

# *Išminties Žodis*





**K**adangi mūsų fizinė būklė veikia mus dvasiškai, mūsų Dangiškasis Tėvas duoda mums įsakymus, skirtus mūsų fizinei ir dvasinei sveikatai pagerinti. Sugražindamas Jėzaus Kristaus evangeliją, Dievas apreiškė pranašui Džozefui Smitui, kaip mes galime rūpintis savo kūnais, kad su mumis galėtų būti Viešpaties Dvasia. Šis apreiškimas žinomas kaip Išminties Žodis. Paklusnumas šiam įsakymui yra būtina sąlyga krikštui į Pastarųjų Dienų Šventųjų Jėzaus Kristaus Bažnyčią. Tiems, kurie parodo tikėjimą paklusdami šiam įsakymui, pažadėti dideli palaiminimai.

### *Kas yra Išminties Žodis?*

Viešpats apreiškė Išminties Žodį pranašui Džozefui Smitui. Šis apreiškimas išpėja mus susilaikyti nuo alkoholio, tabako ir karštų gėrimų, turint omenyje kavą ir arbatą. Vėlesni pranašai mokė, kad neturėtume vartoti jokių produktų, į kurių sudėtį įeina draudžiamos narkotinės, kenksmingos ar priklausomybę sukeliančios medžiagos. Išminties Žodis taip pat moko, kad mėsa turėtume valgyti saikingai ir kad turėtume valgyti grūdus, vaisius bei daržoves.

*Vardan jūsų dvasinės ir fizinės gerovės Viešpats prašo jūsų susilaikyti nuo:*

- Alkoholio
- Tabako
- Kavos ir arbatos
- Narkotikų
- Kitų žalingų ir priklausomybę sukeliančių medžiagų

## *Išminties Žodžio teikiami palaiminimai*

Išminties Žodžio laikymasis pagerins jūsų fizinę ir dvasinę gerovę. Nors vis dar galite patirti įprastų sveikatos sutrikimų, paklusnumas šiam įsakymui padės jums turėti sveikesnius kūną ir protą.

Naujajame Testamente apaštalas Paulius kūną palygina su šventykla: „Argi nežinote, kad jūs esate Dievo šventykla ir jumoje gyvena Dievo Dvasia? Jei kas Dievo šventyklą niokoja, tą Dievas suniokos, nes Dievo šventykla šventa, ir toji šventykla – tai jūs!“ (1 Korintiečiams 3:16–17.)

Jei laikysitės Išminties Žodžio, subtilioji, jautrioji, dvasinė jūsų dalis pasiruoš priimti Dievo nurodymus. Mokykitės klausyti dvasinių kuždesių ir jausmų. Būsite išpėti apie pavojus ir jus ves Šventoji Dvasia. Jūsų išmintis ir pažinimas išaugs. Įgysite didesnę dvasinę ramybę, didesnę savitvardą bei tikrumą dėl savo gyvenimo ir ateities.







## Išminties Žodis

Šis apreiškimas, kurį pranašas Džozefas Smitas gavo 1833 metais, yra Dangiškojo Tėvo nurodymas Jo vaikams, gyvenantiems mūsų dienomis. Toliau pateiktos šio apreiškimo ištraukos, esančios Doktrinos ir Sandorų 89 skyriuje:

*„Išminties Žodis ... bažnyčios, taip pat Sionės šventųjų labui ...*

*duotas kaip principas su pažadu, pritaikytas silpnų ir silpniausių iš visų šventųjų ... galimybėms.*

*Štai, iš tiesų, taip jums sako Viešpats: Dėl piktenybių ir kėslių, kurie yra ir bus suokalbininkų širdyse paskutinėmis dienomis, aš jus išpėjau, ... duodamas jums šį išminties žodį apreiškimu –*

*kad jei tarp jūsų koks nors žmogus geria vyną ar stiprų gėrimą, štai tai yra negerai ir nepritinka...*

*Ir dar, tabakas yra ne kūnui ir ne pilvui, ir netinka žmogui...*

*Ir dar, karšti gėrimai [arbata ir kava] – ne kūnui ar pilvui.*

*...visas sveikas žoles Dievas paskyrė žmogaus sandarai, prigimčiai ir vartojimui...*

*ir gyvulių bei padangių paukščių mėsą aš, Viešpats, paskyriau, kad žmogus vartotų su dėkojimu; tačiau ji turi būti vartojama saikingai...*

*Visokie grūdai tinka žmogaus maistui, kaip ir vynuodžio vaisiai, tai, kas duoda vaisių ar žemėje, ar virš žemės...*

*Ir visi šventieji, kurie prisimena laikytis ir vykdyti šiuos žodžius, ir vaikščioja paklusdami įsakymams, įgis sveikatą bamboje ir smegenis savo kaulams;*

*ir ras išmintį ir didžius pažinimo lobius, būtent paslėptus lobius;*

*ir bėgs, ir nepavargs, ir eis, ir nenusilps.*

*Ir aš, Viešpats, duodu jiems pažadą, kad naikinantis angelas praeis pro juos, kaip pro Izraelio vaikus, ir jų nenužudys. Amen.“ (Doktrina ir Sandoros 89:1, 3–5, 8–10, 12, 16, 18–21.)*







## *Žalingų medžiagų atsisakymas*

Jei vartojate tabaką, alkoholį, kavą, arbatą, narkotikus ar kitas kenksmingas arba priklausomybę sukeliančias medžiagas, liaukitės tuojau pat. Jūs būsite palaiminti sveikesniu kūnu ir dvasia. Kai kurie žmonės išsiugdė įpročius ar priklausomybę nuo tam tikrų medžiagų, ir dabar jiems sunku liautis jas vartojus. Jei jums sunku atsisakyti šių pavergiančių medžiagų, melskite Dievą, kad padėtų pakeisti žalingas mintis, veiklas ir pagundas tais veiksniais, kurie pakylėja bei įkvepia. Užpildžius savo gyvenimą tuo, kas gera ir pakylėja, liks mažiau vietos tam, kas kenksminga ar bloga. Jums padės šie patarimai:

- Apsispręskite mesti. Melskitės ir pasninkaukite tikėdami, kad Viešpats padės jums įveikti jūsų priklausomybę.
- Studijuokite Raštus. Mokykitės jų ištraukas mintinai ir dažnai jas kartokite. Jos suteiks jums dvasinės jėgos.
- Prašykite kunigystės palaiminimo, kad padėtų jums atsispirti pagundai.
- Atsikratykite žalingų medžiagų ir daugiau nebeįsigykite jų.

*Nesiliaukite stengtis!*

*Jeį savo gyvenime*

*taikysite Kristaus*

*Apmokėjimą, Viešpats*

*padės jums, net jei jūsų*

*pažanga atrodo lėta.*

- Surašykite laiką, vietas ir aplinkybes, kur buvote gundomi pažeisti Išminties Žodį. Kalbėkite su savo gimdytojais, sutuoktiniu, misionieriais ir kitais patikimais draugais apie tai, kaip galėtumėte išvengti tų surašytų dalykų. Pavyzdžiui, raskite naujų, su pagunda nesusijusių užsiėmimų ar pomėgių. Kai esate gundomas, klausykites pakylėjančios muzikos, tarnaukite kitiems, skaitykite geras knygas arba mankštinkitės.
- Dalyvaukite Bažnyčios veiklose. Tai priartins jus prie Viešpaties ir suteiks daugiau jėgos įveikti savo norą vartoti žalingas medžiagas.
- Lankykite deramą paramos grupę ar kreipkitės profesionalios pagalbos.
- Niekada neužmirškite, kad Viešpats padės jums, jei pasikliausite Juo. Mesti vartoti žalingas medžiagas gali būti labai sunku, ir kai kurie žmonės keletą kartų sugrįžta prie senų įpročių, kol galutinai išsivaduoja. Nesiliaukite bandę ir niekada nepraraskite vilties.

Jei būsite nuolankūs ir sąžiningi, jei šauksitės Dievo ir kitų žmonių pagalbos, Jėzaus Kristaus apmokėjimo dėka galite įveikti savo priklausomybes.

Gyvendami pagal Išminties Žodį sulauksite Viešpaties pažadėtų palaimų.







## PAPILDOMOS STUDIJOS

Žemiau pateikti klausimai ir Raštų ištraukos padės jums daugiau sužinoti apie šioje brošiūroje išdėstytus principus. Išnašos ir dalinės nuorodos Raštuose nurodys jums papildomas ištraukas ir šaltinius šiuo klausimu.

### **Kodėl turiu stebėti, kas patenka į mano kūną?**

Patarlių 20:1 (Biblija, Senasis Testamentas)

1 Korintiečiams 3:16–17 (Biblija, Naujasis Testamentas)

1 Korintiečiams 6:19–20 (Biblija, Naujasis Testamentas)

Doktrina ir Sandoros 89 (gauti Doktrinos ir Sandorų knygą jums gali padėti misionieriai ar Bažnyčios nariai. Ją galite rasti ir interneto svetainėje [www.mormon.org](http://www.mormon.org)).

*Ištikimi tikėjimui*, „Išminties Žodis“ (gauti šią knygelę jums gali padėti misionieriai ar Bažnyčios nariai. Ją galite rasti ir interneto svetainėje [www.mormon.org](http://www.mormon.org)).

### **Kaip paklusnumas Dievo įsakymams gali palaiminti mano dvasinę ir fizinę sveikatą?**

Danieliaus 1:3–20 (Biblija, Senasis Testamentas)

### **Kaip Viešpats sustiprins mane pagundos valandą?**

Mozijo 5:2 (Mormono Knyga, 137 p.)

Mozijo 7:33 (Mormono Knyga, 142 p.)

Almos 13:27–29 (Mormono Knyga, 220 p.)

Etero 12:27 (Mormono Knyga, 478 p.)

## Ką aš turiu daryti?

- Toliau skaitykite *Mormono Knygą*.

Patariame skaityti: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



- Gyvenkite pagal Išminties Žodį. Melskite Dievą padėti laikytis šio įsakymo. Nusistatykite tikslus savo fizinei ir dvasinei sveikatai pagerinti, vengiant žalingų medžiagų ir skiriant dėmesį deramai mitybai bei kitai sveikatą stiprinančiai veiklai.

- Šį sekmadienį ateikite į bažnyčią.

- Toliau ruoškitės krikštui.

Krikšto data: \_\_\_\_\_

- Apsilankykite [www.mormon.org](http://www.mormon.org), kad daugiau sužinotumėte apie Pastarųjų Dienų Šventųjų Jėzaus Kristaus Bažnyčią.

- Toliau susitikinėkite su misionieriais, kad daugiau sužinotumėte apie tai, kaip Dievo įsakymai gali palaiminti jūsų gyvenimą.

Kitas susitikimas: \_\_\_\_\_

Misionierių vardai ir telefono numeris:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

PASTARŪJŲ DIENŲ  
ŠVENTŪJŲ  
JĖZAUS KRISTAUS  
BAŽNYČIA

[www.mormon.org](http://www.mormon.org)

### Ilustracijos

Pirmąjį viršelį ir 5, 6, 9, 10, 14 puslapius iliustravo Marina Lukach. © Marina Lukach  
2 puslapyje: Deivido Lindzlio paveikslas *Brolis Džozefas* fragmentas. © David Lindsley

© 2007 Intellectual Reserve, Inc. Visos teisės saugomos. Išspausdinta JAV. Originalas anglų kalba patvirtintas 2/06. Vertimas patvirtintas 2/06. *The Word of Wisdom* vertimas. Lithuanian

LITHUANIAN



4 02011 37156 6

01137 156