

Prezidentas  
Tomas S. Monsonas



# Apstingas gyvenimas

**P**rasidedant naujiems metams kviečiu visus pastarųjų dienų šventuosius asmeniškai ir uoliai siekti to, ką aš vadinu apstingu gyvenimu, – sėkmės, gerumo ir palaimų kupino gyvenimo. Kadaisė mokykloje mokėmės abėcėlės. Dabar siūlau savo abėcėlę, kuri padės mums visiems pasiekti tą apstingą gyvenimą.

## Pasirinkite pozityvų nusistatymą

A mano abėcėlėje – tai nusistatymas. Viljamas Džeimsas, novatoriškas Amerikos psichologas ir filosofas, rašė: „Didžiausia mūsų kartos revoliucija yra atradimas, kad žmonės, keisdami savo vidinį dvasinį nusistatymą, gali pakeisti išorinį savo gyvenimą.“<sup>1</sup>

Gyvenime labai daug kas priklauso nuo mūsų nusistatymo. Viską lemia mūsų pasirinkimas – kaip žvelgsime į aplinką ir atsakysime aplinkiniams. Pasirinkimas daryti geriausia, ką galime, ir tada džiaugtis aplinkybėmis, kokios jos bebūtų, gali atnešti ramybę ir pasitenkinimą.

Čarlzas Svindolas, rašytojas, švietėjas ir krikščionių pastorius, sakė: „Nusistatymas man yra svarbiau už... praeitį... pinigus, aplinkybes, nesėkmes ir laimėjimus, už tai, ką kiti žmonės mano, sako ar daro. Tai svarbiau už išvaizdą, gabumus ar įgūdžius. Būtent tai nulems žmonės, bažnyčios ar namų sėkmę arba žlugimą.

Nuostabu yra tai, kad kiekvieną dieną galime pasirinkti nusistatymą tai dienai.“<sup>2</sup>

Mes negalime nukreipti vėjo, bet galime teisingai nustatyti bures. Tad *pasirinkime* teigiamą nusistatymą, kad galėtume mėgautis didžiausia laime, ramybe ir pasitenkinimu.

## Tikėkite savimi

B mano abėcėlėje – tai pasitikėjimas savimi, aplinkiniais ir amžiniais principais.

Būkite sąžiningi patys sau, kitiems ir savo Dangiškajam Tėvui. Vienas toks žmogus, kuris buvo nesąžiningas Dievui iki tol, kol jau buvo per vėlu, buvo kardinolas Volsis. Jis, pasak Šekspyro, visą gyvenimą praleido tarnaudamas trims monarchams ir mėgavosi turtais bei galia. Galiausiai ūmus naujas karalius atėmė jo galią ir turtus. Kardinolas Volsis aimanuoja:

*Net jei perpus taip uoliai tarnavęs būčiau Dievui,  
Kaip tarnavau karaliui, manęs senatvėj  
Jis nepaliktų suėsti mano priešams.<sup>3</sup>*

Tomas Fuleris, anglų dvasininkas ir istorikas, gyvenęs 17-ame amžiuje, užrašė tokią tiesą: „Kas negyvena pagal savo įsitikinimus, tas iš tikrųjų netiki.“<sup>4</sup>

Nenustatykite sau ribų ir neleiskite kitiems įtikinti jus, kad jūsų galimybės ribotos. Pasitikėkite savimi ir tada gyvenkite taip, kad realizuotumėte savo galimybes.

Jūs galite pasiekti tiek, kiek tikite galį. Tikėkite ir pasitikėkite.

### Drąsiai pasitikite sunkumus

C mano abėcėlėje – tai drąsa. Drąsa, kaip vertinga ir reikšminga dorybė, yra ne tiek ryžtas didvyriškai numirti, kiek ryžtas deramai gyventi.

Amerikos eseistas ir poetas Ralfas Valdo Emersonas sakė: „Ką bedarytumėte, jums reikia drąsos. Kokį kelią bepasirinktumėte, visada atsiras tas, kuris jums sakys, kad klystate. Visada iškils sunkumų, kurie gundys jus patikėti, kad jūsų kritikai teisūs. Nubrėžti gyvenimo kursą ir eiti juo iki galo reikia karinės drąsos. Taika yra pergalė, kuriai iškovoti reikia narsių vyrų ir moterų.“<sup>5</sup>

Bus akimirku, kai jausitės apimti baimės ir prislėgti. Jums gali atrodyti, kad esate nugalėti. Gali atrodyti, kad pergalė neįmanoma. Kartais galite pasijusti, kaip Dovydas kovojantis prieš Galijotą. Bet prisiminkite – Dovydas *nugalėjo!*

Nors drąsos reikia ir pirmam mėginimui pasiekti norimą tikslą, dar didesnės narsos reikia suklypus, kai reikia stengtis pasiekti tą tikslą iš naujo.

Pasiryžkite stengtis, susitelkti geram tikslui pasiekti ir būti drąsus ne tik pasitikti neišvengiamus sunkumus, bet taip pat bandyti pakartotinai, jei to reikės. „Kartais drąsa yra tylus balsas, dienos pabaigoje sakantis: „Rytoj bandysiu vėl.“<sup>6</sup>

Prisiminkime šias ABC pradėdami naujuosius metus: puoselėkime teigiamą nusistatymą, pasitikėjimą, kad galime pasiekti savo tikslus, ir drąsą įveikti bet kokius išbandymus. Tada gyvensime apstingą gyvenimą.

#### IŠNAŠOS

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. William Shakespeare, *King Henry the Eighth*, act 3, scene 2, lines 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).

### KAIP MOKYTI PAGAL ŠIĄ ŽINIĄ

Pagalvokite, ar nevertėtų pakviesti šeimos narius pasidalinti asmenine patirtimi apie tai, kaip jiems padėjo

teigiamas nusistatymas, pasitikėjimas savimi ar drąsa. Galbūt vertėtų juos pakviesti šių trijų principų pavyzdžių paieškoti Raštuose. Mokyti galite ruošti pamaldžiai apgalvodami Raštų pasakojimus arba savo patirtį.

## JAUNIMAS

### Drąsa pasitikti audrą

Medison Morli

**A**ntrąjį kuolo merginų stovyklos vakarą mus užklupo stipri liūtis ir tornadas. Iš mano apylinkės stovykloje dalyvavo maždaug 24 merginos ir dvi vadovės – visos turėjome slėptis vienoje trobelėje. Baisiai lijo, ir vėjas vis labiau siautėjo. Turėjau nuolat sau priminti, kad kuolo prezidentas jau meldėsi už mūsų saugumą. Mūsų apylinkė trobelėje taip pat sukalbėjo bendrą maldą. Meldžiausi ir aš pati.

Daugelis merginų buvo išsigandusios, ir buvo lengva suprasti kodėl. Mūsų trobelė buvo netvirta, ir čia pat buvo upė. Maždaug po 20 minučių audra taip įsismarkavo, kad visas kuolas turėjo bėgti iš savo apylinkių trobelių į patarėjų trobeles, kurios buvo aukščiau. Mano kuolo prezidentas vėl meldėsi, ir mes giedojome giesmes, Pradinukų daineles, stovyklos dainas, bandydamos save paguosti. Mums buvo baisu, bet jautėme, kad viskas bus gerai. Po pusvalandžio galėjome grįžti į savo apylinkių trobeles.

Vėliau sužinojome, kas tą vakarą atsitiko tornadui. Jis pasidalino į du viesulus. Vienas aplenkė mus iš dešinės, o kitas iš kairės pusės. Tai, ką patyrėme, nebuvo blogiausia, kas galėjo nutikti!

Žinau, kad tą vakarą Dievas išklaušė mūsų maldas ir kad Jis apsaugojo mus nuo blogiausio, kas galėjo nutikti. Argi tornadas pasidalintų be Dievo įsikišimo? Žinau, kad gyvenimo audrose visada galime melstis Dangiškajam Tėvui ir Jis išklausys ir atsakys mums, suteikdamas drąsos bei reikiamos apsaugos, kad nenukentėtume.

## VAIKAI

### Vadas Moronis

**V**adas Moronis drąsiai pasitikdavo iššūkius. Jis brangino tiesą, laisvę ir tikėjimą. Savo gyvenimą jis pašventė padėti nefitams išlaikyti savo laisvę. Ir jūs

galite būti panašūs į Vadą Moronį, jei iššūkius pasitikssite drąsiai. Galite sukurti savo pačių laisvės šūkį, kuriame surašytumėte tai, kas svarbu jums ir jūsų šeimai.

### **Kur galiu paskaityti daugiau**

**Almos 46:11–27:** Laisvės šūkis

**Almos 48:11–13, 16–17:** Moronio savybės



Tikėjimas • šeima • parama

## Rūpinimasis ir tarnavimas per lankomąjį mokymą

*Išnagrinėkite šią medžiagą ir, jei tinka, aptarkite ją su jūsų lankomomis seserimis. Užduokite klausimus, padedančius stiprinti jūsų seseris ir jums pačioms aktyviai dalyvauti Paramos bendrijoje.*

**P**rezidentas Henris B. Airingas, pirmasis patarėjas Pirmojoje Prezidentūroje, mokė: „Tikroji meilė... [yra] nepalyginamai daugiau nei geranoriškumo jausmas. Tikroji meilė gimsta per tikėjimą Viešpačiu Jėzumi Kristumi ir yra... Jo Apmokėjimo rezultatas.“<sup>1</sup> Paramos bendrijos seserims lankomasis mokymas gali tapti tikrosios meilės išraiška darbais. Tai yra svarbus mūsų tikėjimo Gelbėtoju panaudojimo būdas.

Lankomuoju mokymu mes išreiškiame rūpestį tuomet, kai susisiekiame su kiekviena seserimi, pasidaliname Evangelijos žinia ir stengiamės suprasti jos ir jos šeimos poreikius. Visuotinė Paramos bendrijos prezidentė Džiulė B. Bek aiškino: „Lankomasis mokymas tampa Viešpaties darbu, kuomet dėmesį skiriame žmonėms, o ne procentams. Tikrovėje lankomasis mokymas niekuomet nesibaigia. Tai panašiau į gyvenimo būdą, o ne į užduotį. Ištikima lankančios mokytojos tarnystė yra mūsų mokinytės įrodymas.“<sup>2</sup>

Jei mūsų rūpinimasis bus nuoseklus ir pamaldus, tai galiausiai išmoksime tarnauti kiekvienai seseriai bei patenkinti jos ir jos šeimos poreikius. Tarnavimas gali reikštis įvairiai – didelėmis ir nedidelėmis priemonėmis. Prezidentas Tomas S. Monsonas mokė: „Dažnai žmogui pakylėti ir

palaiminti tereikia nežymių patarnavimų: paklausti apie jo šeimą; keliais žodžiais padėkoti; nuoširdžiai pagirti; parašyti trumpą padėkos raštelį; trumpai pakalbėti telefonu. Jei būsime pastabūs ir rūpestingi ir jei klausysime Dvasios raginimų, galėsime nuveikti daug gero... Didelės armijos Paramos bendrijos lankančiųjų mokytojų tarnavimo darbai yra nesuskaičiuojami.“<sup>3</sup>

### *Iš mūsų istorijos*

1843 metais Ilinojaus valstijos Navū mieste esantys Bažnyčios nariai buvo suskirstyti į keturias apylinkes. Tų metų liepą Paramos bendrijos vadovės kiekvienoje apylinkėje sudarė iš keturių seserų susidedantį lankomojo mokymo komitetą. Į šių komitetų pareigas įėjo poreikių vertinimas ir paaukojimų rinkimas. Paramos bendrija iš surinktų paaukojimų padėdavo stokojančioms.<sup>4</sup>

Nors lankančios mokytojos jau neberenka paaukojimų, joms vis dar lieka pareiga įvertinti poreikius – dvasinius ir fizinius – ir stengtis tuos poreikius patenkinti. Antroji visuotinė Paramos bendrijos prezidentė Elaiza R. Snou (1804–1887) paaiškino: „Lankančioji mokytoja... be abejonės turi turėti daug Viešpaties Dvasios, kad jėgusi į namus suprastų, kokia ten atmosfera... Melskite Dievo ir Šventosios Dvasios, kad

gautumėte [tos Dvasios], idant galėtumėte tinkamai pasitikti tuose namuose vyraujančią atmosferą... tuomet galbūt pajusite norą paguosti; o jei sutiksite bešalančią seserį, priglausti ją prie savo širdies ir šildyti taip, lyg šildytumėte savo vaikelį.“<sup>5</sup>

### **IŠNAŠOS**

1. Henry B. Eyring, „The Enduring Legacy of Relief Society“, *Liahona*, Nov. 2009, 121.
2. Julie B. Beck, „Relief Society: A Sacred Work“, *Liahona*, Nov 2009, 114.
3. Thomas S. Monson, „Three Goals to Guide You“, *Liahona*, Nov. 2007, 120–121.
4. Žr. *Daughters in My Kingdom: The History and Work of Relief Society* (2011), 105.
5. Eliza R. Snow, *Daughters in My Kingdom*, 108.

### **Raštų ištraukos**

Jono 13:15, 34–35; 21:15; Mozijo 2:17; Doktrinos ir Sandorų 81:5; Mozės 1:39

### **Ką aš galiu padaryti?**

**1.** Ką darau, kad padėčiau savo seserims pajusti, jog esu jų draugė, kuri jas myli ir rūpinasi jomis?

**2.** Kaip galiu geriau prižiūrėti kitus ir rūpintis jais?

Daugiau informacijos ieškokite [reliefsociety.lds.org](http://reliefsociety.lds.org).