

# Лиахона

Направляет всех нас к Иисусу Христу



**ЗАБОТЛИВОЕ  
СЛУЖЕНИЕ:  
СЛУЖИТЬ ПОДОБНО  
СПАСИТЕЛЮ**

**ПОСЛАНИЕ ОТ ПРЕЗИДЕНТА  
РАССЕЛА М. НЕЛЬСОНА**

Семь принципов единства, стр. 2

**СЛЕДУЙТЕ ЗА ВЕЛИЧАЙШИМ  
СЛУЖИТЕЛЕМ**

Он укрепит вас, стр. 8

Когда тяготы  
жизни становятся  
нестерпимыми,  
**мыслите  
по-Небесному!**

*– Президент Рассел М. Нельсон*

---

*По материалам октябрьской Генеральной конференции 2023 года.*



## СОДЕРЖАНИЕ

«Если мы покидаем свои дома и выходим из зоны комфорта, чтобы служить окружающим так, как это делал бы Он, то Спаситель будет направлять нас в наших трудах».

– Старейшина Хуан Пабло Вийяр, стр. 8

**2 Образец единства в Иисусе Христе**

*Президент Рассел М. Нельсон*

**8 Мы следуем за величайшим Служителем**

*Старейшина Хуан Пабло Вийяр*

**14 «Возможно ли исцелить наши отношения?» Как противостоять словесной и эмоциональной жестокости**

*Гэйл Ньюболд*

**20 Приходи, следуй за Мною: «Благодаря вере своей ты увидел»**

*Дон Л. Сирл*

**25 Портреты веры: Слова, которые трогают сердце**

*Таира Кэррол*

**26 Голоса Святых последних дней**

Члены Церкви из разных стран делятся вдохновляющими историями веры.

**30 Для молодых взрослых: Как мои заветы помогают мне поддерживать самые важные отношения**

*Ева Томас*

**34 Для молодых взрослых: Не теряете ли вы из виду чудо Евангелия?**

*Энхчимег (Энку) Зоригт*

**36 Для родителей: Мы – ученики Иисуса Христа**

**38 Церковь есть здесь: Престон, Великобритания**

**40 Приходи, следуй за Мною: Как осуществлять заботливое служение подобно Спасителю?**

**42 Приходи, следуй за Мною: Мы – дети завета**

**44 Я хотел бы вернуться к Богу, но возможно ли это для меня?**

*Имя не указано по просьбе автора*



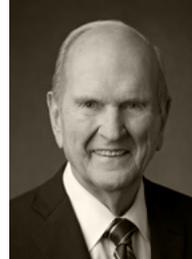
**ОБЛОЖКА**

Фото  
Кристины Смит.

# ОБРАЗЕЦ ЕДИНСТВА В ИИСУСЕ ХРИСТЕ

*Когда мы становимся едиными в Иисусе Христе, подобно людям в 4 Нефий, наше желание пребывать в единстве помогает преодолевать наши различия и ведет к счастью.*





**Президент  
Рассел М.  
Нельсон**

Президент  
Церкви Иисуса  
Христа Святых  
последних дней

**М**ы живем во времена, когда весь земной шар захлестывают волны разногласий и споров. С помощью технологических достижений и подстрекаемые людьми, чьи сердца ожесточились, эти сеющие разногласия силы угрожают наполнить наши сердца презрением и испортить наши отношения раздорами. Взаимоотношения в обществе ухудшаются. Бушуют войны.

На этом фоне истинные последователи Иисуса Христа жаждут мира и активно стремятся создать общество иного рода, которое основано на учениях Иисуса Христа. В связи с этим Господь дал нам наказ: «Будьте едины; и если вы не едины, вы не Мои» (Учение и Заветы 38:27). Воистину, это признак истинной Церкви Иисуса Христа.

Как же нам противостоять силам, которые сеют разногласия и раздоры? Как же нам достичь единства?

К счастью, в 4 Нефий в Книге Мормона приводится пример. В этой главе кратко описана жизнь людей после того, как Спаситель посетил и обучал их, а также учредил среди них Свою Церковь. Из данного повествования становится известно, как эти люди достигли блаженного состояния мира и единства, став для нас образцом, следуя которому мы тоже можем этого достичь.

## ОБРАЩЕНИЕ В ВЕРУ

В 4 Нефий 1:1 мы читаем: «И вот, ученики Иисуса образовали Церковь Христову во всех землях вокруг. И [люди] приходили к ним и истинно каялись в своих грехах».

Мы сплачиваемся вокруг Господа и Спасителя Иисуса Христа. Каждому человеку, который узнаёт об Иисусе Христе, Его Евангелии и Его Церкви, Святой Дух доносит свидетельство об истине до его сердца. Затем у каждого из нас есть возможность принять приглашение Спасителя поверить в Него и следовать за Ним посредством покаяния.

Таким образом начинается путь личного обращения – от эгоистичных и греховных желаний в сторону Спасителя. Он – основание нашей веры. И если каждый из нас обращается к Нему в каждой мысли (см. Учение и Заветы 6:36), Он становится объединяющей силой в нашей жизни.

## ЗАВЕТЫ

Далее в 4 Нефий сказано, что те, кто приходили в Церковь и каялись в своих грехах, «крестились во имя Иисуса; и они также получали Духа Святого» (4 Нефий 1:1). Они вступали в завет – особые, связывающие отношения с Богом.

Заключая и соблюдая заветы, мы берем лично на себя имя Господа. Также мы берем Его имя на себя как народ. Все люди, которые заключают заветы и стремятся их соблюдать, становятся народом Господа, Его уделом (см. Исход 19:5). Таким образом мы идем по пути заветов как индивидуально, так и коллективно. Благодаря заветным отношениям с Богом мы обретаем общее дело и единую сущность.

Когда мы связываем себя с Господом, Он помогает нам «связа[ть] вместе свои сердца в согласии и любви друг к другу» (Мосия 18:21)<sup>1</sup>.

## СПРАВЕДЛИВОСТЬ, РАВЕНСТВО И ПОМОЩЬ БЕДНЫМ

Также в 4 Нефий сказано: «Не было среди них ни раздоров, ни споров, и каждый человек поступал справедливо по отношению к другому».

И было у них все общее между собой; а потому не было богатых и бедных, рабов и свободных, но все они сделались свободными и причастниками небесного дара» (4 Нефий 1:2–3).

Господь хочет, чтобы в своих мирских делах мы были честными и справедливыми друг к другу, избегали корыстолюбия и не причиняли ущерб ближним (см. 1-е к Фессалоникийцам 4:6). Если мы стремимся приблизиться к Господу, то «не будет у вас мысли причинять вред друг другу, но жить мирно и воздавать каждому человеку согласно тому, что ему причитается» (Мосия 4:13).

Господь также заповедовал нам заботиться о бедных и нуждающихся. Нам следует «уделя[ть] от своего состояния», чтобы помочь им, сообразно нашим возможностям, и мы не должны осуждать их (см. Мосия 4:21–27).

Каждому из нас надлежит «почита[ть] своего брата, как самого себя» (Учение и Заветы 38:24). Если мы хотим быть народом Господа и обрести единство, то должны не только относиться друг к другу как к равным, но и по-настоящему считать себя таковыми, ощущая в душе, что мы равны – равны перед Богом, обладаем одинаковой ценностью и потенциалом.

## ПОСЛУШАНИЕ

Следующий урок из 4 Нефий содержится в простой фразе: «Они... следовали заповедям, которые получили от своего Господа и своего Бога» (4 Нефий 1:12).

Господь обучал этих людей Своему учению, дал им заповеди и призвал слуг, чтобы они служили им. Одна из Его целей при этом заключалась в том, чтобы среди них не было споров (см. 3 Нефий 11:28–29; 18:34).

Для того чтобы стать едиными, жизненно необходимо слушаться учений Господа и Его слуг. Требуется решимость повиноваться заповеди каяться всякий раз, когда мы оступаемся, и помогать друг другу в стремлении поступать более праведно и совершенствоваться каждый день.

## СОВМЕСТНЫЕ ВСТРЕЧИ

Помимо этого мы узнаем, что люди в 4 Нефий «пребыва[ли] в посте и молитве и часто собираясь вместе, чтобы молиться и слушать слово Господа» (4 Нефий 1:12).

Нам необходимо собираться вместе. Наши еженедельные Богослужения – это значимая для нас возможность обрести силу как индивидуально, так и коллективно. Мы принимаем причастие, учимся, молимся, вместе поем и поддерживаем друг друга. Другие собрания также способствуют развитию чувства принадлежности, дружбы и стремления к общей цели.

## ЛЮБОВЬ

После этого в 4 Нефий приводится, возможно, главный ключ ко всему этому – то, без чего невозможно обрести истинное единство: «Не было раздоров в той земле благодаря любви Божьей, пребывавшей в сердцах народа» (4 Нефий 1:15).

Личный покой достигается тогда, когда мы в смиренной покорности истинно любим Бога. Сия есть первая и наибольшая заповедь. Если мы любим Бога больше всего на свете, это приносит нам истинный покой, утешение, уверенность и радость. Чем больше наша любовь к Богу и Иисусу Христу, тем естественней следует за ней любовь к семье и ближнему.

Если мы будем поглощены любовью к Богу и ко всем Его детям, то испытаем самую большую радость.

Милосердие, чистая любовь Христова, – это противоядие от раздоров. Это главная черта последователя Иисуса Христа. Когда мы смиряем себя перед Богом и молимся со всей энергией наших сердец, Он дарует нам милосердие (см. Мороний 7:48).

Если все мы стремимся к тому, чтобы любовь Божья пребывала в наших сердцах, чудо единства будет для нас чем-то совершенно естественным.

## БОЖЕСТВЕННАЯ СУЩНОСТЬ

В конце концов люди в 4 Нефий продемонстрировали знак единства, заслуживающий нашего внимания: «Не было ни разбойников, ни убийц; и не было ни ламанийцев, ни каких-либо других -ийцев; но были они едины – дети Христовы и наследники Царства Божьего» (4 Нефий 1:17).

Ярлыки, которые разделяли людей сотни лет, потеряли свое былое значение пред лицом непреходящей и благородной сущности. Они воспринимали себя и всех остальных людей исходя из перспективы своих отношений с Небесным Отцом и Иисусом Христом.

Разнообразие и различия могут быть для нас положительным и важным явлением. Но наши самые важные сущности связаны с нашим Божественным происхождением и предназначением.

Первое и самое главное, каждый из нас – дитя Бога. Второе, как члены Церкви, каждый из нас – дитя завета. И третье, каждый из нас – ученик Иисуса Христа. Я призываю всех нас не позволять ни одному другому признаку «вытеснять, заменять или иметь приоритет над [этими] тремя устойчивыми обозначениями»<sup>2</sup>.

## БУДЬТЕ ЕДИНЫ

Бог пригласил всех прийти к Нему. Для каждого есть место. Мы можем различаться по культуре, политическим взглядам, этнической принадлежности, вкусам, и у нас могут быть всевозможные другие различия. Но когда мы объединяемся в Иисусе Христе, эти различия теряют свое значение и уступают место нашему высшему желанию быть едиными, чтобы принадлежать Ему.

Пускай уроки, преподанные в 4 Нефий, тронут вас до глубины души. Если каждый из нас будет стремиться сделать эти неотъемлемые составляющие единства частью своей жизни, то о нас, как и о том народе можно будет сказать: «Воистину, не могло быть более счастливого народа среди всех людей, сотворённых рукой Божьей» (4 Нефий 1:16). ■

### ЛИТЕРАТУРА

1. Чтобы больше узнать о том, какое значение имеет заключение заветов с Богом и какие благословения это приносит, см. Рассел М. Нельсон, «Вечный завет», *Лиахона*, октябрь 2022 г., стр. 4–11.
2. Рассел М. Нельсон, «Выбор на вечность» (Всемирный Божественный час для молодых взрослых, 15 мая 2022 г.), Евангельская библиотека.

*Благодаря заветным отношениям с Богом  
мы обретаем общее дело и единую сущность.*



**Старейшина Хуан Пабло Вийяр**

Член Кворума Семидесяти

# Мы следуем за ВЕЛИЧАЙШИМ СЛУЖИТЕЛЕМ

*Иисус Христос – наш совершенный  
пример сострадательного  
служения всем людям.*

**К**огда я посещаю конференции колеев по всему миру, мне предоставляется замечательная возможность вместе с президентами колеев навещать отдельных членов Церкви и семьи и служить им. Оказывая такое заботливое служение, я иногда задаюсь вопросом, что тогда требуется сказать и сделать, особенно если те, кого я навещаю, столкнулись с трудными испытаниями. Но я заметил, что во время служения окружающим больше всего мне помогает сосредоточенность на величайшем Служителе – нашем Спасителе, Иисусе Христе, – а не размышления о том, что мне сказать или сделать.

Как и во всем хорошем, Он – наш совершенный пример. Если мы покидаем свои дома и выходим из зоны комфорта, чтобы служить окружающим так, как это делал бы Он, то Спаситель будет направлять нас в наших трудах. Наше заботливое служение станет более значимым, чем все то, что мы могли бы сами сказать или сделать.

СОВЕРШЕННЫЙ ХРИСТОС, СКУЛЬПТОР ХИРАМ ПАУЭРС, SMITHSONIAN AMERICAN ART MUSEUM, ПОКУПКА СДЕЛАННАЯ МЫЗЕМ В ПАМЯТЬ О РАЛЬФЕ КРОССЕ ДЖОНСОНЕ.



# Не проходите мимо

Когда Его спросили: «Кто мой ближний?» (от Луки 10:29), Иисус решил поделиться притчей. Он рассказал о человеке, который направлялся из Иерусалима в Иерихон и «попался разбойникам», а те его ограбили, избили и оставили на дороге «едва живым» (от Луки 10:30).

Вскоре там проходил священник. Священник, должно быть, видел, что человек находится в критическом состоянии, но не остановился, чтобы ему помочь. Он «прошел мимо» (от Луки 10:31). Затем левит «посмотрел», как тяжело был ранен этот человек. Он тоже «прошел мимо» (от Луки 10:32). Потом тем путем проходил самарянин. Говоря о самарянине, Иисус отметил, что у него было то, чего не доставало священнику и левиту – самарянин «сжалился [над человеком]» (от Луки 10:33) и «подойдя, перевязал ему раны... и позаботился о нем» (от Луки 10:34).

Притча о добром самарянине не только о священниках, левитах или самарянах. В действительности она посвящена нам. У нас есть братья и сестры, которые были ранены и оказались на окраине дороги жизни. Это может быть любой человек – друзья, родные, соседи, другие местные жители и даже те, кто посещает вместе с вами дом собраний по воскресеньям. Замечаем ли мы их и проходим ли мимо? Или же с состраданием служим им, как это делал добрый самарянин? У большинства из тех, кто нам повстречается, не будет видимых ран. Многие страдают молча и не обращаются за помощью. Единственным правильным подходом здесь будет следующий – общаться с людьми с любовью и состраданием, которые проявил самарянин. Христианское заботливое служение – это сострадание ко *всем* людям.



# Молитесь, чтобы видеть потребности ближних

Когда Иисус проходил через толпу, женщина, страдавшая кровотечением двенадцать лет, с верой протянула к Нему руку. Когда она коснулась края одежды Иисуса, Он почувствовал «силу, исшедшую из [Него]». Обратившись к женщине, Иисус сказал: «Дерзай, дочь! вера твоя спасла тебя; иди с миром» (от Луки 8:43–48).

Когда «расслабленного» принесли к Иисусу его друзья, Иисус сначала исцелил его духовно. «Чадо! Прощаются тебе грехи твои», – сказал Он. За это книжники обвинили Иисуса в богохульстве. Чтобы помочь присутствующим понять, что у Него есть «власть на земле прощать грехи», Иисус сказал тому человеку: «Встань, возьми постель твою и иди в дом твой». Тотчас этот человек «встал... перед всеми» (см. от Марка 2:3–12). Той же силой, которой Христос исцелял людей с физическими недугами, Он исцелял тех, кто был болен духовно.

Эти два примера, как и многие другие, показывают, что Спаситель в совершенстве понимает как мирские, так и духовные потребности людей и служит им, исходя из этих потребностей. Мы можем поступать так же. Нам не дано видеть потребности других людей таким совершенным образом, как это удастся Спасителю, но мы можем молиться о способности замечать эти потребности и о руководстве в том, как их удовлетворять, а также, чтобы мы могли быть ответом на чью-либо молитву.

Увидев это, нам также следует действовать с состраданием. Какой смысл в том, чтобы увидеть, но ничего не сделать? Если мы ничего не видим и не делаем, то можем утратить свое духовное видение. По мере того как мы будем действовать, даже малыми средствами, мы будем получать все больше света Спасителя, наше видение расширится, и мы сможем лучше служить окружающим.

# Будьте рядом С НИМИ

Порой нам бывает нелегко служить ближним. Мы можем беспокоиться о том, как люди отреагируют или насколько восприимчивыми они будут. Так случилось и со мной. В такие моменты самое важное – это быть рядом с ними и любить их. Опять же, Спаситель – совершенный пример для нас.

Незадолго до того, как воскресший Спаситель явился нефийцам, они пережили множество катастроф и пребывали в кромешной тьме. Они отчаянно нуждались в помощи. Спаситель мог бы просто обратиться к ним с Небес и сказать то, что им нужно было услышать (см. 3 Нефий 9–10), но Он явился им и пребывал среди них. Он обучал их и молился с ними и за них. (См. 3 Нефий 11–19.)

Также Спаситель спросил их: «Есть ли больные среди вас? Приведите их сюда. Есть ли у вас покалеченные, или слепые, или хромые, или увечные, или прокажённые, или иссохшие, или глухие, или страдающие от чего-либо? Приведите их сюда, и Я исцелю их, ибо Я чувствую *сострадание* к вам; чрево Моё преисполнено милости...

И было так, что, когда Он изрёк это, все собравшиеся как один подступили к Нему... со всеми теми, кто страдали от чего-либо; и Он исцелял их *каждого*, когда их подводили к Нему» (3 Нефий 17:7, 9; курсив мой. – Х. П. В.).

Если вы испытываете неуверенность или беспокойство из-за заботливого служения, не переживайте так сильно о том, что вам нужно сказать или сделать. Начните с того, чтобы быть рядом с ними. Президент Рассел М. Нельсон учил, что «правильное вдохновение основывается на правильной информации»<sup>1</sup>. Если вы будете рядом, то лучше познакомитесь с ними, будете знать, когда их навестить в случае болезни и предложить благословения священства, когда выслушать или когда потребуется «нести бремена друг друга, дабы они были легки», «горевать с горюющими... и утешать нуждающихся в утешении» (Мосия 18:8–9) и радоваться с теми, кто радуется! Действуйте без колебаний. Вы получите вдохновение и будете знать, что Спаситель ожидает, чтобы вы сказали или сделали, оказывая заботливое служение.

## ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЗАБОТЛИВОЕ СЛУЖЕНИЕ ПО МАКСИМУМУ

Вокруг нас есть множество возможностей служить так, как того ожидает от нас Спаситель. Вот несколько способов сделать заботливое служение частью вашей повседневной жизни.

- 1. Будьте на связи.** Знаете ли вы, кому вам поручено оказывать заботливое служение? Свяжитесь с ними вместе со своим напарником по заботливому служению. Есть множество возможностей для заботливого служения. (Вы можете ознакомиться со своими поручениями по заботливому служению в приложении «Инструменты»; для этого выберите свое ФИО в справочнике, а затем «Заботливое служение».)
- 2. Познакомьтесь с окружающими.** Продемонстрируйте своим ближним, что они вам небезразличны, узнайте чем они живут, и будьте готовы помочь.
- 3. Молитесь за них.** Молитесь о возможностях служить, а также о помощи и вдохновении от Небесного Отца, чтобы оказывать заботливое служение угодным Ему образом. Он даст вам вдохновение, которое будет направлять вас.
- 4. Поддерживайте контакты.** Регулярно общайтесь с окружающими вас людьми. Оставайтесь на связи, ведь так вы будете в курсе потребностей и сможете служить.

Спаситель показал совершенный пример заботливого служения. Мы обращаемся к Нему и служим с милосердием и любовью в своем сердце, как Он служит нам.

# Следуйте Его примеру

Первое, что сделал Спаситель, когда явился нефийцам – Он предложим им «вста[ть] и подойди[...]» к Нему, чтобы «вложить [свои] руки в ребра [Его]» и «осязать следы от гвоздей на руках [Его] и ногах» (3 Нефий 11:14).

Спаситель не хотел, чтобы они только увидели Его. Они уже видели, как Он «сход[ил] с неба... и стал посреди них» (3 Нефий 11:8). Он хотел, чтобы каждый из них подошел к Нему, осязал и узнал Его и то, что Он сделал для всего мира. «И они делали это, подходя *один за другим*, пока все не подошли» (3 Нефий 11:15; курсив мой. – Х. П. В.).

Он также призвал двенадцать учеников и «дал им власть крестить» (3 Нефий 11:22) и преподавал им учение о крещении (см. 3 Нефий 11:23–27). Затем Он повелел нефийцам прекратить все раздоры. «Вот, это не Моё учение – побуждать сердца людей гневом, одного против другого; но вот Моё учение – что такие дела должны прекратиться» (3 Нефий 11:30).

Во многих отношениях служение Спасителя в Книге Мормона служит образцом для нашего заботливого служения. Мы можем помочь нашим братьям и сестрам прийти к Иисусу Христу, призвать их принять крещение и получить другие таинства спасения, а также любить их и быть миротворцами, как учил нас Пророк<sup>2</sup>.

Иногда будет нелегко протянуть руку помощи другим людям. Возможно, мы даже претерпеваем собственные испытания, из-за которых нам сложнее служить по примеру Спасителя. Во время Своего служения Искупитель сталкивался с испытаниями и трудностями. Когда мы берем на себя Его имя и становимся Его свидетелями (см. Мосия 18:9), от нас ожидается, что мы будем поступать по Его примеру, протягивая руку помощи тем, с кем мы общаемся, и проявляя к ним любовь.

Если мы будем следовать за Иисусом Христом, величайшим Служителем, и оказывать заботливое служение окружающим так, как это делал бы Он, то получим от Него поддержку и силу. С помощью нашего заботливого служения мы сможем благословить жизнь других людей и сами обрести покой и радость. ■

## ЛИТЕРАТУРА

1. Рассел М. Нельсон, «Откровение для Церкви, откровение для жизни», *Лиахона*, май 2018 г., стр. 94.
2. См. Рассел М. Нельсон, «Требуются миротворцы», *Лиахона*, май 2023 г., стр. 98–101.

# ВОЗМОЖНО ЛИ ИЩЕЛИТЬ НАШИ ОТНОШЕНИЯ?

## КАК ПРОТИВОСТОЯТЬ СЛОВЕСНОЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ЖЕСТОКОСТИ

**Гэйл Ньюболд**

Церковные журналы

*Эта статья проверена  
профессиональными  
консультантами.*

**В** возрасте 71 года Джанет (имена изменены) повторно вышла замуж. Во время их медового месяца ее новый муж разозлился на нее. Джанет вспоминает: «Так со мной еще никто не разговаривал». Она была растеряна и испугана.

Со временем муж стал все больше гневаться на нее. К крикам добавилось сквернословие, оскорбления и переход на личности в отношении Джанет. Он заявлял, что друзья и родные важнее для нее, чем он.

«Это было не так, – сказала она. – Но чтобы сохранить мир, я отдалась от них. Я перестала проводить время с друзьями, ссылаясь на плохое самочувствие».

«Что бы я ни делала, для него этого было недостаточно, – говорит она. – Я стала винить саму себя в его гневе, думая: 'Ах, если бы я не сделала этого или того'. Я начала задумываться, что, может быть, я действительно такая плохая, как он говорит».

Если вы подвергаетесь словесному или эмоциональному насилию, обратитесь за помощью. Друзья, семья, руководители Церкви и другие люди могут наладить взаимодействие с ресурсами, которые помогут вам чувствовать себя в безопасности, исцелиться и вспомнить о своей ценности.



## НА СМЕНУ БОЛИ МОЖЕТ ПРИЙТИ ПОКОЙ

«Вы можете спастись.

Фактически вы уже выжили, вы уже спасены – Тем, Кто претерпел те же муки, что претерпеваете и вы, и перенес те же страдания, что и вы переносите. Иисус преодолел жесткое обращение со стороны мира, чтобы дать вам силу не просто *выжить*, но когда-нибудь преодолеть и даже *победить* через Него – полностью возвыситься над болью, невзгодами, страданием и увидеть, как на смену им приходит покой...

В жестоком обращении не было, нет и никогда не будет вашей вины, что бы обидчик или кто-либо другой ни говорил об обратном...

Бог не видит и никогда не видел в вас кого-то, кого следует презирать. Что бы с вами ни случилось, Он никогда не будет стыдиться вас и никогда не разочаруется в вас. Он любит вас так, как вам еще предстоит открыть».

Старейшина Патрик Кирон, член Кворума Двенадцати Апостолов, «Он воскрес с исцелением в крыльях Своих: мы можем все преодолеть», *Лиахона*, май 2022 г., стр. 37, 38–39.

Она спрашивала себя: «Если я достойна, то почему выбрала этого человека? И почему я позволяю ему так общаться со мной? Могло ли что-то указать на это ранее?» Во время свиданий он был очень добрым, внимательным и любящим.

«Я была совершенно подавлена», – вспоминает она. Ей стали приходиться мысли, что будет лучше, если она заболеет и умрет, чтобы ей не нужно было с ним разводиться. Она уже была однажды замужем и не смогла бы смириться с еще одним неудавшимся браком.

«Было бы хорошо, если бы я поговорила с кем-то, – рассказывает она, – но мне было бы очень неловко. И я знала, что мне скажут уйти от него. Мне не хотелось, чтобы брак распался, и я снова оказалась бы в одиночестве. Поэтому я надеялась, что все изменится, и продолжала оправдывать его поведение».

## Жестокое обращение – это серьезный грех

Иногда жертвы терпимо относятся к ненадлежащему поведению, потому что не видят в нем чего-то неправильного. Эмоциональное насилие имеет место, когда кто-то пытается своими словами контролировать другого человека или манипулировать им, либо хочет его обидеть. Это может проявляться в резкой критике, обвинениях, стремлении изолировать, манипулировать, угрожать или в отказе в любви и нежности. Оно может возникать в любых отношениях: среди друзей, на свиданиях, между супругами, между родителями и детьми или даже между коллегами.

«Искуситель подстрекает к жестокому обращению, – учил Президент Рассел М. Нельсон. – Это тяжкий грех. Будучи Президентом Церкви, я подтверждаю актуальность учений Господа Иисуса Христа по этому вопросу. Позвольте быть предельно откровенным: *любое* проявление жестокого обращения с женщинами, детьми или кем-либо еще – мерзость в глазах Господа. Всякий раз, когда *кому-либо* причиняют вред, Он опечален, и *я тоже*. Он скорбит, и *мы все скорбим* о каждом, кто стал жертвой жестокого обращения всякого рода. Те, кто совершают эти отвратительные деяния, несут ответственность не только по закону человеческого; им предстоит столкнуться и с гневом Бога Всемогущего...

Спаситель не терпит жестокого обращения, и мы, как Его ученики, тоже не можем его терпеть»<sup>1</sup>.

Все мы – сыновья и дочери Бога и обладаем Божественной природой и судьбой. Евангелие Иисуса Христа учит нас любить друг друга (см. от Иоанна 13:34) и поступать с людьми так, как мы бы хотели, чтобы поступали с нами (см. от Матфея 7:12).

## Жертвы часто чувствуют себя виноватыми

Жертвы могут испытывать страх, стыд, отчаяние, безнадежность и страдать из-за заниженной самооценки.

Двухлетний брак Диего с жестокой женщиной оставил его опустошенным и на грани самоубийства. Оглядываясь назад, он сожалеет, что не обращал внимания на тревожные симптомы раньше. Его жена состояла в нескольких неудачных браках и отношениях. Однако их шестимесячный период ухаживания прошел гладко, и он влюбился.

После того как они поженились, ее поведение поразило и смутило его. Она отпускала критические замечания о его внешности, и когда он спрашивал, почему она так говорит, отвечала, что шутит, а у него совсем нет чувства юмора. «Было много словесных оскорблений и манипулирования», – говорит он.

Были также эпизоды физического насилия, когда она плевала ему в лицо, пинала и царапала его. Как и многие жертвы, Диего пытался оправдать поведение своей жены. Он говорил себе, что у нее выдался плохой день. Он отчаянно старался сделать то, что, как он надеялся, доставит ей радость.

«Я наводил порядок в санузлах и готовил ужин, – вспоминает он, – но мне так и не удалось угодить ей. Физическое насилие, вероятно, было худшим из того, что я испытывал как мужчина. Я чувствовал себя слабым и беспомощным. Иногда я прятался где-то на работе и плакал, не в силах сдержаться. Я оказался жертвой, но она убедила меня, что все плохое произошло из-за меня. Я почувствовал себя виноватым. Она была права? Печаль, которую я испытал, не передать словами».

Он вспоминает: «Я хотел, чтобы наши отношения в браке нормализовались. Я усердно молился, посещал храм, постился, читал Священные Писания и старался стать ближе к Небесному Отцу во всем. Надежда помогала мне держаться на плаву. Я продолжал верить, что если буду послушен, все образуется».

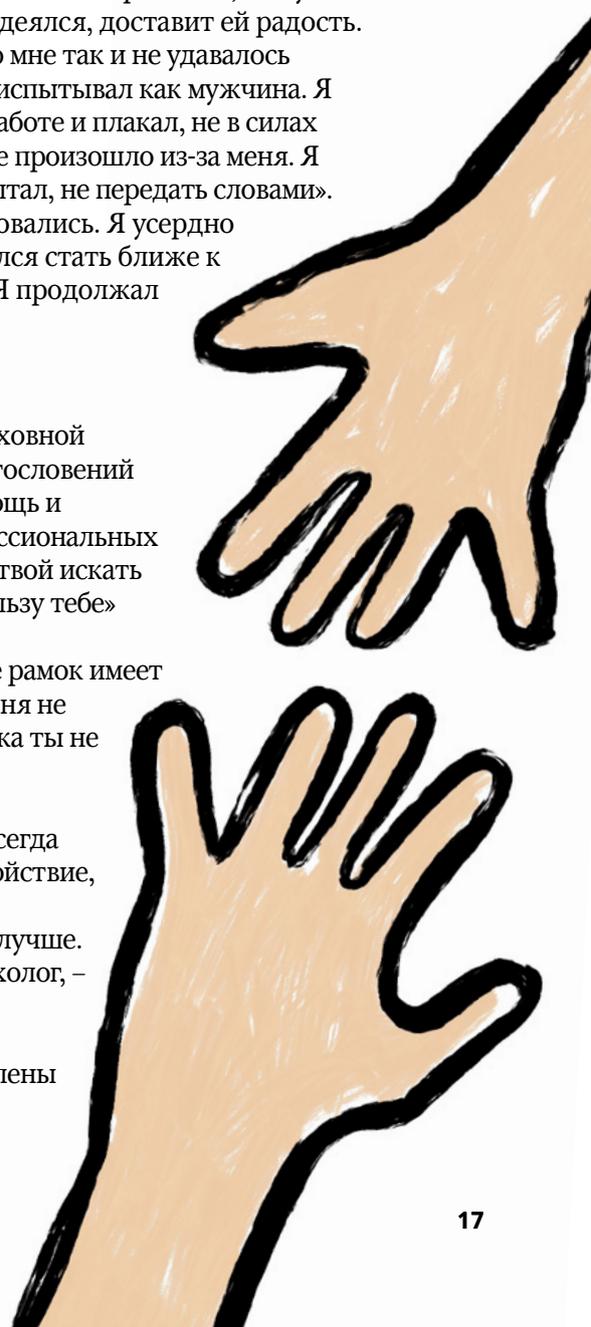
## В поисках помощи

**Стремитесь к духовной силе:** жертвы могут искать вдохновения и духовной силы посредством молитвы, поста, изучения Священных Писаний, благословений священства, а также посещая церковь и храм. Они могут получить помощь и поддержку от надежных друзей, церковных руководителей или профессиональных консультантов. Самое главное – они могут иметь веру в Господа, с молитвой искать Его руководства и уповать на то, что Он «освятит твои страдания на пользу тебе» (2 Нефий 2:2).

**Установите рамки:** по мнению экспертов, установление и соблюдение рамок имеет важное значение. Жертва может сказать: «Сейчас я чувствую, что ты меня не уважаешь. Мне хочется с тобой говорить, но я не стану делать этого, пока ты не будешь обращаться со мной с большим уважением и добротой»<sup>2</sup>.

Однако некоторые люди не будут уважать эти рамки. Диего пытался установить рамки, но его жена продолжала спорить. «С обидчиком не всегда можно договориться, – объясняет он. – И очень трудно сохранять спокойствие, когда кто-то словесно нападает на вас. Христос бы ушел или сохранял спокойствие. Но я не был настолько совершенным. Я мог бы поступать лучше. Думаю, будет полезным посредник – церковный руководитель или психолог, – чтобы беседа была более рациональной».

В подобных ситуациях может потребоваться обратиться за профессиональной помощью. Консультанты, которые хорошо осведомлены об эмоциональном насилии, могут предложить, как реагировать на переменчивые эмоции.



## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ПОДВЕРГАЕТЕСЬ ЖЕСТОКОМУ ОБРАЩЕНИЮ

- Не оправдывайте пагубное поведение и не считайте его чем-то незначительным, а также не обвиняйте себя.
- Обращайте внимание на эмоциональный дискомфорт как на показатель того, что что-то не так и что требуется помощь. Поделитесь этим с заслуживающим доверия другом, церковным руководителем или профессиональным психотерапевтом.
- Позаботьтесь о себе и о собственных потребностях.
- Немедленно обратитесь в правоохранительные органы, если имеет место насилие. Полиция может помочь защитить вас и ваших детей от непосредственной опасности.
- Прекратите такие отношения. Для супружеских пар это не всегда означает развод, но может потребоваться время, пока супруг(а) не будет соблюдать четкие рамки, необходимые для здоровых отношений.
- Посетите подраздел «Жестокое обращение» в разделе «Помощь в жизни» в Евангельской библиотеке, чтобы получить руководство по таким вопросам, как «Возможно ли исцеление?» и «Удастся ли мне наладить безопасные и здоровые отношения?»

### РУКОВОДИТЕЛИ

Для получения указаний см. «Жестокое обращение», *Общий свод инструкций: служение в Церкви Иисуса Христа Святых последних дней*, 38.6.2, Евангельская библиотека. Другие материалы для оказания помощи жертвам и обидчикам можно найти в разделе Консультационные материалы в Евангельской библиотеке. Откройте закладку «Справочники и призвания», затем «Призвания в приходе или небольшом приходе» и далее «Епископство».

**Разрешайте сложившиеся проблемы:** порой те, кто говорят обидные слова, не понимают, насколько сильно они вредят своим отношениям. Они могут узнать, как измениться, если захотят обратиться за помощью. Когда настанет более спокойный момент, человек, в адрес которого звучат негативные комментарии, может сказать что-то вроде: «Я чувствую себя обиженным [или что меня не любят или не уважают], когда ты говоришь подобные вещи. Я был бы признателен, если бы ты...». Когда на такое поведение обращают внимание, это может помочь обидчику понять, что он делает, и предоставит ему возможность измениться.

При готовности слушать обе стороны могут получить помощь. Они могут совместно обратиться за консультацией и обсудить, какое поведение вредит их отношениям, а какое помогает их исцелять. Они могут вместе работать над укреплением желаемых отношений.

Однако, если человек не желает слушать и продолжает пагубное поведение, жертве не нужно поддерживать отношения, в которых присутствует жестокость. Для супружеских пар это не всегда означает развод, но может потребоваться время, пока супруг(а) не будет соблюдать четкие рамки, необходимые для здоровых отношений.

**Старайтесь не повторять нездоровые шаблоны:** сестра Кристин М. Йи, Вторая советница в Генеральном президентстве Общества милосердия, учила:

«Путь прощения пролегает через сознательный выбор не повторять нездоровые шаблоны или отношения, существовавшие в нашей семье или где бы то ни было. Всем, кто находится в сфере нашего влияния, мы можем предложить доброту вместо жестокости, любовь вместо ненависти, мягкость вместо грубости, безопасность вместо стресса и покой вместо раздора.

Давать другим то, в чем вам самим отказывали, – это мощная составляющая Божественного исцеления, возможного через веру в Иисуса Христа»<sup>3</sup>.

### Исцеление с Божьей помощью

Диего беседовал с консультантом по брачно-семейным отношениям и регулярно встречался со своим епископом. «Не уверен, что справился бы с этим без помощи своего епископа, самого любящего человека из всех. И храм был моим утешением».

Диего было нелегко исцелиться после развода, но он говорит: «Я очень многому научился благодаря этим отношениям и развивался во всех аспектах, что сделало меня более хорошим мужчиной, отцом, человеком, носителем священства, сыном, другом и партнером. Я сделал все, что в моих силах, чтобы наш брак был успешным, но этому не суждено было случиться. У нее есть свобода воли, и она сделала свой выбор».

После трех лет, в течение которых Джанет старалась нормализовать свои отношения в браке, она подала на развод и временно переехала к одному из своих детей. «Те первые дни и недели были самые трудные», – вспоминает она. Она изливала душу в молитве и ежедневно преданно читала Книгу Мормона, а также утешительные выступления на Генеральной конференции.

Она продолжала регулярно посещать церковь, ходила на прием к профессиональному психотерапевту и получала полезные духовные наставления от своего епископа. «Психотерапевт мне очень помог, и я почувствовала себя намного лучше после разговора со своим епископом», – говорит она.

Подруга предложила ей проговаривать вслух свои любимые отрывки из Священных Писаний и все хорошее, к чему она стремится в жизни. Джанет преданно это выполняла, выучив наизусть отрывки из Священных Писаний, которые вдохновляли ее. Вот два ее любимых:

«Будь тверд и мужествен, не страшись и не ужасайся; ибо с тобою Господь, Бог твой, везде, куда ни пойдешь» (Иисус Навин 1:9).

«Не бойся, ибо Я с тобою; не смущайся, ибо Я Бог твой; Я укреплю тебя, и помогу тебе, и поддержу тебя десницею правды Моей» (Исаия 41:10).

Она обрела силу благодаря знанию о том, что миссия Спасителя – «исцелять сокрушенных сердцем, проповедовать пленным освобождение... отпустить измученных на свободу» (от Луки 4:18; курсив мой. – Г. Н.).

Свидетельствуя об исцеляющей миссии Спасителя, старейшина Патрик Кирон, член Кворума Двенадцати Апостолов, успокоил жертв жестокого обращения:

«Из глубины Своего искупительного страдания Спаситель дает надежду, которую вы считали потерянной навсегда, силу, которой вы никогда не могли обладать, и исцеление, которое, как вы и представить себе не могли, возможно...»

С распростертыми руками Спаситель предлагает вам дар исцеления. С мужеством, терпением и преданной сосредоточенностью на Нем вы в скором времени сможете полностью принять этот дар»<sup>4</sup>. ■

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Рассел М. Нельсон, «Что есть правда?», *Лиахона*, ноябрь 2022 г., стр. 29.
2. См. Нэнон Тэлли, «Распознавать эмоциональное насилие» (статья, опубликованная только в Интернете), *Лиахона*, октябрь 2020 г., Евангельская библиотека.
3. Кристин М. Йи, «Украшение вместо пепла: целительный путь прощения», *Лиахона*, ноябрь 2022 г., стр. 38.
4. Патрик Кирон, «Он воскрес с исцелением в крыльях своих: мы можем все преодолеть», *Лиахона*, май 2022 г., стр. 39.

#### КАК ПРОЩАТЬ

Господь заповедует нам прощать всех людей (см., например, Учение и Заветы 64:10), но это не всегда означает, что мы должны оставаться с теми, кто причинил нам боль или потворствовал этому. Это значит, что с помощью Господа мы можем освободиться от гнева или чувства обиды по отношению к ним.

Президент Рассел М. Нельсон свидетельствовал о силе, которую мы можем получить от Спасителя, и с помощью которой нам будет легче простить:

«Благодаря ... бесконечному Искуплению [Спасителя] вы можете простить тех, кто причинил вам боль, и тех, кто может никогда не взять на себя ответственность за жестокость по отношению к вам.

Обычно легко простить человека, который искренне и смиренно ищет вашего прощения. Но Спаситель дарует вам способность простить любого, кто как-либо плохо с вами обошелся. Тогда их причиняющие боль поступки не смогут больше ранить вашу душу» («Четыре дара, которые Иисус Христос предлагает вам» [Рождественский Божественный час Первого Президентства, 2 декабря 2018 г.], [broadcasts.ChurchofJesusChrist.org](https://broadcasts.ChurchofJesusChrist.org)).



## «БЛАГОДАРЯ ВЕРЕ СВОЕЙ ТЫ УВИДЕЛ»

**Дон Л. Сирл**

**Д**ля меня одна из самых волнующих и смиряющих историй в Книге Мормоне – это рассказ о брате Иареда (см. Еффер 2–3). Из-за своей великой веры его нельзя было удержать вне присутствия Господа. Он совершил великие чудеса, и ему были показаны изумительные видения.

Эта история вызывает волнение, потому что она учит, что благодаря вере и послушанию каждому из нас доступны великие знания и чудесные истины.

Эта история смиряет меня, потому что показывает, что я не брат Иареда. В определенные моменты я мог бы получить гораздо больше знаний и духовной силы от моего Небесного Отца, если бы проявил больше веры.

Из этой истории я могу почерпнуть для себя две истины: (1) вера – это ключ к тому, чтобы видеть, как Господь совершает чудесные дела в нашей жизни, и (2) никогда не поздно верить и видеть.

Когда мы сомневаемся, то закрываем свои духовные глаза. В Еффер 12:27 Господь не только отметил, что у нас, смертных, есть слабости, но и сказал: «Если они смирятся предо Мной и уверуют в Меня, тогда



*Когда мы проявляем веру  
и смиряем себя, наш Отец  
может помочь нам взглянуть  
на свои возможности с Его  
точки зрения.*

Я сделаю так, что слабое станет для них сильным». Это говорит о том, что, когда мы проявляем веру и смиряем себя, наш Отец может помочь нам взглянуть на свои возможности с Его точки зрения – то, какими мы можем стать и чего сможем достичь.

Мы можем подумать: «Зачем Ему открывать для *меня* знания о великих делах?» Именно такой вопрос задали старшие братья Нефия, Ламан и Лемуил. Когда они не смогли понять видения своего отца, Нефий спросил: «Вопросили ли вы Господа?» Они ответили: «Нет; ибо Господь не открывает нам ничего подобного». В ответ Нефий повторил приглашение от Господа: «Если вы не ожесточите своих сердец и попросите Меня с верой, веруя, что получите, с усердием в соблюдении Моих заповедей, то всё это непременно откроется вам» (1 Нефий 15:7–9, 11). Это обещание верно для каждого человека.

Слова Иисуса Христа, сказанные Им еще в Его предземной жизни брату Иареда, дают надежду тем, кто проявляет сильную веру и послушание в поисках Божественного руководства: «Благодаря вере своей ты увидел» (Ефер 3:9). Наша вера может помочь нам увидеть Его чудесные дела в своей жизни.

Это не только наша привилегия и возможность искать знаний у Господа, но также и наш долг и наша обязанность. Он повелел: «Ищите знания учением, а также и верой» (Учение и Заветы 88:118).

У нас есть вдохновенное наставление Президента Рассела М. Нельсона:

«Действительно ли Бог *хочет* говорить с вами? Да!

Я призываю вас расширить свою духовную способность получать личные откровения, ибо Господь обещал: ‘Если спросишь, то будешь получать откровение за откровением’ [Учение и Заветы 42:61]»<sup>1</sup>.

Я знаю по крайней мере три способа, как Он помогает нам увидеть Его дела в нашей жизни.



## 1. Он поможет нам увидеть миссию нашей жизни, которую Он уготовил для нас.

Когда мне было шестнадцать лет, патриарх, который никогда не встречался со мной раньше и ничего не знал обо мне, дал мне патриархальное благословение. В нем Господь ответил на конкретные вопросы, которые были у меня на душе, и они были связаны с некоторыми личными трудностями. Мои мысли о них казались слишком сокровенными, чтобы ими делиться. Одна из проблем заключалась в том, удастся ли мне найти любящую женщину, которая будет настолько смелой, чтобы выйти за меня замуж, несмотря на мои значительные врожденные дефекты, которые могут передаваться нашим детям. Ответ был – да. Я женился на Мэри, и у нас родилось пятеро горячо любимых нами детей.

Ответы Господа относительно этого благословения пришли с уважением к моим переживаниям и сохранением конфиденциальности. Они были сформулированы таким образом, чтобы только я мог полностью понять их значение. С того дня я обрел твердое свидетельство о том, что мой Небесный Отец лично знает меня.

Благодаря стремлению служить Ему и Его детям моя карьера принесла мне радость, развитие и удовлетворение. После того как я вышел на пенсию, все в мире и на моей работе продолжало

двигаться своим чередом. Иногда в «свободное» время я задавался вопросом, *действительно ли* я сделал что-то хорошее в те годы, и было ли мое приношение достойным великих обещаний, которые были мне даны.

В один из таких моментов я получил ответ: перечитай свое патриархальное благословение. Читая его, я услышал в уме конкретные вопросы: «Разве Я не дал тебе этого благословения, как обещал? Не произошло ли это в твоей жизни? А это?» Я четко увидел, как Господь даровал мне те благословения, которые Он обещал. Я почувствовал уверенность, что все, что я сделал со смирением и готовностью было принято, а также, что на этом для меня все не заканчивается – мне еще предоставится много возможностей для служения.

Меня также поразило, что не только я беспокоюсь об этом. Многие люди, когда оглядываются на свою жизнь и не видят больших достижений, могут задаваться вопросом – удалось ли им сделать что-то хорошее. Но мы не видим вещи так, как их видит Господь. Возможно, если бы мы решили сосредоточиться на том, что Он дал нам, а не на том, чего желали, но не получили, то лучше бы видели, как Его рука проявлялась в нашей жизни.

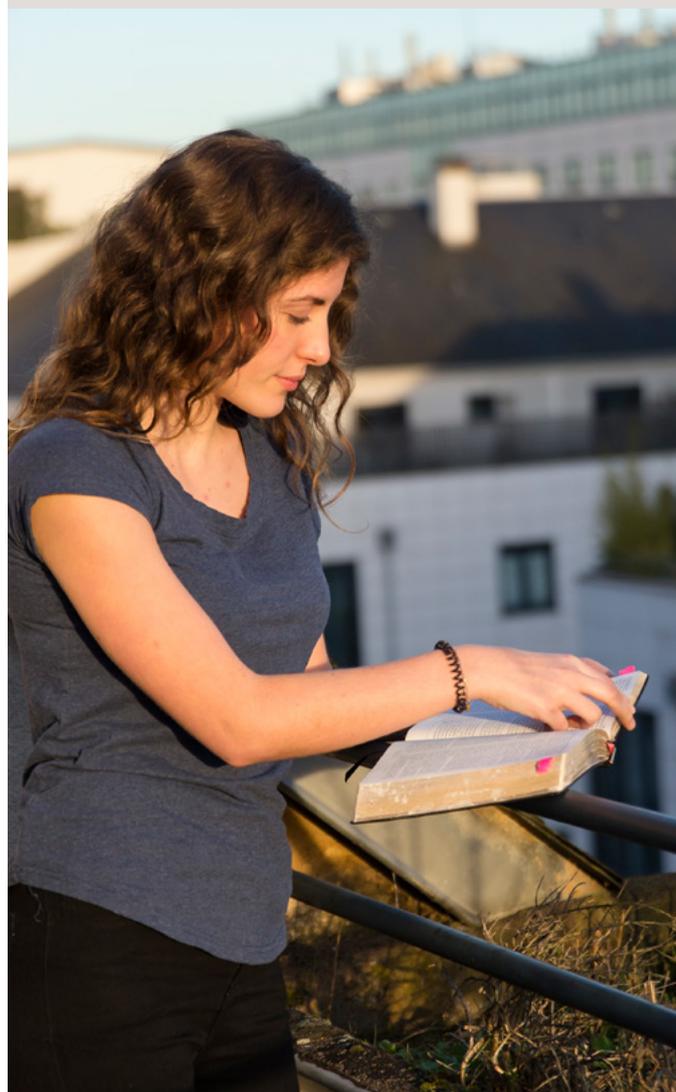
## **2. Когда я читаю и с молитвой изучаю Священные Писания, Господь помогает мне видеть не только те наставления, с которыми Он обращается ко всем Своим детям; я вижу руководство, предназначенное непосредственно для меня в моих испытаниях.**

Поля моих Священных Писаний, особенно Книги Мормона, заполнены пометками о том, что Господь помог мне увидеть, применяя эти учения. Несколько лет назад я завел отдельный дневник для подобных пометок, в котором иногда стих за стихом отмечал то, чему меня научил Господь. Я уже несколько раз прочитал Книгу Мормона таким образом, а затем Учение и Заветы, Драгоценную Жемчужину и недавно Новый Завет. Когда я с молитвой подошел к изучению Священных Писаний и попросил Господа открыть мне Священные Писания, я поразился, как сильно Он расширяет мое видение.

Истории и притчи, которые, казалось, выступают простыми и хорошими примерами поведения, внезапно обретают практическое применение в моей жизни. Фрагменты Священных Писаний, которые я рассматривал как исторический контекст, неожиданно стали приобретать глубокое значение для продолжающегося Восстановления Евангелия. Я вижу, как опыт Иосифа и Даниила, Петра и Павла, Нефия, Алмы-старшего и Алмы-младшего, а также главнокомандующего Морония применим к тем испытаниям, с которыми мы сталкиваемся каждый день. Главы о войнах в Книге Мормона рассказывают не только о дальновидных приготовлениях к битвам главнокомандующего Морония, но и о нашей личной стратегии против нападков дьявола, которая позволит ему противостоять: мы можем заранее укреплять свои духовные крепости.

То, что я вижу благодаря личному изучению, может не быть чем-то новым для других людей. Но ведение записей о том, чему я учусь, стало важной частью моего личного духовного совершенствования.

Пророки и церковные руководители неоднократно призывали нас записывать то, чему нас учит Господь, если мы хотим, чтобы Он давал нам больше. Старейшина Дэвид А. Беднар, член Кворума Двенадцати Апостолов, объяснил: «Также я узнал, что если я надлежащим



образом записываю духовные впечатления, то это показывает Спасителю, насколько я дорожу Его руководством. Простая практика записи духовных мыслей и чувств значительно повышает вероятность получения и распознавания побуждений от Святого Духа в дальнейшем»<sup>2</sup>.

### **3. Когда мы просим с верой и смиренно готовы повиноваться, Господь поможет нам увидеть возможности и решения, которые мы не заметили бы сами. Он даст Свои ответы, исходя из наших потребностей.**

Он показал мне, как справляться с всевозможными сложностями: от болезненных духовных испытаний до чего-то более простого, как ремонт дома. Он показал мне, какие трудности ожидают меня впереди, и как к ним подготовиться. Он проявил Свою силу в моей жизни, когда я боялся и сомневался, говоря, подобно отцу, который молил исцелить своего сына: «Верую, Господи! помоги моему неверию» (от Марка 9:24).

Возможно, мы недостаточно серьезно относимся к Нему, когда читаем: «Просите, и дано будет вам» (от Матфея 7:7) или «Если попросите у Меня, то получите» (Учение и Заветы 6:5). Обещание о том, что «имеющий веру видеть, увидит» (Учение и Заветы 42:49), похоже, подразумевает физическое исцеление, но я не думаю, что его толкование следует ограничивать. Если у нас достаточно веры, то Он сможет открыть наши духовные глаза, чтобы мы увидели Его чудеса в нашей жизни.

Я не могу вернуться назад, чтобы изменить прошлое. Но сколько бы времени у меня еще ни оставалось, надеюсь, что смогу проявить больше веры в то, что Он с любовью стремится показать мне больше Своих дел. Подобно брату Иареда, я надеюсь услышать Его заверение: «Благодаря вере своей ты увидел». ■

*Автор, бывший ответственный редактор церковных журналов, написал эту исполненную веры статью перед тем, как в сентябре 2023 года ушел из жизни от рака поджелудочной железы.*

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Рассел М. Нельсон, «Откровение для Церкви, откровение для нашей жизни», *Лиахона*, май 2018 г., стр. 95.
2. Дэвид А. Беднар, *Дух откровения* [2021], стр. 37.





## Слова, которые трогают сердце

Таира Кэррол, штат Юта, США

*Благодаря музыке я узнала о Церкви, а теперь сама помогаю Святым слушать и петь гимны на их родном языке – круг замкнулся. Для моей семьи музыка стала великим благословением.*

Отсканируйте код,  
чтобы прочитать  
больше.



*После того как мне поставили диагноз, мы сосредоточили свой взгляд на Господе, чтобы видеть свои благословения.*

## ЭТОТ ПОКОЙ И БЫЛ ЧУДОМ

Карен Бакстер, штат Вирджиния, США

Когда мы с мужем Дэвидом узнали, что не сможем иметь детей, я разрыдалась. Затем, в 2016 году мой врач пригласила меня к себе на прием после планового медицинского осмотра и маммограммы. После дополнительной проверки то, что сначала показалось ей чем-то незначительным, оказалось большой проблемой: раком.

Это стало потрясением, и у нас наступило тяжелое время. Прежде чем мы узнали, чем все это закончится, я сказала Небесному Отцу: «Если для меня это станет концом, пожалуйста, позаботься о Дэвиде».

В дневное время мне удавалось сдерживать свои эмоции, но когда наступала ночь, и становилось тихо, на моих глазах появлялись слезы. Но также именно тогда я ощущала через Святого Духа, что все будет хорошо – не потому, что я обязательно выживу, а потому, что Небесный Отец рядом. Поэтому во время моего лечения мы шаг за шагом продвигались вперед.

Некоторые гимны и отрывки из Священных Писаний стали для меня более значимыми. Меня поразили стих Учение и Заветы 122:8: «Сын Человеческий низошёл ниже всего этого. Разве ты выше Его?»

Я поняла, что нет, я не выше Его. Если, пройдя через бесплодие и рак, я стану больше ценить Спасителя и Его искупительную жертву, тогда я готова это принять.

Мы сосредоточили свой взгляд на Господе, чтобы видеть свои благословения, к которым относилась удивительная поддержка, оказываемая мне регулярно. У меня был замечательный президент Общества милосердия. Люди из школы, где я преподавала, провели в мою честь прогулку, посвященную борьбе с раком. Коллега, которая хотела показать мне, что волнуется за меня, подарила мне розовую ручку. В такие моменты можно сказать: «Сегодня Вы были моим Ангелом. Для меня Вы стали доказательством того, что Бог знает, что меня нужно обнять или подарить мне розовую ручку».

Люди внимательно присматриваются к нам, как к членам Церкви. Они хотят знать, почему мы способны улыбаться даже в трудный час.

«Как вам удалось это вынести?» – часто спрашивали нас люди. Мы объясняли им, что тот покой, который мы ощущали, пришел благодаря нашей вере и убеждениям, нашей любви к Небесному Отцу и нашему доверию Его воле в отношении нас. Наша вера становилась крепче, когда мы ей делились.

Покой не пришел ко мне в ту же секунду, когда мне поставили диагноз, но он пришел. Этот покой и был чудом. ■

# Идите с Богом

Пит Черни, штат Юта, США (по рассказу его отца)

После Второй мировой войны мои родители захотели присоединиться к Святым в Америке. Но сначала им было нужно бежать с пятью детьми из Восточной Германии в Западную Германию.

Мой отец, Уолтер, отправился один, чтобы определить, где было бы наиболее безопасно пересечь границу. Он отправился налегке, но ощутил побуждение взять с собой скрипку. Он был искусным скрипачом и получил духовное побуждение, что его скрипка каким-то образом поможет ему в этом путешествии.

В феврале 1949 года папа отправился на поезде в город, который был в нескольких километрах от границы. Приехав туда, он выбрался из города по тропинке, которая вела его в заснеженный лес. Каждый, кто направлялся к границе Западной Германии, становился подозреваемым в побеге и подлежал аресту.

По пути папа встретил еще одного мужчину, который тоже пытался бежать в Западную Германию. Они решили отправиться вдвоем. Четыре внимательных глаза – это лучше, чем два.

Они пошли осторожнее, приближаясь к наблюдательной вышке. Внезапно из-за куста появился молодой русский солдат и крикнул: «Стойте!»

Мой отец и его новый друг оцепенели от ужаса, когда солдат направил на них свою длинную винтовку. Солдат сказал, что они задержаны.

Новый друг моего папы медленно открыл свой чемодан и достал оттуда очень вкусную еду. С помощью знаков он показал солдату, что готов отдать это ему, если он их отпустит, но тот даже не сдвинулся с места.

На ломаном русском языке мой отец сказал солдату, что любит русскую народную музыку. Он указал на футляр со скрипкой и сказал, что хочет сыграть для него.

Папа достал скрипку и начал играть трогательную русскую мелодию. Вскоре он увидел, что на глазах молодого человека появились слезы. Когда папа закончил играть, солдат спросил, знает ли он другие русские мелодии.

Потом папа сыграл еще одну мелодию. Когда он закончил, солдат плакал. Повесив винтовку на плечо, солдат сказал на русском языке: «Идите с Богом». Затем он разрешил им обоим продолжить свой путь на Запад.

Вскоре мой отец благополучно вернулся в Восточную Германию, благодарный за вдохновение, которое защитило его. Три года спустя он бежал вместе с семьей, отправившись в Восточный Берлин, где перешел через границу в Западный Берлин. ■

*«Стойте!» – крикнул солдат, направив длинную винтовку прямо на моего отца.*





*Пока я не научился  
распознавать плоды Духа,  
я был уверен, что на Земле  
нет Церкви Господа.*

## Нежный шепот Святого Духа

Бэрри Уэллс, штат Арканзас, США

**М**ы с моей женой Руби не выросли в Церкви Иисуса Христа Святых последних дней, но в юности она познакомилась с самыми разными церквями и учениями. Посредством регулярной и усердной молитвы она выявила те учения, которые, по ее ощущению, были истинными, и так у нее сформировался своего рода набор учений, позаимствованных у различных христианских церквей. С юности на мои взгляды оказывала влияние только одна церковь, и я мало что знал о других религиях.

После нашего бракосочетания мы вместе посещали церковь, в которой я вырос, но я начал сомневаться в ее постулатах и решил задать жене доктринальные вопросы. Она с мудростью ответила: «Ты когда-нибудь читал Библию?»

Я этого не делал, поэтому мы вместе прочитали всю Библию. Когда мы читали, я записывал вопросы, которые у меня остались без ответа. Мы начали искать церковь, которая учила бы всему, что мы узнали. В течение последующих двух лет мы посещали многие церкви, запрашивали различную литературу, читали о философии и религии, а также молились. У меня сложилось твердое убеждение, что Церкви Господа на Земле нет.

Нам недоставало мудрости, и мы нуждались в помощи с Небес (см. Джозеф Смит

– История 1:11–13), поэтому мы вместе искренне молились и просили Бога указать нам путь. Вскоре после молитвы на нашем пороге появились миссионеры из Церкви. Руби сразу же почувствовала истинность того, чему они учили. Их учения казались ей обоснованными и соответствовали тем ответам, которые она получила много лет назад, когда молилась в юности. Миссионеры также ответили и на все мои вопросы, но мне хотелось быть уверенным. Я читал Книгу Мормона, Учение и Заветы и другие церковные книги.

Мы также посещали приход каждую неделю и жили по учениям Евангелия. В конце концов я распознал плоды Духа Божьего в своей жизни (см. к Галатам 5:22) и получил сильное свидетельство. Мы приняли крещение, получили дар Святого Духа и позднее были запечатаны в храме.

Мы никогда не сожалели о том, что присоединились к Церкви. С ее помощью наш брак оставался крепким в трудные времена, а стремление быть ближе к Духу Божьему передалось нашим шестерым детям.

Тем, кто стремится обрести свидетельство о Книге Мормона или восстановленной Церкви Иисуса Христа, я бы порекомендовал: «Продолжайте молиться, читать и прислушиваться к нежному шепоту Святого Духа». ■

# Моя потребность в исцелении

Адель Ви-Рэпа, Вайкато, Новая Зеландия

Однажды в воскресенье я сидела в церкви, злая и расстроенная. Накануне у нас с мужем Аароном возникли разногласия, и я пришла в церковь, оставаясь расстроенной и обеспокоенной. В начале собрания перед причастным гимном я все еще сердилась на Аарона, думая: «Ему нужно извиниться».

Когда мы готовились к принятию причастия, собравшиеся исполняли гимн «Когда мы причащаемся»<sup>1</sup>. Я продолжала злиться на протяжении первого куплета. Затем начался второй куплет: «Мы ныне во грехах своих покаяться должны».

Я перестала петь и слушала, как мой муж, дети и другие прихожане продолжают петь: «Ты праведно прошёл Свой путь, и мы ему верны».

Мое сердце смягчилось. В конце концов, возможно, что мое беспокойство не было связано с моим мужем. Может быть, дело было во мне самой.

Гимн продолжался такими словами:

*Прощения священный дар  
хотим мы получить;  
в причастный час  
даём обет Твои дела вершить.*

И хотя я была расстроена, в действительности мне нужно было смириться и искать

прощения у Небесного Отца, чтобы обрести тот дар, который стал возможным благодаря Его Сыну, Иисусу Христу.

Я расплакалась, взглянув на наших маленьких детей, сидящих в конце ряда. Переполнявшие меня гнев, напряжение, негодование и стремление обвинять исчезли. В этот момент мне было нужно сосредоточиться на том, как измениться, чтобы искать и получить прощение от моего Небесного Отца и Иисуса Христа. Посредством гимна Дух ясно учил меня прощению: как важно простить и самой получить прощение.

Президент Рассел М. Нельсон сказал: «Молю вас прийти к Нему, чтобы Он мог исцелить вас! Он исцелит вас от греха в ответ на ваше покаяние. Он исцелит вас от грусти и страха. Он исцелит вас от ран этого мира»<sup>2</sup>.

Когда я сидела там, слушая слова гимна и принимая причастие, то ощутила потребность в исцелении и знала, куда мне нужно обратиться. Благодаря тем истинам, которые я узнала о прощении во время этого собрания, я смогла стать ближе к Господу и к своему мужу. ■

## ЛИТЕРАТУРА

1. «Когда мы причащаемся», *Гимны*, №92.
2. Рассел М. Нельсон, «Иисус Христос – ответ на все вопросы и проблемы», *Лиахона*, май 2023 г., стр. 127.

*С помощью причастного гимна Дух помог мне понять, как простить и самой получить прощение.*





# Как мои заветы помогают мне поддерживать *самые* важные отношения

Я не понимала, каким благословением были мои заветы.

**Ева Томас**

**М**не не нравится ощущать влияние Духа. Могу с уверенностью сказать, что теперь могу распознать это чувство.

Но для этого потребовалось потрудиться. Я выросла на севере Англии, и мне часто трудно было найти такое место, где я могла бы ощущать влияние Святого Духа. Там очень много замечательных молодых взрослых, которые выросли в Церкви, но нам иногда бывало трудно привести свое поведение в соответствие с учением и истинами, которые были нам хорошо известны.

Долгое время я посещала церковь по воскресеньям, но чувствовала разочарование и печаль, осознавая, что то, что доносит до меня Дух, не может повлиять на тех, кого я люблю и кто мне дорог.

В конце концов Президент Рассел М. Нельсон учит: «В грядущие дни будет невозможно выжить духовно без наставлений, руководства, утешения и постоянного влияния Святого Духа»<sup>1</sup>.

Однако я начинаю осознавать, насколько важно уделять внимание Духу во всех сферах моей жизни и помогать другим делать то же самое.

# «Заветы – это форма объятий Бога».

СТАРЕЙШИНА РОБЕРТ М. ДЕЙНЗ

## БОРЬБА С ИСКУШЕНИЯМИ

Окончив среднюю школу, я столкнулась со множеством трудностей. Например, там, где я живу, проводится много мероприятий и конференций для молодых взрослых членов Церкви. Но после этих мероприятий некоторые молодые взрослые идут в клубы или места, посещение которых противоречит нашим ценностям.

Я была поражена!

Здесь часто выпивают и ходят по клубам, но я не ожидала, что друзья, с которыми я сижу рядом в церкви, тоже будут это делать.

Меня это обескуражило.

Когда друзья принимали такие решения, мне было очень трудно понять, кто сможет помочь мне оставаться духовно сильной. В конце концов из-за того, что я видела, как другие люди поверхностно живут по Евангелию, я тоже отошла от Евангелия. Я перестала посещать церковь или молиться, и делала то, чего мне не следует.

Но однажды, когда я чувствовала себя особенно несчастной, я молилась Небесному Отцу и поделилась с Ним своими чувствами. Я сказала Ему, что хочу, чтобы Церковь была истинной, и я стремлюсь понять Его заповеди, но мне очень трудно даже подумать о том, как оставаться верной в одиночку. Однако я сказала Ему, что если смогу обрести уверенность в истинах Евангелия, то буду внимать и искренне следовать ему.

Несколько дней спустя я получила четкое духовное побуждение, что мне нужно служить на миссии.

Эта мысль пришла совершенно неожиданно, но я чувствовала, что Дух направляет меня к этому. Я знала, что подготовка к миссии поможет мне помнить свое свидетельство, восстановить отношения с Небесным Отцом и Иисусом Христом и полагаться на свою собственную веру, а не на веру кого-то другого.

И мне этого хотелось.

Поэтому я стала меняться. Для этого потребовалось много духовной работы. Мне пришлось перестать общаться с некоторыми друзьями, расстаться с моим молодым человеком, и вместо плохих привычек завести хорошие. Я работала вместе со своим епископом и полагалась на укрепляющую силу Иисуса Христа, которая помогает мне идти вперед.

## ИЗМЕНИВШАЯСЯ ТОЧКА ЗРЕНИЯ

До миссии у меня не было понимания заповедей и заветов. Мои друзья относились к этим благословениям как к бремени, и я стала их воспринимать таким же образом. Но теперь, когда я отслужила на миссии и восстановила свою веру, я воспринимаю заветы и заповеди как обязанности, которым сопутствуют благословения, ведь они помогают мне ежедневно поддерживать прямую Божественную связь с Небесным Отцом и Иисусом Христом.

Президент Эмили Бель Фриман, Генеральный президент Общества молодых женщин, недавно свидетельствовала о силе заветов: «Возможно, слыша эти слова, вы думаете о проставлении галочек. Возможно, вы видите только путь, полный требований. Если взглянуть пристальнее, то взору

откроемся нечто более привлекательное. Завет связан не только с договором, хотя это важно. Он также связан с отношениями»<sup>2</sup>.

Также старейшина Роберт М. Дейнз, член Кворума Семидесяти, свидетельствовал, что «заветы – это форма объятий Бога»<sup>3</sup>.

В какой бы ситуации мы ни находились, даже если мы в одиночестве – заключенные нами заветы помогают поддерживать наши самые важные отношения.

Иногда мне грустно от того, что другие люди не замечают великих благословений Евангелия Иисуса Христа. Иногда мне хочется взять их за плечи и встряхнуть, чтобы напомнить им о том чуде, которым являются их заветы! Я хочу, чтобы они осознали, что они могут сделать и кем могут стать благодаря Спасителю!

Я не могу контролировать других людей, но могу укреплять свое свидетельство. Я могу распознать, когда необходимо оградить себя от влияния определенных людей, а также как мне оказывать на них положительное влияние.

Думаю, именно память о любви моего Спасителя, Иисуса Христа, помогла мне вернуться после возникновения проблем с верой.

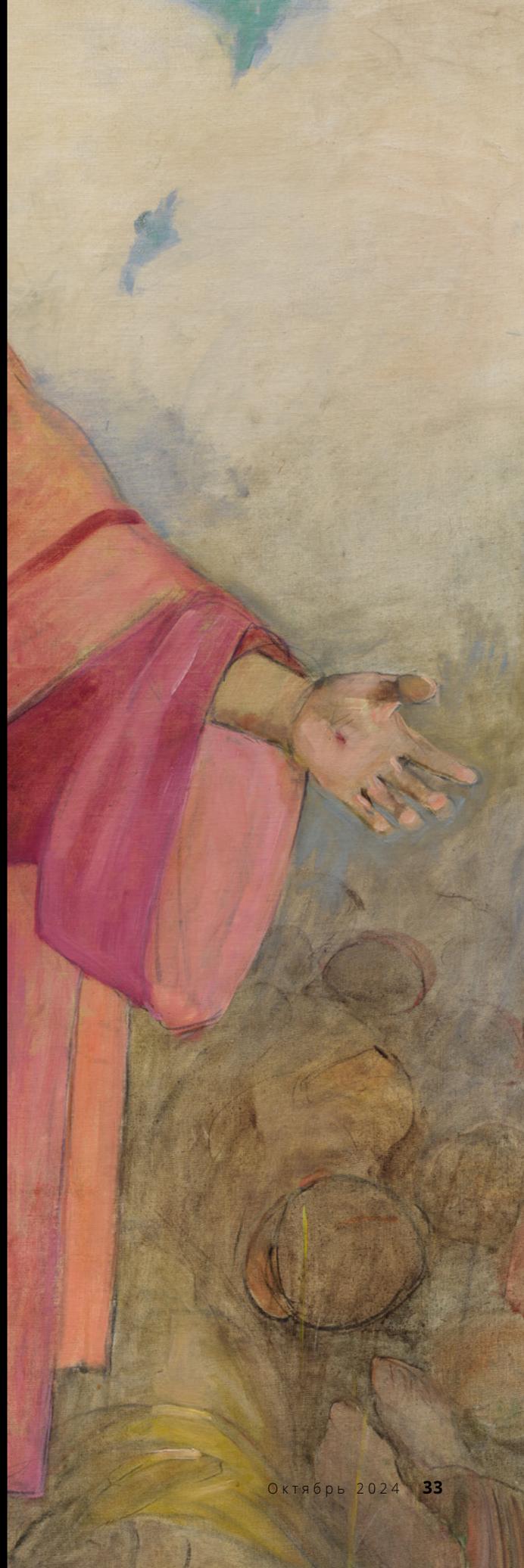
Я понимаю, что не отправилась бы на миссию, не попроси я Небесного Отца о Божественном руководстве во время сильного смятения. Как бы мне ни хотелось избежать таких болезненных переживаний, я очень много узнала о покаянии, о совершенной любви Небесного Отца и о том, как важно ставить на первое место хорошие отношения (особенно с Ним и нашим Спасителем), что помогает нам поддерживать связь с Духом.

Несмотря на все трудности, восстановление моей веры в Него того стоило. ■

*Автор живет в штате Айдахо, США.*

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Рассел М. Нельсон, «Откровение для Церкви, откровение для жизни», *Лиакхона*, май 2018 г., стр. 96.
2. Эмили Бель Фриман, «Ходить в заветных отношениях с Христом», *Лиакхона*, ноябрь 2023 г., стр. 77–78.
3. Роберт М. Дейнз, «Господин, нам хочется видеть Иисуса», *Лиакхона*, ноябрь 2023 г., стр. 14.



Я оставила  
Церковь и не  
понимала, чего  
лишилась.



# Не теряете ли вы из виду чудо Евангелия?

## Энхчимег (Энку) Зоригт

**В**ы когда-нибудь считали что-то само собой разумеющимся, не осознавая, насколько полезным это для вас было, пока его не стало? Так однажды случилось со мной в отношении Евангелия Иисуса Христа.

Я выросла в Монголии в семье членов Церкви, но со временем родители стали посещать церковь все реже и реже. Постепенно и я сама стала терять интерес к Евангелию.

Я никогда не относилась к этим знаниям всерьез, и в конце концов просто перестала ходить в церковь. Я не думала, что буду скучать по Евангелию – мне казалось, что оно не приносит ничего полезного в мою жизнь.

## Увидеть свет

Когда я была молодой взрослой, моя старшая сестра случайно повстречала миссионеров. Они попросили ее остановиться, чтобы перевести для них что-то с монгольского языка. После краткой беседы она вернулась домой, и только там поняла, кем они были.

Она захотела пойти в церковь на той неделе и пригласила меня составить ей компанию.

Сначала эта идея мне совершенно не понравилась. Я считала, что у меня все хорошо в жизни и без Церкви! Но она убедила меня пойти с ней всего один раз.

Когда я впервые за многие годы пришла на причастное собрание, я не испытала там какой-то невероятной радости. Однако, осмотревшись, я увидела друзей, с которыми выросла. Излучаемый ими свет, был почти осязаем. Когда я смотрела на них, мне вспомнились крупницы духовного опыта, который я получила в церкви в детстве.

Множество истин, которые я игнорировала, нахлынули на меня, и я внезапно почувствовала пустоту и грусть. «Я не такая как они, – подумалось мне. – Почему же я отошла от всего этого?»

Я поняла, что за последние несколько лет стала другим человеком. В моей жизни ощущался мрак, но я не обращала на это внимания. Но, сидя там, я услышала в своем разуме тихий голос, который, словно сказал: «Ты тоже можешь сиять. Еще не поздно».

Мне вспомнилась притча о заблудшей овце, которую Спаситель вернул в стадо (см. от Луки 15:4-7).

Это было обо мне. И Спаситель с любовью отыскал меня, потому что любит меня так же сильно, как и других Своих овец. Он хотел, чтобы я вернулась.

Как же я была благодарна за это моему Спасителю! Впервые за многие годы ощутив влияние Духа, я приняла решение вернуться в Церковь и, на сей раз, отнестись к этому серьезно.

Старейшина Дитер Ф. Ухтдорф, член Кворума Двенадцати Апостолов, недавно свидетельствовал: «В тот миг, когда вы решите вернуться и пойти по пути нашего Спасителя и Искупителя, Его сила войдет в вашу жизнь и преобразит ее [см. Алма 34:31]»<sup>1</sup>.

Я почувствовала, что это истина и поняла, что если буду искренне жить по Евангелию, то моя жизнь изменится.

## Не потерять из виду Иисуса Христа

Когда я начала жить по Евангелию, то вновь обрела смысл жизни. Наконец я поверила, что Небесный Отец любит каждого из Своих детей и что Евангелие Иисуса Христа – это ключ, с помощью которого можно вернуться в наш Небесный дом.

Теперь для меня это важнее всего на свете.

Старейшина Дэйл Г. Ренланд, член Кворума Двенадцати Апостолов, учил:

«Мы тоже порой склонны смотреть дальше цели. Нам нужно остерегаться этой тенденции, дабы не упустить Иисуса Христа из своей жизни и подметить многие благословения, что Он предлагает нам. Мы нуждаемся в Нем...

Он – наша цель. Если мы ошибочно полагаем, что существует потребность в чем-то сверх того, что предлагает Он, мы отрицаем или умаляем те возможности и силу, которые Он может проявить в нашей жизни»<sup>2</sup>.

Раньше я не обращала внимание на то, что предлагает мне Иисус Христос, а сейчас не могу себе представить, как жить без той радости, которую Он мне дает.

Если вам кажется, что вы недостойны, если у вас есть вопросы, на которые вы не можете найти ответы, или если вы думаете, что быть учеником Христа слишком сложно, – взгляните в те чудеса, что предлагает нам Спаситель. Я знаю, что Небесный Отец знает о вас. Он поможет вам держаться своей веры, если вы обратитесь к Нему.

Не отказывайтесь от величайшего дара и чуда Спасителя ради чего-то менее достойного. Вы для Него имеете высшую ценность.

Я сама стала свидетелем того, как Евангелие Иисуса Христа обогащает жизнь тех, кто следует за Ним.

Оно продолжает приносить благословения и для меня. ■

*Автор живет в Улан-Баторе, Монголия.*

### ЛИТЕРАТУРА

1. Дитер Ф. Ухтдорф, «Блудный сын и дорога, ведущая домой», *Лиахона*, ноябрь 2023 г., стр. 88.
2. Дэйл Г. Ренланд, «Иисус Христос – это сокровище», *Лиахона*, ноябрь 2023 г., стр. 96.



## Мы – ученики Иисуса Христа



### **Дорогие родители!**

Господь любит ваших детей и хочет, чтобы они могли слушать Его. Статьи в этом номере журнала могут направлять вас, когда вы обучаете своих детей тому, как получать и распознавать личное откровение. Вы можете использовать эти идеи, чтобы помочь своим детям развить более близкие отношения с их Небесным Отцом и Спасителем.

### **ОБСУЖДЕНИЕ ЕВАНГЕЛИЯ**

#### ***Как нам достичь единства?***

В статье Президента Нельсона на стр. 2 приводится семь принципов, которые помогут нам исполнять заповедь Господа «будьте едины» (Учение и Заветы 38:27). Какие из этих принципов вы могли бы обсудить со своими детьми? Например, как заключение и соблюдение заветов развивает единение с окружающими?

#### ***Взять на себя имя Его посредством заботливого служения***

Статья старейшины Вийяра на стр. 8 посвящена тому, как Спаситель служил людям во время Своего земного служения. Вы можете помолиться всей семьей, чтобы узнать, кому нужна помощь и как им нужно оказывать заботливое служение. Обсудите со своими детьми, что они чувствуют после молитвы. Помогите им распознать те ответы, которые они получают.

#### ***Господь хочет говорить с вами***

Используйте статью «Благодаря вере своей ты увидел» (стр. 20), чтобы рассказать своим детям о получении откровения. Автор упоминает, как Господь может дать нам руководство относительно нашей жизненной миссии посредством патриархального благословения. Вы можете поделиться тем, как ваше патриархальное благословение направляло вас.

## ИНТЕРЕСНЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ СЕМЬИ ПО ПРОГРАММЕ ПРИХОДИ, СЛЕДУЙ ЗА МНОЮ

3 Нефий 12:6; 21:2; 28:11

Иисус Христос учил, что в нашей жизни мы нуждаемся в руководстве Святого Духа. Это задание в стиле театра теней поможет детям лучше представить себе этот принцип.

1. Напишите на листочках бумаги варианты фигурок, которые можно изобразить с помощью рук в стиле театра теней (например, птицу, волка, змею).
2. Пусть каждый ребенок возьмет себе один листок бумаги. Выключите в комнате свет и попросите одного человека осветить стену фонариком, что будет символизировать Свет Христа.
3. Попросите своих детей по очереди помещать свои руки перед лучом света, чтобы из тени от их рук получалась фигурка, упомянутая на листке бумаги. Пускай они попробуют без вашей помощи.
4. Затем предложите им помочь, шаг за шагом, объясняя как это нужно сделать – это будет символизировать направляющий голос Духа.
5. После того как каждый ребенок сможет принять участие, прочитайте отрывок из Священных Писаний о Святом Духе, например, 3 Нефий 12:6. Спросите детей, было ли легче делать фигурку с вашей помощью или без нее. Помогите им заметить параллели между этим заданием и руководством Святого Духа.

Обсуждение: Как мы можем улучшить свою способность распознавать влияние Духа?

## ИЗ ЖУРНАЛА ВО ИМЯ НРАВСТВЕННОЙ СИЛЫ МОЛОДЕЖИ

### Как достичь единства и быть счастливыми

Президент Нельсон рассказывает о семи ключах, которые помогли людям в Книге Мормона стать едиными.

### Путешествие к скромности

Девушка рассказывает о своем духовном путешествии, в которое она отправилась, чтобы понять, почему нужно скромно одеваться, а также о том, как Господь обучал ее и помогал ей меняться на этом пути.

### Знакомство с представителями противоположного пола

Пусть юноши и девушки совместно обсудят, как можно знакомиться друг с другом и приведут примеры.

## ИЗ ЖУРНАЛА ДРУГ

### Пять полезных советов по семейной истории

Узнайте пять способов участия ваших детей в семейно-исторической работе.

### Поделка, посвященная программе Приходи, следуй за Мною

Смастерите что-нибудь такое, что поможет вашей семье помнить о причастии в течение недели.

### Быть приветливыми к окружающим

Найдите истории и задания, которые помогут вашим детям научиться проявлять доброту ко всем людям.

### Современные пионеры

Прочитайте историю об усыновленном мальчике, который первым крестился в своей семье.







ЦЕРКОВЬ ЕСТЬ ЗДЕСЬ



# Престон, Великобритания

Хибер Ч. Кимбалл (1801–1868 гг.) был одним из шести миссионеров, призванных проповедовать Евангелие в Англии в 1837 году. Это была первая миссия Церкви Иисуса Христа Святых последних дней за пределами Северной Америки. Начало этой работы было положено в Престоне, и к моменту возвращения старейшины Кимбалла домой в 1838 году к Церкви присоединилось более 1500 человек. Сейчас в Церкви в Великобритании насчитывается:



**Более 186 000 членов Церкви**



**317 приходов и небольших приходов**



**два действующих храма, объявлено о строительстве еще одного**



## **Благословения от программы *Приходи, следуй за Мною***

Маргарет Джэс из Ридинга, Англия, сказала: «Я наслаждаюсь программой Приходи, следуй за Мною и считаю, что она прекрасно мотивирует. Она помогает мне больше узнавать о Священных Писаниях и лучше понимать их. Благодаря ей я могу приблизиться к Небесному Отцу и Иисусу Христу, а также спокойно начать новый день».





## Как осуществлять заботливое служение подобно Спасителю?



**С**паситель призвал Своих учеников служить своим ближним так, как это делал Он (см. 3 Нефий 18:30; 27:21). Во время Его посещения нефийцев Он служил им одному за другим (см. 3 Нефий 11; 17). Он служил им, потому что любил их и искренне хотел, чтобы они – и каждый из нас – были счастливы, не теряли надежды и получали Его поддержку.

Итак, если мы хотим лучше служить и стать более преданными учениками Иисуса Христа, с чего нам начать?

Совершенный пример Господа показывает нам, что заботливое служение по своей сути – это нечто большее, чем просто церковное поручение. Заботливое служение – это забота об окружающих по примеру Спасителя. Заботливое служение – это часть нашего завета крещения (см. 2 Нефий 31:13–14; Мосия 18:10, 13; Учение и Заветы 20:37). Президент Рассел М. Нельсон учил нас, что «один из самых простых способов выявить *истинного последователя* Иисуса Христа – посмотреть, с каким состраданием этот человек относится к другим людям» («Требуются миротворцы», *Лиахона*, май 2023 г., стр. 98).

Стремясь наполнить свое сердце искренним состраданием, мы заметим, что стали ближе к Спасителю и стали более похожими на Него. Как вам развивать свое сострадание, молиться за других людей и служить подобно Спасителю?

Как служил Спаситель	Можете ли вы следовать примеру Спасителя,
«Чрево Моё преисполнено сострадания к вам» (3 Нефий 17:6).	... проявляя истинное сострадание к тем, кому вы служите?
«Приведите их сюда, и Я исцелю их» (3 Нефий 17:7).	... поддерживая больных и страждущих?
«Мы слышали, как Он молится за нас Отцу» (3 Нефий 17:17).	... молясь за других людей?
«Благословенны вы за веру вашу. И ныне, вот, радость Моя полна» (3 Нефий 17:20).	... проявляя радость, когда те, кому вы оказываете заботливое служение, принимают его и откликаются на это?
«Он брал их малых детей, одного за другим, и благословлял их» (3 Нефий 17:21).	... заботясь о людях, как о личностях, и служа им одному за другим?

## КАК СЛУЖИЛ СПАСИТЕЛЬ?

«[Спаситель] улыбался людям, беседовал с людьми, ходил с ними рядом, слушал их, уделяя им время, воодушевлял, учил, кормил и прощал. Он служил Своей семье и друзьям, соседям и незнакомцам, и Он приглашал просто знакомых, так же, как и самых близких людей, наслаждаться обильными благословениями Его Евангелия. Эти ‘простые’ проявления служения и любви можно принять за образец для нашего с вами заботливого служения».

**Джин Б. Бингем, бывший Генеральный президент Общества милосердия, «Заботливое служение по примеру Спасителя», *Лиахона*, май 2018 г., стр. 104.**



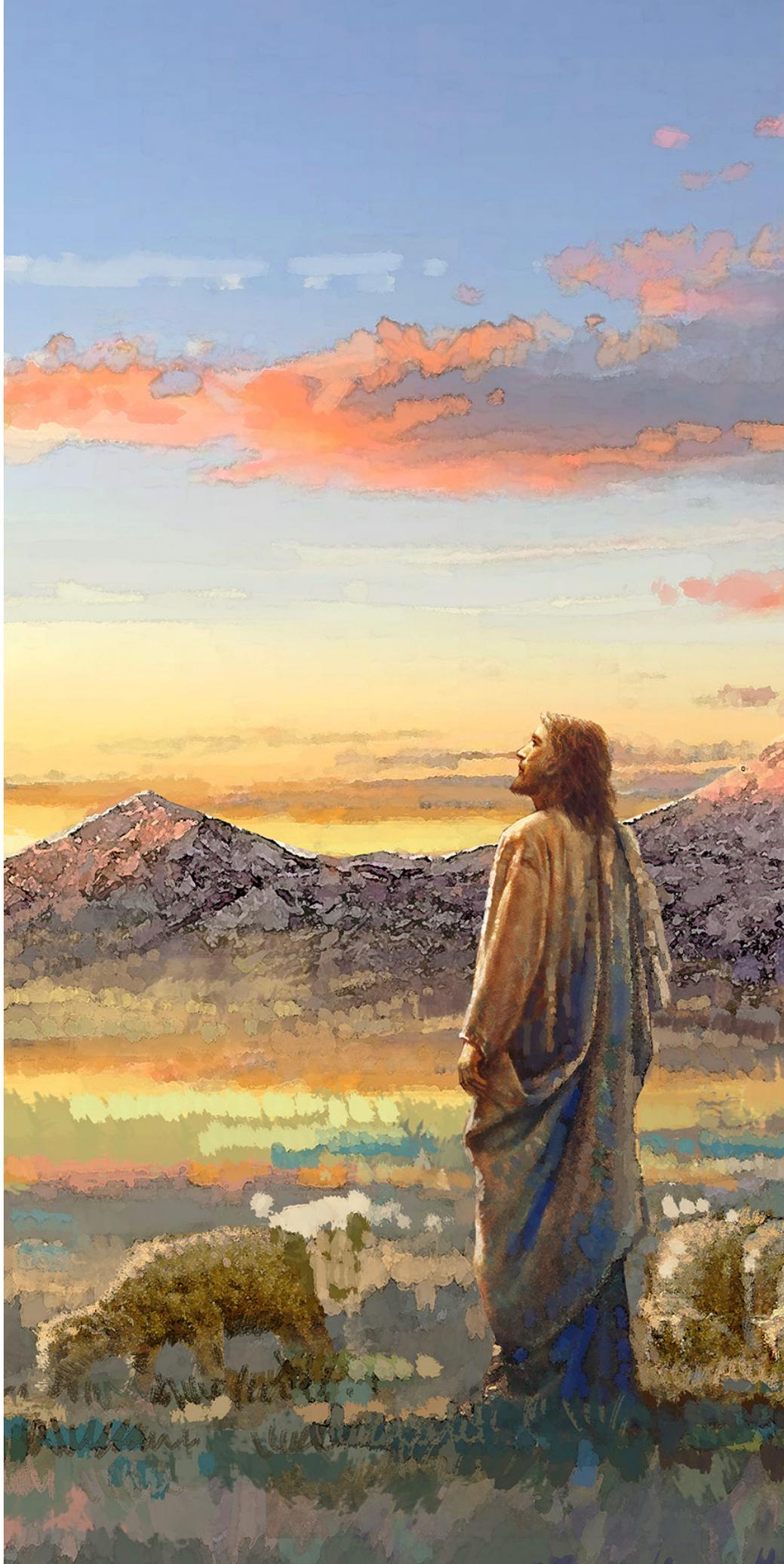
## Мы – дети завета

**В** 3 Нефий 20–21 мы читаем о заветах, которые Бог заключил со Своими детьми. Иисус Христос учил Своих учеников на Американском континенте:

«Вы – того завета, который Отец заключил с отцами вашими, сказав Аврааму: И в семени твоём благословятся все племена земли...

Вы – дети завета»  
(3 Нефий 20:25–26).

Президент Рассел М. Нельсон неоднократно подчеркивал, как важно помнить эту великую истину<sup>1</sup>.



## Что значит быть детьми завета?

Дети завета заключают такие же заветы (священные обещания) с Небесным Отцом и Иисусом Христом, которые были заключены с Авраамом (см. Авраам 2:8–11).

В 1843 году Господь сказал Джозефу Смиту:

«Авраам получил обещания относительно семени своего и плодов чресл своих – из чресл коих ты произошёл... и что касается Авраама и семени его... как в этом мире, так и вне его они будут продолжаться бесчисленно, как звезды...

Это обещание также и твоё, потому что ты от Авраама» (Учение и Заветы 132:30–31).

Обещанные благословения распространяются и на нас. Президент Нельсон учил, что к этим обещаниям относится «право получить полноту Евангелия, наслаждаться благословениями священства и стать достойными Божьего величайшего благословения, которое есть жизнь вечная»<sup>2</sup>.

## Как быть, если я не являюсь потомком Авраама?

Крестившись и пройдя конфирмацию в члены Церкви Иисуса Христа Святых последних дней, мы становимся частью семьи Авраама. Затем мы становимся «сыновьями и дочерьми Иисуса Христа, будучи сопричисленными к Его детям через повиновение Евангелию»<sup>3</sup>.

## В чем суть завета, который Небесный Отец заключает со Своими детьми?

Небесный Отец заключает завет, согласно которому через Искупление и Воскресение Иисуса Христа мы можем вернуться, чтобы жить с Ним и стать подобными Ему. Это и есть цель плана спасения. Президент Нельсон учил: «План Небесного Отца для Его детей позволяет нам жить там и так, где и как живет Он, и в конце концов становиться все более и более подобными Ему. Его план в буквальном смысле делает доступными для нас богатейшие благословения всей вечности, включая наш потенциал стать 'сонаследниками Христу' [к Римлянам 8:17]»<sup>4</sup>.

## Почему мы заключаем заветы с Небесным Отцом?

Мы можем вернуться к нашему Небесному Отцу, заключая и соблюдая заветы. Пророки называют это идти по пути заветов. Старейшина Д. Тодд Кристоферсон, член Кворума Двенадцати Апостолов, объяснил: «Мы вступаем на путь у врат крещения... На пути заветов... мы получаем все таинства и заветы, относящиеся к спасению и возвышению»<sup>5</sup>.

## В чем состоит новый и вечный завет?

Авраамов завет также называют «новый и вечный завет». Он является новым в том смысле, что он был восстановлен через Джозефа Смита как полнота Евангелия Иисуса Христа<sup>6</sup>. Он является вечным, потому что это тот же завет, который Бог



заключал со Своими детьми всякий раз, когда они были готовы его принять<sup>7</sup>.

Каждый завет, который мы заключаем, является частью нового и вечного завета, включая крещение, получение Священства Мелхиседекова (для мужчин), храмовое облечение и запечатывание (вечный брак). ■

## ЛИТЕРАТУРА

1. См. Рассел М. Нельсон, «Выбор на вечность» (Всемирный Божественный час для молодых взрослых, 15 мая 2022 г.), Евангельская библиотека; «Заветы», *Лиахона*, ноябрь 2011 г., стр. 86–89; «Children of the Covenant», *Ensign*, Май 1995, 32–35.
2. Рассел М. Нельсон, «Заветы», стр. 88.
3. Bible Dictionary, «Adoption».
4. Рассел М. Нельсон, «Выбор на вечность».
5. Д. Тодд Кристоферсон, «Почему мы следуем путем заветов», *Лиахона*, май 2021 г., стр. 116.
6. См. Учение и Заветы 66:2; Д. Тодд Кристоферсон, «Сила заветов», *Лиахона*, май 2009 г., стр. 20.
7. См. Руководство к Священным Писаниям, «Новый и вечный завет», Евангельская библиотека.

# Я ХОТЕЛ БЫ ВЕРНУТЬСЯ К БОГУ, НО ВОЗМОЖНО ЛИ ЭТО ДЛЯ МЕНЯ?

Имя не указано  
по просьбе  
автора

Одним январским снежным вечером я сидел в номере мотеля, пребывая в глубоком унынии. Недавно я освободился после более чем 34-летнего тюремного заключения, которое отбывал за несколько тяжких преступлений, включая причинение телесных повреждений. Я готовился совершить нечто такое, в результате чего вернулся бы обратно туда, где только что был. Мои планы, намеченные после освобождения, рухнули, и поскольку мои ресурсы были очень ограничены, а молитвы, казалось, оставались без ответа, у меня было мало вариантов.

Мое внимание привлек звук на улице. Выглянув из окна, я заметил, что владелец мотеля сам убирает снег на парковке. «Это как-то неправильно», – подумал я и решил помочь ему. В тот вечер я не воспринимал свой акт служения, как нечто важное. Но, к моему удивлению, на следующий день владелец снизил стоимость моего проживания. И в течение следующих пяти недель пока я находился там, он не просил меня оплачивать полную стоимость.

Его щедрость была не только финансовым благословением, в котором я очень нуждался. Его доброта также стала ответом на мою молитву, когда я уже начал отчаиваться. Благодаря ему я понял, что Бог помнит обо мне и мне нужно предпринять некоторые шаги, чтобы вернуться к Нему.

Хотя я верил в Иисуса  
Христа, я был уверен, что  
не смогу получить прощения  
за то, что совершил.



## Путь назад

За несколько десятилетий до того январского вечера я считал, что Бог мне не нужен. Попав в тюрьму штата злым, ожесточенным и потерянным 22-летним юношей, я сделал все возможное, чтобы другие заключенные там боялись и уважали меня. Я также полагал, что никто не может и не должен любить меня – даже Бог, потому что, по моему убеждению, я пересек точку невозвращения и не мог надеяться на искупление.

Теперь я знаю, что был неправ; мы всегда можем покаяться и вернуться к Богу. Старейшина Дитер Ф. Ухтдорф, член Кворума Двенадцати Апостолов, учил:

«Сатана хочет, чтобы мы думали: согрешив, мы оказываемся за роковой чертой – ‘точкой невозвращения’, и изменяться нам уже слишком поздно...

Христос пришел спасти нас. Если мы уклонились от правильного курса, Искупление Иисуса Христа может дать нам уверенность, что грех *не станет* точкой невозвращения. Безопасное возвращение возможно, если мы последуем Божьему плану ради своего спасения»<sup>1</sup>.

Мое возвращение к Богу началось после того, как я провел более десяти лет в тюрьме. Мой друг, который на протяжении многих лет навещал меня в исправительном учреждении, подарил мне Книгу Мормона и предложил прочитать ее. Я пообещал ему это сделать, но постоянно откладывал чтение. Однажды в выходные друг навестил меня и спросил, прикасался ли я вообще к этой книге. Конечно! Я брал ее каждый раз, когда убирался в камере, но не читал ее. Только после серьезного разговора со своим другом, который объяснил мне, насколько важно исполнять свои обещания, я наконец приступил к чтению.

Некоторые истории из Книги Мормона показались мне очень интересными, но я сказал себе, что это просто истории и не больше того. Затем я дошел до Мороний 10:4. Признаюсь, я не хотел «спр[ашивать] с искренним сердцем, с истинным намерением, имея веру во Христа», истинна ли эта книга; мне не хотелось думать о том, что бы это значило для таких, как я. Кроме того, если это слово Божье, то Искупление Иисуса Христа реально, и мне было ужасно представить, насколько мои поступки усилили Его страдания.

Все же я помолился. Мне не было видения, и я не слышал голос, который бы сказал, что эта книга истинна. Но когда в ясный летний день я выглянул в окно, в небе проплывала огромная грозовая туча. Дождя не было, только сильный ветер, и облако исчезло так же быстро, как и появилось. И тогда я понял совершенно точно. Как и обещал Мороний, Дух свидетельствовал моему сердцу, что Книга Мормона истинна и что мне нужно измениться.

Я начал более усердно изучать Священные Писания, и мне разрешили проводить собрания группы по изучению Книги Мормона с другими заключенными. Со мной и другими людьми в тюрьме также встречались миссионеры. Последующие 15 лет я слушал уроки миссионеров, и оставшуюся часть своего тюремного срока старался изменить свою жизнь. В такой обстановке это было нелегко. Но это стало возможным благодаря моему Спасителю, Который поддерживал и направлял меня, когда я проходил через это, а также во время последующего периода моей жизни (см. Мосия 24:15).

## Обретение прощения

Никогда не забуду тот день, когда встретил своего епископа после того январского вечера, когда мне было так одиноко в номере мотеля. Мой друг, который подарил мне Книгу Мормона, помог мне связаться с ним. Когда я встретился с епископом в его кабинете перед началом церковного собрания, то рассказал ему о своем прошлом и был готов услышать от него, что в их приходе нет места для таких, как я.

Вместо этого он пригласил меня прийти на причастное собрание.

Так я и сделал. Я был уверен, что у меня на лбу словно была татуировка со словом *осужденный*, и как только я туда войду, все будут меня сторониться. Но этого не произошло. Напротив, мне повстречались самые приветливые люди из тех, которых я когда-либо видел. В следующее воскресенье я вернулся. Вскоре после того, как я начал посещать церковь, один из советников в епископстве спросил, смогу ли я выступить на причастном собрании на тему о прощении.

«Я? Выступить о прощении?» – переспросил я. Но когда он подтвердил, что именно это он и имеет в виду, я



принял это поручение. Когда я выступал перед собравшимися, то был уверен, что они увидят во мне только бывшего осужденного. Но чем больше я говорил, тем увереннее становилась моя речь, а когда я закончил, прихожане с любовью встретили меня, приветствуя объятиями и рукопожатиями. В тот день я по-настоящему почувствовал, что это значит «возлюби ближнего твоего, как самого себя» (от Матфея 22:39).

Что более важно, я наконец понял, что, когда Спаситель страдал в Гефсиманском саду и истекал кровью из каждой поры (см. Моисей 3:7; Учение и Заветы 19:18–19), Он делал это и для меня. Это был поворотный момент – хотя я принял истину Книги Мормона и пригласил Иисуса Христа в свою жизнь, я был убежден, что не буду приглашен на Небеса. Я не могу быть прощен. Его Искупление предназначено для всех, кроме меня – из-за того, что я сделал.

Но в этот момент я понял, что могу получить прощение. Это знание помогло мне продвигаться по жизни вперед. После еще нескольких встреч с миссионерами я крестился в марте 2012 года, сделав свой первый шаг на пути заветов. Хотя раньше мне это казалось невозможным, я женился на замечательной женщине из своего прихода. Мы были запечатаны в храме в Солт-Лейк-Сити в июне 2013 года.

Мы с женой научились проявлять свою веру в Иисуса Христа. Мы полагаемся на Его Искупление, веря в то, что «благодаря Иисусу, Который прошел этот долгий путь в полном одиночестве, *нам с вами* не нужно этого делать»<sup>2</sup>. Как люди, мы несовершенны. Иногда мы спотыкаемся и даже падаем. Независимо от того, насколько недостойными мы себе кажемся или считаем, что не можем быть спасены, Христос не перестает верить в нас; Он всегда хочет и готов помочь нам благополучно вернуться домой. ■

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Дитер Ф. Ухтдорф, «Гочка безопасного возвращения», *Лиахона*, май 2007 г., стр. 99.
2. Джеффри Р. Холланд, «Никого не было с Ним», *Лиахона*, май 2009 г., стр. 88.

## ВСЕГДА В ПРЕДЕЛАХ ДОСЯГАЕМОСТИ БОЖЕСТВЕННОЙ ЛЮБВИ

«Сколько ошибок вы могли бы избежать, сколько талантов могли бы развить, как далеко, по-вашему, вы бы ни отошли от дома, семьи и Бога, я свидетельствую: вы *не* вышли за пределы досягаемости Божественной любви. Нет такого места, где бы вас не освещал бесконечный свет Искупления Христа».

Президент Джеффри Р. Холланд, исполняющий обязанности Президента Кворума Двенадцати Апостолов, «Работники в винограднике», *Лиахона*, май 2012 г., стр. 33.

**Первое Президентство:** Рассел М. Нельсон, Даллин Х. Оукс, Генри Б. Айринг

**Ворум Двенадцати Апостолов:** Джеффри Р. Холланд, Дитер Ф. Ухтдорф, Дэвид А. Беднар, Квентин Л. Кук, Д. Тодд Кристоферсон, Нейл Л. Андерсен, Рональд А. Расбанд, Гэри И. Стивенсон, Дэйл Г. Ренланд, Геррит У. Гонг, Уллиссес Соарес, Патрик Киرون

**Редактор:** Рэндалл К. Беннет

**Помощник редактора:** Рикардо П. Хименес

**Консультанты:** Джен Э. Ньюмен, Майкл Т. Рингвуд, Кристиан М. Йи

**Директор-распорядитель:** Джейсон Дж. Митчелл

**Директор церковных журналов:** Адам С. Олсон

**Менеджер издательской службы:** Ли Гиббонс

**Бизнес-менеджер:** Гарф Кэннон

**Координаторы:** Диллон Босс, Кларк Майлз

**Ответственный редактор:** Мартин Барон

**Заместитель редактора:** Бриттани Бетти,

Райан Карр, К. Мэтью Флиттон, Минди Селу

**Помощник отдела публикаций:** Нэнси Саттон

**Редколлегия:** Гаррет Х. Гарф, Чэклл Уордлей Херберт,

Майкл Р. Моррис, Элисон Р. Вуд

**Стажеры-редакторы:** Лондон Бримхол, Оливия И. Грейсон, Изабель Джастис

**Художественный редактор:** Майкл Данфорд

**Дизайнеры:** Айра Глен Эддер, Фэй П. Андрус, Джули Бердет,

Дэвид Грин, Брайан У. Джиджи, Коллин Хинкли,

Стивен Нейлсен

**Стажер-дизайнер:** Марли Палмер

**Менеджер по производству:** Аммон Харрис

**Производственный отдел:** Бэйли Эскамилла, Эвани Пейс,

Марисса М. Смит, Дерек Уошберн

**Директор по печати:** Стивен Т. Льюис

**Директор отдела подписки:** Нельсон Гонсалес

**Почтовый адрес:** *Liahona*, Fl. 23, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0023, USA.

Журнал *Лиахона* (слово из Книги Мормона, означающее «компас» или «указатель») издается на албанском, английском, армянском, бислама, болгарском, венгерском, вьетнамском, голландском, греческом, датском, индонезийском, исламском, испанском, итальянском, камбоджийском, кирибати, китайском, китайском (упрощенном), корейском, латышском, литовском, малагасийском, маршалльском, монгольском, немецком, норвежском, польском, португальском, румынском, русском, самоанском, себуано, сербском, словацком, словенском, суахили, тагальском, таитянском, тайском, тонганском, украинском, урду, фиджийском, финском, французском, хорватском, чешском, шведском, эстонском и японском языках. (Периодичность меняется в зависимости от языка.)

© 2024 г. Intellectual Reserve, Inc. Все права защищены.

Напечатано в Соединенных Штатах Америки.

**Сведения об авторском праве:** При отсутствии соответствующих пометок материалы из журнала *Лиахона* можно копировать для личного, некоммерческого использования (в том числе для выполнения церковных призываний). Это право может быть аннулировано в любой момент. Иллюстративные материалы не допускаются копировать в том случае, если в подписочной подписи указаны ограничения, налагаемые авторским правом. По вопросам, связанным с авторским правом, обращайтесь по адресу: Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 5, Salt Lake City, UT 84150, USA; адрес электронной почты: [cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org](mailto:cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org).

**For Readers in the United States and Canada:**

October 2024 Vol. 32 No. 10. LIAHONA (USPS 311-480) English (ISSN 1080-9554) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. **Subscription helpline: 1-800-537-5971.** (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2).

NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.



## В ЕВАНГЕЛЬСКОЙ БИБЛИОТЕКЕ ПОЯВИЛОСЬ БОЛЬШЕ ЖУРНАЛЬНЫХ СТАТЕЙ НА МНОГИХ ЯЗЫКАХ

### СТАТЬИ ЖУРНАЛА *ЛИАХОНА*, ПУБЛИКУЕМЫЕ ТОЛЬКО В ИНТЕРНЕТЕ

Каждый месяц на сайте [liahona.ChurchofJesusChrist.org](http://liahona.ChurchofJesusChrist.org) или в приложении «Евангельская библиотека» будут публиковаться дополнительные статьи из журнала *Лиахона*. Среди чередующихся рубрик: истории членов Церкви и идеи для родителей, взрослых, не состоящих в браке, по учебному плану *Приходи, следуй за Мною*, а также по преодолению жизненных испытаний с верой и многое другое.

### ЕЖЕНЕДЕЛЬНО ДЛЯ МОЛОДЫХ ВЗРОСЛЫХ

Другие статьи для молодых взрослых можно найти в разделе «Еженедельно для молодых взрослых» в Евангельской библиотеке под заголовком «Журналы» или Взрослые > Молодые взрослые.

### УВЕДОМЛЕНИЯ В ПРИЛОЖЕНИИ «ЕВАНГЕЛЬСКАЯ БИБЛИОТЕКА»

Вы можете настроить свое приложение «Евангельская библиотека» так, чтобы к вам приходили оповещения при выходе нового журнала *Лиахона*. Просто выберите пиктограмму меню, затем Настройки, Уведомления, а затем Новые материалы.

### СВЯЖИТЕСЬ С НАМИ

Воспользуйтесь ссылкой [liahona.ChurchofJesusChrist.org](http://liahona.ChurchofJesusChrist.org), чтобы поделиться своими вопросами, отзывами или духовным опытом.

С нами можно связаться по электронному адресу [liahona@ChurchofJesusChrist.org](mailto:liahona@ChurchofJesusChrist.org) или по почте:

Liahona, floor 23  
50 E. North Temple Street  
Salt Lake City, UT  
84150-0023, USA

## Иисус прислуживает причастие среди нефийцев

«И когда ученики пришли с хлебом и вином, [Иисус] взял хлеба и, преломив, благословил его; и дал ученикам, и велел, чтобы они ели.

И когда они поели и насытились, Он велел, чтобы они раздали толпе...

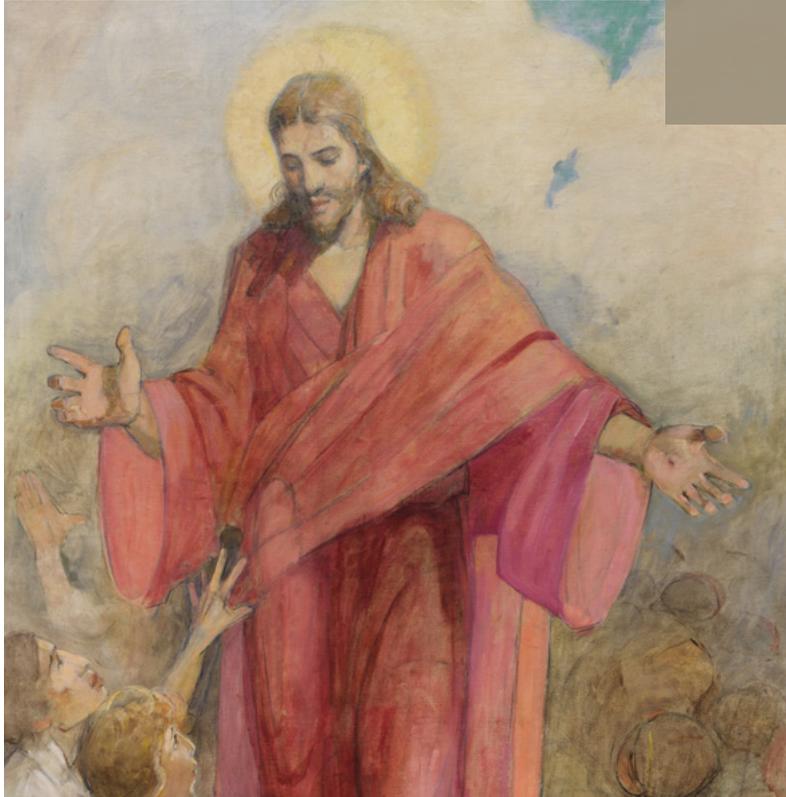
И было так, что, сказав эти слова, Он повелел Своим ученикам, чтобы они взяли вина из чаши и испили его и дали также толпе, чтобы те испили его».

*3 Нефий 18:3-4, 8*



Как мои заветы  
помогают мне  
поддерживать самые  
важные отношения?

30



ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ  
НАСИЛИЕ  
**РЕСУРСЫ И ПОДДЕРЖКА**

14

ПРИХОДИ, СЛЕДУЙ  
ЗА МНОЮ

**ЗАБОТЛИВОЕ СЛУЖЕНИЕ  
И ЗАВЕТЫ**

40

34 ГОДА В ТЮРЬМЕ  
**МОГУ ЛИ Я ПОЛУЧИТЬ  
ПРОЩЕНИЕ?**

44

