

Օգնություն խնդրեք

Օգնություն խնդրեք Աստծուց

Երկնային Հայրը աստվածային օգնություն է խոստացել, որպեսզի մենք կարողանանք դիմանալ մահկանացու բոլոր դժվարություններին: Նա խոստացել է, որ Իր օգնությունը կգա տարբեր եղանակներով: Եթե մեզ համար որևիցե կերպ տեսանելի չէ Նրա օգնությունը, միշտ կարևոր է չհանձնվել: Շարունակեք խնդրել: Նա ձեզ հետ է:

- Ի՞նչ գիտեք Երկնային Հոր և Հիսուս Քրիստոսի մասին, որը ձեզ վստահություն է տալիս, որ Նրանք կարող են օգնել տխրության և ընկճվածության ժամանակ:

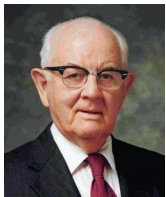
Կարդացեք Հակոբոս 2.8, Ալմա 26.27–28, Վարդապետություն և Ուխտեր 6.36, 136.29 հատվածները: Փնտրեք եղանակներ, որոնցով մենք կարող ենք խնդրել Տիրոջ օգնությունը, երբ տխուր ենք կամ ընկճված:

- Ի՞նչ են մեզ ուսուցանում անել այս հատվածները տխրության կամ ընկճվածության ժամանակ:
- Ինչպիսի՞ եղանակներով մենք կարող ենք օգնություն խնդրել Երկնային Հորից և Հիսուս Քրիստոսից:

Եթե խիստ անձնական չէ, կիսվեք Երկնային Հորից և Հիսուս Քրիստոսից օգնություն խնդրելու ձեր փորձառությամբ:

Օգնություն խնդրեք այլ մարդկանցից

Նախագահ Սպենսեր Վ. Քիմբալն ուսուցանել է.



Աստված տեսնում է մեզ և Նա հսկում է մեզ: Սակայն հիմնականում մեկ այլ անձի միջոցով է Նա ապահովում մեր կարիքները: (Եկեղեցու նախագահների ուսմունքները. Սպենսեր Վ. Քիմբալ [2006], 82)

Երբ մենք տխուր ենք կամ ընկճված, մեզ մոտ կարող է մարդկանցից հեռանալու կամ մեկուսանալու ցանկություն առաջանալ: Դա կարող է սահմանափակել մեր կարողությունը՝ տեսնելու այն օգնությունը, որը մեզ ուղարկում է Երկնային Հայրը: Այլ մարդկանց դիմելը կարող է ներառել ծնողների, ընտանիքի վստահելի անդամների կամ Եկեղեցու ղեկավարների հետ խոսելը:

Թվարկեք երկու կամ երեք բան, որ կարող է անել մարդը, որը դժվարանում է մարդկանց դիմել կամ նրանց հնարավորություն տալ՝ օգնելու իրեն:

Եթե խիստ անձնական չէ, կիսվեք այն դեպքով, երբ ձեր ընտանիքի անդամը կամ ընկերն օգնել է ձեզ տխրության կամ ընկճվածության ժամանակ:

Օգնություն խնդրեք մասնագետներից

Օգնության կարևոր աղբյուրը, որին մենք կարող ենք դիմել, վստահելի բժշկական և հոգեկան առողջության մասնագետների իմաստությունն է: Մտածեք տխրության և ընկճվածության՝ օվկիանոսի ալիքների հետ համեմատության մասին, որը տրված էր դասի սկզբում: Երբ մենք տխուր ենք (բախվում ենք փոքր ալիքների), պետք է հետևենք Սուրբ Հոգու ուղղորդմանը, որպեսզի իմանանք, թե երբ է պետք դիմել մասնագետի օգնությանը: Սակայն, եթե մենք զգում ենք ընկճվածություն կամ ինքնասպանության մասին մտքեր ենք ունենում (բախվում ենք մեծ ալիքների), մասնագետին դիմելը կենսականորեն անհրաժեշտ է:

Կարդացեք Տասներկու Առաքյալների Քվորումից երեք Ջեֆրի Ռ. Հոլլանդի խոսքերը՝ փնտրելով, թե ինչ է տվել Երկնային Հայրը, որպեսզի օգնի մեզ, երբ մենք խնդիրներ և դժվարություններ ենք հաղթահարում:



Փնտրեք վերապատրաստում անցած, հեղինակավոր մարդկանց խորհուրդները, որոնք ունեն մասնագիտական հմտություններ և ճիշտ արժեքներ: Նրանց հետ անկեղծ եղեք ձեր անցյալի և ձեր խնդիրների վերաբերյալ:

Աղոթքով և պատասխանատվությամբ խորհեք նրանց տված խորհուրդների և առաջարկած լուծումների վերաբերյալ: Եթե դուք ունենալիք կույր աղիքի բորբոքում, Աստված ձեզանից կակնկալեք, որ խնդրեք քահանայության օրհնություն և ստանալիք հնարավոր ամենալավ բժշկական օգնությունը: Նույն կերպ պետք է վարվել էմոցիոնալ ախտախիչների դեպքում: Մեր Երկնային Հայրը մեզանից ակնկալում է, որ մենք առատորեն օգտագործենք **բոլոր** այն հրաշալի շնորհները, որ Նա տվել է այս փառաշեղ տնտեսությունում: (Ջեֆրի Ռ. Հոլլանդ, «Ինչպես կոտրված անոթը», *Լիառնա*, նոյեմբեր 2013, 41)

Ձեր բորոշություն գրեք երեք Հոլլանդի խոսքերից մի հատված, որը կարևոր էր ձեզ համար:

- Ըստ ձեզ, ինչո՞ւ է կարևոր, որ մարդը դիմի մասնագետի օգնությանը ընկճվածության ժամանակ: