სიბრძნის სიტყვა

რადგან ჩვენი ფიზიკური მდგომარეობა მოქმედებს სულიერ მდგომარეობაზე, მამაზეციერმა მოგვცა მცნებები, რომლის დანიშნულებაა ჩვენი ფიზიკური და სულიერი ჯანმრთელობის გაუმჯობესება. ის, თუ როგორ უნდა მოვეპყროთ სხეულს, რამეთუ ვატაროთ თან სული წმინდა, აღწერილია წინასწარმეტყველ იოსებ სმითის გამოცხადებაში. ეს რჩევები იესო ქრისტეს აღდგენილი სახარების ნაწილია. ისინი ცნობილია, როგორც სიბრძნის სიტყვა. ამ მცნების მიმართ მორჩილება უკანასკნელი დღეების წმინდანთა იესო ქრისტეს ეკლესიის წევრად მონათვლის აუცილებელი პირობაა. მათ, ვინც ამ მცნებას რწმენით მიიღებენ, დიდი ლოცვა-კურთხევა ელით.

რა არის სიბრძნის სიტყვა?

წინასწარმეტყველ იოსებ სმითს სიბრძნის სიტყვა უფალმა გაუმხილა. ამ გამოცხადების თანახმად ჩვენ უნდა მოვერიდოთ ალკოჰოლს, თამბაქოსა და ცხელ სასმელებს (ჩაი და ყავა). მოგვიანებით წინასწარმეტყველებმა ამ სიას დაამატეს ნარკოტიკული და ყოველი სხვა ნივთიერება, რომელზედაც დამოკიდებულები ხდებიან ადამიანები. სიბრძნის სიტყვა აგრეთვე გვასწავლის ზომიერების დაცვას ხორცის მიღებისა და

თქვენი სულიერი და ფიზიკური კეთილდღეობისთვის უფალი გირჩევთ მოერიდოთ:

- *ალკოჰოლს*
- *თამბაქოს*
- *ჩაის და ყავას*
- *ნარკოტიკულ ნივთიერებებს*
- *სხვა ჯანმრთელობისთვის საშიშ ნივთიერებებს, რომლებიც მავნე ჩვევებს იწვევენ.*

მარცვლეულის, ხილისა და ბოსტნეულისთვის უპირატესობის მინიჭებას.

ლოცვა-კურთხევა, რომელიც მოჰყვება სიბრძნის სიტყვას

სიბრძნის სიტყის თანახმად ცხოვრება აუმჯობესებს თქვენს ფიზუკურ და სულიერ მდგომარეობას. და თუ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემები გარდაუვალია, ამ მცნების მიმართ მორჩილება დაგეხმარებათ სხეულის და აზროვნების გაჯანსაღებაში.

პავლე მოციქული ახალ აღთქმაში მოიხსენიებს სხეულს, როგორც ტაძარს: „ნუთუ არ იცით, რომ ღვთის ტაძარი ხართ და ღვთის სული ცოცხლობს თქვენში? თუ ვინმე აზიანებს ღვთის ტაძარს, რმერთი დააზიანებს მას, რადგან წმინდაა ღვთის ტაძარი და ეს თქვენა ხართ“. (1 კორინთელთა 3:16–17).

თუ თქვენ სიბრძნის სიტყვის თანახმად იცხოვრებთ, თქვენი ბუნების ნაზი, მგრძნობიარე, სულიერი ნაწილი მზად იქნება მიიღოს რჩევები ღმერთისგან. ისწავლეთ ამ სულიერი კარნახის მოსმენა და ამოცნობა. სული წმინდა თქვენ გამცნობთ საშიშროების შესახებ და თქვენი წინამძღოლი იქნება. თქვენი სიბრძნე და ცოდნა გაიზრდება. აზროვნება სიმშვიდეს მოიპოვებს, თქვენი თვითკონტროლი და საკუთარი თავის რწმენა აწმყოსა და მომავალში გაიზრდება.

სიბრძნის სიტყვა

იოსებ სმითის მიერ 1833წ. მიღებული ეს გამოცხადება, დღესაც წარმოადგენს მამაზეციერის მიმართვას თავის შვილების მიმართ. ქვემოთ მოყვანილია ნაწყვეტები ამ გამოცხადებიდან. ეს გამოცხადება სრულად იხილეთ მოძღვრება და აღთქმების 89 ნაწილში

ეს არის სიბრძნის სიტყვა, მთლიანად ეკლესიისა და სიონის წმინდანთა საკეთილდღეოდ.

მოცემულია, როგორც კანონი- დაპირება, მორგებულია წმინდანთა შორის ყველაზე სუსტებსა და უძლურებზეც კი. . . .

სიბრძნის სიტყვაში უფალი უცხადებს წმინდანებს, რომ ვინაიდან ავი ზრახვები არსებობენ და მომავალშიც იარსებებენ შეთქმულთა გულებში ამ უკანასკნელ დღეებში, ეს გამოცხადება გვეძლევა, როგორც გაფრთხილება.

ღვინის ან სხვა ალკოჰოლური სასმელების მიღება არ არის კარგი. . . .

და კიდევ, თამბაქო: არ არის სასარგებლო ადამიანის-თვის, არც სხეულისთვის, არც მუცლისთვის. . . .

ცხელი სასმელები (ჩაი და ყავა) არასასურველია.

ყოველი სასარგებლო მცენარე ღმერთმა შექმნა ადამია-ნისთვის, მისი ორგანიზმის სასარგებლოდ და ბუნების საკეთილდღეოდ.

ცხოველის და ფრინველის ხორცის მიღება დააწესა უფალმა, ადამიანისთვის, რამეთუ მან მიიღოს ის მადლიერებით, თუმცაღა საჭიროა მისი ზომიერად გამოყენება. . . .

ყოველგვარი მარცვლეული და ვაზის ნაყოფი სასარგებლოა; ის, რაც ნაყოფს იძლევა, როგორც მიწაში, ასევე მიწის ზემოთ. . . .

და ყოველი წმინდანი, რომელსაც ახსოვს, იცავს და ასრულებს ამ მცნებებს. . .მიიღებს ჯანმრთელ ხორცსა და ძვალს;

და მოიპოვებენ სიბრძნეს და უდიდეს ცოდნას, ფარულ განძს;

და ირბენენ და არ დაიქანცებიან, და ივლიან და არ დაიღლებიან.

და უფალი მისცემს მათ პირობას, რომ შემმუსვრელი ანგელოზი გვერდს აუვლის მათ, ვითარცა ისრაელის შვილებს, და არ ავნებს მათ. (მოძღვრება და აღთქმები 89:1, 3–5, 8–10, 12, 16, 18–21).

მავნე ნივთიერებებზე უარის თქმა

თუ თქვენ გამოიყენებთ ალკოჰოლს, თამბაქოს, ყავას, ჩაის, ნარკოტიკულ ან სხვა მავნე ნივთიერებებს, რომელზეც ადვილად ვხდებით დამოკიდებულნი, დაუყოვნებლივ შეწყვიტეთ მათი მოხმარება. ამის შედეგად თქვენი სხეული და სული გაჯანსაღდება. ზოგიერთი ადამიანი იმდენად მიეჩვია მავნე ნივთიერებებს, რომ საკმაოდ უჭირს მათზე უარის თქმა. თუ მავნე ჩვევებზე უარის თქმა გიძნელდებათ, სთხოვეთ ღმერთს ლოცვაში დაგეხმაროთ, რათა შეძლოთ მავნე აზრები, ღონისძიებები და ცდუნებები ჩაანაცვლოთ სულის ასამაღლებელი, სასარგებლო ზემოქმედებით. რაც უფრო მეტად შეავსებთ ცხოვრებას დადებითი და სულის ასამაღლებელით, მით უფრო ნაკლები ადგილი დარჩება უარყოფითსა და საზიანოს. ამის მიღწევაში თქვენ დაგეხმარებათ შემდეგი რჩევები:

> *Არ დანებდეთ! თუკი თქვენ საკუთარ ცხოვრებას მოარგებთ იესო ქრისტეს გამოსყიდვას, უფალი დაგეხმარებათ, თუნდაც თქვენი წინსვლა ძალიან მდორედ მიედინებოდეს.*

- მიიღეთ გადაწყვეტილება უარი თქვათ მავნე ჩვევებზე. ილოცეთ და იმარხულეთ, რწმენით, რამეთუ უფალი დაგეხმაროთ მავნე ჩვევების დაძლევაში.
- შეისწავლეთ წმინდა წერილები. დაიზეპირეთ ამონარიდები წმინდა წერილებიდან და ხშირად იმეორეთ ისინი. ეს თქვენ სულიერ ძალას შეგმატებთ.
- ცდუნების დასაძლევად ითხოვეთ სამღვდელოების ლოცვა-კურთხევა.
- გადაყარეთ მავნე ნივთიერებები და აღარ შეიძინოთ ისინი.

- აღნუსხეთ ყოველი ადგილი, სიტუაცია და დროის მონაკვეთი, რომელიც სიბრძნის სიტყვის დარღვევის ცდუნების წყაროდ შეიძლება იქცეს. გაესაუბრეთ მშობლებს, მეუღლეს, მისიონერებს, სანდო მეგობრებს რჩევის მისაღებად თუ როგორ აარიდოთ თავი ამ სავარაუდო ცდუნებას. მაგალითად, მოძებნეთ ისეთი ჰობი ან ღონისძიება, სადაც ცდუნების საშუალება არ გექნებათ. მაშინ, როდესაც ცდუნების წინაშე დგახართ, უსმინეთ სულის ასამაღლებელ მუსიკას, ემსახურეთ სხვებს, წაიკითხეთ თქვენთვის სასარგებლო წიგნები, ივარჯიშეთ.
- მიიღეთ მონაწილეობა საეკლესიო ღონისძიებებში. ამით თქვენ უფალს მიუახლოვდებით და თქვენი მავნე ჩვევების დაძლევის სურვილიც გაიზრდება.
- მიიღეთ პროფესიონალის დახმარება ან მიმართეთ შესაბამის დახმარების ჯგუფს.
- ნუ დაივიწყებთ, რომ უფალი დაგეხმარებათ, თუ თქვენ მას მიანდობთ თავს. მავნე ნივთიერებებზე უარის თქმა შესაძლოა იყოს ძალიან ძნელი. ზოგიერთი ადამიანი ხანდახან არაერთხელ უბრუნდება ძველ ჩვევას, სანამ საბოლოოდ არ დაძლევს მას. არ დანებდეთ და არასოდეს არ დაკარგოთ იმედი.

იყავით მორჩილი და გულწრფელი. შესთხოვეთ დახმარება ღმერთს; არ გამორიცხოთ ის ადამიანებიც, ვისაც თქვენი დახმარება შეუძლიათ, და იესო ქრისტეს გამოსყიდვის ძალის მადლით თქვენ შეძლებთ მავნე ჩვევების დაძლევას.

თუ თქვენ სიბრძნის სიტყვას დაიცავთ, უფლის მიერ მოცემული დაპირებები აღსრულდება.

მიზნები და გეგმები

დამატებითი საკითხავი მასალა

შემდეგი კითხვები და ამონარიდები წმინდა წერილებიდან დაგეხმარებათ ამ ბუკლეტში მოცემული პრინციპების უკეთ გაცნობაში. წმინდა წერილებში მოცემული შენიშვნები და კომენტარები მიგითითებენ ამ პრინციპებთან დაკავშირებულ დამატებით ნაწყვეტებსა და წყაროებზე.

რატომ უნდა გამოვიჩინო სიფრთხილე იმის გამო, თუ რას მიიღებს ჩემი სხეული?

იგავები 20:1 (ბიბლია, ძველი აღთქმა)

1 კორინთელთა 3:16–17 (ბიბლია, ახალი აღთქმა)

1 კორინთელთა 6:19–20 (ბიბლია, ახალი აღთქმა)

მოძღვრება და აღთქმები 89 (მისიონერები ან ეკლესიის წევრები დაგეხმარებიან ამ წიგნის პოვნაში. Online რეჟიმში წასაკითხად ეწვიეთ www.mormon.org ვებგვერდს.)

"*Word of Wisdom*," *True to the Faith* (მისიონერები ან ეკლესიის წევრები დაგეხმარებიან ამ წიგნის პოვნაში. Online რეჟიმში წასაკითხად ეწვიეთ საიტს www.mormon.org.)

ჯანმრთელობასთან დაკავშირებით რა სულიერი და მიწიერი ლოცვა-კურთხევა ახლავს თან ღვთის მცნებების დაცვას?

დანიელი 1:3–20 (ბიბლია, ძველი აღთქმა)

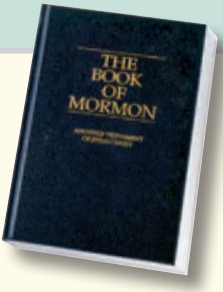
როგორ გამაძლიერებს უფალი ცდუნებისას?

მოსია 5:2 (Book of Mormon, page 157)

მოსია 7:33 (Book of Mormon, page 162)

ალმა 13:27–29 (Book of Mormon, page 243)

ესთერი 12:27 (Book of Mormon, page 510)



რა უნდა გავაკეთო?

- *გააგრძელეთ მორმონის წიგნის კითხვა.*

  *წასაკითხი მასალა:*_____

  _____

- *იცხოვრეთ სიბრძნის სიტყვის შესაბამისად. ილოცეთ, რათა მიიღოთ ამ მცნების დასაცავად საჭირო დახმარება. დაისახეთ მიზნად ფიზიკური და სულიერი ჯანმრთელობის გაუმჯობესება მავნე ნივთიერებებზე უარის თქმით, შესაბამისი დიეტის დაცვითა და სხვადასხვა ჯანსაღი ჩვევების დანერგვით.*

- *ამ კვირა დღეს მობრძანდით ეკლესიაში*

- *გააგრძელეთ ნათლობისთვის მზადება.*

  *ნათლობის თარიღი:*_____

- *ეწვიეთ www.mormon.org ვებგვერდს, რათა მეტი შეიტყოთ უკანასკნელი დღეების წმინდანთა იესო ქრისტეს ეკლესიის შესახებ.*

- *გააგრძელეთ შეხვედრები მისიონერებთან, რამეთუ მეტი შეიტყოთ იმაზედ, თუ რამდენად შემოვა თქვენს ცხოვრებაში ღვთის ლოცვა-კურთხევა მცნებების დაცვის შედეგად.*

*შემდეგი შეხვედრის თარიღი:*_____

მისიონერების სახელები და ტელეფონის ნომრები:

_____

_____

უკანასკნელი დღეების
წმინდანთა
იესო ქრისტეს
ეკლესია

www.mormon.org

ინფორმაცია სურათების შესახებ
ყდაზე: Marina Lukach
გვ. 2 ფრაგმენტი სურათიდან *ძმა იოსები*, დევიდ ლინდსლის მიერ. © დევიდ ლინდსლის
გვ. 5, 6, 9, 10, 14 Marina Lukach

© 2012 Intellectual Reserve, Inc-ის მიერ. ყველა უფლება დაცულია. დაბეჭდილია
გერმანიაში.ინგლისურად დამტკიცებულია: 11/05. თარგმანი დამტკიცებულია: 11/05.
თარგმანი *The Word of Wisdom*. Georgian. 01137 131

GEORGIAN
4 02011 37131 3
01137 131