

Նախագահ
Թոմաս Ա. Մոնտնի



Ապրել Լիառատ Կյանքով

Այս տարեմուտին ես կոչ եմ անում Վերջին օրերի Սրբերին ամենուր պարտավորվել անձնական, ջանասեր, կարևոր որոնում ձեռնարկել նրա, ինչը ես կոչում եմ լիառատ կյանք. կյանք, որը լի է առաջադիմությամբ, առաքինությամբ և օրհնություններով: Ճիշտ ինչպես դպրոցում մենք սովորում ենք ԱԲԳ-ն, ես իմ անձնական ԱԲԳ-ն եմ առաջարկում՝ օգնելու մեզ բոլորիս ունենալ լիառատ կյանք:

Ունենալ դրական վերաբերմունք

Ա-ն իմ ԱԲԳ-ում վերաբերմունքի մասին է: Վիլիամ Ջեյմսը՝ ամերիկացի առաջին հոգեբաններից և փիլիսոփաներից մեկը, գրել է. «Մեր սերնդի մեծագույն հեղաշրջումն այն բացահայտումն է, որ մարդկային էակները իրենց մտքում փոխելով ներքին վերաբերմունքը, կարող են փոխել իրենց կյանքի արտաքին կողմերը»:¹

Կյանքում շատ բան կախված է մեր վերաբերմունքից: Այն, թե ինչպես ենք մենք տեսնում ամեն-ինչ և վերաբերվում ուրիշներին, շատ բան է փոխում: Անելով այն ամենը, ինչ մենք կարող ենք, և այնուհետև ընտրելով լինել երջանիկ մեր իրավիճակում,

ինչպիսին էլ, որ այն լինի, կարող է բերել խաղաղություն և գոհունակություն:

Գրող, մանկավարժ և Քրիստոնյա քահանա Չարլզ Սվինդոլն ասել է. «Վերաբերմունքն, իմ կարծիքով, ավելի կարևոր է, քան . . . անցյալը, . . . քան փողը, քան իրավիճակը, քան անհաջողությունները, քան հաջողությունները, քան ուրիշների մտածածը, ասածը կամ արածը: Այն ավելի կարևոր է, քան արտաքինը, տաղանդավոր լինելը կամ հմտությունը: Այն կկառուցի կամ կկործանի կազմակերպությունը, եկեղեցին, տունը: Ուշագրավն այն է, որ մենք ընտրություն ունենք ամեն օր տվյալ օրվա ընդունած վերաբերմունքի հետ կապված»:²

Մենք չենք կարող ղեկավարել քամին, բայց մենք կարող ենք հարմարվել սլացքին: Առավելագույն երջանկության, խաղաղության և գոհունակության համար եկեք *ընտրենք* դրական վերաբերմունքը:

Հավատացեք Ինքներդ Ձեզ

Բ-ն վերաբերում է հավատքին՝ ինքներդ ձեզ, նրանց, ովքեր շրջապատում են ձեզ, և հավերժական սկզբունքներին:

Ազնիվ եղեք ինքներդ ձեզ, ուրիշների և ձեր Երկնային Հոր հետ: Կար մի մարդ, ով ազնիվ չէր Աստծո հետ, մինչև որ արդեն շատ ուշ էր. դա Կարդինալ Վոլտեյն էր, ով համաձայն Շեքսպիրի, երկար կյանք ապրեց՝ ծառայելով երեք թագավորների և վայելեց հարստություն և գորություն: Ի վերջո, նա գրկվեց իր գորությունից ու դիրքից անհանդուրժող թագավորի կողմից: Կարդինալ Վոլտեյն աղաղակեց.

*Եթե ես միայն ծառայեի իմ Աստծուն,
Իմ թագավորին ծառայածի կիսով չափի, Նա ինձ իմ
այս տարիքում
Մերկ չէր թողնի իմ թշնամիների ստաջ:³*

Անգլիացի եկեղեցական և պատմաբան Թոմաս Ֆուլերը, որն ապրել է 17-րդ դարում, գրել է այս ճշմարտությունը. «Նա, ով չի ապրում համաձայն իր հավատի, իրականում չի հավատում»:⁴

Մի սահմանափակեք ինքներդ ձեզ և թույլ մի տվեք ուրիշներին համոզել ձեզ, որ դուք ունեք սահմանափակ հնարավորություններ: Հավատացեք ինքներդ ձեզ և այնուհետև այնպես ապրեք, որ հասնեք ձեր հնարավորություններին:

Դուք կարող եք հասնել այն բանին, ինչին որ դուք հավատում եք, որ կհասնեք: Վստահեք, հավատացեք և հավատք ունեցեք:

Դժվարությունների հանդիպելիս քաջություն ունեցեք

Քաջությունը կարևոր է էական արժանիք է դառնում ոչ այնքան այն ժամանակ, երբ այն վերաբերվում է հոժարակամ արիաբար մահանալուն, այլ ազնիվ ապրելու վճռականություն ունենալուն:

Ամերիկացի բանաստեղծ Ռայֆ Վալդո Էմերսոնն ասել է. «Ինչ էլ որ անես, քեզ պետք է քաջություն: Ինչ ճանապարհ էլ որ ընտրես, միշտ կգտնվի մեկը, որ կասի քեզ, որ դու սխալ ես: Միշտ դժվարություններ կծագեն, որ կգայթակղեն քեզ կարծել, թե քեզ քննադատողները ճիշտ են: Գործողությունների ծրագիր կազմելն ու մինչև վերջ դրան հետևելը պահանջում է այն նույն քաջությունը, որի կարիքն ունի զինվորը: Խաղաղությունն ունի իր հաղթանակները, բայց դրանց հասնելու համար պետք է քաջ տղամարդ կամ կին լինել»:⁵

Ժամանակներ կլինեն, երբ դուք վախեցած ու հուսալքված կլինեք: Դուք կարող եք ձեզ պարտված զգալ: Հաղթանակի հասնելու հավանականությունը կարող է անհաղթահարելի թվալ: Երբեմն դուք ձեզ կզգաք ինչպես Դավիթը, որ փորձում էր կռվել Գողիաթի հետ: Բայց հիշեք՝ Դավիթը *հաղթեց*:

Ի սկզբանե քաջություն է պահանջվում վստահություն ունենալու համար դեպի բաղձալի նպատակը, բայց նույնիսկ ավելի մեծ քաջություն է պետք, երբ մեկը սխալվում է և պետք է երկրորդ անգամ ջանք գործադրի նպատակին հասնելու համար:

Վճռականություն ունեցեք ջանք գործադրելու համար, կենտրոնացեք արժանի նպատակի համար աշխատելու վրա և քաջություն ունեցեք ոչ միայն դժվարությունների հանդիպելիս, որ անխուսափելիորեն գալիս են, բայց նաև երկրորդ փորձը կատարելու համար, եթե այն պահանջվի: «Երբեմն քաջությունը օրվա վերջում այն ցածր ձայնն է, որ ասում է. «Ես վաղը նորից կփորձեմ»»:⁶

Եկեք հիշենք այս ԱԲԳ-ները, սկսելով մեր ուղևորությունը դեպի այս նոր տարի, մշակելով դրական մոտեցում, հավատք, որ կարող ենք հասնել մեր նպատակներին ու որոշումներին, և քաջություն՝ մեր ճանապարհին հանդիպած դժվարություններին դիմակայելու համար: Այնուհետև լիառատ կյանքը մերը կլինի:

ՀՂՈՒՆԵՐ

1. William James, in Lloyd Albert Johnson, comp., *A Toolbox for Humanity: More Than 9000 Years of Thought* (2003), 127.
2. Charles Swindoll, in Daniel H. Johnston, *Lessons for Living* (2001), 29.
3. Վիլիամ Շեքսպիր, *Հենրի Ութերորդ թագավորը*, գործողություն 3, տեսարան 2, տող 456-458:
4. Thomas Fuller, in H. L. Mencken, ed., *A New Dictionary of Quotations* (1942), 96.
5. Ralph Waldo Emerson, in Roy B. Zuck, *The Speaker's Quote Book* (2009), 113.
6. Mary Anne Radmacher, *Courage Doesn't Always Roar* (2009).

ՈՒՍՈՒՑԱՆՈՒՄ ԱՅՍ ՈՂԵՐԶԻՑ

Հրավիրեք ընտանիքի անդամներին կիսվել անձնական փորձառություններով, երբ դրական վերաբերմունքը, սեփական ուժերին հավատալը կամ քաջությունը օգնել են իրենց: Կամ հրավիրեք նրանց այս երեք սկզբունքների օրինակներ գտնել սուրբ գրություններում: Դուք կարող եք նախապատրաստվել սովորեցնելուն աղոթքով՝ մտածելով սուրբ գրությունների և ձեր անձնական փորձառությունների մասին:

ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐ

Քաջություն՝ փոթորկին դիմակայելու համար

Մեդիսոն Մորլեյ

Իմ ցցի երիտասարդ Կանանց ճամբարի երկրորդ գիշերը մեծ անձրևամրրիկ ու

պտտահողմ բարձրացավ: Իմ ճյուղից ճամբարին մասնակցում էին մոտավորապես 24 երիտասարդ կանայք՝ երկու ղեկավարներով, և մենք բոլորս պաշտպանվելու համար պետք է տեղավորվեինք մեկ փոքրիկ փայտե տնակում: Անձրևը շատ առատ էր գալիս, և քամին ավելի էր ուժգնանում: Ես շարունակաբար հիշեցնում էի ինքս ինձ ապահովության աղոթքի մասին, որ նախօրոք ասել էր մեր ցցի նախագահը: Մեր ճյուղը նույնպես առանձին աղոթել էր մեր տնակում, և ես նաև իմ անձնական աղոթքներն էի ասել:

Շատ աղջիկներ վախեցած էին, և հեշտ էր նկատել, թե ինչու: Մեր տնակը շատ ամուր չէր, և մենք անմիջապես գետի կողքին էինք: Մոտ 20 րոպեից փոթորիկն այնքան ուժգնացավ, որ ամբողջ ցիցը ստիպված էր իրենց ճյուղի տնակներից վազել դեպի խորհրդականների տնակները, որոնք ավելի բարձր տարածքում էին: Իմ ցցի նախագահը ևս մեկ անգամ աղոթեց, և մենք հիմներ երգեցինք. երեխաների խմբի երգեր և ճամբարային երգեր՝ փորձելով հանգստացնել ինքներս մեզ: Այո, մենք վախեցած էինք, բայց մենք զգացինք, որ ամեն բան լավ է լինելու: Կես ժամ անց մենք կարող էինք վերադառնալ մեր ճյուղի տնակը:

Հետո մենք իմացանք, թե ինչ էր պատահել

պտտահողմի հետ այդ գիշեր: Այն բաժանվել էր երկու փոթորիկների: Մեկը, շրջանցելով մեզ, գնացել էր դեպի աջ, և մյուսը՝ դեպի ձախ: Այն, ինչ մենք տարանք, դեռ դրա վատագույնը չէր:

Ես գիտեմ, որ այդ գիշեր Աստված լսեց մեր աղոթքները և որ Նա պաշտպանեց մեզ ավելի վատ փոթորիկից: Ինչու՞ պիտի պտտահողմը բաժանվեր, եթե միայն Աստված այդպես չկամենար: Ես գիտեմ, որ կյանքի փոթորիկների ժամանակ մենք միշտ կարող ենք աղոթել Երկնային Հորը և Նա կլսի ու կպատասխանի մեզ, տալով մեզ անհրաժեշտ քաջություն ու պաշտպանություն, ապահովությամբ այն հաղթահարելու համար:

ԵՐԵՒԱՆԵՐ

Մորոնի Զորապետը

Մորոնի զորապետը քաջաբար դիմակայում էր դժվարություններին: Նա սիրում էր ճշմարտությունը, ազատությունն ու հավատքը: Նա իր կյանքը նվիրեց՝ օգնելով Նեփիացիներին պաշտպանել իրենց անկախությունը: Դուք կարող եք նմանվել Մորոնի զորապետին ձեր դժվարություններին քաջությամբ դիմակայելով: Դուք նույնիսկ կարող եք պատրաստել ձեր սեփական ազատության դրոշմ՝ թղթի մի կտորի վրա գրելով այն բաները, որոնք կարևոր են ձեր և ձեր ընտանիքի համար:

Որտեղ գտնել ավելին

Ալմա 46.11-27. Ազատության դրոշմ

Ալմա 48.11-13, 16-17. Մորոնիի հատկանիշները



Հավատք, Ընտանիք, Սփոփանք

Հոգատարություն և Ժառայություն այցելությանը ուսուցանելու միջոցով

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

«Գ թություն [նշանակում է] շատ ավելին, քան միայն առատաձեռնության դրսևորում», - սովորեցրել է Նախագահ Հենրի Բ. Այրինգը՝ Առաջին Նախագահության Առաջին Խորհրդականը: «Գթությունը ծնվել է Տեր Հիսուս Քրիստոսի հանդեպ հավատքից և հանդիսանում է Նրա Քավության արդյունքը»: ¹ Սփոփող Միության քույրերի համար այցելությանը ուսուցումը կարող է լինել գթասիրտ արարք, Փրկչի հանդեպ մեր հավատքը գործածելու կարևոր եղանակ:

Այցելությանը ուսուցանելու միջոցով մենք ցուցաբերում ենք հոգատար վերաբերմունք, շփվելով յուրաքանչյուր քրոջ հետ, կիսվելով ավետարանական ուղերձով և փորձելով իմանալ նրա և նրա ընտանիքի կարիքները: «Այցելությանը ուսուցումը դառնում է Տիրոջ աշխատանքը, երբ մենք կենտրոնանում ենք ոչ թե տոկոսների, այլ մարդկանց վրա», - բացատրում է Ջուլի Բ. Բեքը՝ Սփոփող Միության գերագույն նախագահը: «Իրականում, այցելությանը ուսուցումը երբեք չի ավարտվում: Դա ավելի շուտ ապրելիք է, քան աշխատանք: Որպես այցելող ուսուցիչ հավատարիմ ծառայելով, մենք ապացուցում ենք մեր աշակերտ լինելը»: ²

Երբ մենք հետևողականորեն և աղոթքով հոգատար վերաբերմունք ենք ցուցաբերում, մենք սովորում ենք, թե ինչպես լավագույնս ծառայել և բավարարել յուրաքանչյուր քրոջ և նրա ընտանիքի կարիքները: Ծառայությունը կարող է տարբեր ձևեր ունենալ՝ մեծ և ոչ այնքան մեծ: «Երբեմն փոքր ծառայություն է անհրաժեշտ մատուցել՝ բարձրացնելու և օրհնելու մեկ ուրիշին, ինչպիսին է տվյալ անձնավորության ընտանիքին վերաբերող հարցը, խրախուսող մի քանի խոսքերը, անկեղծ գովասանքը, շնորհակալական մի փոքր բացիկը, կարճատև հեռախոսազրույցը», - սովորեցրել է Նախագահ Թոմաս Ս. Մոնտոնը: «Եթե մենք ուշադիր և տեղյակ լինենք, և եթե գործենք հուշումների համաձայն, որոնք ստանում ենք, մենք կարող ենք այնքան շատ բարիք գործել: . . . Անթիվ են Սփոփող Միության այցելող ուսուցիչների հզոր բանակի կողմից ծառայության գործերը»: ³

Մեր պատմությունից

1843թ. Եկեղեցու անդամները Նավույում՝ Իլինոյս, բաժանված էին չորս ծխերի: Այդ տարվա հուլիսին Սփոփող Միության ղեկավարները յուրաքանչյուր

ծխի համար նշանակեցին չորս քույրերից բաղկացած այցելող հանձնախմբեր: Այցելող հանձնախմբերի պարտականությունները ներառում էին կարիքների գնահատումը և նվիրատվությունների հավաքումը: Սփոփող Միությունը օգտագործում էր այս նվիրատվությունները կարիքավորների համար հոգալու նպատակով: ⁴

Չնայած այցելող ուսուցիչները այլևս նվիրատվություններ չեն հավաքում, նրանք պահպանում են կարիքները գնահատելու պարտականությունը՝ հոգևոր և նյութական, և աշխատում են հոգալ այդ կարիքների համար: Էլիզա Ռ. Մոնտոն(1804–87)՝ Սփոփող Միության երկրորդ գերագույն նախագահը, բացատրել է. «Ուսուցիչը . . . անկասկած պետք է այնքան շատ ունենա Տիրոջ Հոգին, որ տուն մտնելիս իմանա, թե ինչ հոգի է նա հանդիպում այնտեղ: . . . Աղաչեք Աստծուն և Սուրբ Հոգուն, որ ունենաք [Հոգին], որպեսզի կարողանաք հանդիպել այդ հոգուն, որ տիրում է այդ տանը . . . և կարողանաք զգալ, թե խաղաղության ու մխիթարության ինչ խոսքեր ասեք, և եթե դուք գտնեք մրտող մի քույր, սեղմեք նրան ձեր կրծքին, ինչպես կգրկեիք մի երեխայի, և տաքացրեք [նրան]»: ⁵

ՀՂՈՒՄՆԵՐ

- 1. Հենրի Բ. Այրինգ, «Սփոփող Միության տևական ժառանգությունը», *Հիստորիա*, Նոյեմբեր 2009, 121:
- 2. Զուլի Բ. Բեք, «Սփոփող Միություն՝ սուրբ աշխատանք», *Հիստորիա*, Նոյեմբեր 2009, 110:
- 3. Թոմաս Ա. Մոնսոն, «Երեք նպատակներ

պետք է ուղեկցեն ձեզ», *Հիստորիա*, Նոյեմբեր 2007, 118:

- 4. Տես *Իմ արքայության դաստիարակը. Սփոփող Միության պատմությունը և աշխատանքը* (2011), 105:
- 5. Eliza R. Snow, in *Daughters in My Kingdom*, 108.

Սուրբ գրություններից

Հովհաննես ԺԳ.15, 34–35,
ԻԱ.15, Մոսիա 2.17, Վարդապետություն և Ուխտեր 81.5,
Մովսես 1.39

Ի՞նչ կարող եմ ես անել:

1. Ի՞նչ եմ ես անում, որ օգնեմ իմ քույրերին զգալ, որ ես սիրող և իրենց համար մտահոգվող ընկեր եմ:

2. Ինչպե՞ս կարող եմ դառնալ ավելի պատասխանատու և հոգատար ուրիշների հանդեպ:

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