

38 Dievnami — godbijības un pielūgsmes vieta
Bīskaps Dīns M. Deivīss
Jūsu dievnams ir svēta vieta, kas var pavērt daudz iespēju — vēl spēcīgāk sajust savā dzīvē Svēto Garu.

Ātrskats

„Nāciet, sekojiet Man!": idejas studijām



Uz vāka:
Fotogrāfija no Getty Images.

Sadaļas

Pieaugušajiem jauniešiem
44

Atkarība var kļūt par valgiem, kas tur mūs pakļautībā. Mēs varam **izkļūt brīvē, vēršoties pie sava Glābēja,** kurš mīl mūs pat mūsu vājībās un problēmās.

Jauniešiem
52

Neatkarīgi no tā, vai jums ir grūtības ar ikdienas kalpošanu, atlabšanu no vardarbības, garīgo veselību vai vienkārši Baznīcas pilnā nosaukuma lietošanu, **jūs neesat vieni.**

Bērniem
Draugs

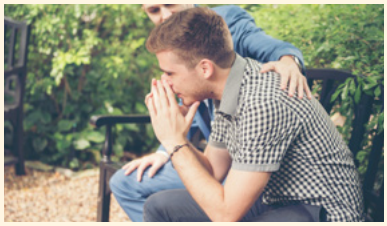
Uzziniet par **desmito tiesu** *un to, kā palīdzēt savai ģimenei* **būt laimīgākai**.

OKTOBRA NUMURA RAKSTI TIKAI DIGITĀLĀ FORMĀTĀ

37 dažādi veidi, kā studēt Svētos Rakstus

Merisa Vidisone

Ja lasīšana nav viena no jūsu iemīļotākajām nodarbēm, izmēģiniet evaņģēlija studēšanu kādā no minētajiem veidiem.



Emocionālās vardarbības atpazīšana

Neinona Talija

Palīdzības dienesta „Family Services" psiholoģe stāsta par to, kā atpazīt emocionālo vardarbību attiecībās ar tuviniekiem, un to, kā šo problēmu risināt.

VAIRĀK INFORMĀCIJAS

Evaņģēlija bibliotēkas lietotnē un vietnē liahona.ChurchofJesusChrist.org jūs varat:

- uzmeklēt jaunāko žurnāla izdevumu;
- uzmeklēt rakstus, kas ir publicēti tikai digitālā formātā;
- pārskatīt iepriekšējos žurnāla izdevumus;
- iesūtīt savus stāstus un atsauksmes;
- noformēt abonementu sev vai dāvināšanai citiem;
- pilnveidot savas studijas, izmantojot digitālos rīkus;
- dalīties iecienītākajos rakstos un video materiālos;
- lejupielādēt vai drukāt rakstus;
- noklausīties savus mīļākos rakstus.

SAZINIETIES AR MUMS

Sūtiet savus jautājumus un atsauksmes uz: liahona@ChurchofJesusChrist.org.

Iesūtiet savus stāstus, izmantojot vietni liahona.ChurchofJesusChrist.org vai pa pastu:
Liahona, flr. 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

2020. GADA OKTOBRIS, 22. SĒJUMS, 2. NUMURS LIAHONA 16725 153

Pēdējo Dienu Svēto Jēzus Kristus Baznīcas starptautiskais žurnāls

Augstākais prezidijs: Rasels M. Nelsons, Dalins H. Oukss, Henrijs B. Airings

Divpadsmit apustuļu kvorums: M. Rasels Balards, Džefrijs R. Holands, Dīters F. Uhtdorfs, Deivids A. Bednārs, Kventins L. Kuks, D. Tods Kristofersons, Nīls L. Andersens, Ronalds A. Rasbands, Gerijs E. Stīvensons, Deils G. Renlands, Gerits V. Gongs, Ulisess Soaress

Redaktors: Rendijs D. Fanks

Konsultanti: Bekija Kreivena, Kristina B. Franko, Šerona Jūbenka, Valters F. Gonzaless, Lerijs S. Kečers, Džans E. Ņūmens, Adrians Očoa, Maikls T. Ringvuds, Verns P. Stenfils

Izpilddirektors: Ričards I. Hītons

Baznīcas žurnālu direktors: Alans R. Loiborgs

Biznesa menedžeris: Gārfs Kenons

Galvenais redaktors: Adams C. Olsons

Atbildīgā redaktora palīgi: Raiens Kārs

Publikāciju asistente: Eniša C. Davila

Rakstu un redakcijas grupa: Deivids Diksons, Deivids A. Edvards, Metjū D. Flitons, Garets H. Gārfs, Jons Raijens Džensens, Ārons Džonsons, Šarlote Larkabala, Maikls R. Moriss, Ēriks B. Mērdoks, Džošua Dž. Pērkija, Jans Pinborouvs, Ričards M. Romnijs, Mindija Selū, Lorija Fullere Sosa, Čakela Vordleiga, Marisa Vidisona

Māksliniecisskais vadītājs: Teds R. Pītersons

Dizaina grupa: Anete Endrjūsa, Feija P. Endrusa, Mendija Bentlija, C. Kimbala Būta, Tomass Čailds, Džošua Deniss, Deivids Grīns, Kolīna Hinklija, Ēriks P. Džonsens, Sjūzana Lofgena, Skots M. Mūvijs, Aleni Rēgera, Marks V. Robisons, K. Nikola Valkenhorsts

Intelektuālā īpašuma koordinatore: Kolete Nebekere Aune

Ražošanas daļas vadītāja: Amons Heriss

Producēšanas grupa: Aira Gleņs Adeirs, Džūlija Bardeta, Hosē Čavezs, Braijens V. Džidžī, Džinija Dž. Nilsone, Marisa M. Smita

Atbildīgais par pirmsdrukas sagatavošanas darbiem: Džošua Deniss, Amons Heriss

Iespieddarbu vadītājs: Stīvens T. Luiss

Izplatīšanas vadītājs: Nelsons Gonzaless

Par pasūtīšanu un cenām ārpus Savienotajām Valstīm un Kanādas sazinieties ar vietējo Baznīcas materiālu sadales centru vai jūsu bīskapijas vai draudzes vadītāju.

Manuskriptus un jautājumus sūtiet uz adresi:
Liahona, Rm. 2420, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA; vai pa e-pastu: liahona@ChurchofJesusChrist.org.

Liahona (Mormona Grāmatas termins, kas nozīmē „kompass" vai „rādītājs") tiek izdota albāņu, armēņu, bislama, bulgāru, kambodžiešu, sebuāņu, ķīniešu, horvātu, čehu, dāņu, holandiešu, angļu, igauņu, fidžiešu, somu, franču, vācu, grieķu, hindi, ungāru, islandiešu, indonēziešu, itāļu, japāņu, kiribati, korejiešu, latviešu, lietuviešu, malagasiešu, māršaliešu, mongoļu, norvēģu, poļu, portugāļu, rumāņu, krievu, samoāņu, slovēņu, spāņu, svahilu, zviedru, tagalogu, taitiešu, taizemiešu, tonganiešu, ukraiņu, urdu un vjetnamiešu valodā. (Publikāciju biežums katrā valodā ir atšķirīgs.)

© 2020 by Intellectual Reserve, Inc. Visas tiesības aizsargātas. Iespiests Amerikas Savienotajās Valstīs.

Informācija par autortiesībām: Ja vien nav norādīts citādi, cilvēki drīkst kopēt materiālus no *Liahonas* savai personīgajai lietošanai nekomerciālos nolūkos (tostarp Baznīcas aicinājumiem). Šīs tiesības jebkurā brīdī var tikt atsauktas. Vizuālos materiālus nedrīkst kopēt, ja mākslas darba parakstā ir norādīti ierobežojumi. Jautājumi par autortiesībām ir jāuzdod, rakstot uz: Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 13, Salt Lake City, UT 84150, USA; e-pasts: cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org.

For Readers in the United States and Canada:
October 2020 Vol. 22 No. 2. LIAHONA (USPS 311-480) Latvian (ISSN 1521-4788) is published two times a year (April and October) by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is $2.00 per year; Canada, $2.40 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address *must* be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

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

VARDARBĪBAS ATPAZĪŠANA

Mēs uzskatām, ka pret katru cilvēku ir jāizturas ar cieņu, tomēr daži cilvēki tiecas citus sāpināt, kontrolēt vai ar viņiem manipulēt. Šādu kaitējumu nodarošu uzvedību sauc par vardarbīgu izturēšanos. Tā ir pretstatā Jēzus Kristus evaņģēlijam, kas mums māca mīlēt citam citu un izturēties pret citiem tā, kā mēs gribētu, lai izturētos pret mums (skat. Mateja 7:12; Jāņa 13:34; Mācības un Derību 121:36–37).

VARDARBĪGAI UZVEDĪBAI PIEMĪT KOPĪGAS PAZĪMES. TĀLĀK IR UZSKAITĪTAS PIECAS NO TĀM, LAI PALĪDZĒTU NOVĒRST VAI PĀRTRAUKT VARDARBĪGU IZTURĒŠANOS:

Pret upuriem parasti vardarbīgi izturas cilvēki, kurus viņi pazīst.

Pāridarītājs varētu būt radinieks vai kāds, kuru viņi iepriekš ir satikuši. Šī pazīme neuzsver katru mums zināmo cilvēku par aizdomīgu, taču mēs varam būt uzmanīgi un mācīt saviem bērniem pievērst uzmanību šīm pārējām četrām pazīmēm.

Pāridarītāji bieži vien uzmeklē vājākos.

Pāridarītāji meklē tos, kuri, visdrīzāk, nav rīcībspējīgi vai nespēj sevi aizstāvēt.

Pāridarītāji bieži cenšas izolēt upurus.

Izolējot vai iebiedējot upurus, pāridarītāji neļauj viņiem meklēt palīdzību.

Iesākumā pāridarītāji bieži vien pārkāpj robežas.

Vardarbīga uzvedība izpaužas, kad tiek smagi pārkāptas robežas tam, kas ir pieņemami gan uzvedībā, gan runā pret citiem. Pāridarītāji var pilnībā neievērot robežas vai var sākt ar maziem pārkāpumiem, lai upuri padarītu mazjūtīgāku.

Pāridarītāji pamazām cenšas iemantot uzticību, pirms sāk izturēties vardarbīgi.

Šāda pieeja ir pazīstama kā „sagatavošana", un parasti tā tiek pielietota attiecībā uz jauniešiem vai bērniem. Šī „sagatavošana" var izpausties kā lūgums pēc kopēja laika vienatnē, slepenības uzturēšana, sarunas par seksuālām tēmām, pornogrāfijas rādīšana vai fiziska kontakta iniciēšana ar bērnu.

SIEVIETES ATTĒLS, NILS VEBS; PĀRĒJIE ATTĒLI NO GETTY IMAGES

Sakiusa un Salote Maiviriviri

Suva, Fidži

Es tik tikko spēju noticēt tai miera un laimes izjūtai, kas valda Maiviriviri ģimenes mājās. Par spīti divu bērnu zaudējumam, viņi katru savas dzīves dienu pavada ar prieku un mērķa apziņu.

LESLIJS NĪLSONS, FOTOGRĀFS

Salote:

Divus gadus pēc mūsu dēla Esas nāves, kurš mira no plaušu vēža, mūsu meita Esalina nomira no meningīta. Būdama templī, es sajutu spēcīgu pamudinājumu aprunāties ar kādu senioru misionāru māsu, kura arī pirms vairākiem gadiem bija zaudējusi divus bērnus. Viņa man teica: „Ja jūs padarīsiet savas mājas par svētvietu, jūs varēsiet sajust tajās savu bērnu klātbūtni."

Tas ir kļuvis par mūsu mērķi. Visu, ko mēs darām, mēs darām, lai padarītu savas mājas par svētvietu. Mēs vēlamies sajust, ka viņi ir līdzās.

Sakiusa:

Esas un Esalinas zaudējums beigu beigās ir vēl vairāk satuvinājis mūsu ģimeni. Mēs kopīgi apspriežamies ar visiem pārējiem bērniem. Mūsu ģimene apmeklē templi. Mēs dzīvojam savu dzīvi pēc iespējas vienkāršāk un katru dienu izvēlamies būt pateicīgi. Pārrunājot to, ko mūsu ģimenei nozīmē saistīšana templī, mēs iedzīvinām šo saistīšanu savās sirdīs. Un caur to visu mēs *tik tiešām* sajūtam savu bērnu klātbūtni.

UZZINIET VAIRĀK

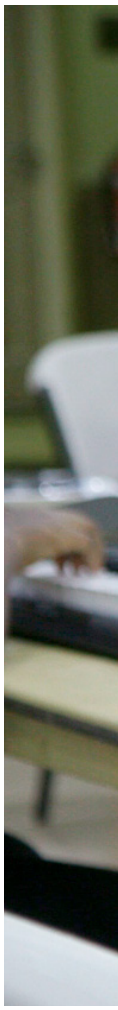
Vairāk informācijas par Sakiusa un Salotes ticības ceļu, ieskaitot papildus fotogrāfijas, meklējiet tiešsaistē vai šī raksta Evaņģēlija bibliotēkas versijā, vietnē **ChurchofJesusChrist.org/go/10206.**

Elders Ronalds A. Rasbands stāsta par to, kā mēs varam stiprināt savas mājas, lai tās kļūtu par mīlestības pilnu garīgā patvēruma vietu, vietnē **ChurchofJesusChrist.org/go/10207.**

Kalpošanas principi

KALPOŠANA NORĪKOJUMOS, IZMANTOJOT **BĒRNU UN JAUNIEŠU PROGRAMMU**

Aicināšana pilnveidoties un palīdzēšana citiem šajā ceļā ir sirsnīgas kalpošanas būtība.



TOMA GĀRNERA FOTOGRĀFIJA

Kalpojot norīkojumos, mums ir pa pilnam iespēju izmantot Bērnu un jauniešu programmu. Varbūt jūs savā ģimenē audzināt bērnus vai jauniešus? Varbūt jūs esat šīs programmas vadītāji vai kalpojat norīkojumos ģimenēm ar bērniem vai jauniešiem? Vai varbūt jūs *pazīstat* dažus bērnus un jauniešus (kā tam vajadzētu būt teju ikviena gadījumā)? Lai kāda būtu jūsu situācija, pastāv daudz veidu, kā izmantot šo programmu vai tajā ietvertos principus, lai svētītu apkārtējos cilvēkus.

Kopīga pilnveidošanās

Bērnu un jauniešu programmas pamatā ir pievēršanās tam, lai mēs katru dienu censtos arvien vairāk līdzināties Glābējam, kura kalpošana bija pilnīgi nevainojama. Daudzi no tiem, kuri ir piedalījušies minētajā programmā, ir sapratuši, ka, jo vairāk mēs pilnveidojamies dažādās savas dzīves jomās, jo efektīvāk mēs spējam palīdzēt un kalpot norīkojumos apkārtējiem.

Taču, domājot par Bērnu un jauniešu programmu, lai svētītu citus, mums nav jāgaida, kamēr mēs būsim kaut ko apguvuši. Jau pati mācīšanās vien paver iespēju — kalpot norīkojumos.

Kāds jaunais vīrietis, vārdā Profets, kurš dzīvo Ganā, iesaistoties Bērnu un jauniešu programmā, izvirzīja mērķi — apgūt klavierspēli —, un tas bija tikai sākums. „Mans mērķis ir palīdzēt arī citiem apgūt to pašu, ko mācos es," saka Profets.

Kaut arī viņš vēl nav kļuvis par pasniedzēju, viņa mērķis jau tagad ir izvērties daudz iespaidīgākā nodarbē, nekā viņš bija iedomājies. Pašlaik dievnamā bez Profeta ir vēl 50 audzēkņu, kuri apmeklē klavierspēles nodarbības. Un kurš tad māca Profetu un šos pārējos 50 audzēkņus? Aleksandrs M. un Kelvins M., abiem ir 13 gadu. „Mēs gribam laipni pakalpot apkārtējiem," teic Kelvins.

Abi jaunieši trīsreiz nedēļā pasniedz bezmaksas klavierspēles pamatu nodarbības visiem, kuri ir ieradušies, lai mācītos. No klavierspēles nodarbībām ir vēl kāds

ĪZĀKA DARKO–ADŽEMPONGA FOTOGRĀFIJA

ALEKSANDRA K. BOUTENGA FOTOGRĀFIJA

DŽONASA REBICKI FOTOGRĀFIJA

ieguvums. Vairāki audzēkņi, kuri ir iepazinuši Baznīcu, pateicoties klavierspēles nodarbībām, pēc laika ir sākuši studēt evaņģēliju un izlēmuši kristīties.

Mēģinot pilnveidoties, mēs varam kalpot norīkojumos, aicinot citus pievienoties mūsu centieniem.

Uzvarētāju recepte kalpošanai norīkojumos

Būdama Sākumskolas prezidente, Sabrina Simoisa Deusa Augusto no Kuritibas Brazīlijā, ir redzējusi, kā dažādi šīs programmas personīgās pilnveides aspekti svētī viņas staba bērnus un jauniešus. Un viņa ir apzinājusi arī daudzus veidus, kā izmantot personīgās pilnveides procesā apgūto savā kalpojošās māsas norīkojumā.

„Iegūstot kādu jaunu talantu," stāsta māsa Augusto, „es varu izmantot šo talantu, lai svētītu kādu, kam es kalpoju norīkojumā."

Māsa Augusto ir iemācījusi kādai no māsām, kam viņa ir norīkota kalpot, gatavot šokolādes trifeles. Tagad šī māsa gatavo un pārdod trifeles, palīdzot papildināt savas ģimenes ienākumus. „Pēc vairākiem mēnešiem es tiku svētīta, jo kāda māsa iemācīja man gatavot medus maizi, ko es varu pārdot," stāsta māsa Augusto. „Attīstot savus talantus un daloties tajos, mēs varam cita citu svētīt un veidot ciešākas kalpojošo māsu attiecības."

KĀ BĒRNU UN JAUNIEŠU PROGRAMMA VAR PALĪDZĒT JUMS, KALPOJOT NORĪKOJUMOS?

1. **Aiciniet citus iesaistīties Bērnu un jauniešu programmā.**
   Jūs varat aicināt ģimenes ar bērniem un jauniešiem, kam jūs kalpojat norīkojumos, iesaistīties Bērnu un jauniešu programmā. Viņus varētu interesēt tādi programmas aspekti kā dalība pasākumos, personīgā pilnveide vai pat evaņģēlija studijas. (Lai iegūtu vairāk informācijas par kalpošanu norīkojumos, izmantojot programmu *Nāciet, sekojiet Man!*, skat. rakstu „Ministering through *Come, Follow Me*" 2020. gada septembra *Liahonā* (angļu valodā).)
2. **Atbalstiet citus viņu mērķu sasniegšanā.**
   Ja jūs esat kalpojošie brāļi vai māsas ģimenēm ar jauniešiem, jums gluži dabiski paveras iespēja — atbalstīt viņus to mērķu sasniegšanā, pie kā viņi strādā Bērnu un jauniešu programmas ietvaros. Kaut arī viņiem ir pašiem savi mērķi, jūs varat piedāvāt dažāda veida palīdzību, ja zināt, kas viņus interesē. Jūs varat atrast kādus viņu meklētos mākslinieku piederumus, novērtēt viņu iemaņas cepumu gatavošanā vai kļūt par mentoru kādā no jums zināmām jomām. Vai jūs protat nomainīt automašīnas eļļu? Sašūt saplēstu apģērbu? Vai jūs esat lietpratēji darba intervijās? Ja viņi ir ieinteresēti, jūs varat piedāvāt padalīties savās zināšanās un prasmēs.
3. **Aiciniet citus iesaistīties jūsu personīgajā pilnveidē.**
   Personīgā pilnveide nav paredzēta tikai bērniem un jauniešiem. Arī jūs varat iesaistīties šajā programmā, neatkarīgi no vecuma. Veltot laiku tam, lai pilnveidotos savas dzīves garīgajā, sociālajā, fiziskajā un intelektuālajā jomā, jūs būsiet daudz spējīgāki kalpot citiem, neatkarīgi no tā, kas ir šie cilvēki. Un, līdzīgi kā Profets no Ganas, jūs varat svētīt citus, aicinot tos pievienoties saviem centieniem — vai tā būtu klavierstundu organizēšana, treniņu apmeklēšana, vai arī kopīga svešvalodas apguve.
4. **Izvirziet mērķi — kalpot norīkojumos.**
   Jūs varētu katru dienu veltīt kādu laiku kalpošanai norīkojumos. Jūs varētu nosūtīt kādu īsziņu, iegriezties ciemos, lai redzētu, kā citiem klājas, vai sarīkot kādu kopīgu sanākšanu. Jūs varētu veltīt laiku tam, lai atzīmētu savā kalendārā to cilvēku dzimšanas dienas, kam jūs kalpojat norīkojumos, vai pasekotu tiem sociālajos tīklos, lai noskaidrotu, kas viņus interesē vai ko viņi pēdējā laikā dara. Veltot kaut vai piecas minūtes padomāšanai par citu cilvēku vajadzībām, jūs varat gūt iedvesmojošas idejas, kas var mainīt viņu dzīvi.

KALPOT VIENAM PĒC OTRA

„Tā Kunga patiesās un dzīvās Baznīcas raksturīgākā iezīme allaž būs organizēti, mērķtiecīgi vadīti pūliņi — kalpot individuāliem Dieva bērniem un viņu ģimenēm. Tā kā šī ir Viņa Baznīca, mēs, būdami Viņa kalpi, kalposim vienam cilvēkam pēc otra, kā to darīja Viņš."

Prezidents Rasels M. Nelsons, „Kalpošana ar Dieva spēku un pilnvarām" (vispārējās konferences runa), *Liahona*, 2018. g. maijs, 69. lpp.

DALIETIES SAVĀ PIEREDZĒ

Iesūtiet mums stāstus par to, kā jūs esat kalpojuši citiem norīkojumos vai kā citi ir kalpojuši jums. Apmeklējiet vietni liahona.ChurchofJesusChrist.org un uzspiediet uz sadaļas „Iesniegt rakstu vai atsauksmes".

APUSTUĻI DALĀS

vēstījumos, kas sniedz cerību

Reaģējot uz vīrusa izplatību visā pasaulē, atbildīgās amatpersonas aizliedz pulcēšanos un ievieš karantīnu. Skolas tiek slēgtas, draudžu vadītāji atceļ baznīcas sapulces, un tiem, kas uzturas ārpus telpām, aizsardzības nolūkā ir jāvalkā sejas maskas.

Ir 1919. gads, un nežēlīgā gripas pandēmija, kas aizsākās iepriekšējā gadā, paņem desmitiem miljonu cilvēku dzīvību.[1] Baznīcas jaunais pravietis, prezidents Hibers Dž. Grants (1856–1945), tika iesvētīts 1918. gada novembrī, taču netika atbalstīts līdz 1919. gada jūnijam, jo aprīļa vispārējā konference tika atlikta.

Savas kalpošanas laikā pēc šīm un citām izaicinājumu pilnajām dienām prezidents Grants sniedza mūsdienām piemērotus padomus, sakot: „Mēs esam ieradušies uz šīs Zemes, lai iegūtu zināšanas, gudrību un pieredzi, lai gūtu mācības, ciestu sāpes, nepadotos kārdinājumiem un gūtu uzvaru pār mirstību." Guvis zināšanas personīgās pieredzes pārbaudījumos, viņš piebilda: „Es (. . .) zinu, ka grūtību laikā pēdējo dienu svētie gūst atbalstu, tiek svētīti un mierināti tā, kā neviens cits!"[2]

Pašreizējā „posta stundā" ar jauno koronavīrusu mēs gūstam atbalstu un mierinājumu atjaunotajā Jēzus Kristus evaņģēlijā. Mūsu zināšanas par to, ka Debesu Tēvs mīl savus bērnus un ka Viņš mūsdienās ir aicinājis praviešus un apustuļus, lai tie mūs vadītu mirstīgās dzīves vētrās, ir liela svētība.

Baznīcas vadītāji sniedz ieskatu, kā saglabāt Dieva tuvumu, ar mīlestību gādīgi kalpot un kā pacietīgi virzīties uz priekšu pandēmijas laikā.

GETTY IMAGES ILUSTRĀCIJAS

Tempļu slēgšana „sniedz brīnišķīgu iespēju uzzināt vairāk par ģimenes vēstures izpēti, indeksēšanu un to, kā sagatavot daudzus, daudzus vārdus tai dienai, kad tempļu durvis atkal tiks atdarītas”

— elders Deivids A. Bednārs.

Vairāki Divpadsmit apustuļu kvoruma locekļi nesen intervijās sniegtajos padomos atgādina, ka mēs varam izjust prieku un ar cerību raudzīties nākotnē — neatkarīgi no tā, kas notiek mums apkārt.[3]

Darbs tiek turpināts

Elders Brūss R. Makonkijs (1915–1985) reiz salīdzināja Baznīcu ar „varenu karavānu”, kas turpina doties uz priekšu, neraugoties uz pretestību.[4] Elders Deivids A. Bednārs salīdzina karavānas vienmērīgo virzību uz priekšu ar Baznīcas iedvesmoto sagatavošanu un tās piedzīvotās pretestības vēsturi.

„„Neviena grēcīga roka nevar apturēt šī darba turpināšanu”,[5] un tāpat arī nekāda pandēmija neapturēs šī darba turpināšanu,” viņš sacīja. „Neraugoties uz visiem izaicinājumiem, ar kuriem tagad sastopamies vīrusa dēļ, darbs tiek turpināts. (. . .) Mēs nezinām, cik ilgs laiks paies, taču mēs to pārvarēsim. Iespējams, mēs nevarēsim atsākt un turpināt dzīvot tieši tāpat kā iepriekš, taču daudzi no šiem pielāgojumiem un izmaiņām būs ļoti pozitīvi.”

Elders Kventins L. Kuks sacīja, ka Baznīcas iedvesmotajā sagatavošanā ir iekļauti tādi aktuāli piemēri kā uzsvars uz sabata dienas ievērošanu, Melhisedeka priesterības kvorumu un Palīdzības biedrību stiprināšana, pāreja uz gādīgo kalpošanu un iepazīstināšana ar *Nāc, seko Man!* programmu, Mormona Grāmatas videoklipiem un bērnu un jauniešu programmu.

„Mēs atskatīsimies uz šo kā uz fundamentālu sagatavošanās laiku, nevis tikai uz kaut ko, kas mums ir bijis jāpārcieš,” viņš pauda.

Prezidents M. Rasels Balards, Divpadsmit apustuļu kvoruma prezidenta vietas izpildītājs, piekrīt. Neraugoties uz tempļu un sanāksmju namu pagaidu slēgšanu, Baznīcas locekļu rīcībā ir garīgie instrumenti, kas nepieciešami, lai turpinātu virzīties uz priekšu.

Prezidents Balards atminas, kā viņš jutās 1941. gada 7. decembrī, atgriežoties mājās no baznīcas un uzzinot par uzbrukumu Pērlhārborai un Amerikas Savienoto Valstu gatavību iesaistīties Otrajā pasaules karā. Tāpat kā daudzi cilvēki šodien, viņš satraucās par nākotni un to, vai viņa paša nākotne zudīs.

„Taču tā nenotika,” viņš teica. Tāpat kā pasaules brīvie cilvēki uzvarēja šajā karā, tāpat arī pasaule uzvarēs karā pret koronavīrusu. „Ja mēs pievērsīsim savu sirdi mūsu Tēvam Debesīs un lūkosimies uz Viņu un uz mūsu Glābēju kā uz visas cilvēces Pestītāju, viss būs kārtībā,” viņš pauda.

Vēl viens veids, kā Baznīca turpina savu darbu, ir tās misionāru darbība, reaģējot uz pasaules mainīgajiem apstākļiem. Elders Dīters F. Uhtdorfs norādīja, ka Baznīcas vadītāji bija meklējuši jaunus veidus, kā dalīties evaņģēlija vēstījumā, jau pirms Covid-19 sāka aizkavēt misionāru darbu. Šo traucējumu dēļ tūkstošiem misionāru ir tikuši

VELDENA C. ANDERSENA FOTOGRĀFIJA

nogādāti savā izcelsmes valstī, daži tikuši priekšlaikus atbrīvoti un citi norīkoti jaunos uzdevumos.

„Covid-19 jo īpaši stimulēja mūsu domāšanu par šo jautājumu un atvēra mūsu acis," viņš teica. Tā rezultātā tehnoloģijas un sociālie plašsaziņas līdzekļi tagad atver durvis, kas iepriekš ir bijušas aizvērtas slēgtās kopienās un nepieejamos namos un daudzdzīvokļu ēkās.

„Neraugoties uz pandēmiju, misionāru darbs tiks turpināts," piebilda elders Uhtdorfs. „Mēs turpinām meklēt veidus, kā uzlabot misionāru darbu tagad un nākotnē. Tas Kungs ir apsolījis paātrināt savu darbu visu Dieva bērnu svētībai (skat. Mācības un Derību 88:73). Es jūtu, ka, piedzīvojot šo sarežģīto laiku, atrodamies tieši šī procesa vidū. Mūsu dārgie misionāri ir mūsu pionieri, kas rod jaunus, mūsu apstākļiem piemērotus veidus, kā dalīties evaņģēlija vēstījumā, lai Jēzus Kristus Baznīca turpinātu „velties, līdz tā būs piepildījusi visu zemi" (Mācības un Derību 65:2).

Jaunas iespējas dalīties evaņģēlija vēstījumā nav vienīgās, kas paveras. Atveras arī sirdis, jo grūti laiki bieži vien liek cilvēkiem zemoties un pievērsties Dievam, pauda elders D. Tods Kristofersons.

„Cilvēki kļūst mazliet atvērtāki tādām domām kā: „Varbūt man ir nepieciešams kas vairāk par savu bankas kontu. Varbūt dzīve ir kas vairāk par to, ko esmu piedzīvojis,"" viņš teica.

Elders Kristofersons mudina Baznīcas locekļus meklēt iespējas sludināt, piemēram, publicēt ar evaņģēliju saistītus vēstījumus un mēmes sociālajos plašsaziņas līdzekļos, sazināties ar pilna laika misionāriem, piedāvājot palīdzību sadraudzībā ar cilvēkiem, kurus viņi apmāca tiešsaistē, un kontaktu uzturēšanā ar cilvēkiem, kurus viņi nevar bieži satikt.

Sociālā distancēšanās un garīgā distancēšanās

Vēl viens veids, kā Baznīca turpina savu darbu, ir pēdējo dienu svēto garīgā reakcija uz laicīgiem izaicinājumiem, tādiem kā Covid-19. Lai nodrošinātu fizisko aizsardzību, mēs palielinām fizisko distanci no citiem, taču, lai gūtu garīgo aizsardzību, mēs tuvojamies savam Debesu Tēvam un Viņa Dēlam. Covid-19 pandēmija daudziem Baznīcas locekļiem ir sniegusi vairāk iespēju palielināt savu garīgo aizsardzību, sekojot prezidenta Rasela M. Nelsona padomam — sadzirdēt To Kungu.

„Mūsu Debesu Tēvs zina, ka, atrodoties nedrošības un baiļu ielenkumā, mums visvairāk palīdzēs Viņa Dēla uzklausīšana," prezidents Nelsons to sacīja 2020. gada aprīļa vispārējā konferencē. Viņš piebilda: „Tā kā mēs cenšamies būt par Jēzus Kristus mācekļiem, mūsu centieniem *Viņu sadzirdēt* ir jābūt pēc iespējas apzinātākiem. Lai piepildītu savu ikdienas dzīvi ar Viņa vārdiem, Viņa mācībām un Viņa patiesību, ir nepieciešami apzināti un pastāvīgi centieni."[6]

Lai arī neesam priecīgi par Baznīcas sanāksmju pārtraukšanu, tempļu slēgšanu vai darba zaudēšanu, pavadot vairāk laika mājās, gūstam „iespēju domāt par atmošanos Dievam" (skat. Almas 5:7), teica elders Kuks. „Iespējams, nesenie notikumi var būt kā garīgs modinātājs, kas mums liek pievērsties vissvarīgākajam. Ja tas tā ir, tad liela svētība būtu pievērsties lietām, kuras savā dzīvē varam pilnveidot, kā arī tam, kā varam svētīt citu dzīves, atmostoties Dievam un virzoties pa derību ceļu."

Elders Džefrijs R. Holands piebilda: „Šādi laiki aicina mūs ielūkoties savā dvēselē, lai redzētu, vai mums patīk tas, ko mēs tajā ieraugām. Tad [mēs] domājam par to, kas [mēs] patiesībā esam un kam patiesi ir nozīme."

Šādos laikos arī tiekam mudināti pieaugt ticībā, kalpošanā un pateicībā, „apsverot savu atkarību no Dieva un Viņa svētībām, ko tik bieži uztveram kā pašsaprotamas," sacīja elders Holands. „Esam parādā savam Debesu Tēvam būt mazliet pateicīgākiem, nedaudz vairāk novērtēt un atcerēties, cik daudz problēmu tiek atrisinātas, pateicoties Dievam, eņģeļiem, derības solījumiem un lūgšanām."

Mūsu pateicības centrā ir svētība — spēja atcerēties, „cik žēlsirdīgs Tas Kungs ir bijis pret cilvēku bērniem, kopš Ādama radīšanas līdz pat [šim] laikam" (Moronija 10:3). Divpadsmit apustuļu kvoruma locekļi ir teikuši, ka ikreiz, kad mums tiek likts „patverties savā vietā", mēs varam sekot Nefija un Almas piemēram, atceroties, ka Viņš, „kuram [mēs] esam uzticējušies", Glābējs Jēzus Kristus, „arvien izglābs [mūs]" (2. Nefija 4:19; Almas 36:27). Un varam atcerēties, kā ir mācījis apustulis Pāvils, ka nekas mūs „nevarēs šķirt no Kristus mīlestības" (skat. Romiešiem 8:35).

Tas Kungs Jēzus Kristus „ir mūsu patvērums" (skat. Psalmi 61:1–4), teica elders Holands. „Lai arī kas vēl notiktu, mēs nekad netiksim šķirti no Glābēja mīlestības un Viņa klātbūtnes, pat ja mēs to uzreiz neaptveram. Garu nevar apturēt vīruss vai valsts robežas, vai medicīniskās prognozes."

„Dariet laipnības darbus"

Nesen, lasot Baznīca komitejas sagatavoto ziņojumu, elderam Kristofersonam radās bažas par „piespiedu vienatnes" ietekmi uz Baznīcā atsevišķi dzīvojošajiem locekļiem — gan veciem, gan jauniem.

„Piespiedu vienatne var radīt vientulības sajūtu, un vientulībai var būt negatīva ietekme uz fizisko un garīgo veselību," viņš sacīja. „Lai to pārvarētu, sabiedrības veselības aktīvisti iesaka cilvēkiem, kas jūtas vientuļi, meklēt veidus, kā „veikt laipnības darbus"."

Pēdējo dienu svētie var atrast veidus, kā kalpot, palīdzēt un dot ieguldījumu citiem, it īpaši tiem, kuri ir vientuļi, sacīja elders Kristofersons, un vientuļie Baznīcas locekļi, kas kalpo citiem, var mazināt savu izolācijas sajūtu.

„Pievērsieties kalpošanai," viņš teica. „Mēs varam darīt daudz, lai cits citam sniegtu piederības sajūtu un sajustos kā brāļi un māsas. Šis ir laiks, kad elderu kvorums un Palīdzības biedrība patiešām var likt lietā savas spējas, īstenojot kalpošanas pasākumus, kuru veikšanai tie ir īpaši organizēti."

Kā arī, tā vietā, lai arvien sūtītu īsziņas, viņš ieteica: „Manuprāt, ir ļoti veselīgi piezvanīt kādam, izmantojot šo seno tehnoloģiju, ko sauc par tālruni. Vienkārši piezvaniet, lai parunātos. Ļaujiet cilvēkiem dzirdēt kāda balsi."

Nelieli centieni sazināties ar citiem var būt ļoti nozīmīgi, iepriecinot kādu mums pat nezināmā veidā. „Cilvēkiem esot tik izolētiem, mūsu kalpošana ir ļoti nepieciešama" — elders Kventins L. Kuks.

Nelieli centieni sazināties ar citiem var būt ļoti nozīmīgi, iepriecinot kādu mums pat nezināmā veidā. „Kad cilvēki ir tik izolēti, mūsu kalpošana ir ļoti nepieciešama," sacīja elders Kuks.

Elders Holands ierosināja: „Mums vajadzētu veltīt noteiktu dienas daļu saziņai ar cilvēkiem, kuriem nepieciešams atbalsts. Protams, arī mēs tādējādi gūstam atbalstu, tāpēc visi tiek „pacilāti" (3. Nefija 27:14, 15), kā Glābējs ir teicis par savu uzdevumu uz Zemes."

Vēl viens veids, kā mēs varam atbalstīt sevi un citus, ir gatavošanās tai dienai, kad tempļi atkal tiks atvērti. Tempļu slēgšana — pandēmiju, pārbūves vai tīrīšanas dēļ — „sniedz brīnišķīgu iespēju uzzināt vairāk par ģimenes vēstures izpēti, indeksēšanu un to, kā sagatavot daudzus, daudzus vārdus tai dienai, kad tempļu durvis atkal tiks atvērtas," sacīja elders Bednārs.

Neatkarīgi no tā, vai tempļi ir atvērti vai slēgti, piebilda elders Bednārs, Baznīcas locekļi joprojām var censties būt cienīgi un saņemt tempļa rekomendāciju.

Mācības, kuras Tas Kungs vēlas, lai mēs apgūtu

Kā uzsvēra elders Bednārs, lai arī neviens neizvēlētos piedzīvot Covid-19 pandēmiju, tomēr mēs piedzīvojam pēdējo dienu postu.

„Raugoties no mūžīgā skatījuma, ko sniedz atjaunotais evaņģēlijs, un pateicoties žēlastībai, ko sniedz Glābēja īstenotā Izpirkšana, mēs varam gūt mācības no mirstības likstām, kas mūs sagatavo mūžības svētībām," viņš teica. „Mums ir jālūdz. Mums ir jāmeklē. Mums ir jāvaicā. Mums ir jābūt redzīgām acīm un dzirdīgām ausīm. Mēs varam tikt svētīti īpašos veidos, gūstot mācības, kas mums būs par svētību tagad un mūžīgi."

Covid-19 postošās ietekmes dēļ uz ģimenēm visā pasaulē — cilvēki ir mācījušies izrādīt īpašas rūpes par citiem, pauda prezidents Balards.

„Mēs sākam aptvert, cik dārgas ir mūsu ģimenes, cik dārgi ir mūsu kaimiņi un citi mūsu Baznīcas locekļi," viņš sacīja. „Tagad mēs gūstam mācības, kas mūs padarīs par labākiem cilvēkiem."

Kad šī vētra būs pagājusi — ko varam sagaidīt tālāk? Vēl vairāk tā paša, sacīja elders Uhtdorfs. Dieva bērni Baznīcā un ārpus tās turpinās saskarties ar izaicinājumiem.

„Mēs dzīvojam laikā, kad ir jāmācās," viņš teica. Vissvarīgākā mācība, ko varam gūt, ir tāda, ka atbilde uz gaidāmajiem izaicinājumiem ir arī atbilde uz pašreizējo izaicinājumu: atbilde ir Jēzus Kristus evaņģēlijs.

Tā kā pēdējo dienu svētajiem ir atjaunotais Jēzus Kristus evaņģēlijs, sacīja elders Holands, viņi var iemācīties būt pozitīvi un optimistiski, darot visu iespējamo un uzticoties Tā Kunga vārdiem: „Darīsim priecīgi visu, kas ir mūsu spēkos; un tad lai mēs varētu stāvēt mierīgi, ar pilnīgu pārliecību, lai redzētu Dieva glābšanu un kā Viņa elkonis tiks atsegts" (Mācības un Derību 123:17).

„Mums ir daudz iemeslu būt priecīgiem, stiprinot savu ticību, vairāk uzticoties Tam Kungam un redzot Viņa izglābšanas brīnumu," sacīja elders Holands. ■

ATSAUCES

1. Skat. William G. Hartley, „The Church Grows in Strength", *Ensign,* 1999. g. sept., 35. lpp.
2. *Teachings of Presidents of the Church: Heber J. Grant* (2002), 48., 49. lpp.
3. Skat. Rasels M. Nelsons, „Prieks un garīgā izdzīvošana" (vispārējās konferences runa), *Ensign* vai *Liahona,* 2016. g. nov., 82. lpp.
4. Bruce R. McConkie, „The Caravan Moves On", *Ensign,* 1984. g. nov., 85. lpp.
5. Džozefs Smits, skat. *History of the Church,* 4:540.
6. Rasels M. Nelsons, „Uzklausiet Viņu!" *Ensign* vai *Liahona,* 2020. g. maijs, 89. lpp.

GETTY IMAGES ILUSTRĀCIJA

Dziļu brūču caurdurtas sirdis: izpratne par vardarbību ģimenē

Neveselīgi attiecību modeļi var veidoties jebkuru attiecību ietvaros. Atpazīstot tos, vardarbību ir iespējams atklāt vai laikus novērst.

Doktors Džeisons B. Vaitings
Brigama Janga universitātes Ģimenes dzīves skola

Nesen man piezvanīja kāds satriekts tēvs. Viņa meita Dženna (personvārdi ir mainīti) bija devusies uz koledžu, kur viņai bija izveidojušās jaunas attiecības, kas strauji attīstījās. Viņas puisis Džeiks uzstāja uz laulībām un ierobežoja Džennas saziņu ar vecākiem. Dženna viņiem atvainojās, sakot, ka tā notiek tādēļ, ka Džeiks viņu tik ļoti mīl un vēlas pavadīt vairāk laika divatā.

Džennas ģimenes locekļi bija sākuši raizēties, atklājot, ka Džeikam ir bijusī sieva un bērns, par ko viņš Džennai nebija pat ieminējies. Viņi piezvanīja viņa bijušajai sievai, kura pastāstīja, ka Džeikam ir nejauks raksturs un ka viņš ir greizsirdīgs. Kad Džeiks to uzzināja, viņš saniknojās. Viņš teica, ka Džennas vecāki ir pārlieku kontrolējoši, un atgādināja par to, cik noraidoši viņi bija uztvēruši viņa sarkastisko joku par Džennas intelektu. Ironiskā kārtā Džeiks uzstāja, lai Dženna pati pieņem lēmumus, saraujot attiecības ar vecākiem. Džennas vecāki bija izmisumā, jo tagad viņu zvani un īsziņas palika bez atbildes.

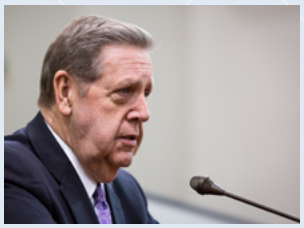
Ikviens vēlas laimīgu ģimenes dzīvi, taču pat tad, ja cilvēki cenšas dzīvot pēc evaņģēlija, attiecībās kāds var tikt sāpināts. Dažas problēmas rodas pārpratumu un ģimenes dzīvē ierasto domstarpību dēļ. Taču veselīgās attiecībās ģimenes locekļi atvainojas par savu nelāgo izturēšanos, laikus aizdarot radušos plaisu, kamēr neveselīgās attiecībās veidojas nepārtraukta skarbuma vai pārestību modeļi, kas var pāraugt vardarbībā.

Vardarbība ģimenē un evaņģēlijs

„Jūs esat salauzuši savu maigo sievu sirdis un pazaudējuši savu bērnu uzticību." (Jēkaba gr. 2:35.)

Vardarbīgu izturēšanos veido darbības, kuru mērķis ir sāpināt vai kontrolēt apkārtējos. Šo darbību diapazonā var ietilpt nevērīga izturēšanās, manipulēšana ar otru, verbāla kritika un fiziska vai seksuāla varmācība.[1] Diemžēl, vardarbīga izturēšanās ir visai ierasta lieta, un daži pētnieki lēš, ka aptuveni ceturtā daļa pasaules bērnu cieš no fiziskiem, seksuāliem vai emocionāliem pāridarījumiem.[2] Arī starp pieaugušajiem ir augsti viktimizācijas rādītāji, jo aptuveni katra ceturtā sieviete un

FOTOGRĀFIJAS IR IZMANTOTAS VIENĪGI ILUSTRATĪVIEM MĒRĶIEM, POZĒ MODEĻI.



„Balss, kas pauž sirsnīgu liecību, izteic dedzīgu lūgšanu un dzied Ciānas dziesmas, var izrādīties tā pati balss, kas rāj un kritizē, apkauno, pazemo un sāpina, šajā procesā graujot gan savu, gan citu cilvēku garu. „No tās pašas mutes iziet svētība un lāsts," vaimanā Jēkabs. „Tam, mani brāļi [un māsas], nebūs tā notikt!" [Jēkaba v. 3:10.]"

Elders Džefrijs R. Holands no Divpadsmit apustuļu kvoruma, „Eņģeļu mēle" (vispārējās konferences runa), *Liahona*, 2007. g. maijs, 16. lpp.

viens no desmit vīriešiem cieš no sava laulātā fiziskās vardarbības.

Vardarbība var ienākt jebkurās attiecībās, un par varmākām var kļūt gan vīrieši, gan sievietes. Tomēr vīriešiem ir lielāka tieksme kļūt pārlieku kontrolējošiem un nodarīt smagu fizisku un seksuālu kaitējumu, kamēr sievietēm ir lielāka tieksme pakļauties sava laulātā teroram un ietekmei, gūstot nopietnus savainojumus.[3]

Vardarbība kaitē gan pāridarītāja, gan upura dvēselei, un tā ir pilnīgā pretrunā Glābēja mācībām. Mūsdienu pravieši ir pasludinājuši, ka tie cilvēki, kuri „izturas vardarbīgi pret savu dzīvesbiedru vai bērniem . . ., kādu dienu atbildēs par to Dieva priekšā".[4] Varmākas bieži vien ignorē vai ļaunprātīgi izmanto evaņģēlija principus. Piemēram, reiz es konsultēju kādu pāri, kur vīrs meklēja emocionālas aizraušanās un nospēlēja kopīgos ietaupījumus, taču tā vietā, lai atvainotos, izdarīja spiedienu uz sievu, pieprasot, lai viņam tiktu piedots, un uzstājot, ka, atsakoties piedot, viņā palikšot „lielāks grēks". Viņš ignorēja sievas sāpes un apgalvoja, ka esot taisns Dieva priekšā, jo citādi nevarētu būt par tempļa darbinieku. Kad viņa sieva apspriedās ar Baznīcas vadītājiem, viņš raksturoja savu nodevīgo izturēšanos kā maznozīmīgu, sakot, ka sievas raizes ir pārspīlētas, jo viņai ir depresija. Šis vīrs noraidīja „cieņas, mīlestības [un] līdzjūtības principus"[5] un darīja savai sievai pāri. Ar to, ka viņa centās dzīvot pēc evaņģēlija principiem, nevarēja atrisināt vīra radīto problēmu.Ikviens no mums var ļauties neveselīgai rīcībai. Visiem vardarbības paveidiem ir dažas kopīgas iezīmes, un, jo smagāk un biežāk tās izpaužas, jo neveselīgākas kļūst savstarpējās attiecības. Lūk, pieci no šiem tipiskajiem varmācības modeļiem, kas var palīdzēt jums atpazīt savu vai citu cilvēku neveselīgo uzvedību.

1. Nežēlība

„Ar savām mēlēm viņi kļuvuši viltnieki, čūsku inde ir aiz viņu lūpām. Viņu mute ir pilna lāstu un rūgtuma." (Romiešiem 3:13–14.)

Kāds vīrietis ieradās pie manis, lai uzsāktu terapiju, rīkojoties pretēji sievas vēlmēm, kura izsmēja viņu par viņa „nepieciešamību pēc palīdzības". Baznīcā viņa izturējās draudzīgi un dievbijīgi, taču mājās viņas saltā augstprātība dzēla kā pātaga. Viņa kritizēja vīra ienākumus, dēvējot viņa pedagoga karjeru par „meitenes darbu". Viņa teica savam dēlam: „Es ceru, ka tu nekļūsi par tādu ņergu kā tavs tētis,"

UZZINIET VAIRĀK

Lai saprastu, kā rīkoties, uzzinot par vardarbības gadījumiem, vadītāji var meklēt palīdzību mājas lapas ChurchofJesusChrist.org sadaļā „Leader and Clerk Resources" (Vadītāju un lietvežu materiāli). Visiem bērnu un jauniešu vadītājiem un skolotājiem mēneša laikā pēc sava aicinājuma saņemšanas vajadzētu iziet apmācību „Protecting Children and Youth" (Bērnu un jauniešu pasargāšana). Apmācību materiālus var atrast vietnē: ChurchofJesusChrist.org/callings/church-safety-and-health.

un katru dienu pavadīja telefonsarunās ar savu māti, kur abas noniecināja savus vīrus. Kritiski noskaņoti cilvēki rod attaisnojumu citu sāpināšanai un „mīl, ka citi cieš" (Mācības un Derību 121:13). Šie ģimenes locekļi pārkāpj Jēzus pavēles par netiesāšanu un nenosodīšanu (skat. Lūkas 6:37), pazemojot citus, izrādot pret tiem riebumu vai apsaukājot.

2. Maldināšana

„Tu esi melīga gara pārņemts, un tu esi atmetis Dieva Garu." (Almas 30:42.)

Vardarbība ir maldu piesātināta, jo varmākas izliekas, ka viņu rīcība ir maznozīmīga, vainojot citus un sagrozot viņu teikto. Tas samulsina viņu upurus, jo, kā stāsta kāda no mana pētījuma dalībniecēm: „Pēc saiknošanās [mans vīrs] parasti mēģināja atvainoties, pēcāk sakot: „Nu, tā tik un tā ir tikai tava vaina . . .," un atkārtoja to atkal un atkal, līdz es tam noticēju."[6] Šo otra cilvēka realitātes uztveres noliegumu dēvē par gazlaitingu, kas mulsina upurus, liekot tiem apšaubīt savu viedokli un atmiņas par notikušo. Gazlaitings, tāpat kā citi maldināšanas paveidi, tiek izmantots, lai manipulētu savstarpējās sarunās, radot par sevi maldinošu iespaidu.

Tie, kuri izturas pret citiem vardarbīgi, enerģiski noliedz to, ka ir citus sāpinājuši, bieži vien apgalvojot, ka patiesībā tieši viņi ir upuri. Kad Dženna pateica, ka viņu satrauc tas, kā Džeiks kritizē viņas vecākus, viņš sadusmojās un uzstāja, ka viņa esot to „aizvainojusi". Džeiks bija viens no tiem, „kuri apsūdz [citus] pārkāpumā, . . . un paši ir nepaklausības bērni" (Mācības un Derību 121:17). Viņš ne vien uzstāja uz savu nepatieso viedokli, bet arī ņēma ļaunā patiesību.[7]

3. Aizbildināšanās

„Atzīsti savas vainas un to, ko tu esi darījis aplam." (Almas 39:13.)

Pazemīgs cilvēks sajūt nožēlu par to, ka ir citus sāpinājis, nožēlo grēkus un rīkojas labāk. Tas, kurš izturas vardarbīgi, pretojas sirdsapziņas pārmetumiem, attaisnojot savu izturēšanos. Viens no mana pētījuma dalībniekiem atceras: „Kaut arī es parasti jutos briesmīgi par to, ka esmu bijis fiziski vardarbīgs, vēlāk es domāju, ka tā nebūtu noticis, ja vien viņa nebūtu palaidusi muti." Bēdas nevedināja viņu pie grēku nožēlošanas (skat. Mormona 2:13), jo viņš tās ignorēja, aizstājot ar sarūgtinājumu, dusmām un pārmetumiem.

Reiz es, vadot terapiju, pateicu kādai sievietei, ka neesmu redzējis, ka viņa kaut reizi izrādītu dievbijīgu nožēlu par gadiem ilgo vīra kritizēšanu. Viņa atbildēja nevis ar nožēlu, bet gan saīgumu: „Lieliski, lūk, vēl kaut kas, ko es nedaru!" Varmācīgi cilvēki neuzņemas atbildību, bet ātri apvainojas, ieņemot aizsardzības pozīciju. Viņi ātri apvainojas par sīkumiem.

4. Lepnība

„Pazemībā cits citu [uzskatīsim] augstāku par sevi." (Filipiešiem 2:3.)

Lepnība ietver uzstāšanu uz savām tiesībām un egocentrismu. Kāds vīrietis izgāza dusmas uz savu sievu un bērniem ikreiz, kad uzskatīja, ka tie ir izrādījuši pret viņu „necieņu". Ja viņu viedoklis nesakrita ar viņējo, tad, viņaprāt, viņi to „pazemoja" vai „nebija paklausīgi". Lepnība ir konkurējoša, un tā ir vērsta uz varu un uzvaru. Turpretī, veselīgas ģimenes attiecības ir vērstas uz sadarbību, kurā valda taisnīguma līdzsvars un kur ģimenes locekļi izturas cits pret citu godīgi (skat. 4. Nefija 1:2). Laulātajiem vajadzētu būt līdzvērtīgiem partneriem,[8] lai ikvienam būtu sava teikšana un abu viedokļi tiktu novērtēti.

5. Kontrole

„Kad mēs cenšamies . . . kontrolēt, pārvaldīt vai piespiest cilvēku bērnu dvēseles, . . . debesis attālinās." (Mācības un Derību 121:37.)

Kaut arī mēs augstu vērtējam rīcības brīvību, ģimenes locekļi pārsteidzoši bieži norāda cits citam uz to, kā otram būtu jādomā, jājūtas un jārīkojas. Daži pat mēģina citus kontrolēt, iebaidot, kauninot, draudot vai atturoties no mīlestības izpausmēm. Kādam vīram bija nelokāma pārliecība, ka sievai katru dienu vajadzētu sagatavot viņam brokastis noteiktā laikā, apmierināt viņa īpašās intīmās prasības un uzklausīt viņa „bažas", kas parasti saistījās ar to, kā viņa varētu pilnveidoties. Viņš uzraudzīja viņas tēriņus un dusmojās, ja viņa pietiekami ātri neatbildēja uz viņa īsziņām.

Kāda māte regulāri izrādīja vilšanos, ja viņas pusaugu meita reizumis izskatījās saskumusi vai nebija spējusi izpildīt mātes uzstādītos standartus. Ja šīs sievietes gaidas netika īstenotas, vai arī viņas vīrs ierunājās par savām bažām, viņa izturējās salti un sāka mājiniekus ignorēt, ar tiem nesarunājoties.

Cerība un dziedināšana

„Es esmu tavu lūgšanu uzklausījis, un Es esmu redzējis tavas asaras; redzi, Es tevi izdziedināšu." (2. Ķēniņu 20:5.)

Kaut arī vardarbībai ir sirdi plosošas sekas, pārmaiņas allaž ir iespējamas. Lai dziedētu gūtos ievainojumus, upuri var vērsties pēc garīgas un profesionālas palīdzības un tiekties pēc Glābēja īstenotās Izpirkšanas

spēka. Lai atrastu palīdzību, apmeklējiet: **abuse.ChurchofJesusChrist.org.**

Tiem, kuri ir bijuši varmācīgi, ir jānožēlo savi grēki un jāmeklē palīdzība. Tas prasīs nolaisties „pazemības dziļumos" (3. Nefija 12:2) un pilnībā uzņemties atbildību par savu līdzšinējo rīcību. Lai mainītos, ir nepieciešams kas vairāk par īstermiņa solījumiem un paviršiem centieniem. Sirsnīgi nožēlojot grēkus, mēs izjūtam dvēseli plosošas sāpes, un daži to negribēs, tādējādi atstājot grūto lēmumu par to, kā sevi pasargāt, upuru ziņā.[9]

Mūsu Debesu Tēvs raizējas par mums — gluži kā šis sāpinātais tēvs, kurš piezvanīja man, lai apspriestos par savu meitu. Dieva mīlestība ir tik plaša kā mūžība (skat. Mozus 7:41), un Viņš jūtas ārkārtīgi sāpināts, ja Viņa bērni dara cits citam pāri. Savā saviļņojošajā sarunā ar Ēnohu Viņš raudāja. „Skaties šos savus brāļus; viņi ir Manu roku darbs, . . . un [Es esmu] devis pavēli, ka viņiem ir jāmīl citam citu . . ., bet lūk, viņi ir bez mīlestības un viņi ienīst savas pašu asinis." (Mozus 7:32–33.) Cilvēku miesai un dvēselēm tiekot ievainotām, tiek lietas asaras gan debesīs, gan uz Zemes. Taču ar pazemību, Dieva spēku un nepieciešamības gadījumā arī profesionālu palīdzību ikviens var pārtraukt savu graujošo izturēšanos un izveidot mājas, kur valda cieņpilnas, drošas un mīlošas attiecības. ■

UZZINIET VAIRĀK

Lai iegūtu papildus informāciju, sazinātos ar profesionāļiem vai uzmeklētu citus lietderīgus materiālus, apmeklējiet vardarbībai veltīto Baznīcas mājas lapu: abuse.ChurchofJesusChrist.org.

Lai iegūtu vairāk informācijas par to, kā palīdzēt upuriem, izlasiet šī raksta digitālās versijas sānjoslu „Kā es varu palīdzēt? Draugiem un vadītājiem" vietnē liahona.ChurchofJesusChrist.org vai Evaņģēlija bibliotēkas lietotnē.

MATERIĀLI VADĪTĀJIEM

Vadītājiem, kuri ir uzzinājuši par vardarbības gadījumiem, kur upuru vai liecinieku lomā ir iesaistīti nepilngadīgie, vajadzētu sazināties ar Baznīcas palīdzības dienestu vietnē: counselingresources.ChurchofJesusChrist.org.

ATSAUCES

1. Lai iegūtu vairāk informācijas par fizisku vardarbību, skat. vietni: abuse.ChurchofJesusChrist.org. Lai iegūtu vairāk informācijas par seksuālu vardarbību un uzbrukumiem, skat. Benjamin M. Ogles, "Agency, Accountability, and the Atonement of Jesus Christ: Application to Sexual Assault" (Brigama Janga universitātes svētbrīdis, 2018. g. 30. janv.), speeches.byu.edu; un Chieko N. Okazaki, "Healing from Sexual Abuse" (Brigama Janga universitātes konference, 2002. g. 23. okt.).
2. Skat. 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,* vol. 3, no. 1 (2014), 353–365.
3. Skat. Hamby, S., "Current controversies: Are women really as violent as men? The 'gender symmetry' controversy," citāts no Claire M. Renzetti, Jeffrey L. Edleson, and Raquel Kennedy Bergen, *Sourcebook on Violence Against Women,* 3rd ed. (2018), 78–82.
4. „Ģimene — vēstījums pasaulei", *Liahona,* 2017. g. maijs, 145. lpp.; skat. arī vietni: abuse.ChurchofJesusChrist.org.
5. „Ģimene — vēstījums pasaulei".
6. Jason B. Whiting, Megan Oka, and Stephen T. Fife, "Appraisal distortions and intimate partner violence: Gender, power, and interaction," *Journal of Marital and Family Therapy* (2012), suppl: 1:113–149.
7. Lai izlasītu citus Svēto Rakstu piemērus par to, kā cilvēki ņem ļaunā patiesību, skat. Jāņa 3:19–21; Ap. d. 7:54; 2. Nefija 1:25–26 un 2. Nefija 4:13.
8. Skat. „Ģimene — vēstījums pasaulei"; lai skaidrāk izprastu mācību par cilvēku līdzvērtību un apsvērtu jautājumus par laulāto attiecībām derību ietvaros, skat. arī H. Burke Peterson, "Unrighteous Dominion," *Ensign,* July 1989, 6–11.
9. Tiem, kuri ir kļuvuši par vardarbības upuriem, bieži nākas izvēlēties gan to, kā pasargāt sevi un citus, gan to, vai un kā novilkt jaunas robežas vai ierobežot savu saskarsmi ar tiem, kuri tos sāpina. Prezidents Džeimss E. Fausts (1920–2007) ir runājis par šo sarežģīto situāciju, kad cilvēks ir iesprostots „ilgstošās un acīmredzami bezcerīgās attiecībās, kas grauj cilvēcīgai būtnei piemītošo pašcieņu" ("Enriching Your Marriage," *Liahona,* Apr. 2007, 3); lai iegūtu vairāk informācijas un uzklausītu citus viedokļus, skat. arī sadaļu „Help for Victims" (Palīdzība upuriem) Baznīcas mājas lapā par vardarbības novēršanu.

MAIKLA DZIEKANA ILUSTRĀCIJAS

Elders Lorenss E. Korbridžs
Goda Septiņdesmito loceklis

BALSTĪSIMIES UZ atklāsmes klints

Pamatojoties uz atklāsmes klints, mēs varam rast atbildes uz pašiem būtiskākajiem jautājumiem.

Pildot norīkojumu, ko es veicu pirms dažiem gadiem, būdams Augstākais pilnvarotais, es izlasīju diezgan daudz materiālu, kas bija vērsti pret Pēdējo Dienu Svēto Jēzus Kristus Baznīcu, pravieti Džozefu Smitu, Mormona Grāmatu un Atjaunošanas norisi. Kopš mans norīkojums ir mainījies, es vairs neesmu atgriezies pie brišanas pa šo muklāju.

Šo materiālu lasīšana allaž viesa manī drūmas noskaņas, un kādudien šo tumšo izjūtu iespaidā es uzrakstīju daļēju atbildi uz visiem šāda veida naidīgiem apgalvojumiem. Es gribētu dalīties dažās no todien pierakstītajām domām, un, kaut arī mani pieraksti bija paredzēti personīgām vajadzībām, es ceru, ka tas palīdzēs arī jums.

Vai mēs pastāvēsim mūžīgi?

Pravietis Daniēls ir teicis, ka pēdējās dienās „debesu Dievs cels valsti, kura pastāvēs nesagrauta mūžīgi un kuras vara nepāries ne uz vienu citu tautu. Tā satrieks un iznīcinās citas valstis, bet pati pastāvēs mūžīgi" (Daniēla 2:44).

Šī Dieva valstība ir Pēdējo Dienu Svēto Jēzus Kristus Baznīca. Tā „pastāvēs mūžīgi". Jautājums ir šāds: „Vai mēs pastāvēsim, vai arī mēs dosimies projām?"(Skat. Jāņa 6:67.) Un, ja mēs dosimies projām, pie kā mēs iesim?

Maldināšana ir mūslaiku zīme

Aprakstot Savas Atnākšanas un pasaules gala zīmes, Tas Kungs pieminēja daudzas lietas, ieskaitot karus un karu daudzināšanu, tautu sacelšanos pret tautām, badu, sērgas un zemestrīces, un vēl daudzas citas zīmes, tostarp arī šo: „Jo tanīs dienās [šinīs dienās] uzstāsies viltus kristi un viltus pravieši un darīs lielas zīmes un brīnumus tā, lai pieviltu, ja iespējams, arī izredzētos, kuri ir izredzēti saskaņā ar derību." (Skat. Mateja 1:22 Džozefa Smita tulkojumā angļu valodā; skat. arī Mateja 24:24.)

Lai gan es neesmu pārliecināts, kas īsti ietilpst terminā „lai pieviltu, ja iespējams, arī izredzētos", man šķiet, ka tas nozīmē vismaz to, ka ikvienam mūsu dienās nāksies sastapties ar izaicinājumiem.

Ir daudz tādu, kuri citus maldina, un maldināšanas spektrs ir ļoti plašs. Vienā šī spektra pusē mēs sastopamies ar tiem, kuri uzbrūk Atjaunošanai, pravietim Džozefam Smitam un Mormona Grāmatai. Pēc tam mēs redzam tos, kuri tic Atjaunošanai, taču apgalvo, ka Baznīca ir nepilnīga un ir novirzījusies no ceļa. Citi apgalvo, ka viņi tic Atjaunošanai, bet ir vīlušies tās mācībā, kas nesaskan ar mūsdienu mainīgajām nostājām. Daži, kuriem nav attiecīgu pilnvaru, pretendē uz to, ka ir redzējuši vīzijas, sapņus un parādības, lai labotu uzņemto kursu, vadītu mūs augstākos ceļos vai sagatavotu Baznīcu pasaules galam. Citus ir maldinājuši viltus gari.

Otrā spektra pusē mēs sastopamies ar visdaudzveidīgākajiem traucēkļiem. Nekad nav bijis vēl vairāk informācijas, kļūdainas informācijas un dezinformācijas; vairāk preču, ierīču un spēļu; vairāk iespēju, apmeklējuma vietu; lietu, ko apskatīt un ko darīt, kas aizņem mūsu laiku un uzmanību, atraujot mūs no paša svarīgākā. Tas viss un vēl daudz vairāk nekavējoties izplatās pa visu pasauli ar elektronisko mediju starpniecību. Šis ir maldināšanas laiks.

Zināšanām ir izšķiroša loma

Patiesība ļauj mums skaidri saprast notiekošo, jo tā ir „zināšanas par to, kas ir un kas bija, un kas nāks" (Mācības un Derību 93:24). Zināšanām ir izšķiroša loma tajā, lai mēs spētu izvairīties no maldināšanas, atpazīt patiesību no maldiem, kā arī skaidri saredzēt un izplānot ceļu cauri mūsdienu apdraudējumiem.

Pravietis Džozefs Smits ir teicis: „Zināšanas ir nepieciešamas gan dzīvei, gan dievbijībai. . . . Zināšanas ir atklāsme. Uzklausiet . . . šo diženo atslēgas principu: zināšanas ir Dieva spēks glābšanai."[1]

Cilvēki teic: „Jums ir jāpaliek uzticīgiem saviem uzskatiem." Kaut gan tā ir taisnība, jūs nevarat būt labāki par to, kas jums ir zināms. Vairums no mums rīkojas, pamatojoties uz saviem uzskatiem, jo īpaši uz to, kas, pēc mūsu uzskatiem, nāks par labu mūsu interesēm. Problēma ir tāda, ka dažkārt mēs maldāmies.

Var gadīties, ka daži cilvēki, kuri tic Dievam un tam, ka skatīties pornogrāfiju ir nepareizi, tomēr atver pornogrāfiska satura mājas lapu, maldīgi uzskatot, ka tādējādi viņi kļūs laimīgāki, ka viņi nav spējīgi no tā atturēties vai ka tādējādi viņi nevienu nesāpina. Viņi vienkārši maldās.

Var gadīties, ka daži, kuri tic, ka melot ir nepareizi, tomēr laiku pa laikam melo, maldīgi uzskatot, ka viņiem klāsies labāk, ja patiesība nenāks gaismā. Viņi vienkārši maldās.

Var gadīties, ka cilvēks, kurš tic un pat zina, ka Jēzus ir Kristus, tomēr tik un tā noliedz Viņu nevis vienreiz, bet pat trīsreiz, maldīgi uzskatot, ka, izpatīkot pūlim, viņam klāsies labāk. Pēteris nebija ļauns. Es pat neesmu pārliecināts, ka viņš bija vājš. Viņš vienkārši maldījās. (Skat. Mateja 26:34, 69–75.)

Ja mēs rīkojamies slikti, mums var šķist, ka mēs esam slikti, kaut arī patiesībā mēs vienkārši maldāmies. Izaicinājums slēpjas ne tik daudz plaisas aizdarīšanā starp mūsu rīcību un mūsu uzskatiem, bet, drīzāk, šis izaicinājums ir plaisas aizdarīšana starp mūsu uzskatiem un

patiesību.

Kā lai mēs šo plaisu aizdarām? Kā lai mēs izvairāmies no maldiem?

Primāras nozīmes jautājumi un otršķirīgi jautājumi

Mūsu dzīvē ir primāras nozīmes jautājumi un otršķirīgi jautājumi. Pirmkārt, sāciet ar atbildēm uz primārajiem jautājumiem. Primārie jautājumi ir paši būtiskākie. Pastāv tikai daži primāras nozīmes jautājumi. Es minēšu četrus:

1. Vai eksistē Dievs, kurš ir mūsu Tēvs?
2. Vai Jēzus Kristus ir Dieva Dēls, pasaules Glābējs?
3. Vai Džozefs Smits bija pravietis?
4. Vai Pēdējo Dienu Svēto Jēzus Kristus Baznīca ir Dieva valstība uz Zemes?

Turpretī, otršķirīgo jautājumu skaitam nav gala. To skaitā ietilpst: jautājumi par Baznīcas vēsturi, daudzsievību, afrikāņu izcelsmes cilvēkiem un priesterību, sievietēm un priesterību, Mormona Grāmatas tulkošanu, Dārgo Pērli, DNS un Mormona Grāmatu, viendzimuma laulību, atšķirīgajiem Pirmās vīzijas atstāstiem un tā tālāk, un tā joprojām.

Rodot atbildes uz primārajiem jautājumiem, tiek atbildēts arī uz otršķirīgajiem jautājumiem, vai arī tie kļūst maznozīmīgāki. Atbildiet uz primārajiem jautājumiem, un jūs varēsiet tikt galā ar to, ko jūs saprotat, un to, ko jūs nesaprotat, ar to, kam jūs piekrītat, un to, kam jūs nepiekrītat, nepārlecot kuģa bortam.

Dievišķā mācīšanās metode

Pastāv dažādas mācīšanās metodes, ieskaitot zinātnisko, analītisko, akadēmisko un dievišķo metodi. Lai izzinātu patiesību, ir nepieciešamas visas četras metodes. Tās visas aizsākas ar vienu un to pašu — ar jautājumu. Jautājumiem ir būtiska loma, it sevišķi primārās nozīmes jautājumiem.

Kaut arī dievišķajā mācīšanās metodē ietilpst arī citu metožu elementi, beigu beigās tā pārspēj visu pārējo ar pieeju debesu spēkiem. Dieva lietas galu galā tiek darītas zināmas caur Dieva Garu, kas parasti ir rāma, klusa balss. Tas Kungs ir teicis: „Dievs ar Savu Svēto Garu, jā ar neizsakāmo Svētā Gara dāvanu, dos jums zināšanas." (Mācības un Derību 121:26.)

Apustulis Pāvils mācīja, ka Dieva lietas ir iespējams izzināt vienīgi caur Dieva Garu (skat. 1. korintiešiem 2:9–11; skat. arī 1. korintiešiem 2:11 Džozefa Smita tulkojumā). Viņš teica: „Miesīgais cilvēks nesatver to, kas nāk no Dieva Gara; jo tas viņam ir ģeķība." Mēs redzam to ik dienu. Pāvils turpināja, sakot: „Viņš to nevar saprast, jo tas ir garīgi [saprotams]." (1. korintiešiem 2:14.)

No visām problēmām, ar ko jūs savā dzīvē saskaraties, viena ir

būtiskāka par visām citām, un tā ir pati neizprastākā problēma. Sliktākais no visiem stāvokļiem, kurā cilvēks varētu nonākt, ir nevis nabadzība, slimības, vientulība, vardarbīga apiešanās vai karš — lai arī cik šausmīgi šie apstākļi būtu; sliktākais no visiem cilvēka stāvokļiem ir arī pats izplatītākais no tiem — tā ir garīgā nāve. Tā ir atšķirtība no Dieva klātbūtnes, un šīs dzīves laikā Viņa klātbūtne ir Viņa Gars jeb spēks.

Un otrādi — vislabākais no visiem stāvokļiem, kurā cilvēks var atrasties, ir nevis bagātība, slava, prestižs, laba veselība, cilvēku pagodinājumi vai drošība; labākais no visiem cilvēka stāvokļiem ir tikt apdāvinātam ar dievišķu spēku. Tas nozīmē piedzimt no jauna, baudīt Svētā Gara dāvanu un sadraudzību, kas ir zināšanu, atklāsmju, spēka, skaidrības, īlestības, prieka, miera, cerības, pašpārliecinātības, ticības un teju ikvienas citas labas lietas avots.

Jēzus teica: „Aizstāvis, Svētais Gars, . . . jums visu mācīs." (Skat. Jāņa 14:26.) Tas ir spēks, ar kuru mēs varam „zināt patiesību par visu" (Moronija 10:5). „Tas rādīs [mums] visu, kas [mums] jādara." (2. Nefija 32:5.) Tas ir „dzīvā ūdens" avots, kas ieplūst mūžīgajā dzīvībā (Jāņa 7:38; skat. arī 37. pantu).

Maksājiet jebkādu cenu, kas jums jāmaksā, nesiet jebkādu slogu, kas jums jānes, un pienesiet jebkādus upurus, kas jums jāpienes, lai iemantotu un saglabātu savā dzīvē Svētā Gara ietekmi un spēku. No Svētā Gara spēka iemantošanas un paturēšanas mūsu dzīvē ir atkarīga ikviena laba lieta.

„Tas, kas neiedvesmo"

Tad kāda bija to drūmo izjūtu izcelsme, kas mani pārņēma pirms vairākiem gadiem, lasot naidīgos materiālus? Daži teiktu, ka šīs drūmās izjūtas radīja ticībā balstīta aizspriedumainība jeb tieksme izvēlīgi atlasīt tikai to, kas saskan ar mūsu pieņēmumiem un uzskatiem. Doma par to, ka viss, kam cilvēks ir ticējis un kas viņam ir mācīts, varētu būt maldīgs, it īpaši tad, ja to nav iespējams aizvietot ar kaut ko labāku, tik tiešām ir drūma un satraucoša.

Taču tās drūmās izjūtas, ko es pieredzēju, klausoties pret pravieti Džozefu Smitu un Jēzus Kristus Baznīcas Atjaunošanu vērsto tumsības balsu korī, bija citādas. Šīs drūmās izjūtas neviesa ticībā balstīta aizspriedumainība vai bailes no tā, ka es varētu būt maldījies. Tas bija Dieva Gara klātbūtnes trūkums. Tas ir stāvoklis, kad cilvēks „tiek atstāts savā [pašā] ziņā" (Mācības un Derību 121:38). Tā ir tā drūmā tumsība un „prāta apstulbums" (Mācības un Derību 9:9; skat. arī 8. pantu).

Tas Kungs ir teicis:

„Un tas, kas neiedvesmo, nav no Dieva, un ir tumsa.

Tas, kas ir no Dieva, ir gaisma; un tas, kas saņem gaismu un turpina Dievā, saņem vairāk gaismas; un šī gaisma kļūs spožāka un spožāka, līdz iestājas pilnīga diena." (Mācības un Derību 50:23–24.)

Atklāsme no Dieva Gara pārspēj ticībā balstītu aizspriedumainību, jo tā nepamatojas tikai uz pierādījumiem. Es visu savu mūžu esmu centies uzklausīt Tā Kunga vārdu un mācījies atpazīt un sekot Dieva Garam. Tas gars, kas pavada tumšās balsis, kuras uzbrūk pravietim Džozefam Smitam, Mormona Grāmatai un Atjaunošanai, nav gaismas, saprāta un patiesības gars. Kaut arī ir daudz kā tāda, ko es nezinu, es pazīstu Tā Kunga balsi, un šajā tumsības korī neskan Viņa balss.

Tam drūmajam un šķebinošajam prāta apstulbumam, kas valda šaubu purvājā, var skaidri pretnostatīt gaismas, saprāta, miera un patiesības garu, kas pavada Atjaunošanas norises un tās lielisko mācību, it īpaši Svētos Rakstus, kas ir atklāti pasaulei caur pravieti Džozefu Smitu. Vienkārši palasiet tos un pavaicājiet paši sev un Dievam, vai šie vārdi ir meli, krāpšana un maldi, vai arī tā ir patiesība.

Patiesību nav iespējams izzināt ar izslēgšanas metodi

Daži, kuri baiļojas, ka Baznīca varētu izrādīties nepatiesa, velta savu laiku un uzmanību brišanai caur otršķirīgu jautājumu purvāju. Viņi kļūmīgi cenšas izzināt patiesību ar izslēgšanas metodi, šajā procesā mēģinot atbrīvoties no ikvienas šaubu ēnas. Tā neapšaubāmi ir slikta doma. Tas nekad neizdosies.

Pret patiesību tiek vērstas neskaitāmas pretenzijas un viedokļi. Ja jums izdodas sadzīt pēdas atbildei uz kādu naidīgu pretenziju, tad, paceļot skatu augšup, jūs allaž sastopaties ar vēl kādu pretenziju. Es negribu teikt, ka jums vajadzētu slēpt galvu smiltīs; tā vietā es saku, ka jūs varat pavadīt visu mūžu, izmisīgi dzenoties pēc atbildēm uz katru pret Baznīcu vērsto pretenziju un nekad nenonākt pie zināšanām par pašām būtiskākajām patiesības mācībām.

Uz primārās nozīmes jautājumiem nav iespējams atbildēt, atbildot uz otršķirīgiem jautājumiem. Lai gan jūs varat rast atbildes uz otršķirīgiem jautājumiem, jūs nevarēsiet pierādīt, ka kaut kas ir pozitīvs, atspēkojot ikvienu negatīvo apgalvojumu. Jūs nevarat pierādīt, ka Baznīca ir patiesa, atspēkojot ikvienu pret to vērsto pretenziju. Šī stratēģija ir kļūdaina. Galu galā ir jāpastāv kādam apstiprinošam pierādījumam, un attiecībā uz Dieva lietām šis apstiprinošais pierādījums beigu beigās un pavisam noteikti tiek dots caur atklāsmi, kas ir iegūstama caur Svētā Gara apliecinājumu un spēku.

Jēzus Saviem mācekļiem vaicāja:

„Ko tad jūs par Mani sakāt, kas Es esmu?"

„Tad Sīmanis Pēteris atbildēja un sacīja: „Tu esi Kristus, dzīvā Dieva Dēls."

Un Jēzus atbildēja un viņam sacīja: „Svētīgs tu esi, Sīmani, Jonas dēls, jo miesa un asinis tev to neatklāja, bet Mans Tēvs, kas ir debesīs. . . .

Tu esi Pēteris, un uz šās klints Es gribu celt Savu draudzi, un elles vārtiem to nebūs uzvarēt." (Mateja 16:15–18; skat. arī 13.–14. pantu.)

Jēzus Kristus Baznīca balstās uz atklāsmes klints, un elles vārtiem to nebūs uzvarēt. Šī Baznīca esam mēs visi. Mums ir jābalstās uz atklāsmes klints, un, kaut arī mēs, iespējams, nezinām atbildes pilnīgi uz visiem jautājumiem, mums ir jāzina atbildes uz primārajiem jautājumiem. Tādējādi elles vārtiem nebūs mūs uzvarēt un mēs pastāvēsim mūžīgi.

Balstīsimies uz atklāsmes klints

Debesīs ir Dievs, kurš ir mūsu Mūžīgais Tēvs. Jēzus Kristus ir Dieva Dēls, pasaules Pestītājs. Džozefs Smits bija Dieva pravietis, kurš lika pamatus Dieva valstības Atjaunošanai. Pēdējo Dienu Svēto Jēzus Kristus Baznīca ir Dieva valstība uz Zemes. Es zinu to, pateicoties savai pieredzei, — visam manis pieredzētajam. Es zinu to, pateicoties pierādījumiem, un šie pierādījumi ir ārkārtīgi pārliecinoši. Es zinu to, pateicoties savām studijām. Taču vispārliecinošāk es to zinu, pateicoties Svētā Gara apliecinājumam un spēkam.

Un, ņemot vērā visu iepriekš minēto, es zinu visu, kas man ir jāzina, lai pastāvētu mūžīgi. Kaut mēs balstītos uz atklāsmes klints, it īpaši attiecībā uz primāras nozīmes jautājumiem! Tādējādi mēs pastāvēsim mūžīgi un nekad nedosimies projām. ■

No 2019. gada 22. janvāra svētbrīža uzrunas „Stand Forever" (Pastāviet mūžīgi) Brigama Janga universitātē.

ATSAUCE

1. *Baznīcas prezidentu mācības: Džozefs Smits* (2010. g.), 22. nod.

Viņa vēl arvien ir mūsu meita

Vinaisi Maka Nakvere no Lautokas Fidži

Mēs ar vīru gatavojāmies saistīšanai, taču šis svētais priekšraksts ietvēra daudz vairāk par mums abiem.

Pēc septiņiem gadiem, kuru gaitā mēs bijām cerējuši un gaidījuši bērniņa piedzimšanu, mēs ar vīru beidzot tikām svētīti ar meitiņu. Alisija bija mūsu dzīves saulstariņš, taču viņa nodzīvoja tikai piecus mēnešus, mirstot no plaušu karsoņa.

Tā bija smagākā pieredze manā mūžā. Katru dienu, atgriežoties mājās no darba, es sēdēju un raudāju. Vīra ģimenes locekļi bieži sēdēja man līdzās, lai mani stiprinātu. Es turpināju lūgt pēc vēl viena bērna, taču mums neizdevās. Es biju iegrimusi grūtsirdībā.

Mana vīra radi sāka mudināt mūs ar vīru doties uz Suvas templi Fidži, lai mēs varētu tikt saistīti. Mēs vēl nekad nebijām bijuši templī, un mēs nolēmām, ka tā mums būtu vislabākā iespēja atgūt cerību un tikt dziedinātiem.

Nekas nebūtu varējis sagatavot mani tam, ko es todien sajutu! Es zināju, ka mēs ar vīru tiksim saistīti kopā uz visu mūžību. Šī apziņa pildīja manu sirdi ar pateicību un mīlestību. Taču es nebiju sapratusi, ka šis svētais priekšraksts ietver daudz vairāk par mums abiem.

Templī es uzzināju, ka mums var tikt piesaistīta arī Alisija. Uzzinot par šo svēto mācību, man sāka līt prieka asaras. Mūsu meitiņa būs mūsu uz visu mūžību! Es liecinu, ka Dievs Savā svētajā namā ir nodrošinājis mums visu, kas ir nepieciešams, lai mēs būtu laimīgi.

Turpmāko gadu gaitā mēs ar vīru esam tikuši svētīti ar dēlu un trim adoptētiem bērniem. Taču mēs nekad neaizmirsīsim Alisiju. Pateicoties tempļa priekšrakstiem, mūsu meitiņa uz mūžiem būs daļa no mūsu ģimenes.

Satiekot cilvēkus, kuri ir zaudējuši bērnu, es dalos viņu sāpēs. Taču es zinu to, ka šīs sāpes nav beigas. Zaudējot Alisiju un pieredzot vēl citus pārbaudījumus, es esmu uzzinājusi, ka Dievs ir man līdzās. Kad mani pārņem mazdūšība vai es sāku par kaut ko zūdīties, es atceros, ka Dievs allaž ir līdzās.

Es zinu, ka es atkal satikšu Alisiju, un šī patiesība turpina piepildīt mana vīra un manu sirdi ar sirsnīgu prieku. ■

DŽOŠUA DENISA ILUSTRĀCIJA

Viņš atkal salika mani kopā

Elēna Danna no Jūtas štata ASV

Mana draudzene bija dzirdējusi, ka es esmu saslimusi, un atsūtīja man pašgatavotu puzles spēli, kas bija uztaisīta tieši man.

Es allaž biju uzskatījusi sevi par veselīgu cilvēku. Tā nu es jutos šokēta, kad, kādu rītu pamostoties, sajutu savās krūtīs tādu spiedienu, ka man šķita, ka es eksplodēšu. Mani steigšus aizveda uz slimnīcu, taču pat pēc stundām ilgām pārbaudēm ārsti nespēja noskaidrot problēmas cēloni. Viņi aizsūtīja mani mājās, kaut arī es joprojām cietu no mokošām sāpēm. Tā sākās mans septiņus mēnešus ilgais pārbaudījums, kurā ietilpa ārstu apmeklējumi, uzturēšanās slimnīcā un visbriesmīgākās sāpes, ko es savā dzīvē esmu izjutusi.

Mani sāka pārņemt depresija. Man nācās pamest mācības koledžā un atgriezties uz dzīvi pie saviem vecākiem. Es nespēju iziet ārā, lai satiktos ar draugiem. Sāpes bija tik lielas, ka es nespēju nodarboties ne ar vienu no saviem vaļaspriekiem. Es jutu, ka viss, kas man bijis svarīgs, — mani centieni, manas attiecības, mani talanti — ir satriekts druskās, un šķita, ka manu līdzšinējo „es" vairs nebūs iespējams salikt kopā. Un es sāku prātot: „Kā gan Debesu Tēvs varēja pieļaut, ka ar mani notiek kas tāds? Vai Viņš mani nemīl?"

Pēc vēl viena vilšanās pilna un sāpīga ārsta apmeklējuma es vēlējos vienīgi sarauties čokurā un raudāt. Taču, pārrodoties mājās, es uz lieveņa ieraudzīju kaut ko savādu — vecu, noplīsušu, ar līmlenti aptītu kurpju kasti, kura bija adresēta man.

Kastei pievienotā vēstule atklāja, ka šo paciņu ir atsūtījusi kāda no manām draudzenēm. Viņa bija dzirdējusi, ka esmu saslimusi, un gribēja mani uzmundrināt. Atverot kurpju kasti, es ieraudzīju, ka tā ir piepildīta ar maziem putuplasta gabaliņiem. Tā bija pašgatavota puzles spēle, kas bija taisīta tieši man.

Saliekot visus gabaliņus kopā, es sāku raudāt. No šiem gabaliņiem bija veidots mans vārds, kuru ietvēra jauki, mīloši un uzmundrinoši vēstījumi. Saliekot savas draudzenes dāvanu, es jutos tā, it kā manis pašas satriektās drusciņas būtu atkal saliktas kopā.

Drīz vien es sāku lietot zāles, kas atviegloja slimības simptomus un palīdzēja ārstiem noteikt diagnozi. Man bija reta, taču ārstējama slimība, un, pateicoties pareizajām zālēm, es varēju atgriezties pie ierastās dzīves.

Mans ķermenis tika dziedināts, taču es zināju, ka nekad neaizmirsīšu to, ko es esmu apguvusi. Pateicoties savas draudzenes jaukajai dāvanai, es biju sapratusi, ka es esmu mīlēta un ka Debesu Tēvs nav par mani aizmirsis. Vairākus mēnešus es biju jutusies satriekta, bet, pateicoties draudzenes laipnībai un sava Debesu Tēva mīlestībai, es atguvu veseluma izjūtu. ■

DŽOŠUA DENISA ILUSTRĀCIJA

„Vai jums ir tā zilā grāmata ar zeltītajiem burtiem?”

Maikls Džeikabsons no Oregonas štata ASV

Kādu laiku pēc tam, kad biju šo grāmatu izmetis, mani pārņēma ziņkāre par to, kas tajā rakstīts.

Pirms vairākiem gadiem misionāri, kuri kalpoja armijas bāzē, kur es tiku apmācīts savam darbam Amerikas Savienoto Valstu kara flotē, iedeva man kādu zilu grāmatu ar zeltītiem burtiem.

Kad es sāku šo grāmatu lasīt, kāds man pateica, ka tas ir viltojums, jo tas esot Bībeles atdarinājums. Kaut arī tas viesa manī šaubas par grāmatas autentiskumu, es to paturēju. Es to nedaudz palasīju, ieliku savas jūrnieka somas apakšā un tad par to aizmirsu.

Pēc vairāk nekā gada es nolēmu iztīrīt savu jūrnieka somu. Es atradu grāmatu, taču, tā kā man par to vairs nebija nekādas intereses, izmetu to laukā. Tomēr pēc kāda laika mani sāka pārņemt ziņkāre par to, kas īsti ir rakstīts zilajā grāmatā ar zeltītajiem burtiem. Tagad es ticu, ka šīs sajūtas nāca no Gara, „kas vada darīt labu” (Mācības un Derību 11:12).

2005. gadā kāds jauniegūts draugs aicināja mani uzklausīt misionārus. Sākumā man radās jautājumi, un es šaubījos par viņu mācīto, taču misionāri izturējās pārliecinoši un sniedza man saprotamas atbildes.

Kad es atskārtu, ka šie misionāri līdzinās tiem, ko biju saticis pirms vairākiem gadiem, es dedzīgi pavaicāju: „Vai jums, puiši, ir tā zilā grāmata ar zeltītajiem burtiem?”

„Jā, mums tā ir!” viens no viņiem atbildēja. „To sauc par Mormona Grāmatu!”

Es biju sajūsmā, ka man atkal ir Mormona Grāmata. Patiesībā es biju tik sajūsmināts, ka mazāk nekā divu nedēļu laikā izlasīju to pat vairāk par vienu reizi! Lasot un lūdzot es uzzināja, ka tas ir Dieva vārds.

Uzstājoties vispārējā konferencē, elders Rūbens V. Alijauds no Septiņdesmitajiem pateica kaut ko tādu, kas līdzinās manai pieredzei ar Mormona Grāmatu: „Ikviens lasītājs, kurš apņemas patiesi, lūgšanas garā studēt [Mormona Grāmatu], ne tikai mācīsies par Kristu, bet mācīsies *no* Kristus — it īpaši tad, ja viņš nolems izmēģināt „Dieva vārda iedarbību” [Almas 32:5] un aiz aizspriedumainas neticības to priekšlaicīgi nenoraidīs, uzklausot citu teikto par to, ko tie nekad nav lasījuši.”[1]

Lasot Mormona Grāmatu, lūdzot un paļaujoties uz Garu, es esmu pieredzējis savā dzīvē varenas lietas. ■

GREGA ŅŪBOLDA ILUSTRĀCIJA

ATSAUCE

1. Rūbens V. Alijauds, „Pateicoties Mormona Grāmatas spēkam, es tiku atrasts” (vispārējās konferences runa), *Liahona,* 2019. g. nov., 37. lpp.

Manu kristību mērķis

Rui Kongs Hongs no jaunās Taipejas pilsētas Taivānā

Pirms savām kristībām es sēdēju viens pats un lūdzu par to, kaut brīnumainā kārtā šeit uzrastos mani draugi.

Bērnībā, dzīvojot Taipejas priekšpilsētā, Taivānā, es par misionāriem neko nezināju. Tālab, satiekot viņus pirmo reizi, man radās interese par viņu vēstījumu. Nepagāja ilgs laiks, līdz es dedzīgi vēlējos sekot viņu mācībām un pamēģināt dzīvot pēc evaņģēlija. Es jutu, ka tas ir veids, kā es varu noskaidrot, vai Dievs tik tiešām eksistē.

Mēneša laikā man jau bija mācīts par evaņģēliju un baušļiem, kas tiek mācīti pirms kristībām. Caur lūgšanu manī ienāca miers, es saņēmu personīgu atklāsmi, studējot Svētos Rakstus, un nepalaidu garām nevienu Baznīcas sanāksmi. Es nolēmu, ka man vajadzētu tikt kristītam.

Lielākais izaicinājums, ar ko es tolaik saskāros, bija problēmas attiecībās ar dažiem draugiem, kuri iebilda pret manu iesaistīšanos Baznīcas dzīvē. Kaut arī es par šīm problēmām diezgan daudz lūdzu, šķita, ka mūsu attiecības kļūst arvien sliktākas.

Es uzaicināju draugus uz savām kristībām, taču viņi manu ielūgumu pilnībā ignorēja. Es tik tiešām nezināju, ko iesākt. Pirms savām kristībām es sēdēju viens pats uz dīvāna lūgšanu zāles priekštelpā, lūdzot par to, kaut brīnumainā kārtā šeit uzrastos mani draugi, lai es varētu pastāstīt viņiem par pozitīvajām pārmaiņām savā dzīvē un pierādīt, ka, tiekot kristīts, esmu pieņēmis pareizu lēmumu.

Mani draugi tā arī neparādījās, taču, no visas sirds lūdzot Dievu, es saņēmu kādu iedvesmu. Tanī brīdī es sajutu lielu mīlestību no sava Debesu Tēva. Es zināju, ka Viņš ir līdzās un tik tiešām ir dzirdējis manu lūgšanu.

Sākotnēji es gribēju tikt kristīts vienkārši visa tā brīnišķīgā dēļ, kas notika manā dzīvē, taču tobrīd es beidzot sapratu, kāds ir manu kristību mērķis.

Tas, ko es sajutu, līdzinājās Tā Kunga balsij, kas maigi un skaidri uzrunāja mani, sakot: „Tev nekas nevienam nav jāpierāda. Tev tikai ir jāpierāda Man, ka tu esi ar mieru nākt pie Manis un visu atlikušo mūžu turpināt būt uzticīgs Manam evaņģēlijam.” ■

DŽŪLIJAS JELOVAS ILUSTRĀCIJAS

3. Nefija 17.–19. nodaļa
(28. SEPTEMBRIS – 11. OKTOBRIS)

Kā mēs varam iemantot Kristus dziedinošo spēku?

Kalpojot nefijiešiem, Jēzus Kristus izturējās ļoti mīloši un dāvāja Savu dziedinošo spēku visiem, kuri nāca pie Viņa. Ko mēs varam mācīties no tā, ko nefijieši pieredzēja, esot kopā ar Glābēju?

PĀRRUNAS

- Ja jūs būtu starp nefijiešiem, kāda veida dziedināšanu jūs lūgtu Glābējam? Ko jūs Viņam teiktu?
- Kā jūs, līdzīgi nefijiešiem, varētu nākt pie Kristus, lai sajustu savā dzīvē Viņa mīlestību un dziedinošo spēku?
- Kad jūs esat sajutuši Glābēja mīlestību? Kā jūs šo mīlestību sajutāt?

Nefijiešu pārbaudījumi

Pēdējās desmitgades pirms Jēzus ierašanās bija ļoti satraucošas. Nefijiešiem nācās pārciest:

- Reliģiskās vajāšanas (skat. 3. Nefija 1:9).
- Ļaundarību un negantības (skat. 3. Nefija 2:3, 7:7).
- Karu (skat. 3. Nefija 2:17).
- Šķiru diskrimināciju (skat. 3. Nefija 6:10–14).
- Pilsoņu nemierus (skat. 3. Nefija 7:1–4).
- Dabas katastrofas triju tumsas dienu laikā (skat. 3. Nefija 8. nod.).

Kristus kalpošana nefijiešiem

Parādoties nefijiešiem, Glābējs aicināja visus, kuri „[sirga] jebkādā veidā" (3. Nefija 17:7), nākt pie Viņa un tikt dziedinātiem. Viņa aicinājums neattiecās tikai uz nefijiešu pēdējā laika pārbaudījumiem. Tas attiecās gan uz redzamiem, gan slēptiem ievainojumiem, ko nefijieši varētu būt nesuši visa sava mūža garumā. Jēzus Kristus dziedināja „ikvienu" (3. Nefija 17:9), kalpojot tiem vienam pēc otra (skat. 3. Nefija 17:21).

HEALING (DZIEDINĀŠANA), DŽ. KĒRKS RIČARDSS

3. Nefija 17.–19. nodaļa

(28. SEPTEMBRIS – 11. OKTOBRIS)

Kad Glābējs apmeklēja nefijiešus, Viņš lūdza Dievu kopā ar tiem 11 reizes. Viņš ar Saviem vārdiem un piemēru mācīja, kā tiem vajadzētu lūgt. Pēdējo dienu pravieši, gaišreģi un atklājēji turpina mācīt to, ko par lūgšanu mācīja Glābējs. Lūk, daži piemēri:

PĀRRUNAS

Ko vēl Glābējs un pēdējo dienu pravieši un apustuļi ir mācījuši par lūgšanu? Kā šīs mācības varētu palīdzēt jums padarīt savas lūgšanas vēl jēgpilnākas?

Kā es varu lūgt tā, kā mācīja Glābējs?

Glābēja mācības	Pēdējo dienu praviešu, gaišreģu un atklājēju mācības
Lūdziet par citiem (skat. 3. Nefija 17:14, 17, 21; skat. arī 3. Nefija 18:23)	„Lūgšana par citiem ar visu savas dvēseles spēku vairo mūsu spēju — sadzirdēt un uzklausīt Tā Kunga balsi.”[1]
„Jums jābūt modriem un vienmēr jālūdz.” (3. Nefija 18:15)	„Tieši patiesā un sirsnīgā lūgšanā mēs varam iemantot nepieciešamās svētības un atbalstu, lai spētu paveikt šo dažkārt tik grūto un izaicinājumu pilno ceļojumu, ko mēs dēvējam par laicīgo dzīvi.”[2]
„Lūdziet . . . savās ģimenēs.” (3. Nefija 18:21; skat. arī 3. Nefija 17:3)	„Ja jūs . . . [piedalīsieties] ikdienas ģimenes lūgšanās, . . . jūs iemantosiet Tā Kunga apsolītās svētības, izaudzinot taisnīgus pēcnācējus.”[3]
Nepļāpājiet daudziem vārdiem (skat. 3. Nefija 19:24; skat. arī 3. Nefija 13:7)	„Mūsu lūgšanām vajadzētu būt vienkāršām, tiešām un sirsnīgām.”[4]
„Turpiniet lūgt!” (3. Nefija 19:26)	„Bieži lūdziet Dievu. Lūdziet savā prātā, savā sirdī. Lūdziet uz ceļiem. Lūgšana ir jūsu personīgā Debesu atslēga. Slēdzene ir jūsu priekškara pusē.”[5]

ATSAUCES

1. Deivids A. Bednārs, „Lūdziet vienmēr” (vispārējās konferences runa), *Liahona,* 2008. g. nov., 43. lpp.
2. Tomass S. Monsons, „Trīs mērķi jūsu vadībai” (vispārējās konferences runa), *Liahona,* 2007. g. nov., 120. lpp.
3. *Baznīcas prezidentu mācības: Hovards V. Hanters* (2015. g.), 17. nod., 5. sadaļa.
4. Dallin H. Oaks, “The Language of Prayer,” *Ensign,* May 1993, 17.
5. Boids K. Pekers, „Lūgšana un pamudinājumi” (vispārējās konferences runa), *Liahona,* 2009. g. nov., 46. lpp.

DŽ. BETAS DŽEPSONES ILUSTRĀCIJAS

3. Nefija 20.–26. nodaļa
(12.–18. OKTOBRIS)

Kā mēs piedalāmies Tās Kunga „brīnumainajā darbā”?

Visa cita starpā, ko Glābējs mācīja nefijiešiem, Viņš mācīja tiem par Israēla sapulcināšanu un pavēlēja studēt Svētos Rakstus un veikt pašiem savus pierakstus. Kā mēs varam sekot šīm mācībām mūsu dienās?

Pētiet praviešu vārdus

Glābējs pavēlēja nefijiešiem „pētīt praviešus” (3. Nefija 23:5). Mums ir dota iespēja — dzirdēt mūsdienu pravieti un citus Baznīcas vadītājus, kad tie uzstājas vispārējā konferencē.

- Kā jūs varētu iegūt vēl lielāku labumu no vispārējās konferences?
- Kā praviešu teiktā „pētīšana” palīdz mums Israēla sapulcināšanā?

Iesaistieties Viņa darbā

Jēzus Kristus pravietoja par „brīnumainu darbu”, kas tiks īstenots pēdējās dienās (skat. 3. Nefija 21:9). Šis darbs ir Israēla sapulcināšana. Prezidents Rasels M. Nelsons ir nodēvējis to par „pašu svarīgāko darbu, kas šobrīd noris uz Zemes”, sakot: „Ja jūs to izvēlaties, ja jūs to gribat, jums tajā var būt liela loma.”[1]

- Kā jūs un jūsu ģimene varētu iegūt vairāk zināšanu par Israēla sapulcināšanu un iesaistīties tajā?

Veiciet pierakstus

Jēzus pavēlēja Saviem nefijiešu mācekļiem pierakstīt Viņa mācības un Samuēla–lamanieša pravietojumus (skat. 3. Nefija 23:4, 6–13). Līdzīgi arī mēs varam pierakstīt to, ko mēs esam pieredzējuši savā dzīvē, lai palīdzētu paši sev un mācītu citus.

- Vai jums ir kāda garīga rakstura pieredze, ko jūs vēl neesat pierakstījuši?
- Kā jūs varētu pierakstīt to, ko jums māca Dievs?

ATSAUCE

1. Rasels M. Nelsons, „Israēla cerība” (2018. gada 3. jūnija pasaules mēroga jauniešu svētbrīdis), HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org.

PIERAKSTU BLOCIŅA SIMBOLS NO GETTY IMAGES

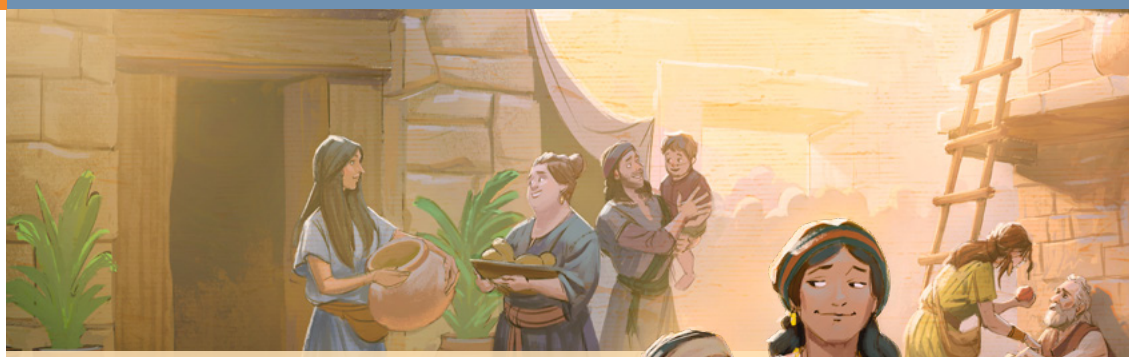
3. Nefija 27. nodaļa – 4. Nefija grāmata
(19.–25. OKTOBRIS)

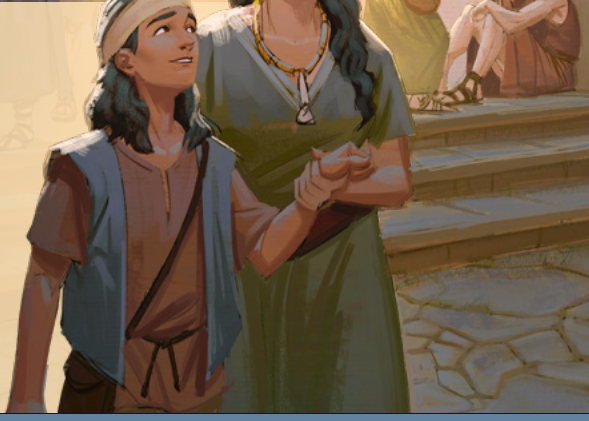
Ko tas nozīmē — būt patiesi pievērstam?

Pēc Glābēja parādīšanās nefijieši pieredzēja teju 200 vienotības un miera gadu, jo viņi visi „bija pievērsti Tam Kungam” (4. Nefija 1:2).

Kādi vēl ir nefijiešu taisnīgās rīcības piemēri? Jūs varat izlasīt 4. Nefija 1:2–15 un aizpildīt tukšās vietas, pierakstot uzietos piemērus:

- _____
- _____

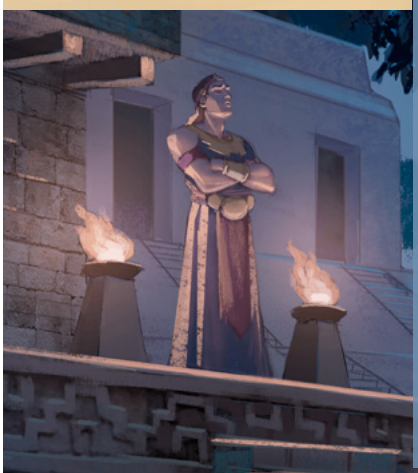




Laime un vienotība

Nefijieši dzīvoja laimīgi un bija vienoti, pateicoties savai taisnīgajai rīcībai (skat. 4. Nefija 1:2–15).

- Viņi izturējās cits pret citu godīgi un laipni.
- Viņi sekoja Kristus pavēlēm.
- Viņi bija pazemīgi — gavējot un lūdzot.



Bēdas un šķelšanās

Diemžēl šie vienotības un laimes pilnie gadi neturpinājās mūžīgi. Ar laiku nefijieši pārstāja ievērot Dieva baušļus (skat. 4. Nefija 1:24–31). Līdz ar to:

- Viņi kļuva savtīgi un lepni.
- Viņi izveidoja paši savas baznīcas, lai gūtu peļņu.
- Viņi noliedza Kristus Baznīcu.

PĀRRUNAS

- Salīdziniet taisnīgo nefijiešu laimīgo dzīvi ar bēdām, ko tie pieredzēja, būdami netaisnīgi. Padomājiet par šīm atšķirībām un to, kā jūs varētu vēl lielākā mērā pievērsties Tam Kungam.
- Vai jūs varētu izraudzīties vienu lietu, ko savā dzīvē pilnveidot?
- Kā tas varētu satuvināt jūs ar jūsu draugiem, ģimenes locekļiem un To Kungu?

DŽOŠA BLEKA ILUSTRĀCIJA

Bīskaps Dīns M. Deivīss
Pirmais padomnieks prezidējošajā bīskapībā

Dievnami — godbijības un pielūgsmes vieta

Mūsu dievnamos mājo Tā Kunga Gars, kas iedvesmos mūs, ja vien mēs izturēsimies godbijīgi Viņa priekšā.

Reiz kāds dievbijīgs kolēģis pastāstīja man par to, ko bija pieredzējis, pildot savu norīkojumu — noliekot vietā krēslus un sakārtojot staba centru pēc staba konferences. Pavadījis kādu pusstundu, pildot šo uzdevumu, viņš atskārta, ka šajā ēkā ir palicis pats pēdējais. Tā vietā, lai, vienatnes pamudināts, steigšus dotos projām, viņš atskārta, ka vēl arvien jūtas tikpat jauki un mierpilni, kā konferences laikā un ka šīs izjūtas ir pat vairojušās.

Paveicis savu uzdevumu, viņš, iedams ārā no dievnama, nejauši sastapās ar vēl kādu Baznīcas locekli, kurš šķita viņu uzmanīgi vērojam. Sapratis, ko mans draugs bija paveicis, šis Baznīcas loceklis satvēra viņa roku, sakot: „Brāli, Tas Kungs ievēro tos nelielos kalpošanas darbiņus, ko tu veic Viņa labā, un Viņš raugās lejup ar smaidu."

Pēc vairākiem gadiem, kalpojot par bīskapu, mans draugs vēlreiz atskārta, ka ir palicis savā bīskapijas dievnamā viens. Izslēdzis gaismas dievnama zālē, viņš brītiņu uzkavējās, skatoties uz kanceli, kuru apspīdēja caur logu plūstošā mēness gaisma.

Viņu atkal pārņēma pazīstamā miera izjūta, un viņš apsēdās lūgšanu zāles pirmajās rindās, domājot par neskaitāmiem svētajiem mirkļiem, ko bija šeit pieredzējis: daudzām reizēm, kad viņš bija vērojis, kā priesteri pie svētā galda lauž maizi; brīžiem, kad viņš bija sajutis Svētā Gara klātbūtni, uzstājoties ar uzrunām bīskapijas konferencēs; kristību dievkalpojumiem, ko bija vadījis; skaistajām kora dziesmām, ko bija dzirdējis; un neskaitāmām bīskapijas locekļu liecībām, kas bija aizkustinājušas viņu līdz pašiem sirds dziļumiem. Vienatnē sēžot tumšajā lūgšanu zālē, viņu pārņēma aizkustinājums, domājot par to, kā minēto pieredžu kopsumma bija iespaidojusi viņa dzīvi un viņa bīskapijas locekļu dzīvi, un viņš nolieca galvu dziļā pateicībā.

Kaut arī manam draugam bija gudri un pareizi mācīts, ka pašas svētākās vietas uz Zemes ir templis un mājas, pateicoties abām iepriekš minētajām pieredzēm, viņš bija sapratis arī to, cik svēti pēc savas būtības ir mūsu dievnami. Tā kā šīs ēkas tiek iesvētītas ar priesterības pilnvarām, tās kļūst par vietu, kur Tas Kungs dāvā Saviem ļaudīm bagātīgas atklāsmes un kur caur tanīs veiktajiem priekšrakstiem izpaužas „dievišķības spēks" (skat. Mācības un Derību 84:20).

Dievnami, līdztekus mājām, palīdz iemantot to apsolīto prieku, ko sabata dienā var baudīt uzticīgi svētie. Tie kļūst par vietu, kur caur kopīgu pielūgšanu Baznīcas locekļu sirdis tiek saistītas vienotībā un mīlestībā citam pret citu un pret Glābēju (skat. Mosijas 18:21). Lai izrādītu pienācīgu pateicību un cieņu par tām bagātīgi garīgajām svētībām, ko mēs iemantojam, uzturoties mūsu dievnamos, mums vajadzētu ienākt šajās pielūgsmes vietās ar dziļu un patiesu godbijības izjūtu.

Godbijības būtība

Mūsdienu Baznīcas kultūrā vārds *godbijība* ir kļuvis par sinonīmu frāzei *būt klusiem*. Kaut arī mūsu lūgšanu zālēs pavisam noteikti pienāktos runāt pieklusināti, šis ierobežotais skatījums uz godbijību neļauj mums pilnībā izprast šī vārda pilno nozīmi. Vārds *godbijība* ir cēlies no latīņu darbības vārda *revereri*, kas nozīmē „stāvēt bijībā".[1] Vai maz ir iespējams atrast terminu, kas vēl daiļrunīgāk raksturotu mūsu dvēseles izjūtas, apcerot to, ko mūsu visu labā ir paveicis Glābējs?

Man nāk prātā kādas skaistas garīgās dziesmas vārdi, ko mēs dziedam mūsu lūgšanu zālēs: „Es, apbrīnas pārņemts, par Glābēju domāju."[2] Šī dziļā pateicības, cildinājuma un apbrīnas izjūta ir godbijības būtība, un tā liek mums vairīties no jebkādām sarunām vai uzvedības, kas varētu mazināt šīs izjūtas mūsos pašos un apkārtējos.

Dievnami un sabata diena

Pateicoties mūsdienu atklāsmei, mēs zinām, ka attiecībā uz pielūgšanu sabata dienā pats svarīgākais ir iet uz lūgšanu namu un pienest

savus Svētos Vakarēdienus Tā Kunga svētajā dienā (skat. Mācības un Derību 59:9). Šie „lūgšanu nami", kuros mēs sapulcējamies sabata dienā, ir mūsu svētie dievnami.

Prezidents Rasels M. Nelsons ir vairojis mūsu izpratni par to, cik lielā mērā mūsu godbijība pret Glābēju saistās ar mūsu attieksmi pret sabata dienu. Daloties savā personīgajā pieredzē par to, kā viņš ir sācis godāt sabatu, prezidents Nelsons saka: „No Svētajiem Rakstiem es uzzināju, ka mana rīcība un attieksme sabata dienā ir kā *zīme*, kas norāda, kādas ir manas attiecības ar manu Tēvu."[3]

Tāpat kā ar savu izturēšanos un attieksmi sabata dienā mēs parādām to, cik lielā mērā mēs esam nodevušies Tam Kungam, arī mūsu izturēšanās, mūsu attieksme un pat tas, kā mēs ģērbjamies Viņa lūgšanu namā, var norādīt uz to, cik lielā mērā mēs godājam Glābēju.

TIFĀNIJAS MILOANAS TONGAS FOTOGRĀFIJA AR SIEVIETI PIE KANCELES

Dievnami un priekšraksti

Elders Džefrijs R. Holands no Divpadsmit apustuļu kvoruma ir padziļinājis mūsu izpratni par šo jēdzienu, paziņojot:

„Turklāt, lai mums būtu vairāk laika pievērsties ģimenē balstītai evaņģēlija apguvei, mūsu svētdienu dievkalpojumi ir pārveidoti tā, lai pienācīgi uzsvērtu Tā Kunga Svētā Vakarēdiena priekšrakstu kā svētu un atzītu mūsu iknedēļas pielūgsmes kulmināciju. Mums būtu jāatceras un pēc iespējas personīgāk jāattiecina uz sevi tas, ka Kristus nomira aiz salauztas sirds, pilnīgā vienatnē uzņemoties visas cilvēces ģimenes grēku un bēdu slogu.

Tā kā mums ir sava daļa pie šī nāvējošā sloga, šis brīdis prasa izrādīt cieņu."[4]

Mums būtu svarīgi atcerēties, ka vieta, kur ir norādīts noturēt šo augstākās cieņas izrādīšanu pret Glābēju, ir dievnama lūgšanu zāle. Līdztekus godbijībai, ko mēs izjūtam iknedēļas Svētā Vakarēdiena priekšraksta laikā, mūsu godbijības un cieņas izjūtu vairo arī pārdomas par citiem priesterības priekšrakstiem, kas tiek izpildīti dievnamos, ieskaitot vārda un svētības došanu bērniem, kristības un konfirmēšanu, ordinēšanu priesterībā un iesvētīšanu aicinājumos. Katru no šiem priekšrakstiem var pavadīt bagātīgas Svētā Gara izpausmes, ja vien tie, kuri tajos piedalās, un tie, kuri tos apmeklē, ir ieradušies godbijības garā.

Dievnami un Dieva pielūgšana

Sabata diena paver mums iespēju pielūgt To Kungu savu ģimenes studiju laikā un arī

draudzē — mūsu Svētā Vakarēdiena un citu sanāksmju laikā. Svētajiem jau kopš pirmajām Baznīcas pastāvēšanas dienām ir paticis sanākt kopā, lai biedrotos un veidotu brāļu un māsu sadraudzības saites. Mūsu dievnami pat ir projektēti tā, lai tajos būtu telpas, kur nedēļas gaitā noturēt šādus pasākumus. Taču mēs ne brīdi nedrīkstam aizmirst šo ēku primāro nolūku, kas ir pielūgsmes vietas nodrošināšana.

Starp pielūgšanu un godbijību pastāv cieša saikne. „Kad mēs pielūdzam Dievu, mēs vēršamies pie Viņa ar godbijīgu mīlestību, pazemību un apbrīnu. Mēs atzīstam un pieņemam Viņu kā mūsu augstāko Ķēniņu, Visuma Radītāju, mūsu mīļoto un bezgalīgi mīlošo Tēvu."[5]

Līdz ar to, šim centrālajam pielūgsmes mērķim vajadzētu iespaidot mūsu uzvedību dievnamos — pat piedaloties sabiedriskajos vai izklaides pasākumos. Mums vajadzētu īpaši parūpēties par to, lai Baznīcas pasākumu laikā šajā ēkā valdītu pēc iespējas lielāka kārtība, tā netiktu piegružota vai bojāta, un gadījumā, ja kaut kas tāds notiek, mums vajadzētu nekavējoties veikt nepieciešamos tīrīšanas darbus vai remontdarbus.

Bērniem un jauniešiem varētu tikt mācīts, ka godbijība un gādāšana par dievnamu nav attiecināma tikai uz svētdienu sanāksmēm. Baznīcas locekļu dalība dievnama sakopšanā, it īpaši kopīga vecāku un bērnu līdzdalība, ir brīnišķīgs veids, kā vairot godbijīgu attieksmi pret mūsu svētajām ēkām. Kā to apliecina mana drauga pieredze staba centra sakārtošanā pēc staba konferences, gādāšana par dievnamu pati par sevi ir pielūgsmes veids, kas ieaicina Tā Kunga Garu.

DŽEIMSA ILIFA DŽEFRIJA FOTOGRĀFIJA

MASSIMO KRISČIONES FOTOGRĀFIJA AR BAZNĪCAS LOCEKĻIEM PIE DIEVNAMA

DEIVIDA HENRIJA MEREDITA FOTOGRĀFIJA AR SIEVIETI, KURA TĪRA DURVIS

Gādāšana par mūsu dievnamiem ir pielūgsmes veids, kas ieaicina Tā Kunga Garu.

MASSIMO KRISČIONES FOTOGRĀFIJA AR BĒRNIEM, KURI ATSTĀJ ĒKU

Dievnami un Glābējs

Sekojot prezidenta Nelsona pravietiskajiem norādījumiem, ir tikuši pielikti ievērojami pūliņi, lai nodrošinātu to, ka, runājot par Jēzus Kristus Baznīcu, no sarunas nekad netiktu izslēgts Viņa Vārds. Līdzīgā veidā mēs nedrīkstam pieļaut Glābēja izstumšanu no Viņa centrālās vietas mūsu pielūgsmes procesā, tostarp mūsu pielūgsmes vietām.

Mēs esam pieraduši runāt par templi kā par Tā Kunga namu, kas ir precīzs un svarīgs apzīmējums. Taču var gadīties, ka mums ir lielāka tieksme aizmirst, ka arī ikviens no mūsu dievnamiem ir iesvētīts ar priesterības pilnvarām kā vieta, kur var mājot Tā Kunga Gars un kur Dieva bērni — gan Baznīcai piederīgie, gan tie, kuri tādi nav, — var nākt „pie sava Pestītāja atziņas" (Mosijas 18:30).

Nesen izziņotā iniciatīva par mūsu dievnamu izdaiļošanu ar mākslas darbiem, kuros tiek cieņpilni atainots Glābējs un Viņa laicīgās un pēcnāves dzīves dievišķie notikumi, ir izstrādāta nolūkā — tuvināt mūsu skatu, prātu un sirdi Viņam. Kad jūs ienākat šajos lūgšanu namos, lai piedalītos sanāksmēs un pasākumos, mēs mīloši aicinām jūs uz brīdi apstāties, pavērot šīs svētās gleznas un padomāt par tām, apskatīt tās kopā ar saviem bērniem, ļaujot, lai tas vairo jūsos pielūgsmes garu un godbijību pret Dievu.

Vecās Derības pravietis Habakuks sludināja: „Tas Kungs ir Savā svētajā namā. Lai visa pasaule klusē Viņa vaiga priekšā!" (Habakuka 2:20.) Kaut tāpat arī mēs atcerētos, ka mūsu dievnamos ir Tā Kunga Gars un ka Tas piesātinās katru sirdi tādā mērā, cik mēs izturēsimies godbijīgi Viņa priekšā! ■

ATSAUCES

1. "Revereri," Lexico Powered by Oxford, lexico.com.
2. „Ak, tas ir brīnums man!", *Garīgās dziesmas,* nr. 118.
3. Rasels M. Nelsons, „Sabats — svēta prieka diena" (vispārējās konferences runa), *Liahona*, 2015. g. maijs, 130. lpp.
4. Džefrijs R. Holands, „Redzi, Dieva Jērs" (vispārējās konferences runa), *Liahona,* 2019. g. maijs, 45. lpp.
5. Dīns M. Deivīss, „Pielūgšanas svētības" (vispārējās konferences runa), *Liahona,* 2016. g. nov., 94. lpp.

Pieaugušajiem jauniešiem

Šajā sadaļā

44 **Vai atkarība ir tas pats, kas dumpošanās?**
Destinija Jarbro

48 **7 ieteikumi, kā pārvarēt atkarību no pornogrāfijas**
Ričards Ostlers

Tikai digitālā formātā

Mammas atbalstīšana ceļā uz atturību
Anastasija Kola

Uzmeklējiet šos un vēl citus rakstus:
- Vietnē **liahona.ChurchofJesusChrist.org**
- Sadaļā **YA Weekly** (Evaņģēlija bibliotēkas pieaugušo jauniešu sadaļā)

Dalieties savos stāstos

Vai jums ir kāds apbrīnojams stāsts, kurā dalīties? Vai arī jūs vēlaties, lai mēs publicējam rakstus par kādu noteiktu tēmu? Ja tā, mēs ļoti priecātos to dzirdēt! Jūs varat iesūtīt savus rakstus vai atsauksmes vietnē: **liahona.ChurchofJesusChrist.org.**

Tu vari atgūt brīvību

Vai jūs paši, vai arī kāds no jūsu mīļajiem ir iestrēdzis apburtajā lokā — pieļaujot kļūdas, nožēlojot grēkus, apņemoties laboties un no jauna salaižot visu grīstē? Šādā lokā bija iestrēguši arī daudzi brīnišķīgi pieaugušie jaunieši, ar kuriem es strādāju, kalpodams par bīskapu neprecēto, pieaugušo jauniešu bīskapijā. **Taču daudzi no viņiem atguva brīvību caur Jēzus Kristus īstenoto Izpirkšanu.** Šī mēneša sadaļas vēstījumos par atkarību tiek sniegts lietderīgs ieskats tajā, kā atgūt pašiem savu brīvību un palīdzēt apkārtējiem.

Pats svarīgākais, ko mums vajadzētu paturēt prātā, ir tas, ka **mēs visi esam Debesu Tēva mīļotie bērni.** Elders Dīters F. Uhtdorfs ir mācījis: „[Dievs] mīl jūs, negaidot, kamēr jūs pārvarēsiet savas vājības un kaitīgos ieradumus. Viņš mīl jūs jau tagad, pilnībā apzinoties jūsu grūtības. . . . Viņš zina par nožēlu, ko jūs esat izjutuši, ciešot neveiksmes vai kļūdoties. **Un Viņš mīl jūs tik un tā.**" („Priekpilna dzīve evaņģēlijā" (vispārējās konferences runa), *Liahona*, 2014. g. nov., 123. lpp.; uzsvērums pievienots.)

Turpretī Sātans centīsies jūs pārliecināt, ka jūs esat aizgājuši par tālu, lai Debesu Tēvs jūs mīlētu un lai Glābējs spētu jūs mainīt un attīrīt. Sātans centīsies neļaut jums izkļūt no kauna un sevis žēlošanas atvara, tālab neticiet viņa meliem.

Tā vietā vērsieties pie Debesu Tēva. **Nebaidieties** atklāti apspriesties ar savu bīskapu vai draudzes prezidentu un citiem cilvēkiem, kuri jūs mīl. Lasot to, kā citi pieaugušie jaunieši, kuri ir cietuši no atkarības, stāsta par cerības atgūšanu, rīkojieties saskaņā ar gūtajiem iespaidiem. **Esiet pacietīgi paši ar sevi, atcerieties par savu dievišķo dabu, speriet soli pēc soļa un ticiet Jēzus Kristus dziedinošajam spēkam.** Viņš un vēl daudzi mums pieejamie resursi palīdzēs sekmīgi atgūt mūsu kāroto brīvību. Nekad nepadodieties!

Jūsu draugs —
Ričards Ostlers

Vai atkarība ir tas pats, kas dumpošanās?

Skaidrāka izpratne par atkarības būtību var palīdzēt mums paļauties uz to, ka kādudien Tas Kungs atsvabinās mūs no šī jūga.

Destinija Jarbro

Dažiem mūsu kritušajā pasaulē atkarība ir kļuvusi par nomācošu un dzīvi graujošu realitāti. Ja mēs, lai aizmirstos, pārmērīgi izmantojam kaut ko tādu kā, piemēram, ēdienu, recepšu medikamentus, sociālos medijus, tenkošanu, pornogrāfiju, melošanu, azartspēles vai pat sportošanu, mēs it viegli varam iestrēgt atkarības ciklā.

Redzot, kā brīnišķīgi, mīloši cilvēki man apkārt cīnās ar atkarībām — nevis tikai padodas nepareizām izvēlēm —, es esmu vērsusiespie Svētajiem Rakstiem un jaunākajiem pētījumiempar atkarību, lai iegūtu skaidrāku izpratni par šāda veida neiroloģiskajiem stimuliem un uzmācīgajām tieksmēm.

Atkarības nezāles

Atkarības pārvarēšana līdzinās dārza ravēšanai. Mēs nevaram gaidīt, ka tiksim ar to galā pēc vienas ravēšanas reizes. Zinot, ka parādīsies arvien jaunas nezāles, mēs rūpīgi un regulāri tās izraujam, lai pasargātu stādus.

Cīnoties ar atkarību, pat pēc grēku nožēlošanas un palīdzības meklēšanas, pieredzēdami recidīvu, mēs varam ieslīgt mazdūšībā. Mēs varam justies pārsteigti un sarūgtināti, izjūtot īpaši spēcīgus kārdinājumus pēc ļoti priecīgiem vai ļoti skumjiem dzīves periodiem. (Līdzīgi kā pēc atspirdzinoša lietus vai stipras vētras mēdz izaugt vēl vairāk nezāļu.)

Atkarība vai apzināta dumpošanās

Es esmu atklājusi, ka Sātans izmanto atkarību par „pierādījumu" tam, ka mums ir raksturīgi vēlēties kaut ko ļaunu, ka mēs jau kopš pirmsākuma esam nolemti neveiksmei vai ka Dievs mums ir atmetis ar roku. Velns izmanto apkaunojumu, lai laupītu mums drosmi, norādot uz to, ka, neatkarīgi no tā, cik daudz reižu mēs esam nožēlojuši grēkus, mēs vēl arvien izjūtam kārdinājumus.

Kaut arī pastāv daudz iemeslu tam, kādēļ cilvēkiem ir tieksme uz atkarību, atkarība bieži vien aizsākas ar centieniem apmierināt „būtiskas un neapmierinātas vajadzības".[1] Tādējādi, kaut arī dumpošanās *var* novest pie atkarības un atkarības *var* novest pie grēka, tās bieži vien tiek sētas vai pavairotas nespēkā, nevis aiz apzinātas dumpošanās.[2]

Par laimi, mēs zinām, ka mūsu nespēks var dāvāt mums iespēju — iepazīt Dieva labvēlību un iemantot pamatīgu ticību Jēzus Kristus dziedinošajam spēkam.[3]

Līdz atsvabināšanai no jūga

Mēs varam gūt atziņas par atkarības pārvarēšanu un izbēgšanu no atkarības slazdiem, mācoties par divām Mormona Grāmatas ļaužu grupām: Limhija ļaudīm un Almas ļaudīm.

Abas no šīm grupām ievērojamu laika periodu dzīvoja verdzībā. Abas apzinājās, ka nav „nekāda veida, kā [tās] varētu atbrīvoties" no šī gūsta (Mosijas 21:5). Abas ar laiku vērsās pēc palīdzības pie Tā Kunga.

Limhija ļaudis atradās verdzībā savu pārkāpumu dēļ. Nemeklēdami Tā Kunga palīdzību, viņi trīs reizes dusmīgi cīnījās ar saviem apspiedējiem. Viņi zaudēja katrā no šīm cīņām. Kad viņi sāka kļūt pazemīgi, „Tas Kungs bija kūtrs uzklausīt viņu saucienus . . .; tomēr [Viņš] *dzirdēja* viņu kliedzienus un sāka mīkstināt lamaniešu sirdis, ka tie sāka atvieglot viņu slogus" (Mosijas 21:15; uzsvērums pievienots). Viņi tika svētīti par to, ka ir kļuvuši pazemīgāki, „tomēr Tas Kungs neuzskatīja par vajadzīgu atbrīvot viņus no verdzības" līdz daudz vēlākam brīdim.

Kaut arī Almas ļaudis bija nokļuvuši jūgā, neskatoties uz savu taisnīgumu, viņi „izlēja savas sirdis [Dieva] priekšā". Taču, pat zinot viņu taisnīgās vēlmes, Dievs ļāva, lai starp viņu sagūstīšanu un atsvabināšanu paietu zināms laika sprīdis. Pateicoties tam, ka viņi turpināja uz Viņu paļauties, Viņš tiem apsolīja: „[Es] atvieglošu slogus, kas ir uzlikti jūsu pleciem, lai jūs pat nevarētu just tos uz savām mugurām, kaut arī jūs [joprojām] esat jūgā." Viņi savukārt „visā priecīgi un ar pacietību pakļāvās Tā Kunga gribai" (Mosijas 24:12, 14, 15).

Beigu beigās abas ļaužu grupas tika atbrīvotas. Un arī mums ir apsolīts — ja mēs, būdami jūgā, pievērsīsimies Tam Kungam, mēs varēsim „turpmāk stāvēt kā [Viņa] liecinieki" un „droši [varēsim] zināt, ka [Tas Kungs Dievs apmeklē] Savus ļaudis viņu ciešanās" (Mosijas 24:14) un viņu atkarībās!

Turiet drošu prātu!

Ja jūs cīnāties ar atkarību, paturiet prātā, ka ar Tā Kunga palīdzību šis jūsu dzīves periods var kalpot par auglīgu augsni Kristum piemītošo īpašību izkopšanai. Kļūstot arvien pazemīgāki, jūs spēsiet izkopt sevī pacietību, līdzcietību, ilgcietību un lēnprātību.

Apspriedieties ar saviem priesterības vadītājiem un tiem, kas var sniegt atbalstu, un izmantojiet daudzus līdzekļus, ko Debesu Tēvs ir nodrošinājis, lai palīdzētu jums atgūt brīvību. Paļaujieties uz To Kungu — ja jūs uzcītīgi sekosiet Viņam, Viņš var pārveidot šo cerību laupošo un nomācošo izaicinājumu par efektīvu garīgās bagātināšanās iespēju.[4]

Salīdzinot savu agrāko un tagadējo dzīvi, kāda agrīnā laika pēdējo dienu svētā no Austrālijas teica: „Mana agrākā dzīve [bija] kā nolaists, nezālēm aizaudzis dārzs, kur nespēja izspraukties tikpat kā neviena puķe. [Taču] tagad nezāles ir izzudušas un puķes strauji slejas augšup tām paredzētajās vietās."[5]

Ja mēs visi pastāvīgi ravēsim savu dārzu un savos pārbaudījumos vērsīsimies pie Tā Kunga, mēs iemantosim Almas ļaudīm doto apsolījumu: „Turiet drošu prātu, jo rīt Es jūs atbrīvošu no jūga!" (Mosijas 24:16.)

Turpiniet ravēt — raža ir tā vērta! ■

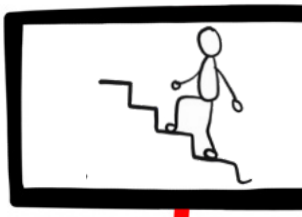
Autore dzīvo Teksasas štatā, ASV.

ATSAUCES

1. Spencer W. Kimball, "Jesus: The Perfect Leader," *Ensign*, Aug. 1979, 5.
2. Skat. 1. korintiešiem 15:42–44.
3. Skat. 2. korintiešiem 12:9; Etera 12:27.
4. Skat. Jesajas 51:3.
5. Martha Maria Humphreys, citāts no Marjorie Newton, *Southern Cross Saints: The Mormons in Australia* (1991), 158.

7 ieteikumi, kā pārvarēt atkarību no pornogrāfijas

Strādājot ar neprecētiem pieaugušajiem jauniešiem, kuri cenšas pārvarēt uzmācīgu atkarību no pornogrāfijas, es esmu atklājis dažus ieteikumus, kas varētu izrādīties lietderīgi arī jums.



Ričards Ostlers

Kad es tiku iesvētīts par bīskapu neprecēto pieaugušo jauniešu bīskapijā, pie mana kabineta durvīm stāvēja rinda ar neprecētiem pieaugušajiem jauniešiem, kuri gaidīja tikšanos ar mani. Uzminiet, par ko mēs runājām šajās pirmajās intervijās?

Par pornogrāfiju.

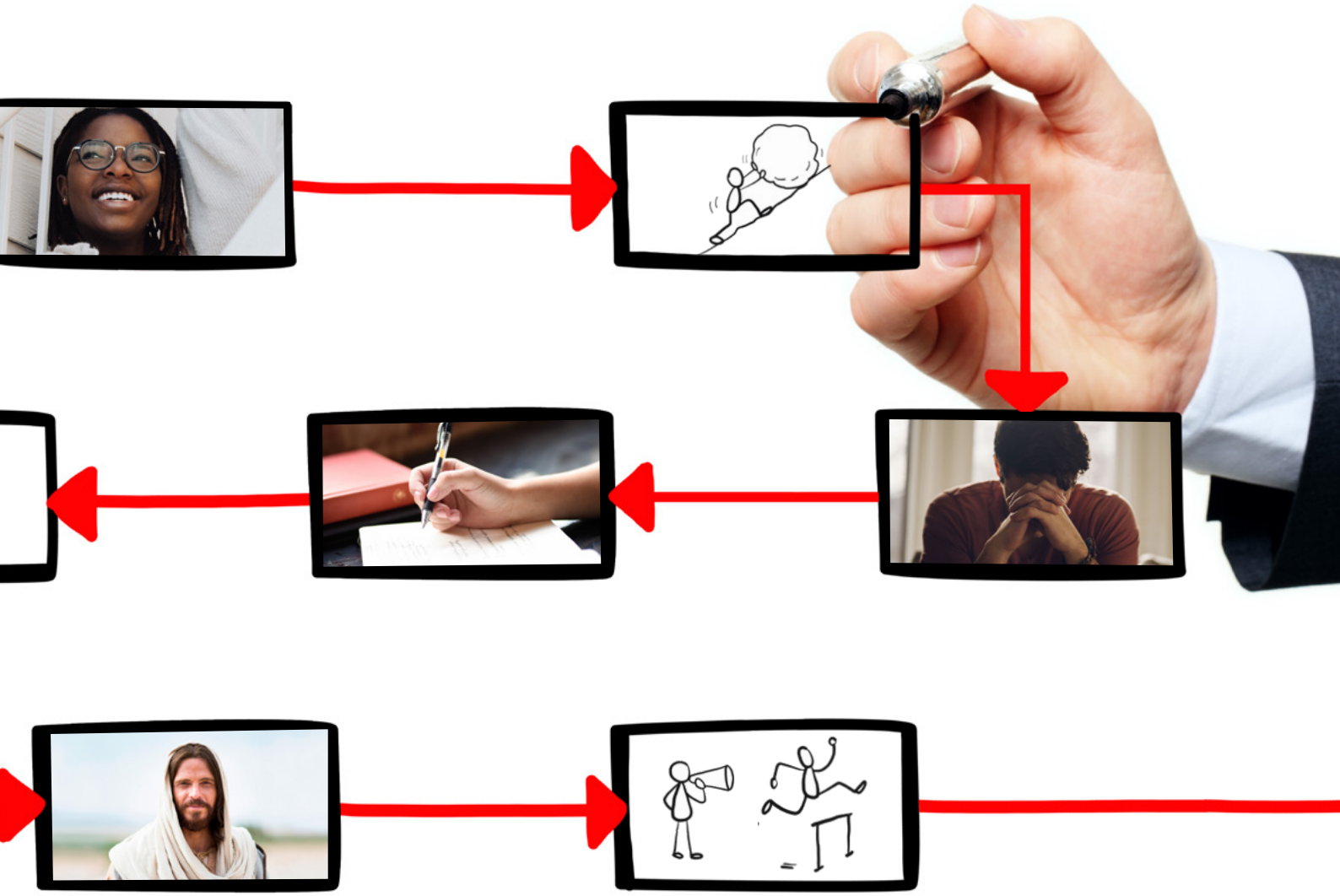
Un nākamo trīs gadu gaitā centieni palīdzēt pieaugušajiem jauniešiem atbrīvoties no šī uzmācīgā paraduma kļuva par ievērojamu mana aicinājuma sastāvdaļu, tādēļ es sapratu, ka man par to ir jāuzzina, cik daudz vien iespējams. Es gavēju, lūdzu, apmeklēju templi, apspriedos ar citiem vadītājiem, pārskatīju visus man pieejamos materiālus, apmeklēju atkarības pārvarēšanas kursus un mācījos no cilvēkiem, kuri strādāja pie atlabšanas. Es gribu dalīties dažās cerību iedvesošās domās par manis apgūto.

1. Apzinieties, ka ikviens no jums ir Debesu vecāku mīlēts bērns

Ja jūs strādājat pie tā, lai pārvarētu uzmācīgu atkarību no pornogrāfijas, jūs, iespējams, jutīsiet tieksmi attālināties no Debesu Tēva, uzskatot, ka, kamēr jūs neesat šo problēmu atrisinājuši, jūs neesat Viņa mīlestības vai palīdzības vērti. Tas ir tieši tas, ko vēlas Sātans, — izolēt jūs no visiem, kuri jūs mīl, iedvešot domu, ka jūs varat pārvarēt atkarību no pornogrāfijas paši saviem spēkiem un ka tikai tad jūs būsiet mīlestības vērti.

Pateicoties savai dievišķajai iedabai, jūs allaž esat cienīgi saņemt Debesu Tēva dāvāto cerību, iedvesmu un personīgo atklāsmi, kā arī Jēzus Kristus dziedinošo spēku, lai pārvarētu atkarību no pornogrāfijas.[1] Neattālinieties ne no Viņiem, ne no tiem cilvēkiem, kuri jūs mīl.

ZĪMĒJUMI NO GETTY IMAGES



2. Atbrīvojieties no kauna

Es esmu sapratis, ka, lai pārvarētu atkarību no pornogrāfijas, ir ļoti būtiski atbrīvoties no kauna. Kauns liek jums justies sagrautiem, traumētiem un sliktiem. Ticība šīm graujošajām domām par sevi patiesībā var neļaut jums izkļūt no atkarības cikla slazdiem. Nožēla par pastrādāto ir grēku nožēlošanas procesa sastāvdaļa, kas var palīdzēt jums mainīt savu uzvedību. Taču kauns liek jums domāt, ka jūsu raksturs ir pilnībā samaitāts un ka jūs vairs nevarat saņemt Glābēja palīdzību.[2]

Debesu Tēvs vēlas, lai jūs iemantotu pilnīgu cerību Jēzū Kristū, kā arī Viņa īstenotās Izpirkšanas svētības. Kauns vedina raudzīties pagātnē, neļaujot izkļūt no melu un sevis žēlošanas atvara. Lūdzu, atturieties no kauna ceļa!

3. Nesteidzieties iedalīt sevi „atkarīgo" kategorijā

Daudzi iedala sevi no pornogrāfijas „atkarīgo" kategorijā. Es brīdinu jūs, lai jūs kļūdaini nepieskaitītu sevi šai kategorijai. Patiesībā vairums jauno cilvēku, kuriem ir problēmas ar pornogrāfiju, *nav* no tās atkarīgi.[3] Un kļūdaina sevis pieskaitīšana šai kategorijai var apgrūtināt atbrīvošanos no pornogrāfijas to pavadošā kauna, cerības zuduma un sevis žēlošanas dēļ.

4. Izstrādājiet personīgu rakstveida plānu atkarības pārvarēšanai

Personīgais plāns atkarības pārvarēšanai ir trīsdaļīgs dokuments, kas var palīdzēt pārvarēt atkarību no pornogrāfijas.

1. daļa: Uzskaitiet savus personīgos, atkarību veicinošos stimulus. Stimula sajušana ir pirmais solis ciklā, kas noved pie pornogrāfisku materiālu aplūkošanas.

Pastāv dažādi stimulu paveidi:

- **Vides stimuli:** vide, kas stimulē uz noteiktu rīcību ierastā domāšanas veida vai rīcības iespaidā (piemēram, atrašanās konkrētā telpā vai konkrēts diennakts laiks).
- **Stresa/trauksmes/vientulības/traumējošu notikumu stimuli:** apgrūtinošas emocijas vai situācijas, ka pamudina pievērsties pornogrāfijai, lai izbēgtu no nepatīkamām izjūtām vai tās pārvarētu.

- **Vizuālie stimuli:** neapzināta sevis pakļaušana kaut kam no sociālajos medijos, filmās, fotogrāfijās un citos materiālos redzētā, kas pats par sevi nav pornogrāfisks, taču uz to pamudina.

2. daļa: Izstrādājiet plānu atkarību veicinošo stimulu pārvarēšanai.

Piemēram, saskaroties ar tādu vides stimulu kā pavājināts gribasspēks vēlu vakaros, jums varētu būt lietderīgi pusstundu pirms gulētiešanas izslēgt savu mobilo tālruni, vai arī doties gulēt bez tā. Ja pornogrāfija ir kļuvusi par veidu, kā tikt galā ar apgrūtinošām izjūtām, atrodiet kādu labāku veidu, kā tikt galā ar šīm emocijām. Varbūt vingrinājumi vai medikamenti varētu palīdzēt mazināt paaugstinātā stresa vai trauksmes līmeni? Varbūt tikšanās ar draugiem vai piedalīšanās institūta nodarbībās var palīdzēt mazināt jūsu vientulības izjūtu? Padomājiet par to, kādas ir jūsu grūtības un kas varētu jums palīdzēt.

Vēl arī **nenovērtējiet par zemu garīgos līdzekļus.** Lūgšana, Svēto Rakstu studēšana, kalpošana, Baznīcas un tempļa apmeklējums ir iedarbīgi līdzekļi, kam ir būtiska loma atkarību veicinošo stimulu pārvarēšanā, palīdzot nezaudēt gribasspēku.

3. daļa: Ieplānojiet, ko jūs darīsiet, sajūtot atkarību veicinošus stimulus. Uzrakstiet daudzpakāpju plānu katra stimula pārvarēšanai.

Piemēram, sajūtot attiecīgo stimulu, jūs varētu nekavējoties izslēgt savu mobilo tālruni, aizsūtīt kādam īsziņu vai piezvanīt, doties pastaigā vai pavingrot, palasīt Mormona Grāmatu vai nodarboties ar kaut ko citu, kas palīdz novirzīt domas.

Pierakstiet soļus, kas darbosies jūsu gadījumā! Dažkārt attiecīgais stimuls izzudīs, pirms jūs būsiet izgājuši cauri visiem sava atkarības pārvarēšanas plāna soļiem. Taču šie soļi var palīdzēt jums pārvarēt riskanto brīdi. Kad stimuls būs izzudis, atjauniniet savu atkarības pārvarēšanas plānu, pierakstot to, kas no plānotā ir izrādījies lietderīgi un kā to varētu pilnveidot, lai nākamreiz rīkotos efektīvāk. Glabājiet savu plānu tur, kur ik dienu varēsiet to apskatīt.

5. Nošķiriet atsevišķu recidīvu no atgriešanās atkarības ciklā.

Atsevišķs recidīvs nozīmē, ka, pieļaujot problēmas atkārtošanos, jūs ātri atgūstaties, mācoties no pieredzētā un uzlabojot savu atkarības pārvarēšanas plānu. Atgriešanās atkarības ciklā nozīmē, ka jūs padodaties, uzdzīvojat un par to vairs nebēdājat.

Apzinieties, ka atsevišķi recidīvi ir jūsu atkarības pārvarēšanas plāna pilnveidošanas sastāvdaļa. Nedomājiet, ka tādējādi esat zaudējuši visu iepriekš panākto vai ka tas, ko esat paveikuši, vairs neskaitās, jo tā nav. Raugieties nākotnē ar pozitīvu skatu, apzinoties, ka esat spēruši vēl vienu soli tuvāk atlabšanai.

Atsevišķa recidīva gadījumā pavaicājiet sev:

- Kas notika?
- Ar ko šis stimuls atšķiras no iepriekšējiem?
- Vai es pēdējā laikā esmu juties satraukts? Kāds bija mans emocionālais stāvoklis?
- Vai es jutos nespēcīgāks, jo kādu laiku nebiju lasījis Svētos Rakstus?
- Vai es pēdējā laikā pietiekami nevingroju?
- Vai kaut kas no mana atkarības pārvarēšanas plāna nedarbojas tā, kā vajadzētu?

• Ko es nākamreiz varētu darīt citādāk?

Pierakstiet to, ko esat noskaidrojuši, un turpiniet uzsākto!

6. Ticiet Glābēja dziedinošajam spēkam

Jēzus Kristus var palīdzēt jums grēku nožēlas procesā, kas sekmē izaugsmi, un Viņš var spēcināt jūs, kad jūs cenšaties pārvarēt atkarību no pornogrāfijas. Viņš saprot, kā jūs jūtaties, un gaida, kad varēs atbrīvot jūs no jūsu sloga. Nedomājiet, ka, vēršoties pie Viņa, jūs padarīsiet Viņa nastu vēl smagāku. Viņš jau ir par jums samaksājis. Tā vietā dariet labāko, ko varat, tuvinieties Glābējam un lūdziet, lai Viņš palīdz jums atlabt, mainīt savas vēlmes un iegūt vairāk spēka, lai virzītos uz priekšu.

Elders Ulisess Soaress no Divpadsmit apustuļu kvoruma ir mācījis: „Ja mēs nepārtraukti centīsimies pārvarēt savas problēmas, Dievs svētīs mūs ar Savām dāvanām: ticību tam, ka mēs varam tikt dziedināti, un spēju — darīt brīnumus. Viņš paveiks mūsu labā to, ko mēs nespējam izdarīt paši saviem spēkiem.”[4]

7. Nedariet to vienatnē

Arī draudzīga saziņa var spēcināt jūs un palīdzēt gūt sekmes. Jums vajadzētu atrast kādu, kurš var palīdzēt jums būt atbildīgiem, esot līdzās gan labākajos, gan sliktākajos brīžos. Šim cilvēkam vajadzētu jūs atbalstīt, atturoties no tiesāšanas. Un arī jūs varētu sniegt šim cilvēkam tādu pašu atbalstu. Vērsieties pēc padoma pie saviem Baznīcas vadītājiem vai ģimenes locekļiem. Un, ja nepieciešams, arī tera-peits vai profesionāls garīgās veselības speciālists var palīdzēt jums noskaidrot jūsu atkarības iespējamos pamatiemeslus.

Paturiet prātā, ka jūs esat topošie vecāki un vadītāji

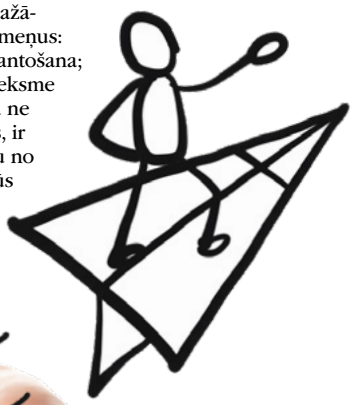
Jūs esat pirmā paaudze, kam jātiek galā ar nepārtrauktu pieeju pornogrāfiskiem materiāliem. Es uzskatu, ka šis izaicinājums ir sasniedzis savu kulmināciju jūsu paaudzē, lai tad, kad jūs būsiet vecāki un vadītāji, jūs daudz prasmīgāk un gudrāk spētu palīdzēt citiem izvairīties vai izkļūt no šī slazda. „Debesu Tēvs sūtīja mūs pasaulē nevis tālab, lai mēs ciestu neveiksmi, bet gan tālab, lai mēs gūtu godpilnus panākumus.”[5]

Lai gan šie ieteikumi var palīdzēt jums pārvarēt savu atkarību no pornogrāfijas, nebaidieties vērsties arī pie citiem resursiem. Katra cilvēka ceļš uz atlabšanu ir citāds. Meklējiet to, kas palīdz jūsu gadījumā. Nepadodieties! Dariet to soli pa solim. Jūs to varat. Jūs tik tiešām to varat (skat. Filipiešiem 4:13). Un tādējādi jūs kļūsiet tādi, par kādiem jums ir paredzēts kļūt. ■

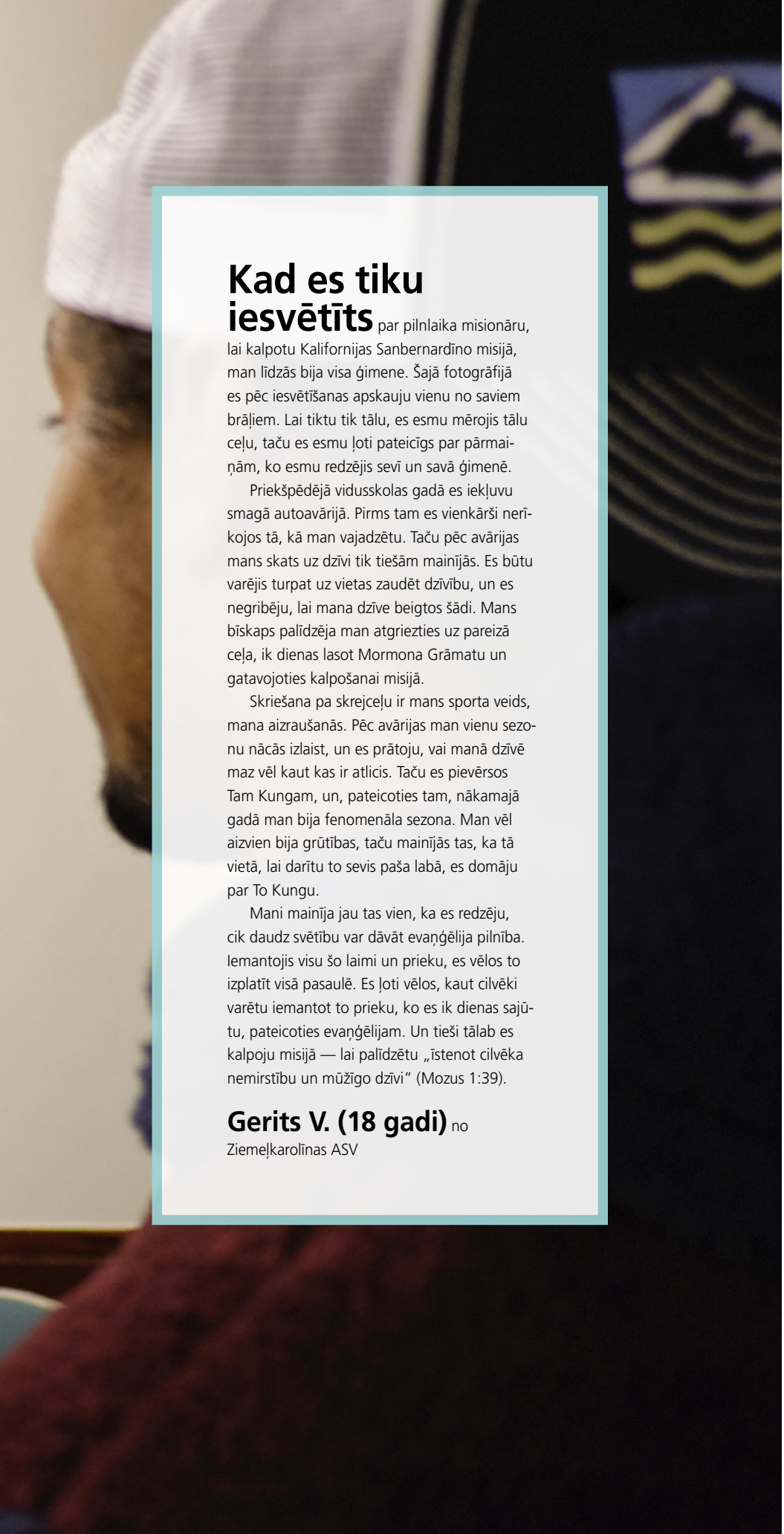
Autors dzīvo Jūtas štatā, ASV.

ATSAUCES

1. Māsa Džoja D. Džounsa ir paskaidrojusi, kā cilvēka vērtība atšķiras no viņa cieniguma, savā vispārējās konferences uzrunā „Neizmērojamā vērtība”, *Liahona,* 2017. g. nov., 14. lpp.
2. Skat. Wendy Ulrich, “It Isn’t a Sin to Be Weak,” *Liahona,* Apr. 2015, 23; “Shame versus Guilt: Help for Discerning God’s Voice from Satan’s Lies” (digitālā formātā), *Ensign*, Jan. 2020.
3. Skat. Dallin H. Oaks, “Recovering from the Trap of Pornography,” *Liahona,* Oct. 2015, 52. Prezidents Oukss ir nodalījis dažādus pornogrāfisko materiālu izmantošanas līmeņus: (1) netīša saskare; (2) gadījuma rakstura izmantošana; (3) intensīva izmantošana un (4) uzmācīga tieksme (atkarība). Jums būtu lietderīgi apzināties, ka ne katrs, kurš aplūko pornogrāfiskus materiālus, ir „atkarīgs”. Jums ir cerība — pārvarēt atkarību no pornogrāfijas, neatkarīgi no tā, kurā līmenī jūs šobrīd atrodaties.
4. Ulisess Soaress, „Ņemiet savu krustu un sekojiet Man” (vispārējās konferences runa), *Liahona,* 2019. g. nov., 114. lpp.
5. Richard G. Scott, “Learning to Recognize Answers to Prayer,” *Ensign,* Nov. 1989, 30.



DOCTRINAL
MASTERY



Kad es tiku iesvētīts

par pilnlaika misionāru, lai kalpotu Kalifornijas Sanbernardīno misijā, man līdzās bija visa ģimene. Šajā fotogrāfijā es pēc iesvētīšanas apskauju vienu no saviem brāļiem. Lai tiktu tik tālu, es esmu mērojis tālu ceļu, taču es esmu ļoti pateicīgs par pārmaiņām, ko esmu redzējis sevī un savā ģimenē.

Priekšpēdējā vidusskolas gadā es iekļuvu smagā autoavārijā. Pirms tam es vienkārši nerīkojos tā, kā man vajadzētu. Taču pēc avārijas mans skats uz dzīvi tik tiešām mainījās. Es būtu varējis turpat uz vietas zaudēt dzīvību, un es negribēju, lai mana dzīve beigtos šādi. Mans bīskaps palīdzēja man atgriezties uz pareizā ceļa, ik dienas lasot Mormona Grāmatu un gatavojoties kalpošanai misijā.

Skriešana pa skrejceļu ir mans sporta veids, mana aizraušanās. Pēc avārijas man vienu sezonu nācās izlaist, un es prātoju, vai manā dzīvē maz vēl kaut kas ir atlicis. Taču es pievērsos Tam Kungam, un, pateicoties tam, nākamajā gadā man bija fenomenāla sezona. Man vēl aizvien bija grūtības, taču mainījās tas, ka tā vietā, lai darītu to sevis paša labā, es domāju par To Kungu.

Mani mainīja jau tas vien, ka es redzēju, cik daudz svētību var dāvāt evaņģēlija pilnība. Iemantojis visu šo laimi un prieku, es vēlos to izplatīt visā pasaulē. Es ļoti vēlos, kaut cilvēki varētu iemantot to prieku, ko es ik dienas sajūtu, pateicoties evaņģēlijam. Un tieši tālab es kalpoju misijā — lai palīdzētu „īstenot cilvēka nemirstību un mūžīgo dzīvi" (Mozus 1:39).

Gerits V. (18 gadi) no Ziemeļkarolīnas ASV

JAUNIEŠIEM

SATURS

54 **Martas dienišķā kalpošana**
Sems Lofgrens

58 **Kā es radu dziedināšanu pēc seksuālas vardarbības**
Autore anonīma

62 **Jautājumi un atbildes: Kā lai es tieku galā ar vientulību? Vai es varu kalpot misijā, ja man ir garīgās veselības problēmas?**

64 **Pēdējie vārdi: Mūsu cerība, mūsu gaisma, mūsu spēks**
Elders Ronalds A. Rasbands

65 **Mormona Grāmatas personāži: Jareda brālis**

Martas DIENIŠĶĀ K

ALPOŠANA

Šī mamma un viņas meita ļoti cenšas, lai kopīgi dzīvotu pēc evaņģēlija. Un Marta var dzīvot pēc tā, sniedzot savai mammai unikālu kalpošanu.

LESLIJA NĪLSONA FOTOGRĀFIJAS

Sems Lofgrens
Baznīcas žurnāli

Marta ir vienpadsmitgadīga meitene no Portugāles, un, līdzīgi kā daudzām viņas vienaudzēm, viņai patīk pavadīt laiku ar savām draudzenēm, mieloties ar ēdienu un spēlēties ar savām lellēm. Vēl viņai patīk pavadīt laiku kopā ar savu mammu. Taču dzīve kopā ar mammu nozīmē, ka Marta dzīvo nedaudz citādāk nekā pārējie bērni.

Martas mammai Soniai ir iedzimti motoriskie traucējumi, kuru dēļ viņai ir grūtības staigāt. Kaut arī viņa nav pilnībā paralizēta, lai pārvietotos, viņai ir nepieciešams staigulis. Viņa nespēj pašrocīgi apģērbties, nomazgāties un iekāpt gultā. Tālab viņai būtu grūti dzīvot vienai. Marta dažus pēdējos gadus ir varējusi kalpot Soniai, palīdzot tikt galā ar to, ko viņa pati nespēj.

„Es uzturu savas telpas kārtībā, lai manai mammai būtu vieglāk pārvietoties," saka Marta. „Arī spēlēšanos es ik pa laikam pārtraucu, lai pārbaudītu, vai manai mammai nav nepieciešama palīdzība. Kad es spēlējos un viņa mani pasauc, es ātri dodos pie viņas, jo var gadīties, ka tas ir kaut kas steidzams."

Tomēr Sonia cenšas ļaut Martai dzīvot pēc iespējas ierastāku dzīvi. Ja Soniai nav nepieciešama palīdzība, viņa pārliecinās, ka Martai pietiek laika paspēlēties ar saviem draugiem.

DZĪVOŠANA SASKAŅĀ AR SAVU TICĪBU

Martai ir iespēja — katru dienu dzīvot pēc evaņģēlija, kalpojot savai mammai. Viņa uzņemas daudz tādu pienākumu, kādu citiem bērniem parasti nav. Viņa, piemēram, agri ceļas, lai pirms skolas palīdzētu savai mammai sagatavoties darba dienai. Bez Martas palīdzības Sonia nespētu pārvietoties un katru dienu doties uz darbu.

Marta un Sonia arī kopīgi apmeklē Baznīcu. Sonia tika kristīta astoņu gadu vecumā, līdz ar to Marta ir uzaugusi Baznīcā. Sonia ik dienu māca Martai par evaņģēlija nozīmi. Viens no veidiem, kā viņa to dara, ir daudzie Jēzus Kristus attēli viņu mājās.

„Es zinu, ka Dievs dzīvo un ka Jēzus Kristus tiešām eksistē," Sonia saka. „Un es gribu, lai ikviens, kurš ienāk manās mājās, zina, ka ticība man ir ļoti svarīga. Man ir arī svarīgi mācīt to Martai, lai viņa varētu uzaugt ar šīm zināšanām par Jēzu Kristu."

Marta ir pieņēmusi mammas mācīto un turpina apgūt evaņģēliju arī pašas spēkiem. Viens no mācīšanās veidiem, kas viņai patīk, ir Svēto Rakstu lasīšana, kas palīdz stiprināt viņas attiecības ar Debesu Tēvu un Glābēju. „Lasot Svētos Rakstus, es jūtu sev līdzās Glābēju," viņa teic.

MIERINĀJUMA RAŠANA

Kaut arī uzņemties tik lielu atbildību var būt grūti, iknedēļas baznīcas apmeklējums palīdz Martai rast nepieciešamo mierinājumu, lai turpinātu palīdzēt savai mammai. „Kad Svētā Vakarēdiena sanāksmes sākumā un noslēgumā tiek teiktas lūgšanas, es jūtos tik mierpilna," viņa stāsta. „Dažkārt, atrodoties tur, es jūtos tā, it kā Debesu Tēvs man teiktu, ka es esmu labs cilvēks un ka man ir jāturpina būt par labu cilvēku, lai palīdzētu savai mammai."

Ikreiz, kad viņu pārņem šīs jūtas, viņa atceras, cik pateicīga ir par savu mammu. Viņa jūt, ka Debesu Tēvs ir sūtījis eņģeļus, lai viņu atbalstītu. „Man šķiet, ka Viņš mani stiprina, lai pamostoties es būtu laimīga un lepna par savu mammu," saka Marta.

Viena no Sonias un Martas kopīgi apgūtajām mācībām ir tāda, ka dzīve nav viegla vai ideāla — nevienam. Sonia teic: „Nekas no manām grūtībām mani neskumdina. Es zinu, ka Dievs man deva šādu miesu, asinis un kaulus, jo es esmu īpaša, un Dievs man teica, ka es to spēšu. Es daru labāko, ko varu. Es varētu darīt arī vairāk, taču šobrīd es jūtos ar sevi apmierināta. Es lepojos ar to, ko es daru, ko es esmu paveikusi un ko es paveikšu rīt."

Arī Marta saprot, ka viss nokārtosies, kaut arī dažkārt, rūpējoties par savu mammu, dzīve var šķist grūta. Viņa redz, ka ikvienam ir atšķirīgas grūtības. „Neviena cilvēka dzīve nav ideāla," viņa saka. Taču pat par spīti savām personīgajām grūtībām, Marta vēl arvien prot ikvienā situācijā atrast labo — viens no šādiem piemēriem ir viņas attiecības ar mammu. „Manai mammai ir fiziski trūkumi, taču garīgajā un emocionālajā ziņā viņa ir ļoti inteliģenta. Mēs patiešām esam labas draudzenes."

RAUDZĪŠANĀS NĀKOTNĒ

Kas gan Martu un Soniu gaida turpmāk? Marta saka: „Es gribu palikt mammas tuvumā, un es, protams, vēlētos apprecēties un izveidot ģimeni ar bērniem. Taču nākotnē, ja vien varēšu, es gribētu iegādāties māju, kur dzīvotu gan mana ģimene, gan mana mamma, jo es negribētu kaut uz dienu būt pārāk tālu no viņas!"

Arī Sonia raugās nākotnē ar optimismu, un viņa allaž būs pateicīga par Martas sabiedrību un mīlestību. „Tas ir brīnišķīgi, ka man ir tik skaista meita! Tas, ka manā dzīvē ir Marta, ir ļoti jauki. Viņa man ir dāvana no Dieva. Viņš ir sagatavojis Martu, lai viņa būtu te, kopā ar mani." ■

Mana dzīve līdzinājās murgam.
Taču vēlāk es sapratu, ka pašos
tumšākajos brīžos varu paļauties
uz savu Glābēju.

Kā es radu dziedināšanu
pēc seksuālas vardarbības

Autore anonīma

Mans murgs sākās, kad man bija tikai septiņi gadi un mana mamma vēlreiz apprecējās. Mums tik tiešām patika mans jaunais patēvs. Viņš bija laipns un iederējās mūsu ģimenē. Viņa klātbūtnē es jutos tik tiešām droši. Viss bija lieliski, līdz kādudien, kad visi pārējie bija ar kaut ko aizņemti, viņš mani seksuāli izmantoja.

Es nesapratu, ko viņš man bija nodarījis. Es jutos izbijusies, apjukusi un ārkārtīgi apkaunota. Taču es biju pārāk pārbijusies, lai kādam par to pastāstītu. Man šķita, ka tas sagraus manas ģimenes jauniegūto laimi un ka neviens man tik un tā nenoticēs. Tā nu es nolēmu klusēt.

Kaut arī viņš man bija nodarījis pāri tikai to vienu reizi, mani allaž nospieda atmiņas par šo nodarījumu. Ar laiku mani pārņēma tik paranoiskas bailes, ka citi spēs izzināt manu sāpju iemeslu un atklāt manu noslēpumu, ka es centos slēpt patiesību, sadraudzējoties ar savu patēvu. Viņš pret mani bija sevišķi laipns, un patiesībā viņš man pat atkal iepatikās.

Taču tad situācija pasliktinājās. Kad mamma sāka strādāt nakts maiņā, mans patēvs sāka mani regulāri izmantot. Es jutos tik bezspēcīga. Es gribēju par to kādam pastāstīt, taču visiem mans patēvs patika, un man šķita, ka citi nostāsies viņa pusē. Tā nu naktīs, esot vienatnē, es lūdzos, kaut Dievs man palīdzētu paturēt to visu noslēpumā.

ATKLĀTĪBA

Kādudien vardarbība beidzot izbeidzās. Man nebija ne jausmas, kādēļ tā. Kaut arī viņš man vairs nedarīja pāri, es pastāvīgi jutos aptraipīta un apkaunota. Es sevi ienīdu. Dažkārt es pat prātoju, vai nāve nebūtu vieglāka par šādu eksistenci. Es vēl arvien gribēju par to pastāstīt, taču baidījos no tā, kādas sekas varētu būt patiesības atklāšanai.

Kādu svētdienu, kad man bija 14 gadu, es piedalījos baznīcas nodarbībā par svarīgu lēmumu pieņemšanu. Mana skolotāja mudināja mūs gavēt un lūgt, apsolot, ka Dievs mūs stiprinās, lai mēs spētu rīkoties pareizi. Pēc Baznīcas apmeklējuma es turpināju domāt par viņas teikto. Es prātoju, vai tad, ja es to lūgtu, Dievs tikt tiešām palīdzētu man visu izstāstīt.

Nākamajā dienā es gavēju, lai man būtu drosme pastāstīt mammai par to, kā esmu tikusi izmantota. Es nespēju pievērsties skolas nodarbībām, jo vienīgais, par ko es spēju domāt, bija tas, kāda būs viņas attieksme. Pārnākot mājās, es jutos ārkārtīgi savārgusi. Es vēlreiz lūdzu pēc spēka, taču nejutos gatava visu izstāstīt.

FOTOGRĀFIJA NO GETTY IMAGES ILUSTRĒŠANAS NOLŪKAM, POZĒ MODELE

Tovakar es uzrunāju mammu, kad viņa gatavoja vakariņas. Kaut arī es nezināju, ko teikt, ieskatoties viņas acīs, es radu drosmi, lai vienkārši uzsāktu sarunu. Kad es sāku runāt, viss, ko es gadiem ilgi biju slēpusi, izlauzās uz āru.

Mēs ar mammu vienkārši sēdējām uz dīvāna un raudājām. Pēc tam mēs sazinājāmies ar draudzes prezidentu un piezvanījām policijai. Mans patēvs tika saukts pie atbildības par to, ko bija man nodarījis, un man tika nodrošināta nepieciešamā aizsardzība — man nekad vairs nenāksies viņu redzēt.

CEĻŠ UZ DZIEDINĀŠANU

Tolaik man bija grūti vēlreiz pastāstīt par pieredzēto varas iestāžu pārstāvjiem un dzirdēt, kā draugi vaicā, kur ir mans patēvs, taču, pateicoties ģimenes atbalstam, es vairs nebiju viena. Mūs visus vienoja mūsu ģimenes jaunais moto: „Es visu spēju [Kristus] spēkā, kas mani dara stipru." (Filipiešiem 4:13.) Arī mūsu radinieki izrādīja mīlošu atbalstu, un ar laiku mūsu brūces sāka dzīt.

Mēs abas ar mammu gājām uz profesionālām konsultācijām, kas mums ļoti palīdzēja! Mana konsultante bija tieši tas, kas man bija vajadzīgs. Viņa palīdzēja man izprast izjustās emocijas un tikt galā ar nelāgajām atmiņām. Es nemaz neatskārtu, cik sāpināta esmu jutusies, līdz atkal atguvu atbrīvotību.

Es nebiju domājusi, ka manas sāpes pazudīs vienkārši tādēļ, ka visu pastāstīšu, taču es nesapratu, cik daudz laika (un pacietības) prasīs dziedināšana. Es tik ilgi biju jutusies nevērtīga. Man bija atkal jāiemācās sevi mīlēt.

Vislielāko mieru es radu, vēršoties pie sava Glābēja un sava Debesu Tēva. Izpratne, ka Viņi *visā pilnībā* apzinās, kā es jūtos, dāvāja man spēku un cerību. Tumšākajos brīžos es paļāvos uz Viņiem. Ar laiku nelāgās atmiņas sāka izbalēt, un, pateicoties Glābēja mīlestībai, es tik tiešām sajutu mieru.

Viena no gandarījumu sniedzošākajām izjūtām manā dziedināšanas procesā bija atskārsme, ka mani tik tiešām *gaida* spoža nākotne. Tiekot izmantota, es pat nespēju iztēloties, ka man varētu būt normāla dzīve. Es jutos neatgriezeniski traumēta. Taču, pateicoties gūtajai palīdzībai un dziedināšanai, man izdevās atgūt interesi par turpmāko dzīvi. Es sāku stāstīt par pieredzēto arī citām meitenēm, kuras bija tikušas sāpinātas, un pat nolēmu kalpot misijā. Dalīšanās savā liecībā ar apkārtējiem mani stiprināja.

Tas, ko mans patēvs man nodarīja, nenosaka manu pašvērtību. Kaut arī viņš uz mūžu iespaidoja manu dzīvi, es izvēlos likt lietā savu pieredzi, lai palīdzētu citiem. Kaut arī daždien man joprojām ir grūti, Tas Kungs ir stiprinājis mani visā, un es zinu, ka Viņš turpinās man palīdzēt. No upura es esmu pārtapusi par izdzīvotāju. ■

JA TU ESI VARDARBĪBAS UPURIS

Kas ir vardarbība?

Vardarbība ir nolaidīga vai slikta izturēšanās pret līdzcilvēkiem (piemēram, pret bērnu, gados vecāku cilvēku, invalīdu vai jebkuru citu), nodarot tiem fiziska, emocionāla vai seksuāla rakstura kaitējumu. Tas ir pretrunā Glābēja mācībām.

„Saskaņā ar Baznīcas nostāju, jebkāda veida vardarbība ir uzskatāma par nepieņemamu." (*General Handbook: Serving in The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints* (2020. g.), 38.6.2.) Vardarbība ir pretrunā Dieva likumiem, un tā var tikt uzskatīta arī par sabiedrībā pieņemto likumu pārkāpumu.

Dažādi vardarbības veidi

Fiziska vardarbība: kāda cilvēka apzināta, agresīva vai varmācīga izturēšanās pret otru cilvēku, nodarot tam miesas bojājumus.

Seksuāla vardarbība: nevēlamas seksuālās darbības vai saskare, kuras panākšanai varmākas izmanto spēku un draudus, vai arī izmanto upurus, kuri nav spējīgi dot apzinātu piekrišanu. Jebkura veida seksuālās darbības starp pieaugušo un bērnu ir uzskatāmas par vardarbību, neatkarīgi no tā, vai bērns ir devis tam savu piekrišanu.

Verbāla vai emocionāla vardarbība: uzvedības modelis, kurā kāds cilvēks apzināti un atkārtoti uzbrūk otram, neizmantojot fizisku spēku, bet gan tādas metodes kā, piemēram, skarbus vārdus, iebiedēšanu, manipulēšanu vai pazemošanu. Tas mazina otra pašvērtības un pašcieņas izjūtu. Kaut arī tā nav fiziska vardarbība, šāda veida vardarbība kaitē cilvēka vispārējai garīgajai un emocionālajai labklājībai.

Kur meklēt palīdzību?

Tas Kungs sagaida, ka mēs darīsim visu iespējamo, lai novērstu vardarbības gadījumus, pasargātu vardarbības upurus un palīdzētu tiem. Ne no viena cilvēka netiek gaidīts, ka viņš pacietīs vardarbīgu izturēšanos. Neatkarīgi no tā, vai tas ar tevi notiek šobrīd vai ir noticis jau pirms laba laika, tu vari atrast materiālus, kas palīdzēs tev, vietnē: abuse.ChurchofJesusChrist.org.

NEKAVĒJOTIES VĒRSIES PĒC PALĪDZĪBAS

„Ja tu šobrīd tiec vardarbīgi izmantots, vai arī esi pieredzējis to agrāk, sakopo drosmi, lai vērstos pēc palīdzības. . . . Meklē kāda uzticama cilvēka atbalstu. Tavs bīskaps vai staba prezidents var dot tev vērtīgu padomu un palīdzēt sazināties ar varas iestāžu pārstāvjiem. . . . Nebaidies, jo bailes ir Sātana līdzeklis, ko viņš izmantos, lai tu nepārstātu ciest. Tas Kungs tev palīdzēs, taču tev ir jāvēršas pēc šīs palīdzības."

Elders Ričards G. Skots (1928–2015) no Divpadsmit apustuļu kvoruma, „Dziedināšana no vardarbības graujošajām sekām" (vispārējās konferences runa), *Liahona,* 2008. g. maijs, 42. lpp.

Kā lai es tieku galā ar vientulību?

„Šķiet, ka sāpinošā vientulība ir daļa no mūsu laicīgās pieredzes. Taču Tas Kungs Savā žēlastībā ir iekārtojis visu tā, lai mums nekad nevajadzētu cīnīties ar laicīgās dzīves grūtībām vieniem. . . . Mums ir apsolīta pastāvīga trešā Dievības locekļa sadraudzība un līdz ar to arī privilēģija — saņemt atklāsmi savai personīgajai dzīvei. Mēs neesam vieni!”

Šerija L. Djū, kādreizējā padomniece Palīdzības biedrības vispārējā prezidijā, „We Are Not Alone” (Mēs neesam vieni), *Liahona*, 1999. g. janv., 112. lpp.

Attīsti savus talantus

Es tieku galā ar vientulības izjūtu, attīstot savus talantus — vai tā būtu kāda mūzikas instrumenta spēlēšana, kāds vaļasprieks vai kaut kas cits. Tas palīdz novērst domas no vientulības izjūtas, un bieži vien tā pat pilnībā izzūd. Tas palīdz arī atrast citus, kuriem ir līdzīgas intereses.

Stīvens H. (12 gadi) no Ņūmeksikas štata ASV

Tiecies pēc gaismas

Es tiecos pēc atbalsta, uzmundrinājuma un mīlestības no Debesu Tēva un Svētā Gara, kas dāvā man mieru, cerību un spēku, kad es meditēju, lūdzu un lasu Svētos Rakstus. 3. Nefija 11:11 ir teikts, ka Jēzus Kristus ir „pasaules gaisma un dzīvība”. Viņš ieradās, lai pilnībā izkliedētu tumsību.

Andreja B. (18 gadi) no Sulijas Venecuēlā

Pievērsies saviem draugiem un ģimenes locekļiem

Kad es jūtos vientuļa, man patīk pievērsties saviem draugiem un ģimenes locekļiem; tas mani tik tiešām iepriecina. Es paraugos uz svētībām savā dzīvē un pateicos Debesu Tēvam par to, cik daudz Viņš man jau ir devis!

Talija N. (16 gadi) no Oregonas štata ASV

Atceries par Dieva ieceri

Neaizmirsti, ka mums var klāties visādi, taču, pateicoties Dieva iecerei, mēs it nemaz neesam vientuļi. Ar mums vienmēr ir Svētais Gars, un Dievs zina par mūsu grūtībām. Tas Kungs ir pārcietis katru no taviem pārbaudījumiem un grūtībām. Viena no pašām svarīgākajām lietām, ko mēs varam pieredzēt laicīgajā dzīvē, ir laimes izjūta, taču mēs nevaram būt laimīgi bez bēdām (skat. 2. Nefija 2:11). Lūdz Dievu un prasi Viņa palīdzību; Viņš nepievils nevienu no mums.

Broks S. (17 gadi) no Jūtas štata ASV

Uzticies Tam Kungam

Man bija grūti atstāt mājas, lai dotos misijā uz Brazīliju. Es tikpat kā nepratu misijas valodu! Taču es esmu sapratis — ja ar tevi ir Tā Kunga Gars, tu nekad nejūties vientuļš. Viņš tevi mīl un vienmēr tev palīdzēs. Uzticies Viņam!

Elders Džozefs Tolens (20 gadi) no Kampinasas misijas Brazīlijā

KEJAS LINAS HADŽEŠAS FOTOGRĀFIJA

Atbildes var tikt rediģētas, lai tās būtu pietiekami lakoniskas un skaidras. Publicēto atbilžu nolūks ir palīdzēt un sniegt citiem plašāku redzējumu, tās nav uzskatāmas par oficiālu Baznīcas mācības skaidrojumu.

Kādas ir tavas domas?

„Ko man iesākt, ja esmu nožēlojis grēkus, tomēr no manis neatstājas domas par to, ko es esmu izdarījis nepareizi?"

Iesūti savu atbildi un, ja vēlies, arī augstas izšķirtspējas fotogrāfiju vietnē liahona.ChurchofJesusChrist.org (noklikšķini uz „Iesniegt rakstu vai atsauksmes") līdz 2020. gada 15. novembrim.

Vai es varu kalpot misijā, ja man ir bijušas garīgās veselības problēmas?

Jā. Visi, kam „ir vēlēšanās kalpot Dievam . . . [ir] aicināti šim darbam" (Mācības un Derību 4:3). Tas, *kur* mēs kalpojam, nav tik būtiski, kā tas, *kā* mēs kalpojam. Un, domājot par ikvienu, kurš apsver kalpošanu misijā, tiks ņemts vērā viņa fiziskais un garīgais veselības stāvoklis.

Ja tev ir vēlme kalpot misijā, aprunājies ar savu bīskapu. Viņš var palīdzēt tev uzsākt pieteikšanās procesu. Šajā procesā ietilpst konsultēšanās ar ārstiem un citiem profesionāļiem, kā arī ar Baznīcas vadītājiem un vecākiem. Šīs konsultācijas ir domātas nevis tam, lai izvērtētu, vai tu esi „pietiekami labs" kalpošanai Tam Kungam, bet gan lai palīdzētu noteikt, kuras no kalpošanas iespējām tev būtu vispiemērotākās.

Misijas *aicinājumu* var saņemt ikviens, kuram ir vēlme kalpot. Tas, kādu kalpošanas *norīkojumu* tu saņemsi attiecībā uz konkrētu vietu un veidu, kurā kalpot, var būt atkarīgs no daudziem aspektiem. Tie, kuriem ir veselības problēmas (ieskaitot garīgās veselības problēmas), dažkārt ir centušies pieteikšanās procesa gaitā paturēt šo informāciju noslēpumā, domājot, ka tas palīdzēs iegūt vēlamo norīkojumu. Taču, ja tu pilnīgi godīgi atklāsi savu slimību vēsturi (tostarp garīgās veselības problēmas), Tas Kungs tevi svētīs. Viņš sagaida, ka tu darīsi visu, kas ir tavos spēkos, lai uzlabotu savu veselības stāvokli. Un lielu daļu medicīniskā atbalsta, ko tu saņem, uzturoties mājās, ir iespējams saņemt arī misijas laikā.

Lai iegūtu vairāk informācijas par garīgās veselības jautājumiem, apmeklē vietni: mentalhealth.ChurchofJesusChrist.org.

Lai iegūtu vairāk informācijas par misiju, ieskaitot kalpošanu atbalsta misijā, apmeklē vietni: ChurchofJesusChrist.org/callings/missionary.

Mūsu cerība, mūsu gaisma, mūsu spēks

Elders Ronalds A. Rasbands
no Divpadsmit apustuļu kvoruma

Kad es tiku ordinēts par apustuli, dārgais prezidents Tomass S. Monsons (1927–2018) paziņoja, ka man ir jākļūst par īpašo Jēzus Kristus Vārda liecinieku visā pasaulē. Mana attieksme pret šo uzdevumu nebija virspusēja. Es metos cītīgi pētīt Svētos Rakstus, lai uzmeklētu visus Tā Kunga vārdus un titulus. Visi šie vārdi, kuros es ar jums dalīšos, ir ņemti no Svēto Rakstu pantiem, kas atgādina mums par mūsu cerību Viņā.

Viņš ir Israēla cerība (Jeremijas 17:13), spožā rīta Zvaigzne (Jāņa atkl. 22:16), Labais Gans (Mācības un Derību 50:44), Padoma devējs (Jesajas 9:6; 2. Nefija 19:6), Miera valdnieks (Jesajas 9:6; 2. Nefija 19:6), Glābējs (Romiešiem 11:26), Pasaules gaisma (Jāņa 8:12) un nākamības labumu Augstais priesteris (Ebrejiem 9:11). Viņš ir Tas, kuram ir spēks izglābt (Almas 34:18; Mācības un Derību 133:47), un Tas, kuram ir visa vara (Mācības un Derību 61:1).

Kristus ietekme, iespaids un vēriens ir visaptverošs. Viņš ir līdzās, kad mēs klupdami censšamies virzīties uz priekšu. Un, ja mēs paslīdam, Viņa „gaisma, kas spīd tumsībā" (Mācības un Derību 6:21), mirdz spožāk kā jebkad. Viņš mīl mūs gan mūsu labākajos, gan drūmākajos brīžos.

Esot par Jēzus Kristus mācekļiem, mums nav jāmēģina uzminēt Viņa gribu. Viņš ir nospraudis mums ceļu, mērodams to Saviem soļiem. Sekojot Viņam, mēs iemīlam to, ko mīl Viņš. Katru nedēļu atjaunojot savas derības ar Viņu, pieņemdami Svēto Vakarēdienu, mēs padziļinām savu izpratni par Viņu kā par pasaules Pestītāju (Mācības un Derību 93:9), patiesības Garu (Mācības un Derību 93:9) un Vārdu (Mācības un Derību 93:8).

Dārgie draugi, tāds ir Glābējs, kuru es pazīstu un no visas sirds mīlu un godinu. Es no visas savas dvēseles dziļumiem liecinu par Viņu un Viņa labvēlību un žēlastību. Viņš ir apsolījis: „Jūs esat Mani draugi, un jums būs mantojums kopā ar Mani." (Mācības un Derību 93:45.)

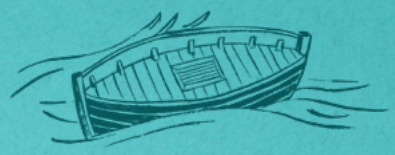
Jēzus Kristus allaž ir risinājums problēmās un grūtībās, kas ir daļa no šīs laicīgās pieredzes. Ja mēs izprotam Viņa misiju un Viņa evaņģēliju, mēs varam smelties spēku savā mīlestībā un savā ticībā un paļāvībā uz Viņu. ■

No 2019. gada 8. februāra pārraides reliģijas pasniedzējiem „Vakars kopā ar Augstāko pilnvaroto".

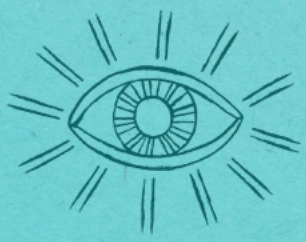
Jareda brālis

Aizveda savu ģimeni un draugus no Bābeles torņa uz apsolīto zemi.

Uzbūvēja baržas, lai **šķērsotu okeānu**.



Lūdza To Kungu pieskarties 16 akmeņiem, lai tie **izgaismotu baržu iekšpusi**.



Redzēja **brīnumainu vīziju,** kura ir pierakstīta plākšņu aizzīmogotajā daļā (skat. Etera 4:4–5).

Runāja ar Jēzu Kristu **vaigu vaigā** (skat. Etera 3:13–20).

„Bija liels un varens vīrs, un Tā Kunga augsti ieredzēts vīrs." (Etera 1:34.)

GEILAS ĀRMSTRONGAS PAPĪRA FIGŪRA; KEITIJAS DOKRILAS ZĪMĒJUMI

PIEAUGUŠAJIEM JAUNIEŠIEM

Vai jūs paši vai kāds no jūsu paziņām cieš no atkarības? Jums ir pamats cerēt uz pārmaiņām.

44. lpp.

BĒRNIEM UN PUSAUDŽIEM

VARDARBĪBAS NOVĒRŠANA UN DZIEDINĀŠANA

58., D12 lpp.

JAUNIEŠIEM

GARĪGĀ VESELĪBA UN TOPOŠIE MISIONĀRI

63. lpp.

VECĀKIEM

MĀCIET PAR DESMITO TIESU

D16, D18 lpp.

Nākamgad

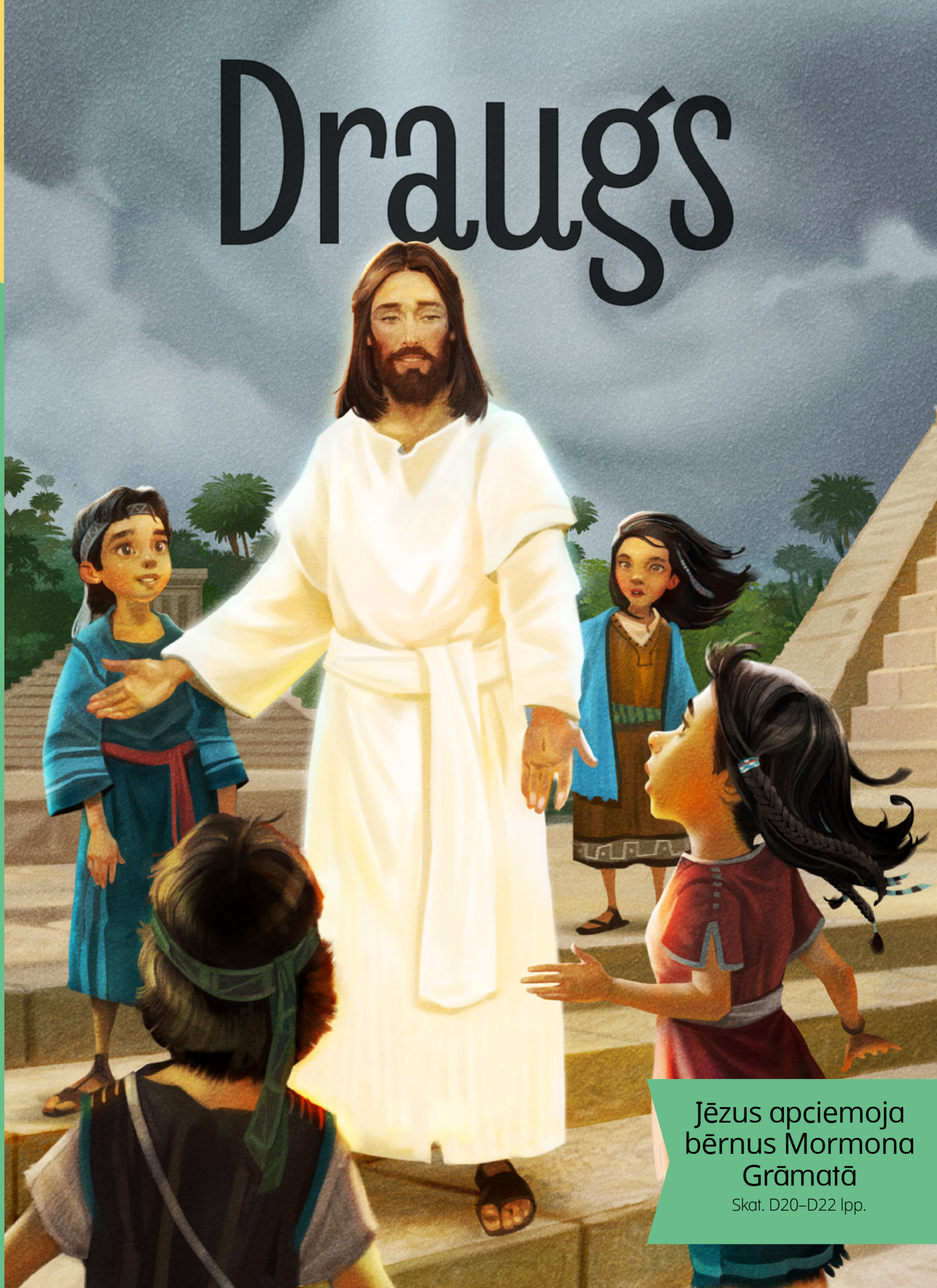
Baznīcas žurnāli jauniešiem un bērniem!
Abonējiet tagad vietnē store.ChurchofJesusChrist.org vai sadales centrā.

PĒDĒJO DIENU SVĒTO
JĒZUS KRISTUS
BAZNĪCA

LATVIAN
4 02167 25153 8

2020. gada oktobris

Draugs



Jēzus apciemoja bērnus Mormona Grāmatā

Skat. D20–D22 lpp.

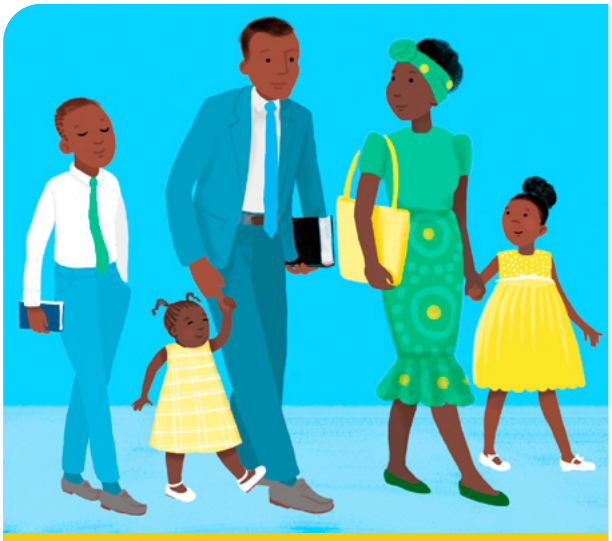
Žurnāla *Liahona* bērnu sadaļa, izdevusi Pēdējo Dienu Svēto Jēzus Kristus Baznīca,

AUGSTĀKĀ PREZIDIJA VĒSTĪJUMS

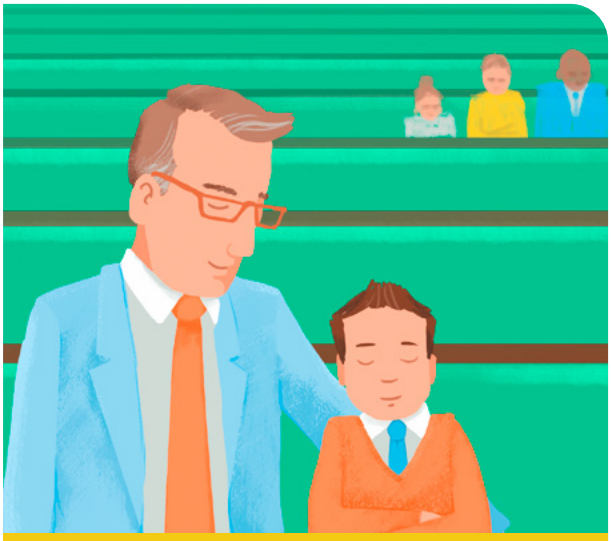
Prezidents Dalins H. Oukss
Pirmais padomnieks Augstākajā prezidijā

Svētais Vakarēdiens un es

Svētā Vakarēdiena pieņemšana ir pati būtiskākā dievkalpojuma sastāvdaļa. Pieņemot Svēto Vakarēdienu, mēs apsolām vienmēr atcerēties Glābēju. Lai Svētais Vakarēdiens būtu īpašs, mēs:

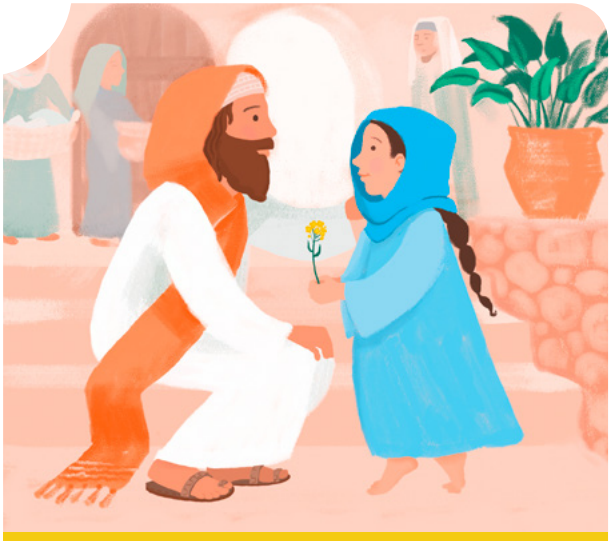


Ģērbjamies tā, lai izrādītu cieņu pret Svēto Vakarēdienu.



Pirms sanāksmes sākuma klusi sēžam savās vietās.

Dziedam Svētā Vakarēdiena dziesmu.



Domājam par Jēzu un apsolām vienmēr Viņu atcerēties.

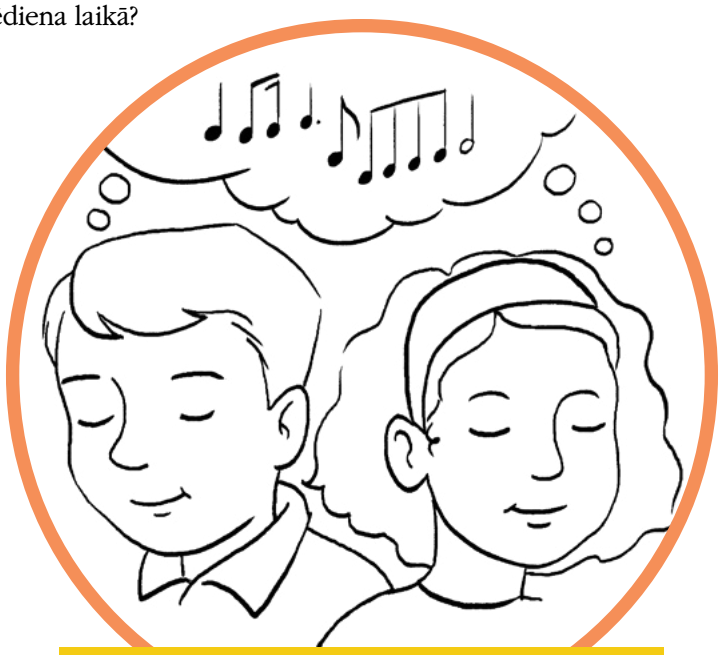
Svētā Vakarēdiena pieņemšana palīdz mums sajust Svēto Garu. Tā palīdz mums palikt uz ceļa, lai atgrieztos savās debesu mājās. ●

Ņemts no vispārējās konferences uzrunas „Svētā Vakarēdiena sanāksme un Svētais Vakarēdiens”, Liahona, *2008. g. nov., 17.–20. lpp.*

Izrādi savu mīlestību pret Jēzu

Mēs varam izrādīt savu mīlestību pret Jēzu, izturoties godbijīgi Svētā Vakarēdiena laikā. Ko tu dari Svētā Vakarēdiena laikā?

Klusi sēžu savā vietā.



Domāju par savu iemīļotāko Svētā Vakarēdiena dziesmu.

Domāju par kādu stāstu no Jēzus dzīves.

Lūdzu Debesu Tēvu.

DŽULIANAS LOVAS ILUSTRĀCIJAS

Kalija tikai gribēja iegūt kādu draugu.

Vientulīgās pusdienas

Steisija Lina Kerola

(Stāsts ir balstīts uz patiesiem notikumiem)

*„Gars Svētais, klusi čukstot, manu sirdi skar." (*Bērnu dziesmu grāmata, *56. lpp.)*

Kalija iegāja ēdamzālē un palūkojās apkārt. Visi pārējie bērni jau skrēja pie saviem draugiem un pulcējās pie galdiņiem. Telpā valdīja liela kņada, ko radīja jūsmīgas balsis un līksmi smiekli. Šī bija tikai otrā skolas diena, taču šķita, ka ikvienam ir kāds, kam sēdēt līdzās, izņemot Kaliju.

Saspiedusi ciešāk savu pusdienu kārbas rokturi, viņa piegāja pie kāda no galdiņiem. „Vai es drīkstu sēdēt tev blakus?" Kalija pavaicāja.

Meitene ar garu, brūnu bizi palūkojās augšup. Viņa aizkaitināti nošņācās un papurināja galvu. „Nē. Šī vieta ir aizņemta," viņa teica.

„Labi." Kalija piegāja pie kādas citas tukšas vietas un nolika uz galda savu pusdienu kārbu.

„Tu nevari sēdēt šeit! Es šo vietu jau esmu aizņēmis," teica kāds puisis zaļi svītrotā kreklā. Viņš nogrūda Kalijas pusdienu kārbu zemē. Visi viņa draugi smējās.

Kalija noliecās un pacēla savu pusdienu kārbu. Viņa devās otrpus ēdamzālei un apsēdās pie tukša galdiņa. Viņa ievēroja kādu puisi, kurš dzīvoja viņas apkaimē, un pamāja viņam, taču viņš novērsās. Kalija sarauca pieri. Kādēļ neviens negribēja ar viņu draudzēties?

Kalija palūkojās uz savu ēdienu. Viņai nemaz vairs negribējās ēst. Viņa notrausa asaras, aizvēra savu pusdienu kārbu un devās laukā.

Visi jau spēlējās ar saviem draugiem. Kalija viena pati sēdēja uz soliņa un skatījās, kā pārējie bērni priecājas bez viņas. Tad

Kalija pamanīja kādu sava vecuma zēnu, kurš viens pats sēdēja zālē. Viņa dzeltenais krekls bija notraipīts un mati aizmugurē slējās augšup.

Kalija aizgriezās. Viņa redzēja kādu meiteņu pulciņu no savas klases spēlējam bumbu. Viņai ļoti gribējās, kaut viņas uzaicinātu arī viņu piedalīties šajā spēlē.

Kalija atkal paskatījās uz vientuļo zēnu. Nolaidis galvu, viņš plūkāja pie savām kājām augošo zāli. Kalija atcerējās kaut ko, ko dažkārt bija teikusi viņas mamma: *„Palīdzi bērniem, kuri jūtas vientuļi."*

Kalija sarauca pieri. Arī *viņa pati* jutās vientuļa. Neviens necentās ar *viņu* sadraudzēties!

Taču tad Kalija atcerējās savas kristības pagājušajā gadā. Viņa bija apsolījusi uzklausīt Svēto Garu. Varbūt Tas bija Svētais Gars, kas palīdzēja viņai atcerēties to, ko bija teikusi viņas mamma? Varbūt Svētais Gars mēģina pateikt, ka viņai būtu jāpaspēlējas ar puiku dzeltenajā kreklā?

Kalija nopūtās un piecēlās kājās. Viņas sirdī ieplūda siltums. Viņa piegāja pie zālē sēdošā zēna un apsēdās viņam līdzās.

„Sveiki!" viņa sveicināja.

„Sveiki!" viņš nomurmināja.

„Kura ir tava mīļākā krāsa?"

„Hm . . . zaļa."

„Forši! Man patīk rozā," Kalija teica. „Vai tev ir kāds mīļākais dzīvnieks?"

Zēns nedaudz iztaisnojās un palūkojās uz viņu. „Jā. Man ļoti patīk dinozauri."

„O, man arī! Mans mīļākais dinozaurs ir triceratopss."

Zēns pasmaidīja.

Tad noskanēja skolas zvans. Kalija piecēlās kājās un pamāja zēnam ardievas. Viņa smaidīja, vienatnē dodoties atpakaļ uz savu klasi. Varbūt viņai nav labākā drauga, taču viņa jutās priecīga, zinot, ka ir kaut nedaudz uzlabojusi kāda cita starpbrīdi. ●

Autore dzīvo Jūtas štatā, ASV.

Es ļoti steidzos, lai paspētu uz skolu. Taču tad es sajutu, ka man vispirms vajadzētu paķert līdzi čipsu paku. Pēc pusdienām mans draugs Drū šķita tāds kā saskumis. Es apvaicājos, kas noticis. Viņš atbildēja, ka esot aizmirsis savas pusdienas. Es atcerējos par saviem čipsiem un atdevu tos viņam. Drū man teica: „Tas ir jaukākais, ko kāds no skolas manā labā izdarījis."

Durams M. (11 gadi) no Jūtas štata, ASV

BARBARAS BONGINI ILUSTRĀCIJAS

Sveicieni no Madagaskaras!

Sveiki, mēs esam Margo un Paulo.

Mēs apceļojam pasauli, lai iepazītu Dieva bērnus. Pievienojies mums, paviesojoties Madagaskarā!

Madagaskara ir sala Āfrikas austrumu piekrastē. Tur ir daudz augu un dzīvnieku, kas nav sastopami nekur citur pasaulē, piemēram, šis lemurs ar strīpaino asti!

Šie zēni palīdz nest ūdens kannas savai ģimenei. Kā tu palīdzi savai ģimenei?

Kaut arī Baznīca Madagaskarā vēl ir neliela, tā aug! Šobrīd Madagaskarā ir 14 bīskapijas un 26 draudzes.

Madagaskarā dzīvo vairāk hameleonu pasugu nekā jebkur citur pasaulē!

Iepazīsties ar pāris mūsu draugiem no Madagaskaras!

Es zinu, ka Jēzus Kristus ir mūsu Glābējs.

Nātans (7 gadi) no Antananarivo apgabala Madagaskarā

Rasels M. Nelsons ir Dieva pravietis.

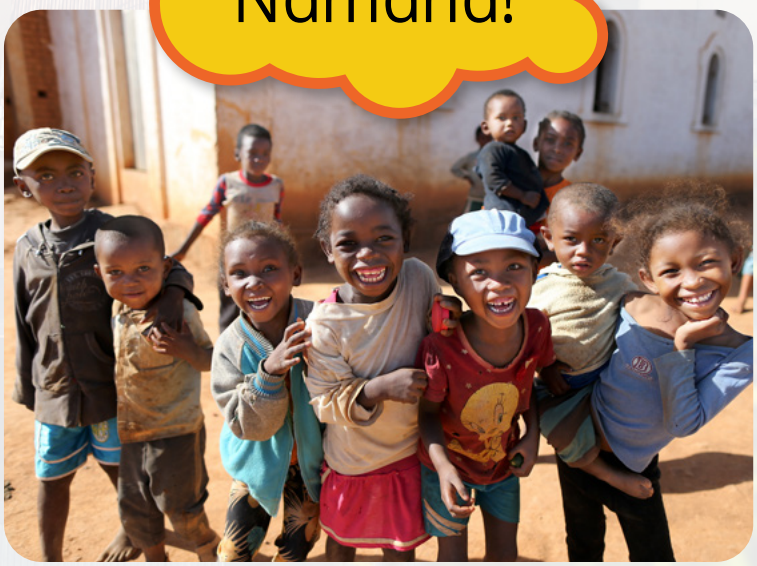
Nomena (6 gadi) no Antananarivo apgabala Madagaskarā

Šie milzīgie baobabi var uzglabāt savos stumbros ļoti daudz ūdens — līdz pat 120 000 litru!

Daudzi Madagaskaras iedzīvotāji divreiz vai trīsreiz dienā ēd rīsus, dažkārt pievienojot tiem dārzeņus, pupiņas vai gaļu.

Vai arī tu esi no Madagaskaras? Atraksti mums! Mums ļoti patiks tava vēstule.

Namana!



Malagašu valodā draugu sauc par *namana*. Ja tu varētu iegūt kādu jaunu draugu no Madagaskaras, ko tu viņam teiktu?

Paldies, ka iepazini Madagaskaru kopā ar mums! Tiksimies nākamreiz!

KEITIJAS MAKDĪ ILUSTRĀCIJAS

Faneva — misionārs

Marisa Vidisona
Baznīcas žurnāli

(Stāsts ir balstīts uz patiesiem notikumiem)

Faneva skatījās ārā pa logu uz pārpildīto ielu pie savas mājas. Viņš redzēja ļaudis, kuri vilka ratiņus ar dārzeņiem, rīsiem, drēbēm un citām pārdodamām precēm. Viņš dzirdēja automašīnu signalizēšanu un suņu riešanu. Tad viņš izdzirdēja vēl kādu skaņu.

„Mammu, kāds klauvē pie durvīm!" Faneva iesaucās. Mamma atvēra durvis. Pie durvju sliekšņa stāvēja divi jauni vīrieši uzvalkos ar kaklasaitēm. Faneva vēl nekad nebija redzējis savā Madagaskaras apkaimē kādu, kurš būtu tā ģērbies.

„Mēs esam misionāri no Pēdējo Dienu Svēto Jēzus Kristus Baznīcas," viens no viņiem teica. „Mēs mācām cilvēkiem par Jēzu. Vai mēs drīkstam dalīties ar jums savā vēstījumā?"

Fanevam par prieku, mamma viņus ielaida. Visa ģimene sapulcējās, lai dzirdētu par Jēzu Kristu un to, ka uz Zemes atkal ir Viņa Baznīca.

Kopš tās dienas misionāri apmeklēja Fanevas ģimeni daudzas reizes. Viņi atnesa grāmatu ar nosaukumu *Mormona Grāmatas stāsti*. Fanevam ļoti patika lasīt to kopā ar savu ģimeni!

„Kādudien es kļūšu par misionāru un dalīšos ar citiem Mormona Grāmatā," Faneva pie sevis nodomāja.

Citā apciemojuma reizē misionāri mācīja Fanevas ģimenei lūgt Dievu. Faneva uzzināja, ka viņš var runāt ar Debesu Tēvu jebkurā laikā un jebkurā vietā.

„Kādudien es kļūšu par misionāru un mācīšu cilvēkiem par lūgšanu," Faneva nodomāja.

Kādu dienu misionāri uzdeva svarīgu jautājumu.

„Vai jūs sekosiet Jēzus Kristus piemēram un tapsiet kristīti?" viens no viņiem vaicāja.

Fanevas sirdi piepildīja prieks. „Jā!" viņš atbildēja.

„Jā!" teica viņa mamma un brālis.

Tētis teica, ka viņš vēl nav gatavs kristībām. Taču viņš neiebilda, ka pārējie ģimenes locekļi tiek kristīti. Un tā nu tas tika izdarīts! Fanevu kristīja viens no misionāriem, kurš bija mācījis viņam par Jēzu.

„Kādudien es kļūšu par misionāru un palīdzēšu cilvēkiem tikt kristītiem," Faneva nodomāja.

Viena no labākajām lietām Baznīcas locekļa statusā ir Sākumskolas apmeklēšana. Fanevam ļoti patika piedalīties bērnu pasākumos un iegūt jaunus draugus. Taču vairāk par visu viņam patika dziedāt Sākumskolas dziesmas. Kādu svētdienu viņi Sākumskolā dziedāja dziesmas par dalīšanos evaņģēlijā.

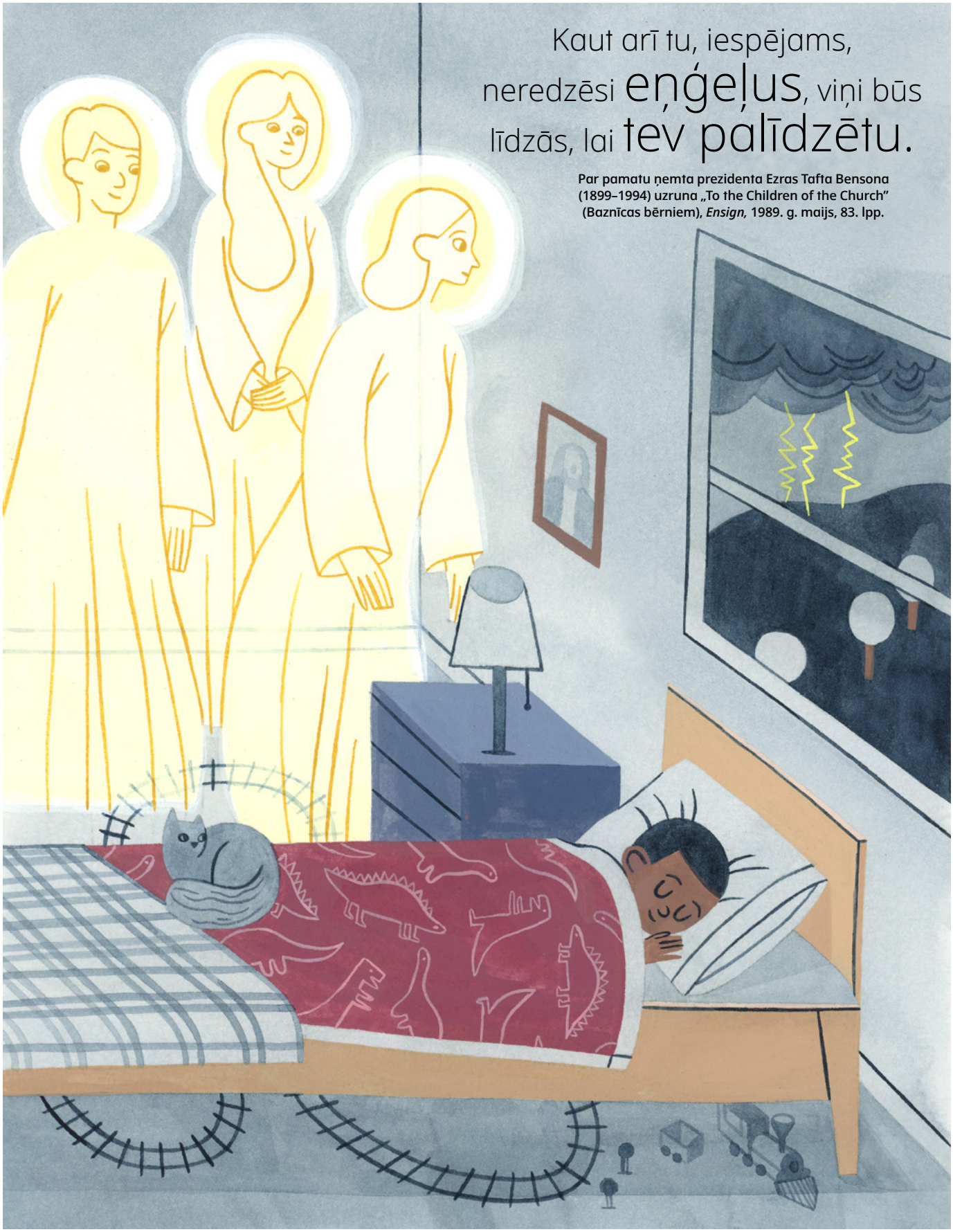
„Jau tagad gribu kalpot misijā," Faneva dziedāja, „lai vairs ilgāk nav man jāgaida!"

„Es jau tagad varu sākt misionāru darbu," Faneva atskārta. *Man nemaz nav līdz tam jāgaida!*

Kopš tā brīža Faneva meklēja iespējas dalīties evaņģēlijā. Viņš centās rādīt labu piemēru. Viņš aicināja cilvēkus uz Baznīcu. Viņš palīdzēja saviem kaimiņiem. Pēc dažiem gadiem viņš bija pietiekami liels, lai kopā ar misionāriem mācītu savas pilsētas ļaudis. Vēl pēc dažiem gadiem viņš pats sāka kalpot misijā, tiekoties ar nepazīstamiem cilvēkiem un daloties evaņģēlijā — tāpat kā misionāri, kuri bija dalījušies evaņģēlijā ar viņu. ●

„Es labprātāk pavadu laiku kopā ar misionāriem, nekā daru kaut ko citu," Faneva teic. Viņš tika aicināts kalpot misijā savā dzimtajā valstī — Madagaskarā.

ŠANAS KIGANAS ILUSTRĀCIJAS



Kaut arī tu, iespējams, neredzēsi eņģeļus, viņi būs līdzās, lai tev palīdzētu.

Par pamatu ņemta prezidenta Ezras Tafta Bensona (1899–1994) uzruna „To the Children of the Church" (Baznīcas bērniem), *Ensign,* 1989. g. maijs, 83. lpp.

BRŪKAS SMĀRTAS ILUSTRĀCIJA

Parādi un pastāsti

Vispārējā konference notiks jau šomēnes! Te ir minēts tas, kas dažiem bērniem patīk vispārējā konferencē.

Izabella B. (5 gadi) no Gvatemalas pilsētas Gvatemalā

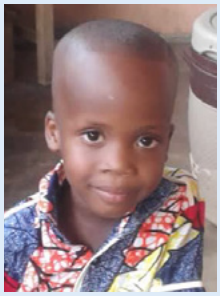
Ilze N. (5 gadi) no Jaunleonas Meksikā

Gabriēls F. (10 gadi) no Minasžeraisas Brazīlijā

Šelemai, Hosē, Mijai un Rutai K. (5 un 8 gadi, 6 mēneši un 3 gadi) no Durango štata Meksikā patika skatīties vispārējo konferenci savās mājās. Tā bija īpaša konference!

Man ļoti patīk Tabernakla kora dziesmas. Tad es vienmēr jūtu mieru.

Džareds B. (7 gadi) no Normandijas Francijā



Skatoties vispārējo konferenci, es uzzināju par to, kā Džozefs Smits pārtulkoja Mormona Grāmatu, lai mums būtu Dieva vārdi. Mormona Grāmata māca man par Jēzu Kristu.

Šaloma A. (6 gadi) no Dakāras reģiona Senegālā

Annelei, Rutai, Sārai un Samirai K. (8, 2, 6 un 6 gadi) no Litorālas Beninā ļoti patika skatīties vispārējo konferenci ģimenes lokā.

FONA ATTĒLI NO GETTY IMAGES

Pateikt „nē”, uzklausīt

Debesu Tēvs mūs mīl un vēlas, lai mēs būtu drošībā! Pateikt „nē”, kad mums tas ir nepieciešams, un izrādīt cieņu pret citiem, kad viņi pasaka mums „nē”, ir veids, kā mēs varam parūpēties par savu un citu drošību.

Dažkārt tev ir nepieciešams laipni pateikt „nē”.

„Nē, paldies. Vai es, lūdzu, varētu tā vietā dabūt ūdeni?”

Tagad ir tava kārta! Iztēlojies, ka tev ir laipni jāpasaka „nē”. Ko tu varētu teikt?

Dažkārt tev ir nepieciešams pateikt stingrāku „nē”.

„Es negribu to redzēt! Mums nevajadzētu uz to skatīties.”

Tagad ir tava kārta! Iztēlojies, ka tev ir jāpasaka stingrāks „nē Ko tu varētu teikt?

ELISAS TALENTAS ILUSTRĀCIJAS

„nē”

Dažkārt citi saka mums „nē”, lai palīdzētu mums būt drošībā un nenodarīt sev pāri.

„Man žēl, bet tu nevari turp doties. Tas nav droši.”

Tagad ir tava kārta! Iztēlojies, ka pieaugušais ir pateicis tev „nē” un tev tas nepatīk. Kā tev vajadzētu rīkoties?

Dažkārt citi pasaka mums „nē”, jo jūtas neērti.

„Apstājies! Man nepatīk šī spēle.”

Tagad ir tava kārta! Iztēlojies, ka kāds tev prasa, lai tu kaut ko pārstātu. Kā tev vajadzētu rīkoties?

Ko iesākt, ja citi neuzklausa tevi, kad tu saki „nē”? Ko iesākt, ja viņi nodara tev pāri vai izdara kaut ko nejauku?

- ★ **Ja vien vari, dodies projām.**
- ★ **Pastāsti par notikušo kādam pieaugušajam, kuram tu uzticies.**
- ★ **Neaizmirsti, ka tā nav tava vaina.**
- ★ **Lai kas arī notiktu, atceries, ka tavs Debesu Tēvs un Jēzus Kristus mīlēs tevi vienmēr!**

Piezvani tētim

,,Ja es cītīgi mīšu pedāļus,'' Jū nodomāja, ,,es varu tikt līdz mājām, pirms ielas būs pārplūdušas.''

Džūlija Kornēlija-Huanga
(Stāsts ir balstīts uz patiesiem notikumiem)
Autore dzīvo Jūtā, ASV.

„Turiet drošu prātu, jo Es vadīšu jūs uz priekšu."
(Mācības un Derību 78:18.)

Pēc sagatavošanās kursu beigām Jū izgāja uz pārpildītās ietves. Pēc ārpusklases nodarbībām viņa galva bija pilna ar matemātiskajiem aprēķiniem. Garām steidzās cilvēki ar lietussargiem. Strauji krita lielas lietus lāses, un iela mirka ūdenī.

Jū draugs Lins iznāca ārā un nostājās viņam līdzās. „Tev vajadzētu piezvanīt savam tētim, lai viņš atbrauc tev pakaļ," Lins teica. „Džanga kungs saka, ka dažos pilsētas rajonos ir sākušies plūdi."

„Es varu tikt līdz mājām pats."

„Bet tu tikai paskaties uz visu šo ūdeni!" Lins teica, norādot uz ūdens straumi notekcaurulē.

Jū uz kādu brīdi pārņēma savāda sajūta. Vai Linam ir taisnība? Varbūt viņam tomēr *vajadzētu* piezvanīt tētim, lai tētis paspētu aizvest viņu uz mājām, pirms ielas būs pārplūdušas? Taču viņi ar tēti iepriekšējā vakarā bija sastrīdējušies, un Jū vēl aizvien bija dusmīgs. Viņš negribēja lūgt tēta palīdzību.

Jū atslēdza savu divriteni un atvadījās no Lina. *„Ja es cītīgi mīšu pedāļus,"* viņš nodomāja, *„es varu tikt līdz mājām, pirms ielas būs pārplūdušas."*

Kaut arī viņš cītīgi minās, drīz vien viņa rokas bija nosalušas, viņa drēbes bija izmirkušas, un viņš jutās pārguris. Jau atkal viņam prātā iešāvās doma — piezvanīt tētim. Vai šīs sajūtas nāk no Svētā Gara? Misionāri, kuri viņu kristīja, bija teikuši, ka Svētais Gars var kļūt par viņa ceļvedi. Jū palūkojās debesīs. Tās bija tik apmākušās, ka viņš nespēja saskatīt ēku augšstāvus. Taču viņš joprojām dusmojās uz savu tēti.

Jū ignorēja savas sajūtas un turpināja mīties. Ūdens līmenis pacēlās tik augstu, ka īpašnieki aizvēra savus veikalus. Cilvēki pārcēla savas mantas uz augstākiem stāviem. Jū ieraudzīja kādu sievieti, kura stūma abus savus bērnus cauri plūdiem mazā plastmasas laiviņā.

Tagad ūdens jau bija pacēlies augstāk par potītēm, un Jū vairs nespēja mīt pedāļus. Viņš nokāpa no divriteņa un sāka to stumt. Tagad jau droši vien bija par vēlu zvanīt tētim, bet lietus joprojām lija. Virs galvas dārdēja pērkons un plaiksnīja zibens šautras. Jū bija nobijies. Un viņš jutās tik noguris! Viņš palūkojās tālumā. Mājas bija vēl tālu. Viņam nevajadzēja muļķīga strīda dēļ ignorēt Svēto Garu.

Jū apstājās, lai īsi palūgtu. Lai gan lietū un pērkondārdos viņš nespēja sadzirdēt pats savu balsi, viņš zināja, ka Debesu Tēvs var viņu sadzirdēt.

„Debesu Tēvs," Jū lūdza, „lūdzu, palīdzi man droši nokļūt mājās!" Beidzis lūgt, viņš jutās pietiekami spēcīgs, lai turpinātu ceļu.

Visbeidzot Jū varēja ieraudzīt savu māju, kas atradās uz pakalna. Nosalis, noguris un kaut kur pazaudējis vienu kurpi, Jū smagi soļoja kalnup. Viņš redzēja, ka pie mājas viņu gaida tētis. Tētis steidzās lejup no kalna viņam pretī, ūdens šļakatu ieskauts.

Ticis līdz Jū, tētis viņu apskāva. „Es tik ļoti uztraucos!" tētis teica. „Tev vajadzēja man piezvanīt!"

„Man šķita, ka mēs viens uz otru dusmojamies," Jū atbildēja.

„Es nekad nebūšu pārāk dusmīgs, lai tev palīdzētu," teica tētis. Pēc tam viņš saņēma Jū divriteni un stūma to kalnup atlikušo ceļu.

Par spīti pērkona atbalsij starp augstajām ēkām un stiprajām lietusgāzēm, Jū sirdi piepildīja siltums. Viņš juta mieru un zināja, ka ir drošībā, sekojot tētim uz mājām. ●

„Mūsu Tēvs debesīs zināja, ka laicīgajā dzīvē mēs pieredzēsim grūtības. . . . Lai laicīgajā dzīvē sniegtu mums spēku un dievišķu vadību, Viņš mums deva Svēto Garu."

Elders Ronalds A. Rasbands no Divpadsmit apustuļu kvoruma, „Lai mēs Gara vadībā" (vispārējās konferences runa), *Liahona,* 2017. g. maijs, 93. lpp.

BILA JANGA ILUSTRĀCIJA

Desmitās tiesas peso

Alans Ivans Ruiss Ontiveross

(Stāsts ir balstīts uz patiesiem notikumiem)

Sofija piecēlās agri. Šodien bija ļoti īpaša diena. Viņa gatavojās pārdot limonādi savas tantes un onkuļa piemājas izpārdošanā! Mamma pagatavoja viņai milzīgu limonādes krūku.

Sofija pagatavoja izkārtni. Viņa uzrakstīja vārdu „Limonāde!" ar oranžiem un dzelteniem burtiem.

Viņa pielīmēja to pie neliela galdiņa. Tad viņa apsēdās un gaidīja.

Drīz vien garām gāja kāds vīrs. „Vai es varētu dabūt vienu glāzīti?" viņš jautāja. Viņš iemeta viņas burciņā dažus peso.

„Protams!" Sofija atbildēja. Viņa ielēja viņam glāzi limonādes.

Maz pamazām cilvēki ieradās palūkoties uz piemājas izpārdošanu. Maz pamazām viņi izpirka gardo limonādi. Rīts pagāja priecīgi. Drīz vien limonāde bija beigusies.

Sofija pakratīja savu burciņu. Tajā nožvadzēja peso. To bija tik daudz!

„Labs darbiņš!" tētis teica.

Sofijai vēl nekad nebija bijis tik daudz naudas. „Es nopirkšu Jojo!"

Tētis pasmaidīja. „Vai tu zini, ko mēs ar mammu darām, kad esam nopelnījuši naudu?"

KONSTANCAS BASALUCO ILUSTRĀCIJAS

Sofija papurināja galvu.

„Mēs maksājam desmito tiesu," tētis teica. „Debesu Tēvs ir devis mums pilnīgi visu. Viņš prasa, lai mazu daļiņu no tā mēs atdotu Viņam. Mēs maksājam desmito tiesu, jo mēs Viņu mīlam."

Sofija pasmaidīja. Arī viņa gribēja parādīt Debesu Tēvam, ka viņa Viņu mīl.

Tētis palīdzēja Sofijai saskaitīt viņas peso. Katru reizi, kad viņa aizskaitīja līdz desmit, viņa ielika vienu peso aploksnē. Tētis palīdzēja viņai pierakstīt skaitļus uz mazas, baltas lapiņas. Viņi ielika šo lapiņu aploksnē, kopā ar peso. Pēc tam viņi to aizlīmēja. Sofija gatavojās nākamajā dienā baznīcā atdot to bīskapam.

„Kā tu jūties?" Tētis Sofijai pavaicāja.

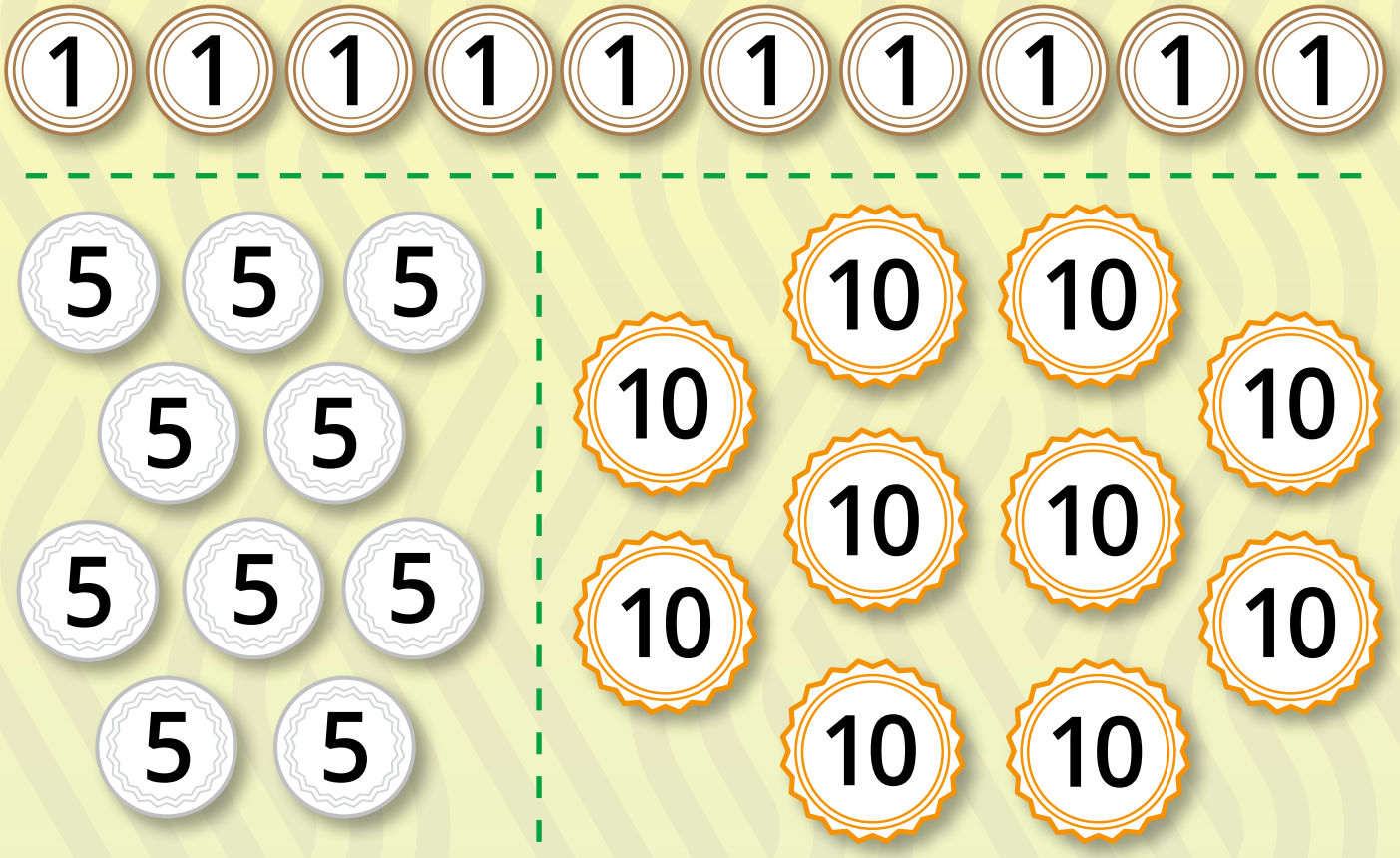
„Es esmu tik priecīga! Un man joprojām pietiek naudas Jojo." Viņa juta, ka Debesu Tēvs priecājas par viņas izvēli. ●

Autors dzīvo Čivavas štatā, Meksikā.

Laiks desmitajai tiesai

Debesu Tēvs prasa, lai mēs maksātu desmito tiesu. Tas nozīmē atdot vienu desmito daļu no mūsu nopelnītās naudas. Tu vari izmantot šo lappusīti, lai pavingrinātos!

Saskaiti monētas. Izkrāso vienu no katrām desmit monētām. Izkrāsotās monētas tu samaksātu desmitajā tiesā!



Vai esi gatavs kaut kam grūtākam? Saskaiti šeit redzamo naudu. Pēc tam izkrāso tās monētas, ko tu samaksātu desmitajā tiesā. (Atceries — tu atdosi vienu no katrām desmit monētām.) ●

TOMA ČAILDA ILUSTRĀCIJAS

Dalīšanās evaņģēlijā

Elders Edvards Djubē
no Septiņdesmitajiem

„Mācaities no Manis, . . . tad jūs atradīsit atvieglojumu savām dvēselēm.” (Mateja 11:29.)

Kāds cilvēks, pie kura es strādāju, iedeva man Mormona Grāmatas eksemplāru. Taču es gandrīz divus gadus to nelasīju. Kādu svētdienu es paņēmu Mormona Grāmatu un devos uz dzelzceļu, kas atradās ārpus pilsētas, kur es dzīvoju, Zimbabvē. Es apsēdos un sāku lasīt.

Sākumā man bija grūti saprast lasīto. Tomēr es atkal un atkal pārlasīju Džozefa Smita liecību. Viņa vārdi aizkustināja manu sirdi.

Vēlāk kāds uzaicināja mani uz baznīcu. Sākumā es jutos neērti, tādēļ apsēdos pēdējā rindā. Taču, kad cilvēki sāka dalīties savā liecībā par Glābēju Jēzu Kristu un Mormona Grāmatu, es sajutu kaut ko brīnišķīgu.

Neilgi pēc tam manā apkaimē ieradās misionāri. Drīz vien es tiku kristīts. Pēc vairākiem gadiem man bija tas gods kalpot misijā un dalīties evaņģēlijā ar daudziem cilvēkiem.

Baznīca Zimbabvē ir ļoti augusi. Taču mums vēl arvien ir daudz darba, lai dalītos evaņģēlijā, — lai kur mēs dzīvotu. Ar lūgšanu, Svēto Rakstu studēšanas un mājvakaru palīdzību jūs varat stiprināt savu liecību un turpināt būt tuvi Debesu Tēvam. Jūsu liecība var svētīt daudzu cilvēku dzīvi visā pasaulē. ●

TIMA ZELTNERA ILUSTRĀCIJA

Uzticīgie cilvēki sekoja Jēzum

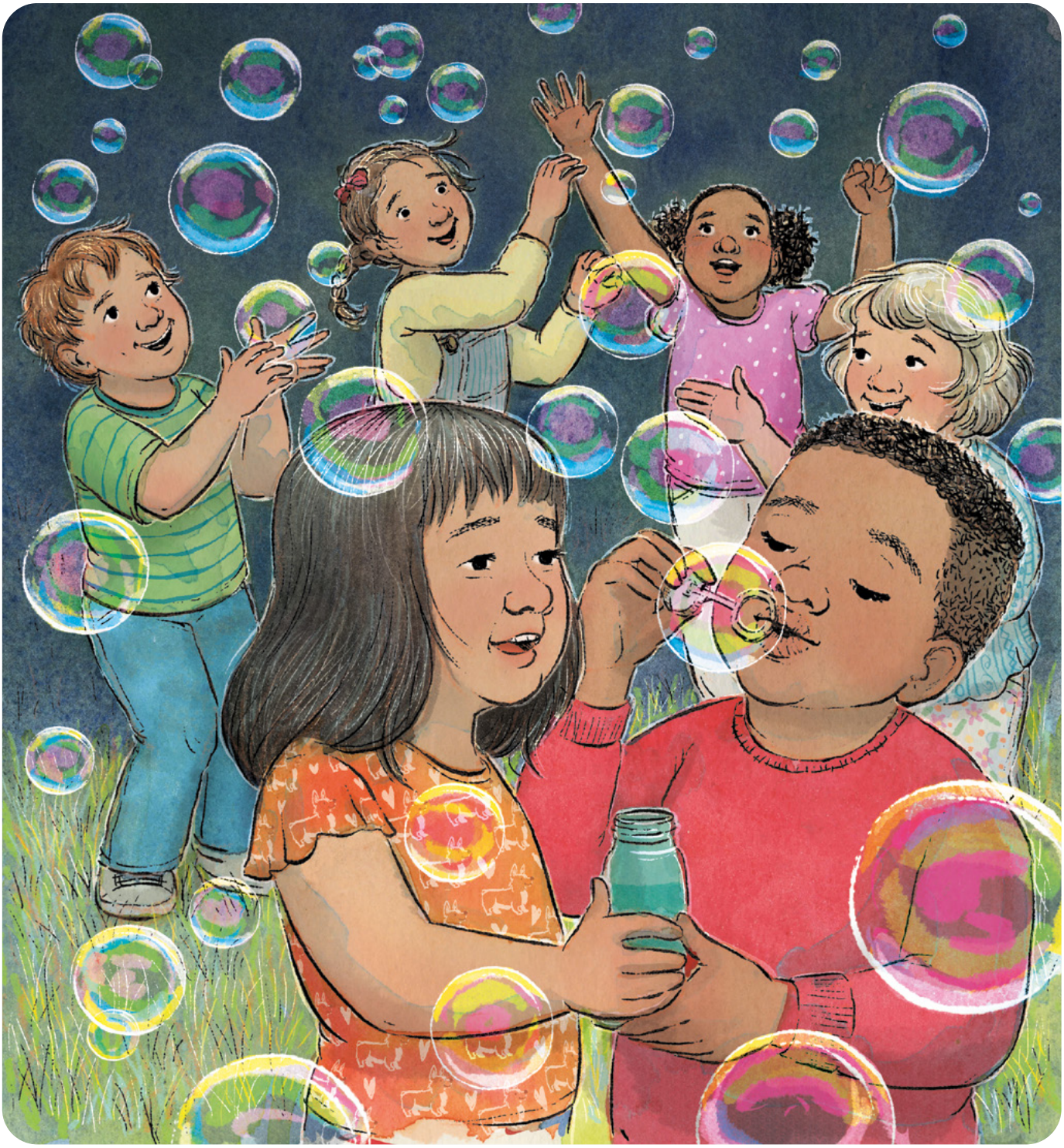
Apciemojot nefijiešus, Jēzus mācīja tiem par kristīšanos un to, kā pieņemt Svēto Vakarēdienu. Viņš iedibināja Savu Baznīcu.

Jēzus svētīja katru bērnu. Ieradās eņģeļi! Jēzus dziedināja cilvēkus un lūdza par viņiem. Pēc tam Viņš atgriezās debesīs.

Kad Jēzus bija aizgājis, cilvēki turpināja darīt to, ko Viņš bija mācījis. Visi kopīgi strādāja un dalījās tajā, kas tiem bija, tādēļ tur nebija neviena trūkumcietēja. Baznīcas vadītāji svētīja tos, kuri bija saslimuši.

Tā vietā, lai cīnītos, cilvēki izvēlējās dzīvot draudzīgi. Ikviens ievēroja Dieva baušļus. Un viņi ilgu laiku dzīvoja laimīgi!

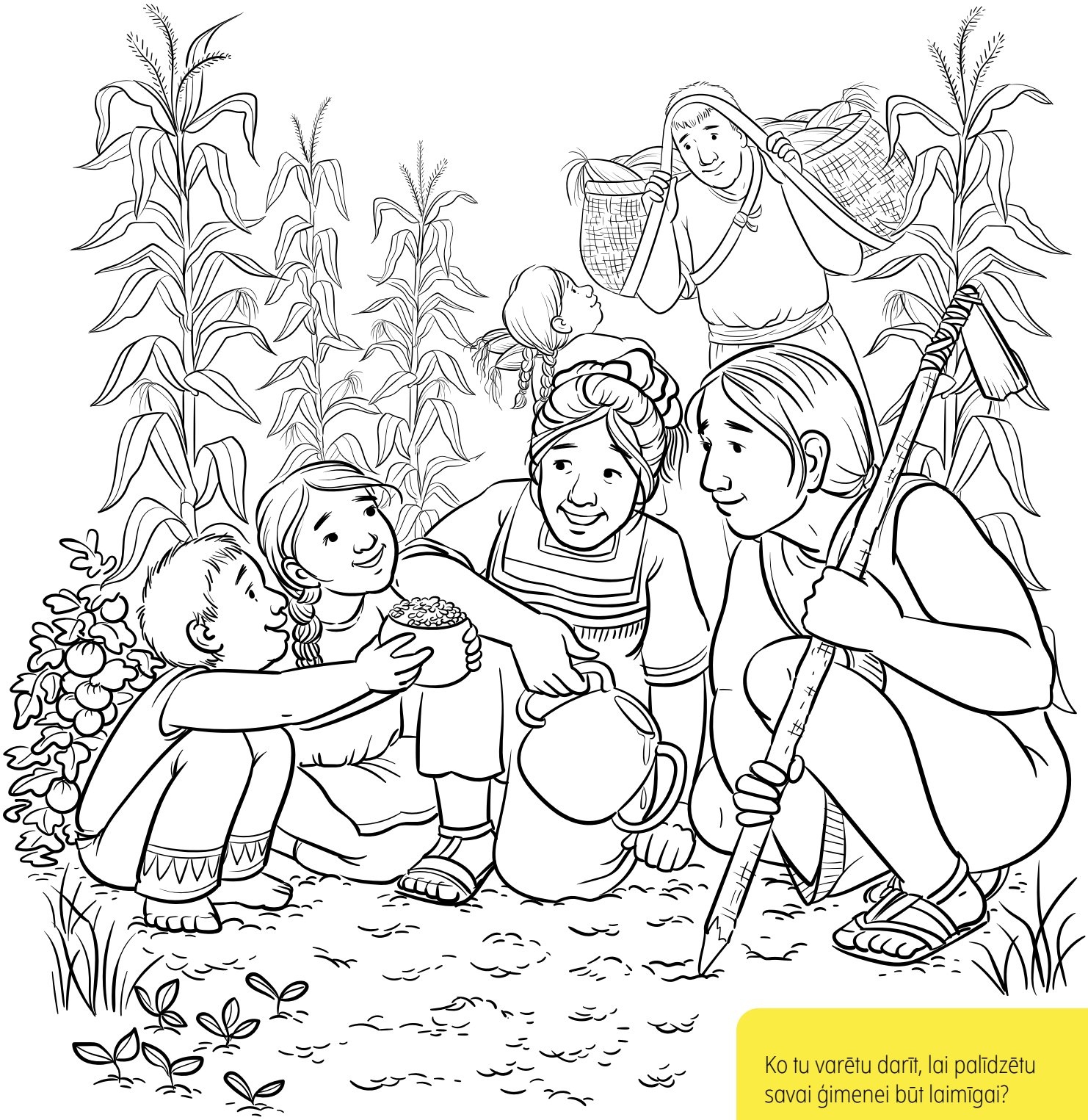
EIPRILAS STOTAS ILUSTRĀCIJAS



Mana dzīve būs laimīgāka, ja es ievērošu Dieva baušļus. Es varu dalīties ar citiem tajā, kas man ir. Es varu palīdzēt citiem dzīvot draudzīgi. ●

Izlasi par to no 3. Nefija 17. nodaļas sākuma līdz 4. Nefija 1. nodaļas beigām.

Cilvēki dzīvoja laimīgi



Ko tu varētu darīt, lai palīdzētu savai ģimenei būt laimīgai?

EIPRILAS STOTAS ILUSTRĀCIJA

PĒDĒJO DIENU SVĒTO
JĒZUS KRISTUS
BAZNĪCA

Mīļie vecāki!

Katru bērnu vajadzētu pasargāt un aprūpēt. Jēzus parādīja šādu piemēru Mormona Grāmatā, svētot un lūdzot par katru no bērniem (skat. D20–D23 lpp.). Kā mēs varam svētīt un pasargāt mums zināmos bērnus? Lūk, dažas idejas:

- Mēs varam pasargāt viņus fiziski un mācīt viņiem cienīt citu cilvēku ķermeni (D12–D13 lpp.).
- Mēs varam palīdzēt pasargāt viņus garīgi, mudinot pieņemt Svēto Vakarēdienu (D2–D3 lpp.).
- Mēs varam mācīt viņiem lūgt palīdzību, kad tas ir nepieciešams (D14–D15 lpp.).

Jūs varētu izvēlēties kādu no šiem vēstījumiem un izlasīt to kopā ar ģimeni. Pārliecinieties, ka jūsu bērni zina, cik ļoti mīlēti viņi ir!

Mēs jūs mīlam.

Draugs

IESŪTIET SAVA BĒRNA MĀKSLAS DARBU VAI PIEREDZES STĀSTU *LIAHONAI*.

Apmeklējiet vietni liahona.ChurchofJesusChrist.org un uzspiediet uz sadaļas „Iesniegt rakstu vai atsauksmes". Vai arī sūtiet tās mums pa e-pastu uz adresi liahona@ChurchofJesusChrist.org, norādot sava bērna vārdu, vecumu, pilsētu un pievienojot šo apliecinājumu: „Es, [norādiet savu vārdu], dodu Pēdējo Dienu Svēto Jēzus Kristus Baznīcai atļauju izmantot sava bērna iesniegto informāciju Baznīcas žurnālos, Baznīcas mājaslapās un sociālo mediju platformās, un, iespējams, arī citos Baznīcas materiālos." Mēs ar nepacietību gaidām, kad jūs ar mums sazināsieties!

Atrodi apslēpto Liahonu!

UZ SADAĻAS *DRAUGS* VĀKA:
Džima Medsena ilustrācija

SATURS

D2 No Augstākā prezidija: Svētais Vakarēdiens un es
D4 Vientulīgās pusdienas
D6 Sveicieni no Madagaskaras!
D8 Faneva — misionārs
D10 Spoža doma
D11 Parādi un pastāsti
D12 Pateikt „nē", uzklausīt „nē"
D14 Piezvani tētim
D16 Desmitās tiesas peso
D18 Jautra nodarbe: Laiks desmitajai tiesai
D19 Draugs draugam: Dalīšanās evaņģēlijā
D20 Svēto Rakstu stāsti: Uzticīgie cilvēki sekoja Jēzum
D23 Krāsojamā lappusīte: Cilvēki dzīvoja laimīgi

© 2020 BY INTELLECTUAL RESERVE, INC. ALL RIGHTS RESERVED

LATVIAN
4 021672515 3 8