Իմ հիմքը. սկզբունքներ, հմտություններ, սովորություններ

ԻՆՔՆԱՊԱՀՈՎՈՒՄ

Հրատարակվել է Հիսուս Քրիստոսի Վերջին Օրերի Սրբերի եկեղեցու կողմից
Սոլթ Լեյք Սիթի, Յուտա
© 2014, 2015 by Intellectual Reserve, Inc.
Բոլոր իրավունքները վերապահված են: Տպագրված է ԱՄՆ-ում:
Անգլերենի հաստատումը. 3/15: Թարգմանության հաստատումը. 3/15:
My Foundation: Principles, Skills, Habits-ի թարգմանությունը:
Armenian 12374 201

ԻՄ ՀԻՄՔԸ

Սովորեք այս սկզբունքները, հմտությունները և սովորությունները և ապրեք դրանցով: Դրանք տանում են դեպի հոգևոր և նյութական ինքնապահովում:

Նախաբան . . . 2

Ինչպես սկսել . . . 3

1. Հավատք գործադրեք առ Հիսուս Քրիստոս . . . 4
2. Օգտագործեք ժամանակն իմաստությամբ . . . 6
3. Եղեք հնազանդ . . . 8
4. Կառավարեք դրամը . . . 10
5. Աշխատեք. պատասխանատվություն ստանձնեք . . . 12
6. Լուծեք խնդիրները . . . 14
7. Դարձեք մեկ. աշխատեք միասին . . . 16
8. Հաղորդակցվեք. հարցրեք և լսեք . . . 18
9. Եղեք հետևողական . . . 20
10. Ցուցաբերեք շիտակություն . . . 22
11. Ձգտեք սովորել և կրթություն ստանալ . . . 24
12. Կենտրոնացեք աշխատանքի վրա, ստացեք արարողությունները . . . 26

Ավարտական վարժություն. գնացեք և ծառայեք . . . 28

«Ինքնապահովումը մեր աշխատանքի արդյունքն է: . . . Այս մեծ աշխատանքում մեր առաջընթացը կախված է աստվածայնորեն տրված բարօրության սկզբունքների ավելի խորը հասկացողությունից և կիրառումից»:

THOMAS S. MONSON, "Guiding Principles of Personal and Family Welfare," *Ensign*, Sept. 1986, 3–5

ՆԱԽԱԲԱՆ

Սիրելի եղբայրներ և քույրեր,

Տերը հայտարարել է. «Եվ իմ նպատակն է` ապահովել իմ սրբերին» (ՎևՈւ 104.15): Այս հայտնությունը խոստում է Տիրոջ կողմից, որ Նա կտա նյութական օրհնություններ և կբացի ինքնապահովման դռները, ինչը հնարավորություն է մեզ համար ապահովելու մեր և մեր ընտանիքի անդամների կենսական կարիքները:

«Իմ հիմքը» վերնագրված այս գրքույկը մշակվել է օգնելու Եկեղեցու անդամներին սովորել և գործնականում կիրառել հավատքի, կրթության, ջանասեր աշխատանքի և Տիրոջն ապավինելու սկզբունքները: Այս սկզբունքներն ընդունելը և դրանցով ապրելը հնարավորություն կտան ձեզ ստանալ Տիրոջ խոստացած նյութական օրհնությունները:

Մենք հրավիրում ենք ձեզ ջանասիրաբար ուսումնասիրել և կիրառել այս սկզբունքները և ուսուցանել դրանք ձեր ընտանիքի անդամներին: Եթե դա անեք , ձեր կյանքը կօրհնվի: Դուք կիմանաք ինչպես գործել ավելի ինքնապահով դառնալու ձեր ուղիով շարժվելիս: Դուք կօրհնվեք ավելի մեծ հույսով, խաղաղությամբ և առաջընթացով:

Խնդրում ենք, համոզված եղեք, որ դուք մեր Երկնային Հոր զավակն եք: Նա սիրում է ձեզ և երբեք ձեզ չի թողնի: Նա ճանաչում է ձեզ և պատրաստ է տալու ձեզ ինքնապահովման հոգևոր և նյութական օրհնությունները:

Հարգանքներով՝

Առաջին Նախագահություն

ԻՆՉՊԵՍ ՍԿՍԵԼ

Խորհեք. Ինչո՞ւ է Երկնային Հայրը կամենում, որ ես ինքնապահովված դառնամ: Երբ մենք ինքնապահովված ենք, ինչպե՞ս ենք Նրան նմանվում:

Կարդացեք. Խմբով կարդացեք Առաջին Նախագահության նամակը (էջ 2) և Նախագահ Մոնսոնի հայտարարությունը (աջ կողմում):

Քննարկեք. Որո՞նք են այս ուղերձների խոստումները: Ո՞րն է ձեր պարտականությունը:

Կարդացեք. Կարդացեք Վարդապետություն և Ուխտերի 29.34 հատվածը (աջ կողմում):

Քննարկեք. Ի՞նչ եք դուք սովորում Վարդապետություն և Ուխտերի 29.34 հատվածից կրթություն ստանալու, աշխատանք գտնելու և գործարարությամբ զբաղվելու մասին: Ինչո՞ւ է կարևոր հասկանալ այս ճշմարտությունը:

Կարդացեք. *Իմ հիմքը* ինքնապահովման խմբային հանդիպումների կարևոր մասն է կազմում: Խմբի անդամները, ովքեր հաճախում են հանդիպումներին և պահում իրենց պարտավորությունները, կարող են հավաստագիր ստանալ ՎՕՍ Բիզնեսի Քոլեջից: Բացեք էջ 29-ը՝ հավաստագիրը ստանալու պահանջները տեսնելու համար:

Իմ հիմքը գրքույկի սկզբունք 12-ում մենք կխոսենք տաճարային արարողությունների կարևորության մասին՝ կապված ինքնապահովման հետ: Մեր ընտանիքների հետ միասին մենք այսօրվանից կարող ենք պատրաստվել այդ դասին: Եկեք սկսենք մեր ընտանիքի պատմությունից՝ օգտագործելով *«Իմ ընտանիքը. պատմություններ, որոնք միավորում են մեզ»* գրքույկը: Մենք կամրացնենք մեր կյանքի բոլոր կողմերը, եթե հարգենք մեր ուխտերը և օգնենք մեր նախնիներին օրհնություններ ստանալ:

«Ինքնապահովումը . . . մեր հոգևոր և աշխարհիկ բարեկեցության հիմնական տարրն է: . . . Փրկությունը կարող է ձեռք բերվել միայն այս սկզբունքով»:

THOMAS S. MONSON, "Guiding Principles of Personal and Family Welfare," *Ensign*, Sept. 1986, 3

«Բոլոր բաներն ինձ համար հոգևոր են և ոչ մի անգամ ես ձեզ չեմ տվել օրենք, որը լինի ֆիզիկական»:

ՎԱՐԴԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՈՒԽՏԵՐ 29.34

Հուշում վարողին

Ապավինեք նյութերին: Հետևեք ծրագրին: Ժամանակն արդյունավետ օգտագործեք:

7 ՀԱՎԱՏՔ ԳՈՐԾԱԴՐԵՔ ԱՌ ՀԻՍՈՒՍ ՔՐԻՍՏՈՍ

ՀԱՎԱՏՔ ԳՈՐԾԱԴՐԵՔ ԱՌ ՀԻՍՈՒՍ ՔՐԻՍՏՈՍ

Խորհեք. Ինչպե՞ս կարող է Հիսուս Քրիստոսի հանդեպ իմ հավատքը ազդել իմ ինքնապահովման վրա:

Դիտեք. “Exercise Faith in Jesus Christ” (մատչելի է srs.lds.org-ում: Եթե տեսանյութը մատչելի չէ, կարող եք ընթերցել հաջորդ էջում տրված տեքստը:)

Քննարկեք. Ի՞նչ կարող եք անել, որպեսզի հավատք գործադրեք առ Հիսուս Քրիստոս, ինչը կօգնի ձեզ լինել ավելի ինքնապահով:

Կարդացեք. Կարդացեք Վարդապետություն և Ուխտեր 104.15 (աջ կողմում):

Կիրառեք. Ընտրեք ստորև բերված մեկ նախադասություն և մտքում կարդացեք այն: Մտածեք այն մասին, թե ինչպես է այս սուրբ գրությունը կիրառելի ձեզ, երբ ձգտում եք ինքնապահովման: Կիսվեք խմբի հետ ձեր մտքերով:

«Եվ իմ նպատակն է՝ ապահովել իմ սրբերին»:

ՎԱՐԴԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՈՒԽՏԵՐ 104.15

ՀԱՎԱՏՔԸ ԳՈՐԾԻ ՄԵՋ - ՍՈՒՐԲ ԳՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Քանի որ Դանիելը չէր դադարում աղոթելը, նրան գցեցին առյուծների գուբը, բայց «Աստված . . . ուղարկեց իր հրեշտակը, եւ նա փակեց առիւծների բերանը, եւ նորա վերայ ոչ մի վնաս չգտնուեցաւ, որովհետեւ հաւատացել էր իր Աստուծուն:» **Դանիել 6.22–23** (Տես նաև հատվածներ 16–21)

«Ամեն բան կարելի է հաւատացողին: . . . Եւ նա մեռելի պէս եղաւ: . . . Եւ Յիսուսը նորա ձեռքիցը բռնեց, վերկացրեց նորան. Եւ նա կանգնեց»: **Մարկոս 9.23, 26–27** (Տես նաև հատվածներ 17–22, 24–25)

«Կանչեք ձեր դաշտերի հոտերի համար, որպեսզի դրանք կարողանան ավելանալ»: **Ալմա 34.25**

Տերը Լեքիին մի ուղեցույց տվեց, որը կոչվում էր Լիահոնա՝ առաջնորդելու նրա ընտանիքը, և այն աշխատում էր համաձայն նրանց հավատքի: «. . . [Երբ] նրանք ալարկոտ էին, և մոռանում էին գործադրել իրենց հավատքը և ջանասիրությունը . . . նրանք չէին առաջադիմում իրենց ճամփորդության մեջ»: **Ալմա 37.40-41**

«Բոլոր տասանորդը տարէք գանձատունը, . . . և մեկ փորձեցեք սորանով, . . . թե արդեօք չե՞մ բանալ ձեզ համար երկնքի պատուհանները եւ օրհնություն թափել ձեզ համար՝ մինչև որ նորա համար տեղ չլինի»: **Մաղաքիա 3.10**

Սովի ժամանակ Եղիան խնդրեց որբևայրուն իրեն տալ նրա վերջին ուտելիքը: Եղիան խոստացավ, որ իր հավատքի շնորհիվ Տերը ուտելիքով կպահովի նրան, և նրա ուտելիքը երբեք չի վերջանա: **Տես Ա Թագավորաց 17**

«Եվ մանանայ ուտեցրեց [40 տարի], . . . որ քեզ իմացնէ թե ոչ միայն հացով կապրէ մարդ, այլ մարդը Եհովայի բերանից դուրս եկած ամեն բանով կապրէ»: **Երկրորդ Օրինաց 8.3**

Կիրառեք. Գրեք երկու հատուկ եղանակ, որոնցով կարող եք հավատք գործադրել Հիսուս Քրիստոսի հանդեպ:

____

____

Պարտավորվեք. Շաբաթվա ընթացքում խորհեք վերը նշված հայտարարություն-ների և սուրբ գրությունների շուրջ և պարտավորվեք կատարել հետևյալ գործողությունները: Նշեք վանդակները, երբ կավարտեք յուրաքանչյուր գործողությունը.

- ☐ Հավատք գործադրեք առ Հիսուս Քրիստոսը ամեն օր:
- ☐ Ուսուցանեք այս սկզբունքը ձեր ընտանիքին:

ՀԱՎԱՏՔ ԳՈՐԾԱԴՐԵՔ ԱՌ ՀԻՍՈՒՍ ՔՐԻՍՏՈՍ

Եթե հնարավորություն չունեք դիտելու այս տեսանյութը, կարդացեք տեքստը:

հավատքի գործադրում է: Իսրայելի զավակները կրում էին ուխտի տապանը: Նրանք հասան Հորդանան գետին: Խոստում էր տրվել, որ նրանք կանցնեին չոր ցամաքով: Ե՞րբ բաժանվեցին ջրերը: Երբ եւ երբ նրանց ոտքերը թրջվեցին: Նրանք մտան գետը, այսինքն՝ գործեցին: Ջրությունը հետևեց՝ ջրերը բաժանվեցին:

Մենք հախախ ենք մտածում՝ Լավ, ես կունենամ կատարյալ հասկացողություն, ապա կվերածեմ դա գործի: Ես կասեի, որ մենք բավականին ունենք սկսելու համար: Մենք ունենք ճիշտ ուղղությամբ շարժվելու զգացումը: Հավատքը սկզբունք է՝ գործողության և զորության սկզբունք: Ճշմարիտ հավատքը կենտրոնանում է Տեր Հիսուս Քրիստոսի շուրջ և միշտ տանում է գործողության:

(David A. Bednar, “What Must I Do?” [Leadership Pattern video, 2014]; David A. Bednar, “Seek Learning by Faith” [address to Church Educational System religious educators, Feb. 3, 2006], lds.org/media-library)

«Ելից գրքի տասնչորսերորդ գլխում Իսրայելի զավակները նախատում էին Մովսեսին, ով իրենց տանում էր դեպի Կարմիր ծով, ինչը տրամաբանական չէր, քանի որ այդպես փախչել հնարավոր չէր: Երբ նրանք Կարմիր ծովի մոտ էին, իսկ փարավոնի զորքերը վրա էին հասնում, նրանք չէին կարող անգամ ակնկալել, որ կտեսնեին մի նեղ ճանապարհ, որը բացվել էր այնպես, ինչպես երբեք նախկինում: Սակայն դա այդպես էր»:

NEAL A. MAXWELL, “On the Straight and Narrow Way,” *New Era*, Aug. 1971, 42

2 ՕԳՏԱԳՈՐԾԵՔ ԺԱՄԱՆԱԿՆ ԻՄԱՍՏՈՒԹՅԱՄԲ

ՕԳՏԱԳՈՐԾԵՔ ԺԱՄԱՆԱԿՆ ԻՄԱՍՏՈՒԹՅԱՄԲ

Խորհեք. Ինչո՞ւ է ժամանակը Աստծո մեծագույն պարգևներից մեկը:

Դիտեք. «Ժամանակի պարգևը» (Տեսանյութը մատչելի չէ՞: Կարդացեք հաջորդ էջը:)

Քննարկեք. Դուք ի՞նչ սովորեցիք Քույր Բենկոսիից:

Կիրառեք. Ահա հինգ քայլ, որոնք կարող եք կատարել ամեն օր՝ ձեր ժամանակը ճիշտ օգտագործելու համար: Կարդացեք ամեն մեկը : Քույր Բենկոսին կատարու՞մ էր այդ բաները:

1	2	3	4	5
ԹՎԱՐԿԵՔ ԳՈՐԾԵՐԸ	**ԱՂՈԹԵՔ**	**ԱՌԱՋՆԱՀԵՐԹՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ ՍԱՀՄԱՆԵՔ**	**ՆՊԱՏԱԿՆԵՐ ԴՐԵՔ, ԳՈՐԾԵՔ**	**ՋԵԿՈՒՅԵՔ**
Ամեն առավոտ կազմեք գործերի ցուցակը: Ավելացրեք այն մարդկանց անունները, ում կարող եք ծառայել:	Աղոթեք առաջնորդության համար: Լսեք: Պարտավորվեք անել լավագույնը՝ ձեր ուժերի սահմաններում:	Համարակալեք ձեր կարևոր առաջնահերթությունները: Գրեք «1» ձեր ամենակարևոր գործի դիմաց, «2»՝ մյուսի և այդպես շարունակ:	Լսեք Հոգուն: Նպատակներ դրեք: Ջանասիրաբար աշխատեք: Սկսեք ամենակարևոր գործից և շարունակեք՝ անցնելով ցուցակի մյուս կետերին:	Ամեն երեկո աղոթքով զեկուցեք Երկնային Հորը: Հարցեր տվեք: Լսեք: Զգացեք Նրա սերը: Ապաշխարեք:

Սկսեք այժմ: Գրեք այս տետրում կամ առանձին թղթի վրա: Կատարեք քայլ 1-ը. Թվարկեք ձեր վաղվա օրվա գործերը: Դրանք պետք է լինեն կարևոր գործեր՝ կապված ձեր աշխատանքի, ուսման, եկեղեցու կամ ընտանեկան ծառայության հետ, ոչ պարզապես օրվա մանր գործեր:

Կատարեք քայլեր 2 և 3:

Վաղը կատարեք քայլեր 4 և 5:

Պարտավորվեք. Պարտավորվեք շաբաթվա ընթացքում կատարել հետևյալ գործողությունները: Նշեք վանդակները, երբ կավարտեք յուրաքանչյուր գործողությունը.

- ☐ Վարժվեք կատարել այդ քայլերը ամեն օր՝ ձեր ժամանակն ավելի իմաստուն օգտագործելու համար:
- ☐ Ուսուցանեք այս սկզբունքը ձեր ընտանիքին:
- ☐ Շարունակեք կիրառել նախորդ հիմնական սկզբունքը:

«Քանզի ահա, մարդկանց համար այս կյանքն է ժամանակը՝ նախապատրաստվելու հանդիպել Աստծուն. այո, ահա, մարդկանց համար այս կյանքի օրն է իրենց գործերը կատարելու օրը»:

ԱԼՄԱ 34.32

Հուշում վարողին

Երբ խմբի անդամները հարցեր ունենան, օգնեք նրանց գտնել պատասխաններն ինքնուրույն:

ԺԱՄԱՆԱԿԻ ՊԱՐԳԵՎԸ

Եթե չեք կարողանում դիտել տեսանյութը, ընտրեք դերերը և կարդացեք այս սցենարը:

ԿՈՖԻ. *Ողջույն, Քույր Բենկոսի: Ինչպե՞ս եք:*

ՔՈՒՅՐ ԲԵՆԿՈՍԻ. *Լա՞վ եմ, Կոֆի:*

ԿՈՖԻ. *Օհ, Քույր Բենկոսի: Այնքան զբաղված եմ: Ես պետք է աշխատեմ, ծառայեմ և օգնեմ ընտանիքիս, հետո էլ իմ փուտբոլը: Ես ժամանակ չունեմ:*

ՔՈՒՅՐ Բ. *Կոֆի, ողջ ժամանակը քոնն է:*

ԿՈՖԻ. *Ի՞նչ:*

ՔՈՒՅՐ Բ. *Տղաս, Աստված տվել է մեզ մեծ պարգև՝ մեր ժամանակը: Մենք պետք է անենք այն, ինչը կարևոր է:*

ԿՈՖԻ. *Բայց ինչպե՞ս, Քույր Բենկոսի: Դուք միշտ այնքան շատ գործ եք անում: Դուք հաջող ընտանիք և գործ ունեք: Դուք ծառայում և օրհնում եք շատերին, օրինակ՝ ինձ: Ես չգիտեմ, թե ինչպես եք դա անում:*

ՔՈՒՅՐ Բ. *Իսկապե՞ս ուզում ես իմանալ: Եթե հանգիստ նստես և լսես, ես կասեմ քեզ իմ գաղտնիքը:*

Ամեն առավոտ ես արթնանում եմ արևածագից առաջ: Ես հագնվում եմ, լվացվում:

Ես կարդում եմ սուրբ գրքերը: Ապա ես կազմում եմ այդ օրվա գործերի ցուցակը:

Ես մտածում եմ, թե ում կարող եմ ծառայել: Ես աղոթում եմ Աստծո կամքն իմանալու համար: Եվ ես լսում եմ:

Երբեմն մտքիս են գալիս մարդկանց անուններ կամ դեմքեր: Ես ավելացնում եմ դրանք իմ ցուցակին:

ԿՈՖԻ. *Այդպե՞ս եք միշտ իմանում, թե ում պետք է ծառայեք:*

ՔՈՒՅՐ Բ. *Այո, Կոֆի: Եվ ես աղոթում եմ ուժ և իմաստություն ունենալու համար: Ես աղոթում եմ, որ Աստված «սրբագործի իմ աշխատանքը»: Այդպես է ասվում 2 Նեփի 32-ում:*

Ես շնորհակալություն եմ հայտնում Նրան: Ես խոստանում եմ անել այն ամենը, ինչ կարող եմ: Ես խնդրում եմ, որ Նա անի այն մասը, որը ես չեմ կարող:

Ապա նայում եմ ցուցակիս: Ես գրում եմ «1» իմ ամենակարևոր գործի դիմաց, «2»՝ մյուսի:

ԿՈՖԻ. *Ինչպե՞ս եք իմանում, որն է կարևոր:*

ՔՈՒՅՐ Բ. *Ես լսում եմ, երբ աղոթում եմ: Ապա սկսում եմ աշխատել: Ես նայում եմ համար 1-ին և աշխատում առաջինը դա անել, հետո 2-ը:*

Երբեմն փոփոխություններ են կատարվում: Սուրբ Հոգին ասում է ինձ այլ բան անել: Դա լավ է:

Ես շատ եմ աշխատում, բայց հոգիս խաղաղ է : Ես գիտեմ, որ Աստված կօգնի ինձ:

Այսպիսով, իմ ցուցակով և Հոգով ես անում եմ այն, ինչը կարևոր է, Կոֆի:

ԿՈՖԻ. *Դա հեշտ է հնչում, բայց միևնույն ժամանակ՝ բարդ:*

ՔՈՒՅՐ Բ. *Դու իրավացի ես: Երբ ես վերջապես պատրաստվում եմ քնելու, ես աղոթում եմ: Ես զեկուցում եմ Երկնային Հորը: Ես պատմում եմ Նրան, թե ինչպես անցավ օրը: Ես հարցեր եմ տալիս: Ես հարցնում եմ, թե ինչը ավելի լավ կարող եմ անել: Ես լսում եմ: Ես հաճախ եմ զգում Նրա սերը: Ես գիտեմ, որ Նա օգնում է ավելի լավ անել այն, ինչ ես փորձում եմ անել: Ապա ես խաղաղություն եմ զգում, Կոֆի, և ես քնում եմ:*

ԿՈՖԻ. *Դա լավ է, Բենկոսի մայրիկ: Ես նույնպես ուզում եմ այդ խաղաղությունը զգալ: Ես ուզում եմ օգտագործել իմ ժամանակը: Ես ուզում եմ ավելի լավ աշխատել և ծառայել:*

ՔՈՒՅՐ Բ. *Դու պետք է հրաժարվես նրանից, ինչը կարևոր չէ, Կոֆի: Դու կօգտագործես քո ժամանակն այնպես, որ անես այն, ինչը կարևոր է: Եվ Աստված կլինի քեզ հետ, եթե քո սիրտն արդար է:*

ԿՈՖԻ. *Շնորհակալություն :*

ՔՈՒՅՐ Բ. *Այժմ գնա, տղաս: Դու շատ բան ունես անելու:*

«Ժամանակը երկրի վրա ամենագլխավոր հարստությունն է: . . . Եթե ճիշտ օգտագործվի, այն կմեծացնի ձեր հարմարավետությունը, նյութական շահը և բավարարվածությունը: Եկեք հաշվի առնենք սա և այլևս չնստենք ծալած ձեռքերով՝ վատնելով մեր ժամանակը»:

BRIGHAM YOUNG, in *Discourses of Brigham Young,* sel. John A. Widtsoe (1954), 214

3 ԵՂԵՔ ՀՆԱԶԱՆԴ

ԵՂԵՔ ՀՆԱԶԱՆԴ

Խորհեք. Ես ի՞նչ օրենքներ պետք է պահեմ ինքնապահով դառնալու համար:

Դիտեք. «Հնազանդությունը օրհնություններ է բերում» (Տեսանյութը մատչելի չէ՞: Կարդացեք հաջորդ էջը:)

Քննարկեք. Հնազանդությունը Աստծո օրենքներին և սկզբունքներին բերում է հոգևոր և ֆիզիկական օրհնություններ: Ի՞նչ փորձառություններ եք դուք ունեցել, որոնք ապացուցում են սա:

Կարդացեք. Վարդապետություն և Ուխտերի 130.20–21հատվածները, Ջոզեֆ Սմիթի հայտարարությունը (աջ կողմում)

Կիրառեք. Դիտարկեք ստորև տրված աղյուսակը: Նկատեք, թե ինչպես է հնազանդությունը որոշակի օրենքներին որոշակի օրհնություններ բերում: Որոշ օրինակներ տրվում են:

Այժմ մի քանի րոպե տրամադրեք և.

1. Գրի առեք որոշակի օրհնություններ, որոնք ցանկանում եք ունենալ ձեր աշխատանքի որոնման, ինքնազբաղվածության կամ կրթության մեջ: Օգտագործեք աջ սյունակը:
2. Ձախ սյունակում թվարկեք այն օրենքները, որոնց կարող եք հնազանդվել այդ օրհնությունները ստանալու համար:

«Կա օրենք, որի վրա հիմնված են բոլոր օրհնությունները: Եվ եթե մենք ինչ-որ օրհնություն ենք ստանում Աստծուց, դա այն օրենքին հնազանդվելով է, որի վրա հիմնված է այն»:

ՎԱՐԴԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՈՒԽՏԵՐ 130.20-21

«Ես սա օրենք եմ դարձրել ինձ համար. Երբ Տերը պատվիրում է՝ արա:»

JOSEPH SMITH, in History of the Church, 2:170

ՀՆԱԶԱՆԴՎԵՔ — Օրենքներ կամ սկզբունքներ	ԿՍՏԱՆԱՔ — Օրհնություններ
Իմաստության խոսքը (ՎևՈւ 89)	*Ավելի լավ առողջություն, շատ գիտելիքներ*
Տասանորդ և նվիրատվություններ (Մաղաքիա 3.10–12)	*Նյութական և հոգևոր օրհնություններ, հաջողություն աշխատանքում, պաշտպանություն*
Ամեն օր աշխատանքի գնացեք ժամանակին	*Շարունակական աշխատանք և խնայողություններ կատարելու հնարավորություն*
Անվեք առողջ և կանոնավոր մարզվեք	*Դուք ավելի քիչ կբացակայեք աշխատանքից հիվանդության պատճառով*

Կիրառեք. Գրեք երկու կամ երեք որոշակի եղանակ, որոնցով կարող եք ավելի հնազանդ լինել ձեր ընտրած օրենքներին.

____

____

Պարտավորվեք. Պարտավորվեք շաբաթվա ընթացքում կատարել հետևյալ գործողությունները: Նշեք վանդակները, երբ կավարտեք յուրաքանչյուր գործողությունը.

- ☐ Ամեն օր հնազանդություն կիրառեք:
- ☐ Ուսուցանեք այս սկզբունքը ձեր ընտանիքին:
- ☐ Շարունակեք կիրառել նախորդ հիմնական սկզբունքները:

ՀՆԱԶԱՆԴՈՒԹՅՈՒՆԸ ՕՐՀՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ Է ԲԵՐՈՒՄ

Եթե չեք կարողանում դիտել տեսանյութը, կարդացեք այս տեքստը:

Ինչպիսի՜ փառավոր խոստում. «Նա, ով պահում է [Աստծո] պատվիրանները, ստանում է ճշմարտություն և լույս, մինչև որ փառավորվի ճշմարտությամբ և իմանա բոլոր բաները [ՎևՈւ 93.28]: . . .

Իմ եղբայրներ և քույրեր, այս կյանքի մեծագույն քննությունը հնազանդությունն է: Տերն ասել է. «Դրանով մենք նրանց կստուգենք, որպեսզի տեսնենք, թե արդյոք նրանք կանեն այն ամենը, ինչ Տերը՝ իրենց Աստվածը, կպատվիրի նրանց» [Աբրահամ 3.25]:

Փրկիչը հայտարարել է. «Քանզի բոլոր նրանք, ովքեր կամենում են օրհնություն ստանալ իմ ձեռքից, պիտի մնան օրենքի մեջ, որը նշանակվել է այդ օրհնության համար, և նրա պայմանների մեջ, ինչպես որ հաստատվել է աշխարհի հիմնադրումից առաջ» [ՎևՈւ 132.5]:

Չկա հնազանդության ավելի մեծ օրինակ, քան մեր Փրկչի օրինակը: Նրա մասին Պողոսն ասել է.

«Թեև Որդի էր, այն չարչարանքներիցը հնազանդությունը սովորեց:

Եվ երբոր կատարյալ եղավ բոլոր իրան հնազանդվողների համար հավիտենական փրկության պատճառ եղավ» [Եբրայեցիս 5.8–9]:

Փրկիչը ցույց տվեց անկեղծ սեր Աստծո հանդեպ, ապրելով կատարյալ կյանքով, հարգելով այն սուրբ առաքելությունը, որ Իրենն էր: Նա գոռոզ չէր: Նա փքված չէր հպարտությամբ: Նա անհավատարիմ չեղավ: Նա միշտ խոնարհ էր: Նա միշտ անկեղծ էր: Նա միշտ հնազանդ էր: . . .

Երբ Նա Գեթսեմանի այգում կանգնեց տառապանքների առաջ, երբ Նա տարավ այնպիսի ցավ, որ քրտինքի փոխարեն արյունը կաթաց գետնի վրա [Ղուկաս 22.44], Նա մարմնավորեց հնազանդ Որդուն, ասելով. «Հայր, եթե կամիս այս բաժակը անցրու ինձանից. սակայն ոչ թե իմ կամքը՝ բայց քո կամքը լինի» [Ղուկաս 22.44]:

Ինչպես Փրկիչը հրահանգեց Իր առաջին Առաքյալներին, Նա հրահանգում է ձեզ և ինձ. «Իմ հետևից» [Հովհաննես 21.22]: Արդյո՞ք մենք պատրաստ ենք հնազանդվել:

Գիտելիքը, որը մենք փնտրում ենք, պատասխանները, որոնց մենք ձգտում ենք, և ուժը, որը մենք ցանկանում ենք ունենալ այսօր՝ բարդ և փոփոխական աշխարհի խնդիրներին դիմակայելիս, կարող են լինել մերը, եթե մենք պատրաստակամորեն հնազանդվենք Տիրոջ պատվիրաններին: Ես մեջբերում եմ կրկին անգամ Տիրոջ խոսքերը. «Նա, ով պահում է [Աստծո] պատվիրանները, ստանում է ճշմարտություն և լույս, մինչև որ փառավորվի ճշմարտությամբ և իմանա բոլոր բաները» [ՎևՈւ 93.28]:

Իմ խոնարհ աղոթքն է, որ մենք օրհնվենք հնազանդներին խոստացված առատ վարձքով: Հիսուս Քրիստոսի՝ մեր Տիրոջ և Փրկչի անունով, ամեն:

(Թոմաս Ս Մոնսոն, «Հնազանդությունը օրհնություններ է բերում», Ensign կամ Լիահոնա, *մայիս 2013, 89, 92)*

«Եթե մենք սիրում ենք շքեղությունը կամ անգամ անհրաժեշտությունները ավելի, քան հնազանդությունը, մենք բաց կթողնենք այն օրհնությունները, որոնք Նա ցանկանում է տալ մեզ»:

SPENCER W. KIMBALL, in *Teachings of Spencer W. Kimball*, ed. Edward L. Kimball (1982), 212

Հուշում վարողին

Խրախուսեք բոլորին որոշակի պարտավորություններ ստանձնել և պահել ու սովորեցնել դրանք իրենց ընտանիքներին:

4 ԿԱՌԱՎԱՐԵՔ ԴՐԱՄԸ

ԿԱՌԱՎԱՐԵՔ ԴՐԱՄԸ

Խորհեք. Ինչո՞ւ է դրամի կառավարումն այդքան դժվար և կարևոր:

Դիտեք. «Կարևոր բաները՝ առաջին հերթին» (Տեսանյութը մատչելի չէ՞: Կարդացեք հաջորդ էջում:)

Քննարկեք. Դուք ի՞նչ սովորեցիք այդ երեխաներից: Մենք ինչո՞ւ պիտի վարենք մեր դրամի հաշվառումը: Մենք ինչո՞ւ պիտի գումար խնայենք :

Կարդացեք. Հայտարարություն՝ *«Նախապատրաստեք ամեն անհրաժեշտ բան»-ից.* , Վարդապետություն և Ուխտեր 104.78 (աջ կողմում)

Կիրառեք. Ահա չորս քայլ, որոնք կարող են օգնել ձեզ կառավարել ձեր դրամը, որպեսզի ավելի լավ ծառայեք մյուսներին: Կարդացեք այս քայլերը: Խմբով քննարկեք, թե ինչպես կարող եք դա սովորություն դարձնել:

«Վճարեք տասանորդներն ու նվիրատվությունները, . . . խուսափեք պարտքից, . . . օգտագործեք բյուջե, . . . մտածեք, ինչպես կրճատել ոչ կարևոր ծախսերը . . . [և] կարգապահություն ձևավորեք, ապրելով ձեր բյուջեին համաձայն»:

«ՆԱԽԱՊԱՏՐԱՍՏԵՔ ԱՄԵՆ ԱՆՀՐԱԺԵՇՏ ԲԱՆ. ԸՆՏԱՆԵԿԱՆ ՖԻՆԱՆՍՆԵՐ» (գրքույկ, 2007), 3

1

ՋԱՆԱՍԻՐԱԲԱՐ ԵՎ ԻՄԱՍՏՈՒԹՅԱՄԲ ԱՇԽԱՏԵՔ

Ձեր գործատուին ապացուցեք, որ դուք ամեն օր քրտնաջան աշխատում եք: Ապացուցեք, որ դուք արժեքավոր եք: Եղեք ազնիվ:

2

ՎՃԱՐԵՔ ՏԱՍԱՆՈՐԴ ԵՎ ՆՎԻՐԱՏՎՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Երբ դուք անձնական գումար եք վաստակում, առաջին հերթին վճարեք տասանորդը: Այդ ժամանակ Աստված կարող է օրհնել ձեզ:

3

ԾԱԽՍԵՔ ԱՎԵԼԻ ՔԻՉ, ՔԱՆ ՎԱՍՏԱԿՈՒՄ ԵՔ:

Բյուջե կազմեք: Գրի առեք այն, ինչ վաստակում և ծախսում եք: Խուսափեք պարտքից: Վաստակեք ավելին: Ծախսեք ավելի քիչ, քան վաստակում եք:

4

ԱՄԵՆ ՕՐ ԽՆԱՅՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ ԿԱՏԱՐԵՔ

Ամեն օր գումար խնայեք՝ ավելի մեծ խաղաղություն և ազատություն ունենալու համար:

Պարտավորվեք. Պարտավորվեք շաբաթվա ընթացքում կատարել հետևյալ գործողությունները: Նշեք վանդակները, երբ կավարտեք յուրաքանչյուր գործողությունը.

- ☐ Կիրառեք ձեր փողի կառավարման պրակտիկան ամեն օր:
- ☐ Ուսուցանեք այս սկզբունքը ձեր ընտանիքին:
- ☐ Շարունակեք կիրառել նախորդ հիմնական սկզբունքները:

«Եվ բացի այդ, ճշմարիտ ասում եմ ձեզ, ձեր պարտքերի վերաբերյալ,– ահա, իմ կամքն է, որ դուք վճարեք ձեր բոլոր պարտքերը»:

ՎԱՐԴԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՈՒԽՏԵՐ 104.78

Հուշում վարողին

Որևէ մեկին խնդրեք կիսվել, թե ինչպես են այդ սկզբունքները օրհնում իրենց ընտանիքը:

ԿԱՐԵՎՈՐ ԲԱՆԵՐԸ՝ ԱՌԱՋԻՆ ՀԵՐԹԻՆ

Եթե չեք կարողանում դիտել տեսանյութը, կարդացեք այս տեքստը:

ԴՐՎԱԳ. *Տղան և աղջիկը, մեծահասակների հագուստ հագած, իրենց պահում են իրենց ծնողների նման:*

ՏՂԱ. *Տանն եմ, սիրելիս:*

ԱՂՋԻԿ. *Բարի գալուստ տուն: Oh, դու հոգնած տեսք ունես:*

ՏՂԱ. *Դու նույնպես: Դու շատ ես աշխատում, այդպես չէ՞:*

ԱՂՋԻԿ. *Դե, մենք պետք է աշխատենք, չէ՞:*

ՏՂԱ. *Ես այսօր 10 եմ վաստակել:*

ԱՂՋԻԿ. *Oh, ինչպիսի օրհնություն: Դե, կարևոր բաները` առաջին հերթին: Արի վճարենք մեր տասանորդը:*

ՏՂԱ. *Բայց եթե մեզ չհերիքի՞:*

ԱՂՋԻԿ. *Սա այստեղ է օգնում հավատքը:*

ՏՂԱ. *Լավ: Դե, իսկ հացո՞րդը:*

ԱՂՋԻԿ. *Դե, մենք պետք է գնենք ուտելիք, ավտոբուսի տոմս և տան վարձը վճարենք: Հետո, լավ կլինի մի աթոռ գնել: . . .*

ՏՂԱ. *Բայց մենք չենք կարող, տեսնո՞ւմ ես: Մեր դրամը չի հերիքում:*

ԱՂՋԻԿ. *Կարո՞ղ ենք պարտք վերցնել:*

ՏՂԱ. *Ասում են, պարտքը վտանգավոր է: Մենք չենք ուզում անախորժություններ ունենալ:*

ԱՂՋԻԿ. *Լավ: Դու իրավացի ես: Բա ի՞նչ պիտի անենք:*

ՏՂԱ. *Արի խնայենք: Երբեք չգիտես, ինչ կպատահի:*

ԱՂՋԻԿ. *Համաձայն եմ, ճիշտ է: Բայց ոչինչ չի մնում զվարճանալու համար:*

ՏՂԱ. *Մենք ունենք իրար: Իսկ ես կաշխատեմ ավելի շատ վաստակել:*

ԱՂՋԻԿ. *Ես կաշխատեմ ավելի քիչ ծախսել:*

ՏՂԱ. *Այդ ճանապարհով մենք կարող ենք երջանիկ լինել և ինքնապահով:*

ԱՂՋԻԿ. *Ճիշտ է: Դա դժվար չէր: Ինչո՞ւ են մեծերը դրանից խնդիր սարքում:*

ՏՂԱ. *Դե, գիտես: Մեծերը ուղղակի այդպիսին են:*

«Այսօրվա մշակույթում, կարծես, հրավունքի ձեռքբերման զգացում է տիրում: . . . Երբ ընկնում ենք մեծ պարտքի բեռի տակ, մենք . . . մեզ դնում ենք հարկադիր կախվածության մեջ` ծախսելով մեր ամբողջ ժամանակը, էներգիան և միջոցները մեր պարտքերը վճարելու վրա: . . .Կարևոր է, որ մենք . . .մշակենք ծախսերի և խնայողությունների ծրագիր` բյուջե և իրարից տարբերենք ցանկությունն ու անհրաժեշտությունը:

ROBERT D. HALES, "Seek and Attain the Spiritual High Ground in Life" (Church Educational System fireside, Mar. 2009), 6–7; speeches.byu.edu

5 ԱՇԽԱՏԵՔ. ՊԱՏԱՍԽԱՆԱՏՎՈՒԹՅՈՒՆ ՍՏԱՆՁՆԵՔ

ԱՇԽԱՏԵՔ. ՊԱՏԱՍԽԱՆԱՏՎՈՒԹՅՈՒՆ ՍՏԱՆՁՆԵՔ

Խորհեք. Ինչո՞ւ է Երկնային Հայրը ցանկանում, որ մենք անձնական պատասխանատվություն ունենանք մեր կյանքի համար:

Դիտեք. «Սեդրիկի ճանապարհորդությունը» (Տեսանյութը մատչելի չէ՞: Կարդացեք հաջորդ էջում:)

Քննարկեք. Ինչպե՞ս Սեդրիկն օգտագործեց իր ազատ ընտրության իրավունքը և պատասխանատվություն ստանձնեց իր ապագայի համար: Ի՞նչ կպատահեր Սեդրիկին, եթե նա մեղադրեր մեկ ուրիշին իր խնդիրների համար:

Կարդացեք. 2 Նեփի 2.16, 26, Վարդապետություն և Ուխտեր 42.42 (աջ կողմում)

Կիրառեք. Դիմեք ձեզ ամենամոտ գտնվող խմբի անդամին: Միասին կարդացեք Մարգարե Ջոզեֆ Սմիթի հետևյալ խոսքերը: Նա նկարագրում է մեծանալու իր անձնական փորձը: Քննարկեք այս հարցերը.

- Ինչպիսի՞ն էր նրա նյութական վիճակը:
- Մարգարեի խոսքերից դուք ի՞նչ սովորեցիք ինքնապահովման մասին :
- Մարգարեն ի՞նչ ի նկատի ուներ «անդադար աշխատանք» արտահայտությամբ:

«Քանի որ հորս նյութական պայմանները շատ սուղ էին, մենք ստիպված էինք մեր ձեռքի աշխատանքով ապահովել մեր կարիքները` համաձայնվելով ցանկացած օրավարձու կամ այլ աշխատանքի, երբ հնարավորություն էր ընձեռվում: Երբեմն աշխատում էինք տանը, երբեմն` տնից հեռու և անդադար աշխատանքով հնարավոր էր դառնում բավարար ապրուստի միջոցներ ձեռք բերել»:

Ջոզեֆ Սմիթ—Պատմություն 1.55

Կիրառեք. Մտածեք այն մասին, թե ինչպես կարող եք ավելի մեծ անձնական պատասխանատվություն ստանձնել ձեր ինքնապահովման համար: Գրեք երկու կամ երեք փոփոխություններ, որոնք ցանկանում եք կատարել ձեր գործողությունների կամ մոտեցումների մեջ:

____

____

«Ուստի, Տեր Աստված տվեց մարդուն, որ նա գործի ինքնուրույն: Ուստի, մարդը չէր կարող գործել ինքնուրույն, մինչև որ չհրապուրվեր մեկի կամ մյուսի կողմից»:

2 ՆԵՓԻ 2.16,26

«Ծույլ մի եղիր. քանզի նա, ով ծույլ է, չպետք է ուտի աշխատողի հացը, ոչ էլ հագնի նրա հանդերձները»:

ՎԱՐԴԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՈՒԽՏԵՐ 42.42

Պարտավորվեք. Պարտավորվեք շաբաթվա ընթացքում կատարել հետևյալ գործողությունները: Նշեք վանդակները, երբ կավարտեք յուրաքանչյուր գործողությունը.

- ☐ Ամեն օր սովորեք պատասխանատվություն ստանձնել:
- ☐ Ուսուցանեք այս սկզբունքը ձեր ընտանիքին:
- ☐ Շարունակեք կիրառել նախորդ հիմնական սկզբունքները:

ՍԵԴՐԻԿԻ ՃԱՆԱՊԱՐՀՈՐԴՈՒԹՅՈՒՆԸ

Եթե չեք կարողանում դիտել տեսանյութը, կարդացեք այս տեքստը:

ՍԵԴՐԻԿ. *Իմ անունը Սեդրիկ Կամբեսաբուե է: Ես ապրում եմ Կոնգոյի Դեմոկրատական Հանրապետությունում: Ես ՎՕՍ Եկեղեցու անդամ եմ:*

Ես ճյուղի միսիոներ եմ Կիպուսանգա գյուղում: Ես պետք է պատրաստվեմ արտասահմանյան միսիա գնալուն: Միսիա գնալու համար ինձ անձնագիր է հարկավոր, որն արժե 250 ԱՄՆ դոլար:

Դրան փաստակելու համար ես և հայրս աղամաթուզ ենք գնում: Կան գյուղեր, որտեղ շատ աղամաթուզ են աճեցնում՝ Տիշաբոբոն, Լուսուկուն և Կամանդան:

Տիշաբոբոն մեզանից 9 մղոն հեռու է: Լուսուկուն 18 մղոն հեռու է: Կամանդան՝ նույնպես 18 մղոն: Մենք գնում ենք այդ գյուղերը, գնում ենք աղամաթուզ և բերում դրանք այստեղ՝ վաճառելու:

Գյուղեր մենք հեծանիվով ենք գնում: Մենք կարող ենք վերցնել աղամաթուզի չորս կամ վեց ճյուղ:

Հեծանիվով մեկ ու կես ժամ է տևում յուրաքանչյուր ուղղությամբ, եթե հեծանիվը աշխատում է և ես ուժ եմ ունենում: Կեսօրին, երբ տաք է, ես դանդաղ եմ շարժվում:

Ես կարող եմ երկու ճանփորդություն կատարել օրվա մեջ, եթե վաղ առավոտյան արթնանամ: Դա լավ եղանակ է՝ վճարելու անձնագրիս համար:

Այսօր ես քիչ-քիչ փող եմ աշխատում, որ խնայեմ և դպրոցի, և միսիայի համար: Եվ այժմ, չորս տարի աշխատելուց հետո, ես ունեմ բավական գումար իմ անձնագրի համար և խնայված 70 դոլար:

«Աստված ստեղծել է այս մահկանացու գոյությունը, որպեսզի անդադար ճիգեր պահանջի : . . . Աշխատանքով մենք պահպանում և հարստացնում ենք կյանքը: . . . Աշխատանքը կառուցում և շտկում է բնավորությունը, ստեղծում է գեղեցկություն և հանդիսանում է գործիք՝ իրար և Աստծուն ծառայելու գործում: Նվիրագործված կյանքը լցված է աշխատանքով, երբեմն կրկնվող, . . . երբեմն չգնահատվող, սակայն միշտ բարելավող, . . . բարձրացնող, [և] ոգեշնչող»:

Դ. ԹՈԴ ՔՐԻՍՏՈՖԵՐՍՈՆ, «Մտորումներ նվիրագործված կյանքի մասին», *Ensign* կամ *Լիահոնա*, նոյ. 2010, 17

6 ԼՈՒԾԵՔ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ

ԼՈՒԾԵՔ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ

Խորհեք. Ինչո՞ւ է Երկնային Հայրը թույլ տալիս, որ մենք խնդիրներ և դժվարություններ ունենանք:

Դիտեք. «Լուծեք խնդիրները և որոշումներ կայացրեք» (Տեսանյութը մատչելի չէ՞: Կարդացեք հաջորդ էջում:)

Քննարկեք. Ի՞նչ արեց Ոչխարը, որպեսզի օգներ Խոզին լուծել խնդիրը: (Մտածեք, թե ինչպես նա օգնեց հասկանալ իրական խնդիրը, դիտարկել նրա տարբերակները, ապա որոշում կայացնել և գործել:)

Կարդացեք. Եթեր 2 և 3 (կարդացեք միայն աջ կողմում տրված քաղվածքները)

Քննարկեք. Ի՞նչ արեց Հարեդի եղբայրը խնդիրը լուծելու համար:

Կիրառեք. Ահա երեք քայլ, որոնք կարող են օգնել ձեզ լուծել ցանկացած խնդիր աղոթքով և հավատքով: Կարդացեք և քննարկեք դրանք խմբի անդամի հետ: Ձեզանից յուրաքանչյուրը պետք է դիտարկի մի որոշակի խնդիր, որի առաջ կանգնած է և կատարի այդ քայլերը:

ՀԱՍԿԱՑԵՔ
Ո՞րն է *իրական* խնդիրը:

Որոշեք և գործեք
Աղոթեք առաջնորդության համար: Որոշեք: Ապա հավատքով գործեք: Կա՞ն լավ արդյունքներ: Եթե ոչ, կրկին փորձեք 1-3 քայլերը:
Չհանձնվե՛ք:

ԼՈՒԾԵՔ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ
1 2 3

Ուսումնասիրության տարբերակներ
Որո՞նք են հնարավոր լուծումները:
Ո՞րն է լավագույն լուծումը:

Կիրառեք. Ընտրեք մի խնդիր, որի առաջ կանգնած եք ընտանիքով և գրեք այստեղ.

____

Շաբաթվա ընթացքում ձեր ընտանիքի հետ աշխատեք այդ խնդրի վրա: Հիշեք. չհանձնվե՛ք: Խնդիրները լուծելու և փոփոխություններ կատարելու համար ժամանակ է պահանջվում:

Պարտավորվեք. Պարտավորվեք շաբաթվա ընթացքում կատարել հետևյալ գործողությունները: Նշեք վանդակները, երբ ավարտեք յուրաքանչյուր գործողությունը.

- ☐ Կիրառեք խնդիրը լուծելու վերևում նախանշված քայլերը:
- ☐ Ուսուցանեք այս սկզբունքը ձեր ընտանիքին:
- ☐ Շարունակեք կիրառել հիմնական նախկին սկզբունքները:

«Հարեդի եղբայրն աղաղակեց առ Տերը՝ ասելով. . . . ես պատրաստել եմ նավերն . . . և ահա դրանցում լույս չկա: . . . Եվ Տերն ասաց. . . . Ի՞նչ կկամենաս, որ ես անեմ:. . . [Եվ Հարեդի եղբայրը] ապարից հալեց տասնվեց փոքր քարեր . . . և կրկին աղաղակեց առ Տերն՝ ասելով. . . Ես գիտեմ, ո՜վ Տեր, որ դու ունես ամենայն զորություն: . . . Ուստի, դիպչի՛ր այս քարերին, . . . որ դրանք կարողանան փայլել խավարում»:

ԵԹԵՐ 2.18–19, 23, 3.1, 4

Հուշում վարողին
Քննարկումներին եռանդ ավելացրեք: Ներգրավեք բոլորին:

ԼՈՒԾԵՔ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ ԵՎ ՈՐՈՇՈՒՄՆԵՐ ԿԱՅԱՑՐԵՔ:

Եթե չեք կարողանում դիտել տեսանյութը, ընտրեք դերերը և կարդացեք այս սցենարը:

ԽՈԶ. *Ես սոված եմ: Ֆերմերը գնացել է: Նրա տղան ծույլ է և ես ուտելիք չեմ ստանում: Ի՞նչ անեմ:*

ՈՉԽԱՐ. *Խո՞զ: Խո՛զ: Ո՞րն է խնդիրը:*

ԽՈԶ. *Խնդի՞րը: Խնդի՞րը: Չէ՞ որ դա ակնհայտ է: Ես սոված եմ:*

ՈՉԽԱՐ. *Հմմմ: Դա քո խնդիրը չէ:*

ԽՈԶ. *Հը՞: Ի՞նչ նկատի ունես: Ես սոված եմ: Իսկ այդ ծույլ երեխան չի անում իր գործը:*

ՈՉԽԱՐ. *Ճիշտ է, բայց դա իր խնդիրն է: Քո խնդիրը հետևյալն է՝ ո՞ր կարող ես դու գնալ, որ ուտելիք գտնես:*

ԽՈԶ. *Ե՞ս: Ուտելիք գտնե՞լ:*

ՈՉԽԱՐ. *Այո: Որո՞նք են քո տարբերակները:*

ԽՈԶ. *Դե, ես կարող եմ մնալ այստեղ և սպասել:*

ՈՉԽԱՐ. *Դա մի տարբերակ է: Ինչպե՞ս է դա աշխատում:*

ԽՈԶ. *Դե: . . . Հըմմ: . . . Եթե ես կարողանայի դուրս գալ այստեղից, միգուցե, ես ուտելիք գտնեի աղբակույտի մեջ:*

ՈՉԽԱՐ. *Դա էլ է տարբերակ: Ես նկատել եմ, որ տղան քո դռնակը բաց է թողել:*

ԽՈԶ. *Այո, բայց ես երբեք այստեղից դուրս չեմ եկել: Բացի դա, այնտեղ կարող է բոլորովին էլ ուտելիք չլինել:*

ՈՉԽԱՐ. *Դե, երևի ժամանակն է որոշելու և մի բան ձեռնարկելու՝ մնալ նույն տեղում, թե տեղից շարժվել:*

ԽՈԶ. *Լավ: Դա իմ խնդիրն է, չէ՞:*

ՈՉԽԱՐ. *Հիր:*

ԽՈԶ. *Եվ աղբի կույտը իմ լավագույն տարբերակն է:*

ՈՉԽԱՐ. *Եթե այդպես ես կարծում:*

ԽՈԶ. *Ուրեմն ես պետք է որոշեմ և գործեմ:*

ՈՉԽԱՐ. *Կարծես թե, այո:*

ԽՈԶ. *Այո: . . . Լավ: . . . Դե, . . . ահա այսպես: [Սկսում է ուտել:] Հեյ, Ոչխար, սա հիանալի է:*

ՈՉԽԱՐ. *Սպրե՛ս, Խոզ:*

«Տեղական պայմաններին հարմարվելու համար երբեմն ստեղծարար մոտեցումներ են հարկավոր: Մենք ունենք հիմնական ուղեցույցներ և սկզբունքներ, սակայն Տերն ակնկալում է, որ մենք ինքներս լուծենք մեր խնդիրները: . . . Մենք մտածող, դատող մարդկային էակներ ենք: Մենք ունակ ենք հասկանալու մեր կարիքները, ծրագրելու, նպատակներ սահմանելու և մեր խնդիրները լուծելու: . . . Շատ հաճախ մարդիկ կյանքում կառչում են գաղափարներից, հայտնագործություններից և մոտեցումներից, որոնք չեն աշխատում: Ստեղծարար մոտեցումը կյանքի կարիքները հոգալու կարգապահ մոտեցում է»:

ROBERT D. HALES, "Every Good Gift," *New Era*, Aug. 1983, 8–9

7 ԴԱՐՁԵՔ ՄԵԿ. ԱՇԽԱՏԵՔ ՄԻԱՍԻՆ

ԴԱՐՁԵՔ ՄԵԿ. ԱՇԽԱՏԵՔ ՄԻԱՍԻՆ

Խորհեք. Ի՞նչ է նշանակում «լինել մեկ»: Ի՞նչ կապ ունի դա ինքնապահով դառնալու հետ:

Դիտեք. «Տիրոջ ձևով» (Տեսանյութը մատչելի չէ՞: Կարդացեք հաջորդ էջում:)

Քննարկեք. Ի՞նչ է այս ուղերձն ուսուցանում միմյանց ծառայելու և օգնելու մասին:

Կարդացեք. Մովսես 7.18; Վարդապետություն և Ուխտեր 104.15–17 (աջ կողմում)

Կիրառեք. Կատարեք հետևյալը.

1. Մտքում մտածեք ձեր ունեցած տաղանդների, ծանոթությունների և այլ ռեսուրսների մասին: Ինչպե՞ս կարող են ձեր պարգևները օգնել խմբի մյուս անդամներին ավելի ինքնապահով դառնալ: Գրեք ձեր մտքերը.

___

2. Որպես խումբ՝ միմյանց հետ կիսվեք ձեր թվարկած տաղանդներով, ծանոթություններով և այլ միջոցներով: Գրի առեք մյուսների ծանոթությունները կամ միջոցները, որոնք կարող են օգնել ձեզ:

___

___

3. Ապա ստորև թվարկեք այն միջոցները, որոնք մատչելի են Եկեղեցու ինքնապահովման կենտրոնում, այդ թվում՝ ուսուցիչները, համակարգիչները և այլն: Դուք ինչո՞ւ եք զգում նրանց կարիքը:

___

4. Ի՞նչ միջոցներ ունեք, որոնք կարող են օգնել ձեզ և ուրիշներին ինքնապահով դառնալ:

___

5. Ինչպե՞ս կօգնեք ուրիշներին ինքնապահովման իրենց ճանապարհին:

___

6. Ինչպե՞ս կարող եք օգտագործել ուրիշների օգնությունը ձեր ճանապարհին:

___

Կարդացեք. Մեկ լինելու հարցում վարժվելու համար կարող եք անել հետևյալը.

- Օգնեք ձեր ընտանիքին լինել ավելի միասնական և աշխատել միասին:
- Զրուցեք ձեր ծխի անդամների հետ, ովքեր արդեն ինքնապահով են: Հարցրեք, թե ինչ մարդիկ կամ միջոցներ են

«Եվ Տերն իր ժողովրդին կոչեց ՍԻՈՆ, որովհետև նրանք մեկ սրտի և մեկ մտքի էին, . . . և ոչ մի աղքատ չկար նրանց մեջ»:

ՄՈՎՍԵՍ 7.18

«Եվ իմ նպատակն է՝ ապահովել իմ սրբերին. քանզի բոլոր բաներն իմն են: Սակայն դա անպայման պետք է արվի իմ իսկ ձևով. և ահա, սա է այն ձևը, որը ես՝ Տերս, որոշել եմ իմ սրբերին ապահովելու համար, որ աղքատը պիտի բարձրացվի, նրանով, որ հարուստը կխոնարհեցվի: Քանզի երկիրը լի է, և բավականաչափ կա նաև խնայելու համար»:

ՎԱՐԴԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՈՒԽՏԵՐ 104.15-17

նրանց օգնել: Խնդրեք, որ իրենք լինեն ձեր խորհրդատուները:

- Գնացեք երեք վայր ձեր համայնքում, որտեղ կան միջոցներ, որոնք կօգնեն ձեզ ինքնապահով դառնալ: Գրի առնեք ծառայությունները, որոնք նրանք կարող են մատուցել: Սկսեք կիրառել:

Պարտավորվեք. Պարտավորվեք շաբաթվա ընթացքում կատարել հետևյալ գործողությունները: Նշեք վանդակները, երբ կավարտեք յուրաքանչյուր գործողությունը.

- ☐ Վարժվեք աշխատել ուրիշների հետ (ձեր ընտանիքի, ծխի անդամների և համայքնի միջոցների հետ, որոնք նշված են վերևում):
- ☐ Ուսուցանեք այս սկզբունքը ձեր ընտանիքին:
- ☐ Շարունակեք կիրառել նախորդ հիմնական սկզբունքները:

ՏԻՐՈՋ ՁԵՎՈՎ

Եթե չեք կարողանում դիտել տեսանյութը, կարդացեք այս տեքստը:

ՆԱԽԱԳԱՀ ԱՅՐԻՆԳ. *Եկեղեցու բարօրության ծրագրի հիմքում ընկած սկզբունքները միայն ժամանակի և մեկ վայրի համար չեն: Դրանք բոլոր ժամանակների և բոլոր տեղերի համար են: . . .*

Ձևը հստակ է: Նրանք, ովքեր շատ են կուտակել, պետք է խոնարհեցնեն իրենց՝ կարիքավորներին օգնելու համար:

Նրանք, ովքեր առատության մեջ են, պետք է կամավոր զոհաբերեն իրենց հարմարավետությունից, ժամանակից, ունակություններից և միջոցներից՝ թեթևացնելու համար կարիքի մեջ գտնվողների տառապանքը: Եվ օգնությունը պետք է տրվի այնպես, որ ստացողի զորությունը մեծանա, որ նա էլ հոգ տանի իր, ապա՝ ուրիշների մասին:

Այսպես՝ Տիրոջ ձևով արվելու դեպքում նշանավոր բաներ տեղի կունենան: Կօրհնվի և տվողը, և ստացողը:

(Հենրի Բ. Այրինգ, ելույթ Շուգարհաուզ Յուտա Բարօրության ծառայությունների կենտրոնի նվիրագործման ժամանակ, հունիս, 2011, lds.org, *փակագծերում բառերը ավելացվել են Նախագահ Այրինգի կողմից 2014թ. մարտի հարցազրույցի ժամանակ:)*

ՆԱԽԱԳԱՀ ՈՒԽԴՈՐՖ. *Եղբայրնե՛ր և քույրե՛ր, մենք բոլորս ուխտյալ պարտականություն ունենք լինելու զգայուն ուրիշների հանդեպ և ծառայելու՝ ինչպես Փրկիչը ծառայեց՝ հասնելու, օրհնելու և բարձրացնելու մեր շուրջը գտնվողներին:*

Հաճախ մեր աղոթքի պատասխանը գալիս է ոչ թե այն պահին, երբ մենք ծնկի ենք իջած, այլ երբ ոտքի ենք ելնում և ծառայում Տիրոջը և մեր շուրջը գտնվողներին: Ծառայության և նվիրաբերման անձնազոհ գործողությունները կատարելագործում են մեր հոգիները, հեռացնում են մեր հոգևոր աչքերի նստվածքը և բացում են երկնքի պատուհանները: Որևէ մեկի աղոթքի պատասխանը դառնալով, մենք հաճախ գտնում ենք մեր սեփական պատասխանը:

(Դիտեր Ֆ Ուխդորֆ, «Սպասելով Դամասկոս տանող ճանապարհին», Ensign *կամ* Լիահոնա, *մայիս 2011, 76)*

«Երբ մենք միասին համագործակցում ենք, . . . կարող ենք հասնել ամեն ինչի: Այդպես մենք վերացնում ենք միայնակ կանգնած մեկ անձի թուլությունը և փոխարինում այն միասին ծառայող շատերի ուժեղ կողմերով»:

THOMAS S. MONSON, “Church Leaders Speak Out on Gospel Values,” *Ensign,* May 1999, 118

8 ՀԱՂՈՐԴԱԿՑՎԵՔ. ՀԱՐՑՐԵՔ ԵՎ ԼՍԵՔ

ՀԱՂՈՐԴԱԿՑՎԵՔ. ՀԱՐՑՐԵՔ ԵՎ ԼՍԵՔ

Խորհեք. Դուք ունեցե՞լ եք փորձառություն, երբ Երկնային Հայրը պատասխանել է ձեր աշխատանքի, բիզնեսի կամ կրթության հետ կապված ձեր աղոթքներին:

Դիտեք. «Ապահովել բարձրացումը» (Տեսանյութը մատչելի չէ՞: Կարդացեք հաջորդ էջում:)

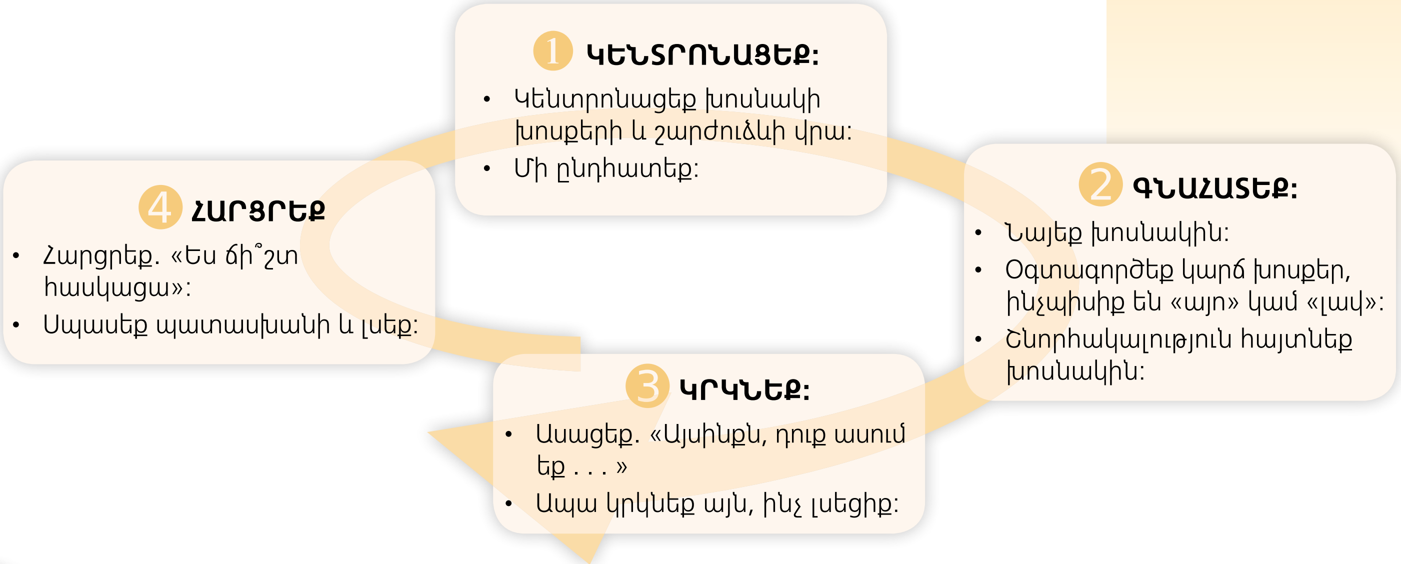
Քննարկեք. Ըստ Նախագահ Ուխդորֆի, մենք ինչպե՞ս կարող ենք վեր բարձրանալ աշխարհիկ հոգսերից: Կա՞ն արդյոք ժամանակներ, երբ մենք չենք նկատում մեր աղոթքների պատասխանները: Արդյո՞ք լսելը աղոթքի հիմնական մասն է:

Կարդացեք. Վարդապետություն և Ուխտեր 8.2, Երեց Նելսոնի մեջբերումը (աջ կողմում)

Քննարկեք. Խմբով քննարկեք այս հարցերը. Ինչո՞ւ է լսելը կարևոր հմտություն: Ինչպե՞ս կարող է ուշադիր լսելը օգնել մեզ մեր աշխատանքում:

Կիրառեք. Կատարեք այս վարժությունը՝ լսելու ձեր հմտությունները բարելավելու համար:

- Խմբով կարդացեք ստորև տրված քայլերը և համառոտ քննարկեք դրանք:
- Խնդրեք խմբի մեկ կամ երկու անդամների պատմել մյուսներին իրենց խնդրի կամ հարցերի մասին: Մնացած բոլորը պետք է փորձեն լսել, հետևելով այս քայլերին:
- Խնդրեք խմբի անդամներին, ովքեր խոսեցին, պատմել, թե ինչ էին զգում, երբ խումբն իսկապես փորձում էր լսել:



«Ես կասեմ քեզ քո մտքում և քո սրտում, Սուրբ Հոգով, որը կիջնի քո վրա, և որը կմնա քո սրտում»:

ՎԱՐԴԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՈՒԽՏԵՐ 8.2

«Ձեր հոգին կօրհնվի, երբ դուք սովորեք լսել, ապա լսեք, որպեսզի սովորեք երեխաներից, ծնողներից, զուգընկերներից, հարևաններից և Եկեղեցու ղեկավարներից և երկնքից խորհուրդ լսելու բոլորի ունակությունը կմեծանա»:

RUSSELL M. NELSON, "Listen to Learn," *Ensign*, May 1991, 24

Պարտավորվեք. Պարտավորվեք շաբաթվա ընթացքում կատարել հետևյալ գործողությունները: Նշեք վանդակները, երբ ավարտեք յուրաքանչյուր գործողությունը.

- ☐ Կիրառեք քայլեր, որպեսզի ավելի լավ լսելու ունակություն ձեռք բերեք ձեր ընտանիքի հետ.
  - Ընտանիքի անդամներից մեկին խնդրեք կիսվել իր խնդրով կամ հարցով:
  - Կիրառեք լսելու քայլերը, երբ նրանք պատմում են:
- ☐ Ուսուցանեք այս սկզբունքը ձեր ընտանիքին:
- ☐ Շարունակեք կիրառել հիմնական նախկին սկզբունքները:

ԱՊԱՀՈՎԵԼ ՎԵՐԵԼՔԸ Ը

Եթե չեք կարողանում դիտել տեսանյութը, կարդացեք այս տեքստը:

ՆԱԽԱԳԱՀ ՈՒԽՏԴՈՐՖ. *Ինքնաթիռը գետնից պոկելու համար պետք է բարձրացում ապահովել: Աերոդինամիկայում վերելք տեղի է ունենում, երբ ինքնաթիռի թևերի վրայով օդն այնպես է շարժվում, որ թևերի տակ ճնշումն ավելի մեծ է, քան թևերի վրա: Երբ վերելքապահովող ուժը գերազանցում է դեպի ներքև քաշող ձգողականության ուժին, օդանավը բարձրանում է գետնից և թռիչք կատարում:*

Նույն կերպ, մենք կարող ենք վերելք ապահովել մեր հոգևոր կյանքում: Երբ մեզ դեպի երկինք հրող ուժն ավելի մեծ է, քան գետնին տապալող գայթակղությունները ու հուսահատությունը, մենք կարողանում ենք բարձրանալ և սավառնել Հոգու արքայությունում:

Թեև կան ավետարանական բազմաթիվ սկզբունքներ, որոնք օգնում են մեզ բարձրանալ, ես կուզենայի կենտրոնանալ դրանցից հատկապես մեկի վրա:

[Աղոթք:]

Աղոթքը ավետարանի սկզբունքներից մեկն է, որ վերելք է ապահովում: Աղոթքը զորություն ունի բարձրացնելու մեզ մեր [աշխարհիկ] հոգսերից: Աղոթքը կարող է] բարձրացնել մեզ հուսահատության [կամ] խավարի ամպերի միջով դեպի պայծառ և պարզ հորիզոն:

Ամենամեծ օրհնություններից, արտոնություններից ու հնարավորություններից մեկը, որ մենք ունենք որպես մեր Երկնային Հոր զավակներ, դա այն է, որ կարողանում ենք հաղորդակցվել Նրա հետ [աղոթքի միջոցով]: Մենք կարող ենք խոսել Նրա հետ մեր կյանքի փորձառությունների, փորձությունների և օրհնությունների մասին: Մենք կարող ենք լսել և ստանալ անկենտրոն առաջնորդություն Սուրբ Հոգուց [ցանկացած ժամանակ և ցանկացած տեղում]:

(Դիտեր Ֆ. Ուխտդորֆ, “Prayer and the Blue Horizon,” Ensign կամ Լիահոնա, հունիս 2009, 5–6, փակագծերում բառերը ավելացվել են Նախագահ Դիտեր Ֆ. Ուխտդորֆի կողմից 2014 թվականի մարտի հարցազրույցի ժամանակ:)

«Մեր Երկնային Հայրը լսում է Իր զավակների աղոթքները ողջ աշխարհում, ովքեր աղերսում են, որ ունենան ուտելիք՝ սնվելու համար, հագուստ՝ իրենց մարմինները ծածկելու համար, և այն արժանապատվությունը, որը գալիս է իրենց ինքնուրույն ապահովելու ունակությունից»:

ՀԵՆՐԻ Բ ԱՅՐԻՆԳ, «Բարին գործելու հնարավորությունները», *Ensign* կամ *Լիահոնա*, մայիս 2011, 22

«Մենք պիտի օգնություն խնդրենք մեր Երկնային Հորից և ուժ փնտրենք Նրա Որդու՝ Հիսուս Քրիստոսի Քավության միջոցով: Եվ նյութական, և հոգևոր բաներում, [դա] թույլ է տալիս մեզ լինել ինքներս մեր և մյուսների իմաստուն ապահովողները»:

ROBERT D. HALES, “Becoming Provident Providers Temporally and Spiritually,” *Ensign* կամ *Լիահոնա*, մայիս 2009, 7–8

9 ԵՂԵՔ ՀԵՏԵՎՈՂԱԿԱՆ

ԵՂԵՔ ՀԵՏԵՎՈՂԱԿԱՆ

Խորհեք. Ինչպե՞ս ենք մենք սովորում աշխատել նույն խնդրի վրա, մինչ այն ավարտվի:

Դիտեք. «Պարզապես քար կտրող» (Տեսանյութը մատչելի չէ՞: Կարդացեք հաջորդ էջում:)

Քննարկեք. Ինչպե՞ս ենք մենք սովորում շարունակել այն, ինչ սկսել ենք, անգամ երբ դժվար է դա անել: Տիրոջն ապավինելն ինչպե՞ս է ազդում հետևողական լինելու մեր ունակության վրա:

Կարդացեք. Նախագահ Ֆաուստի հայտարարությունը, Եբրայեցիս12.1, Վարդապետություն և Ուխտեր 58.4 (աջ կողմում)

Կիրառեք. Աշխատեք միասին և սովորեք հետևողական լինել և հաղթահարել խնդիրները.

- Խմբով կարդացեք ստորև տրված յուրաքանչյուր քայլը:
- Աշխատեք խմբից որևէ մեկի հետ: Հարցրեք միմյանց, թե կա արդյոք որևէ պարտականություն կամ խնդիր ձեր կյանքում, որը շատ դժվար է:
- Օգնեք իրար՝ անցնելու ստորև նշված չորս քայլերով՝ խոսելով այդ դժվար պարտականության կամ խնդրի մասին:
- Պարտավորեցրեք միմյանց, որ հետևողական կլինեք, կշարունակեք այնքան ժամանակ, մինչև այդ պարտականությունը կամ խնդիրը կատարված լինի:

«Հետևողականությունը դրսևորում են նրանք, ովքեր . . . չեն հանձնվում, երբ մյուսները ասում են. «Դա հնարավոր չէ անել»:

JAMES E. FAUST, "Perseverance," *Ensign* կամ *Լիահոնա*, մայիս 2005, 51

«Եւ համբերութեամբ վազենք մեր առաջին դրած ասպարէզի ընթացքը»:

ԵԲՐԱՅԵՑԻՍ 12.1

«Շատ նեղությունից հետո գալիս են օրհնությունները»:

ՎԱՐԴԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՈՒԽՏԵՐ 58.4

1 ՈՒՆԵՑԵՔ ԴՐԱԿԱՆ ՎԵՐԱԲԵՐՄՈՒՆՔ:	2 ՀԻՇԵՔ, ՈՐ ՊԵՏՔ Է ԱՇԽԱՏԵՔ ՄԻԱՍԻՆ:	3 ՎԱԽԸ ՓՈԽԱՐԻՆԵՔ ՀԱՎԱՏՔՈՎ:	4 ԱՌԱՋ ԸՆԹԱՑԵՔ ՀԱՄԲԵՐԱՏԱՐՈՒԹՅԱՄԲ ԵՎ ՔԱՋՈՒԹՅԱՄԲ:
Թվեք ձեր օրհնությունները:	Օգնություն խնդրեք ընկերներից, հասակակիցներից, խմբի անդամներից և ուրիշներից:	Խուսափեք կասկածանքներից: Հիշեք, Տերն ունի ողջ զորությունը: Կանչեք առ Նա և ընդունեք Նրա կամքը:	Երբեք ու երբեք մի հանձնվեք: Դիմացեք հավատքով:

«Մի ընկեք գայթակղության ծուղակը, որի զոհը դարձան Լամանը և Լեմուելը: Երբ նրանք ստացան Լաբանից թիթեղները բերելու ահռելի դժվար հանձնարարությունը, ըստ գրվածքի, նրանք տրտնջացին, ասելով, որ այն, ինչ իրենց պատվիրվել էր, դժվար էր կատարել: Եվ նրանք կորցրին իրենց հնարավորությունը և վարձքը: Ավելի շուտ, ձեր վերաբերմունքը թող լինի նրանց եղբոր՝ Նեփիի վերաբերմունքի պես. «Ես կգնամ ու կանեմ այն բաները, որոնք Տերը պատվիրել է» (տես 1 Նեփի 3.5–7):

Թոմաս Ս. Մոնսոն, *Teachings of Thomas S. Monson* (2011), 54

Կիրառեք. Ընտրեք որևէ խնդիր, որ ձեր ընտանիքն ունի: Օգտվելով վերը նշված քայլերից, մշակեք երկու կամ երեք եղանակ, որոնցով կարող եք առաջ ընթանալ հավատքով՝ վստահություն ունենալով, որ Աստված կօգնի.

____

____

Պարտավորվեք. Պարտավորվեք շաբաթվա ընթացքում կատարել հետևյալ գործողությունները: Նշեք վանդակները, երբ կավարտեք յուրաքանչյուր գործողությունը.

- ☐ Եղեք հետևողական՝ հետևելով վերևում ձեր նախանշած եղանակներին :
- ☐ Ուսուցանեք այս սկզբունքը ձեր ընտանիքին:
- ☐ Շարունակեք կիրառել նախորդ հիմնական սկզբունքները:

ՊԱՐԶԱՊԵՍ ՔԱՐՏԱՇ

Եթե չեք կարողանում դիտել տեսանյութը, կարդացեք այս տեքստը:

ԵՐԵՑ ՀՈԼԼԱՆԴ. *Ջոն Ռ. Մոյլը անգլիացի ռահվիրաներից էր, ով հատեց Միացյալ Նահանգները՝ ձեռնասայլակ քաշելով: Նա հիմնավորվեց Ալփինում, Յուտա, Սոլթ Լեյքի տաճարից մոտ 35 կմ հեռու:*

Բրիգամ Յանգը Սոլթ Լեյքի տաճարի կառուցման ընթացքում նշանակեց Եղբայր Մոյլին որպես գլխավոր վերահսկիչ:

Որպեսզի աշխատանքի վայրում լիներ ամեն երկուշաբթի առավոտյան 8:00-ին, Եղբայր Մոյլը առավոտյան ժամը 2:00-ին սկսում էր իր 22 մղոն ճանապարհը: Նա ավարտում էր իր աշխատանքային շաբաթը ուրբաթ ժամը 17:00-ին և սկսում էր վերադարձի ճանապարհը, հասնելով տուն՝ կեսգիշերից մի փոքր շուտ: Տաճարի կառուցման ընթացքում գրեթե 20 տարի ամեն շաբաթ նա շարժվում էր այդ գրաֆիկով:

Մի անգամ, երբ նա շաբաթ նկիրակի տանն էր, կովերից մեկը՝ կթելու ժամանակ հարվածեց Եղբայր Մոյլին և փշրեց ոտքի ոսկորը՝ ծնկից անմիջապես ներքև:

Ֆերմայում նրանք լավ բժշկական օգնության հնարավորություն չունեին, այնպես որ ընտանիքի անդամները և ընկերները հանեցին դուռը ծխնիների վրայից և տեղավորեցին նրան այդպես պատրաստված վիրահատական սեղանին: Այս նրանք վերցրեցին սղոցը, որով կտրում էին ծառերի ճյուղերը, և կտրեցին ոտքը ծնկից մի փոքր ներքև:

Երբ ոտքը վերջապես սկսեց լավանալ, Եղբայր Մոյլը մի փայտի կտոր վերցրեց և արհեստական ոտք պատրաստեց: Սկզբում նա քայլում էր տան մեջ: Այս նա սկսեց քայլել այգում: Ի վերջո նա համարձակվեց դուրս գալ իր տարածքից:

Երբ զգաց, որ կարող էր դիմանալ ցավին, նա հարմարեցրեց իր փայտե ոտքը, քայլեց 22 մղոն դեպի Սոլթ Լեյքի Տաճար, մագլցեց փայտամածը և գործիքով քանդակեց այս հայտարարությունը «Սրբություն Տիրոջը»:

(Տես նաև Jeffrey R. Holland, "As Doves to Our Windows," Ensign, May 2000, 76–77:)

«Մեր պարտականությունն է վեր բարձրանալ միջակությունից դեպի արհեստավարժություն, ձախողումից դեպի նվաճում: Մեր խնդիրն է դառնալ մեր լավագույն եսը: Մեզ տրված Աստծո մեծագույն պարգևներից մեկը կրկին փորձելու ուրախությունն է, քանզի ձախողումը երբեք չպետք է լինի վերջնակետը»:

THOMAS S. MONSON, "The Will Within," ***Ensign,*** **May 1987, 68**

10 ՑՈՒՑԱԲԵՐԵՔ ՇԻՏԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՑՈՒՑԱԲԵՐԵՔ ՇԻՏԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

Խորհեք. Ձեր կարծիքով, ինչո՞ւ է Տերը սիրում նրանց, ովքեր ունեն «սրտի շիտակություն»: (Տես Վարդապետություն և Ուխտեր 124.15:)

Դիտեք. «Ի՞նչ փրկանք կտա մարդ իր անձի համար»: (Եթե տեսանյութը մատչելի չէ, կարդացեք հաջորդ էջում:)

Քննարկեք. Ի՞նչ է նշանակում շիտակ լինել: Ի՞նչ փոքր ուղիներով կարող են մարդիկ տալ իրենց հոգիները այս կյանքի բաների համար:

Կարդացեք. Հավատո հանգանակներ 1.13, Մոսիա 4.28, Հոբ 27.5 (աջ կողմում)

Կիրառեք. Ինքնուրույն գնահատական տվեք ձեզ հետևյալ բնագավառներում.

Յուրաքանչյուր կետի դիմաց թիվ դրեք, որը ցույց է տալիս, թե որքան հաճախ եք դուք վարվում այդ կերպ: 1 = երբեք, 2 = երբեմն, 3 = հաճախ, 4 = գրեթե միշտ, 5 = միշտ

___1. Ես պահում եմ իմ բոլոր խոստումները, պարտավորությունները և ուխտերը:

___2. Ես ամբողջովին անկեղծ եմ իմ ասածների և իմ գրառումների մեջ:

___3. Ես չեմ չափազանցնում, որպեսզի այն, ինչ ասում եմ, թվա ավելի լավը, քան իրականում է:

___4. Ես վերադարձնում եմ այն, ինչ պարտքով եմ վերցնում, և ես չեմ վերցնում ինձ չպատկանող իրեր:

___5. Ես ամբողջովին հավատարիմ եմ իմ ամուսնուն՝ իմ խոսքերով և գործողություններով:

___6. Ես երբեք չեմ ստում, անգամ, երբ գիտեմ, որ սուտը չի բացահայտվի:

___7. Երբ ես գտնում եմ ինձ չպատկանող որևէ իր, ես վերադարձնում եմ այն տիրոջը:

___8. Ես միշտ հետ եմ վճարում պարտքով վերցված գումարը, այդ թվում՝ Եկեղեցու ԿՄՖ վարկը:

Պարտավորվեք. Պարտավորվեք շաբաթվա ընթացքում կատարել հետևյալ գործողությունները: Նշեք վանդակները, երբ կավարտեք յուրաքանչյուր գործողությունը.

- ☐ Ամեն օր շիտակությունդրսևորեք:
- ☐ Ուսուցանեք այս սկզբունքը ձեր ընտանիքին:
- ☐ Շարունակեք կիրառել նախորդ հիմնական սկզբունքները:

«Մենք հավատում ենք ազնիվ լինելուն»:

ՀԱՎԱՏՈ ՀԱՆԳԱՆԱԿՆԵՐ 1.13

«Եվ ես կկամենայի, որ դուք հիշեիք, որ ձեր միջից ով որ պարտք է վերցնում իր հարևանից, պետք է վերադարձնի այն, ինչը պարտք է վերցրել, ինչպես որ նա համաձայնվել է, այլապես դուք մեղք կգործեք. և միգուցե դուք կստիպեք ձեր հարևանին էլ մեղք գործել»:

ՄՈՍԻԱ 4.28

«Մինչև մեռնելս չեմ ձգելու ինձանից իմ ուղղությունը»:

ՀՈԲ 27.5

Հուշում վարողին

Օգնեք յուրաքանչյուր մասնակցին կենտրոնանալ գործողության, ոչ թե խոսելու վրա:

Ի՞ՆՉ ՓՐԿԱՆՔ ԿՏԱ ՄԱՐԴ ԻՐ ԱՆՁԻ ՀԱՄԱՐ:

Եթե չեք կարող դիտել տեսանյութը, կարդացեք այս տեքստը:

ԵՐԵՑ ՌՈԲԵՐՏ Ս. ԳԱՅ. *Փրկիչը մի անգամ իր աշակերտներին տվեց հետևյալ հարցը. «Ի՞նչ փրկանք կտա մարդ իր անձի համար»:*

Սա մի հարց է, որի շուրջ հայրս սովորեցրեց լրջորեն խորհել տարիներ առաջ: Մինչ ես մեծանում էի, իմ ծնողները ինձ ամեն օր տան գործերից ինչ-որ աշխատանք էին հանձնարարում կատարել և մի փոքր գումար էին վճարում ինձ այդ աշխատանքի համար: Ես հաճախ ծախսում էի այդ գումարը՝ շաբաթական 50 սենթից մի փոքր ավելի, կինո գնալու համար: Այն ժամանակ կինոյի տոմսը 11 տարեկանների համար արժեր 25 սենթ: Ինձ մոտ մնում էր 25 սենթ կոնֆետների վրա ծախսելու համար, որոնց հատն արժեր 5 սենթ: Կինո՝ հինգ կոնֆետների հետ միասին: Դրանից լավ լինել չէր կարող:

Ամեն ինչ կարգին էր, մինչև ես դարձա 12 տարեկան: Մի օր կեսօրին, երբ հերթ էի կանգնել, ես իմացա, որ 12 տարեկանների համար տոմսն արժեր 35 սենթ, իսկ դա նշանակում էր երկու կոնֆետ պակաս: Դեռևս պատրաստ չլինելով կատարել այդ զոհաբերությունը՝ ես ինքս ինձ մտածեցի. «Դու նույն տեսքն ունես, ինչ մեկ շաբաթ առաջ»: Այնուհետև ես առաջ գնացի և խնդրեցի 25 սենթանոց մի տոմս: Տոմսավաճառը ոչինչ չկասկածեց և ես, ինչպես միշտ, գնեցի իմ հինգ կոնֆետները՝ երեքի փոխարեն:

Իմ արարքով խանդավառված ես հետո վազեցի տուն, որ հայրիկիս պատմեի իմ մեծ հաջողության մասին: Մինչ ես ամեն բան մանրամասնորեն պատմում էի, նա ոչինչ չէր ասում: Երբ ես վերջացրի, նա պարզապես նայեց ինձ և ասաց. «Որդիս, դու կծախե՞ս քո հոգին հինգ սենթով»: Նրա խոսքերը մխրճվեցին իմ սրտի մեջ: Դա մի դաս էր, որը ես երբեք չմոռացա:

(Robert C. Gay, «Ինչ փրկանք կտա մարդ իր անձի համար» Ensign կամ Լիահոնա, *նոյ. 2012, 34):*

«Շիտակությունը նշանակում է անել այն, ինչը ճիշտ է և բարի՝ անկախ ուղղակի հետևանքներից: Դա նշանակում է արդար լինել հոգու խորքում՝ ոչ միայն գործերով, այլ, ինչն ավելի կարևոր է, մեր մտքում և սրտում: . . . Մի փոքր ստելը, մի փոքր խաբելը կամ անարդար ձևով մի փոքր օգտվելը ընդունելի չեն Տիրոջ համար: . . . Շիտակության կատարյալ վարձքը Սուրբ Հոգու մշտական ընկերակցությունն է, . . . [որը] կառաջնորդի մեզ այն ամենում, ինչ մենք անում ենք»:

JOSEPH B. WIRTHLIN, “Personal Integrity,” *Ensign,* May 1990, 30–33

11 ՋԳՏԵՔ ՍՈՎՈՐԵԼ ԵՎ ԿՐԹՈՒԹՅՈՒՆ ՍՏԱՆԱԼ

ՋԳՏԵՔ ՍՈՎՈՐԵԼ ԵՎ ԿՐԹՈՒԹՅՈՒՆ ՍՏԱՆԱԼ

Խորհեք. Մարգարեներն ասել են, որ կրթությունը հնարավորություններ բացող բանալի է: Ե՞րբ եք համոզվել այս սկզբունքի ճշմարտացիության մեջ:

Դիտեք. «Աստծո փառքը բանականությունն է» (Եթե տեսանյութը մատչելի չէ, կարդացեք հաջորդ էջում:)

Քննարկեք. Ինչո՞ւ է Ալեքսանդրը համոզված, որ ամբողջ կյանքի ընթացքում ուսումը կարևոր է: Ի՞նչ է Էմելդան մտածում կրթության և ջանասեր աշխատանքի մասին: Ինչպե՞ս ԿՄՖ-ի վարկն օգնեց նրան: Արդյո՞ք դա լավ պատճառ էր պարտք վերցնելու համար:

Կարդացեք. Վարդապետություն և Ուխտեր 88.118–19, *Handbook 2,* 6.1.1 (աջ կողմում)

Կիրառեք. Մենք կարող ենք շարունակաբար սովորել ամբողջ կյանքի ընթացքում: Ստորև տրված վանդակում գրեք, թե վերջերս ինչ եք սովորել ուսման այս աղբյուրներից յուրաքանչյուրից:

ՈՒՍՄԱՆ ԱՂԲՅՈՒՐՆԵՐ	ԱՅՆ, ԻՆՉ ՎԵՐՋԵՐՍ ՍՈՎՈՐԵԼ ԵՄ ԱՅՍ ԱՂԲՅՈՒՐՆԵՐԻՑ
Իմ շուրջ գտնվող մարդիկ, իմ ղեկավարները	
Կյանքի փորձառությունները	
Գրքեր և լրատվամիջոցներ	
Դասարան/ուսուցիչներ	
Սուրբ գրություններ, տաճար, Սուրբ Հոգի	

Քննարկեք. Ինչպե՞ս կարող եք շարունակել սովորել և աճել ամեն օր:

«Ջանասիրաբար փնտրեք և իմաստության խոսքեր ուսուցանեք միմյանց. այո՛, իմաստության խոսքեր փնտրեք լավագույն գրքերից. ուսում փնտրեք, այսինքն՝ ուսումնասիրելով և նաև հավատքով: . . . Հաստատեք . . . ուսման տուն»:

ՎԱՐԴԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՈՒԽՏԵՐ 88.118-19

«[Եկեղեցու անդամները] պետք է կատարելագործեն կարդալու, գրելու և մաթեմատիկայի հիմունքների իրենց ունակությունները: Նրանք պետք է ստանան, որքան հնարավոր է՝ լավկրթություն, ներառյալ՝ պաշտոնական կամ տեխնիկական, որտեղ որ հնարավոր է»:

***HANDBOOK 2,* 6.1.1**

Պարտավորվեք. Պարտավորվեք շաբաթվա ընթացքում կատարել հետևյալ գործողությունները: Նշեք վանդակները, երբ կավարտեք յուրաքանչյուր գործողությունը.

- ☐ Փնտրեք սովորելու հնարավորություններ և գրի առեք այն, ինչ սովորել եք:
- ☐ Ուսուցանեք ձեր ընտանիքին տարբեր աղբյուրներից ամբողջ կյանքի ընթացքում սովորելու մասին: Մտածեք, թե ինչ ճանապարհներով ձեր ընտանիքը ավելի շատ կրթություն կարող է ստանալ՝ թե մեծերը, թե երեխաները:
- ☐ Շարունակեք կիրառել նախորդ հիմնական սկզբունքները:

ԱՍՏԾՈ ՓԱՌՔԸ ԲԱՆԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆՆ Է

Եթե չեք կարող դիտել տեսանյութը, կարդացեք այս տեքստը:

ՊԱՏՄՈՂ. *Ալեքսանդրը Պերուից է: Նա նվիրել է իր կյանքը սովորելուն և սովորեցնելուն: Նա պատմում է հետևյալը.*

ԱԼԵՔՍԱՆԴՐ. *Երբ ես երիտասարդ էի, հայրս ուսուցանում էր ինձ սովորելու և կրթությունը գնահատելու մասին:*

Գոյություն ունի երկու բան, որոնք մենք կարող ենք անել առաջընթաց ապրելու և այս կյանքում բարգավաճելու համար: Առաջինը, եղեք հավատարիմ և համբերեք մինչև վերջ: Երկրորդը, սովորեք և ուսումնասիրեք:

Ես իմ կյանքի ընթացքում սովորել եմ, որ կրթությունը առավել կարևոր միջոցն է, որով մենք պետք է հասնենք մեր կյանքի նպատակներին:

Ես գնացի միսիայի՝ շատ քիչ իմացությամբ ավետարանի մասին, սակայն մեծ ցանկությամբ՝ ճիշտ բաներ անելու և սովորելու:

Ես դասարաններում չեմ անցկացրել իմ ժամանակը, սակայն համոզված եմ, որ իմ միսիան իմ կյանքում սովորելու ամենակարևոր ժամանակն էր:

Ես օգտվում եմ սովորելու հնարավորություններից, որտեղ էլ որ լինեմ. տանը, աշխատանքի վայրում, եկեղեցում, համալսարանում, անգամ ավտոբուսում: Ես միշտ ձգտում եմ սովորել:

Տաճարը ամենակարևոր վայրն է իմ կյանքում և լավագույն դպրոցը երկրագնդի վրա:

ՊԱՏՄՈՂ. *Էմելդան Եկեղեցու նորադարձ է՝ Հարավային Աֆրիկայից: Նա հասկացավ, որ իր երազանքը Կրթության Մշտական Ֆոնդի միջոցով կարող է իրականանալ: Նա կիսվում է իր վկայությամբ.*

ԷՄԵԼԴԱ. *Լավագույն ուսանողներից մեկը լինելու համար ես պարտական եմ ոչ թե ինձ, այլ Եկեղեցուն: Ես գիտեի, որ Հիսուս Քրիստոսի Վերջին Օրերի Սրբերի Եկեղեցուն միանալը ինձ կբարձրացներ հոգևոր ավելի բարձր հարթակների, սակայն երբեք չէի պատկերացնի, որ այն կբացեր իմ առաջ ակադեմիական դռները: . . .*

Ավետարանը սովորելը ինձ համար խիկայես արթնացնող կանչ դարձավ: Դա օգնեց ինձ հասկանալ, որ ես իմ սեփական ճակատագրի տերն եմ: . . . Անկախ մեր ներկա հանգամանքներից և մեր զգացմունքներից, ես կասկած չունեմ, որ իմ Երկնային Հայրը լավ ծրագրեր ունի մեզ համար:

«Մենք պատասխանատվություն և մարտահրավեր ունենք՝ զբաղեցնելու մեր տեղերը գործարարության, գիտության, կառավարության, բժշկության, կրթության և այլ բնագավառներում, որոնք արժանի և կառուցողական մասնագիտություն են առաջարկում: Մենք պարտավոր ենք վարժել մեր ձեռքերը և մտքերը, որպեսզի կատարելագործվենք աշխարհի աշխատանքի մեջ՝ ի օրհնություն ողջ մարդկության»:

GORDON B. HINCKLEY,
“A City upon a Hill,”
***Ensign,* July 1990, 5**

12 ԿԵՆՏՐՈՆԱՑԵՔ ԱՇԽԱՏԱՆՔԻ ՎՐԱ, ՍՏԱՑԵՔ ԱՐԱՐՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

ԿԵՆՏՐՈՆԱՑԵՔ ԱՇԽԱՏԱՆՔԻ ՎՐԱ, ՍՏԱՑԵՔ ԱՐԱՐՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

Խորհեք. Ի՞նչն է խանգարում մեզ անել առավել կարևոր գործերը:

Դիտեք. «Անել այն, ինչն առավել կարևոր է» (Եթե տեսանյութը մատչելի չէ, կարդացեք հաջորդ էջը:)

Քննարկեք. Մարդիկ ի՞նչ անկարևոր գործեր են կատարում՝ վատնելով իրենց ժամանակը: Տերը պատվիրեց Ջոզեֆ Սմիթին տաճարներ կառուցել անգամ այն ժամանակ, երբ Եկեղեցու անդամները շատ աղքատ էին: Ինչո՞ւ:

Կարդացեք. Վարդապետություն և Ուխտերի 84.20, 136.4, 1 Նեփի 18.2–3 (աջ կողմում)

Կարդացեք. «Հողի կառավարման օրենքը» (հաջորդ էջում)

Քննարկեք. Տերը ի՞նչ հայտնեց Երեց Վիդսթրոուին տաճարում: Տերը լեռան վրա ի՞նչ հայտնեց Նեփիին:

Երբ ձգտում ենք ինքնապահով դառնալ, ինչո՞ւ է կարևոր տաճարին արժանի լինել:

Զուգընկերոջ հետ միասին կարդացեք ստորև տրված սուրբ գրության հատվածը: Ի՞նչ է նշանակում ձեզ համար այն, որ տաճարի պաշտամունքի շնորհիվ մենք պատրաստ ենք լինում ստանալու ցանկացած բան, որի կարիքն ունենք մեր կյանքում: Խոսեք այն մասին, թե ինչ նշանակություն ունի դա ձեր կյանքում և ինքնապահովման ձեր նպատակի համար:

> «Եվ շնորհի արա, Սուրբ Հայր, որ բոլոր նրանք, ովքեր կերկրպագեն այս տանը, . . . պատրաստվեն ստանալու ամեն անհրաժեշտ բան»:
>
> *Վարդապետություն և Ուխտեր 109.14-15*

Պարտավորվեք. Պարտավորվեք շաբաթվա ընթացքում կատարել հետևյալ գործողությունները: Նշեք վանդակները, երբ կավարտեք յուրաքանչյուր գործողությունը.

- ☐ Ամեն օր աշխատեք լինել տաճարին արժանի:
- ☐ Ուսուցանեք այս սկզբունքը ձեր ընտանիքին: Ուսուցանեք նրանց, թե ինչպես տաճարային այցելությունները կօգնեն հզոր և նյութական հաջողության հասնել և քննարկեք նրանց հետ, թե ինչ պետք է անեք՝ տաճարային արարողություններում գտնվող Տիրոջ զորությունը գտնելու համար:
- ☐ Շարունակեք կիրառել նախորդ հիմնական սկզբունքները:

«Հետևաբար, նրա արարողություններում է բացահայտվում աստվածայնության զորությունը»:

ՎԱՐԴԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՈՒԽՏԵՐ 84.20

«Եվ սա պետք է լինի մեր ուխտը,– որ մենք կքայլենք Տիրոջ բոլոր կանոններով»:

ՎԱՐԴԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՈՒԽՏԵՐ 136.4

«Ես կառուցում էի [նավը] այն ձևով, որը Տերը ցույց էր տալիս ինձ. ուստի, այն չէր համապատասխանում մարդկանց իմացած ձևին: Եվ ես՝ Նեփիս, հաճախ էի սար գնում և հաճախ աղոթում Տիրոջը. այդ պատճառով Տերը մեծ բաներ ցույց տվեց ինձ»:

1 ՆԵՓԻ 18.2-3

ԱՆԵԼ ԱՅՆ, ԻՆՉՆ ԱՌԱՎԵԼ ԿԱՐԵՎՈՐ Է

Եթե չեք կարող դիտել տեսանյութը, կարդացեք այս տեքստը:

ՊԱՏՄՈՂ. *Դեկտեմբերի մի մութ գիշեր Ֆլորիդայում մի օդանավ վթարի ենթարկվեց: Ավելի քան 100 մարդ զոհվեց: Դեպի ապահով վայրէջք 20 մղոն էր մնացել:*

ՆԱԽԱԳԱՀ ՈՒԽԴՈՐՖ. *Վթարից հետո հետազոտողները փորձում էին հայտնաբերել պատճառը: Վայրէջքի ժամանակ մեխանիզմը ճիշտ էր աշխատել: Օդանավը տեխնիկապես սարքին վիճակում էր: Ամեն ինչ աշխատում էր՝ ինչպես հարկն է,, բացի մի բանից. լույսի լամպերից մեկը վառվել էր: Այդ փոքրիկ լամպը՝ մոտ 20 ցենտ արժողությամբ, ակիզբ դրեց այն բոլոր իրադարձություններին, որոնք, ի վերջո, հանգեցրին ավելի քան 100 մարդկային զոհերի:*

Իհարկե, վատ աշխատող լույսի լամպը չէր վթարի պատճառը: Վթարը տեղի ունեցավ, որովհետև անձնակազմը կենտրոնացավ մի բանի վրա, ինչն այդ պահին թվում էր կարևոր, սակայն կորցրեց տեսադաշտից այն, ինչ առավել կարևոր էր:

Այդ միտումը՝ կենտրոնանալու աննշանի վրա ավելի կարևորի հաշվին, բնորոշ է ոչ միայն օդաչուներին, այլև բոլորին: Մենք բոլորս այդ վտանգի տակ ենք: . . . Արդյո՞ք ձեր մտքերը և սիրտը կենտրոնացած են կարճատև անցողիկ բաների վրա, որոնք նշանակություն ունեն միայն այդ պահին, թե՞ բաների վրա, որոնք առավել կարևոր են:

(Dieter F. Uchtdorf, «Մենք մեծ գործ ենք կատարում և չենք կարող շեղվել մեր ուղուց» Ensign *կամ* Լիահոնա, *մայիս 2009, 59–60)*

ՀՈՂԻ ԿԱՌԱՎԱՐՄԱՆ ՕՐԵՆՔԸ

ԵՐԵՑ ՎԻԴՄԹՈՌԻ. *Մի քանի տարիների ընթացքում պետական դրամաշնորհի շրջանակներում իմ աշխատակազմով հազարավոր տվյալներ էինք հավաքել հողի խոնավեցման վերաբերյալ, սակայն ես չէի կարողանում ոչ մի ընդհանուր օրենք հանել այդ ամենից: Ի վերջո, ես հանձնվեցի:*

Ես և կինս գնացինք տաճար, որպեսզի մոռանայինք մեր անհաջողությունը:

Օծման երրորդ սենյակում, անտեսանելի ձևով եկավ լուծումը, որը ժամանակ անց տպագրվեց: . . .

Դա է այն պարգևը, որը տրվում է նրանց, ովքեր պատշաճ ձևով մտնում են տաճար, քանզի դա այն վայրն է, որտեղ ակնկալվում են հայտնությունները: Ես բերում եմ իմ վկայությունը, որ դա այդպես է:

(In Alan K. Parrish, Modern Temple Worship, *156–57)*

«Տերը կօրհնի մեզ, երբ մենք մասնակցում ենք տաճարային սուրբ արարողությունների աշխատանքին: Մեր տաճարային ծառայության համար օրհնություններն անսահման են: Մենք կօրհնվենք մեր բոլոր գործերում: Մենք կարժանանանք նրան, որ Տիրոջը կհետաքրքրեն մեր և հոգևոր, և նյութական գործերը:»

BOYD K. PACKER, *The Holy Temple* (1980), 182

ԱՎԱՐՏԱԿԱՆ ՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ

Գնացեք և ծառայեք

ԳՆԱՑԵՔ ԵՎ ԾԱՌԱՅԵՔ

Խորհեք. Համաձայն աջ կողմում տրված սուրբ գրությանը և մեջբերմանը, ինչպե՞ս է ծառայության մեջ մեզ *կորցնելը* իրականում *փրկում* մեզ:

Կարդացեք. Այժմ, երբ դուք ավարտել եք *Իմ հիմքը,* մենք հրավիրում ենք ձեզ կրկին մտածել սկզբունք 7-ի խորհրդի մասին: Նախագահ Ուխդորֆն ասել է.

> «Ծառայության և նվիրաբերման անձնազոհ գործողությունները կատարելագործում են մեր հոգիները, հեռացնում են մեր հոգևոր աչքերի նստվածքը և բացում են երկնքի պատուհանները: Որևէ մեկի աղոթքի պատասխանը դառնալով, մենք հաճախ գտնում ենք մեր սեփական պատասխանը»:
>
> *Դիտեր Ֆ Ուխդորֆ, «Սպասելով Դամասկոս տանող ճանապարհին»,* Ensign *կամ* Լիահոնա, *մայիս 2011, 76*

Քննարկեք. Ինչպե՞ս է ուրիշներին ծառայելը բացում «երկնքի պատուհանները» ձեր կյանքում:

Կիրառեք. Ձեր խմբի կամ ընտանիքի հետ ծրագիր կազմեք՝ հետևյալ քայլերից մեկը կատարելու համար.

1. Ծառայության ծրագիր իրագործեք ձեր համայնքում: Դուք կարող եք այցելել հիվանդանոցում գտնվող որևէ հիվանդի, ուտելիք տանել որբանոց կամ այլ տեսակի ծառայություն մատուցել:
2. Ձեր ընտանիքի հետ այցելեք Եկեղեցու ընտանեկան պատմության մոտակա կենտրոնը: Պատրաստեք ձեր ընտանեկան պատմությունը՝ օգտագործելով *«Իմ ընտանիքը. պատմություններ, որոնք միավորում են մեզ»* գրքույկը: Այնուհետև գնացեք տաճար և սուրբ արարողություններ կատարեք ընտանիքի այն անդամների համար, ովքեր մահացել են:
3. Կամավոր աշխատանք կատարեք ինքնապահովման կենտրոնում կամ ծառայեք որպես խմբի վարող: Անհատապես ուսուցանեքորևէ մեկին, ով ինքնապահովման իր ճանապարհին է:

«Որովհետեւ ով որ կամենայ իր անձն ապրեցնել՝ կկորցնէ նորան. եւ ով որ իր անձն ինձ համար եւ աւետարանի համար կորցնէ, նա կապրեցնէ նորան»:

ՄԱՏԹԵՈՍ ԺԶ.25

«Երբ դուք ձեր մերձավորների ծառայության մեջ եք, դուք սոսկ ձեր Աստծո ծառայության մեջ եք»:

ՄՈՍԻԱ 2.17

«Նյութական և հոգևոր ինքնապահովման նպատակը մեզ ավելի բարձր հարթակի վրա բարձրացնելն է, որպեսզի մենք կարողանանք բարձրացնել կարիքի մեջ գտնվողներին»:

ՌՈԲԵՐՏ Դ. ՀԵՅԼՍ, «Ուշքի գալով. հաղորդությունը, տաճարը և ծառայության մեջ զոհաբերելը», *Ensign* կամ *Լիահոնա,* մայիս 2012, 36

ԱՎԱՐՏԱԿԱՆ ՆԱՄԱԿ

Ես ______________________________________մասնակցել եմ Հիսուս Քրիստոսի Վերջին Օրերի Սրբերի Եկեղեցու կողմից տրամադրված ինքնապահովման խմբի դասընթացին և կատարել եմ ավարտման համար անհրաժեշտ հետևյալ բոլոր պահանջները.

Ես հաճախել եմ 12-ից առնվազն 10 հանդիպումների:

Ես կիրառել եմ բոլոր 12 սկզբունքները և ուսուցանել եմ դրանք իմ ընտանիքին:

Ես կատարել եմ ավարտական վարժությունը:

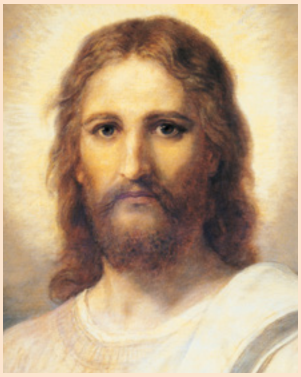
Ես պարապել եմ և կառուցել եմ ինքնապահովման հմտությունների, սկզբունքների և սովորությունների հիմքը: Ես կշարունակեմ օգտագործել դրանք իմ կյանքի ընթացքում:

______________________	______________________	__________
Մասնակցի անունը	*Մասնակցի ստորագրությունը*	*Ամսաթիվ*

Ես հավաստում եմ, որ այս մասնակիցը կատարել է վերը նշված պահանջները:

______________________	______________________	__________
Վարողի անունը	*Վարողի ստորագրությունը*	*Ամսաթիվ*

Ուշադրություն. Վկայական կարելի է ստանալ ավելի ուշ ցցի կամ շրջանի ինքնապահովման հանձնախմբի կողմից:



ԴՈՒՔ ԿՇԱՐՈՒՆԱԿԵ՞Ք ԻՆՔՆԱՊԱՀՈՎՄԱՆ ՁԵՐ ՈՒՂԻՆ:

«Հետևաբար, ինչպիսի՞ մարդ եք դուք պարտավոր լինել: Ճշմարիտ եմ ասում ձեզ՝ ճիշտ ինչպես ես եմ»:

3 ՆԵՓԻ 27.27

Ամեն օր

ԳՈՐԾԵՔ

պատասխա-
նատվությամբ

ՀԻՍՈՒՍ ՔՐԻՍՏՈՍԻ
ՎԵՐՋԻՆ ՕՐԵՐԻ ՍՐԲԵՐԻ
ԵԿԵՂԵՑԻ

Ինքնապահովման ծառայություններ
ԿՐԹԱԿԱՆ ՄՇՏԱԿԱՆ ՀԻՄՆԱԴՐԱՄ

ARMENIAN
4 02123 74201 8
12374 201