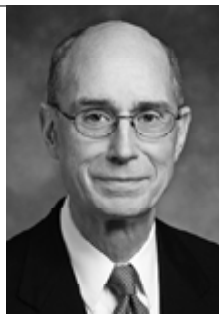
Նախագահ
Հենրի Բ. Այրինգ
Առաջին Նախագահության
Առաջին Խորհրդական



Երախտապարտ լինելու ընտրությունը

Մեր Երկնային Հայրը մեզ պատվիրում է ամեն բանի մեջ գոհանալ (տես Ա Թեսաղոնիկեցիս Ե.18), և Նա ուզում է, որ մենք շնորհակալություն հայտնենք մեր ստացած օրհնությունների համար (տես ՎԿՈՒ 46.32)։ Մենք գիտենք, որ Նրա բոլոր պատվիրանները նախատեսված են մեզ երջանիկ դարձնելու համար, ինչպես նաև գիտենք, որ պատվիրանները չպահելը տանում է դեպի թշվառություն։

Ուստի, երջանիկ լինելու և թշվառությունից խուսափելու համար մենք պետք է ունենանք երախտապարտ սիրտ։ Մեր կյանքում մենք տեսել ենք կապը երախտագիտության և երջանկության միջև։ Մենք բոլորս էլ կցանկանանք երախտագիտության զգացողություն ունենալ, այնուամենայնիվ հեշտ չէ կյանքի փորձություններում մշտապես երախտապարտ լինել բոլոր բաներում։ Ժամանակ առ ժամանակ հիվանդությունը, հիասթափությունը և մեր սիրելի մարդկանց կորուստը այցելում են մեզ մեր կյանքում։ Մեր վշտերը դժվարացնում են տեսնելը մեր օրհնությունները և երախտապարտ լինելն օրհնությունների համար, որոնք Աստված ունի պահված մեզ համար ապագայում։

Դժվար է հաշվել մեր օրհնությունները, քանի որ մենք հակված ենք չգնահատել լավ բաները։ Երբ մենք կորցնում ենք տանիքը մեր գլխավերևում, ուտելիքը կամ ընկերների և ընտանիքի ջերմությունը, մենք հասկանում ենք, թե որքան երախտապարտ մենք պետք է լինեինք, երբ ունեինք դրանք։

Երբեմն ամենից շատ մեզ համար դժվար է բավականաչափ երախտապարտ լինել ամենամեծ պարգևների համար, որ մենք ստանում ենք՝ Հիսուս Քրիստոսի ծնունդի, Նրա Քավության, հարության խոստումի, մեր ընտանիքների հետ հավերժական կյանքը վայելելու հնարավորության, քահանայության և դրա բանալիների հետ միասին ավետարանի վերականգնման համար։ Միայն Սուրբ Հոգու օգնությամբ մենք կարող ենք սկսել զգալ, թե ինչ նշանակություն ունեն այդ օրհնությունները մեր և նրանց համար, ում մենք սիրում ենք։ Եվ միայն այդ ժամանակ մենք կարող ենք բոլոր բաներում երախտապարտ լինելու և Աստծո հանդեպ ապերախտ լինելուց խուսափելու հույս ունենալ։

Մենք պետք է աղոթքի մեջ խնդրենք, որ Աստված Սուրբ Հոգու զորությամբ օգնի մեզ պարզ տեսնել մեր օրհնությունները, նույնիսկ՝ մեր փորձությունների մեջ։ Նա կարող է մեզ օգնել Հոգու զորությամբ նկատել և երախտապարտ լինել օրհնությունների համար, որոնք մենք արժանվույս չենք գնահատում։ Ամենաշատն ինձ օգնել է Աստծուն աղոթքով խնդրելը. «Խնդրում եմ, առաջնորդիր ինձ ինչ-որ մեկի մոտ, ում ես կարող եմ օգնել Քեզ համար»։

Աստծուն օգնելով օրհնել ուրիշներին, ես կարողացել եմ ավելի լավ տեսնել եմ իմ իսկ օրհնությունները:

Իմ աղոթքը մի անգամ պատասխանվեց, երբ մի զույգ, որին ես նախկինում չէի ճանաչում, ինձ հրավիրեց գնալ հիվանդանոց: Այնտեղ ես գտա մի փոքրիկ մանկիկի, որն այնքան փոքր էր, որ կարող էր տեղավորվել իմ ափի մեջ: Կյանքի ընդամենը մի քանի շաբաթների ընթացքում նա ունեցել էր բազմաթիվ վիրահատություններ: Բժիշկներն ասել էին ծնողներին, որ պետք է կատարել ավելի բարդ վիրահատություն, որպեսզի սիրտն ու թոքերը կյանք ապահովեին Աստծո այդ փոքրիկ զավակի մեջ:

Ծնողների խնդրանքով ես երեխային տվեցի քահանայության օրհնություն: Օրհնությունը ներառում էր կյանքի շարունակման խոստումը: Օրհնություն տալուց ավելի շատ ես ինքս ստացա ավելի երախտապարտ սիրտ ունենալու օրհնությունը:

Մեր Հոր օգնությամբ մենք բոլորս կարող ենք ընտրել զգալ ավելի մեծ երախտագիտություն: Մենք կարող ենք խնդրել Նրան օգնել մեզ ավելի պարզ տեսնել մեր օրհնությունները՝ ինչպիսին էլ որ լինեն մեր պայմանները: Ես այդ օրը առավել, քան երբեք, երախտապարտ էի իմ իսկ սրտի և թոքերի աշխատանքի հրաշքի համար: Տուն վերադառնալիս, ես շնորհակալություն էի հայտնում իմ երեխաների օրհնությունների համար, որ կարող էի ավելի պարզ տեսնել Աստծո և նրանց շուրջը լավ մարդկանց բարության օրհնությունները:

Ամենաշատը ես երախտագիտություն զգացի Քավության վկայության համար, որ գործում էր այդ մտահոգ ծնողների և իմ կյանքում: Ես տեսա հույսը և Քրիստոսի մաքուր սերը, որ շողում էր նրանց դեմքի վրա նույնիսկ իրենց մեծ փորձության մեջ: Եվ ես զգացի վկայությունը, որ դուք կարող եք զգալ, եթե խնդրեք Աստծուն հայտնել ձեզ, որ Քավությունը կարող է ձեզ հնարավորություն տալ զգալ հույս և սեր:

Մենք բոլորս կարող ենք աղոթքով շնորհակալություն հայտնելու ընտրություն կատարել և խնդրել Աստծուց տալ Իր անունից ուրիշներին ծառայելու առաջնորդություն, հատկապես տարվա այս ժամանակահատվածում, երբ մենք տոնում ենք Փրկչի ծնունդը: Հայր Աստվածը տվեց Իր Որդուն, իսկ Հիսուս Քրիստոսը տվեց մեզ Քավությունը՝ բոլոր պարգևներից մեծագույնը (տես ՎԿՈՒ 14.7):

Աղոթքով շնորհակալություն հայտնելը կարող է մեզ թույլ տալ տեսնել այս և մեր մնացած բոլոր օրհնությունների կարևորությունը և այդպիսով ստանալ ավելի երախտապարտ սիրտ ունենալու պարգևը:

ՈՒՍՈՒՑԱՆՈՒՄ ԱՅՍ ՈՒՂԵՐՁԻՑ

Մեր փորձառություններն ու օրհնությունները գրի առնելը կարող է մեզ օգնել հիշել դրանք և տալ մի բան, որին կարող ենք կրկին անդրադառնալ հետագայում: Խնդրեք նրանց, ում սովորեցնում եք, գրել, թե ինչի համար են նրանք շնորհակալ, որ կարողացան հիշել օրհնությունները, որոնք ստացել են, տեսնել ներկայի օրհնությունները և ուրախությամբ սպասել ապագա օրհնություններին:

Դուք կարող եք նաև քաջալերել նրանց, ում սովորեցնում եք, հետևել Նախագահ Այրինգի օրինակին՝ խնդրելով Երկնային Հորը առաջնորդել իրենց ինչ-որ մեկի մոտ, ում իրենք կարող են օգնել կամ ծառայել:

ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐ

Երախտագիտության քննություն հանձնել

Ջոն Հիլթոն III և Էնթոնի Սվիթ

Եկեք ոչ միայն խոսենք մեր օրհնությունները հաշվելու մասին, եկեք անենք դա: Գրեք 100 կետ պարունակող ցուցակ, որոնց համար դուք շնորհակալ եք: Եթե դա թվում է չափից շատ, փորձեք սա.

1. Գրեք 10 ֆիզիկական ունակություն, որոնց համար դուք երախտապարտ եք:
2. Գրեք 10 նյութական ունեցվածք, որոնց համար դուք երախտապարտ եք:
3. Գրեք 10 ապրող մարդկանց անուններ, որոնց համար դուք երախտապարտ եք;
4. Գրեք 10 մահացած մարդկանց անուններ, որոնց համար դուք երախտապարտ եք:
5. Գրեք բնության 10 ստեղծագործություններ, որոնց համար դուք երախտապարտ եք:
6. Գրեք 10 բան այսօրվա մասին, ինչի համար դուք երախտապարտ եք:
7. Գրեք 10 վայր երկրի վրա, որոնց համար դուք երախտապարտ եք:
8. Գրեք 10 ժամանակակից գյուտ, որոնց համար դուք երախտապարտ եք:

9. Գրեք 10 սննդամթերք, որոնց համար դուք երախտապարտ եք:
10. Գրեք 10 կետ ավետարանի վերաբերյալ, որոնց համար դուք երախտապարտ եք:

Երբ մենք կազմում ենք այսպիսի մի ցուցակ, մեր համար պարզ է դառնում, որ 100 կետ պարունակող ցուցակը ընդամենը սկիզբն է այն ամենի, որ Աստված տվել է մեզ:

© 2011 by Intellectual Reserve, Inc. Բոլոր իրավունքները վերապահված են: Տպագրված է ԱՄՆ-ում: Անգլերենի հաստատումը. 6/10: Թարգմանության հաստատումը. 6/10: *First Presidency Message, December 2011*-ի թարգմանությունը: Armenian: 09772 201

Գործունեության ընդարձակ ասպարեզ

Ուսումնասիրեք այս նյութը և, ինչպես հարմար է, քննարկեք այն քույրերի հետ, ում այցելում եք: Օգտագործեք հարցերը, որոնք կօգնեն ձեզ ամրացնել ձեր քույրերին և դարձնել Սփոփող Միությունը ձեր իսկ կյանքի ակտիվ մասը:

Հավատք • Ընտանիք • Սփոփանք

Տերը, Նրա Եկեղեցին, ընտանիքները և համայնքները ունեն առաքինի կանանց կարիքը: Տասներկու Առաքյալների Քվորումից Երեց Մ. Ռասսել Բալլարդը սովորեցրել է, որ «յուրաքանչյուր քույր այս Եկեղեցում, ով ուխտեր է կապել Տիրոջ հետ, աստվածային հանձնարարագիր ունի՝ օգնելու փրկել հոգիներ, առաջնորդել աշխարհի կանանց, ամրացնել Սիոնի տները և կառուցել Աստծո թագավորությունը»[1]:

Որոշ քույրեր կարող են մտորել, թե արդյոք կարող են իրականացնել նման վեհ նպատակներ: Սակայն, ինչպես բացատրել է Էլիզա Ռ. Սնոուն (1804–87)՝ Սփոփող Միության երկրորդ գերագույն նախագահը. «Չկա մի քույր, որ մեկուսացված լինի, և նրա ասպարեզը շատ նեղ լինի, բայց այն, ինչ նա կարող է անել, մեծ նշանակություն ունի երկրի վրա Աստծո թագավորությունը հաստատելու համար»:[2] Քույր Սնոուն նաև ուսուցանել է, որ Սփոփող Միությունը կազմավորվել է «յուրաքանչյուր լավ ու ազնիվ գործի իրականացման համար»:[3]

Սփոփող Միությանը մասնակցելը մեծացնում է մեր ներգործության ասպարեզը՝ յուրաքանչյուր քրոջ հնարավորություններ տալով կառուցել հավատք, ամրացնել ընտանիքներ ու տներ, և ծառայություն մատուցել տանը և ողջ աշխարհում: Եվ բարեբախտաբար, մեզանից՝ որպես անհատներ և որպես Սփոփող Միություններ, չեն պահանջվում չափազանց մեծ ջանքեր, սակայն դրանք պետք է լինեն կշռադատված և շարունակական: Առաքինի փորձառությունները, ինչպես օրինակ՝ ամենօրյա անձնական և ընտանեկան աղոթքը, ամենօրյա սուրբ գրությունների ուսումնասիրությունը և Եկեղեցու կոչումների շարունակական մեծարումը, կօգնի մեծացնել հավատքը և կառուցել Տիրոջ արքայությունը:

Քույրերին, ովքեր մտորում են, թե արդյոք այս արտաքուստ աննշան թվացող օժանդակությունները ինչ-որ բան են փոխում, Երեց Բալլարդը հավաստիացնում է. «Ամեն քույր, ով պաշտպան է կանգնում ճշմարտությանն ու արդարությանը, նվազեցնում է չարի ազդեցությունը: Յուրաքանչյուր քույր, ով ամրացնում և պաշտպանում է իր ընտանիքը, անում է Աստծո գործը: Յուրաքանչյուր քույր, ով ապրում է որպես աստվածային կին, փարոս է դառնում ուրիշների համար և առաքինի ներգործության սերմեր է ցանում, որոնք կհնձվեն գալիք ժամանակներում»:[4]

Մեր պատմությունից

Էլիզա Ռ. Սնոուն, ով ծառայել է որպես քարտուղար, երբ Սփոփող Միությունը կազմավորվեց Նավուում, կանչվեց Նախագահ Բրիգամ Յանգի (1801–77) կողմից՝ շրջելու Եկեղեցով մեկ՝ օգնելով եպիսկոպոսներին կազմավորել Սփոփող Միություններ իրենց ծխերում:

Քույր Սնոուն սովորեցրել է. «Եթե Սիոնի դուստրերից ու մայրերից որևէ մեկը նվազագույն իսկ չափով իրեն սահմանափակված է զգում իր ներկայիս ասպարեզում, նրանք այժմ կգտնեն յուրաքանչյուր զորության և ունակության միանգամայն բավարար հնարավորություն, գործելով բարին, ինչով նրանք ամենաշատն են օժտված: . . . Նախագահ Յանգը պտտեցրել է բանալին գործունեության և օգտակար լինելու լայն ու ընդարձակ ասպարեզում»:[5]

ՀՂՈՒՄՆԵՐ

1. M. Russell Ballard, “Women of Righteousness,” *Liahona,* Dec. 2002, 39.
2. Eliza R. Snow, “An Address,” *Woman’s Exponent,* Sept. 15, 1873, 62.
3. Eliza R. Snow, “Female Relief Society,” *Deseret News,* Apr. 22, 1868, 81.
4. M. Russell Ballard, *Liahona,* Dec. 2002, 39.
5. Eliza R. Snow, *Deseret News,* Apr. 22, 1868, 81.

Սուրբ գրություններից

Ա Կորնթացիս ԺԲ.4–18, Ա Տիմոթեոս Զ.18–19, Մոսիա 4.27, Հավատո Հանգանակ 1.13

Ի՞նչ կարող եմ ես անել:

1. Ինչպե՞ս կարող եմ օգնել քույրերին, որոնց ես այցելում եմ, ճանաչել և գործածել առաքինի ներգործություն ունենալու իրենց ունակությունը:

2. Ինչպե՞ս կարող եմ օգտագործել իմ եզակի պարգևներն ու տաղանդները ուրիշներին օրհնելու համար:

Լրացուցիչ տեղեկության համար, այցելեք www.reliefsociety.lds.org:

© 2011 by Intellectual Reserve, Inc. Բոլոր իրավունքները վերապահված են: Տպագրված է ԱՄՆ-ում: Անգլերենի հաստատումը. 6/10: Թարգմանության հաստատումը. 6/10: *Visiting Teaching Message, December 2011*-ի թարգմանությունը: Armenian: 09772 201