

*МЕТОДИЧЕСКИЕ
МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ
ОБЩЕСТВА МОЛОДЫХ
ЖЕНЩИН 2009*

*ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
К УЧЕБНОМУ РУКОВОДСТВУ 1*

Издано
Церковью Иисуса Христа Святых последних дней

© 2008 by Intellectual Reserve, Inc.
Все права защищены
Printed in the United States of America.

Английский текст утвержден: 1/08
Перевод утвержден: 1/08
Перевод *Young Women Resource Guide 2009—Manual 1*
Русский
06754 173

Методические материалы для Общества молодых женщин, 2009—Руководство 1

Следующие методические материалы подобраны для того, чтобы руководителям было легче соотнести учения и принципы, излагаемые в учебном руководстве Общество молодых женщин. Часть 1, с проблемами, с которыми сталкиваются молодые женщины, связать их с учениями ныне живущих Пророков и сделать применимыми к жизни всех молодых женщин. Эти пособия следует использовать вместе с материалом уроков. С молитвой выбирайте из них то, что привлечет каждую девушку к изучению, поможет ей укрепить свою веру и свидетельство.

Для проведения некоторых уроков может понадобиться более одного воскресного занятия; их материал может быть закреплен и на мероприятиях среди недели, чтобы удовлетворить потребности ваших молодых женщин. Обстановка на мероприятиях способствует применению законов Евангелия и выработке практических навыков жизни в согласии с ними.

Урок 1: Дочь Бога

ВОПРОСЫ

- Как я могу осознать свою истинную природу как дочери Бога, когда в мире на меня обрушивается столько противоречащих друг другу идей о том, кто я и кем я должна быть?
- Я заметила, что сравниваю себя с другими людьми и от этого очень расстраиваюсь. Как память о том, что я дочь Бога, поможет мне избегать таких сравнений?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- «Семья. Воззвание к миру», *Лиахона*, октябрь 2004 г., стр. 49. Вы можете обратиться ко второму и третьему абзацу воззвания (см. руководство «Совершенствование личности», стр. ii) вместо цитат в учебном руководстве Общество молодых женщин в конце раздела «Вас любили и любят».
- Джеффри Р. Холланд, «Молодым женщинам», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2005 г., стр. 28–30. В этой статье особо подчеркивается истинная сущность женщин (см. вопросы выше).
- Моисей 1:3–7; к Римлянам 8:16; Деяния 17:28; Учение и Заветы 76:23–24.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Ценность личности», задание 1.
- Вы можете предложить девушкам записывать в специальную книжечку добродетельные качества, как рассказано в статье Сьюзен У. Тэннер «Дочери Небесного Отца», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 106–109.

СОВЕТ УЧИТЕЛЮ

Девушки будут лучше понимать учения и применять их в жизни, если будут изучать и применять их на практике вне класса. Преподав учение в воскресенье, вы можете поработать над соответствующей целью или заданием из брошюры «Совершенствование личности» во время еженедельного мероприятия.

Урок 2: Иисус Христос – Спаситель

ВОПРОСЫ

- Как я могла бы объяснить, кем я считаю Иисуса Христа, человеку, который не верит, что я христианка?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Подумайте, как можно воспользоваться выпуском журнала *Ensign* или *Лиахона* за март 2008 года, чтобы дополнить этот урок.
- Гэри Дж. Коулмэн, «Мама, а мы христиане?», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 92–94.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Вера», задание 5; идеал «Божественная природа», задание 4; проект по работе над идеалом «Вера», идея 1.

Урок 3: Следуя примеру Иисуса Христа

ВОПРОСЫ

- В воскресенье я хочу следовать примеру Иисуса Христа, но в течение недели меня отвлекает влияние мира. Что я могу сделать?
- Я знаю, что некоторые из моих друзей не следуют примеру Спасителя. Что мне следует делать и как я могу повлиять на них, чтобы они следовали примеру Спасителя?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Джеймс И. Фауст, «Ваш свет—знамя для всех народов», *Ensign* и *Лиахона*, май 2006 г., стр. 111–114. В этой статье показано, как, следуя примеру Иисуса Христа в своей повседневной жизни, вы можете влиять на окружающих (см. второй вопрос выше).
- Джозеф Б. Виртлин, «Наибольшая заповедь», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 28–31.

«Если мы любим Господа, послушание ему перестает быть бременем. Послушание становится наслаждением. Если мы любим Господа, то меньше ищем удовлетворения своих запросов, но стремимся обратить свое сердце к тому, что благословит и поддержит других людей» (стр. 30).

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: цель ОМЖ (стр. 5); идеал «Божественная природа», задание 7.
- *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), стр. 38. Составьте список добрых поступков на каждый день.

Урок 4: Быть достойной присутствия Святого Духа

ВОПРОСЫ

- Как я могу узнать, что я чувствую влияние Духа?
- Как мне стать достойной напарничества Святого Духа, чтобы Он наставлял и защищал меня каждый день?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Роберт Д. Хейлз, «Поступать по своей воле. Дар и благословение свободы воли», *Ensign* и *Лиахона*, май 2006 г., стр. 4–8.
«Ощущаемые нами побуждения бежать от зла свидетельствуют о том, что Небесный Отец знает о наших конкретных возможностях, знает о непредвиденных обстоятельствах нашей жизни. Когда мы получаем эти побуждения, они обычно не останавливают нас на ходу, ибо Дух Божий не вещает голосом грома. Этот голос, тихий, как шепот, входит в наш разум как мысль, или в сердце – как чувство. Внимая его мягким побуждениям, мы уберем себя от губительных последствий греха. Если же мы будем игнорировать эти побуждения, свет Духа угаснет. Наша свобода воли будет ограничена или утрачена, а мы потеряем уверенность и способность действовать. Мы будем 'ходить' во тьме [духовной] в полдень» (стр. 6–7).
- Роберт Д. Хейлз, «Личное откровение: учения и пример Пророков», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 86–89.
- К Галатам 5:22; 3-я Царств 19:12; Геламан 5:45–46; Учение и Заветы 6:23.

СОВЕТ УЧИТЕЛЮ

Учащиеся принимают более сознательное участие в уроке, когда им задают ведущие к развитию вопросы и дают время подумать. Чтобы дать это время своим ученицам, вы можете написать вопросы на доске или попросить их записывать свои ответы на листочках (см. Обучение – нет призывания выше [2000], стр. 68–70).

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Выбор и ответственность», задание 5; идеал «Непорочность», задание 2.
- *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), стр. 17–19. Обсудите, как музыка, развлечения и средства массовой информации могут влиять на нашу способность ощущать напарничество Святого Духа.

Урок 5: Радоваться тому, что заложено в нас Богом

ВОПРОСЫ

- Как знания о своей Божественной роли помогают мне найти счастье?
- Меня пугают мысли о браке и материнстве. Как обрести уверенность, необходимую для исполнения этой предстоящей мне роли?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Гордон Б. Хинкли, «Пусть добродетель беспрестанно украшает помыслы твои», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 115–117. Рассмотрите четыре пункта плана, предложенного Президентом Хинкли, чтобы девушки смогли наполнить свое будущее «возможностями и радостью» (стр. 115).
- Сьюзен У. Тэннер, «Дочери Небесного Отца», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 106–109.
- Моисей 2:41; Притчи 31:10–31; Учение и Заветы 25. Обсудите, как проявление качеств и применение советов, о которых говорится в этих стихах, может принести молодым женщинам радость и уверенность в процессе подготовки к исполнению предстоящей им роли.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Божественная природа», задание 2; идеал «Ценность личности», задание 2.
- Вы можете предложить молодым женщинам изучить воззвание о семье (см. брошюру «Совершенствование личности», стр. ii) для того, чтобы больше узнать о роли и Божественном потенциале женщин.

Урок 6: Радоваться сейчас

ВОПРОСЫ

- Похоже, очень многие смотрят на жизнь пессимистично. Что я могу сделать, чтобы этого избежать и помочь другим людям стать оптимистами?
- Мне кажется, что у других ребят много радости в жизни, а у меня одни проблемы. Какие мои знания или благословения как молодой женщины – Святой

последних дней могут помочь мне почувствовать и обрести радость?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Томас С. Монсон, «**Опасность скрытых клиньев**», *Ensign* и *Лиахона*, июль 2007 г., стр. 4–9. Вы можете заменить притчу «Сотворение» рассказанной Президентом Монсоном аллегорией и беседой о том, как избавление от скрытых клиньев помогло бы девушкам уже сейчас найти радость в жизни.

ЗАДАНИЯ

- Вы можете завести дневник, чтобы записывать, за что вы благодарны.

Урок 7: Создание семейного очага

ВОПРОСЫ

- Какую атмосферу я хотела бы создать в своем будущем доме?
- Какие у меня есть способности и таланты, которые помогут мне участвовать в создании счастливого семейного очага и сейчас, и в будущем?
- Какие умения мне нужно развивать, чтобы моя семья была успешной и счастливой?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Джули Б. Бек, «**Матери, знающие истину**», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 76–78.
- «**Семья. Воззвание к миру**», *Лиахона*, октябрь 2004 г., стр. 49.
- Притчи 31:11–31; Учение и Заветы 88:119.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: проект по работе над идеалом «Божественная природа», идеи 1, 4; идеал «Ценность личности», задание 2, 7; идеал «Знания», задание 2; проект по работе над идеалом «Знания», идеи 1, 5.
- Поделитесь с другой девушкой, какое из ее качеств, которым вы восхищаетесь, поможет ей, на ваш взгляд, стать хорошей матерью.
- Пригласите сестер из вашего прихода или небольшого прихода научить девушек навыкам и способностям, которые те хотели бы развить.

Урок 8: Отношение к нашему Божественному предназначению

ВОПРОСЫ

- Меня сбивает с толку принятый в мире взгляд на роль женщины. Как мне узнать, выбираю ли я план, предусмотренный для меня Небесным Отцом?

- Пророки наставляли нас получить образование. Как образование поможет мне исполнять свою данную Богом роль?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Томас С. Монсон, «**Три цели, которые направят вас**», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 118–121.
- Гордон Б. Хинкли, «**Пусть добродетель беспрестанно украшает помыслы твои**», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 115–117. Воспользуйтесь этой статьей, чтобы помочь ответить на второй вопрос выше.
- Джули Б. Бек, «**Что женщины – Святые последних дней умеют делать лучше всего: стоять твердо и непоколебимо**», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 109–112.

«Я... уверена, что женщины этой Церкви – самые прекрасные, самые способные женщины в мире ...

В этом мире, где женщины испытывают давление ложных представлений об их природе, важно знать и защищать Божественные роли женщин (стр. 109–110).

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Божественная природа», задание 3; проект по работе над идеалом «Божественная природа», идея 3.
- Предложите молодым женщинам прочитать седьмой абзац из воззвания о семье и назвать принципы, связанные с их предназначением Богом ролью.

Урок 9: Почитание родителей

ВОПРОСЫ

- Что я могу сделать дома, чтобы побудить своих родителей, братьев и сестер завоевать уважение к нашей семье?
- Что я могу сделать для улучшения своих отношений с родителями?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Октавиано Тенорио, «**Сила Божества проявляется в храмах Бога**», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 95–97. В этой статье рассказана история о том, как дети воодушевляют своего дедушку посетить храм (см. первый вопрос выше).
- «**Семья. Воззвание к миру**», *Лиахона*, октябрь 2004 г., стр. 49. Содержание шестого и седьмого абзаца поможет молодым женщинам осознать роль их родителей и принципы создания успешной семьи.
- *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), стр. 10–11. Обсудите, как молодая женщина может участвовать в создании счастливой семьи.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Божественная природа», задание 5; проект по работе над идеалом «Ценность личности», идея 1.

СОВЕТ УЧИТЕЛЮ

Молодые женщины принимают более сознательное участие в уроке, если их к этому побуждают. Например, объясните, что вы хотите получить на вопрос как можно больше ответов. Либо вы можете сказать: «Я хотела бы, чтобы на этот вопрос ответил кто-то из тех, кто еще не отвечал» (см. Обучение – нет призвания выше, стр. 77–78).

- См. раздел «Предлагаемые мероприятия» на стр. 36 в руководстве Общество молодых женщин.

Урок 10: Поддержка членов семьи

ВОПРОСЫ

Предложите молодым женщинам подумать об ответах на следующие вопросы, не обсуждая их в классе:

- Кто в моей семье нуждается в поддержке прямо сейчас? Что я могу сделать, чтобы поддержать их?
- Какую поддержку я могу оказать тем членам семьи, которые не живут по Евангелию?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Л. Том Пэрри, «Отцовство, вечное призвание», *Ensign* и *Лиакхона*, май 2004 г., стр. 69–72. Подумайте, можете ли вы воспользоваться этой статьей, чтобы дополнить беседу о роли отца.
- Сьюзен У. Тэннер, «Я емь свет, который вы должны высоко держать», *Ensign* и *Лиакхона*, май 2006 г., стр. 103–105.
- Мэри Н. Кук, «Укрепляйте дом и семью», *Ensign* и *Лиакхона*, ноябрь 2007 г., стр. 11–13.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Божественная природа», задание 3.
- См. раздел «Практическое применение урока» на стр. 41 руководства Общество молодых женщин.

Урок 11: Мы растем и становимся самостоятельными, часть 1

ВОПРОСЫ

- Учтивая рост числа стихийных бедствий в мире, чему я учусь, чтобы помочь самой себе и другим людям в условиях чрезвычайного происшествия?
- Что значит управлять собой? (см. руководство Общество молодых женщин, стр. 43).
- Как знание и соблюдение установленных Господом нравственных норм помогает мне управлять собой?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Джеймс И. Фауст, «Ваш свет— зная для всех народов», *Ensign* и *Лиакхона*, май 2006 г., стр. 111–114.
- Джули Б. Бек, «Что женщины – Святые последних дней умеют делать лучше всего: стоять твердо и непоколебимо», *Ensign* и *Лиакхона*, ноябрь 2007 г., стр. 109–112. Вместо стихотворения из руководства Общество молодых женщин приведите следующую цитату из выступления сестры Бек:
«Если бы каждая сестра стала достаточно самостоятельной, чтобы свободно делиться своими знаниями, талантами и ресурсами, и если бы каждая сестра проявляла

свое ученичество в своей речи и одежде, мы бы стали непоколебимыми в том, что правильно» (стр. 110).

- Если вместо стихотворения вы решите обратиться к вышеприведенной цитате, то во время обсуждения Священного Писания опирайтесь на Учение и Заветы 58:27–29 вместо Учение и Заветы 29:1–2.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Выбор и ответственность», задание 1.
- *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), стр. 5. Прочитайте оба абзаца на стр. 5; решите, как вы можете обрести духовную и материальную самостоятельность.

Урок 12: Мы растем и становимся самостоятельными, часть 2

ВОПРОСЫ

- Как я могу улучшить свои отношения с родителями?
- Как я могу завоевать и сохранить доверие родителей?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Robert D. Hales, «How Will Our Children Remember Us?» *Ensign*, Nov. 1993, 8–10.
«Если наши родители не были для нас хорошим примером, на нас лежит ответственность разорвать этот круг ...
Каждый человек может найти лучший путь в жизни, благословляя таким образом жизнь членов своей семьи и прививая хорошие традиции будущим поколениям» (стр. 10).
- Мэри Н. Кук, «Укрепляйте дом и семью», *Ensign* и *Лиакхона*, ноябрь 2007 г., стр. 11–13.

«Надеюсь, что помогу вам, мои юные братья и сестры, понять, каким мощным стимулом могут стать ваши действия и поступки для укрепления дома и семьи, невзирая ни на какие обстоятельства. Я понимаю, что, например, многие из вас – возможно, единственные члены Церкви в семье ...

Все семьи – от идеальных до самых неблагополучных – нуждаются в укреплении. Оно может произойти благодаря вам» (стр. 11).

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Божественная природа», задание 5.

СОВЕТ УЧИТЕЛЮ

Девушки будут лучше понимать и применять учение, если у них будет возможность обучать других. Этого можно достичь, прося их поделиться тем, что они узнали, с теми, кто сидит рядом (см. Обучение – нет призвания выше, стр. 173).

Урок 13: Содействие носителям священства

ВОПРОСЫ

- Почему так важно, чтобы я построила хорошие отношения со своим епископом? Какие ключи, которыми владеет епископ, могут благословить меня и мою семью?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Henry B. Eyring, «Your Friend the Bishop», *New Era*, Oct. 2002, 10–13.

«Как президент Священства Ааронова ... , [епископ] мог дать мне то, чего я нигде больше получить не мог. Он был тем человеком, через которого Бог мог призвать меня или отказать мне в призваниях. И он держал ключи покаяния всего прихода – а значит, и моего. Теперь я знаю, как сильно он хотел не подвести Господа, действуя по Его поручению» (стр. 12).

- Исход 17:8–12; 3 Нефий 12:1; Учение и Заветы 1:38; 102:9; 124:144.

ЗАДАНИЯ

- Пригласите вашего епископа прийти на урок или мероприятие, ответить на вопросы о его обязанностях и объяснить, как он может благословить жизнь молодых женщин.

Урок 14: Патриархальное управление семьей

ВОПРОСЫ

- Как священство может благословить мою жизнь уже сейчас, независимо от моих обстоятельств?
- Какие духовные качества я хочу видеть в своем муже? Как эти качества помогут ему праведно руководить нашей семьей?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Джеймс И. Фауст, «Послание моим внукам», *Ensign* и *Лиакхона*, май 2007 г., стр. 54–56.
- Даллин Х. Оукс, «Власть священства в семье и в Церкви», *Ensign* и *Лиакхона*, ноябрь 2005 г., стр. 24–27.
- Обратитесь к воззванию о семье, чтобы найти ответы на девять вопросов, поставленных в уроке.
- Исход 20:12; 1 Нефий 1:1; 16:23–24; Мосия 2:5; Учение и Заветы 107:41.

Урок 15: Священство Мелхиседеково

ВОПРОСЫ

- Какой была бы моя жизнь без влияния священства?
- Как священство благословило мою жизнь?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Томас С. Монсон, «Святой дар священства», *Ensign* и *Лиакхона*, май 2007 г., стр. 57–60.
- Джеймс И. Фауст, «Ключ познания Бога», *Ensign* и *Лиакхона*, ноябрь 2004 г., стр. 52–55.

«Господь дал Своим верным сыновьям, как часть клятвы и завета священства, несколько обещаний, 'которые Он не может нарушить' [У. и З. 84:40]. Во-первых, носители священства 'освящаются Духом в обновление их тел' [У. и З. 84:33]... Во-вторых, 'они становятся сыновьями Моисеевыми и Аароновыми, семенем Авраамовым' [У. и З. 84:34]. В-третьих, они становятся 'избранными Божьими' [У. и З. 84:34]. Как Его представители, они распространяют по лицу Земли эту святую работу в наше время. В-четвертых, 'все те, кто принимают это священство, принимают [Господа]' [У. и З. 84:35]. В-пятых, все те, кто принимают слуг Господа, принимают Его. В-шестых, все те, кто принимают Спасителя, принимают Бога-Отца. В-седьмых, они также принимают Царство Отца. В-восьмых, им будет дано все, что имеет Отец [см. У. и З. 84:36–38]. Те, кто получают все, что имеет Отец, больше уже ничего получить не могут» (стр. 53).

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Непорочность», задание 7.
- Предложите молодым женщинам попросить своих отцов или руководителей священства поделиться с ними своим личным свидетельством о священстве и о том, как оно влияет на их ежедневные решения и поступки.

Урок 16: Женщины и носители священства

ВОПРОСЫ

- Что я могу сделать, чтобы помочь юношам – моим друзьям почитать свое священство, оберегать свою добродетель и подготовиться к обязанностям, ожидающим их в будущем?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Элейн Ш. Далтон, «Это видно по вашему лицу», *Ensign* и *Лиакхона*, май 2006 г., стр. 109–111.
- *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), стр. 24.

ЗАДАНИЯ

- Пусть юноши из вашего прихода поделятся, как опыт, получаемый ими в Священстве Аароновом, помогает им готовиться к миссии, браку и обеспечению семьи. Предложите им поделиться мыслями о том, какую поддержку молодые женщины могут оказать им в этой подготовке.
- См. раздел урока «Предлагаемые мероприятия» в руководстве Общество молодых женщин.

СОВЕТ УЧИТЕЛЮ

Если вы даете молодым женщинам время на размышления во время занятий, это способствует влиянию Духа. Вы могли бы дать им время подумать о том, чему они научились, и записать свои впечатления (см. Обучение – нет призвания выше, стр. 68–70).

Урок 17: Цель заветов и таинств

ВОПРОСЫ

- Иногда я не чувствую себя достойной вкушать причастие, но все равно принимаю его, потому что боюсь того, что могут подумать родители или другие люди. Как мне быть?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Дэвид А. Беднар, «Чтобы Дух Его мог всегда пребывать с нами», *Ensign* и *Лиахона*, май 2006 г., стр. 28–31.

«Крестившись, мы с вами вступили в торжественный завет с нашим Небесным Отцом. Завет – это соглашение между Богом и Его детьми на Земле; при этом важно понимать, что условия всех Евангельских заветов определяет Бог. Мы с вами не определяем ни природу, ни составные части завета. Пользуясь своей свободой воли, мы принимаем условия и требования завета, установленные нашим Вечным Отцом» (стр. 28–29).

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Вера», задание 4; идеал «Божественная природа», задание 4.

Урок 18: Храмовый брак—необходимое условие вечной семейной жизни

ВОПРОСЫ

- Какие изменения в семье производит храмовый брак?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Рассел М. Нельсон, «Пестовать брак», *Ensign* и *Лиахона*, май 2006 г., стр. 36–38.
- «Семья. Воззвание к миру», *Лиахона*, октябрь 2004 г., стр. 49.
- *Верой сильны* (2005), стр. 16–20.
- 1-е Коринфянам 11:11; Учение и Заветы 132:15–20, 46; Моисей 3:24.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Выбор и ответственность», задание 6; идеал «Непорочность», задание 1.
- Пригласите вашего епископа, чтобы он объяснил молодым женщинам смысл и значение собеседования о получении «Рекомендации для посещения храма» (см. *Верой сильны*, стр. 200–201).

Урок 19: Личные записи

ВОПРОСЫ

- Какие благословения дал мне Господь, о которых я могла бы записать в своем дневнике? Как записи об этих

благословениях могут напоминать мне, что Господь меня любит?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Генри Б. Айринг, «О, помните, помните», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 66–69.
- Дон Р. Кларк, «Стать орудием в руках Бога», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2006 г., стр. 97–99.

«Я всегда ношу с собой небольшую тетрадь, в которой записываю вдохновенные мысли, получаемые от Духа... По мере того, как мне в голову приходят различные мысли, я их записываю, а затем стараюсь осуществлять свои замыслы. Я обнаружил, что много раз, когда я выполнил что-то из своего списка, мой поступок стал ответом на чью-то молитву. Бывало также, что я не осуществлял чего-то в своем списке, а позже узнавал, что мог бы кому-то помочь, но не сделал этого. Получая побуждения, касающиеся детей Божьих, если мы записываем полученные нами мысли и вдохновение, а затем выполняем это, доверие Бога по отношению к нам возрастает, и нам дается больше возможностей быть орудием в Его руках» (стр. 99).

ЗАДАНИЯ

- Каждый вечер в течение трех недель, перед тем, как лечь спать, обдумывайте вопросы президента Айринга: «Было ли у Бога послание лично для меня? Замечала ли я Его руку в моей жизни?» (*Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 69). Записывайте случаи из своей жизни в дневник.
- Просмотрите свой дневник «Совершенствование личности». Как выросло ваше свидетельство за последние полгода? Что вы узнали?

Урок 20: Идти людям навстречу

ВОПРОСЫ

- Как я могу заботиться о других, когда сама чувствую себя одинокой или когда у меня опускаются руки?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Дэвид С. Бакстер, «Вера, служение, преданность», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2006 г., стр. 13–15.

«Если мы обогащаем свою душу служением, это помогает нам подняться над своими заботами, трудностями и испытаниями. Когда мы отдаем свои силы, помогая другим нести тяжкое бремя,

происходят чудеса. Наша собственная ноша становится легче. Мы чувствуем себя более счастливыми. Наша жизнь обретает смысл» (стр. 14).

- Энн К. Пингри, «Возрастать в Господе», *Ensign* и *Лиахона*, май 2006 г., стр. 74–76.
- От Матфея 25:40; от Луки 15:4–7; 1-е к Фессалоникийцам 2:7–8; Моисей 2:17.

СОВЕТ УЧИТЕЛЮ

Учащиеся будут с большей вероятностью понимать и применять учение, если будут изучать Священные Писания и слова Пророков. Предлагайте молодым женщинам находить конкретные принципы или другие подробности в тех отрывках, которые они читают. Например, вы могли бы сказать: «Когда вы будете читать эти стихи, поищите...». После того как они просмотрят Священные Писания, попросите их поделиться тем, что они обнаружили (см. Обучение – нет призвания выше, стр. 55).

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Ценность личности», задание 3.
- Соберите вместе группу молодых женщин и молодых мужчин, прочитайте *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), стр. 12–13, и побеседуйте об отличительных свойствах настоящей дружбы.

Урок 21: Праведный пример влияет на других

ВОПРОСЫ

- Как реагируют мои друзья, когда видят, что я соблюдаю церковные нравственные нормы? Как мне лучше отвечать им, если они называют мое послушание лицемерием?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Джозеф Б. Виртлин, «[Наибольшая заповедь](#)», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 28–31.
- Роберт Д. Хейлз, «[Поступать по своей воле. Дар и благословение свободы воли](#)», *Ensign* и *Лиахона*, май 2006 г., стр. 4–8.
- *Проповедовать Евангелие Мое* (2006), стр. 181–183.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Добрые дела», задание 7.

Урок 22: Покаяние

ВОПРОСЫ

- Несмотря на то, что я покаюсь, я все еще чувствую себя виноватой. Как мне узнать, действительно ли я прощена?
- Нам учат, что, когда мы совершаем серьезные ошибки, то нам следует искать прощения от Господа, а для этого нужно побеседовать с епископом. Почему это необходимо? Как епископ может помочь мне?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Дитер Ф. Ухтдорф, «[Точка безопасного возвращения](#)», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 99–101. В этой статье содержатся ответы на первый из поставленных вопросов.
- Бойд Б. Пэкер, «[Я твоих грехов больше не вспомню](#)», *Ensign* и *Лиахона*, май 2006 г., стр. 25–28.
- Рассел М. Нельсон, «[Покаяние и обращение](#)», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 102–104.
- 2 Нефий 9:23; Учение и Заветы 58:42–43; 61:2.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Вера», задание 3.
- *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), 29–30. Прочитав раздел о покаянии, напишите в своем дневнике, какие последствия влечет за собой

осознанное нарушение заповедей Бога. Приведите здесь же примеры покаяния из Священных Писаний.

Урок 23: Прощение

ВОПРОСЫ

- Что значит прощать других людей?
- Как я могу простить человека, который меня сильно обидел?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Джеймс И. Фауст, «[Исцеляющая сила прощения](#)», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 67–69.
- Гордон Б. Хинкли, «[Прощение](#)», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2005 г., стр. 81–84.
- От Матфея 6:12, 15; Учение и Заветы 82:1.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Непорочность», задание 2.

СОВЕТ УЧИТЕЛЮ

Учащиеся смогут более активно участвовать в уроке, если их разделить на маленькие группы. Разбивайте класс на группы, когда вы хотите, чтобы девушки сравнили ответы, обсудили вопросы, пришли к согласию или научили чему-то друг друга (см. Обучение – нет призвания выше, стр. 173).

Урок 24: Молитва и размышление

ВОПРОСЫ

- Что значит молиться с истинным желанием? Как выработать в себе больше решимости поступать согласно ответам, которые я получаю? (см. *Проповедовать Евангелие Мое* [2006], стр. 81–81).

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Ричард Г. Скотт, «[Божественный дар молитвы](#)», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 8–11.
- *Верой сильны* (2004), стр. 82. В этом разделе рассказано о надлежащем языке молитвы.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Божественная природа», задание 3; идеал «Выбор и ответственность», задание 1; идеал «Непорочность», задание 2.

Урок 25: День субботний

ВОПРОСЫ

- Как мне оценить, что уместно делать в день субботний? (см. У. и З. 59).

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Даллин Х. Оукс, «[Обучение Евангелию](#)» *Ensign*, Nov. 1999, 78–80; *Лиахона*, январь 2000 г., стр. 94–98. Проводя этот урок, внимательно отнеситесь к предостережению старейшины Оукса:

«Учителя, которым заповедано обучать 'принципам Евангелия' и 'учению Царства' (У. и З. 88:77), должны

обычно воздерживаться от обучения конкретным правилам и применению. Например, они не будут обучать никаким правилам для определения того, что такое полная десятая, и они не будут приводить никакого списка того, что *можно* и чего *нельзя* делать для соблюдения дня субботнего в святости. Если учитель излагает учение и соответствующие принципы [из Священных Писаний и высказываний живущих Пророков], то конкретные применения или правила обычно оставляются на усмотрение самих учащихся и их семей» (р. 96).

- Джеффри Р. Холланд, «**Молодым женщинам**», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2005 г., стр. 28–30. В этой статье описывается, в какой одежде молодым женщинам следует приходиться на Богослужение в день субботний.
- *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), стр. 32–33.
- Исаия 58:13–14.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Вера», задание 3.

Урок 26: Свидетельство

ВОПРОСЫ

- Что такое свидетельство? Какую пользу приносит принесение свидетельства?
- Как я могу поделиться своим свидетельством с другими людьми, не говоря «Я хочу принести свидетельство»?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Дитер Ф. Ухтдорф, «**Сила личного свидетельства**», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2006 г., стр. 37–39.
- М. Рассел Баллард, «**Вероучение, семья, факты и плоды**», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 25–27.
- Джей Э. Дженсен, «**Приносить свидетельство**», *Ensign* и *Лиахона*, октябрь 2005 г., стр. 20–22.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Вера», задание 5.

Урок 27: Изучение Священных Писаний

ВОПРОСЫ

- Как ежедневное изучение Священных Писаний может помочь мне сопротивляться искушениям? (См. 1 Нефий 15:24.)
- Как еще изучение Священных Писаний способно помочь мне в жизни? (См. Геламаман 15:7–8.)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Томас С. Монсон, «**Крепка, о Святые, основа основ**», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2006 г., стр. 62, 67–69. Обсудите, как изучение Священных Писаний, второй прин-

цип, указанный Президентом Монсоном, может помочь юношам и девушкам в поиске ответов на их вопросы.

- Гордон Б. Хинкли, «**Звнящее и истинное свидетельство**», *Ensign* и *Лиахона*, август 2005 г., стр. 2–6.

«Я обещаю вам без всяких сомнений, что если каждый из вас будет следовать этому простому плану, независимо от того, сколько раз до этого вы уже прочитали Книгу Мормона, то в вашу жизнь и ваши дома придет более сильное влияние Духа Господа, появится более твердая решимость ходить в повиновении Его заповедям и более крепкое свидетельство о живой реальности Сына Божьего» (стр. 6).

- Джули Б. Бек, «**Душа моя благоволит Священным Писаниям**», *Ensign* и *Лиахона*, май 2004 г., стр. 107–109.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Выбор и ответственность», задание 1. Призовите молодых женщин сделать своим правилом постоянное изучение Священных Писаний и молитву. Призовите их поставить себе личные цели чтения. Предоставьте молодым женщинам возможности поделиться своим пониманием, опытом и случаями, связанными с личным изучением Священных Писаний.

СОВЕТ УЧИТЕЛЮ

Если предоставлять молодым женщинам возможности свидетельствовать во время занятий, это способствует влиянию Духа. В конце занятия вы можете предложить одной или двум девушкам подвести итог урока и поделиться своим отношением к тому, что они узнали.

Урок 28: Сопротивление греху

ВОПРОСЫ

- Каким образом то, что я смотрю, слушаю или читаю, может повлиять на мою способность сопротивляться искушениям?
- Что еще, кроме молитвы, изучения Священных Писаний и посещения Церкви я могу делать, чтобы избежать искушений и греха?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Генри Б. Айринг, «**Как дитя**», *Ensign* и *Лиахона*, май 2006 г., стр. 14–17.
- Ричард Г. Скотт, «**Как жить хорошей жизнью среди возрастающего зла**», *Ensign* и *Лиахона*, май 2004 г., стр. 100–102.

«Если к вам когда-нибудь придет искушение испытать на себе какое-то заманчивое предложение Люцифера, сначала спокойно проанализируйте неизбежные последствия такого выбора; тогда ваша жизнь не будет разрушена. Вы не можете избежать трагических последствий, прикоснувшись к тому, что было запрещено Богом как средство, разрушительное для счастья и уничтожающее духовное руководство» (стр. 102; см. первый вопрос выше).

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Божественная природа», задание 5; идеал «Выбор и ответственность», задание 2.

Урок 29: Второе пришествие

ВОПРОСЫ

- Почему для меня важно знать и понимать знамения Второго пришествия?
- Как мне оставаться спокойной и хранить мир в душе, даже если некоторые знамения Второго пришествия вселяют страх и ужас? (См. У. и З. 38:30.)
- Что я могла бы делать, чтобы быть готовой, когда Спаситель снова придет на Землю?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Даллин Х. Оукс, «Подготовка ко Второму пришествию», *Ensign* и *Лиахона*, май 2004 г., стр. 7–10.
- Бойд К. Пэкер, «Защита и убежище», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2006 г., стр. 85–88. Эта статья помогает ответить на второй из вышеприведенных вопросов.
- *Верой сильны* (2004), стр. 32–34. В этом разделе указано много ссылок на Священные Писания, где говорится о событиях и знамениях Второго пришествия.

ЗАДАНИЯ

- Вы могли бы записать в своем дневнике ответы на следующие вопросы: «В какой сфере своей жизни я готова ко Второму пришествию? В каких аспектах жизни мне нужно добиться улучшений?»

Урок 30: Служение

ВОПРОСЫ

- Для меня не всегда естественно думать о других людях. Как мне научиться быть более внимательной к другим людям, их чувствам и потребностям? Как это изменит мою жизнь?

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Божественная природа», задание 2; идеал «Добрые дела», задания 2, 5–6; проект по работе над идеалом «Добрые дела», идея 5.

Урок 31: Коллективный досуг – основа разумного поведения в период взросления

ВОПРОСЫ

- Почему нам советуют воздерживаться от частых свиданий с одним и тем же человеком? (См. *Во имя нравственной силы молодежи* [брошюра, 2002], стр. 25.)
- Время от времени меня пытаются убедить пойти против совета Пророков в отношении ранних свиданий или свиданий с одним человеком. Что я могу сделать или сказать в такой ситуации, чтобы остаться верной тем нравственным нормам, которые установлены Господом?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Джон Б. Диксон, «Обязательство перед Господом», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 14–15.
«Вам захочется принять обязательства в отношении скромной одежды и поведения во время свиданий. Соблюдать данные Господом нравственные нормы всегда легче, если вы заранее определили, как будете действовать, когда перед вами встанет выбор на свидании, в кругу друзей или сверстников. Некоторые люди могут не понимать ваших нравственных норм, вашей приверженности праведным принципам и обязательствам, но они будут по-настоящему уважать вас и восхищаться вами, им даже захочется стать более похожими на вас» (стр. 15).
- *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), стр. 24–25. Если в вашей культуре свидания приемлемы, вы можете прочитать этот раздел о свиданиях и побеседовать о том, как молодые женщины могут применить эти советы в жизни (см. вопросы выше).

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: проект по работе над идеалом «Выбор и ответственность», идея 1.

Урок 32: Сохранять чистоту, дисциплинируя себя

ВОПРОСЫ

- Если я уже сейчас приму решение оставаться нравственно чистой, как это поможет мне сохранить чистоту души?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Дэвид А. Беднар, «Неповинные руки и чистое сердце», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 80–83.
- Роберт Д. Хейлз, «Носителям Священства Ааронова: подготовка к десятилетию важных решений», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 48–51.
- Алма 38:12; Учение и Заветы 10:5; 121:45–46; Символы веры 1:13.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Непорочность», задание 1–2.

СОВЕТ УЧИТЕЛЮ

Учащиеся принимают более сознательное участие в уроке, если выполняют индивидуальные задания, а потом делятся тем, что узнали. Вы можете предлагать молодым женщинам самостоятельно изучать Священные Писания или цитаты, записывать ответы или впечатления либо подумать об ответах на вопросы (см. Обучение – нет призвания выше, стр. 55).

Урок 33: Избегать пагубного влияния средств массовой информации

ВОПРОСЫ

Размышляя о том, как лучше воспользоваться этими вопросами, подумайте о потребностях молодых женщин в вашем приходе и соответственно приспособьте эти вопросы.

- Как мне узнать, не трачу ли я слишком много времени на телепередачи, видеоигры, SMS или «блуждание» в Интернете?
- Хотя у некоторых песен плохие тексты, я не прислушиваюсь к словам. Действительно ли они так влияют на меня? Почему?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Томас С. Монсон, «**Верой сильны**» *Ensign* и *Лиахона*, май 2006 г., стр. 18–21. Эта статья поможет ответить на вопросы, поставленные выше.
- Л. Уитни Клейтон, «**Блаженны все чистые сердцем**», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 51–53. Эта статья поможет ответить на первый вопрос, поставленный выше.
- *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), стр. 17–19. Этот раздел о развлечениях и СМИ поможет ответить на поставленные выше вопросы.
- Мороний 7:12–17; Учение и Заветы 45:32.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Выбор и ответственность», задания 5–6; проект по работе над идеалом «Выбор и ответственность», идея 3.

Урок 34: Дстойные мысли

ВОПРОСЫ

- В школе вокруг меня всегда звучат слова, которые оскорбляют мой слух. Что я могу сделать, чтобы не слышать их? Что я могу сделать, чтобы избавиться от них мое сознание?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Джеффри Р. Холланд, «**Язык Ангелов**», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 16–18.
- Джей Э. Дженсен, «**Насыщающая дух сила гимнов**», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 11–13.
- Бойд К. Пэкер, «**Дстойная музыка, дстойные мысли**», *New Era*, Apr. 2008, 6–11; *Лиахона*, апрель 2008 г., стр. 30–35 (см. www.worthymusicworthythoughts.lds.org).
- *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), стр. 22–23.
- Притчи 23:7; Алама 12:14; Учение и Заветы 25:12.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: проект по работе над идеалом «Выбор и ответственность», идея 3.
- Во время еженедельного мероприятия вы можете прочитать раздел «Музыка в нашей жизни» из предисловия Первого Президентства к книге гимнов (*Гимны*, стр. х). Спойте несколько ваших любимых гимнов. Вы можете всем классом выучить один из гимнов наизусть.

Урок 35: Жить праведно, несмотря на давление извне

ВОПРОСЫ

- Как мне реагировать на людей, которые изводят меня или смеются надо мной, потому что я член Церкви?
- Я расстраиваюсь, когда вижу, что мои друзья не живут по нравственным нормам Церкви. Как я могу подавать им хороший пример, чтобы они при этом не считали меня надоедливой, а мою праведность – показной?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Томас С. Монсон, «**Крепка, о Святые, основа основ**», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2006 г., стр. 62, 67–69.
- Квентин Л. Кук, «**Жить верой, а не страхом**», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 70–73.
- *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), стр. 12–13.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Выбор и ответственность», задание 2.

Урок 36: Истина и праведная жизнь

ВОПРОСЫ

- Какие истины Евангелия мир подвергает искажению? Что я могу делать, чтобы эти искажения не обманули меня?
- Закон целомудрия – тема священная и деликатная. Как я могу объяснить, почему я живу по этому закону, своим друзьям, у которых другие убеждения?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Ричард Г. Скотт, «**Истина, основа правильных решений**», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 90–92.

«Процесс поиска истины иногда требует огромных усилий, помноженных на глубокую веру в нашего Отца и Его прославленного Сына. Бог сделал это, чтобы выковать ваш характер. Дстойный характер усилит вашу способность

послушно следовать руководству Духа при принятии важнейших решений. Праведный характер – это то, кем вы становитесь. И это более важно, чем все ваше имущество, знания или достигнутые вами цели. Это дает вам возможность пользоваться доверием. Праведный характер закладывает основу духовной силы. Он помогает вам во времена испытаний и трудностей правильно принимать нелегкие, но чрезвычайно важные решения, даже если они будут казаться неосуществимыми» (стр. 92).

- Элейн Ш. Далтон, «**Не сходите с тропы**», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 112–114.

СОВЕТ УЧИТЕЛЮ

Учащиеся будут лучше понимать и применять то или иное учение Евангелия, если оно будет сформулировано просто и ясно. Прочитайте места из Священных Писаний и урок, чтобы найти учение, которое могло бы стать средоточием урока. Вы можете выписать его на доске или как-то иначе наглядно представить его девушкам (см. Обучение – нет призвания выше, стр. 52).

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: проект по работе над идеалом «Непорочность», идея 5.

Урок 37: Забота о физическом теле**ВОПРОСЫ**

- Если я буду заботиться о своем физическом теле уже сейчас, как это отразится на моем здоровье в будущем? Как выработка здоровых привычек поможет мне подготовиться к рождению и воспитанию детей?
- Какими способами люди в мире оскверняют свое физическое тело? Как память о том, что мое тело – это храм Бога, поможет мне избегать таких желаний?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Томас С. Монсон, «**Верой сильны**», *Ensign* и *Лиахона*, май 2006 г., стр. 18–21.

«У каждого из нас есть тело, которое доверил нам любящий нас Небесный Отец и о котором нам было велено заботиться. Сможем ли мы избежать ответственности, если по собственной воле будем причинять вред своему организму или безответственно использовать его? Нет, не сможем! Апостол Павел провозгласил: ‘Разве не знаете, что вы – храм Божий, и Дух Божий живет в вас? ...

Храм Божий свят; а этот храм – вы’ [1-е Коринфянам 3:16–17]. Давайте же содержать наши тела—то есть наши храмы—в чистоте и здоровье, подальше от вредных веществ, которые разрушают наше физическое, умственное и духовное благополучие» (стр. 19).

- Сьюзен У. Тэннер, «**Святость физического тела**», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2005 г., стр. 13–15.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: проект по работе над идеалом «Знания», идея 3.
- Вы можете предложить молодым женщинам рассказать своим родным о том, как следует заботиться о своем физическом теле, обратившись к следующим источникам: *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), стр. 36–37; *Верой сильны* (2004), стр. 74, 196.

Урок 38: Питание и Слово Мудрости**ВОПРОСЫ**

- От своих друзей, в средствах массовой информации и от других людей я постоянно слышу, как я должна выглядеть. Как хорошее питание и соблюдение Слова Мудрости поможет мне хорошо относиться к собственному телу?

- Как безотлагательное принятие решения соблюдать Слово Мудрости поможет мне подготовиться к тому, чтобы преданно соблюдать эту заповедь в будущем?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Джон Б. Диксон, «**Обязательство перед Господом**», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 14–15. В этой статье вы найдете ответ на второй из поставленных выше вопросов.
- Джули Б. Бек, «**Помнить, каяться и совершенствоваться**», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 109–112. История Мэри служит примером далеко идущих последствий несоблюдения Слова Мудрости.
- Учение и Заветы 49:19–21; 59:15–20; 88:124.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Добрые дела», задание 2.

Урок 39: Употребление наркотиков**ВОПРОСЫ**

- Когда я видела человека, выступавшего против употребления вредных веществ, например, наркотиков или спиртного? Какое влияние оказал его хороший пример на окружающих?
- Как я буду относиться к себе, если буду соблюдать принятые мной нормы даже в момент давления со стороны окружающих? Что они будут думать обо мне?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Томас С. Монсон, «**Верой сильны**», *Ensign* и *Лиахона*, май 2006 г., стр. 18–21.
- Джеймс И. Фауст, «**Сила, способная изменить жизнь**», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 122–124.
- Даниил 1; Мороний 10:30; Учение и Заветы 59:17–20.

ЗАДАНИЯ

- *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), стр. 2–3. Составьте список благословений, обещанных вам за послушание заповедям Бога. Вы можете рассказать об этом списке своим родным, члену класса или руководителю Общества молодых женщин.

СОВЕТ УЧИТЕЛЮ

Учащиеся будут с большей вероятностью понимать и применять

учение, если им будет предложено

самостоятельно

найти ему применение.

Задавайте такие вопросы, как: «Почему это учение важно или существенно для вас?»

«Когда вы ощущали силу этого учения в своей жизни?»

«Как это учение благословляет вашу жизнь или жизнь других людей?»

(См. Обучение – нет призвания

выше, стр. 175).

Урок 40: Обеспечение здоровья в домашних условиях

Возможно, этот урок стоит провести во время еженедельного мероприятия, а не в воскресенье.

Урок 41: *Возможность добиться успеха*

ВОПРОСЫ

- Цель Общества молодых женщин гласит: «Мы – дочери нашего Небесного Отца, любящего нас»; как это знание может придать мне уверенности в себе? Как знание о том, что я дочь Бога, влияет на мои цели?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Дитер Ф. Ухтдорф, «[Не имеем ли мы повода для радости?](#)», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 18–21. Вы можете подкрепить окончание урока, обращаясь к отрывкам из этой статьи.
- Чарльз У. Далквист II, «[Кто Богу верен?](#)», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 94–96.
- Притчи 31:10–31; Учение и Заветы 25:1–3.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Ценность личности», задание 7.

Урок 42: *Мужество дерзать*

ВОПРОСЫ

- Я боюсь того, что ожидает меня в будущем. Что я могу сделать, чтобы смело идти ему навстречу?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Томас С. Монсон, «[Царственное священство](#)», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 59–61. Вы могли бы обратиться к рассказанной Президентом Монсоном истории о бегуне на соревнованиях, который продолжал бежать даже после того, как потерял одну туфлю (стр. 59).
- *Во имя нравственной силы молодежи* (брошюра, 2002), стр. 2–3 (см. вопросы выше).
- 2-я Царств 17; 2 Нефий 31:20.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Непорочность», задание 3.

Урок 43: *Праведная жизнь*

ВОПРОСЫ

- Каясь и достойно причащаясь, я получаю право на то, чтобы Святой Дух был моим спутником. Как влияние Святого Духа поможет мне оставаться достойной?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Энтони Д. Перкинс, «[Великая и прекрасная любовь](#)», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2006 г., стр. 76–78.
- Элейн Ш. Далтон, «[Загляните в окна вечности!](#)», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2006 г., стр. 31–32.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Выбор и ответственность», задание 4.

Урок 44: *Разумное использование времени*

ВОПРОСЫ

- Я чувствую себя угнетенной всем тем, что от меня ожидается. Что я могу сделать, чтобы лучше распоряжаться своим временем и распределять обязанности, чтобы моя жизнь стала более счастливой?
- У меня есть плохая привычка – откладывать дела на потом. Как мне избавиться от этой привычки?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Даллин Х. Оукс, «[Хорошее, лучшее, наилучшее](#)», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 104–108. Эта статья поможет молодым женщинам определить, что более важно в их жизни (см. вопросы выше).

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Знания», задание 1.

Урок 45: *Значение труда*

ВОПРОСЫ

- Почему принцип труда так важен для создания успешного брака и семьи? (См. воззвание о семье.)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- М. Рассел Баллард, «[Вероучение, семья, факты и плоды](#)», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 25–27.

«Мы уделяем серьезное внимание материальной независимости и этике постоянной трудовой деятельности. Мы поощряем активную общественную работу прихожан и их служение на благо других людей. Церковь продолжает вносить значительные пожертвования деньгами, товарами и служением своих прихожан, оказывая гуманитарную помощь по всему земному шару. Сюда же относится бесчисленное множество часов, пожертвованных членами Церкви на помощь нуждающимся и ликвидацию последствий стихийных бедствий» (стр. 27).

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Знания», задание 5.

Урок 46: *Цель и значение образования*

ВОПРОСЫ

- Почему для меня так важно получить образование?
- Чем хорошее образование поможет мне в будущем? Как оно поможет мне заботиться о своем доме и семье?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Томас С. Монсон, «[Три цели, которые направят вас](#)», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 118–121.
- Гордон Б. Хинкли, «[Пусть добродетель беспрестанно украшает помыслы твои](#)», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 115–117.
- 2 Нефий 9:28–29.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Ценность личности», задание 2; проект по работе над идеалом «Знания», идея 2.

Урок 47: Поощрять развитие талантов**ВОПРОСЫ**

- Как я могу выявить и развивать данные мне свыше способности или таланты?
- Как я могу воодушевлять родных и друзей развивать таланты, которые я в них замечаю?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Джеймс И. Фауст, «Послание моим внукам», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 54–56.

«Каждый из нас – уникальное творение нашего Небесного Отца. Среди нас нет двух одинаковых. Не бывает людей с одинаковыми дарами и талантами. И все свои дары и таланты нам необходимо развивать и использовать, становясь еще более уникальными» (стр. 56).

- Джули Б. Бек, «Поток благословений», *Ensign* и *Лиахона*, май 2006 г., стр. 11–13.
- *Верой сильны* (2004), стр. 145–147.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: идеал «Божественная природа», задание 6; идеал «Знания», задание 2.

Урок 48: Краткосрочные цели как камни, проложенные через речку**ВОПРОСЫ**

- Какова цель программы «Совершенствование личности»? (См. брошюру «Совершенствование личности молодой женщиной» [2002], стр. 7).
- Как эта программа может помочь мне ставить и осуществлять самые важные цели в жизни?

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Джозеф Б. Виртлин, «Уроки жизни», *Ensign* и *Лиахона*, май 2007 г., стр. 45–47.
- Джозеф Б. Виртлин, «Жизнь с избытком», *Ensign* и *Лиахона*, май 2006 г., стр. 99–102.
- 2 Нефий 28:30; Алма 12:10; Учение и Заветы 50:24; 98:12.

ЗАДАНИЯ

- Вы можете предложить девушкам принести их книжки «Совершенствование личности на еженедельное мероприятие и поделиться с другими девушками и руководителями, что они делают для достижения своих целей.

Урок 49: Делегирование ответственности**ВОПРОСЫ**

- Какие навыки руководства помогут мне «нести ответственность созидания Царства Божьего?» (*Во имя нравственной силы молодежи* [брошюра, 2002], стр. 3).

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- М. Рассел Баллард, «О, будьте мудры!», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2006 г., стр. 17–20.
- Дэниэл К. Джадд, «Питать словом Божиим», *Ensign* и *Лиахона*, ноябрь 2007 г., стр. 93–95. Воспользуйтесь рассказанной братом Джаддом историей о том, как подзывать лошадей, для иллюстрации качеств хорошего руководителя.
- Есфирь 3–4.

ЗАДАНИЯ

- «Совершенствование личности»: проект по работе над идеалом «Знания», идея 4; проект по работе над идеалом «Непорочность», идея 1, 3.

Церковь
Иисуса Христа
Святых
последних дней

RUSSIAN



4 02067 54173 9

06754 173