

1. tanulási tevékenység: Elmélkedés és személyes kinyilatkoztatás

Mit tanultál a kinyilatkoztatás elnyeréséről az életedben? A Hélamán 10 első részében Nefi egyik olyan élményéről tanulunk, amely során kinyilatkoztatást és hatalmat kapott Istentől. Nefi példája megtanítja nekünk, hogyan fokozhatjuk azon képességünket, hogy kinyilatkoztatást kapjunk az Úrtól és felismerjük azt.

Olvasd el a Hélamán 10:1–3-at, és figyeld meg, mi vezetett oda, hogy Nefi kinyilatkoztatást kapott az Úrtól.

Figyeld meg az *eltöprengve*, *elgondolkozott* szavakat a 2. és 3. versben. Ezeket a szavakat meg is jelölheted a szentírásodban.

Az egyik igazság, amelyet ezekből a versekből megismerhetünk, hogy az Úr dolgain való elmélkedés felkészít minket a kinyilatkoztatás elnyerésére.

- Hogyan jellemezhetnéd ezt a fajta elmélkedést valakinek, aki bizonytalan abban, hogy mi is az?
- Szerinted miért segít nekünk az elmélkedés kinyilatkoztatást kapni?

M. Russell Ballard elnök a Tizenkét Apostol Kvórumából ezt tanította:



„Fontos csendben lennünk és figyelni, és követni a Lelket. Egyszerűen túl sok zavaró dolog verseng a figyelmünkért; több, mint a világtörténelem folyamán valaha is.

Mindenkinek szüksége van időre, hogy meditálni és elmélkedni tudjon. Még a világ Szabadítója is talált erre időt a földi szolgálattétele során.” (Vö. M. Russell Ballard: Legyetek nyugodtak és tudjátok, hogy én Isten vagyok! [EOSZ Áhítat fiatal felnőtteknek, 2014. máj. 4.], broadcasts.ChurchofJesusChrist.org)

- Milyen zavaró tényezők nehezíthetik meg a lelki dolgokon való elmélkedést?
- Melyek az Úr azon dolgai, amelyekre érdemes időt szánnod, hogy elmélkedj rajtuk?
- Milyen élményekben volt már részed, vagy milyen élményekről tudsz, amelyekben az elmélkedés kinyilatkoztatás elnyeréséhez vezetett?

Gondolj egy olyan célra, amelyet kitűzhetsz, hogy ezt az igazságot a saját életedre alkalmazd. A célotdat a tanulmányozási naplódba is feljegyezheted.