

เลี้ยงโฮสนา

ฉัน ครอบครัวฉัน และแผนของ พระเจ้า

หลักการเก้าข้อสำหรับครอบครัว
ทำในปัจจุบันและอนาคต หน้า 12

ความสำคัญของทั้ง
หญิงและชาย หน้า 24

ซิสเตอร์อะบัวร์โต: วิธีที่พระเจ้าเป็นเจ้า
ทรงเยียวครอบครัวดิฉัน หน้า 26

ศาสนจักร
อยู่ที่นี่

คาร์เมน ฟิลิปปินส์



สาขาจารย์เม้นตั้งอยู่บนเกาะ โบฮอลในสเตคตักบิลารันและเป็นหนึ่งในที่ประชุม 1,227 แห่งในฟิลิปปินส์ ต่อไปนี้เป็นข้อเท็จจริงบางประการเกี่ยวกับศาสนจักรในฟิลิปปินส์:

สมาชิกศาสนจักร
(1 คนในประชากรทุก 134 คน)



785,164

107



สเตคและ 67 ท้องถิ่น

คณะเผยแผ่

22



2

พระวิหารที่เปิดทำการ,
กำลังก่อสร้าง 1,
ประกาศสร้าง 4

ศูนย์ฝึกอบรมผู้สอนศาสนา



1

1967 จัดตั้งคณะเผยแผ่แห่งแรก

1969 จำนวนบัพติศมาสูงสุดเมื่อเทียบกับประเทศอื่นในโลก

1973 ตั้งสเตคแรก

2017 ประเทศที่ห้าในศาสนจักรที่มีสเตคถึง 100 สเตค



เรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับศาสนจักรในที่ต่างๆ
ได้ที่ history.ChurchofJesusChrist.org/GlobalHistories



การปฏิบัติศาสนกิจผ่าน
จงตามเรามา

8



การเห็นตัว
ท่านเองใน
ถ้อยแถลงเรื่อง
ครอบครัว
12



ปาฏิหาริย์ของการเยียวยาผ่าน
ศาสนพิธีพระวิหาร
เรย์นา ไอ. อะบุร์โต

26



ฉันจะพูดคุยกับลูกๆ อย่่างไรเกี่ยว
กับความสำคัญของทั้งหญิงและชาย?

24

ส่วนหนึ่งของครอบครัวนิรันดร์

หากประสบการณ์ส่วนตัวและการรับใช้ของดิฉันในฝ่ายประธานสมาคมสงเคราะห์สามัญดิฉัน ได้เห็นด้วยตนเองว่าคนจำนวนมากในโลกไม่ได้อยู่ในสถานการณ์ครอบครัวที่สมบูรณ์แบบ อันที่จริง ดิฉันแน่ใจว่าไม่มีใครอยู่ในสถานการณ์นั้น! หลักการที่บรรยายไว้ใน “ครอบครัว: ถ้อยแถลงต่อโลก” เตือนให้เรานึกถึงครอบครัวนิรันดร์ที่รักกันซึ่งเราเป็นคนของครอบครัวนั้นอยู่แล้ว ถ้อยแถลงสอนว่าเราทุกคนเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวพระผู้เป็นเจ้าและเตือนเราว่า “ไม่ว่าสถานการณ์ครอบครัวเราบน โลกนี้เป็นเช่นไร เราแต่ละคนแควดล้อมไปด้วยพี่น้อง

- เพราะเราทุกคนเป็นมนุษย์ที่ไม่สมบูรณ์แบบ สถานการณ์ครอบครัวเราจึงไม่มีวันสมบูรณ์แบบในชีวิตนี้ แต่พระผู้ช่วยให้รอดทรงสามารถจัดเตรียมการเยียวยาให้เรา ใน หน้า 26 ดิฉันแบ่งปันว่างานพระวิหารนำการเยียวยาของพระผู้เป็นเจ้ามาให้ครอบครัวดิฉันทั้งสองด้านของมันเป็นอย่างไร
- การเรียนรู้มากขึ้นเกี่ยวกับหลักธรรมในถ้อยแถลงจะช่วยท่านเพิ่มพลังศรัทธาของท่านและคนรอบข้าง ไม่ว่าสถานการณ์ครอบครัวท่านเป็นอย่างไร บทความที่เริ่มใน หน้า 12 อาจทำให้ท่านได้แนวคิดสำหรับประยุกต์ใช้คำสอนเหล่านี้กับชีวิตท่าน

พระบิดาพระมารดาบนสวรรค์ของเราทรงรักเรา บุตรธิดาของพระองค์ และพระบิดาบนสวรรค์ของเราทรงมีแผนให้เราแต่ละคน นั้นหมายความว่าพระองค์ทรงมีแผนให้ท่าน ขอให้เดินเข้าใกล้พระองค์ด้วยศรัทธาต่อไป จงช่วยสมาชิกครอบครัวนิรันดร์ของท่านตลอดทางกลับไปหาพระองค์ พระองค์จะทรงแบ่งปันความหวังและการเยียวยาตลอดการเดินทางของท่าน และวันหนึ่ง เราแต่ละคนจะมีโอกาสกลับไปบ้านนิรันดร์บนสวรรค์ที่สมบูรณ์แบบ

ขอพระผู้เป็นเจ้าทรงอวยพรท่านและทำให้ท่านเข้มแข็ง

ซิสเตอร์เรย์นา ไอ. อะบุร์โต

ที่ปรึกษาที่สองในฝ่ายประธานสมาคมสงเคราะห์สามัญ

สารบัญ

- 5 จะเกิดอะไรขึ้นถ้าครอบครัวฉันไม่เป็นแบบนี้? ๕
- 6 ภาพแห่งศรัทธา ๕
เขวินกับเคนดรา เฮนเดอร์สัน
พระผู้เป็นเจ้าทรงนำทางครอบครัวเฮนเดอร์สันให้พบพระกิตติคุณผ่านการกระตุ้นเตือนจากพระวิญญาณบริสุทธิ์
- 8 หลักธรรมของการปฏิบัติศาสนกิจ
การปฏิบัติศาสนกิจผ่าน *จงตามเรามา*
จงตามเรามา จัดทำขึ้นเพื่อช่วยให้แต่ละบุคคลในเวิร์ด ครอบครัว และ
ชั้นเรียนเป็นหนึ่งเดียวกันและปฏิบัติศาสนกิจต่อกัน
- 12 การเห็นตัวท่านเองในถ้อยแถลงเรื่องครอบครัว
แหล่งข้อมูลที่จะช่วยให้ท่านเข้าใจและประยุกต์ใช้ถ้อยแถลงเรื่องครอบครัวได้
ดียิ่งขึ้น
- 24 ฉันจะพูดคุยกับลูกๆ อย่างไรเกี่ยวกับความสำคัญของทั้งหญิงและชาย? ๕
เคล็ดลับเก้าข้อที่จะช่วยให้ท่านสอนลูกๆ ว่าหญิงและชายควรได้รับคุณค่าและ
ความเคารพอย่างเท่าเทียมกัน
- 26 ปาฏิหาริย์ของการเยียวยาผ่านศาสนพิธีพระวิหาร
โดย เรย์นา ไอ. อะบัวร์โต
ซิสเตอร์อะบัวร์โตแบ่งปันวิธีที่งานพระวิหารเยียวยาครอบครัวเธอและวิธีที่
พระผู้ช่วยให้รอดทรงสามารถเยียวยาเราแต่ละคน
- 32 เสี่ยงวิสุทธิชนยุคสุดท้าย ๕
ครุคนหนึ่งได้รับการคลอใจให้สอนต่างออกไป จดหมายได้รับคำตอบโดยไม่ได้
ได้ส่ง อุบัติเหตุทางรถยนต์ของพี่ชายสอนเกี่ยวกับความรักของพระบิดาบน
สวรรค์ คุณแม่คนหนึ่งกับบุตรชายสร้างความสัมพันธ์โดยการอ่านพระคัมภีร์
มอรมอนด้วยกัน
- 36 *จงตามเรามา: พระคัมภีร์มอรมอน* ๕
ใช้บทความรายสัปดาห์เหล่านี้ยกระดับการศึกษาพระคัมภีร์มอรมอนของท่าน
ในเดือนนี้
- 40 สมุดบันทึกการประชุมใหญ่ของฉัน: การประชุมใหญ่สามัญ
เดือนเมษายนปี 2020 ๕

๕ เรื่องสั้น

๕ การสนับสนุน *จงตามเรามา*

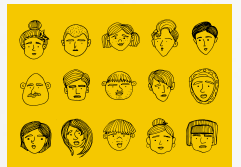


ภาพปก
ภาพถ่ายโดย โคอิจิ เบลล์

หมวดต่างๆ

คนหนุ่มสาว
42

เราแต่ละคนประสบ ปัญหาสุขภาพ
จิตของเรา แต่เราไม่ต้องประสบตาม
ลำพัง เราสามารถ ติดต่อคนอื่นๆ และ
พระผู้ช่วยให้รอด
เพื่อขอความรัก
ความสัมพันธ์
และความเข้ม
แข็ง อ่านวิธีที่
คนหนุ่มสาว
ติดต่อขอความ
ช่วยเหลือในยาม
ประสบปัญหา



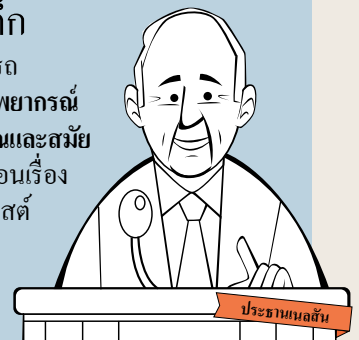
แนวทาง 3 ขั้นตอน
ในการรักษา
สุขภาพจิต
ของท่าน



เยาวชน
เตรียมพร้อม
สำหรับการ
ประชุมใหญ่และ
จดบันทึกโดยใช้
สมุดบันทึกการ
ประชุมใหญ่สามัญ

เด็ก
เพื่อนเด็ก

ท่านสามารถ
ฟังสวดาพยากรณ์
สมัยโบราณและสมัย
ปัจจุบัน สอนเรื่อง
พระเยซูคริสต์



บทความดิจิทัลเท่านั้นของเดือนกันยายน



ดิฉันเลือกที่จะอยู่ต่อไปนี้เป็นวิธีที่
ท่านสามารถช่วยให้คนบางคนอยู่ต่อ
เช่นกัน

โดย แซนเทลล์ เอเวอริย์

หญิงสาวที่เป็น โรคมะเร็งร้ายแรงเป็น
ข้อคิดของเธอเกี่ยวกับการช่วยให้ผู้อื่น
เลือกชีวิตแทนที่จะเลือกการฆ่าตัวตาย



ดิฉันยอมรับในที่สุดว่าดิฉันเป็นโรค
ซึมเศร้า พระเยซูคริสต์ทรงช่วยดิฉัน
ออกจากความมืด

โดย นีไฟ ทังกาลิน

หญิงสาวคนหนึ่งจากฟิลิปปินส์เล่า
ประสบการณ์การเยียวยาความเจ็บ
ป่วยทางจิตของเธอ



ภาวะมีบุตรยากเสริมสร้างประจักษ์
พยานของดิฉันเกี่ยวกับอ้อยแฉง
เรื่องครอบครัวอย่างไร

โดย เซเรนา แคสเทลโล

สมาชิกคนหนึ่งเล่าเรื่องเหลือเชื่อของ
เธอเกี่ยวกับภาวะมีบุตรยากและการรับ
บุตรบุญธรรม เธอแบ่งปันว่าการทดลอง
ใหญ่ที่สุดทั้งหลายเสริมสร้างศรัทธา
ของเธออย่างไร

ค้นหาเพิ่มเติม

ในแอปพลิเคชันคลังค้นคว้าพระกิตติคุณและที่
liahona.ChurchofJesusChrist.org ท่าน
สามารถทำดังนี้

- ทาลฉบับปัจจุบัน
- ค้นพบเนื้อหาดิจิทัลเท่านั้น
- ค้นหาฉบับที่ผ่านมา
- ส่งเรื่องราวและคำติชมของท่าน
- บอกรับเป็นสมาชิกหรือบอกรับเป็นสมาชิกเพื่อเป็น
ของขวัญ
- ยกระดับการศึกษาด้วยเครื่องมือดิจิทัล
- แบ่งปันบทความและวิดีโอที่ชื่นชอบ
- ความบันเทิงหรือพิมพ์บทความ
- ฟังบทความที่ท่านชื่นชอบ

ติดต่อเรา

อีเมลคำถามและคำติชมของท่านมาที่
liahona@ChurchofJesusChrist.org

ส่งเรื่องราวของท่านมาที่ liahona.Churchof
JesusChrist.org หรือส่งไปรษณีย์มาที่:

Liahona, flr. 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

กันยายน 2020 ปีที่ 26 เล่มที่ 9
เสียวโฮน 16724 425

นิตยสารนานาชาติของศาสนจักรของ
พระเยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้าย
ฉบับพิมพ์ภาษาไทย

ฝ่ายประธานสูงสุด: รัสเซล เอ็ม. เนลสัน,
ดัลลัน เอช. โอ๊คส์, เฮนรี่ บี. อายริงก์

โคออร์ดิเนเตอร์อาวุโส: เอ็ม. รัสเซลล์
บัลลาร์ด, เจฟฟรีย์ อาร์. ฮอลแลนด์,
ดีเทอร์ เอฟ. ลูทเทอร์ฟี, เดวิด เอ. เบเนนาร์,
เคาน์ตี แอล. ลูค, ดี. ทอดด์
คริสทอฟเฟอร์สัน, นีล แอล. แอนเดอร์สัน,
โรนัลด์ เอ. ราสเบนดี, แกเร็ซอี. สตีเวนสัน,
เดวิด จี. เรนสัน, เกอริท คัมเบิล, กอง,
อูเลียส ซาวารอส

บรรณาธิการ: เรนดี้ ที. ฟิงก์

ที่ปรึกษา: เบกกี เกรเวน, แรอน ชูเบก,
คริสตีนา บี. ฟริงโก, วอลเตอร์ เอฟ.
กอนซาเลส, แลร์รี่ เอส. เกเซอร์, แจน อี.
นิวแมน, เอเดรียน โอซาวา, ไมเคิล ที. รินวูด,
เวรัน ที. สแตนฟีลด์

ผู้อำนวยการบริหาร: ริชาร์ด ไอ. ฮิติน

ผู้อำนวยการฝ่ายนิตยสารศาสนาจักร: อัลเลน
อาร์. ลอยบอร์ก

ผู้จัดการฝ่ายธุรกิจ: การ์ฟิ แคนนอน

บรรณาธิการบริหาร: อดัม ซี. โฮลสัน

ผู้ช่วยบรรณาธิการบริหาร: ไรอัน คาร์
ผู้ช่วยฝ่ายพิมพ์เผยแพร่: เอมิช ซี. คิวลา

งานเขียนและงานบรรณาธิการ: เดวิด ดิกสัน,
เดวิด เอ. เอ็ดเวิร์ดส์, แมทธิว ดี. ฟัลด์สัน,
การ์เรตต์ เอช. การ์ฟิ, จอน ไรอัน เจนเซ็น,
แอรัน จอห์นสัน, ชาร์ลอตต์ ดาร์กบาล,
ไมเคิล อาร์. มอร์ริส, อีริก บี. เมอร์ด็อก,
โจเซฟ เจ. เทอร์รี่, เจน ฟินโบโร, ริชาร์ด เอ็ม. รอนนี, มินดี เซอ, ลอรี ฟูลเลอร์
โซซา, เซคคล์ วอร์ลด์, มาร์ธา วิคตัน

ผู้อำนวยการฝ่ายศิลป์: แทด อาร์.
ทีเลอร์สัน

งานออกแบบ: จินนัต แอนดรูวส์, เฟย์ ที.
แอนดรูวส์, เมเนดี เบ็นที, ซี. คิมมิลด์ บอเทอร์,
โรมัส ไซคส์, โจเซฟ เดนนิส, เดวิด กรีน,
คอลตัน อิงลิช, เอริก ที. จอห์นสัน, ซูซาน
ลอฟทริน, สก็อตต์ เอ็ม. มอด, อดนี เรกอร์,
มาร์ค คัมเบิล, โรบัสัน, เอ. นีโกล
วอลเคนฮอร์สต์

ผู้ประสานงานทรัพยากรปัญหา:
โกลเดิล เนเบเจอร์ ฮูนิ

ผู้จัดการฝ่ายผลิต: แอมมอน แฮร์ริส,
เจน แอนน์ปีเตอร์ส

งานผลิต: โอร่าเกลิน อะแควร์, จูดีเบอร์คอร์ด,
โซซซาซาว, โรนัน คัมเบิล, กิกิ, จินนี่ เจ.
นัลสัน, มาร์สฮาัม, สมธิ

งานกองพิมพ์: โจเซฟ เดนนิส, แอมมอน
แฮร์ริส

ผู้อำนวยการฝ่ายจัดพิมพ์: สตีเวน ที. ลูอิส

ผู้อำนวยการจัดจำหน่าย: เนลสัน กอนซาเลส

งานแปล: สุพัตริศา แกนจักร

เสียวโฮน (ISSN 0853-2513) นิตยสารราย
เดือนจัดพิมพ์โดยศาสนจักรของพระเยซู
คริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้าย อัตราค่า
สมาชิกในประเทศไทยปีละ 125 บาท
หรือฉบับละ 15 บาท สมัครสมาชิกท่าน
ตัวแทนนิตยสารขององค์กร/สาขา หรือสมัคร
ด้วยตนเองผ่านแอป Distribution Center
Catalog; Line ID: @dc-thailand; อินมา
DC-Thailand@churchofjesuschrist.org
ในการเปลี่ยนแปลงที่อยู่กรุณาแจ้งล่วงหน้า
30 วัน สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่
082-457-0044 ในวันและเวลาทำการ

ส่งคืนฉบับและข้อคำถาม: ทางออนไลน์ที่
liahona.ChurchofJesusChrist.org; ทาง
อีเมลที่ liahona@ChurchofJesusChrist.org;
หรือทางไปรษณีย์ที่ Liahona, flr. 23, 50 E.
North Temple Street, Salt Lake City, UT
84150-0023, USA.

เสียวโฮน (คำศัพท์ในพระคัมภีร์มอรมอน
หมายถึง "ขิมทิส" หรือ "เครื่องขิม") จัด
พิมพ์ในภาษาอังกฤษอเมริกันโดยศาสนจักร
บิลแกเรียกับซุซาเชน จินกลาง (ด้วยอนุ
เข้าใจว่า) ไครเอเชีย เซ็ก เดนมาร์ก คัทซ์
อังกฤษ เอสโตเนีย ฟิจิ ฟินแลนด์ ฝรั่งเศส
เยอรมัน กรีก ฮังการี ไอซ์แลนด์ อินโดนีเซีย
อิตาลี ญี่ปุ่น ฟิลิปปินส์ เกาหลี ลัตเวีย ลิทัวเนีย
มาเลเซีย มาเลเซีย มอลโดวา นอร์เวย์
โปแลนด์ โปรตุเกส โรมานี รัสเซีย ซามัว
สโลวาเกีย สเปน สวาฮีลี สวีเดน ตาฮิติ
คาฮาลิ ไทย ทองกาซู ตรินิแดด และโตเบโก
(จำนวนปีที่ตีพิมพ์ทั้งหมดตามปีที่
จัดพิมพ์)

© 2020 โดย Intellectual Reserve, Inc.
All rights reserved. พิมพ์ในสหรัฐอเมริกา

ข้อมูลลิขสิทธิ์: เริ่มแต่ละฉบับของอื่น ท่าน
อาจทำสำเนาข้อความและภาพจาก **เสียวโฮน**
ไว้ใช้ส่วนตัวได้โดยไม่หวังผลในเชิงพาณิชย์
(รวมทั้งใช้ในการเรียกของศาสนจักร) สิทธิ
นี้อาจถอนคืนได้ทุกเมื่อ ไม่อนุญาตให้ทำ
สำเนาภาพที่ระบุชื่อห้ามไว้ตรงขอบภาพ
หากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับลิขสิทธิ์ กรุณาติดต่อ
ที่ Intellectual Property Office, 50 E. North
Temple St., FL. 13, Salt Lake City, UT 84150,
USA; email: cor-intellectualproperty@
ChurchofJesusChrist.org.

For Readers in the United States and Canada:
September 2020 Vol. 26 No. 9. LIAHONA
(USPS 311-480) Thai (ISSN 0853-2513)
is published monthly by The Church of
Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E.
North Temple St., Salt Lake City, UT 84150.
USA subscription price is \$10.00 per year,
Canada, \$12.00 plus applicable taxes.
Periodicals Postage Paid at Salt Lake City,
Utah. Sixty days' notice required for change
of address. Include address label from a
recent issue; old and new address must be
included. Send USA and Canadian
subscriptions to Salt Lake Distribution
Center at address below. Subscription help
line: 1-800-537-5971. Credit card orders
(American Express, Discover, MasterCard,
Visa) may be taken by phone or at
store.ids.org. (Canada Post Information:
Publication Agreement #40017431)

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

จะเกิดอะไรขึ้นถ้าครอบครัวฉันไม่เป็นแบบนี้?

6 เราสำนึกคุณอย่างยิ่งต่อศาสตราจารย์และอัครสาวกที่มีชีวิตอยู่ผู้ออก “ครอบครัว: ถ้อยแถลงต่อโลก” เมื่อ 25 ปีก่อน ถ้อยแถลงสอนหลักคำสอนนิกายเกี่ยวกับครอบครัวและระบอบหลักธรรมที่ชีวิตแต่งงานและครอบครัวซึ่งประสบความสำเร็จดำเนินตาม แม้กระนั้นบางคนอาจสงสัยว่าจะประยุกต์ใช้ถ้อยแถลงกับพวกเขาอย่างไร ในเมื่อ “ประสบการณ์ปัจจุบันของพวกเขาไม่สอดคล้องทั้งหมดกับถ้อยแถลงเรื่องครอบครัว”¹

เอ็ดเดอร์ริชาร์ด จี. สก็อตต์ (1928–2015) แห่งโครัมอัครสาวกสิบสองทูตเรื่องนี้ในการประชุมใหญ่สามัญ โดยให้กำลังใจดังนี้ “แม้ว่าส่วน

สำคัญของ [แผนแห่งความสุข] ไม่บรรลุในชีวิตท่านตอนนี้ แต่จะเป็นของท่านในเวลาที่เหมาะสมของพระเจ้า ข้าพเจ้าสัญญากับท่านเช่นกันว่าท่านสามารถมีการเติบโตและความสุขอย่างมากเวลานี้ในสภาวาการณปัจจุบันของท่านในฐานะธิดาหรือบุตรของพระเจ้า จงดำเนินชีวิตตามแผนทุกส่วนให้ดีที่สุดเท่าที่ท่านจะสามารถทำได้”² ■

อ้างอิง

1. นีล แอล. แอนเดอร์เซ็น, “ดวงตาแห่งศรัทธา,” *เลียโฮนา*, พ.ย. 2019, 36.
2. เปรียบเทียบกับ ริชาร์ด จี. สก็อตต์, “ความสุขจากการดำเนินชีวิตตามแผนแห่งความสุขอันยิ่งใหญ่,” *เลียโฮนา*, ม.ค. 1997, 87.

เริ่มตั้งแต่ หน้า 12 สมาชิกและผู้นำศาสนจักรแบ่งปันว่าถ้อยแถลงเรื่องครอบครัวนำทางพวกเขาอย่างไร



เควินกับเคนดรา เฮนเดอร์สัน

รัฐนอร์ทแคโรไลนา สหรัฐอเมริกา



ตอนแรกเคนดราต่อต้านที่เควินสนใจศาสนาจักร เวลานี้เมื่อนึกย้อนกลับไปพวกเขาเห็นว่าพระเจ้าทรงนำทางพวกเขาทั้งคู่ให้มาพบพระกิตติคุณ เลสลีย์ นิลส์สัน, ช่างภาพ

เควิน:

ผมบอกพระบิดาบนสวรรค์ว่าผมยอมทำทุกอย่างถ้าพระองค์ทรงยอมให้ผมรู้เส้นทางที่ทรงต้องการให้ผมเดิน เมื่อผมคิดเรื่องบัพติศมา ผมรู้สึกเหมือนลมพัดผ่านผมไปอย่างรวดเร็ว พระวิญญาณบริสุทธิ์ทรงกำลังบอกผมว่า “นี่คือสิ่งที่เจ้าต้องทำ”

เคนดรา:

ดิฉันลังเลนิดหน่อยเมื่อเรากำหนดวันบัพติศมา ผู้สอนแะมาเยี่ยม และเราคุยกันเรื่องนี้ สุดท้าย ดิฉันถามอาร์ยันนาลูกสาวว่า “หนูอยากรับบัพติศมาหรือเปล่า?”

เธอตอบว่า “แม่คะ หนูพร้อมเมื่อแม่พร้อม” ที่บัพติศมาของอาร์ยันนา เธอหลังน้ำตาแห่งความสุข เมื่อดิฉันเห็นเธอ ดิฉันคิดว่าฉันอยู่ในที่ซึ่งต้องอยู่

เควิน:

ผมรู้ว่าพระบิดาบนสวรรค์ทรงนำพระกิตติคุณมาให้ครอบครัวเราเพราะทรงรักและทรงห่วงใยเรามาก

ค้นคว้าเพิ่มเติม
อ่านเรื่องราวการเปลี่ยนใจเลื่อมใสของครอบครัวเฮนเดอร์สันและภาพถ่ายเพิ่มเติมในคลังค้นคว้าพระกิตติคุณหรืออภิบบอนไลน์ของบทความนี้ที่ ChurchofJesusChrist.org/go/9206
เรียนรู้จากเอลเดอร์คิเทอร์ เอฟ. อุกทอร์ฟว่าพระวิญญาณจะทรงนำทางเราทุกคนไปสู่แสงสว่างและความจริงได้อย่างไรที่ ChurchofJesusChrist.org/go/9207

หลักธรรมของการปฏิบัติศาสนกิจ

การปฏิบัติศาสนกิจผ่าน จงตามเรามา

จงตามเรามา จะช่วยท่านสร้างความเปลี่ยนแปลงที่ดี
ให้กับผู้อื่นได้อย่างไร?

ท ่ มว่าท่านอยู่กับครอบครัว เป็นครูหรือนักเรียนในห้องเรียนโรงเรียน
วันอาทิตย์ หรืออยู่ที่โรงเรียน ที่ทำงาน หรือที่ใดก็ตาม *จงตามเรามา*
เปิดโอกาสมากมายให้ปฏิบัติศาสนกิจต่อผู้อื่น แม้กระนั้น การสอนก็
“เป็นมากกว่าการนำเสนอวันอาทิตย์ เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติศาสนกิจ
ด้วยความรักและการอวยพรผู้อื่นด้วยพระกิตติคุณ”¹

การเชื่อมสัมพันธ์กับนักเรียน

เมื่อโอเฟเลีย เทรโฮ เด การ์เตนส์ได้รับเรียกให้สอนคนหนุ่มสาวใน
วอร์ดเม็กซิโกซิตีของเธอ เธอรู้สึกว่าการมีความสัมพันธ์แนบแน่นกับ
นักเรียนโรงเรียนวันอาทิตย์แต่ละคนของเธอจะทำให้เธอสามารถสอน
และเสริมสร้างความเข้มแข็งให้พวกเขาได้มากขึ้น

“ถ้าดิฉันไม่มีความสัมพันธ์แนบแน่นกับนักเรียนและถ้าพวกเขาไม่
รู้สึกว่ดิฉันรักพวกเขา พวกเขาอาจไม่เชื่อเมื่อดิฉันสอนชั้นเรียนหรือ
แสดงประจักษ์พยาน” เธอกล่าว “พวกเขาอาจรู้สึกว่ดิฉันเป็น *แค่*
ครูโรงเรียนวันอาทิตย์”

แต่ซิสเตอร์การ์เตนส์จะพัฒนาความสัมพันธ์เช่นนั้นได้อย่างไรถ้า
เธอสอนแค่ครั้งเดียวทุกสองสัปดาห์? เธอพบคำตอบผ่านเทคโนโลยี
การใช้แอปพลิเคชัน WhatsApp ทางโทรศัพท์มือถือทำให้เธอกับ
นักเรียนติดต่อกันได้ทุกวันผ่านข้อความตัวหนังสือกับข้อความเสียง
เดี๋ยวนั้น ทุกวันก่อนบทเรียนโรงเรียนวันอาทิตย์ครั้งต่อไป อาสาสมัคร
ของชั้นเรียนจะส่งพระคัมภีร์ข้อหนึ่งจากบทเรียนครั้งต่อไปให้สมาชิก
ชั้นเรียนคนอื่นๆ พร้อมข้อคิดส่วนตัวที่เกี่ยวข้อง หลังจากอ่านข้อพระ
คัมภีร์และข้อคิด สมาชิกชั้นเรียนจะตอบด้วยข้อคิดของพวกเขาเอง





“เมื่อพวกเขาอ่าน
พระคัมภีร์วันนั้น
พวกเขาส่งหน้า
ยิ้มเพื่อให้ดิฉันรู้ว่า
พวกเขาอ่านแล้ว”

“เมื่อพวกเขาอ่านพระคัมภีร์ พวกเขาส่ง
หน้ายิ้มเพื่อให้ดิฉันรู้ว่าพวกเขาได้อ่านหรือ
ศึกษาพระคัมภีร์แล้วและพวกเขามีข้อคิด
เกี่ยวกับข้อนั้น” ซิสเตอร์การ์เดนสกล่าว เมื่อ
ถึงเวลาเรียนบทเรียนวันอาทิตย์ถัดไป นักเรียน
ก็พร้อมจะมีส่วนร่วม

การติดต่อรายวันเช่นนี้เป็นพรแก่เด็กหนุ่ม
คนหนึ่งที่มีพ่อแม่ไม่เข้มงวดในศาสนาจักร

“ดิฉันชอบเมื่อเห็นเขามาโบสถ์เพราะรู้ว่า
กว่าจะมาโบสถ์ได้เขาต้องประสบความท้าทาย
หลายอย่าง” ซิสเตอร์การ์เดนสกล่าว “ดิฉัน
แน่ใจว่าพระคัมภีร์กับข้อคิดที่เพื่อนร่วมชั้นส่ง
ให้กันและพระคัมภีร์กับข้อคิดที่เขาส่งเมื่อถึง
ตาเขาทำให้เขาเข้มแข็งขึ้นมาก”

ซิสเตอร์การ์เดนสกล่าวว่าการปฏิบัติศาสน-
กิจผ่านพระคัมภีร์ไม่ได้หยุดที่บทเรียนวัน
อาทิตย์และการเชื่อมต่อรายวันเกี่ยวกับพระ
คัมภีร์ของชั้นเรียน

“การเตรียมของดิฉันรวมถึงการสวด
อ้อนวอนให้นักเรียนด้วย” เธอกล่าว “ดิฉัน

คิดถึงพวกเขาไม่เฉพาะวันอาทิตย์แต่ทุกวัน
ของสัปดาห์เช่นกัน พวกเขาแต่ละคนมีความ
ต้องการเฉพาะตัวต่างกัน แต่ทุกคนเป็นลูก
ของพระเจ้าเป็นเจ้า ดิฉันนึกถึงพวกเขาขณะ
เตรียมบทเรียน”

และเมื่อเธอสอน เธอฟัง—ทั้งนักเรียนของ
เธอและพระวิญญาณบริสุทธิ์

“ครูคือพระวิญญาณ” ซึ่งเธอได้ยินบ่อยๆ ใน
เสียงของนักเรียน “ดิฉันต้องเอาใจใส่เพราะ
สิ่งที่พวกเขาพูดคือการเปิดเผยที่พระวิญญาณ
ประทานแก่พวกเขา”

ชั้นเรียนของเรา “เหมือนยามค่ำที่บ้าน”

คาร์ลา กูติเออร์เรซ ออร์เตกา กอร์โดบาร์ลุสก็
ได้รับพรที่เป็นสมาชิกในชั้นเรียนโรงเรียนวัน
อาทิตย์ของซิสเตอร์การ์เดนสเพราะสภาพ
แวดล้อมที่ให้การบำรุงเลี้ยงและการปฏิบัติ
ศาสนกิจของชั้นเรียน คาร์ลาถือว่าสภาพ
แวดล้อมเช่นนั้นเกิดจากปัจจัยหลายอย่าง
 อาทิ

- การเตรียม: การแบ่งปันพระคัมภีร์และ
ข้อคิดช่วยนักเรียนเตรียมมาเรียนครั้งต่อ
ไป “พระคัมภีร์รายวันบำรุงเลี้ยงเราและ
ขยายความรู้ของเรา” เธออธิบาย
- การมีส่วนร่วม: “เราทุกคนพูด นี่ทำให้
ดิฉันรู้จักเพื่อนร่วมชั้นซึ่งขึ้น เหมือน
เป็นเพื่อนเป็นพี่น้องกัน”
- ความรัก: “ซิสเตอร์การ์เดนสจับมือคุณ
ชั้นเรียนของเรารู้สึกเหมือนยามค่ำที่บ้าน
มีพี่น้องหลายคน มันพิเศษมาก”
- พระวิญญาณบริสุทธิ์: “เรามีความสบาย
อกสบายใจและความสามัคคีในชั้นเรียน
เพราะเรามีความเข้าใจและคิดตรงกับ
พระวิญญาณ”
- ประจักษ์พยาน: “จงตามเรามา ได้ช่วยให้
ดิฉันพร้อมแบ่งปันประจักษ์พยาน ดิฉัน
มีความรู้สึกซึ่งขึ้นเกี่ยวกับพระคัมภีร์
มอรมอนและพระคัมภีร์ไบเบิล นั่นทำให้
ดิฉันสามารถแบ่งปันสิ่งที่กำลังเรียนรู้กับ
เพื่อนร่วมชั้นที่โรงเรียนและคนที่ทำงาน”

การปฏิบัติศาสนกิจตามความต้องการทางวิญญาณ

เมื่อเกรกกับนิคกี คริสเตนเซ็นจากเคนทักกี สหรัฐอเมริกาอ่านเกี่ยวกับพันธสัญญาอับราฮัมในพระคัมภีร์กับบุตรชายสามคน พวกเขาพบว่ายากจะอธิบายให้บุตรชายเข้าใจ พวกเขาจึงตัดสินใจกับครอบครัวให้แต่ละคนศึกษาพันธสัญญาอับราฮัมด้วยตนเองแล้วแบ่งปันสิ่งที่พบ

“เราได้รับความเห็นที่น่าสนใจบางอย่าง” เกรกกล่าว “ลูกชายวัยแปดขวบของเราเรียนรู้ว่าอับราฮัมเคยเชื่อว่าอับราม ชื่อของท่านเปลี่ยนเป็นอับราฮัมเพราะท่านทำสัญญากับพระเจ้าว่าจะทิ้งบาปและดำเนินชีวิตอย่างชอบธรรม ผมแปลกใจมากที่เขาคิดแบบนี้ได้”

พวกเขาทุกคนเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ และมีการสนทนาที่ดีในเรื่องที่ว่าพันธสัญญาอับราฮัมคืออะไรและความหมายต่อวิสุทธิชนยุคสุดท้ายในปัจจุบันอย่างไร

“เราเคยให้อ่านนวนิยายและผลัดกันอ่านเมื่อเราศึกษาพระคัมภีร์ในครอบครัว” นิคกีกล่าว “จงตามเรามา ลูกออกแบบไว้ให้สอนโดยพระวิญญาณได้มากขึ้น ตอนนี้อยู่เราศึกษาด้วยกัน ดิฉันรู้สึกถึงการกระตุ้นเล็กๆ จากพระวิญญาณให้การสนทนาของเราดำเนินไปตามแนวทางที่เป็นความต้องการของครอบครัวเรา”

แบ่งปันประสบการณ์ของท่าน

ส่งประสบการณ์การปฏิบัติศาสนกิจของท่านต่อผู้อื่นหรือผู้อื่นปฏิบัติศาสนกิจต่อท่านมาให้เรา ไปที่ liahona.ChurchofJesusChrist.org และคลิก “Submit an Article or Feedback”

การใช้ *จงตามเรามา* ไม่เพียงช่วยให้ครอบครัวของพวกเขามีส่วนร่วมและสนใจศึกษาพระกิตติคุณเป็นครอบครัวมากขึ้นเท่านั้น แต่ช่วยให้เกรกกับนิคกีปฏิบัติศาสนกิจตามความต้องการทางวิญญาณของลูกๆ ด้วย

“จงตามเรามา ช่วยดิฉันสอนลูกๆ” นิคกีกล่าว “ช่วยดิฉันจัดการกับความท้าทายต่างๆ ที่มีกับลูกๆ บางครั้งด้วยดิฉันรู้สึกเป็นหนึ่งในเดียวกับพระวิญญาณมากขึ้น ตั้งใจฟังมากขึ้น และได้รับการกระตุ้นเตือนให้รู้ว่าจะช่วยลูกแต่ละคนได้อย่างไร”

เกรกชอบที่ *จงตามเรามา* ช่วยให้ครอบครัวสนทนาพระกิตติคุณกันมากขึ้น “ลูกชายของเราทุกคนมีความรู้ในพระกิตติคุณต่างกัน” เขากล่าว “จงตามเรามา เตรียมทางไว้ให้เราช่วยพวกเขาแต่ละคนเรียนรู้ตามความต้องการของตน การเห็นพวกเขารักพระกิตติคุณมากขึ้นและเฝ้าดูพวกเขาคิดหาวิธีประยุกต์ใช้ความรู้พระกิตติคุณในชีวิตนับเป็นพรอย่างยิ่ง” ■

อ้างอิง

1. จงตามเรามา—สำหรับโรงเรียนวันอาทิตย์: พระคัมภีร์มอรมอน 2020 (2019), 19.

การปฏิบัติศาสนกิจผ่าน *จงตามเรามา*

ต่อไปนี้เป็นแนวคิดบางประการสำหรับใช้ *จงตามเรามา* ขณะท่านพยายามปฏิบัติศาสนกิจต่อมิตรสหายหรือเพื่อนบ้าน

1. แบ่งปันสิ่งที่ท่านกำลังทำกับ *จงตามเรามา* และวิธีที่ท่านศึกษาพระคัมภีร์
2. แบ่งปันบางสิ่งที่ท่านกำลังเรียนรู้จากพระคัมภีร์
3. เชิญเชิญคนที่ท่านปฏิบัติศาสนกิจให้แบ่งปันบางสิ่งที่พวกเขากำลังเรียนรู้หรือวิธีที่พวกเขาศึกษา
4. ใช้ *จงตามเรามา* กับพวกเขาและศึกษาด้วยกัน
5. คู่มือทัศนพระคัมภีร์มอรมอนด้วยกัน
6. เล่าเรื่องหนึ่งจากพระคัมภีร์มอรมอน
7. แจกหนังสือ *จงตามเรามา* ให้พวกเขาหรือช่วยพวกเขาดาวน์โหลดแอปพลิเคชันคลังค้นคว้าพระกิตติคุณและเรียนรู้วิธีใช้
8. แบ่งปันและสนทนางานศิลป์บางชิ้นใน *จงตามเรามา*

นอกห้องเรียน

“คนเหล่านั้นที่มอบให้ท่านดูแลล้วนเป็นบุตรธิดาของพระบิดาบนสวรรค์ และพระองค์ทรงทราบว่าพวกเขาต้องการอะไรและจะทรงช่วยพวกเขาให้ดีที่สุดอย่างไร พระผู้เป็นเจ้าจะทรงนำทางท่านผ่านพระวิญญาณบริสุทธิ์เมื่อท่านเตรียมและขณะที่ท่านกำลังสอน พระองค์จะทรงเปิดเผยสิ่งที่ท่านควรพูดและสิ่งที่ท่านควรทำ”

จงตามเรามา—สำหรับโรงเรียนวันอาทิตย์: พระคัมภีร์มอรมอน 2020 (2019), หน้า v



การเห็น ตัวท่านเอง ในถ้อยแถลงเรื่อง ครอบครัว

1. เราแต่ละคนเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว นิกัณฑ์ที่มีจุดประสงค์อันสูงส่ง

ไม่ว่าครอบครัวเราบนแผ่นดินโลกจะเป็นอย่างไร เราแต่ละคนเป็น “ปิยบุตรหรือปิยธิดาทางวิญญาณของพระบิดาพระมารดาบนสวรรค์” ผู้ทรงรักเรา ในฐานะส่วนหนึ่งของครอบครัวนิกัณฑ์ จุดประสงค์อันสูงส่งของเราคือเพื่อ “พัฒนาไปสู่ความดีพร้อม และในที่สุดจะบรรลุถึงจุดหมายปลายทางแห่งสวรรค์ของเรา เป็นทายาทแห่งชีวิตนิกัณฑ์” (หากไม่มีหมายเหตุอื่นไว้ ข้อความอ้างอิงมาจาก “ครอบครัว: ถ้อยแถลงต่อโลก”)

เราทุกคนมีลักษณะและจุดหมาย ปลายทางแห่งสวรรค์

“พระวิญญาณนั้นเป็นพยานร่วมกับจิตวิญญาณของเราว่า เราเป็นลูกของพระเจ้า

“และถ้าเราเป็นลูกแล้ว เราก็เป็นทายาท คือเป็นทายาทของพระเจ้า และเป็นทายาทร่วมกับพระคริสต์” (โรม 8:16-17)

ขณะที่สภาวะการณ์ครอบครัวของทุกคนจะแตกต่างกันไปไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง “ครอบครัว: ถ้อยแถลงต่อโลก” มีหลักธรรมนิกัณฑ์ที่ให้อุดมคติเพื่อเป็นเป้าหมายของเราขณะพยายามที่จะบรรลุศักยภาพอันสูงส่งของเรา หน้าต่อไปนี้จะประกอบด้วยข้อคิดลึกซึ้งที่สามารถช่วยให้เราเข้าใจหลักธรรมที่ได้รับการดลใจของถ้อยแถลงเรื่องครอบครัวดีขึ้น หาก

เราประยุกต์ใช้หลักธรรมเหล่านี้ตามสภาวะการณ์ของเรา โดยสุดความสามารถ เราจะได้รับพรขณะมุ่งหน้าสู่ชีวิตนิกัณฑ์

เราทุกคนเป็นบุตร ธิดาของพระบิดา พระมารดาบนสวรรค์

“เรา เป็น บุตรธิดา—

เป็นลูกของครอบครัวที่น่าทึ่งและของพระบิดาพระมารดาบนสวรรค์! เราคงนึกออกแม่จะเลือกรางเต็มทีถึงตอนที่เราเคยอยู่ในฐานะบุตรและธิดาในบ้านบนสวรรค์กับพระบิดาพระมารดาผู้ทรงรู้จักและทรงรักเรา”

ประธานเฮนรี่ บี. อายริงก์, ที่ปรึกษาที่สองในฝ่ายประธานสูงสุด, “ครอบครัว,” *เลียวไฮนา*, ต.ล. 1998, 15.



2. ครอบครัวมรดกของเราช่วยให้เราบรรลุ จุดหมายปลายทางนิรันดร์ของเรา

พระเจ้าเป็นเจ้าของประทานครอบครัวแก่เราเพื่อช่วยให้เราเรียนรู้และเติบโต ขณะเราพยายาม “พัฒนาไปสู่ความดีพร้อม” และรับชีวิตนิรันดร์เป็นมรดก “ครอบครัวเป็นศูนย์กลางต่อแผนของพระเจ้าผู้สร้าง” และแม้จะไม่มีครอบครัวใดดีพร้อม พระเจ้าทรงสามารถช่วยให้พัฒนาขึ้นด้วยครอบครัวที่เรามี

พระเจ้าเป็นเจ้าของประทานครอบครัวแก่เราเพื่อช่วยให้ เรากลับไปหาพระองค์

“แม้ครอบครัวบนแผ่นดินโลกจะห่างไกลความดีพร้อม แต่ก็ให้โอกาสดีที่สุดแก่ลูกพระเจ้าเป็นเจ้าของที่จะได้รับการต้อนรับสู่โลกพร้อมความรักแบบเดียวกันบนแผ่นดินโลกที่ใกล้เคียงกับความรักที่เรารู้สึกในสวรรค์—ความรักของพ่อแม่ ครอบครัวยังเป็นวิธีที่ดีที่สุดที่จะรักษาและสืบทอดคุณธรรมจริยธรรมและหลักธรรมที่แท้จริงซึ่งเป็นสิ่งเหมาะสมที่สุดที่จะนำเรากลับสู่ที่ประทับของพระเจ้า”

ประธานเฮนรี่ บี. อายริงก์, “การรวบรวมครอบครัวของพระเจ้าเป็นเจ้าของ,” *เลียโฮนา*, พ.ศ. 2017, 20.

ครอบครัวสนับสนุนความ ก้าวหน้า

“ความก้าวหน้าส่วนบุคคลได้รับการสนับสนุนในครอบครัว ซึ่ง เป็น ‘ศูนย์กลางต่อแผนของพระเจ้าผู้สร้างเพื่อจุดหมายปลายทางนิรันดร์ของลูกๆ ของพระองค์’ บ้านคือห้องทดลองความรักและการรับใช้ของพระเจ้า”

ประธานรัสเชลล์ เอ็ม. เนลสัน, ประธานของศาสนจักรของพระเยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้าย, “ความรอดและความสูงส่ง,” *เลียโฮนา*, พ.ศ. 2008, 8.



เราสามารถเรียนรู้ได้ไม่ว่าสถานการณ์ ครอบครัวเราจะเป็นอย่างไร

“ความจริงคือว่าสมาชิกศาสนจักรส่วนใหญ่ไม่ได้ดำเนินชีวิตในสถานการณ์ครอบครัวที่ดีพร้อม ดิฉันไม่แน่ใจว่า *มีใครบ้าง* ดำเนินชีวิตในครอบครัวที่ดีพร้อมตามอุดมคติแบบนั้น แล้วเราจะเน้นเรื่องนี้ไปด้วยเหตุใด? เพราะ **ครอบครัวคือจุดหมายปลายทางของเรา** และเราอยู่บนโลกนี้เพื่อเรียนรู้ทักษะของความสัมพันธ์ในครอบครัวที่แน่นแฟ้น ไม่ว่าสถานการณ์ของเราเองจะเป็นเช่นใด . . .

“... พระเจ้าทรงเห็นท่าน ... ถ้าท่านวางใจชีวิตของท่านไว้กับพระองค์ พระหัตถ์ของพระองค์จะนำทางท่านในทุกก้าวของเส้นทางจนกระทั่งท่านมีความสุขและมีสันติกับทุกความปรารถนาของใจท่าน”

ซิสเตอร์แคโรล ยูแมงค์, ที่ปรึกษาที่หนึ่งในฝ่ายประธานสมาคมสงเคราะห์สามัญ, “A Letter to a Single Sister,” *Ensign*, Oct. 2019, 40, 41; เน้นตัวเอน.

ค้นคว้าเพิ่มเติม

- อ่านสิ่งที่มารดาตัวคนเดียวเรียนรู้เกี่ยวกับความพยายามรักษา “ครอบครัวนิรันดร์” กับลูกๆ หลังจากการหย่าร้างที่บั่นทอนจิตใจ: เข้าไปที่ ChurchofJesusChrist.org/go/92014



**ครอบครัวดิฉันดีพอสำหรับ
พระประสงค์ของพระองค์**
โดย มิเรเนดา กอเบซ, รัฐูทาห์
สหรัฐอเมริกา

ครอบครัวดิฉันไม่ใช่แบบที่ท่าน
จะเรียกว่าครอบครัว “ในอุดมคติ”
พ่อแม่ดิฉันแยกทางกันเมื่อ
ดิฉันอายุย่างเข้า 11 ขวบ ดังนั้น
ดิฉันจึงได้รับการเลี้ยงดูโดยคุณ
แม่ตัวคนเดียวที่ทำงานหนัก
และอุทิศตน ในการประชุมคือ
ระลึก ดิฉันรู้สึกเหมือนถูกมอง
ว่าเป็นครอบครัวที่ไม่ปกติ

สมัยเป็นวัยรุ่น ดิฉันจำได้ว่านั่งเรียนบท
เรียนเรื่อง “ครอบครัว: ถ้อยแถลงต่อโลก”
รู้สึกเต็มตื่นขึ้นมาเมื่อฟังผู้นำเยาวชนแสดง
ประจักษ์พยานเรื่องครอบครัวและเริ่มได้รับ
ประจักษ์พยานของตนเองว่าครอบครัวเล็กๆ
ของดิฉันก็ได้รับความเห็นชอบจากสวรรค์
และสามารถให้ทุกสิ่งที่เป็นแก่ดิฉันได้
ขณะอยู่ในโลกมรตัยนี้

แม้มีความรู้เช่นนั้น ดิฉันยังรู้สึกกลัวมาก
ที่จะเข้าชั้นเรียนครอบครัวในอีกสอง
สามปีต่อมาที่มหาวิทยาลัยบริคัม ยังก็ ดิฉัน
ไม่ต้องการนั่งเรียนไปทุกชั้นเรียนเพื่อฟังเรื่อง
ครอบครัวของดิฉันที่ “ด้อยกว่าอุดมคติ”
แต่อาจารย์ของดิฉันเริ่มชั้นเรียนแรกด้วย
ข้อความนี้ “เราสั่งสอนอุดมคติแต่ดำเนินชีวิต
ในความเป็นจริงและฟังภากรชดใช้ของพระ
ผู้ช่วยให้รอดเพื่อทดแทนส่วนต่าง”

ดิฉันรู้ว่าครอบครัวเป็นศูนย์กลางต่อแผน
ของพระบิดาบนสวรรค์ แม้แต่ครอบครัวที่ด้อย
กว่าอุดมคติ ตามประสบการณ์วัยรุ่นของดิฉัน
ก็ช่วยให้เราเรียนรู้และเติบโตได้ พระผู้ช่วยให้
รอดพระองค์เองก็ทรงได้รับการเลี้ยงดูจากพ่อ
เลี้ยงบนแผ่นดินโลก ดิฉันสำนึกคุณอย่างยิ่ง
ที่พระเยซูคริสต์จะทรงรับครอบครัวที่ “ไม่ใช่
ครอบครัวอุดมคติ” ของเราได้และทรงทำให้
ครอบครัวเช่นนั้นเพียงพอต่อการทำให้พระ
ประสงค์ของพระองค์เกิดสัมฤทธิ์ผลเพื่อเรา

3. “ครอบครัว” อาจมีความหมาย มากกว่าพ่อแม่ลูก

มีความสัมพันธ์ในครอบครัวมากมายที่อาจเป็นสิ่งที่อยู่ใน
ความพิทักษ์อันศักดิ์สิทธิ์ พี่ชายน้องชาย พี่สาวน้องสาว
ลุงป้า น้าอา ลูกพี่ลูกน้องญาติที่เกี่ยวข้องจากการสมรส
และอื่นๆ อาจมีอิทธิพลต่อกันอย่างไม่เหมือนใคร “ญาติที่
น้องควรให้ความช่วยเหลือเมื่อจำเป็น” การส่งเสริมความ
ผูกพันในครอบครัวเหล่านี้อาจนำมาซึ่งความช่วยเหลือที่
จำเป็นและกลายเป็นความสัมพันธ์ที่ทรงคุณค่าได้

เราสามารถได้รับพรจากครอบครัวจากทั้งสองด้านของม่าน
“เมื่อข้าพเจ้าพูดว่าครอบครัว ข้าพเจ้าไม่ได้ [เพียง] หมายถึงโม
ทัศน์ยุคใหม่เกี่ยวกับพ่อแม่ลูก ข้าพเจ้าใช้คำนี้แบบที่พระเจ้าทรง
ใช้ เป็นคำที่มีความหมายเดียวกับวงศาณาญาติหรือครอบครัว
ที่มีคนหลายรุ่น เพราะทุกคนมีครอบครัว แผนของพระบิดาบน
สวรรค์สำหรับบุตรธิดาของพระองค์มีศูนย์รวมอยู่ที่ครอบครัว
ลักษณะนี้—มีลูกหลานที่ดึงความเข้มแข็งมาจากบรรพชนย้อน
กลับไปหลายรุ่นและมีบิดามารดาที่หมายมั่นเป็นพรแก่ลูกหลาน
หลายรุ่นที่จะมาถึง”

เอลเดอร์แบรดลีย์ ดี. ฟอสเตอร์ แห่งสภาวจิตตนิบ, “Gathering, Healing, and Sealing
Families,” กล่าวคำปราศรัยที่การประชุมใหญ่ประวัติครอบครัว RootsTech
ในซอลท์เลคซิตี, ยูทาห์, สหรัฐอเมริกา, เมื่อวันที่ 14 ก.พ. 2015.





4. ท่านสามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในการเริ่มต้นหรือการนำครอบครัวนิรันดร์กลับมา

ท่านสามารถเป็นพรแก่ครอบครัวท่านได้ในหลายวิธี

โดย ชิสเตอร์แชรอน ยูเบงค์ ที่ปรึกษาที่หนึ่งในฝ่ายประธานสมาคมสงเคราะห์สามัญพระคัมภีร์เต็มไปด้วยแบบอย่างของชายหญิงผู้ชอบธรรมที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญในชีวิตของญาติพี่น้องตน อับราฮัมผู้เป็นลุงทำให้ชีวิตของโลกเปลี่ยนแปลง โยเซฟแห่งอียิปต์ช่วยให้พี่น้องชายและครอบครัวของพวกเขารอดในฐานะผู้ใหญ่ พี่น้องมารีย์และมารธาเป็นพรแก่กันและเป็นพรแก่ลาซารัสน้องชายของพวกเขา เธอ รุธ ในฐานะลูกสะใภ้ สนับสนุนนาโอมิและจากนั้นได้รับพรนิรันดร์เป็นการตอบแทนจากคำแนะนำของนาโอมิ เอลิซาเบธและมารีย์สนับสนุนกันและกันในฐานะลูกพี่ลูกน้องในการตั้งครรภ์ที่ต้องฝ่าฝืนสภาพแวดล้อมที่ทำนาย แม้แต่โซรมผู้ไม่มีความสัมพันธ์ทางสายเลือด ยังให้ความช่วยเหลือที่ซื่อสัตย์แก่นิไฟซึ่งทำให้เขาและลูกๆ ได้รับการอุปถัมภ์ราวกับเป็นครอบครัวเดียวกัน การมองครอบครัวให้กว้างกว่าเดิมเช่นนี้เป็นสิ่งสำคัญยิ่งต่อหลายคนที่มีมากมายที่จะให้แต่รู้สึกไม่เกี่ยวข้องเพราะพวกเขาไม่มีครอบครัวของตนเองตามต้องการ

“ศาสนพิธีและพันธสัญญาศักดิ์สิทธิ์ที่มีอยู่ในพระวิหารอันศักดิ์สิทธิ์ทำให้เกิดความเป็นไปได้สำหรับแต่ละบุคคลที่จะกลับไปยังที่ประทับของพระผู้เป็นเจ้าและเพื่อครอบครัวจะรวมกันเป็นหนึ่งเดียวชั่วนิรันดร์” นำเสียดายที่บางครั้งการแต่งงานสิ้นสุดลง ครอบครัวแตกแยก หรือห่างไซ้ในสายไซ้ของครอบครัวนิรันดร์ขาดไปโดยผ่าน “ศาสนพิธีและพันธสัญญาศักดิ์สิทธิ์” เหล่านี้ ทำให้ “เป็นไปได้สำหรับแต่ละบุคคลที่จะกลับไปยังที่ประทับของพระผู้เป็นเจ้า” โดยไม่คำนึงถึงสภาวะการณ์ของครอบครัวพวกเขา ด้วยความช่วยเหลือของพระผู้เป็นเจ้า โดยการทำและรักษาพันธสัญญาศักดิ์สิทธิ์เหล่านั้นจนสุดความสามารถจะช่วยให้ท่านสร้างฟื้นฟู หรือเสริมสร้างครอบครัวท่านได้ โดยหวังว่าสักวันหนึ่งครอบครัวจะเป็นหนึ่งเดียวกันชั่วนิรันดร์

จงทำสุดความสามารถ พระผู้เป็นเจ้าจะทรงดูแลส่วนที่เหลือเอง

“คำสัญญาของข้าพเจ้าคือสัญญาที่สมาชิกโครัมอัครสาวกสิบสองท่านหนึ่งเคยให้ไว้กับข้าพเจ้า ข้าพเจ้าบอกเขาว่า เพราะการเลือกที่บางคนในครอบครัวเราทำ ข้าพเจ้าจึงสงสัยว่าเราจะไม่ได้อยู่ด้วยกันในโลกที่จะมาถึง เขาตอบเท่าที่ข้าพเจ้าจำได้ว่า ‘คุณกังวลผิดเรื่อง คุณดำเนินชีวิตให้คู่ควรกับอาณาจักรซีเลสเชียลก็พอ และสถานการณ์ในครอบครัวคุณจะดียิ่งกว่าที่คุณคิด’

ข้าพเจ้าเชื่อว่าเขาต้องการให้ความหวังที่มีความสุขนี้กับเราในความเป็นมรรตัย ผู้ได้ทำสุดความสามารถเพื่อให้ตนเองและคนในครอบครัวคู่ควรกับชีวิตนิรันดร์ ข้าพเจ้าทราบว่าเป็นแผนของพระบิดาบนสวรรค์เป็นแผนแห่งความสุข ข้าพเจ้าเป็นพยานว่าแผนของพระองค์ทำให้เราแต่ละคนผู้ที่ทำสุดความสามารถได้รับการฝึกในครอบครัวตลอดไป”

ประธานเฮนรี่ บี. อายริงก์, “บ้านที่พระวิญญาณของพระเจ้าสถิตอยู่,” *เสียดโฮนา*, พ.ศ. 2019, 25.

ค้นคว้าเพิ่มเติม

- อ่านวิธีที่ความผูกพันของสตรีคนหนึ่งมีต่อบรรพชนผ่านประวัติครอบครัวช่วยเสริมสร้างความเข้มแข็งให้เธอจากเรื่อง “พลังของศรัทธาและเรื่องราวครอบครัว,” *เสียดโฮนา*, ก.ย. 2018, 36–39





สิ่งนี้เริ่มต้นได้ (หรือเริ่มต้นอีกครั้ง) ที่ตัวท่าน!

“สำหรับท่านที่ประสบกับความปวดร้าวใจของการหย่าร้างในครอบครัวท่านหรือเจ็บปวดที่ความไว้วางใจถูกล่วงละเมิด โปรดจำไว้ว่าสิ่งนี้เริ่มต้นที่ตัวท่าน! หวังโซ่หนึ่งข้อในสายโซ่ของรุ่นท่านอาจจะขาดสะบั้น แต่ห่วงโซ่ที่ขอบธรรมอื่นๆ และสิ่งที่ยังคงอยู่ในสายโซ่ก็มีความสำคัญชิ้นนี้วันหนึ่ง ท่านสามารถเพิ่มพลังให้สายโซ่ของท่านและแม้แต่ช่วยซ่อมแซมห่วงโซ่ที่หักงานนั้นจะสำเร็จไปที่ละงาน”

เอลเดอร์เดวิด เอ. เบดเนอร์แห่งโครัม อัครสาวกสิบสอง, “A Welding Link” (การให้ข้อคิดทางวิญญาณสำหรับคนหนุ่มสาวทั่วโลก, 10 ก.ย. 2017), broadcasts .ChurchofJesusChrist.org.

5. การแต่งงานคือการเป็นหุ้นส่วนที่เรียก ร้องศรัทธาและการสวดอ้อนวอน

ถ้อยแถลงเรื่องครอบครัวยืนยันว่าสามีและภรรยา “มีหน้าที่ช่วยเหลือกันในฐานะเป็นหุ้นส่วนเท่าๆ กัน” แต่การเป็นหุ้นส่วนที่แท้จริงในชีวิตแต่งงานอาจเป็นเรื่องท้าทาย การเลี้ยงดู วัฒนธรรม การศึกษา สภาวะการเงิน การดูแลสุขภาพและเรื่องอื่นๆ อาจมีผลต่อวิธีที่เราจะสร้างความสัมพันธ์และวิธีที่เราจะบริหารครอบครัวของเรา ถ้อยแถลงสอนว่า “การแต่งงานและครอบครัวที่ประสบความสำเร็จ” ได้รับการสถาปนาด้วยศรัทธา การสวดอ้อนวอน การกลับใจ การให้อภัย ความเคารพ ความรัก และหลักธรรมอื่นๆ ขณะเราปรึกษาหารือและทำงานด้วยกันเพื่อตอบรับสภาวะการณ์ของเราแต่ละคน



สามีภรรยาเป็นหุ้นส่วนเท่าๆ กัน

“สามีภรรยาเป็นหุ้นส่วนเท่าๆ กัน พวกเขามีความแตกต่างแต่มีความรับผิดชอบที่สอดคล้องกัน ภรรยาจะให้การกำเนิดบุตร ซึ่งเป็นพรแก่ทั้งครอบครัว สามีจะรับฐานะปุโรหิตซึ่งเป็นพรแก่ทั้งครอบครัว แต่ในสภาก่อครอบครัว สามีภรรยาเป็นหุ้นส่วนเท่าๆ กันในการตัดสินใจเรื่องสำคัญที่สุด พวกเขาตัดสินใจว่าจะสอนและอบรมลูกอย่างไร จะใช้จ่ายเงินอย่างไร พวกเขาจะอยู่ที่ไหน และการตัดสินใจอื่นๆ อีกมากมายเกี่ยวกับครอบครัว โดยทำสิ่งเหล่านี้ร่วมกันหลังจากแสวงหาการนำทางจากพระเจ้า เป้าหมายคือครอบครัววันหนึ่ง”

เอลเดอร์เดเวนทิน แอล. คูแห่งโครัมอัครสาวกสิบสอง, “พระเจ้าเป็นแสงเงิน,” *เลียวไฮนา*, พ.ศ. 2015, 64.

เราต้องแสวงหาการนำทางสำหรับสถานการณ์พิเศษเฉพาะของครอบครัวเราเอง

“เรามีแบบแผนจากสวรรค์ที่จะทำตามดังที่มีโครงร่างไว้ใน ‘ครอบครัว: ถ้อยแถลงต่อโลก’ แต่เรารู้ว่าความเป็นมรดกอาจซับซ้อน . . .

“ทันทีที่ท่านรู้พระประสงค์ของพระเจ้า ท่านสามารถเดินทางด้วยศรัทธาเพื่อบรรลุจุดประสงค์ส่วนตัวของท่าน พี่น้องสตรีคนหนึ่งอาจได้รับการคล้อยให้ศึกษาต่อและเข้าโรงเรียนแพทย์เพื่อเธอจะมีผลใหญ่หลวงต่อผู้ป่วยและส่งเสริมงานวิจัยด้านการแพทย์ สำหรับพี่น้องสตรีอีกคนหนึ่ง การคล้อยอาจนำเธอให้สละทุนเข้าเรียนสถาบันมีชื่อและเริ่มครอบครัวเร็วกว่าคนที่ทั่วไปในรุ่นนี้เพื่อให้เธอมีผลใหญ่หลวงชั่ววินาทีต่อลูกๆ ของเธอเวลานี้

“เป็นไปได้หรือที่สตรีผู้มีศรัทธากลายกันสองคนจะได้รับคำตอบต่างกันสำหรับคำถามพื้นฐานเดียวกัน? แน่แน่นอน! สิ่งที่เหมาะสมกับสตรีคนหนึ่งอาจไม่เหมาะสมกับอีกคนหนึ่ง นั่นคือสาเหตุที่เราไม่ควรสงสัยการเลือกของกันและกันหรือการคล้อยเบื้องหลังการเลือกเหล่านั้น”

ประธานเอ็ม. รัสเซลล์ บัลลาร์ด, รักษาการประธานโคเวรัมอัครสาวกสิบสอง, “Women of Dedication, Faith, Determination, and Action” (คำปราศรัยที่การประชุมใหญ่สตรีมหาวิทยาลัยบริคัมยังก์, 1 พฤษภาคม 2015), womensconference.byu.edu.

ค้นคว้าเพิ่มเติม

เรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับสิ่งที่เราทำได้เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับครอบครัวเรา

- อ่านหรือชม “เป็นหนึ่งในเดียวกันในการทำงานของพระเจ้าให้สำเร็จ,” โดย จิน บี. บิงแฮม, การประชุมใหญ่สามัญเดือนเมษายน 2020

6. ศักยภาพของการเป็นบิดามารดาเป็น ส่วนหนึ่งในแผนของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของ ที่เราจะเป็นเหมือนพระองค์

วิธีหนึ่งที่เราจะเป็นเหมือนพระบิดาพระมารดาบนสวรรค์ของเรามากขึ้นได้คือโดยการมีประสบการณ์การเป็นบิดามารดาด้วยตนเอง “พระบัญญัติข้อแรกที่พระเจ้าผู้เป็นเจ้าประทานแก่อาดัมและเอวาเกี่ยวข้องกับศักยภาพของคนทั้งสองที่จะเป็นบิดามารดาในฐานะสามีและภรรยา” แม้การแต่งงานมีลูกจะไม่เกิดขึ้นเสมอไปตามแผนของเรา แต่นั่นไม่ได้หมายความว่าสิ่งนั้นไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งในแผนของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของ พวกเราหลายคน การเตรียมพร้อมด้วยศรัทธาและการรอคอยพระเจ้าเป็นส่วนสำคัญของการเป็นเหมือนพระองค์

อย่ากลัวการเป็นบิดามารดา

“หลายปีก่อน ลูกสาวของเราที่เพิ่งแต่งงานและสามีเธอถามซิสเตอร์รัสแบนด์กับข้าพเจ้าด้วยคำถามสำคัญมากที่ส่งผลต่อชีวิตว่า ‘ยังจะปลอดภัยและฉลาดหรือไม่ที่จะให้เด็กเกิดมาในโลกที่เราอาศัยอยู่ที่นี่ที่ดูเหมือนจะน่าหวาดกลัวและชั่วร้าย’

“... เราตอบพวกเขาว่า ‘แน่นอน ยิ่งกว่าโอเคเสียอีก’ . . .

“... ไข่ เราอยู่ในเวลาที่น่ากลัว แต่เมื่อเราอยู่บนเส้นทางพันธสัญญา เราไม่ต้องกลัว ข้าพเจ้าอวยพรท่านว่าเมื่อท่านไม่กลัว ท่านจะไม่กังวลใจกับยุคสมัยที่เราอยู่หรือความกังวลใจที่เกิดขึ้น”

เอลเดอร์โรนัลด์ เอ. ราสแบนด์แห่งโคเวรัมอัครสาวกสิบสอง, “อย่ากังวลใจเลย,” *เสียวินา*, พ.ศ. 2018, 18, 21.



บางครั้งเราต้องรอในศรัทธา

“ข้าพเจ้าขอกล่าวคำปลอบโยนต่อความรู้สึก... ของทุกท่านที่อยู่ในศาสนจักรนี้ พี่น้องสตรีจำนวนมากโศกเศร้าเสียใจเพราะไม่ได้รับพรเรื่องลูก... จงเชื่อสัตย์และหากท่านไม่ได้รับพรเรื่องลูกในเวลานี้ ท่านจะได้รับหลังจากนี้”

ประธานบริกัม ยังก์ (1801–1877), ใน *Journal of Discourses*, 8:208.



การมีบุตรยากและครอบครัว เวอร์ตของเรา

โดย จอห์น แมคมัลลิน, แอลเบอร์ตา
แคนาดา

เจนนี ภรรยาผมและผมต้องการมีลูกหลายคนมาโดยตลอด โดยตลอดจริงๆ แต่หลังจากพยายามอยู่หลายปี เราพบข้อจำกัดทางการแพทย์คือการมีบุตรยาก

ช่วงแรก เราสวดอ้อนวอนมากทุกคืนเราจะกุมมือกันและขอให้พระบิดาบนสวรรค์ประทานพรให้เรามีลูกที่เราได้เตรียมพร้อมที่จะมีมาตลอดชีวิต เราอดอาหารทุกเดือนและบางครั้งมากกว่านั้น ทุกเดือนที่ไม่มีการตั้งครรภ์เรารู้สึก

ยากลำบากมากขึ้นทุกที ไม่เพียงไม่มีลูกให้เรารัก แต่ดูเหมือนว่าจะไม่มีคำตอบค่าสวดอ้อนวอนของเราเลย ทำให้รู้สึกเหมือนกับว่าพระเจ้าทรงได้ยินเราทุกอย่างสิ่งที่เราต้องการมาตลอดชีวิตแต่พระองค์ทรงปฏิเสธ

เราเริ่มสงสัยความมีค่าควรของเรา เป็นเรื่องง่ายที่จะเชื่อว่าพระองค์ทรงเก็บลูกๆ ทางวิญญาณของพระองค์ไว้เพื่อให้ไปเกิดในครัวเรือนที่เชื่อสัตย์กว่าเรา

การไป โบสถ์กลายเป็นเรื่องยาก เป็นเรื่องยากที่จะฟังว่าคนอื่นๆ ได้รับคำตอบการสวดอ้อนวอนอย่างไร และพระบิดาบนสวรรค์ทรงรักพวกเขามากมายเพียงใด

มีสองสิ่งที่ทำให้เรายังไป โบสถ์อยู่ สิ่งแรกเราทำพันธสัญญาไว้กับพระเจ้าและต่อกันเมื่อเราหนึ่งในพระวิหาร เราเป็นส่วนหนึ่งของกันและกัน และเราตัดสินใจแล้วว่าเราจะอยู่ด้วยกันสองคนตั้งแต่นั้นไปจนชั่ววันรัตน



7. พระผู้เป็นเจ้าของประทานและปกป้องอำนาจการสร้างชีวิต

สิ่งที่สองคือครอบครัววอร์ดของเรา เราได้รับพรที่มีผู้นำที่รู้จักเรื่องการมีบุตรยากด้วยตนเอง เจนนี่มีซิสเตอร์ผู้ปฏิบัติศาสนกิจที่มีประสบการณ์กับการมีบุตรยากและสนทนากันอย่างเปิดใจเกี่ยวกับความยากลำบากของการไม่มีบุตรที่โบสถ์ เรามีความยากลำบากมาก แต่ก็รู้ว่ายังมีคนอื่นๆ ในชุมชนศาสนจักรของเราที่ต้องต่อสู้กับเรื่องยากลำบากแบบเดียวกันนี้

เรายังคงไม่ได้รับคำตอบมากนัก เรายังไม่มีลูก แม้หลังจากรับการรักษาจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ เราไม่รู้เหตุผลของพระบิดาบนสวรรค์ แต่เพราะเรามีพันธสัญญาและเพราะเรามีครอบครัววอร์ดที่ยอมรับและสนับสนุนเรา เราจึงมีเวลาที่จะพัฒนาความอดทนและศรัทธามากขึ้น (ดู ฮีบรู 12:12–13)

เราเฝ้ารอที่จะได้เป็นพ่อและแม่ และขณะที่เรารอวันแห่งความสุขนั้น เรามีที่ซึ่งมีเราเป็นส่วนหนึ่งในศาสนจักรนี้

ค้นคว้าเพิ่มเติม

- เรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการวางแผนและการเตรียมพร้อมที่จะมีครอบครัว อ่านหมวดคนหนุ่มสาวของ *เลียวโฮนา* เดือนมิถุนายน 2019
- เรียนรู้วิธีที่สามภรรยาคนหนึ่งพบสันติสุขจากเรื่องราวการมีบุตรยากในพระคัมภีร์ไบเบิล: ไปที่ ChurchofJesusChrist.org/go/92020 (รวมถึงแหล่งช่วยด้านการเงินและการสนับสนุนทางสังคม)

ในถ้อยแถลงนั้น อัครสาวกของพระเจ้า “ยืนยันถึงการชำระชีวิตให้บริสุทธิ์” เพราะชีวิตศักดิ์สิทธิ์ พระผู้เป็นเจ้าของประทานพระบัญญัติเกี่ยวกับการให้กำเนิดชีวิตและการสิ้นชีวิต วิธีที่เราให้เกียรติพลังอำนาจนั้นมีผลในระยะยาวต่อความดีหรือความชั่วต่อตัวเราเองและต่อสังคม

ความสัมพันธ์ทางเพศมีจุดประสงค์อันศักดิ์สิทธิ์

“ความสัมพันธ์ทางร่างกายไม่เพียงเป็นสัญลักษณ์ของความเป็นหนึ่งระหว่างสามีภรรยาเท่านั้น—แต่เป็นการรวมจิตวิญญาณของพวกเขาอย่างแท้จริง—ทั้งยังเป็นสัญลักษณ์ของความสัมพันธ์ที่มีร่วมกันระหว่างพวกเขากับพระบิดาในสวรรค์ . . .

“ . . . ช่วงเวลาเช่นนั้นเราไม่เพียงยอมรับความเป็นพระเจ้าของพระองค์เท่านั้นแต่เรารับบางสิ่งของความเป็นพระเจ้านั้นมาไว้กับตัวเราด้วย อย่างหนึ่งที่เป็นพระเจ้าประทานให้ชายหญิงทุกคนอย่างแท้จริงคือการใช้อำนาจของพระองค์เพื่อสร้าง . . . ลูก ลูกของท่านเอง—ด้วยดวงตา หู นิ้วมือ นิ้วเท้าและอนาคตสูงส่งเกินกว่าจะกล่าวได้ . . .

“ . . . ท่านและข้าพเจ้าได้รับของประทานบางอย่างของความเป็นเหมือนพระผู้เป็นเจ้านั้น แต่อยู่ภายใต้ข้อจำกัดที่เคร่งครัดและศักดิ์สิทธิ์ที่สุด การควบคุมเหนือเราเพียงประการเดียวคือการควบคุมตนเอง—การควบคุมตนเองเกิดจากความเคารพอำนาจศักดิ์สิทธิ์แห่งสวรรค์ที่ของประทานนี้เป็นตัวแทน”

เอ็ลเดอร์เจฟฟรีย์ อาร์. ฮอลแลนด์แห่งโครัมอัครสาวกสิบสอง, “ความบริสุทธิ์ส่วนตัว,” *เลียวโฮนา*, ม.ค. 1999, 88.

การแสดงผลที่ถูกต้องของความสนิทสนมทางเพศนำมาซึ่งพรนิรันดร์

“ความสัมพันธ์ทางเพศเป็น ‘การแสดงผลที่ลึกซึ้งอย่างหนึ่งของธรรมชาติอันสูงส่งของเรา’ การแสดงผลอย่างถูกต้องของเราเกี่ยวกับเรื่องเพศทำให้เป็นไปได้สำหรับการเผยแผ่ของพระผู้เป็นเจ้าบนแผ่นดินโลกและในนิรันดร์ ทำให้เรามีค่าสมกับการเป็นเหมือนพระบิดาบนสวรรค์ พระผู้เป็นเจ้าของประทาน



สัญญาชีวิตนิรันดร์สำหรับผู้ซื่อสัตย์ ซึ่งรวมถึง การแต่งงานนิรันดร์ บุตรธิดา ตลอดจนพรอื่นๆ ทุกประการ ของครอบครัวนิรันดร์”

เอ็ดเดอร์เดล จี. เรนลันด์แห่งโคเวนธ์อัครสาวก สิบสองกับรุช ลิบบีร์ท เรนลันด์, “จุดประสงค์อันศักดิ์สิทธิ์ของเรื่องทางเพศ,” *เลียโฮนา*, ต.ค. 2020, 14–15.

ค้นคว้าเพิ่มเติม

- ใน *เลียโฮนา* เดือนสิงหาคม 2020 เรียนรู้มากขึ้นเกี่ยวกับพระทัศนะของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าในเรื่องทางเพศ รวมถึงจุดประสงค์อันศักดิ์สิทธิ์ การพัฒนาอย่างเหมาะสม และวิธีสอนเรื่องนี้แก่เด็กๆ

8. ความรับผิดชอบของบิดามารดาเป็นของ ประธานจากพระเจ้า

เพื่อช่วยให้เราเป็นเหมือนพระองค์ พระผู้เป็นเจ้าประทานทั้งโอกาสและความรับผิดชอบของการเป็นบิดามารดาแก่พวกเราหลายคน เรามีภาระรับผิดชอบต่อพระองค์ “ในการปฏิบัติหน้าที่เหล่านี้ให้ ลุล่วง” แต่เราสามารถพึ่งพาความช่วยเหลือของพระองค์ได้ในการแสวงหาความสุขและความสำเร็จในชีวิตแต่งงานและชีวิตครอบครัวขณะเราพยายามเลี้ยงดูลูกๆ ของเราในความรักและความชอบธรรมรวมถึงการสนับสนุนพวกเขาในเรื่องท้าทายต่างๆ

เหตุใดบทบาทของบิดามารดาจึงสำคัญยิ่ง

“งานมอบหมายที่สำคัญและทรงพลังที่สุดของเราอยู่ในครอบครัว งานเหล่านั้นสำคัญเพราะครอบครัวมีโอกาสดวงเท้าเด็กไว้อย่างมั่นคงบนเส้นทางกลับบ้านตั้งแต่พวกเขาเริ่มต้นชีวิต”

ประธานเฮนรี่ บี. อายริงก์,
“ช่วยพวกเขาระหว่างทางกลับบ้าน,” *เลียโฮนา*,
พ.ค. 2010, 26.





พระผู้เป็นเจ้าทรงต้องการให้บุตร
ธิดาของพระองค์ได้รับการเลี้ยงดู
ในความรักและความชอบธรรม

“การเสริมสร้างความเข้มแข็งให้เด็ก
ด้านบาปคืองานและพรของบิดามารดา
ปู่ย่าตายาย สมาชิกครอบครัว ครู และ
ผู้นำ เราแต่ละคนมีความรับผิดชอบที่
จะช่วยเหลือ . . .

“วิธี ‘เลี้ยงดูลูกของ [เรา] ในแสง
สว่างและความจริง’ อาจเป็นคำถาม
ที่ทำให้ท้อเพราะเป็นเรื่องเฉพาะของ
แต่ละครอบครัวและของเด็กแต่ละ
คน แต่พระบิดาบนสวรรค์ประทาน
แนวทางทั่วไปที่จะช่วยเรา พระ
วิญญาณจะทรงclairใจเราถึงวิธีที่มี
ประสิทธิภาพที่สุดที่เราจะสามารถ

ครอบครัวของเราต้องการให้เราสนับสนุน

“โดยแท้แล้ว ไม่มีสิ่งใดเกี่ยวข้องกับความสุข—
ทั้งของเราและของลูกๆ—มากไปกว่าที่เราจะ
รักและสนับสนุนกัน ในครอบครัว”

ประธานเอ็ม. รัสเซลล์ บัลลาร์ด, “สิ่งสำคัญที่สุดคือสิ่งที่ยั่งยืนที่สุด,”
เลียโฮนา, พ.ย. 2005, 49; เน้นตัวเอน.

สร้างภูมิคุ้มกันทางวิญญาณให้เด็กของเราได้

“อันดับแรก การมีวิสัยทัศน์ถึงความสำคัญของหน้าที่รับ
ผิดชอบนี้เป็นสิ่งจำเป็น เราต้องเข้าใจอัตลักษณ์อันสูงส่ง
และจุดประสงค์ของเรา—และของพวกเขา—ก่อนที่เราจะ
สามารถช่วยให้เด็กเห็นว่าพวกเขาเป็นใครและพวกเขาอยู่
ที่นี่เพราะเหตุใด เราต้องช่วยให้พวกเขาเรียนรู้โดยไม่มีข้อสงสัย
ว่าพวกเขาคือบุตรธิดาของพระบิดาบนสวรรค์ผู้ทรงรักเรา
และรู้ว่าพระองค์ทรงมีความคาดหวังอันสูงส่งกับพวกเขา

“. . . ในการช่วยให้เด็กด้านบาปคือเริ่มสอนหลักคำสอน
และหลักธรรมพระกิตติคุณพื้นฐานให้พวกเขาด้วยความรัก
เมื่ออายุน้อย—สอนจากพระคัมภีร์ หลักแห่งความเชื่อ
จุลสาร เพื่อความเข้มแข็งของ
เยาวชน เพลงปฐมวีย์ เพลงสวด
และประจักษ์พยานส่วนตัวของ
เรา—สิ่งเหล่านี้จะช่วยนำเด็กไป
หาพระผู้ช่วยให้รอด”

ซิสเตอร์จอย ดี. โจนส์, ประธานปฐมวีย์สามัญ,
“อนุชนที่ด้านบาป,” เลียโฮนา, พ.ค. 2017, 88.

ค้นคว้าเพิ่มเติม

- ค้นหาเพิ่มเติมเกี่ยวกับการเป็นบิดามารดาใน
ChurchofJesusChrist.org โดยไปที่ “พระคัมภีร์และ
การศึกษา” แล้วเลือก “การเป็นบิดามารดา” ใน
“หัวข้อพระกิตติคุณ”



9. เราสามารถยื่นหยัดเพื่อแผนของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของเพื่อครอบครัวของเราเอง

ตั้งแต่ก่อนการเริ่มต้นของโลก เป็นบทบาทของเราที่จะส่งเสริมแผนของพระบิดาเพื่อครอบครัวของพระองค์และปกป้องแผนนั้นโดยต่อต้านการแตกสลายจากภายในและการโจมตีจากภายนอก “เราเรียกร้องประชาชนพลเมืองและเจ้าหน้าที่รัฐบาลผู้มีความรับผิดชอบทุกหนแห่งให้ส่งเสริมการวางมาตรการเหล่านั้นเพื่อธำรงและเสริมสร้างความมั่นคงให้ครอบครัว” ความเข้าใจเหตุผลและวิธีดำเนินการเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง

เหตุใดเราจึงปกป้องการแต่งงานและครอบครัว

“ท้ายที่สุดแล้วงานของศาสนจักรของพระเยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้ายเกี่ยวข้องกับเตรียมบุตรธิดาของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของให้พร้อมสำหรับอาณาจักรซีเลสเชียล โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับรัชสมัยภาพสูงสุดของอาณาจักร ความสูงส่งหรือชีวิตนิรันดร์ จุดหมายสูงสุดดังกล่าวเกิดขึ้นได้ผ่านการแต่งงานเพื่อนิรันดร์เท่านั้น ชีวิตนิรันดร์ครอบคลุมถึงอำนาจการสร้างซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการผสมรวมกันของชายกับหญิง—ซึ่งการเปิดเผยปัจจุบันอธิบายว่าเป็น ‘ความต่อเนื่องของพงศ์พันธุ์ทั้งหลายตลอดกาลและตลอดไป’

“ในคำปราศรัยต่อคนหนุ่มสาว ประธานเนลสันสอนว่า ‘การปฏิบัติตามกฎของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของจะคุ้มครองท่านให้ปลอดภัยขณะท่านก้าวหน้าไปสู่ความสูงส่งในที่สุด’ นั่นคือ การเป็นเหมือนพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของโดยมีชีวิตที่สูงส่งและมีศักยภาพแห่งสวรรค์แบบพระบิดา มารดาบนสวรรค์ของเรา นั่นคือจุดหมายที่เราปรารถนาเพื่อทุกคนที่เรารัก”

ประธานดัลลิน เอช. โอลด์, ที่ปรึกษาที่หนึ่งในฝ่ายประธานสูงสุด, “พระบัญญัติสำคัญ สองข้อ,” *เลียโฮนา*, พ.ย. 2019, 74.

เราสามารถปกป้องครอบครัวได้โดยไม่ขุ่นเคือง

“เมื่อผู้เชื่อส่งเสริมมุมมองของตนในกรอบภาครัฐ พวกเขาควรยอมรับความคิดเห็นและมุมมองของผู้นับถือศาสนาอื่น ผู้เชื่อต้องพูดด้วยความรักเสมอ แสดงความอดทน ความเข้าใจ และการนอบน้อมต่อปฏิบัติของตน ผู้เชื่อซึ่งเป็นผู้เชื่อซึ่งได้รับบัญชาให้รักเพื่อนบ้านของตน (ดู ลูกา 10:27) และให้เอื้อ (ดู มัทธิว 18:21–35) นอกจากนี้พวกเขาพึงระลึกอยู่เสมอถึงคำสอนของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดด้วย ‘รักศัตรูของ [พวกเขา] และอธิษฐานเพื่อบรรดาคนที่ข่มเหง [พวกเขา]’ (มัทธิว 5:44)”

ประธานดัลลิน เอช. โอลด์, “สร้างสมดุลศีลธรรมและขันติธรรม,” *เลียโฮนา*, ก.พ. 2013, 34–35.

ค้นคว้าเพิ่มเติม

- อ่านเกี่ยวกับประสบการณ์ของสามีภรรยาคนหนึ่ง ที่ปกป้องครอบครัวใน “เรายื่นต่อหน้ารัฐสภา” ในบทความดิจิทัลของเดือนนี้



ฉันจะพูดคุยกับลูกๆ อย่างไรเกี่ยวกับ ความสำคัญ ของทั้งหญิง และชาย?



เดือนนี้เมื่อ 25 ปีที่แล้วศาสตราจารย์ของพระผู้เป็นเจ้าของฉัน “ครอบครัว: ถ้อยแถลงต่อโลก” ที่การประชุมสมาคมสงเคราะห์สามัญทั่วศาสนจักร ต่อไปนี้เป็นเรื่องสำคัญบางเรื่องที่เราารู้เกี่ยวกับถ้อยแถลงดังกล่าว

ความจริง

5 ประการที่ จะพูดคุย

- เราแต่ละคนเป็นบุตรธิดา “ของพระบิดาพระมารดาบนสวรรค์” ความจริงข้อนั้นเตือนสติเราว่าทั้งหญิงและชายเป็น **ส่วนสำคัญ** ในแผนแห่งความสุข โลกจะดีขึ้นเพียงใดถ้าชายและหญิงทุกคน เด็กชายและเด็กหญิงทุกคนเคารพกันอย่างมีคุณค่าและเป็นที่ต้องการอย่างเท่าเทียมกัน?
- ทั้งชายและหญิงมี “มีจุดหมายปลายทางแห่งสวรรค์” หมายความว่าทั้งเด็กชายและเด็กหญิงมีโอกาสอยู่ในบ้านที่สมบูรณ์แบบบนสวรรค์ในวันหน้า การเลือกใดๆ อะไรบ้างที่จะช่วยให้ท่านบรรลุจุดหมายปลายทางแห่งสวรรค์ของท่าน?
- สามภรรยาควร “รักและดูแลกัน” มีวิธีใดบ้างที่ท่านจะฝึกรักและดูแลผู้อื่น?
- บิดามารดาอาจช่วยเหลือครอบครัวตนในวิธีต่างกัน แต่พวกเขาควรทำงานด้วยกัน “ในฐานะเป็นหุ้นส่วนเท่าๆ กัน” ท่านเคยเห็นชายและหญิงทำงานเป็นหนึ่งเดียวกันในเรื่องสำคัญบางเรื่องเมื่อใด?
- บิดามารดาควรเลี้ยงดูบุตรธิดา “ในความรักและความชอบธรรม” ท่านได้เรียนรู้สิ่งดีๆ อะไรบ้างจากมารดา คุณย่า คุณยาย หรือสตรีคนอื่นๆ? ท่านได้เรียนรู้สิ่งดีๆ อะไรบ้างจากบิดา คุณปู่ คุณตา หรือชายคนอื่นๆ?





ภาพประกอบ โดย เดวี พจน์

แนวคิด
กิจกรรม

4 แนวคิด



- หาเครื่องมือต่างกันที่ใช้ทำบางอย่างด้วยกัน ตัวอย่างเช่น มีดและส้อมต่างกันมาก แต่ทั้งคู่ช่วยให้ท่านรับประทานอาหารเช้าได้ ชายและหญิงต่างกันแต่สำคัญทั้งคู่ เมื่อพวกเขาทำงานด้วยกัน พวกเขาสามารถทำสิ่งมหัศจรรย์ได้
- ระบายสีหน้าต่างๆ ในนิตยสาร *เพื่อนเด็ก* เดือนนี้ที่แสดงภาพชายและหญิงซึ่งช่วยนำศาสนจักร
- ตั้งเป้าหมายช่วยให้ครอบครัวของท่านแสดงความเคารพและความเมตตามากขึ้นต่อทั้งหญิงและชาย

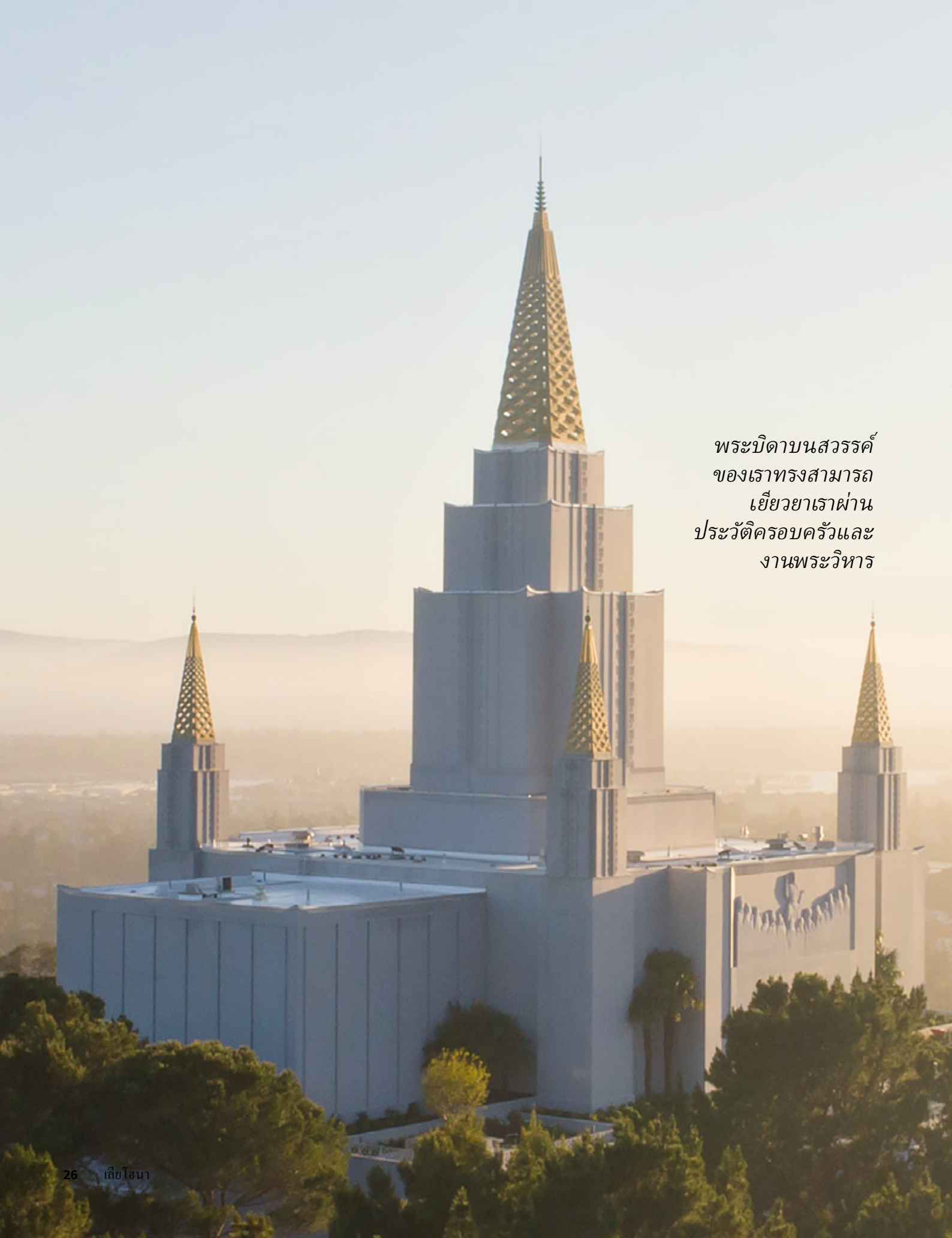


- นึกถึงคนที่ไม่รู้ว่าพวกเขาสำคัญและเป็นที่ยกย่อง ท่านจะช่วยให้พวกเขาเข้าใจได้อย่างไรว่าพวกเขาเป็นบุตรธิดาที่รักของพระบิดาพระมารดาบนสวรรค์? ■

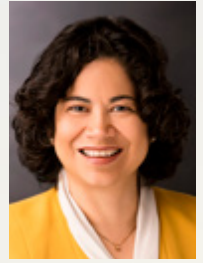


แหล่งช่วยเพิ่มเติมสำหรับเด็ก

- “คมวาตะ” (*เพื่อนเด็ก* ก.ย. 2020)
- “รักรครอบครัวของเรา” (*เพื่อนเด็ก* ก.ย. 2020)
- “สมุดบันทึกการประชุมใหญ่สามัญของฉัน” (*เพื่อนเด็ก* ก.ย. 2020)
- “สตรีที่ช่วยนำศาสนจักร” (*เพื่อนเด็ก* ก.ย. 2020)



พระบิดาบนสวรรค์
ของเราทรงสามารถ
เยียวยาเราผ่าน
ประวัติครอบครัวและ
งานพระวิหาร



โดย เรย์นา ไอ.
อะบูร์โต
ที่ปรึกษาที่สอง
ในฝ่ายประธาน
สมาคมสงเคราะห์
สามัญ

ปาฏิหาริย์ของ การเยียวยาผ่าน ศาสนพิธีพระวิหาร

บุตรีดาทุกคนของพระเจ้าเป็นผู้เป็นเจ้าของที่สามารถรับผิดชอบการตัดสินใจของตนเองได้—ไม่ว่าพวกเขาอยู่หรือเคยอยู่ที่ใด เวลาใด หรือสภาวะการณ์ใด—จำเป็นต้อง **๑** ได้รับโอกาสให้ใช้ศรัทธาในพระเยซูคริสต์ กลับใจ และยอมรับพระกิตติคุณ ไม่ว่าจะอยู่ด้านใดของม่านก็ตาม บุตรีดาแต่ละคนของพระเจ้าจำเป็นต้องได้รับการเยียวยาทางวิญญาณและในฐานะสานุศิษย์ของพระองค์ เราได้รับเสียดีกให้ช่วยทำให้เกิดขึ้น

เพราะการพลีพระชนม์ชีพเพื่อการชดใช้ของพระเจ้าช่วยให้รอด ศาสนพิธีแห่งความรอดของพระวิหารจึงช่วยให้เรากับบรรพชนได้เกิดใหม่ เปลี่ยนมาสู่สภาพของความชอบธรรมได้รับการไถ่จากพระเจ้า และเป็นคนใหม่ (ดู โมนีเซยาห์ 27:25–26)

ประธานรัสเซลล์ เอ็ม. เนลสันสอนว่า “พระวิหารเป็นจุดมุ่งหมายของกิจกรรมทุกอย่าง บทเรียนทุกบท และความก้าวหน้าทุกอย่างก้าวในศาสนจักร ความพยายาม

ทั้งหมดของเราในการประกาศพระกิตติคุณ ทำให้วิสุทธิชนดีพร้อม และไล่คนตายล้นนำไปสู่พระวิหารศักดิ์สิทธิ์ ศาสนพิธีในพระวิหารสำคัญยิ่งอย่างแน่นอน เราไม่สามารถกลับไปสู่รัศมีภาพของพระเจ้าเป็นเจ้าได้หากปราศจากศาสนพิธีเหล่านั้น”¹

เมื่อพวกธรรมาจารย์และพวกฟาริสีพร้อมกันต่อต้านเหล่าสาวกของพระเยซูคริสต์ พระองค์ตรัสตอบพวกเขาว่า “คนสบายไม่ต้องการหมอ แต่คนเจ็บป่วยต้องการ เราไม่ได้มาเพื่อเรียกคนชอบธรรม แต่มาเรียกคนบาปให้กลับใจใหม่” (ลูกา 5:31-32)

ประธานเจมส์ อี. เฟาสท์ (1920-2007) ที่ปรึกษาที่สองในฝ่ายประธานสูงสุดประกาศว่า “พระเจ้าทรงจัดเตรียมหนทางมากมายให้เราได้รับอิทธิพลการเยียวยา [ของพระองค์] . . . [พระองค์] ทรงฟื้นฟูงานพระวิหารบนแผ่นดินโลก งานนี้เป็นส่วนสำคัญของงานแห่งความรอดทั้งสำหรับคนเป็นและคนตาย พระวิหารของเราจัดเตรียมสถานศักดิ์สิทธิ์ให้เราได้ไปปล่อยวางความกังวลมากมายของโลก พระวิหารของเราเป็นสถานที่แห่งสันติและความสงบสุข ในสถานศักดิ์สิทธิ์เหล่านี้พระเจ้าทรง ‘รักษาคนที่ใจแตกสลายและทรงฟื้นฟูพวกเขา’ (สดุดี 147:3)”²

เมื่อเราเดินทาง เราได้ยินเรื่องปาฏิหาริย์แห่งการเยียวยาที่เกิดขึ้นในพระวิหารศักดิ์สิทธิ์ทุกแห่ง เราได้ยินว่าสมาชิกที่ซื่อสัตย์มาพระวิหารด้วยรอยดรอยและใช้เวลาตลอดวันรวมทั้งช่วงค่ำประกอบศาสนพิธีแห่งความรอดให้บรรพชนของพวกเขา เราได้ยินว่าเยาวชนที่อุทิศตนเข้าพระวิหารแต่เข้าตรู่ก่อนไปโรงเรียนเพื่อรับบัพติศมาและการยืนยันแทนผู้วายชนม์และช่วยเรื่องศาสนพิธีศักดิ์สิทธิ์เหล่านั้นในหลายๆ ด้าน เราได้ยินว่าเยาวชนชายหญิงหลายกลุ่มใช้บริการขนส่งสาธารณะหลังเลิกเรียนสัปดาห์ละหนึ่งวันเพื่อมอบโอกาสให้บรรพชนของพวกเขาได้เกิดใหม่ทางวิญญาณ เราได้ยินว่าหลายครอบครัว



อิซาเบล บลังโกคุมย่าของคิลัน

“พระวิหารของเรา เป็นสถานที่แห่งสันติสุขและความสงบสุข ในสถานศักดิ์สิทธิ์เหล่านี้ พระเจ้าทรง ‘รักษาคนที่ใจแตกสลายและทรงฟื้นฟูพวกเขา’”

ล่องเรือหลายชั่วโมงไปเข้าพระวิหารเพื่อรับศาสนพิธีแห่งความรอดสำหรับตนเอง ทั้งนี้เพื่อการชดใช้ของพระเยซูคริสต์จะสามารถเปลี่ยนพวกเขาเข้าสู่สภาพแห่งความชอบธรรม เราได้ยินว่าสมาชิกแต่ละคนและแต่ละครอบครัวหาข้อบรรพชนที่รักในวันสะบาโตแล้วนำชื่อไปพระวิหารเพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกครอบครัวเหล่านั้นได้รับการไถ่โดยพระเจ้า เราได้ยินว่าเด็กชายและเด็กหญิงอายุ 11 ขวบอยากจะมาพระวิหารและต้องยืนอยู่บนบันไดขั้นสุดท้ายของอ่างบัพติศมาเพราะน้ำล้นเกินไปสำหรับพวกเขา—เพื่อให้บรรพชนของพวกเขามีโอกาสเป็นคนใหม่

ถ้าเราคิดถึงเรื่องนี้ เราทุกคนจะมาพระวิหารเพื่อรับการเยียวยาทางวิญญาณและเปิดโอกาสให้คนที่อยู่อีกด้านหนึ่งของม่านได้รับการเยียวยาเช่นกัน เมื่อพูดถึงการเยียวยา เราทุกคนต้องการพระเจ้าช่วยไถ่รอดอย่างยิ่ง ดินนั้นจะอธิบายเรื่องนี้ด้วยเรื่องบรรพชนสองคนของดินนั้น

การเยียวคุณย่ากับคุณพ่อของดิฉัน

คุณย่าอิซาเบล บลังโกเกิดในปีโตชีนิการากัว ในความทรงจำของดิฉันท่านเป็นสตรีที่น่ารัก ทำงานหนัก และเปี่ยมด้วยศรัทธา ขณะที่ดิฉันเติบโต ท่านหว่านเมล็ดแห่งศรัทธาไว้ในใจที่อ่อนเยาว์ของดิฉันเมื่อดิฉันเห็นท่านสวดอ้อนวอนพระเจ้าด้วยศรัทธาแรงกล้าและเมื่อท่านพาดิฉันไปนมัสการพระเยซูทุกวันอาทิตย์ แต่ชีวิตท่านไม่่ง่าย หนึ่งในหลายอย่างที่ท่านทำเมื่อยังเด็กคือทำงานเป็นสาวใช้ให้ครอบครัวที่มั่งคั่งครอบครัวหนึ่ง เรื่องธรรมดาที่นำเศรำคือนายจ้างของท่านทำให้ท่านตั้งครุฑและเมื่อท่านไม่สามารถปิดการตั้งครุฑได้ อีก ท่านจึงถูกล้ออก

โนเอลคุณพ่อของดิฉันเกิดจากการตั้งครุฑครั้งนั้น และถึงแม้ไปโตชีนิเป็นเมืองเล็กๆ และทุกคนรวมทั้งโนเอลรู้ว่าคุณพ่อของท่านเป็นใคร แต่โนเอลไม่เคยมีความสัมพันธ์หรือติดต่อกับเขาโดยตรง

อิซาเบลไม่ได้แต่งงาน และท่านมีบุตรนอกสมรสอีกสองคน ระยะเวลาหนึ่งหลังจากนั้น ท่านกับลูกสามคนย้ายไปอยู่มาดากัวเมืองหลวงของประเทศเพื่อหาอาชีพและโอกาสด้านการศึกษาที่ดีกว่าเดิม



โนเอลกับเดลบี บลังโกคุณพ่อคุณแม่ของดิฉัน

เราทุกคนมา
พระวิหารเพื่อรับ
การเยียวทาง
วิญญาน และเปิด
โอกาสให้คนที่อยู่อีก
ด้านหนึ่งของม่าน
ได้รับการเยียว
เช่นกัน

ท่านยกเว้นศาสนพิธีการผนี้ก ตอนนั้นดิฉันไม่กล้าถามคุณแม่ว่าท่านต้องการผนี้กกับคุณพ่อหรือไม่ เพราะดิฉันรู้ว่าความสัมพันธ์ของพวกเขาท่านตั้งเครียดมาก

แต่แล้วปาฏิหาริย์ก็เกิดขึ้น คุณแม่ฝันเห็นโนเอลสามีของท่านออกประตูครัวในบ้านของพวกเขาทำในมานานัก ท่านยื่นมือมาให้คุณแม่และชวนคุณแม่ไปกับท่าน คุณแม่ตื่นขึ้นด้วยความรู้สึกชุ่มชื้นในหัวใจไม่นานหลังจากนั้น วันหนึ่งท่านโทรหาดิฉันและพูดอย่างสงบว่า “แม่จะไปผนี้กกับพ่อของลูกเสาร์นี้ ลูกมาได้นะถ้าอยากมา”

ดิฉันตอบอย่างตื่นเต้นว่า “แน่นอนแล้วคะ หนูอยากไป!” หลังจากจบการสนทนาทางโทรศัพท์ ดิฉันตระหนักอย่างชั้ชานว่าดิฉันผนี้กกับพวกเขาได้เช่นกัน

เช้าวันเสาร์อันน่าชื่นชมยินดีนั้น คุณแม่ สามีดิฉัน และดิฉันคุกเข่าที่แท่นศักดิ์สิทธิ์ของพระวิหารและทำศาสนพิธีผนี้กสำหรับคนเป็นและคนตายเพื่อให้คุณพ่อคุณแม่และดิฉันมีโอกาสอยู่ด้วยกันชั่ววันรันดร์ ลูกชายดิฉันอยู่ที่นั่นด้วยในฐานะตัวแทนของพี่ชายดิฉันที่สิ้นชีวิตเมื่อหลายปีก่อน ณ ช่วงเวลาอันศักดิ์สิทธิ์นั้น พวกเราลืมนความเจ็บปวดและความโศกเศร้าจนหมดสิ้น เราทุกคนรู้สึกถึงพินเสนแห่งการรักษาและบรรเทาที่พระเจ้าช่วยให้รอดของพระเจ้าพระเยซูคริสต์ทรงมอบให้เราผ่านการชดใช้ของพระองค์ทั้งสองด้านของม่าน

หลายปีต่อมา ดิฉันฝันเห็นคุณพ่ออยู่ตรงที่ดูเหมือนแท่นพุดในอาคารประชุมแห่งหนึ่งของเรา ท่านสวมเสื้อสีขาวและผูกเน็คไท ท่านกำลังให้ข่าวสารที่สร้างแรงบันดาลใจ ในฝัน ดิฉันรับรู้ได้ว่าท่านเป็นผู้นำที่มีประสบการณ์ของศาสนจักร ดิฉันไม่ทราบแน่ชัดว่าความฝันนั้นหมายถึงอะไร แต่ทำให้ดิฉันมีความหวังว่าท่านอาจจะยอมรับพระกิตติคุณของพระเจ้าพระเยซูคริสต์ในโลกวิญญานแล้วก็ได้

ต่อมา เราทำงานพระวิหารให้คุณย่าอิซาเบลของดิฉันด้วย ยกเว้นศาสนพิธีผนี้กกับคู่สมรส เพราะท่านไม่ได้แต่งงานในชีวิตนี้ ลองคิดดู

ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย โนเอลติดสุรา ท่านได้พบและแต่งงานกับเดลบีคุณแม่ของดิฉันในที่สุด และทั้งสองมีบุตรสี่คน ตลอดหลายปีนั้น โรคพิษสุราเรื้อรังของโนเอลทำให้ชีวิตแต่งงานมีปัญหา และหลังจากย้ายไปซานฟรานซิสโก รัฐแคลิฟอร์เนีย สหรัฐอเมริกา ในช่วงอายุ 50 ปี พวกเขาแยกทางกัน นำเศรำที่ท่านฆ่าตัวตายในอีกไม่กี่ปีต่อมา

ดิฉันกับคุณแม่เป็นสมาชิกศาสนจักรของพระเจ้าเยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้ายได้ไม่กี่ปีก่อนคุณพ่อเสียชีวิต หลายปีหลังจากท่านเสียชีวิต เราทำศาสนพิธีพระวิหารให้



เพราะการพลี
พระชนม์ชีพเพื่อ
การชดใช้ของพระ
ผู้ช่วยให้รอด
ศาสนพิธีแห่ง
ความรอดของ
พระวิหารจึงทำให้
เราและบรรพชน
ได้เกิดใหม่

ผู้หญิงเหมือนอิชาเบลที่ผู้ชายไม่ได้ปฏิบัติต่อ
เธอด้วยความเคารพและพบเจอความลำบาก
มากมายในชีวิต ได้มีโอกาสใช้สิทธิ์เสรีของเธออีก
ด้านหนึ่งของม่าน และทำพันธสัญญาศักดิ์สิทธิ์
กับพระผู้เป็นเจ้าผ่านศาสนพิธีแทนคนตาย
ในพระวิหาร เธอก็เหมือนเราทุกคนที่ต้องการ
ศรัทธาเพิ่มขึ้น ต้องการการกลับใจ ต้องการความ
รัก และต้องการการชำระให้ศักดิ์สิทธิ์—สรุปคือ
ต้องการการเยียวยา

ตอนที่เมื่อนึกย้อนกลับไป ดินันเห็นได้ว่าถึง
แม้โนเอลมีวัยเด็กที่ยากลำบากและเสียดิจน
ให้โทษ แต่ความรักที่ท่านมีต่อลูกๆ แรงกล้ากว่า
ความอ่อนแอของท่าน เมื่อท่านอยู่กับเรา เราเห็น
คุณสมบัติที่ดีที่สุดของท่าน ท่านใจดีกับเราเสมอ

และดิฉันจำได้ว่าท่านไม่เคยอารมณ์เสียใส่ลูกๆ แม้แต่ครั้งเดียว เพราะ
พระผู้เป็นเจ้าทรงเมตตา โนเอลจึงได้รับโอกาสให้ใช้ศรัทธา กลับใจ และ
ยอมรับพระเยซูคริสต์เป็นพระผู้ช่วยให้รอดผ่านศาสนพิธีแห่งความรอด
ของพระวิหารที่ประกอบในพระวิหารศักดิ์สิทธิ์ โนเอลก็เหมือนเราทุก
คนคือต้องการการเยียวยา

นี่เป็นเพียงสองตัวอย่างของพรนิรันดร์แห่งการเยียวยาที่มอบให้
แต่ละบุคคลและครอบครัวในพระวิหารของพระเจ้าทุกแห่งทั่วโลก ดัง
ที่ประธานเนลสันสอน “เราเชื่อเชิญให้บุตรธิดาทั้งปวงของพระผู้เป็น
เจ้าทั้งสองด้านของม่านมาหาพระผู้ช่วยให้รอด รับพรของพระวิหาร
ศักดิ์สิทธิ์ มีปิตีที่ยั่งยืน และคู่ควรแก่การรับชีวิตนิรันดร์”³

เมื่อดิฉันนึกถึงทั้งหมดที่ต้องเกิดกับอิชาเบลและโนเอลเพื่อได้รับ
ของประทานนิรันดร์นั้น ดิฉันตระหนักว่าเป็นปาฏิหาริย์ที่เกิดขึ้นได้
โดยพระบิดาที่รักบนสวรรค์และพระผู้ช่วยให้รอดผู้ทรงรักเราด้วยความ
รักที่แท้จริง ผู้ทรงเรียกเราแต่ละคนให้ช่วยในงานและรัศมีภาพของพระ
ผู้เป็นเจ้า

เมื่อพูดถึงการรวบรวมอิสราเอล ประธานเนลสันกล่าวว่า “บุตรธิดาทุก
คนของพระบิดาบนสวรรค์ในทั้งสองด้านของม่านสมควรได้ยินข่าวสาร
พระกิตติคุณที่ได้รับการฟื้นฟูของพระเยซูคริสต์ พวกเขาตัดสินใจด้วย
ตนเองว่าพวกเขาอยากก้าวขึ้นมาหรือไม่” และจากนั้นท่านอธิบาย “*เวลา
ใดก็ตาม ที่ท่านทำ สิ่งใดก็ตาม ที่ช่วยให้ใครก็ตาม—จากทั้งสองด้านของ
ม่าน—ก้าวไปสู่การทำพันธสัญญากับพระผู้เป็นเจ้าและรับบัพติศมาและ
ศาสนพิธีพระวิหารที่จำเป็น ท่านกำลังช่วยรวบรวมอิสราเอล เป็นเรื่อง
ที่เรียบง่ายอย่างยิ่ง*”⁴

ดิฉันไม่ทราบว่าคุณย่าอิชาเบล โนเอลคุณพ่อของดิฉัน และบรรพชน
คนอื่นๆ ที่เราทำงานพระวิหารให้แล้วได้ยอมรับพระกิตติคุณของพระ

เยซูคริสต์ในโลกวิญญานหรือไม่ แต่ดิฉันสามารถมีความหวัง ดิฉันสามารถใช้ศรัทธา ดิฉันสามารถทำและรักษาพันธสัญญากับพระเจ้า และดิฉันสามารถดำเนินชีวิตในแบบที่จะทำให้ดิฉันได้อยู่กับบรรพชน “ในสภาพของความสุขอันหาได้สิ้นสุดไม่” (มอรมอน 7:7)

และเมื่อดิฉันไปอีกด้านหนึ่งของม่าน ถ้าพวกเขายังไม่ยอมรับพระกิตติคุณของพระเยซูคริสต์ ดิฉันจะต้องสอนพวกเขา! ดิฉันแทบอดใจรอไม่ไหวที่จะสวมกอดพวกเขา บอกพวกเขาว่าดิฉันรักพวกเขามาก เปิดใจสนทนากับพวกเขาในเรื่องที่ไม่เคยสนทนากันเมื่อพวกเขายังมีชีวิตอยู่ และเป็นพยานต่อพวกเขา “ว่าพระเยซูคือพระคริสต์, พระผู้เป็นเจ้าของนิรันดร์”⁵

พลังอำนาจในการเยียวยา

บางครั้งความเป็นมนุษย์ปุถุชนในเราทำให้เราคิดว่าพระองค์ทรงเรียกเรามาให้ “แก้ไข” คนอื่นๆ พระองค์ไม่ได้ทรงเรียกเราให้เป็น “ผู้แก้ไข” คนอื่นๆ และไม่ได้ทรงเรียกมาให้เทศนาสั่งสอนหรือตักเตือนเหยียดหยาม เราได้รับเรียกมาให้สร้างแรงบันดาลใจ หนุนใจ เชิญชวนผู้อื่น เป็นผู้หาคนตั้งหาปลา เป็นผู้หาจิตวิญญาณตั้งหาปลาเพื่อให้พวกเขาได้รับโอกาสในการเยียวยาทางวิญญาณจากพระเยซูคริสต์ พระผู้ช่วยให้รอดและพระผู้ไถ่ของเรา

ใน อีสายห์ 61 เราอ่านพระดำรัสของพระเจ้าซึ่งพระองค์ทรงอ้างเมื่อทรงเริ่มการปฏิบัติศาสนกิจในเยรูซาเล็ม (ดู ลูกา 4:18-19) พระองค์ทรงประกาศว่า

“พระวิญญาณของพระยาห์เวห์ องค์เจ้านายทรงอยู่เหนือข้าพเจ้า เพราะว่าพระยาห์เวห์ทรงเจิมข้าพเจ้าไว้เพื่อนำข่าวดีมายังคนทุพพลภาพ พระองค์ทรงส่งข้าพเจ้าไปเพื่อปลอบโยนคนชอกช้ำใจและ เพื่อประกาศอิสรภาพแก่บรรดาเชลย ทั้งประกาศการเปิดเรือนจำแก่ผู้ที่ถูกจอง

“เพื่อประกาศปีแห่งความโปรดปรานของพระยาห์เวห์ และประกาศวันแห่งการแก้แค้นของพระเจ้าของพวกเรา เพื่อชูใจทุกคนที่ไว้ทุกข์

“เพื่อจัดเตรียมให้กับพวกที่ไว้ทุกข์ในศิโยน คือให้มงกุฎแทนที่เถาแก่พวกเขา และให้น้ำมันแห่งความยินดีแทนการไว้ทุกข์ เสื้อคลุมแห่งการสรรเสริญแทนจิตวิญญาณที่ท้อแท้ แล้วคนจะเรียกพวกเขาว่าต้นโอ๊กแห่งความชอบธรรมที่พระยาห์เวห์ทรงปลูกไว้เพื่อสำแดงพระสิริของพระองค์

“เขาทั้งหลายจะสร้างสิ่งปรักหักพังโบราณขึ้นใหม่ เขาจะซ่อมเสริมที่ทิ้งร้างแต่เก่าก่อนขึ้น เขาจะซ่อมบรรดาเมืองที่พังแล้วขึ้นมาใหม่คือที่ซึ่งร้างมาหลายชั่วอายุคนแล้วนั้น” (อิสายห์ 61:1-4)

เอลเดอร์เดล จี. เรนสันต์สอนว่า “ประวัติครอบครัวและงานพระวิหารให้พลังเยียวยาสิ่งซึ่ง [จำเป็น] ต้องเยียวยา . . . พระผู้เป็นเจ้าของในพระปรีชาสามารถอันไร้ขอบเขต ทรงผนึกและเยียวยาบุคคลและครอบครัว

ทั้งที่มีความเศร้าสลด ความสูญเสีย และความยากลำบาก”⁶

ประธานเนลสันสอนไว้ว่า “พลังอำนาจแท้จริงในการเยียวยา . . . เป็นของประธานจากพระผู้เป็นเจ้าของเจ้า”⁷ และอธิบายด้วยว่า “การฟื้นคืนชีวิตเป็นการกระทำขั้นสูงสุดของการเยียวยา ขอบพระทัยพระองค์ที่ร่างกายจะถูกนำกลับคืนสู่โครงสร้างอันถูกต้องและบริบูรณ์ ขอบพระทัยพระองค์ที่ไม่มีสภาพได้สิ้นหวัง ขอบพระทัยพระองค์สำหรับวันสดใสกว่าที่รออยู่เบื้องหน้า ทั้งที่นี้และหลังจากนี้ ปีติแท้จริงรอคอยเราทุกคน—หลังจากเวลาแห่งความเศร้าโศกผ่านไป”⁸

ดิฉันเป็นพยานว่าพระบิดาบนสวรรค์ทรงรักเราแต่ละคนมากจนพระองค์ทรงเตรียม “ทาง” ให้เราแต่ละคนได้รับการเยียวยาทางร่างกายและทางวิญญาณเมื่อเราใช้ศรัทธาในพระเยซูคริสต์ ทำและรักษาพันธสัญญาของเรากับพระผู้เป็นเจ้าของเจ้า และทำตามพระบัญญัติของพระองค์ ดิฉันเป็นพยานว่าพระคริสต์เสด็จมาแผ่นดินโลก “เพื่อเยียวยาคนใจชอกช้ำ เพื่อประกาศอิสรภาพแก่พวกเชลย” (ลูกา 4:18) เพื่อให้เราแต่ละคน “กลับบริสุทธิ์, ปราศจากมลทิน” (โมโรไน 10:33) ■

จากคำปราศรัยที่กล่าวกับประธานพระวิหารและภรรยา เมื่อวันที่ 17 ตุลาคม ค.ศ. 2019

อ้างอิง

1. รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน, “เตรียมรับพรของพระวิหาร,” *เสี้ยวไฮนา*, ต.ค. 2010, 41.
2. James E. Faust, “Spiritual Healing,” *Ensign*, May 1992, 7.
3. รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน, “ขอให้เรารู้ดีไป,” *เสี้ยวไฮนา*, พ.ค. 2018, 118-119.
4. รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน “ความหวังอิสราเอล” (การให้ข้อคิดทางวิญญาณสำหรับเยาวชนทั่วโลก, 3 มิถุนายน, 2018) HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org.
5. หน้าชื่อเรื่องของพระคัมภีร์มอรมอน
6. เดล จี. เรนสันต์, “ประวัติครอบครัวและงานพระวิหาร: การผนึกและการเยียวยา,” *เสี้ยวไฮนา*, พ.ค. 2018, 46, 48.
7. รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน ใน Sheri Dew, *Insights from a Prophet's Life: Russell M. Nelson* (2019), 150.
8. รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน, “พระเยซูคริสต์—พระผู้ช่วยให้รอดและการรักษา,” *เสี้ยวไฮนา*, พ.ย. 2005, 102.
9. ดู อีสายห์ 42:16; 51:10; 1 เนไฟ 3:7; 9:6; 17:41; 22:20; 2 เนไฟ 8:10; 9:10; อีเธอร์ 12:8; หลีกคำสอนและพันธสัญญา 132:50.



การคล้อยและ จงตามเรามา

ซาอิมาร์ คารินา โรเมย์ เคอโรฮาซ,
จังหวัดไกวย์อัส เอกวาดอร์

ขณะเตรียมบทเรียนสอนเยาวชนหญิง
ดิฉันตัดสินใจลองสิ่งใหม่

ดิฉันอ่านบทเรียนเยาวชนหญิงที่จะสอนในวันอาทิตย์ถัดไปคร่าวๆ คำพูดอ้างอิงของเจ้าหน้าที่ชั้นผู้ใหญ่ในนั้นสำคัญและนำมาใช้ได้ แต่เก่าแล้ว

ตัวอย่างเช่น ประธานสเปนเซอร์ ดับเบิลยู. คิมบัลล์ (1895–1985) เป็นประธานศาสนจักรเมื่อดิฉันรับบัพติศมา ดิฉันให้ความสำคัญกับถ้อยคำของท่าน ซึ่งมีอยู่เต็มคู่มือ แต่เป็นห่วงว่าเยาวชนหญิงจะไม่เชื่อมโยงกับถ้อยคำของผู้หน้าที่พวกเขาไม่รู้จัก

ดิฉันสวดอ้อนวอนขอการนำทางและรู้สึกได้รับการกระตุ้นเตือนให้ลองสิ่งใหม่ ดิฉันปรับบางเรื่องให้ทันสมัย และนำคำพูดอ้างอิงจากการประชุมใหญ่สามัญครั้งล่าสุดมารวมไว้ด้วยโดยอ้างประธานโรมัส เอส. มอนสัน (1927–2018) ผลลัพธ์ที่ได้นั้นมากมายทีเดียว เรามีบทเรียนพิเศษพร้อมกับการมีส่วนร่วมอย่างมาก นับจากนั้นดิฉันใช้คู่มือบทเรียนเป็นแนวทางในการเตรียมบทเรียน

การเตรียมเช่นนั้นต้องทำงานเพิ่ม ดิฉันต้องศึกษามากขึ้น ต้องทำความรู้จักเยาวชนหญิงให้ดีขึ้น และต้องนึกถึงประสบการณ์ที่พวกเขากำลังประสบ จากนั้นดิฉันจะหาตัวอย่างและถ้อยคำจากผู้นำศาสนจักรที่มีชีวิตอยู่ซึ่งดิฉันสามารถใช้เชื่อมโยงกับชีวิตพวกเขา ดิฉันมีความสุขที่ได้ทำ

เพื่อเยาวชนหญิงมากกว่าที่เรียกเรื่องเพราะดิฉันรักพวกเขา ผู้นำสังเกตเห็นสิ่งที่ดิฉันทำ ดิฉันเกรงว่าพวกเขาจะตำหนิที่ดิฉันกระด้างกระเดื่อง แต่พวกเขา กลับกระตุ้นให้ดิฉันทำต่อไป

ไม่กี่สัปดาห์ก่อนสิ้นปี 2012 ผู้นำเยาวชนในเขตของเรา เข้าร่วมการประชุมอบรมที่ผู้นำสแตคแนะนำหลักสูตรใหม่สำหรับเยาวชนเรียกว่า *จงตามเรามา*

ดิฉันแทบไม่เชื่อสิ่งที่ได้ยิน ผู้นำสแตคอธิบายว่าเราควรสอนดังที่พระเจ้าทรงสอน แสวงหาการตัดสินใจสำหรับบทเรียนของเราจากศาสดาพยากรณ์และอัครสาวกที่มีชีวิตอยู่ และทำความรู้จักเยาวชนของเราให้ดีขึ้น ดิฉันมีประกายพยานในเรื่องเหล่านั้นแล้ว

คนอื่นถามคำถามเกี่ยวกับวิธีเตรียมบทเรียน แต่สำหรับดิฉัน วิธีใหม่ชัดเจนเหมือนแก้วผลึก ดิฉันรู้สึกว่าจะ *จงตามเรามา* เป็นคำตอบจากพระเจ้าว่าดิฉันไม่ได้กระด้างกระเดื่อง ดิฉันรู้สึกว่าจะพระองค์ทรงเตรียมดิฉันตลอดมาให้สอนหลักสูตรใหม่นี้ ดิฉันทราบว่ถ้าเราอ่อนน้อมถ่อมตน พากเพียรและฟังพระวิญญาณบริสุทธิ์ เราจะเข้าใจและยอมรับการเปลี่ยนแปลงทั้งหมดที่ศาสดาพยากรณ์และอัครสาวกของเราประกาศ ■

จดหมายที่ไม่ได้ส่งแต่ได้คำตอบแล้ว

เอลิซาเบธ อัลเลน, ยูทาห์ สหรัฐอเมริกา

ดิฉันสังเกตเห็นจดหมายฉบับหนึ่งในกระเป๋าพระคัมภีร์
ของดิฉันและเปิดอ่าน ดิฉันดีใจมากที่ไม่ได้ส่ง!

คุณพ่อคุณแม่ที่ยอดเยี่ยมของดิฉัน
มีลูกติดๆ กันเป็นลูกชายสี่คน
กับดิฉันซึ่งเป็นลูกสาวคนเดียว ใจ
เราผูกพันกับแนบแน่นมากกว่าอายุ
ที่ไล่เลี่ยกัน เราสนับสนุนกันและม
ีความทรงจำที่ดีมากมายจากการใช้
เวลาด้วยกัน เราเป็นเพื่อนที่ดีเช่น
นั้นเรื่อยมา!

นั่นคือสาเหตุที่ดิฉันรู้สึกใจสลาย
เมื่อพี่ชายคนหนึ่งเลือกจบชีวิต ดิฉัน
เป็นห่วงว่าใจดิฉันจะทนความเจ็บ
ปวดไม่ไหว—*ความเจ็บปวด* ไม่ใช่คำ
ที่ตรงนัก ไม่มีคำพูดใดชัดเจนพอจะ
ถ่ายทอดประสบการณ์อันน่าสะพรึง
กลัวของการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก
ให้กับการฆ่าตัวตายได้ มันทำให้โลก
ของท่านกลับตาลปัตร

ดิฉันพึ่งพาพระเจ้าให้ทรงช่วย
ดิฉันดูแลครอบครัวและทำตามข้อ
ผูกมัดอันขณะจัดการกับคำถามที่
ทรมานจิตใจเกี่ยวกับพี่ชายและความ
ตายของเขา

เมื่อดิฉันทูลขอความช่วยเหลือ
จากพระเจ้า ดิฉันรู้สึกถึงการกระตุ้น
เตือนให้เขียนจดหมายไปถามศาสตา
พยากรณ์ ดิฉันเชื่อจริงๆ ว่าคำถาม
ของดิฉันสำคัญและลึกซึ้งถึงขนาด
ว่ามีเพียงศาสตาพยากรณ์เท่านั้นที่จะ
ตอบได้ แต่ดิฉันรู้ว่าคงไม่จำเป็นต้อง
ส่งจดหมายให้ศาสตาพยากรณ์ ดิฉัน

ลังเลแต่แล้วก็นึกถึงความสำเร็จที่เคย
ได้รับเมื่อทำตามการกระตุ้นเตือนที่
ผ่านๆ มา

ดิฉันเริ่มเขียนจดหมายถึงประธาน
รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสันด้วยน้ำตานอง
หน้า ดิฉันเขียนบอกท่านว่าดิฉัน
รู้สึกอย่างไรและดิฉันจะเดินหน้าต่อ
ไปได้อย่างไรถ้าเพียงดิฉันรู้คำตอบ
ของคำถามที่วนเวียนอยู่ในจิตใจ ดิฉัน
ลงท้ายจดหมายใส่ซองจำหน่าย
ถึงประธานเนลสัน และสอดไว้ใน
กระเป๋าพระคัมภีร์

ดิฉันลืมเรื่องจดหมาย ช่วงระยะ
หนึ่งต่อมาดิฉันสังเกตเห็นจดหมายใน
กระเป๋าพระคัมภีร์และเปิดอ่าน
ขณะอ่านจดหมาย ดิฉันตระหนักว่า
โดยผ่านศรัทธาและการศึกษา
พระคัมภีร์ การสวดอ้อนวอน
การเข้าพระวิหาร และ
ความมอดทนของดิฉัน
พระวิญญาณบริสุทธิ์
ทรงนำดิฉันให้ไปพบ
คำตอบของทุกคำถาม
ที่ดิฉันเขียนไว้แล้ว!
ดิฉันรู้สึกใกล้ชิดพระ
ผู้ช่วยให้รอดและ
ความรักของพระองค์
ดิฉันดีใจที่ไม่
ได้ส่งจดหมายฉบับ
นั้น! แต่ดิฉันได้รับ

ประสบการณ์สำคัญที่สอนดิฉันอีก
ครั้งว่าพระเจ้าทรงทะนุถนอมดิฉัน
และบุตรธิดาทุกคนของพระองค์ และ
พระองค์จะทรงนำทางและชี้ทางเรา
ดิฉันเคยเชื่อว่าคำถามของดิฉัน
ซับซ้อนมากถึงขนาดว่ามีเพียงศาสตา
พยากรณ์เท่านั้นที่จะตอบได้ แต่ดิฉัน
ได้รู้ความจริงในพระดำรัสของพระเจ้า
ช่วยให้รอดด้วยตนเองว่า “เราจะไม่
ละทิ้งพวกท่านไว้ให้เป็นลูกกำพร้า
เราจะมาหาท่าน” (ยอห์น 14:18) ■



การหายเป็นปกติของพี่ชายและ ความรักของพระบิดาบนสวรรค์

มากรินา โมลิโน, บีญาเคลมาร์ ซิลี

หลังจากพี่ชายประสบอุบัติเหตุ ดิฉันได้รู้ว่าดิฉันมีพระบิดาผู้ทรงรักดิฉัน

เออร์โกพี่ชายดิฉันอายุ 19 ปีเมื่อ
6 เขาถูกคนเมาขับรถชน โชคดีที่
เพื่อนของเออร์โกเรียนหลักสูตร
ปฐมพยาบาลมาก่อนหน้านั้นสอง
สัปดาห์ เขาทำให้พี่ชายยังมีชีวิตอยู่จน
กระทั่งเจ้าหน้าที่ฉุกเฉินพาเขาส่งโรง
พยาบาล

โรงพยาบาลท้องถิ่นส่วนใหญ่มี
แพทย์ระบบประสาทอยู่เวรคนเดียว
แต่เมื่อเออร์โกไปถึง แพทย์ระบบ
ประสาทกลุ่มหนึ่งมาร่วมการประชุม
พิเศษพอดี ทุกคนเข้ามาช่วยดูแล
เขาทันที

เออร์โกอยู่ในโรงพยาบาลหกเดือน
หกเดือนนั้นเขาอยู่ในขั้นโคมาสาม
เดือน ขณะอยู่ที่นั่น คุณแม่ของดิฉัน
อยู่กับเขาตั้งแต่เจ็ดโมงเช้าถึงหนึ่งทุ่ม
ทุกวัน สมาชิกวอร์ดและสมาชิกสเตค
สวดอ้อนวอนและอดอาหารให้เออร์โก
และให้พรฐานะปุโรหิตแก่เขา คำสวด
อ้อนวอนของเราได้รับคำตอบในวันที่

1 มกราคม ปี 2011 เมื่อเขาตื่น
สมาชิกมาเยี่ยมเออร์โกไม่ขาดสาย
และช่วยดูแลเขาขณะเขาพักฟื้นใน
โรงพยาบาล พวกเขาเหมือนเทพผู้
ปฏิบัติศาสนกิจในยามยากนี้

ปัจจุบัน เออร์โกยังมีปัญหาทางกาย
บางอย่าง รวมทั้งสูญเสียความจำระยะ
สั้นด้วย แต่เขาเดิน และดำเนินการ
สนทนาตามปกติได้ แพทย์ไม่ยอม
จะเชื่อ

ดิฉันอยู่ในแถวชนหญิงเมื่อเออร์
โกทุกข์ทรมานกับอุบัติเหตุครั้งนี้ ทุก
สัปดาห์ดิฉันท่อง “เราเป็นธิดาของ
พระบิดาบนสวรรค์ของเราผู้ทรงรักเรา”
แต่ดิฉันไม่เข้าใจความหมายของคำ
เหล่านั้นเท่าใดนัก หลังจากอุบัติเหตุ
ดิฉันได้รู้ว่าดิฉันมีพระบิดาบนสวรรค์
ที่ทรงรักดิฉันอย่างแท้จริง

พระวิหารเป็นการแสดงความรัก
นั้น เออร์โกกับดิฉันผมนึกกับคุณ
พ่อคุณแม่แล้ว ดิฉันจึงรู้ว่าถ้าสูญเสีย

พี่ชาย ดิฉันจะได้อยู่กับเขาอีก นี่เป็น
ความอบอุ่นใจอย่างมากสำหรับดิฉัน
และครอบครัว

ทันทีหลังอุบัติเหตุ เมื่อแพทย์บอก
เราว่าเออร์โกมีชีวิตเหลือไม่กี่ชั่วโมง
ดิฉันสวดอ้อนวอนอย่างตั้งใจจริงขอให้
พระบิดาบนสวรรค์ทรงช่วยชีวิตเขา
เมื่อเออร์โกรอดชีวิต ดิฉันต้องการรับ
ใช้งานเผยแผ่เพื่อบอกคนอื่นๆ เกี่ยวกับ
ปาฏิหาริย์ที่เราประสบ

เรื่องที่พี่ชายหายเป็นปกติเป็นพร
สำหรับคนมากมายที่ดิฉันสอนเมื่อ
ครั้งเป็นผู้สอนศาสนาในเปรู พวกเขา
ประทับใจเมื่อดิฉันเล่าประสบการณ์
ของเรา โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับคนที่
กำลังเจอสถานการณ์ยากๆ

เราสงสัยบ่อยครั้งว่าเหตุใดเรื่อง
ยากๆ จึงเกิดขึ้น แต่เมื่อเราวางใจใน
ความรักของพระบิดาบนสวรรค์ เรา
รู้ว่าสุดท้ายแล้วทุกอย่างจะร่วมกันก่อ
ผลดีแก่เรา (ดู โรม 8:28) ■



ลูกชาย พระคัมภีร์ มอรมอน และดิฉัน

แอนน์ แม็กซสัน, รัฐไอดาโฮ สหรัฐอเมริกา

เหมือนกับที่พระเจ้าช่วยให้รอดทรงปฏิบัติ
ศาสนกิจและสอนทีละคน พระองค์ทรง
ช่วยเราสอนลูกๆ ของเราทีละคนเช่นกัน

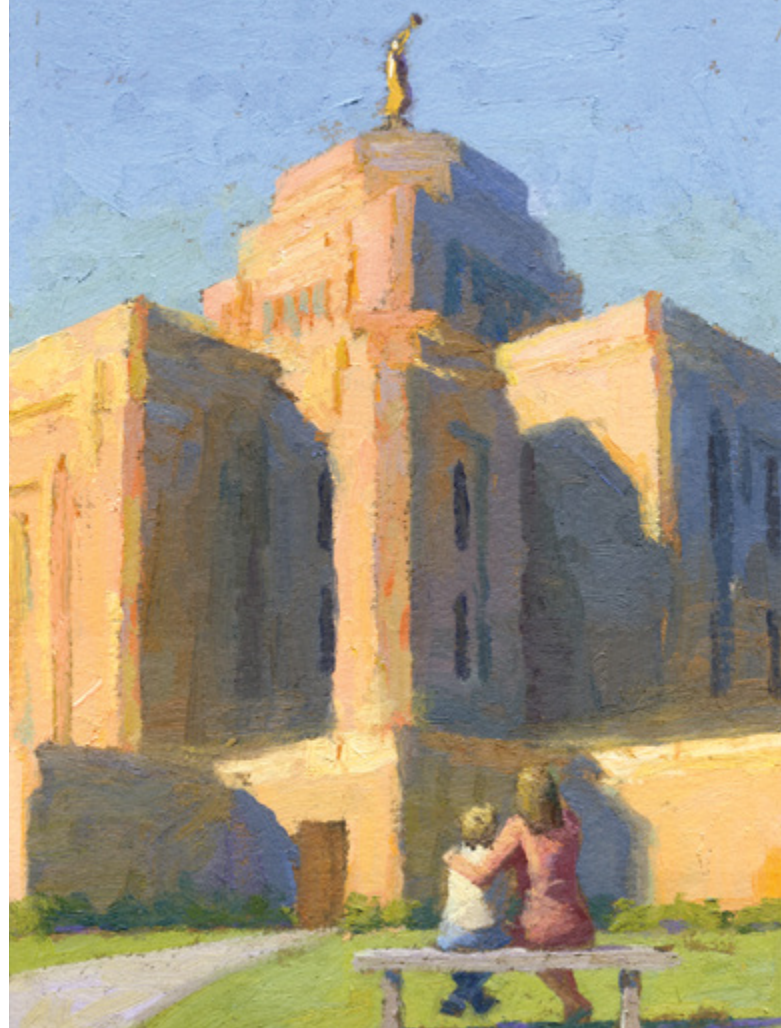
วันหนึ่งดิฉันดูการสัมภาษณ์บราเดอร์แทต อาร์. คอลลิส-
เตอร์ผู้เป็นประธานโรงเรียนวันอาทิตย์สามัญในเวลานั้น
ขณะจดบันทึก ดิฉันได้รับการกระตุ้นเตือนเกี่ยวกับวิธี
เยี่ยวยาความสัมพันธ์ของดิฉันกับจอห์นลูกชาย ดิฉันรู้สึก
ว่าเราควรอ่านพระคัมภีร์มอรมอนทั้งเล่มด้วยกันก่อนเข้ารับ
บัพติศมาในอีกหกเดือนต่อมา

ความรู้สึกนี้ชัดเจนมากถึงขนาดที่ดิฉันรู้ว่าเราควรอ่าน
ในห้องไหนและเราควรอ่านเวลาใด ดิฉันรู้สึกถึงการกระตุ้น
เตือนชัดเจนมากเช่นกันว่าเราควรจบการอ่านของเราบริเวณ
พระวิหารเมริเดียน ไอดาโฮ

เมื่อเราใช้เวลาอ่านกันสองต่อสองทุกคืน ความสัมพันธ์
ของเราดีขึ้น เรามีความอดทนต่อกันมากขึ้น เราเข้าใจมุมมอง
ของกันและกันมากขึ้น และเรารู้สึกถึงการประทับของ
พระวิญญาณบริสุทธิ์เสมอ

คืนก่อนเราอ่านจบ เราอ่านคำสัญญาของโมโรในว่าถ้าเรา
ทูลถามพระเจ้าเป็นเจ้าของด้วยความจริงใจ ด้วยเจตนาแท้จริง
และศรัทธาในพระคริสต์ว่าพระคัมภีร์มอรมอนจริงหรือไม่
เราจะรู้ความจริงของพระคัมภีร์เล่มนี้โดยอำนาจของพระ
วิญญาณบริสุทธิ์ (ดู โมโรไน 10:4-5) เรารู้สึกถึงการยืนยัน
ว่าพระคัมภีร์มอรมอนเป็นความจริง โจเซฟ สมิทเป็น
ศาสดาพยากรณ์ และศาสนจักรของพระเยซูคริสต์แห่ง
วิสุทธิชนยุคสุดท้ายเป็นอาณาจักรของพระเจ้าเป็นเจ้าบน
แผ่นดินโลก

วันรุ่งขึ้นเรานั่งบนม้านั่งตัวหนึ่งบริเวณพระวิหาร เราเงย
หน้ามองรูปปั้นเทพโมโรไนและอ่านประกาศภัยานสุดท้าย



ของท่านอีกครั้ง ตั้งแต่วันนั้น จอห์นเอ๋ยหลายครั้งถึงเวลา
ที่เราอ่านพระคัมภีร์มอรมอนด้วยกันที่พระวิหาร ตอนนั้นทุก
ครั้งที่ดิฉันเข้าพระวิหาร ดิฉันจะเห็นม้านั่งและนี่ก็ถึงช่วง
เวลาศักดิ์สิทธิ์นั้นที่ดิฉันกับจอห์นมีเมื่อเราทำเป้าหมายที่
ได้รับการตลใจสำเร็จ

ประธานเฮนรี่ บี. อายริงก์ ที่ปรึกษาที่สองในฝ่าย
ประธานสูงสุดกล่าวว่า “พ่อแม่ที่ฉลาดจึงเห็นโอกาสใน
การนำลูกแต่ละคนและตนเองให้ยอมรับพระดำรัสเชื่อเชื่อ
จากพระเจ้าอย่างเต็มที่ให้มาหาพระองค์”¹

ดิฉันคิดว่ามีความสำคัญในวลี “ลูกแต่ละคน” เหมือนกับ
ที่พระเจ้าช่วยให้รอดทรงปฏิบัติศาสนกิจและสอนทีละคน
พระองค์ทรงช่วยเราสอนลูกๆ ของเราทีละคนเช่นกัน

การขึ้นทางวิญญาณให้ดิฉันอ่านกับจอห์นแสดงให้ดิฉัน
เห็นว่าพระเจ้าทรงรู้จักลูกๆ ของดิฉันดีกว่าดิฉันรู้จักพวก
เขา ดิฉันรู้ว่าถ้าดิฉันฟังและทำตามคำแนะนำของพระองค์
พระองค์จะทรงนำทางดิฉันให้รู้ว่าจะช่วยนำและชี้แนะให้
ลูกๆ แต่ละคนกลับไปหาพระองค์ได้อย่างไร ■

อ้างอิง

1. เฮนรี่ บี. อายริงก์, “บ้านที่พระวิญญาณของพระเจ้าสถิตอยู่,” *เสี้ยวหิน*,
พ.ศ. 2019, 23.



ฮีลามัน 13-16
31 สิงหาคม-6 กันยายน

เราจะสนับสนุนศาสดาพยากรณ์ได้อย่างไร?

๖๖

แซมมิวเอล ชาวเลมมัน เป็นศาสดาพยากรณ์ผู้สั่งสอนชาวนีไฟ คนมากมายไม่ยอมมารับท่าน แต่บางคนฟังท่านและเชื่อคำสอนที่ได้รับการตลใจของท่าน ในช่วงการประชุมใหญ่สามัญและเวลาอื่น เรามีโอกาสฟังและสนับสนุนประธานรัสเซลส์ เอ็ม. เนลสันศาสดาพยากรณ์ในสมัยของเรา

ขณะที่ท่านอ่านเกี่ยวกับแซมมิวเอลชาวเลมมัน ให้คิดหาวิธีที่ท่านจะสนับสนุนศาสดาพยากรณ์ในปัจจุบัน ทั้งทำพูดและการกระทำ

อ้างอิง

1. รัสเซลส์ เอ็ม. เนลสัน, "The Love and Laws of God" (การให้ข้อคิดทางวิญญาณที่มหาวิทยาลัยบร็อคมิงก์ 17 ก.ย. 2019), speeches.byu.edu.

คำแนะนำสำหรับยุคสมัยของเรา

ในช่วงสมัยของแซมมิวเอล ชาวนีไฟกลายเป็นคนชั่วร้าย ด้วยเหตุนี้แซมมิวเอลจึงเชิญชวนพวกเขาให้กลับใจ ท่านเป็นพยานถึงการประสูติของพระเยซูคริสต์และเตือนเรื่องอันตรายของบาปด้วย (ดูฮีลามัน 14:11-12) แซมมิวเอลสอนหลักธรรมอะไรอีกบ้าง? ประธานเนลสันสอนอะไรในสมัยของเรา?

ไม่เกี่ยวกับความนิยมชมชอบ

คนส่วนใหญ่โกรธคำสอนของแซมมิวเอล พวกเขาทำร้ายท่านด้วยก้อนหินและธนู แซมมิวเอลกล่าวว่าพวกเขายอมทำตามเฉพาะคนที่พูดว่าไม่มีผลของบาปเท่านั้น (ดู ฮีลามัน 13:25-27)

ในสมัยของเรา ประธานเนลสันกล่าวว่า "ไม่ค่อยมีใครนิยมชมชอบศาสดาพยากรณ์"¹ เราจะหลีกเลี่ยงการใช้ "ก้อนหิน" และ "ธนู" ที่ผู้คนปาและยิงใส่ศาสดาพยากรณ์ทุกวันนี้อย่างไร?

ท่านจะฟังหรือไม่?

ถึงแม้คนมากมายไม่ยอมรับแซมมิวเอล แต่บางคนยอมรับข่าวสารของท่าน จากนั้นพวกเขาทำตามถ้อยคำของท่าน โดยกลับใจและรับบัพติศมา ท่านจะทำอะไรได้บ้างเพื่อจะไม่เพียงฟังเท่านั้นแต่ทำตามคำสอนของศาสดาพยากรณ์และอัครสาวกยุคสุดท้ายของเราด้วย?



3 นี้ไฟ 1-7
7-13 กันยายน

เราจะไม่ลืมประสบการณ์ ทางวิญญาณได้อย่างไร?

ชาวนี้ไฟพิศวงกับ
สัมฤทธิ์ผลแห่ง
คำพยากรณ์ของ
แซมมิเอลชาวเลมันเรื่อง
การประสูติของพระคริสต์
เมื่อพวกเขาเห็นหนึ่งวันกับ
หนึ่งคืนที่ไม่มีควมมืด
(ดู 3 นี้ไฟ 1:15-21)
นำเสียดายที่ไม่ก็ปีต่อมา
“ผู้คนเริ่มลืมเครื่องหมาย
และการอันนำพิศวงเหล่านี้” (3 นี้ไฟ 2:1) และกลับไป
ไปทำความชั่ว

**ชานี้ไฟลืมเร็วขนาดนั้น
ได้อย่างไร?**

มีหลายเหตุผลที่ชานี้ไฟ
ลืมเครื่องหมายและการอันนำ
พิศวงที่พวกเขาเห็นกับตาอ่าน
3 นี้ไฟ 1:22 และ 3 นี้ไฟ 2:1-3,
10 และเขียนวิธีที่ทำให้ผู้คนลืม
พระเจ้า

ซาตานใช้วิธีเดียวกันนี้หลอก
เราในปัจจุบันอย่างไร?



การสนทนา

มีวิธีใดอีกบ้างที่เราจะไม่ลืม
ประสบการณ์ทางวิญญาณ
“ที่ลืมไม่ลง” ในชีวิตเรา?

ท่านเคยมีประสบการณ์
ทางวิญญาณอะไรบ้าง? ท่าน
อาจจะจดไว้ ท่านอาจจะแบ่ง
ปันกับครอบครัวเช่นกัน

อ้างอิง

1. โรนัลด์ เอ. ราสแบนด์,
“เกรงว่าท่านจะลืม,” *เลียวไฮนา*,
พ.ย. 2016, 114.

เราจะไม่ลืมได้อย่างไร?

เอิลเดอร์โรนัลด์ เอ. ราสแบนด์
แห่งโคเวรัมอัครสาวกสิบสองกล่าว
ไว้ว่า “โดยเฉพาะในยามวิกฤติ
ให้นึกถึงเวลาที่ท่านรู้สึกถึงพระ
วิญญาณและประจักษ์พยานของท่านเข้ม
แข็ง จงจดจำรากฐานทางวิญญาณที่ท่านสร้างไว้
ข้าพเจ้าสัญญากับท่านว่าถ้าท่านจะทำเช่นนั้น . . . เวลา
มีค่าเหล่านั้นเมื่อประจักษ์พยานของท่าน
รุ่งเรืองจะเปลี่ยนเป็นความทรงจำอีกครั้ง
ผ่านการสวดอ้อนวอนและการอดอาหาร
ข้าพเจ้ารับรองกับท่านว่าท่านจะรู้สึก
ถึงความปลอดภัยและความอบอุ่น
ของพระกิตติคุณของพระเยซู
คริสต์อีกครั้ง”¹

ท่านจะทำอะไรได้บ้างเพื่อจดจำ
ประสบการณ์ทางวิญญาณในอดีตที่
ท่านเคยมีได้ดีขึ้น?





3 นีไฟ 8-11
14-20 กันยายน

เราจะได้ยินสุรเสียงของ พระเจ้าได้อย่างไร?



ก่อนการปฏิบัติศาสนกิจของพระเจ้าช่วยให้รอดในบรรดาชาวนีไฟหลังจากการฟื้นคืนพระชนม์ของพระองค์ ชาวนีไฟได้ยินสุรเสียงของพระบิดาบนสวรรค์ทรงแนะนำพระเยซูคริสต์ว่าเป็น “บุตรที่รักของเรา, ผู้ที่เราพอใจมาก” (3 นีไฟ 11:7) ประสบการณ์ของชาวนีไฟสอนเราได้มากเกี่ยวกับวิธีที่เราจะได้ยินสุรเสียงของพระเจ้าเป็นเจ้าผ่านพระวิญญาณบริสุทธิ์ในชีวิตเรา

การสนทนา

โดยเอาใจใส่มากขึ้นและปรารถนาจะเข้าใจ ชาวนีไฟจึงได้ยินพระบิดาบนสวรรค์ทรงแนะนำพระบุตรของพระองค์ต่อพวกเขาในที่สุด

ท่านจะจดจ่อมากขึ้นกับการแสวงหาการทรงนำทางวิญญาณในชีวิตท่านได้อย่างไร?

ไปพระวิหาร

ชาวนีไฟไปรวมกันรอบพระวิหารในแผ่นดินอูตมมั่งคั่ง (ดู 3 นีไฟ 11:1) การอยู่ในสถานที่ศักดิ์สิทธิ์นั้นทำให้พวกเขามีโอกาสได้ยินสุรเสียงของพระเจ้าเป็นเจ้า เราจะเตรียมเข้าพระวิหารและได้ยินสุรเสียงพระเจ้าเป็นเจ้าผ่านพระวิญญาณได้อย่างไร?



รู้สึกถึงพลัง

ตอนแรกชาวนีไฟได้ยิน “เสียงเบา” แต่ “หาเข้าใจเสียง (นั้น) ไม่” (3 นีไฟ 11:3) เสียงนี้ “เสียดแทงคนที่ได้ยินจนถึงกลางใจ” (3 นีไฟ 11:3) เราจะรู้สึกถึงพลังของ “เสียงเบาๆ” ของพระวิญญาณได้อย่างไร? (ดู 1 พงศ์กษัตริย์ 19:11-12)



เงี่ยหูฟัง

หลังจากชาวนีไฟได้ยินเสียงครั้งที่สาม พวกเขา “เงี่ยหูฟัง” (ดู 3 นีไฟ 11:5) พวกเขาถ่อมตนและเต็มใจฟัง เราจะถ่อมตนเพื่อให้ได้ยินสุรเสียงของพระเจ้าเป็นเจ้าผ่านพระวิญญาณได้อย่างไร?



หันไปทางต้นเสียง

ทันทีที่ชาวนีไฟเงี่ยหูฟัง พวกเขา “เพ่งมองดูไปทางฟ้าสวรรค์, ซึ่งมีเสียงดังมาจากที่นั่น” และ “เข้าใจเสียงที่พวกเขาได้ยิน” (3 นีไฟ 11:5-6)



ภาพประกอบโดย เกลโรสตัน วินด์เวิร์ด



3 นี้ไฟ 12-16
21-27 กันยายน

ฉันจะเป็นเกลือของ แผ่นดินโลกได้อย่างไร?

ภายใต้กฎของ
โมเสส เนื้อต้อง
ทาเกลือก่อนจะ
ใช้เป็นเครื่องถวาย (ดู
เลวีนิติ 2:13) เหมือนเนื้อที่
ทาเกลือก่อนนำไปถวาย เรา
สามารถช่วยเตรียมโลกให้
พร้อมรับพระเจ้าโดยเป็น
“เกลือของแผ่นดินโลก”
(3 นี้ไฟ 12:13)

“ดั่งเช่น ‘เกลือแห่งโลก’
เราเป็น ‘ความสว่างของ
โลก’ ด้วย และเราจะปิดบัง
ความสว่างนั้นไม่ได้
(ดู มัทธีว 5:13-16)”

ประธานคัลลิน เอช. วิกส์,
ที่ปรึกษาที่หนึ่งในฝ่าย
ประธานสูงสุด,
“การกลับใจและการ
เปลี่ยนแปลง,”
เลียโฮนา,
พ.ศ. 2003, 48.

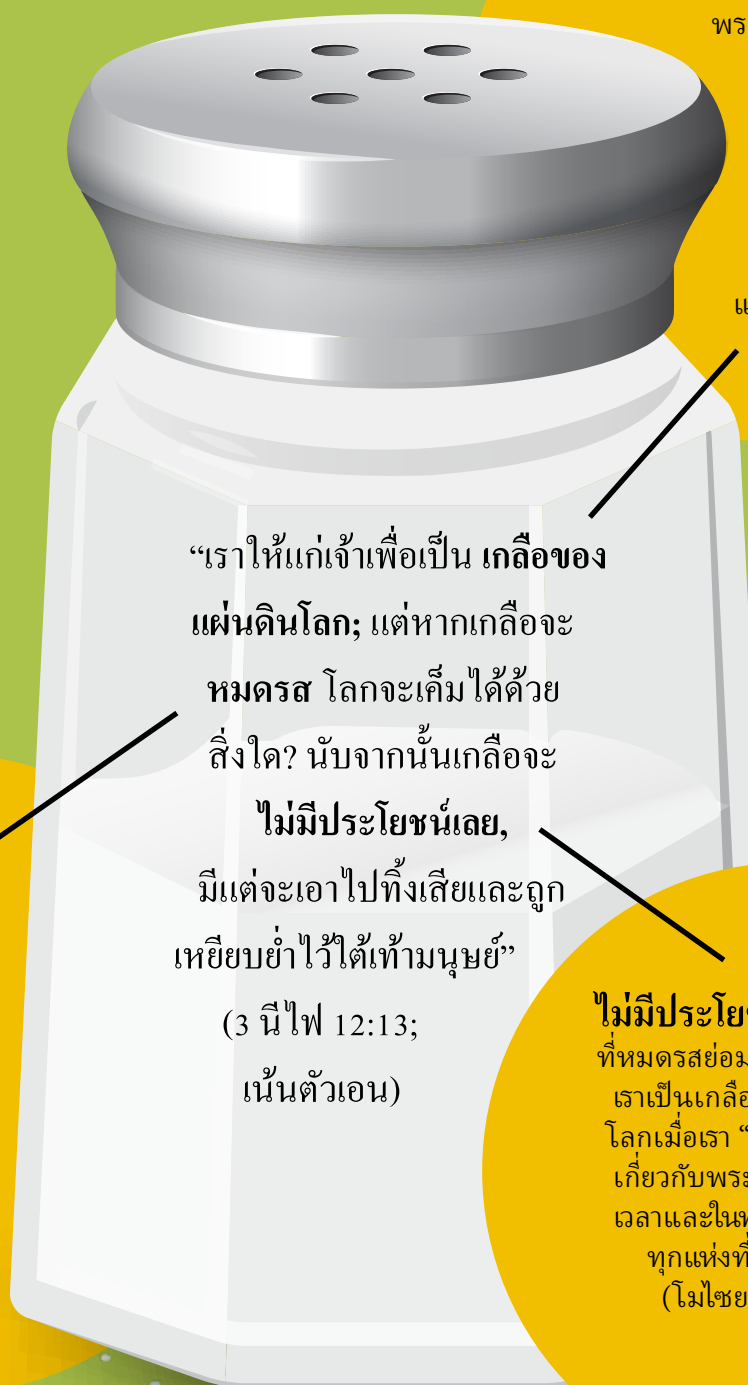
หมดรส: เราต้องเป็น
“แสงสว่างต่อโลก” และ
ช่วยให้ผู้อื่นมาหาพระคริสต์
หากเราละเลยไม่ทำเช่นนั้น
เราจะกลายเป็น “ดั่งเกลือที่
หมดรส” (หลักคำสอนและ
พันธสัญญา 103:9-10)

การสนทนา

ฉันจะให้เกียรติ
พันธสัญญาของฉัน
กับพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของได้ดียิ่งขึ้น
อย่างไร? ฉันจะเป็น “เกลือ
ของแผ่นดินโลก” และเป็นพร
แก่คนรอบข้างได้อย่างไร?

เกลือของแผ่นดินโลก:

เมื่อเราทำพันธสัญญากับ
พระเยซูคริสต์ เรา
สัญญาจะเตรียม
โลกให้พร้อม
รับการเสด็จมา
ครั้งที่สองของ
พระองค์
(ดู หลักคำสอน
และพันธสัญญา
34:5-7)



“เราให้แก่เจ้าเพื่อเป็น เกลือของ
แผ่นดินโลก; แต่หากเกลือจะ
หมดรส โลกจะเค็มได้ด้วย
สิ่งใด? นับจากนั้นเกลือจะ
ไม่มีประโยชน์เลย,
มีแต่จะเอาไปทิ้งเสียและถูก
เหยียบย่ำไว้ใต้เท้ามนุษย์”

(3 นี้ไฟ 12:13;
เน้นตัวเอน)

ไม่มีประโยชน์เลย: เกลือ
ที่หมดรสย่อมไม่มีประโยชน์
เราเป็นเกลือของแผ่นดิน
โลกเมื่อเรา “ยืนเป็นพยาน
เกี่ยวกับพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของทุก
เวลาและในทุกสิ่ง, และใน
ทุกแห่งที่ [เรา] อยู่”
(โมไซยาห์ 18:9)



ประกาศพระวิหาร
ใหม่ 8 แห่ง

- บาเยียบลังกา อาร์เจตินา
- เทลลาแฮสซี ฟลอริดา
สหรัฐอเมริกา
- ลูมบาซี สาธารณรัฐ
ประชาธิปไตยคองโก
- พิตต์สเบิร์ก เพนซิลเวเนีย
สหรัฐอเมริกา
- เบนินซิตี ไนจีเรีย
- ซีราควัส ยูทาห์
สหรัฐอเมริกา
- คูโบ สหรัฐอาหรับ
เอมิเรตส์
- เซียงไฮ้ สาธารณรัฐ
ประชาชนจีน

“เราไม่ได้มาพระวิหาร
เพื่อหลบซ่อนหรือหนี
จากความชั่วร้ายของโลก
แต่เรามาพระวิหารเพื่อ
เอาชนะโลกแห่งความ
ชั่วร้าย”

เอ็ดเดอร์เว็ด เอ. เบดเนอร์แห่ง
โครัมอัครสาวกสิบสอง, “ให้สร้าง
นิเวศน์นี้แด่นามของเรา,” หน้า
86; เน้นตัวเอน

เรา “ฟังพระองค์” อย่างไร?

ท่านสรุปการประชุมใหญ่
ทั่วโลกที่มีคำปราศรัย
มากกว่า 25 เรื่องอย่างไร?
ในคำปราศรัยปิดการ
ประชุมของท่าน ประธาน
รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสันกล่าว
ปิดด้วย “ประกาศิตสองคำ
จากสวรรค์: ‘ฟังพระองค์’
... เราสวดอ้อนวอนขอให้
ท่านตั้งต้นใหม่ที่จะ ตั้งใจ
ในการฟัง สดับฟัง และ
เอาใจใส่พระวามะของพระ
ผู้ช่วยให้รอด” (“ก้าวไปข้างหน้า
หน้าด้วยศรัทธา,” หน้า 114)

ดูหรืออ่านคำปราศรัย
ของท่านและคำปราศรัย
ของผู้พูดต่อไปนี้จะท่าน
พยายามอย่างต่อเนื่องที่จะ
เชื่อเชิญและรับรู้การเปิดเผย

- เอ็ดเดอร์นี่ล แอล. แอนเดอร์เซ็นกล่าวว่า “เราสามารถ ‘ได้ยินพระองค์’ เพราะพรแห่งการชดใช้
อันหาใดเทียบได้ของผู้ช่วยให้รอด... ศรัทธา
การเชื่อฟัง ความอ่อนน้อมถ่อมตน และเจตนา
แท้จริงเปิดหน้าต่างสวรรค์” (“ความทรงจำสำคัญ
ทางวิญญาณ,” หน้า 21)
- เอ็ดเดอร์เคเวนทิน แอล. ลูกเต็อนเราว่า “การเปิดเผย
ส่วนตัวมีให้ทุกคนที่แสวงหาการนำทางจากพระเจ้า
อย่างนอบน้อม” และท่านแบ่งปันหลักการสาม
ประการที่ช่วยให้เราเตรียมตัวได้ดีขึ้นสำหรับการ
เปิดเผย (ดู “พรจากการเปิดเผยต่อเนื่องต่อศาสนา
พยากรณ์และการเปิดเผยส่วนตัวเพื่อนำทางชีวิตเรา,”
หน้า 98–99)
- เอ็ดเดอร์ริคาร์โด พี. ฮิเมเนซกล่าวว่า “แม้หลายคน
จะเชื่อ ใน พระเยซูคริสต์จริงๆ แต่คำถามสำคัญคือ
เรา เชื่อ พระองค์และ เชื่อ สิ่งที่พระองค์ทรงสอนเรา
และขอให้เราทำหรือไม่” (“พบที่พักพิงจากมรสุม
ชีวิต,” หน้า 102)

หมายเลขหน้าทั้งหมดมาจาก *เลียโฮนา*
พฤษภาคม 2020 มีให้ทางออนไลน์ที่
liahona.ChurchofJesusChrist.org

ฉันต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสิ่งนี้!

โดย ลอเรน โซกี โบห์มัน

เพราะเราอยู่ในโอมาน ดิฉันและสามีจึงรีบส่งลูกเข้านอนเพื่อที่เราจะได้การประชุมใหญ่ภาคเช้าจากอีกซีกโลกหนึ่ง เราย่นบดอยหลังมาหลายวันจนการประชุมใหญ่มาถึง ด้วยความปรารถนาที่จะได้รับการนำทางและสันติสุขซึ่งเรารู้ว่าจะมาจากพระบิดาบนสวรรค์ผ่านศาสดาพยากรณ์และสานุศิษย์ของพระองค์

ซิสเตอร์จอย ดี. โจนส์บอกเราว่าพระเจ้าทรงรักความพยายามแล้ว ดิฉันเต็มใจใช้ความพยายามมากเพียงใดที่จะทำตามแบบอย่างของพระองค์?

ประธานเฮนรี บี. อายริงก์ถามว่าเราจะมีบทบาทอย่างไรในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อนี้ในประวัติศาสตร์

ซิสเตอร์บอนนี่ เอช. คอร์ดอนและเอ็ลเดอร์เจฟฟรีย์ อาร์. ฮอลแลนด์ขอให้เราพิจารณาวิธีที่เราจะส่องแสงสว่างของเราออกไปอย่างมีจุดประสงค์

ดิฉันรู้ว่าดิฉันต้องการมากเพียงใดที่จะมีส่วนในคุณความดีที่พระเจ้าทรงทำให้รู้คหน้าไปอย่างรวดเร็ว การประชุมใหญ่สร้างแรงบันดาลใจให้ดิฉันพยายามใหม่อีกครั้งเพื่อช่วยลูกๆ ในเรื่องพัฒนาการส่วนบุคคล เพื่อพยายามเป็นเพื่อนที่เอาใจใส่ และเป็นเพื่อนแท้ทางวิญญาณมากขึ้น เพื่อทำงานประวัติครอบครัวเช่นการกรอกข้อมูล และมองหาโอกาสใหม่ที่สร้างสรรค์ในการรับใช้พระผู้เป็นเจ้าโดยรับใช้บุตรธิดาของพระองค์



“เราช่วยได้ เราสามารถตั้งใจส่องแสงสว่างของเราเพื่อให้ผู้อื่นมองเห็น เราเอ่ยคำเชื่อเชิญได้ เราสามารถร่วมเดินทางกับคนที่กำลังมุ่งหน้าไปหาพระผู้ช่วยให้รอด ไม่ว่าจะถึงเลเพียงใด เราสามารถรวบรวมอิสราเอลได้”

บอนนี่ เอช. คอร์ดอน, ประธานเยาวชนหญิงสามัญ, “เพื่อพวกเขาจะเห็น,” หน้า 80

ไต่ตรองเรื่องนี้... ของประธาน ของหญิงและ ชาย

เราอาจถูกล้อมรอบด้วยอคติทางวัฒนธรรมและข่าวสาร “ล้นมาก่อน” แต่ซิสเตอร์จีน บี. บิง-แฮมสอนว่าชายและหญิงต้องพร้อมที่จะทำตามแบบแผนแห่งสวรรค์ของการทำงานด้วยกันในความเป็นหนึ่งเดียว:

“สตรีมีของประทานเฉพาะตัวที่สูงส่งและมีหน้าที่รับผิดชอบที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว แต่สิ่งเหล่านั้นไม่ได้สำคัญมาก—หรือน้อย—ไปกว่าของประทานและหน้าที่รับผิดชอบของผู้ชาย ทุกคนมีจุดประสงค์และจำเป็นต่อการทำให้แผนอันสูงส่งของพระบิดาบนสวรรค์เกิดขึ้นเพื่อมอบโอกาสที่ดีที่สุดให้บุตรธิดาแต่ละคนของพระองค์ที่จะบรรลุศักยภาพแห่งสวรรค์ของตน” (ดู “เป็นหนึ่งในเดียวกันในการทำงานของพระผู้เป็นเจ้าให้สำเร็จ,” หน้า 63)

เราพร้อมที่จะให้คุณค่ากันในฐานะหุ้นส่วนคนสำคัญในงานแห่งความรอดหรือไม่?

คนหนุ่มสาว

ในหมวดนี้

44 แนวทาง 3 ขั้นตอนในการ
รักษาสุขภาพจิตของท่าน
โดย ไมเคิล การ์ดเนอร์

ดิจิทัลเท่านั้น

สำหรับผู้สอนศาสนาที่มีปัญหา
สุขภาพจิต

ดิฉันเลือกที่จะอยู่ ต่อไปนี้เป็นวิธีที่
ท่านสามารถช่วยให้คนบางคนอยู่ต่อ
เช่นกัน

โดย แซนเทลล์ เอเวอรี่

ดิฉันยอมรับในที่สุดว่าดิฉันเป็นโรค
ซึมเศร้า พระเยซูคริสต์ทรงช่วยดิฉัน
ออกจากความมืด

โดย นิไฟ ทั้งกาลิน

หาบทความเหล่านี้และบทความอื่น:

- ที่ liahona.ChurchofJesusChrist.org
- ใน *YA Weekly* (ได้หมวดคนหนุ่มสาวใน
คลังค้นคว้าพระกิตติคุณ)

พระเจ้าช่วยให้รอดทรงทราบความเจ็บปวดของท่าน

ระหว่างการเดินทางของเราบนโลกนี้ บางช่วงพวกเราส่วนใหญ่จะประสบ
ภาวะหมดไฟจากความเครียด ภาวะตั้งเครียดจากความวิตกกังวล ภาวะ
หดหู่ของความเศร้าเสียใจ หรือแม้กระทั่ง (เหมือนกรณีของดิฉัน) ภาวะ
หม่นหมองของโรคซึมเศร้า ความรู้สึกเหล่านี้เกิดขึ้นกับเราหลายคนระหว่างทาง
ไปถึงเนินเขาเชียวจีและแสงตะวัน และจะทำให้เรารู้สึกสิ้นหวังได้ง่าย

ปัญหาสุขภาพจิตเกิดขึ้นได้ในเวลาที่ท่านแทบไม่คาดคิด เมื่อท่านกำลังรับใช้
งานเผยแผ่และสนใจคนอื่นมากจนท่านลืมตนเอง เมื่อท่านมีลูกน้อยและรู้สึก
เหมือนท่านควรเป็นคนมีความสุขที่สุดในโลก แต่กลับไม่มีความสุข เมื่อท่านสูญเสีย
คนที่ท่านรักและแทบนึกภาพชีวิตที่ไม่มีพวกเขาไม่ออก หรือแม้กระทั่งเมื่อ
ทุกอย่างดูเหมือนจะราบรื่น แต่ท่านมีความรู้สึกประดังเข้ามาว่าท่านไม่ได้รู้สึกดี
นี่เป็นช่วงเวลาที่เราต้องเติมชีวิตเราด้วยความสงบสุขจากความรักที่ไม่มีวันสิ้น
สุดของพระเยซูคริสต์ พระเจ้าช่วยให้รอดของเราทรงอยู่ที่นั่นเสมอ แม้เมื่อเรารู้สึก
ถูกทอดทิ้งหรือหมดหวัง พระองค์ทรงรู้สึกถึงความเจ็บปวดของท่านและทรงรู้
วิธีช่วย

อย่ากลัวที่จะขอความช่วยเหลือ แผนส่วนหนึ่งของพระบิดาบนสวรรค์คือรัก
และดูแลกัน (ดู โมไซยาห์ 18:21) และหมวดนี้ของเดือนนี้เกี่ยวข้องกับ—การ
เอาชนะปัญหาสุขภาพจิตโดยขอความช่วยเหลือ จากผู้อื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งจาก
พระเจ้าช่วยให้รอด

ท่านเป็นที่รัก
จากคนที่สู้ไม่ถอยและพยายามต่อไป
เอมิเลีย บรันด์

Emilia

แบ่งปันเรื่องราวของท่าน

ท่านมีประสบการณ์ที่อยากแบ่งปันหรือไม่? หรือท่านต้องการเห็นบทความเกี่ยวกับหัวข้อ
ใดหัวข้อหนึ่งหรือไม่? หากต้องการ เราอยากฟังเรื่องราวจากท่าน! ท่านสามารถส่งบทความ
หรือคำติชมของท่านมาได้ที่ liahona.ChurchofJesusChrist.org





แนวทาง **3** ขั้นตอน
ในการรักษา
สุขภาพจิต
ของท่าน

ความเครียด
ภาวะซึมเศร้า
และความวิตกกังวล
ก็วนเวียนเข้ามาในชีวิตเรา
ได้ทุกเมื่อ สามวิธี
ต่อไปนี้จะช่วย
รักษาสุขภาพจิต
ของท่าน

1

โดย ดร.ไมเคิล การ์ดเนอร์
ศูนย์ให้คำปรึกษาครอบครัว

ในฐานะผู้ให้คำปรึกษาเรื่องสุขภาพจิตที่มีประสบการณ์ 30 ปี ผมมักประหลาดใจกับความสามารถของคนเราในการเผชิญและเอาชนะความท้าทาย เราอยู่ในช่วงเวลาที่ยาก ความเครียด ภาวะซึมเศร้า และความวิตกกังวลก็วนเวียนเข้ามาในชีวิตเราได้บ่อยครั้ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงชีวิตที่ไม่แน่นอน เช่น ช่วงวัยหนุ่มสาว ความยากเหล่านี้บางครั้งทำให้เราสับสนและสงสัยความสามารถของเราในการรับมือและเดินหน้าต่อไป

แต่ผมได้เรียนรู้ว่าเมื่อเราใช้เวลาดูแลสุขภาพจิตของเรา เราจะมีความเข้มแข็งและความยืดหยุ่นมากขึ้นขณะเผชิญความท้าทาย มีหลายสิ่งที่เราทำเองได้เพื่อเพิ่มพลังความสามารถทางจิตให้เราหาหนทางจัดการกับอุปสรรคได้ดีขึ้น (และมีความสุขกับช่วงเวลาดีๆ ด้วย!) ต่อไปนี้เป็นเพียงสามด้านที่ต้องเน้นเพื่อจะช่วยให้คุณรักษาสุขภาพจิตและสุขภาพอารมณ์ให้อยู่ในสภาพที่ดีที่สุด

อย่าดูแลพลังของสิ่งเล็กน้อยและเรียบง่ายทางวิญญาณ

สิ่งเล็กน้อยทางวิญญาณเหล่านั้นที่ท่านทำได้ทุกวันเพื่อเข้าใกล้พระบิดาบนสวรรค์มากขึ้นจะให้พลังทางวิญญาณในการช่วยท่านรักษาสุขภาพจิตมากกว่าที่ท่านคิด (ดู แอลมา 37:6-7) นิสัยทางวิญญาณไม่จำเป็นต้องทำให้ความท้าทายของเราหายไป แต่ทำให้เรามีความเข้มแข็ง ความชัดเจนทางใจ มุมมองนิรันดร์ ความหวัง และความกล้าที่จะเดินหน้าต่อไป

ผมบอกคนไข้อย่างน้อยๆ ให้ทำ “ทุกวันจนเป็นนิสัย” นี้รวมถึงการสวด อ้อนวอนอย่างมีความหมายทุกวัน การศึกษาพระคัมภีร์ทุกวัน การรับใช้ในการเรียกหรือความรับผิดชอบต่างๆ ในศาสนจักรของเรา การไปโบสถ์ทุกสัปดาห์และไปพระวิหารบ่อยๆ และการพยายามทำตามการกระตุ้นเตือนของพระวิญญาณบริสุทธิ์

ผมเคยเห็นการปฏิบัติเล็กๆ น้อยๆ และเรียบง่ายทางวิญญาณเหล่านี้เปลี่ยนความสามารถในการรับมือและเอาชนะความท้าทายของคนเราได้อย่างลึกซึ้ง เมื่อคนไข้ของผมยอมทำนิสัยทางวิญญาณเหล่านี้อย่างสม่ำเสมอ พวกเขาารู้สึกถึงอิทธิพลมากขึ้นจากเดชานุภาพของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดในชีวิตพวกเขา ผมเคยเห็นเดชานุภาพนั้นเพิ่มความเข้มแข็งทางวิญญาณและทางจิต ซึ่งส่งผลใหญ่หลวงต่อความสามารถของพวกเขาในการหาความสุขและจัดจ้อกับสิ่งสำคัญจริงๆ

เอ็ดเดอร์เดวิด เอ. เบคเนอร์แห่งโครัมอัครสาวกสิบสองเป็นพยานถึงสิ่งนี้โดยกล่าวว่า “แบบแผนทางวิญญาณของสิ่งเล็กน้อยและเรียบง่ายอันก่อให้เกิดสิ่งสำคัญยิ่งจะสร้างความมั่นคงและความแน่วแน่ ความภักดีที่ลึกซึ้งขึ้น และการเปลี่ยนใจเลื่อมใสพระเจ้าพระเยซูคริสต์และพระกิตติคุณของพระองค์สมบูรณ์มากอย่างเต็มที่มากขึ้น”¹

อย่ายอมให้ความรู้สึกไม่ดีพอหรือความไม่มั่นใจขัดขวางท่านไม่ให้ทำสิ่งเล็กน้อยทางวิญญาณเหล่านี้ด้วยเจตนาแท้จริง (ดู โมโรไน 10:4) ถ้าท่านเชื่อ หรือแม้มีเพียงความปรารถนาจะเชื่อ (ดู แอลมา 32:27) นิสัยทางวิญญาณเหล่านี้สามารถให้ความเข้มแข็ง การเยียวยา สันติสุข และความหวังแก่ท่านได้

การดูแลตัวเองเริ่มจากการมีสติรับรู้ความต้องการของท่านเองและรู้ว่าท่านให้ได้มากเท่าใด

2

จำไว้ว่าต้องฝึกดูแลตัวเอง

เราทุกคนเคยได้ยินหลักการพระกิตติคุณของการพึ่งพาตนเอง ส่วนใหญ่เราพูดเรื่องนี้ในกรณีที่เกี่ยวข้องกับความจำเป็นทางการเงินหรือทางโลก แต่ส่วนสำคัญที่สุดส่วนหนึ่งของแนวคิดนี้คือการพึ่งพาตนเองทางอารมณ์—การดูแลตัวเอง—ซึ่งสำคัญยิ่งต่อการรักษาสุขภาพจิตของเรา

มากเท่าที่เราทำเพื่อผู้อื่น เหตุใดพวกเราจำนวนมากจึงจัดสรรเวลาให้ตัวเองได้ยาก? บางครั้งผมคิดว่าแนวคิดเรื่องการใช้เวลากับตัวเองคล้ายจะเห็นแก่ตัวหรือเหมือนเสียเวลาเปล่า แต่นั่นไม่จริงเลย! การดูแลตัวเองไม่ใช่ความเห็นแก่ตัว! ถ้าเราไม่ดูแลตัวเอง เราจะมีสิ่งใดเหลือไว้แบ่งปันกับผู้อื่นได้อย่างไร?





การดูแลตัวเองเริ่มจากการมีสติรับรู้ความต้องการ
ของตนเองและรู้ว่าท่านให้ได้มากเท่าใด การรับรู้
เข้าใจ และยอมรับอารมณ์ที่ท่านรู้สึกสำคัญต่อการ
ค้นพบสิ่งที่ท่านต้องการ ต่อไปนี้เป็นแนวปฏิบัติบาง
ประการของการดูแลตัวเองซึ่งสามารถเติมเต็มความ
ต้องการทางอารมณ์และทางจิตของท่านได้บ้างพอ
สมควร:

- ดูแลร่างกายของท่าน โดยรับประทานอาหารที่มี
ประโยชน์ นอนหลับให้เพียงพอ และออกกำลังกาย
เป็นประจำ
- พัฒนาความสัมพันธ์กับคนที่ท่านสามารถพูด
คุยและบอกทั้งความกังวลและความสุขของ
ท่านกับพวกเขาได้
- หาความบันเทิง งานอดิเรก และกิจกรรมดีๆ ที่
ทำให้ท่านเกิดปิติและรู้สึกประสบความสำเร็จ
- จัดบันทึกส่วนตัวเพื่อช่วยท่านแสดงความรู้สึก
และจัดระเบียบความคิด
- ใช้เวลานอกบ้าน
- กำหนดขอบเขตที่ดีต่อสุขภาพและปฏิเสธเมื่อ
ท่านมีเรื่องทำมากอยู่แล้ว
- ฝึกความสำนึกคุณ ความสำนึกคุณช่วยเราหลีกเลี่ยง
ความรู้สึกหงุดหงิดตัวเองหรือโทษคนอื่นที่
เราไม่มีความสุข ลองจดสามสิ่งที่ท่านสำนึกคุณ
เมื่อตื่นวันแต่ละวัน
- เปลี่ยนความคิดในแง่ลบและการพูดถึงตัวเอง
ในแง่ลบเป็นคิดบวกและพูดบวก
- จำไว้ว่าท่านเป็นใคร—ท่านเป็นบุตรของ
พระบิดาพระมารดาบนสวรรค์ คนมากมาย
ในสวรรค์และบนแผ่นดินโลกรักท่านและ
สนับสนุนท่าน
- ใช้เวลากับสื่อสังคมให้น้อยลง (หรือหลีกเลี่ยง
สื่อสังคม)
- ให้อภัยตนเองและผู้อื่น การอาฆาตพยาบาท
หรือฝังใจกับความผิดพลาดในอดีตเพิ่มภาระที่
ไม่จำเป็นบนบ่าของท่าน

จงถ่อมตนและขอความช่วยเหลือ

เราทั้งหลายไม่ได้ถูกลิขิตไว้ให้เดินทางผ่านชีวิตมรรตัยตามลำพัง ถึงแม้ท่านพึ่งพาตนเองได้ แต่การเชื่อมสัมพันธ์กับผู้อื่นก็ยังจำเป็นต่อการดูแลความต้องการทางอารมณ์และทางจิตของท่าน เรามีพ่อแม่ คนอื่นๆ ในครอบครัว มิตรสหาย ผู้นำศาสนจักร และพระบิดาบนสวรรค์ พระเยซูคริสต์ และพระวิญญาณบริสุทธิ์ นำทาง ชี้ทาง และช่วยเราระหว่างทาง ใช้เวลาสักครู่ทบทวนเครือข่ายทางสังคมปัจจุบันของท่าน ถามตัวท่านว่า:

- ท่านมีความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่นหรือไม่?
- ท่านจะใช้การสนับสนุนจากผู้อื่นมากขึ้นได้หรือไม่?
- ท่านผลักดันผู้อื่นออกไปหรือไม่? หรือท่านสามารถขอความช่วยเหลือเมื่อต้องการได้หรือไม่?

ส่วนใหญ่เพื่อช่วยเหลือผู้อื่น เราต้องรู้ว่าพวกเขากำลังประสบปัญหาหรือไม่ อย่างกลัว อย่างอาย หรืออย่างลึกลับที่จะขอความช่วยเหลือเมื่อท่านต้องการ ไม่ว่าจะเป็นการปรับทุกข์กับบางคนเกี่ยวกับความวิตกกังวลของท่านหรือแม้กระทั่งขอความช่วยเหลือจากบางคน ท่านต้องอ่อนน้อมถ่อมตนและกล้ายอมรับว่าท่านต้องการความช่วยเหลือ แต่บ่อยครั้งพระบิดาบนสวรรค์ทรงอวยพรเราผ่านผู้อื่นเมื่อเราปล่อยให้พวกเขาเข้ามาและยอมให้พวกเขาช่วยเหลือเรา

การพึ่งพาตนเองทางอารมณ์ที่แท้จริงเริ่มจากการรู้จักจำกัดของเราและขอความช่วยเหลือนอกตัวเพื่อเติมช่องว่าง นอกจากนี้ มิตรสหายและครอบครัว ผู้นำศาสนจักรอาจให้คำแนะนำ การนำทาง และความหวังเมื่อท่านต้องการได้เช่นกัน ถ้าท่านอยากได้ประโยชน์จากการปรึกษาผู้เชี่ยวชาญหรือความช่วยเหลือทางการแพทย์เพื่อให้สุขภาพจิตของท่านอยู่ในสภาพดี อธิการสามารถส่งต่อท่านให้นักบำบัดที่มีคุณวุฒิได้เช่นกัน

ตามที่ทุกท่านทราบดี เรามีชีวิตอยู่ในช่วงเวลาท้าทาย แต่เรามีชีวิตอยู่ในช่วงเวลาที่ดีที่สุดเพราะพระกิตติคุณที่ได้รับการฟื้นฟูของพระเยซูคริสต์เช่นกัน เรามีความรู้เรื่องแผนแห่งความรอด และมีเครื่องมือมากมายที่จะช่วยให้เรามีปีติ ความหวัง และสันติสุขไม่ว่าสภาวะการณ์ของเราเป็นเช่นไร และถ้าเราใช้เครื่องมือเหล่านั้นให้เป็นประโยชน์ เครื่องมือดังกล่าวจะช่วยเรากลับไปหาพระบิดาบนสวรรค์ ■

อ้างอิง

1. เดวิด เอ. เบดনার, "By Small and Simple Things Are Great Things Brought to Pass" (คำปราศรัยในการประชุมสตรีของมหาวิทยาลัยบริติช ยังก์ 29 เม.ย. 2011), womensconference.byu.edu.



ท่านสามารถค้นหาประสบการณ์เพิ่มเติมจากคนหนุ่มสาวเกี่ยวกับการรับมือกับโรคซึมเศร้า ความวิตกกังวล และความท้าทายด้านสุขภาพจิตอื่นๆ ได้ที่ Iahona.ChurchofJesusChrist.org และในแอปพลิเคชันที่ว่าพระกิตติคุณสำรวจบทความดิจิทัลเหล่านั้นเหล่านี้:

- คนหนุ่มสาวคนหนึ่งจากฟินแลนด์พูดถึงปัญหาสุขภาพจิตของเธอและการแสดงน้ำใจและการเชื่อมโยงกับผู้อื่นได้ช่วยให้เธอพบทางออกจากความมืดมนของโรคซึมเศร้าอย่างไร
- คนหนุ่มสาวอีกคนที่เคยต่อสู้กับแนวโน้มจะฆ่าตัวตายให้เคล็ดลับ 14 ข้อสำหรับวิธีช่วยให้ผู้อื่นตัดสินใจเลือกจะอยู่ต่อไป
- คนหนุ่มสาวคนหนึ่งจากฟิลิปปินส์เล่าว่าเธอตระหนักและยอมรับว่าเธอต่อสู้กับโรคซึมเศร้าอย่างไรและวิธีที่เธอพบความกล้าที่จะขอความช่วยเหลือ

ครอบครัว ถ้อยแถลงต่อโลก

ฝ่ายประธานสูงสุดและสภาอัครสาวกสิบสอง ของศาสนจักรของพระเยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้าย

6 เราฝ่ายประธานสูงสุด และสภาอัครสาวกสิบสองของศาสนจักรของพระเยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้าย ขอประกาศด้วยความเคารพว่าการแต่งงานระหว่างชายและหญิงได้รับแต่งตั้งจากพระผู้เป็นเจ้าและว่าครอบครัวเป็นศูนย์กลางต่อแผนของพระผู้สร้างเพื่อจุดหมายปลายทางนิรันดร์ของบุตรธิดาของพระองค์

มนุษย์ทั้งหลาย—ชายและหญิง—ได้รับการสร้างในรูปลักษณะของพระผู้เป็นเจ้า แต่ละคนเป็นบิชอปหรือบิชิตาทางวิญญาณของพระบิดาพระมารดาบนสวรรค์ และด้วยเหตุนี้แต่ละคนจึงมีลักษณะและจุดหมายปลายทางแห่งสวรรค์ เพศเป็นบุคลิกภาพสำคัญยิ่งของแต่ละบุคคลก่อนชีวิตมรรตัย ขณะมีชีวิตมรรตัย และเป็นเครื่องบงบอกอัตลักษณ์และจุดประสงค์นิรันดร์

ในอาณาจักรก่อนชีวิตมรรตัย บุตรและธิดาที่เป็นวิญญาณรู้จักและนมัสการพระผู้เป็นเจ้าเป็นพระบิดานิรันดร์ของพวกเขาและยอมรับแผนของพระองค์ ซึ่งตามแผนนั้นบุตรธิดาของพระองค์จะได้รับร่างกายอันเป็นเนื้อหนัง และได้รับประสบการณ์ทางโลกเพื่อพัฒนาไปสู่ความดีพร้อม และในที่สุดจะบรรลุถึงจุดหมายปลายทางแห่งสวรรค์ของพวกเขาเป็นทายาทแห่งชีวิตนิรันดร์ แผนแห่งความสุขจากพระผู้เป็นเจ้าทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัวดำเนินต่อไปหลังความตาย ศาสนพิธีและพันธสัญญาศักดิ์สิทธิ์ที่มีอยู่ในพระวิหารอันศักดิ์สิทธิ์ทำให้เกิดความเป็นไปได้สำหรับแต่ละบุคคลที่จะกลับไปยังที่ประทับของพระผู้เป็นเจ้าและเพื่อที่ครอบครัวจะเป็นหนึ่งเดียวชั่ววันนิรันดร์

พระบัญญัติข้อแรกที่พระผู้เป็นเจ้าประทานแก่อาดัมและเอวาเกี่ยวข้องกับศักยภาพของคนที่สองที่จะเป็นบิดามารดาในฐานะสามีภรรยา เราประกาศว่าพระบัญญัติของพระผู้เป็นเจ้าที่ให้บุตรธิดาของพระองค์ขยายเผ่าพันธุ์และเพิ่มพูนให้เต็มแผ่นดินโลกยังมีผลบังคับ เราขอประกาศต่อไปว่าพระผู้เป็นเจ้าทรงบัญชาว่าอำนาจการสร้างอันศักดิ์สิทธิ์นั้นจะต้องใช้ระหว่างชายและหญิงผู้ซึ่งแต่งงานตามกฎหมายในฐานะสามีและภรรยาเท่านั้น

เราขอประกาศว่า วิถีทางที่ชีวิตมรรตัยได้รับการสร้างขึ้นนั้นเป็นการแต่งตั้งจากสวรรค์ เรายืนยันถึงการชำระชีวิตให้บริสุทธิ์และความสำคัญของสิ่งนี้ในแผนนิรันดร์ของพระผู้เป็นเจ้า

ถ้ามีและภรรยาที่มีความรับผิดชอบสำคัญที่จะรักและดูแลกันรวม

ทั้งรักและดูแลบุตรธิดาของตน “บุตรทั้งหลายเป็นมรดกจากพระเจ้า” (สดุดี 127:3) บิดามารดามีหน้าที่อันศักดิ์สิทธิ์ที่จะเลี้ยงดูบุตรธิดาด้วยความรักและความชอบธรรม จัดหาปัจจัยสนองความต้องการทางร่างกายและทางวิญญาณ สอนพวกเขาให้รักและรับใช้กัน ให้เชื่อฟังพระบัญญัติของพระผู้เป็นเจ้าและเป็นพลเมืองดี เชื่อฟังกฎหมายบ้านเมืองไม่ว่าพวกเขาจะอาศัยอยู่ ณ ที่ใด สามีและภรรยา—บิดาและมารดา—จะมีความรับผิดชอบต่อพระผู้เป็นเจ้าในการปฏิบัติภาระหน้าที่เหล่านี้ให้ลุล่วง

ครอบครัวได้รับแต่งตั้งจากพระผู้เป็นเจ้า การแต่งงานระหว่างชายและหญิงเป็นสิ่งสำคัญยิ่งต่อแผนนิรันดร์ของพระองค์ เด็กมีสิทธิ์ถือกำเนิดภายในพันธะของการสมรสและได้รับการเลี้ยงดูจากบิดามารดาที่รักษาคำปฏิญาณของการแต่งงานด้วยความซื่อสัตย์อย่างแท้จริง ความสุขในชีวิตครอบครัวส่วนมากจะสำเร็จได้เมื่อมีพื้นฐานบนคำสอนของพระเจ้า พระเยซูคริสต์ การแต่งงานและครอบครัวที่ประสบความสำเร็จได้รับการสถาปนาและชำระไว้ด้วยหลักธรรมแห่งศรัทธา การสวด อ่อนวอน การกลั้วใจ การให้อภัย ความเคารพ ความรัก ความเห็นอกเห็นใจ การทำงานและกิจกรรมนันทนาการที่ดีงาม โดยแบบแผนของพระผู้เป็นเจ้า บิดาเป็นผู้นำครอบครัวด้วยความรัก ด้วยความชอบธรรม และรับผิดชอบที่จะจัดหาสิ่งจำเป็นต่างๆ ของชีวิต และคุ้มครองครอบครัว มารดารับผิดชอบเบื้องต้นในการเลี้ยงดูบุตรธิดา ในความรับผิดชอบอันศักดิ์สิทธิ์เหล่านี้บิดาและมารดามีหน้าที่ช่วยเหลือกันในฐานะเป็นหุ้นส่วนเท่าๆ กัน ความพิการ ความตาย หรือสภาพการณ์อื่นๆ อาจทำให้แต่ละบุคคลจำเป็นต้องปรับตัว ญาติพี่น้องควรให้ความช่วยเหลือเมื่อจำเป็น

เราขอเตือนว่าผู้ใดก็ตามที่ฝ่าฝืนพันธสัญญาแห่งความบริสุทธิ์ทางเพศ ผู้ที่ทำร้ายคู่ครองหรือบุตรธิดา หรือผู้ที่ล้มเหลวต่อสัมฤทธิ์ผลของความรับผิดชอบในครอบครัว วันหนึ่งเขาจะยืนขึ้นเจงต่อพระพักตร์พระผู้เป็นเจ้า นอกจากนี้ เราเตือนว่าการแตกสลายของครอบครัวจะน่าภัยพิบัติมาสู่ตัวบุคคล ประชาคม และประชาชาติตั้งที่ศาสนาดำเนินการในสมัยโบราณและปัจจุบันพยากรณ์ไว้

เราเรียกร้องประชาชนพลเมืองและเจ้าหน้าที่รัฐบาลผู้มีความรับผิดชอบทุกหนแห่งให้ส่งเสริมการวางมาตรการเหล่านั้นเพื่อชำระและเสริมสร้างความมั่นคงให้ครอบครัวในฐานะหน่วยพื้นฐานของสังคม

คนหนุ่มสาว

มีปัญหาสุขภาพจิตอยู่หรือไม่?
เดือนนี้ หาเกร็ดความรู้และ
เรื่องราวการรักษาและทำให้
สุขภาพจิตของท่านดีขึ้น

42

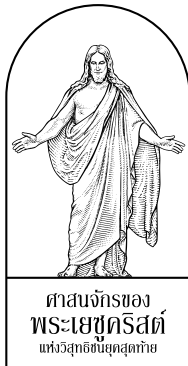


เยาวชน
จดบันทึกที่
การประชุมใหญ่สามัญ

สมุดบันทึก

บิตามราคา
กิจกรรมสำหรับ
การประชุมใหญ่สามัญ

พ12



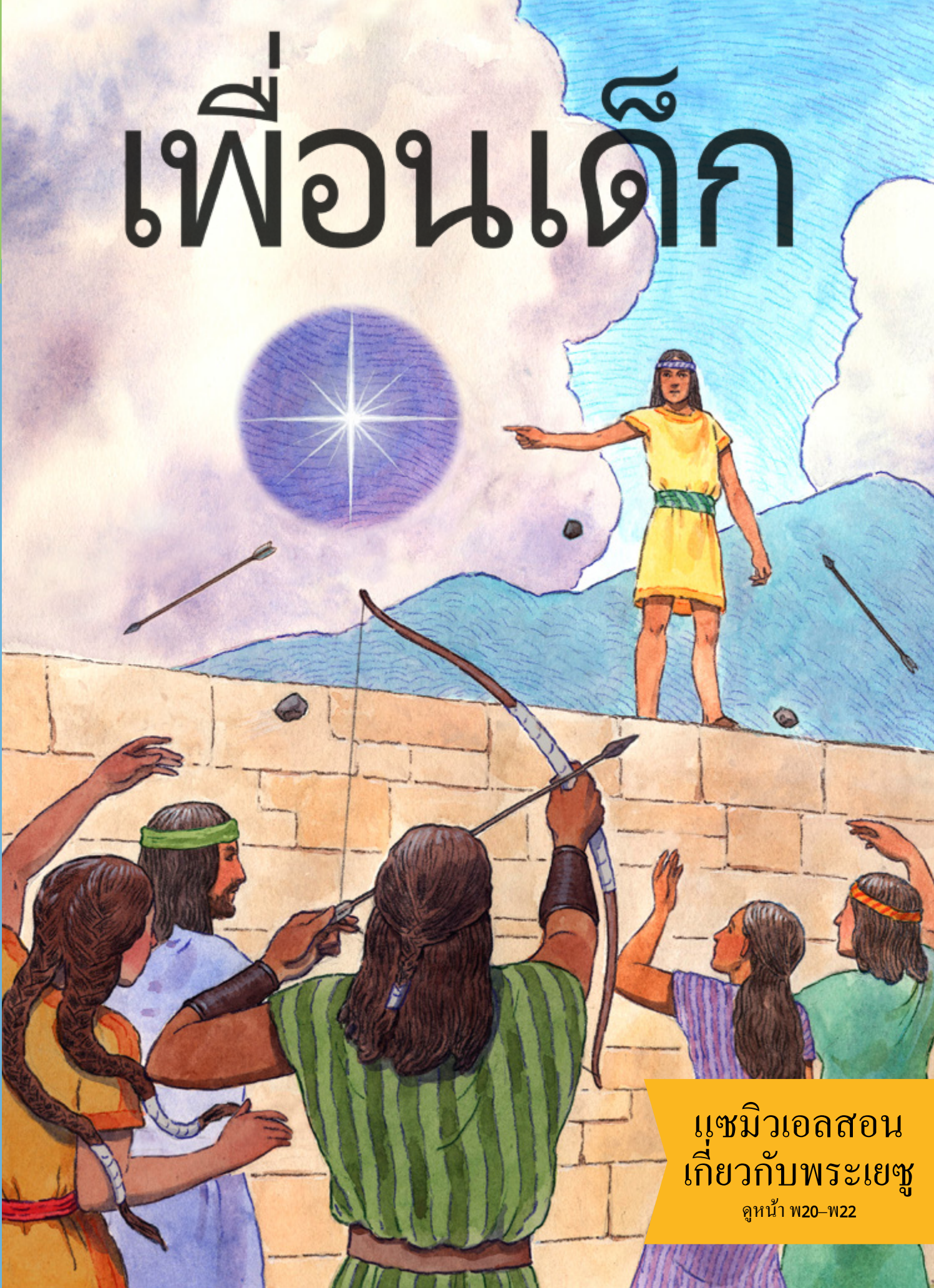
ศาสนจักรของ
พระเยซูคริสต์
แห่งสุทธินิยมยุคสุดท้าย



๕- เพื่อนเด็ก

กันยายน 2020

หมวดเพื่อนเด็กของ เลียโฮนา จัดพิมพ์โดยสถาบันจักรของพระเยซูคริสตแห่งนิวซีแลนด์



แซมมิวเอลสอน
เกี่ยวกับพระเยซู

คู่มือ หน้า ๒0-๒2



โดย ประธาน
เฮนรี่ บี. อายริงก์
ที่ปรึกษาที่สองใน
ฝ่ายประธานสูงสุด

รัก ครอบครัวของเรา

ศาสดาพยากรณ์แอลมาบอกผู้คนที่ว่าพวกเขาควรมีใจ “ผูกพันกันไว้ในความเป็นหนึ่งเดียวและในความรักที่มีต่อกัน” (โมไซยาห์ 18:21) บางครั้งเรารู้สึกถึงความ เป็นหนึ่งเดียวกันได้ยากในครอบครัว แต่พระวิญญูญาณ บริสุทธิทรงช่วยเราได้

ครั้งหนึ่งลูกชายเรากระโดดอยู่บนเตียงของเขา เขากระโดดแรงมากจนข้าพเจ้าคิดว่า

เตียงอาจจะหัก! ข้าพเจ้ารู้สึกหงุดหงิด จึงเดินไปคว้าไหล่ เขา ยกตัวเขาขึ้นมาในระดับที่ตาเราสบกัน

จากนั้นข้าพเจ้าได้ยินสุรเสียงแผ่วเบาของพระ วิญญูญาณในจิตใจข้าพเจ้าว่า “เจ้ากำลังจับคนดีคนหนึ่ง” คำพูดเหล่านั้นลงลึกในใจข้าพเจ้า ข้าพเจ้าวางลูกชาย กลับลงบนเตียงอย่างนุ่มนวลและขอโทษ

ตอนนี้ลูกชายข้าพเจ้ากลายเป็นผู้ชายที่ดี ข้าพเจ้า สำนึกคุณชั่ววันจันทร์ที่พระวิญญูญาณบริสุทธิทรงช่วย ให้ข้าพเจ้ามองเห็นเขาเช่นที่พระบิดาบนสวรรค์ทรง มองเห็น—ในฐานะบุตรของพระองค์

เราลองฟังพระวิญญูญาณบริสุทธิได้ เมื่อเรามองเห็นกันและกันและกันและแม่เมื่อ เรานึกถึงกันและกัน นั่นจะช่วยให้เรามี ความรักมากขึ้นในครอบครัวเรา ●

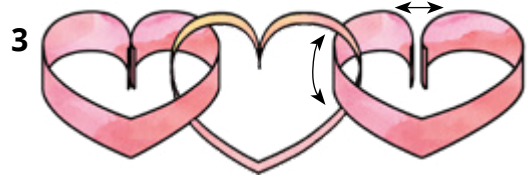
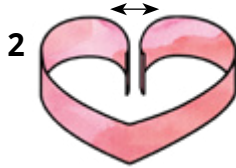
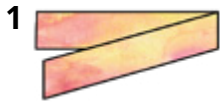
ตัดแปลงจาก “เรามอบสันติสุขไว้กับพวกท่าน,”
เลียโฮนา, พ.ศ. 2017, 15–18



พัฒนาความรัก

ตัดกระดาษเป็นแถบยาวแล้วใส่ไว้ในซาม
หลังจากทำกิจกรรมหนึ่งในนั้นแล้ว ให้เพิ่ม
ห่วงโซ่หนึ่งห่วงเข้าไปในโซ่หัวใจของท่าน

1. พับครึ่งแถบกระดาษ
2. งอปลายกระดาษเข้าหากันทำเป็นรูปหัวใจ ใช้ลวดเย็บ
กระดาษหรือกาวติดปลายเข้าด้วยกัน
3. วิธีทำสายโซ่คือสอดปลายหัวใจดวงถัดไปเข้าด้านในหัวใจ
ดวงแรกก่อนเย็บปลายติดกัน



ถามว่าท่านจะช่วยอะไรได้บ้าง

คุยกันเรื่องความหลังสนุกๆ

สวดอ้อนวอนให้คนในครอบครัวท่าน

เขียนข้อความแสดงความรักต่อใครบางคน

ถามใครบางคนว่าวันนี้เป็นอย่างไรบ้าง

นำเครื่องดื่มหรือขนมมาให้ใครบางคน

บอกใครบางคนว่าพวกเขาสำคัญต่อท่าน

เล่นเกมหรือไปเดินเล่นด้วยกัน

พูด “ขอโทษ” เมื่อต้องพูด



ท่านจะทำอะไรได้บ้างเพื่อช่วยให้ครอบครัวท่านรู้สึกถึงความรักมากขึ้น?

แก้วน้ำอุ่น

โดย มินจุง ปาร์ค
(เรียบเรียงตามเรื่องจริง)



มินจุงกับคุณพ่อรีบเข้าไปในอาคารศาสนจักร ลมเย็นจัดพัดไล่หลังพวกเขา ข้างในอาคารก็หนาวเหมือนกัน มินจุงหวังว่าจะอุ่นขึ้นเมื่อมีคนมารวมตัวกันมากขึ้น จุงมินเพื่อนของมินจุงจะรีบวิ่งปัดตีมาวันนี้ จุงมินพบกับซิสเตอร์ผู้สอนศาสนาแล้วและคิดเรื่องรีบปัดตีมานานแล้ว ทั้งวอร์รดอดอาหารและสวดอ้อนวอนให้เขา จนเขาตัดสินใจรีบปัดตีมาในที่สุด และวันนี้เป็นวันปัดตีมาของเขา!

อายังเติมน้ำเมื่อมินจุงกับคุณพ่อเดินเข้าไปในห้อง ทั้งสองนั่งลงข้างๆ เจมส์เพื่อนของมินจุง ไม่นานจุงมินก็เดินเข้ามา เขาสวมชุดปัดตีมาสีขาว

“ดูเขากลับหน้าหน่อยๆ นะ” เจมส์พูด

มินจุงพยักหน้า เขาดีใจที่ได้อยู่ที่นี้เพื่อเพื่อนของเขา ไม่นานอังกี้ก็เติม ถึงเวลาเริ่มพิธีปัดตีมา! แต่แทนที่จะเริ่ม ผู้สอนศานากำลังคุยกับสมาชิกบางคนอยู่ และมีสีหน้าวิตกกังวล คุณพ่อเดินไปถามว่าเกิดอะไรขึ้น

“มีเรื่องอะไรหรือครับ?” มินจุงถามคุณพ่อ

“เครื่องทำน้ำอุ่นในตึกเสีย น้ำในอ่างก็เลยเย็นมาก” คุณพ่อตอบ

มินจุงมองดูอ่าง เมื่อเขารีบปัดตีมา อากาศอุ่น น้ำอุ่น และอุ่นแม้กระทั่งการสวมกอดของคุณพ่อขณะขึ้นมาจากน้ำ เขานึกภาพการรีบปัดตีมาในน้ำเย็นในวันที่อากาศหนาวขนาดนี้ไม่ออก

มินจุงจับตามองขณะจุงมินก้าวลงไปใต้น้ำอย่างกล้าหาญกับเฮลเดอร์เค็กผู้จะให้ปัดตีมาเขา

“เย็นมาก!” จุงมินพูด “ผมอยู่ต่อไม่ไหวแล้ว” เขาตัวสั่นขณะรีบขึ้นมาจากอ่าง มินจุงรู้สึกสงสารเขา

ไม่กี่นาทีต่อมา จุงมินพยายามลงไปใต้น้ำอีกครั้ง คราวนี้เขาลงไปได้แค่ไม่กี่ก้าวก็รีบขึ้น เขาพยายามอีกสองครั้ง น้ำเย็นจัด! “เราหยุดได้ไหมครับ?” จุงมินถามในที่สุด ดูเหมือนเขากำลังจะร้องไห้

มินจุงกล่าวคำสวดอ้อนวอนในใจทูลถามว่าเขาจะช่วยให้ได้อย่างไร

“เราจะทำอย่างไรดี?” มีคนถาม

“เราเลื่อนปัดตีมาออกไปก่อนไหม?” อีกคนถาม ทุกคนต้องการช่วยจุงมิน แต่ไม่ทราบว่าจะทำอย่างไร แล้วมินจุงก็นึกออก เขาสะกิดเจมส์ “ไปเร็วเจมส์!” มินจุงกับเจมส์เข้าไปในครัว พวกเขาพบแก้วใบใหญ่

น้ำในอ่างเย็น
เหมือนน้ำแข็ง
แล้วมินจงก็
 निकออก



กับชาสมุนไพร และเติมน้ำร้อนจากเครื่องจ่ายน้ำ พวกเขาถือแก้วกับชากลับไปในโถส้วมอย่างระมัดระวัง และเทน้ำร้อนลงอ่าง “น้ำจะช่วยทำให้น้ำอุ่นขึ้น!” มินจงบอก

ทุกคนประหลาดใจ “ทำไมเราไม่คิดเรื่องนี้?” มีคนถาม

ทุกคนเริ่มช่วยกันเติมน้ำร้อนจากคร้ว บางคนต้มน้ำบนเตา หลายคนถือหม้ออย่างระมัดระวังผ่านห้องโถงมาเทน้ำร้อนลงอ่าง แม้แต่เด็กปฐมวัยคนอื่นๆ ก็ช่วยล้างน้ำที่สะอาด

ในที่สุดน้ำก็อุ่นพอ จุงมินกับเอิลเตอร์เค็กเดินลงไปในห้องมินจงรู้สึกอบอุ่นในใจขณะฟังเอิลเตอร์เค็กกล่าวคำสวดอ้อนวอนบัพติศมา เมื่อจุงมินขึ้นมาจากน้ำ เขายิ้ม ทุกคนมีความสุข

หลังจากจุงมินเปลี่ยนชุดแล้ว มินจงกอดเขาแน่น มินจงรู้ว่าเมื่อ

เขาสวดอ้อนวอนด้วยความกล้าหาญ พระบิดาบนสวรรค์จะทรงช่วยให้เขารู้ว่าต้องทำอะไร บัพติศมาครั้งนี้เป็นบัพติศมาที่มินจงไม่มีวันลืม! ●

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในกรุงโซล เกาหลีใต้



จุงมินกับผู้สอนศาสนา และกับบางคน ที่ช่วยกันล้างน้ำ

สวัสดี จาก กัวเตมาลา!



สวัสดี เราชื่อ
มาร์โกกับเปาโล

เราจะเดินทางไปรอบ
โลกเพื่อเรียนรู้เกี่ยวกับ
ลูกๆ ของพระผู้เป็นเจ้า
เชิญร่วมเดินทางไปเยื่อ
กัวเตมาลากับเรา!



กัวเตมาลา อยู่ในอเมริกากลาง
ประชากรประมาณ 17 ล้านคนอาศัยอยู่
ที่นั่น และประมาณ 300,000 คนเป็น
สมาชิกของศาสนจักร

คนจำนวนมากเดินทางไป
มาด้วยรถบัสที่แสนสะดวก

เด็กชายคนนี้ช่วย
ครอบครัวขน
ฟืน



เกตซ์ลขณสีนกชนิดเป็นนกประจำชาติ
ของกัวเตมาลา “เกตซ์ล” เป็นสกุลเงิน
ของกัวเตมาลาด้วย

มีภูเขาไฟ 30 ลูกในกัวเตมาลา
สามลูกกำลังปะทุ! หนึ่งลูกระเบิด
ไปแล้วเมื่อปี 2015

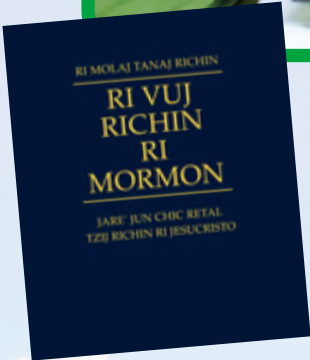
ครอบครัวนี้ในกัวเตมาลา กำลังศึกษาพระคัมภีร์
ด้วยกัน ท่านศึกษาพระคัมภีร์กับใคร?



พบเพื่อนบางคนของ
เราจากกัวเตมาลา!



เมื่อคุณแม่ออกไปทำงาน
สมาชิกของศาสนจักรช่วยเรา
เรื่องอาหาร นี่สอนผมให้รู้วิธี
แบ่งปันกับคนที่ไม่มีมาก
ดาร์วิน เอ็ม. อายุ 9 ขวบ
ไซโลลา กัวเตมาลา



นี่เป็นปกพระคัมภีร์มอรมอน
ในภาษา Cakchiquel
Cakchiquel เป็นหนึ่งใน
ภาษาประจำชาติ
18 ภาษาในกัวเตมาลา
ภาษาสเปนเป็นภาษา
ราชการของประเทศนี้



เราเรียนรู้ว่าอัครสาวกเปาโล
สั่งสอนพระกิตติคุณกับทุกคน
หนูรู้ดีว่าควรแบ่งปันพระ
คัมภีร์มอรมอนให้กับเพื่อนๆ
หนูเขียนประกาศ์พยานใน
แต่ละเล่มและมอบให้พวกเขา
หนูมีความสุขเมื่อรู้ว่าพวกเขา
เขาอ่าน
ซิเมนา แอล. อายุ 9 ขวบ
ซากาเตเปเลเวช กัวเตมาลา

บางครอบครัวในกัวเตมาลาใช้
pilas—อ่างนอกบ้านสี่สไลด์—
ล้างจานและซักเสื้อผ้า



ท่านมาจากกัวเตมาลาหรือไม่?
ช่วยเขียนบอกเราที! เราอยากฟัง
เรื่องราวจากท่าน!

ขอบคุณที่สำรวจ
กัวเตมาลา กับเรา
แล้วพบกันใหม่!



แดนนา กับ การสอบ คณิตศาสตร์

โดย อู๋ชี สตีเวนสัน
นิตยสารศาสนจักร
(เรียบเรียงตามเรื่องจริง)

“สวดอ้อนวอนเสมอ, เพื่อ
เจ้าจะออกมาอย่างผู้ชนะ”
(หลักคำสอนและ
พันธสัญญา 10:5)

“แดนนา” คุณแม่เรียก
“พร้อมไปโรงเรียนหรือ
ยัง? ได้เวลาอ่านพระคัมภีร์
แล้วจะ!”

“มาแล้วค่ะ!” แดนนา
สอดหนังสือคณิตศาสตร์ใส่
กระเป๋านักเรียนสีส้มสดใส
แล้วสะพายย่า

แดนนากับครอบครัวท่องพระคัมภีร์สัปดาห์ละข้อ
แต่ละวันก่อนไปโรงเรียนพวกเขาฝึกท่องด้วยกัน คุณแม่
พูดว่าการเรียนพระคัมภีร์ข้อใหม่เหมือนกับการผูกมิตร
เพื่อนใหม่ “ทันทีที่ท่องขึ้นใจ ข้อนั้นก็จะมีอยู่ในใจให้ลูกใช้
ในยามต้องการ”

แดนนากับน้องสาวยืนอยู่ข้างประตูและท่องข้อประจำ
สัปดาห์ ข้อนั้นมาจากหลักคำสอนและพันธสัญญา

“สวดอ้อนวอนเสมอ, เพื่อเจ้าจะออกมาอย่างผู้ชนะ”
พวกเธอพูดพร้อมกัน

“ออกมาอย่างผู้ชนะ” หมายความว่าอะไรคะ?”
ทาเทียนนากน้องสาวของแดนนากลาม

“หมายความว่าน้องสามารถทำอะไรยากๆ ได้!”
แดนนาตอบ



คุณแม่พยักหน้า “เมื่อ
เราสวดอ้อนวอน พระบิดา
บนสวรรค์จะทรงช่วยเรา”
แดนนาทวนพระคัมภีร์
ในใจหลายรอบขณะเธอรีบ
ไปโรงเรียน

สายวันนั้น ครูของแดนนา
ยืนอยู่หน้าห้องเรียนใกล้กับ
ธงชาติแก้วเตมลาสีฟ้าขาว
“ได้เวลาสอบคณิตศาสตร์

แล้วค่ะ” เซโนรา มอราเลสพูด เธอเริ่มแจกข้อสอบ
แดนนาชอบคณิตศาสตร์ เธอเก่งคณิตศาสตร์!

เธอเตรียมสอบมาอย่างดี และรู้ว่าเธอจะทำได้ดี
แดนนาหยิบดินสอและเริ่มทำ เธอรู้สึกดีกับคำตอบ
ของเธอ แล้วก็มาถึงข้อสอบชุดสุดท้าย มันยากมาก
เธอจำวิธีทำไม่ได้!

แดนนาไม่รู้สักลนลาน เธอจะทำข้อสอบเสร็จได้อย่างไร?
เธอกำดินสอแน่นและอ่านข้อต่อไปอีกครั้ง

จากนั้นความคิดหนึ่งก็แวบเข้ามาในสมอง
“สวดอ้อนวอนเสมอ, เพื่อเจ้าจะออกมาอย่างผู้ชนะ...”

แดนนาสุดลมหายใจ เธอหลับตาและกล่าวคำสวดอ้อน
วอนเจียบๆ ในใจ พระบิดาบนสวรรค์ โปรดทรงช่วยให้ข้า
พระองค์จำสิ่งที่เรียนรู้มาได้ โปรดทรงช่วยให้ข้าพระองค์
ทำข้อสอบได้ด้วยเถิด



แดนหมองกระตาดขาข้อสอบอีกครั้ง เธอดูข้อที่ตอบไป
แล้ว จากนั้นก็ดูข้อยากอีกครั้ง เธอเริ่มจำวิธีทำได้! ความ
กลัวหายไป เธอสูดลมหายใจอีกครั้งและทำต่อ

หลังเลิกเรียน แดนนาตื่นตื่นที่จะเล่าให้ครอบครัวฟัง
ว่าเกิดอะไรขึ้น

“ตอนแรกหนูจำวิธีทำข้อสอบบางข้อไม่ได้” แดนนา
เล่า “แล้วหนูก็นึกถึงข้อพระคัมภีร์ที่เราท่องอยู่ หนูก็เลย
สวดอ้อนวอนและพระบิดาบนสวรรค์ทรงช่วยหนู”

“เยี่ยมไปเลย!” คุณแม่บอก

“พี่ออกมาอย่างผู้ชนะ!” ทาเทียนนาพูด

แดนนาหัวเราะ “ใช่แล้ว! ได้คะแนนเท่าไรไม่สำคัญ
หนูรู้ว่าหนูทำดีที่สุดแล้ว” เธอกอดคุณแม่กับทาเทียน-
นาแน่น เธอแทบอดใจรอข้อพระคัมภีร์ที่จะท่องสัปดาห์
หน้าไม่ไหว! ●



เรื่องนี้เกิดขึ้นในกัวเตมาลา ไปที่หน้า พ6 เพื่อเรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับ
ประเทศนั้น!



โดย ชิสเตอร์
ลิซา แอล. ฮาร์กเนสส์
ที่ปรึกษาที่หนึ่งในฝ่าย
ประธานปฐมวัยสามัญ

ลูกๆ ของพระบิดา พระมารดา บนสวรรค์



ถึงแม้เรา
ถึงแต่ละคนมี
ประสบการณ์นั้น
แผ่นดินโลกต่างกัน
แต่เราทุกคนมีอย่าง

หนึ่งเหมือนกัน นั่นคือเรา **ทุกคน** เป็นลูกของพระบิดา
พระมารดาบนสวรรค์!

ครั้งหนึ่งดิฉันพบกับสตรีกรุปหนึ่งในแอฟริกาใต้
ดิฉันเริ่มฮัมเพลงสวด “เราขอบพระทัยสำหรับศาสนา”
หลังจากฮัมไปได้ไม่กี่โน้ต พี่น้องสตรีเหล่านั้นก็ส่งเสียง
ร้องออกมา! เสียงเพลงของพวกเขาก็ทำให้จิตวิญญาณ
ของดิฉันอืมเอม เราทุกคนรู้สึกถึงความรักของพระ
ผู้เป็นเจ้า

ระหว่างการเดินทางครั้งเดียวกันนี้ ดิฉันไปเยือนดีอาร์
คองโก พบกับสตรีและเด็กหญิงทั้งหลายที่การให้ข้อคิด
ทางวิญญาณวันอาทิตย์ พวกเขานั่งรถโดยสารจากทั่วทุก
มุมเมืองมาร่วมประชุม มีคนเยอะมากจนเราต้องเพิ่ม
เก้าอี้พิเศษตรงช่องทางเดิน และหลายคนต้องยื่นตัวออก
นอกหน้าต่างเพื่อให้ทุกคนอยู่ในห้องได้! ดิฉันประทับใจ
สตรีเหล่านั้นมาก พวกเขากำลังเปลี่ยนชุมชนในวิธีที่ได้ผล
พวกเขากำลังแบ่งปันความรักของพระผู้เป็นเจ้า

ดิฉันพบเด็กปฐมวัยในแอฟริกาเยอะมาก หลายคน
เป็นสมาชิกศาสนจักรเพียงคนเดียวในครอบครัว แต่
พวกเขามาโบสถ์เองทุกสัปดาห์ ปฐมวัยช่วยให้พวกเขา
รู้สึกถึงความรักของพระผู้เป็นเจ้า

คนแอฟริกามาจากหลายประเทศหลายวัฒนธรรม
พวกเขาพูดหลายภาษา พวกเขาเล่าเรื่องราวในศรัทธาและใน
ความรักต่อพระผู้เป็นเจ้า เมื่อดิฉันมองเข้าไปในดวงตา
ของพวกเขา ดิฉันรู้สึกได้ว่าพวกเขา^{รู้}ความจริงและมี
ประจักษ์พยานถึงพระกิตติคุณที่ได้รับการฟื้นฟูของ

พระเยซูคริสต์ พวกเขา^{รู้}ว่าพวกเขาเป็นลูกของพระบิดา
พระมารดาบนสวรรค์

ท่านก็เช่นกัน ท่านเป็นลูกของพระบิดาพระมารดา
บนสวรรค์ พระองค์ทรงรักท่าน! ●

ดัดแปลงจาก Aubrey Eyre, “Sister Cordon and Sister Harkness Say
African Women Are a PowerFul Force for Change,” Church News,
11 มิถุนายน 2019



สตรีที่ช่วยนำ ศาสนจักร

ระบายสีภาพพี่น้องสตรีเหล่านี้แล้วมองหาพวกเธอ
แต่ละคนบนยกพื้นในช่วงการประชุมใหญ่สามัญ
คนใดพูดหรือสวดอ้อนวอนในช่วงการประชุมใหญ่?
ท่านเรียนรู้อะไรจากพวกเธอ?

กิจกรรมการ
ประชุมใหญ่
สามัญ



ซิสเตอร์ลิซา แอล. ฮาร์คนเนสส์
ที่ปรึกษาที่หนึ่งในฝ่าย
ประธานปฐมวัยสามัญ



ซิสเตอร์จอย ดี. โจนส์
ประธานปฐมวัยสามัญ



ซิสเตอร์คริสตีนา บี. ฟรังค์
ที่ปรึกษาที่สองในฝ่าย
ประธานปฐมวัยสามัญ



ซิสเตอร์มิเชลล์ ดี. แครก
ที่ปรึกษาที่หนึ่งในฝ่าย
ประธานเยาวชนหญิงสามัญ



ซิสเตอร์บอนนี่ เอช. คอร์ดอน
ประธานเยาวชนหญิงสามัญ



ซิสเตอร์เบกกี แครเวน
ที่ปรึกษาที่สองในฝ่าย
ประธานเยาวชนหญิงสามัญ



ซิสเตอร์แชรอน ยูบังค์
ที่ปรึกษาที่หนึ่งในฝ่าย
ประธานสมาคมสงเคราะห์สามัญ



ซิสเตอร์จิ้น บี. บิงแฮม
ประธานสมาคมสงเคราะห์สามัญ

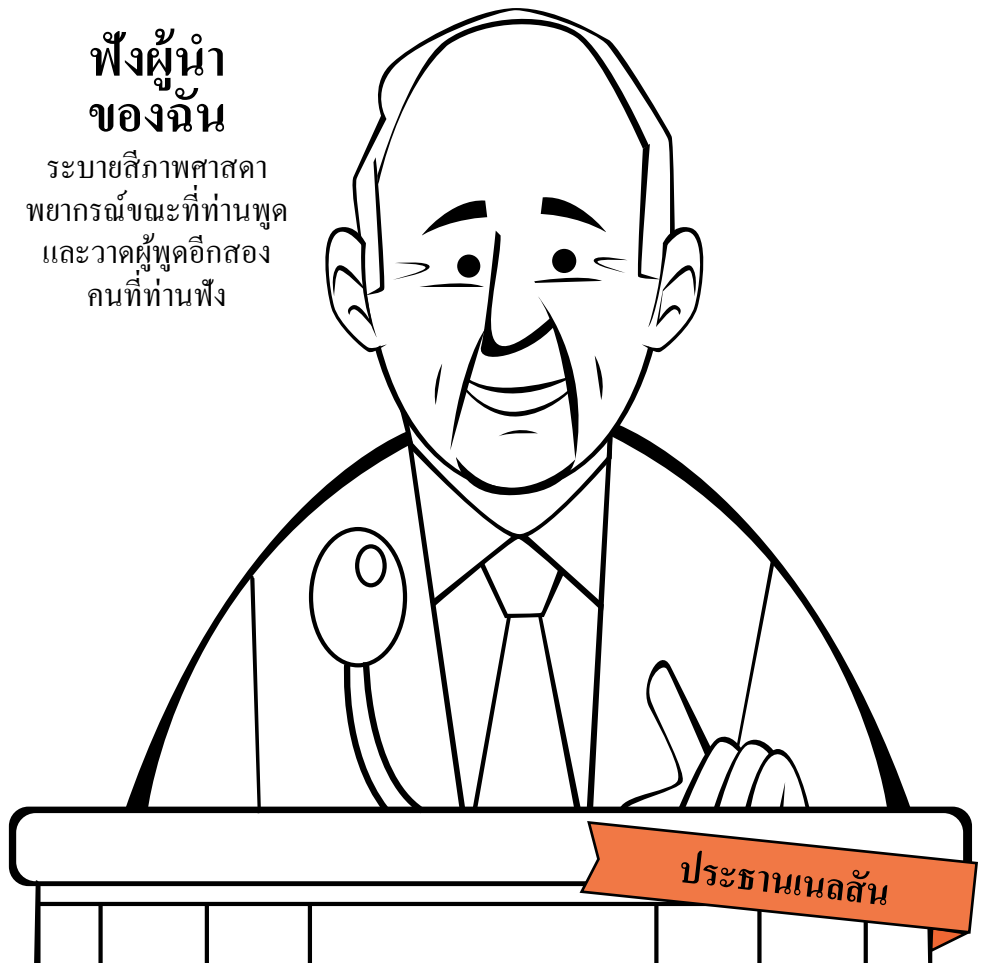


ซิสเตอร์เรย์นา ไอ. อะบัวร์โตรี
ที่ปรึกษาที่สองในฝ่าย
ประธานสมาคมสงเคราะห์สามัญ

สมุดบันทึกการประชุม ใหญ่สามัญของฉัน

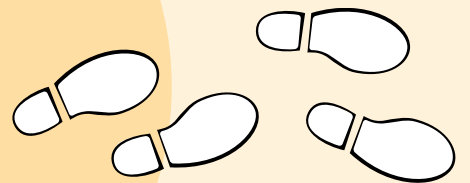
ฟังผู้นำ ของฉัน

ระบายนิติภาพศาสตรา
พยากรณ์ขณะที่ท่านพูด
และวาดผู้พูดอีกสอง
คนที่ท่านฟัง



ทำตามพระเยซู

แต่ครั้งที่ท่านได้ยินคนพูดเกี่ยวกับพระเยซู ให้ระบายนิติภาพเพื่อหนึ่ง
คู่จนกว่าท่านจะไปถึงพระผู้ช่วย
ให้รอด พระองค์ทรงรักท่าน!





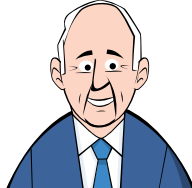
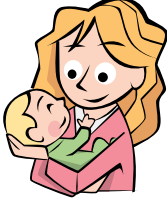
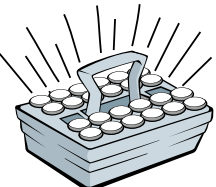

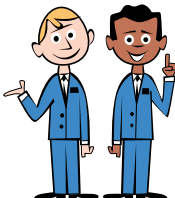


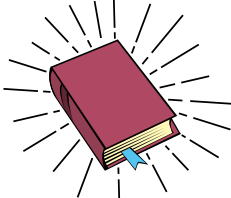



ท่านดูภาคการประชุมใหญ่สตรีหรือไม่?

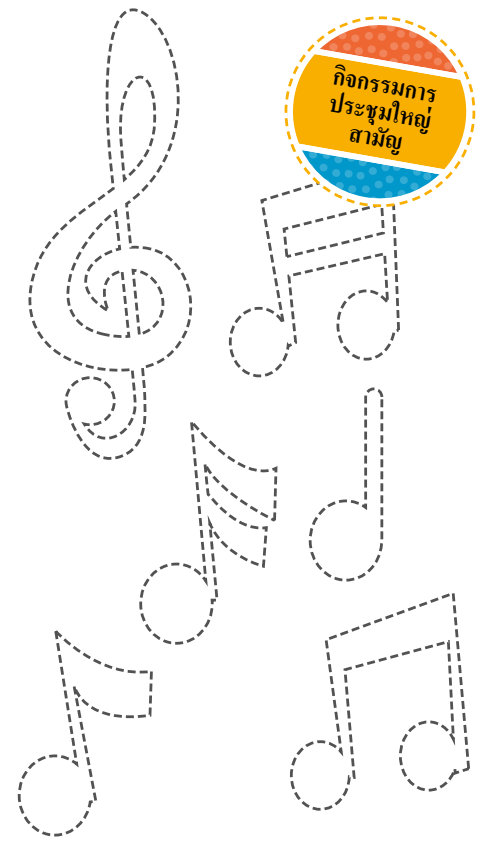
หากภาพของสตรีที่ช่วยนำศาสนจักรใน หน้า ๗๑๑ ของ *เพื่อนเด็ก* เดือนนี้!

คำที่ฉันได้ยิน

วงกลมภาพเหล่านี้เมื่อมีคนพูดเกี่ยวกับภาพ
ดังกล่าว หรือวาดคำอื่นที่ฉันได้ยิน

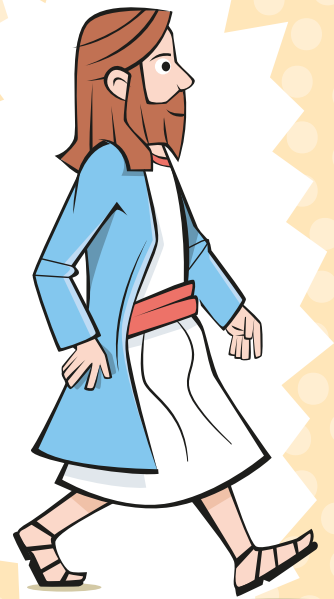
		
		
		
		
		
		

กิจกรรมการ
ประชุมใหญ่
สามัญ



เพลงไพเราะ

ลากตามรอยโน้ตเพลงเหล่านี้
ขณะฟังคณะนักร้องประสาน
เสียงร้องเพลง แล้วระบายสี!



ภาพประกอบโดย ธนวิทย์ ชูมิตร



งานสำคัญ ที่สุด

โดย ลินดา จี. พอลเซ็น
(เรียบเรียงตามเรื่องจริง)

“เราอยู่ท่ามกลางพวกท่านเหมือนกับผู้ปรนนิบัติ”
(ลูกา 22:27)

อมีเลียชอบไปเยี่ยมคุณยาย เธอชอบเล่นกับสัตว์ของ
เล่นและกอดผ้าห่มนุ่มๆ ผืนใหญ่ของคุณยาย แต่
วันนี้ไม่ได้มาเล่น วันนี้มาช่วย

ระหว่างทางไปบ้านคุณยาย พี่สาวของอมีเลียคุยกัน
เรื่องงานที่พวกเธออยากทำ

ซาราห์อยากกวาดพื้น อมีเลียอยากถูพื้น และคุณแม่
ขอให้อลิสาทำความสะอาดหน้าต่าง

“แล้วหนูล่ะคะ?” อมีเลียถาม “หนูช่วย
ปัดฝุ่นไหมคะ?”

“แม่มีงานพิเศษให้หนูทำ”
คุณแม่บอก “แม่อยากให้
หนูฟัง”



อมีเลียรอ “คะ หนูฟังอยู่คะ งานอะไรคะ?”
“นั่นแหละงาน!” คุณแม่พูดพร้อมกับหัวเราะ “แค่ ฟัง นั่งกับคุณยายและฟังขณะทำงานพูด อาจจะเป็นงาน สำคัญที่สุดที่เราทำวันนี้”

การฟังจะเป็นงานสำคัญที่สุดได้อย่างไร? อมีเลียสงสัย ดูเหมือนการปัดฝุ่นจะเป็นงานจริงมากกว่า! แต่อมีเลีย เต็มใจลองทำ

คุณยายดีใจที่เห็นพวกเธอ ทุกคนเริ่มทำงานของพวกเขา อมีเลียไปนั่งข้างๆ คุณยายบนโซฟา อมีเลียสังเกตเห็นกระต่ายยัดขนนุ่มๆ มุมหนึ่ง “หนูชอบกระต่ายของคุณยาย” เธอบอก

คุณยายยิ้ม “ยายเคยเล่าเรื่องเมลฟ์ชายของยายกับ ลูกกระต่ายให้หนูฟังหรือยัง?”

อมีเลียประหลาดใจ “กระต่ายจริงหรือคะ?”

คุณยายพยักหน้า “มันเป็นลูกกำพร้าตอนที่เขาเจอ เขาเอามันซุกไว้ในเสื้อเพื่อให้มันปลอดภัย” คุณยายเล่า ให้อมีเลียฟังเกี่ยวกับกรงกระต่ายที่เมลฟ์ทำขึ้นมา

เรื่องนั้นทำให้คุณยายนึกได้อีกหลายเรื่อง ท่านเล่าเรื่อง วัวตัวน้อยที่เลี้ยงไว้ดูเล่นชื่อสตาร์ ท่านเคยขี่หลังสตาร์! อมีเลียหัวเราะคิกคักขณะนี้ภาพคุณยายขี่วัวตัวน้อย เธอเห็นภาพไม่ออกเมื่อคุณยายเป็นเด็กหญิงตัวเล็กๆ

คุณยายพูดและพูด ท่านเล่าเรื่องกระต่ายอีกครั้ง คราวนี้ท่านหยุดกลางเรื่องและเล่าใหม่

อมีเลียพยายามฟัง แต่เธอเริ่มเบื่อ คุณแม่กับพี่ๆ ยังทำงานอยู่

เป็นเรื่องยากที่จะนั่งและฟัง! แต่คุณยายยิ้ม ดูเหมือน ท่านมีความสุขที่ได้เล่าเรื่องต่างๆ ของท่าน

ไม่กี่นาทีให้หลัง คุณแม่เข้ามา “เสร็จเรียบร้อยแล้ว! ไปกันได้แล้ว”

“ดีมากเลย” คุณยายบอกอมีเลีย “ยายชอบคุยกับ หนู!”

อมีเลียกอดคุณยายแน่น เธอเห็นคุณยายน้ำตาคลอ “เป็นอะไรหรือเปล่าคะ?” อมีเลียถาม

“ไม่เป็นอะไรคะ” คุณยายตอบ “ขอบใจนะจ๊ะที่คุยกับ ยาย ยายรักหนูนะ”

อมีเลียรู้สึกอบอุ่นในใจ “หนูก็รักคุณยายคะ” เธอตอบ “หนูจะมาหาใหม่ นะคะ”

ระหว่างทางกลับบ้าน อลิซซาถามว่า “ฟังเป็นไงบ้าง อมีเลีย?”

“ยากกว่าที่หนูคิดไว้ หนูคิดว่าหนูเมื่อฟังก่อนที่คุณ ยายจะพูดจบ!”

“ลูกเก่งมากจ้ะ!” คุณแม่พูด

“ขอบคุณคะ” อมีเลียพูด “บางเรื่องที่ท่านเล่าก็ สนุกคะ รู้หรือเปล่าว่าคุณยายเคยมีวัวตัวน้อยที่เลี้ยงไว้ ดูเล่น?”

“ลูกว้าวใช่ไหม?” ซาราห์ถาม

“ใช่! คุณยายเคยขี่มัน” อมีเลียตอบพลางพยักหน้า “มันชื่อสตาร์”

อมีเลียเล่าทุกเรื่องของคุณยายให้พวกเธอฟัง ดิจจริงๆ ที่ได้เรียนรู้มากมายเกี่ยวกับคุณยาย

อมีเลียยิ้มกว้าง “คราวหน้าแกล้งงานกับพี่ได้นะ พื่ออยากฟังบ้าง!” ●

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในยูทาห์ สหรัฐอเมริกา

ภาพประกอบโดย มาร์ก โรบินสัน



เราทุกคนเป็นบุตรและธิดาของพระบิดา
พระมารดาบนสวรรค์ของเรา—
ทุกคนไม่เหมือนกัน แต่ทุกคน
สำคัญ
เป็นที่ต้องการ
มีค่า
เป็นที่รักเท่ากัน

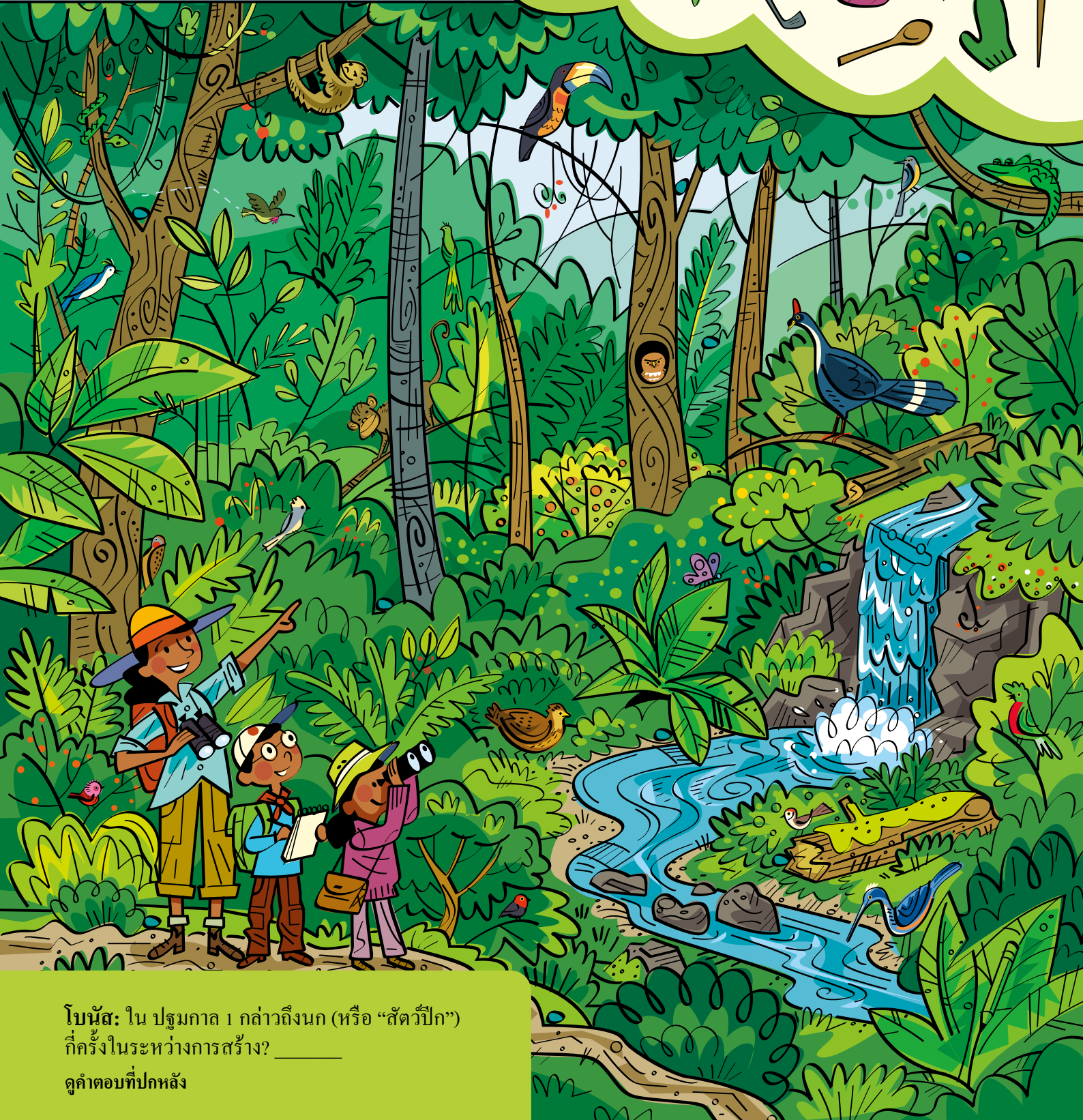


เรื่องสนุก

หาให้เจอ!

เด็กๆ เหล่านี้ชอบดูนกกับคุณน้าของพวกเขา!
หานกแปลกตา 15 ตัวและไข่ 10 ฟอง จากนั้น
ให้หาของอย่างอื่น

ภาพประกอบโดย เหว็ด คัลล์



โบนัส: ใน ปฐมกาล 1 กล่าวถึงนก (หรือ “สัตว์ปีก”)
กี่ครั้งในระหว่างการสร้าง? _____

ดูคำตอบที่ปกหลัง

ไอแซคกับพระวิหาร



โดย เจน แม็คไบรด์
(เรียบเรียงตามเรื่องจริง)

ไอแซคตั้งขึ้นลงในที่นั่งของเขา เขามองออกนอกหน้าต่างต่างรถ พวกเขากำลังจะไปเยี่ยมคุณตาคุณยาย ไปดูอย่างอื่นที่พิเศษด้วย “เราจะไปดูพระวิหารใหม่เมื่อไหร่ครับ?” ไอแซคถามคุณแม่ “พรุ่งนี้จ๊ะ” เธอตอบ ไอแซคยิ้ม ในที่สุดไอแซคกับครอบครัวก็อยู่ที่บ้านคุณตาคุณยาย เช้าวันรุ่งขึ้น ไอแซคแต่งกายสุภาพ เรียบร้อยเหมือนไปโบสถ์วันอาทิตย์ รู้สึกตลกที่ผูกเนกไทกลางสี่ปดาห์ ไอแซครับประทานอาหารเข้ากับครอบครัว จากนั้นพวกเขาก็ขับรถไปงานไอเฟ่นเฮาส์พระวิหาร

พวกเขาจะดูข้างในพระวิหารแห่งใหม่ก่อนการอุทิศ

“ผมเห็นพระวิหารแล้ว!” ไอแซคพูด เขาเข้าไปที่อาคารสีขาวมีเทพโมโรในอยู่บนยอด มีอาคารศาสนจักรหลังหนึ่งอยู่ติดกับพระวิหาร ไอแซคกับครอบครัวไปที่นั่นก่อนพวกเขาควิทัศน์ บางคนช่วยสวมที่คลุมรองเท้าสีขาวให้พวกเขา

ในที่สุดก็ถึงเวลาเข้าไปในพระวิหาร! ไอแซคเดินผ่านประตูพระวิหาร เขารู้สึกสุขใจ

ไอแซคเห็นภาพวาดหลายภาพบนผนัง บางภาพเห็นคนกำลังสวดอ้อนวอน บางภาพเห็นต้นไม้และสัตว์สวยๆ

จากนั้นไอแซคเห็นภาพวาดที่เขาชอบมาก





ที่สุด ภาพนั้นคือภาพพระเยซู! พระ
เยซูทรงยืนกางแขน

“ดูเหมือนพระเยซูกำลังกางแขน
ให้ผม” ไอแซคกระซิบบอกคุณพ่อ

“พระเยซูทรงกางแขนต้อนรับ
ลูก เสมอ” คุณพ่อกระซิบตอบ

“พระองค์ทรงรักเราแต่ละคน”

ไอแซคมีความรู้สึกที่ดีในใจ เขา
นึกภาพกำลังเดินอยู่ข้างๆ พระเยซู
ในพระวิหาร เขานึกภาพพระเยซู
ทรงกำลังกอดเขา

พระเยซูทรงรักไอแซค และ
ไอแซคก็รักพระเยซู! ●

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในรัฐโคโลราโด สหรัฐอเมริกา



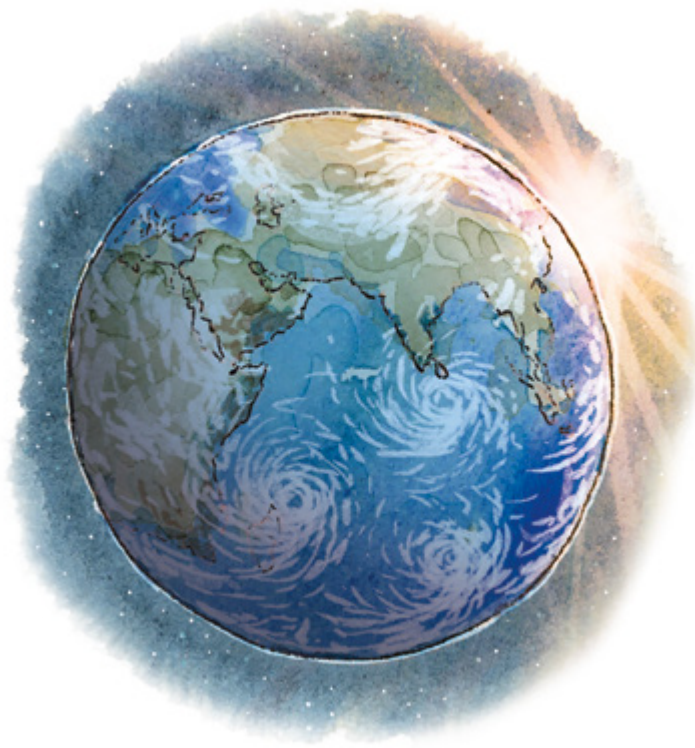
พระเยซูเสด็จเยือนทวีปอเมริกา



ในพระคัมภีร์มอรมอน ศาสดาพยากรณ์ท่านหนึ่งชื่อแซมมิวเอลสอนผู้คนเกี่ยวกับพระเยซู ท่านกล่าวว่าดาวดวงใหม่ดวงหนึ่งจะสว่างเจิดจ้าเมื่อพระเยซูประสูติ

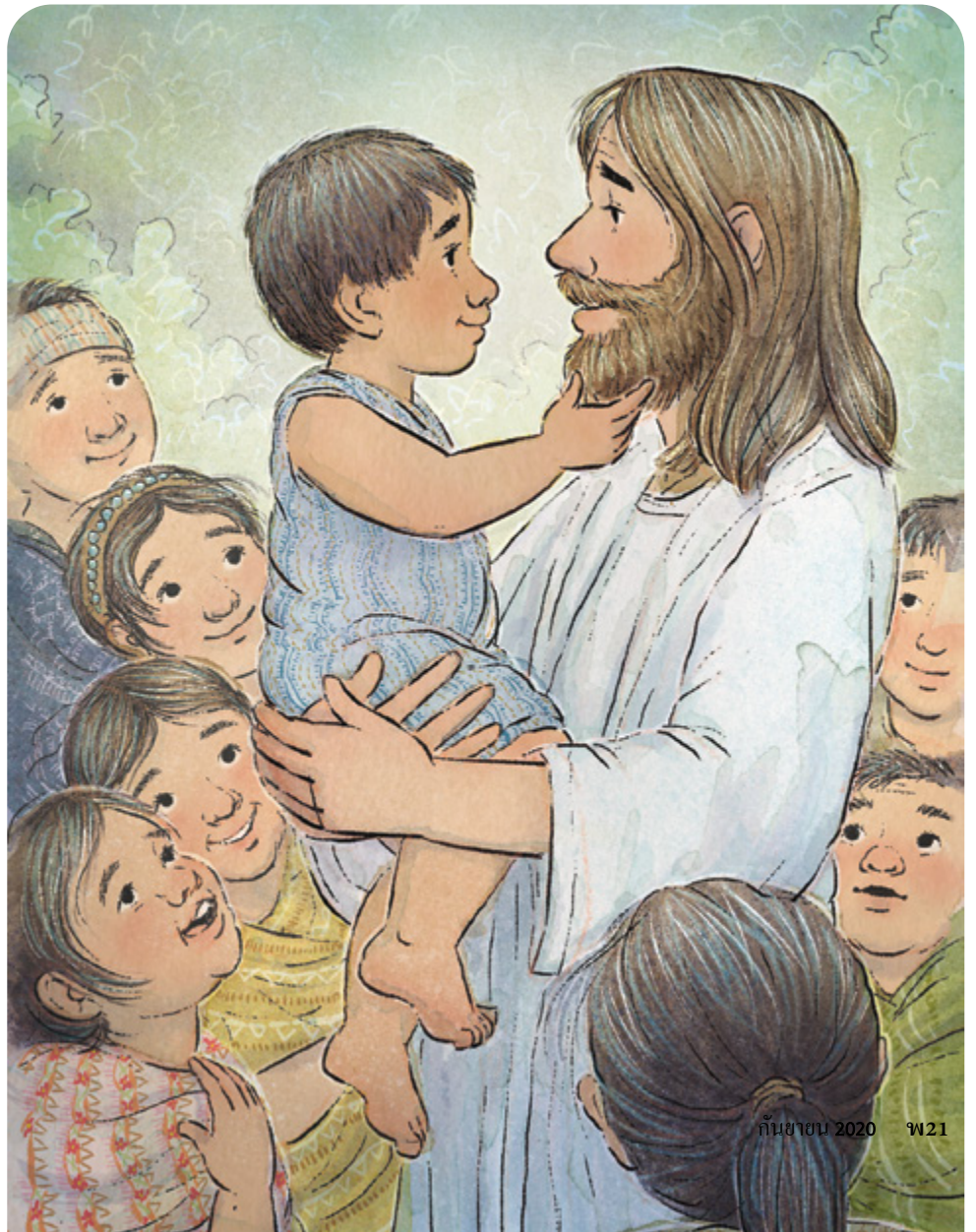
บางคนเชื่อศาสนาพยากรณ์และมองหาดาวดวงนั้นคืนหนึ่ง ดาวดวงใหม่ปรากฏ! นั่นเป็นเครื่องหมายว่าพระเยซูประสูติแล้วในดินแดนห่างไกล

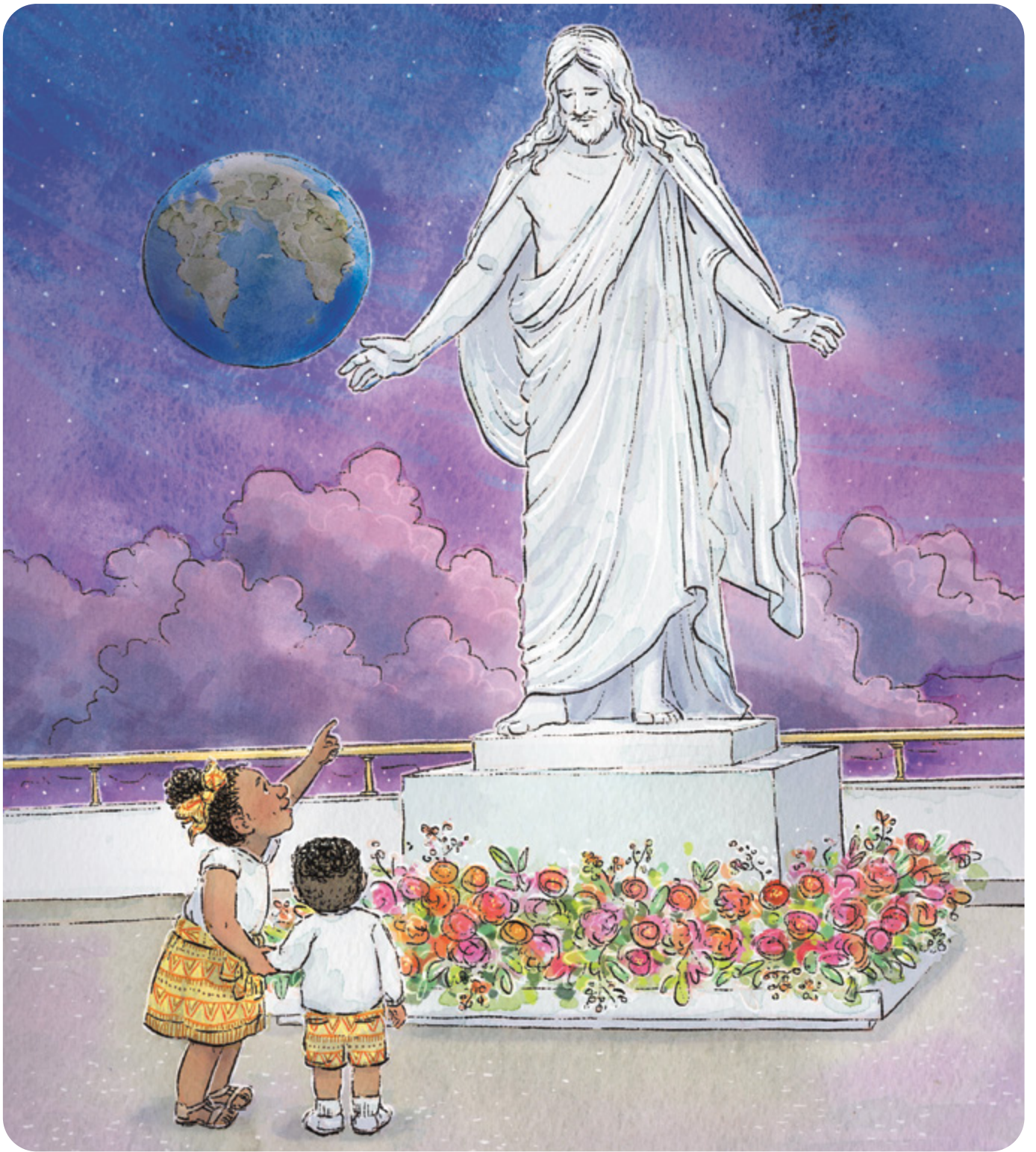




หลายปีผ่านไป วันหนึ่งดู
เหมือนทั้งโลกโศกเศร้า
มีแผ่นดินไหวและพายุ
นั่นเป็นเครื่องหมายว่า
พระเยซูสิ้นพระชนม์

แผ่นดินมีตอยู่อย่าง
นั้นสามวัน จากนั้นก็มี
สิ่งอัศจรรย์เกิดขึ้น
พระเยซูเสด็จมาเยือน
ชาวนีไฟและชาวเลมมัน!
พระองค์ฟื้นคืน
พระชนม์แล้ว ซึ่ง
หมายความว่าพระองค์
ทรงมีชีวิตอีกครั้ง
พระองค์ทรงใช้เวลา
กับแต่ละคนที่ละคน





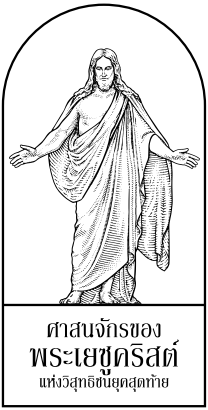
พระเยซูทรงทราบว่าฉันเป็นใคร พระองค์ทรงช่วยฉันได้ในช่วง
เวลามีดมืดและน่ากลัว พระองค์ทรงเป็นแสงสว่างของโลก! ●

อ่านเรื่องนี้ใน ฮีลามัน 14; 3 นีไฟ 1; 8-11

พระเยซูเสด็จเยือน ชาวนีไฟ



ท่านจะบอกอะไรพระเยซูถ้าพระองค์เสด็จมาเยือนท่าน? วันหนึ่งท่านจะเห็นพระองค์อีกครั้ง!



เรียน บิดามารดาทุกท่าน

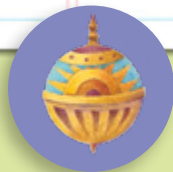
เดือนหน้า เป็นการประชุมใหญ่สามัญ! ครอบครัวท่านสามารถใช้กิจกรรมในหน้า พ11-พ13 ขณะที่ท่านฟัง เราจะฟังจากศาสตาดพยากรณ์ อัครสาวก และผู้นำศาสนจักรท่านอื่น—รวมทั้งผู้นำสตรีในภาคการประชุมใหญ่สตรี ไม่ดีหรือที่ทั้งชายและหญิงช่วยนำศาสนจักร? ท่านสามารถใช้หน้า พ11 และ พ16 สอนบุตรธิดาว่าทั้งเด็กชายและเด็กหญิงสำคัญเท่ากัน เราต้องการให้ *ทุกคน* ช่วยสร้างอาณาจักรของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของ

ขอให้มีความสุขกับการประชุมใหญ่สามัญ!
เพื่อนเด็ก

วิธีส่งงานศิลปะหรือประสบการณ์ของบุตรธิดามาให้ *เลียโฮนา*

เข้าไปที่ liahona.ChurchofJesusChrist.org และคลิกบน "Submit an Article or Feedback" หรืออีเมลมาให้เราที่ liahona@ChurchofJesusChrist.org พร้อมระบุชื่อนามสกุลของบุตรธิดา อายุ เมืองที่อยู่ และคำอนุญาตนี้ "ข้าพเจ้า [ใส่ชื่อของท่าน] อนุญาตให้ศาสนจักรของพระเยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้ายใช้สิ่งที่บุตรธิดาของข้าพเจ้าส่งมาในนิตยสารศาสนจักร บนเว็บไซต์ศาสนจักรและแพลตฟอร์มสื่อสังคม และอาจจะใช้ในอุปกรณ์อื่นๆ ของศาสนจักร" เรารอฟังเรื่องราวจากท่าน!

หน้า พ17: ห้าครั้ง



หา *เลียโฮนา* ที่ซ่อนอยู่ข้างใน!

สารบัญ

- พ2** จากฝ่ายประธานสูงสุด: รักครอบครัวของเรา
- พ4** แก้วน้ำอุ่น
- พ6** สวีตตี้จากแก้วเตมาลา!
- พ8** แคนนากับการสอบคณิตศาสตร์
- พ10** จากเพื่อนถึงเพื่อน: ลูกๆ ของพระบิดาพระมารดาบนสวรรค์
- พ11** สตรีที่ช่วยนำศาสนจักร
- พ12** สมุดบันทึกการประชุมใหญ่สามัญของฉัน
- พ14** งานสำคัญที่สุด
- พ16** คมวาตะ
- พ17** เรื่องสนุก: หาให้เจอ!
- พ18** ไอแซคกับพระวิหาร
- พ20** เรื่องราวพระคัมภีร์: พระเยซูเสด็จเยือนทวีปอเมริกา
- พ23** หน้ารบายสี: พระเยซูเสด็จเยือนชานนีไฟ

ภาพปก *เพื่อนเด็ก*
ภาพประกอบโดย คริสติน กวาน