

*ДОДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ
ДЛЯ ТОВАРИСТВА
МОЛОДИХ ЖІНОК
НА 2009 РІК*

ПОСІБНИК 1. ДОДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ

Видано
Церквою Ісуса Христа Святих Останніх Днів
Солт-Лейк-Сіті, шт. Юта

© 2008 by Intellectual Reserve, Inc.
Усі права застережено
Printed in Germany

Текст англійською мовою затверджено: 1/08
Затверджено на переклад: 1/08
Назва оригіналу: *Young Women Resource Guide 2009—Manual 1*
Ukrainian
06754 192

Молоді жінки. Посібник 1.

Додаткові матеріали на 2009 рік

Запропоновані матеріали було підібрано з метою допомогти провідникам навчити молодих жінок тому, що учення і принципи з книги Молоді жінки. Посібник 1 є важливими в кожній сфері їхнього життя. Ці учення і принципи співзвучні вченням пророків і є дієвими в житті всіх дівчат. Подані матеріали було розроблено як доповнення до уроків. З молитвою виберіть ті матеріали, що залучатимуть молодих жінок до навчання й допоможуть зміцнити їхню віру й свідчення

Деякі уроки можна поділити на кілька занять або підкріпити їх заходами, що проводяться упродовж тижня, аби задовольнити індивідуальні потреби молодих жінок. Проведення заходів—хороша нагода застосувати євангельські принципи і вчитися жити за ними.

Урок 1: Дочка Бога

ЗАПИТАННЯ

- Як я можу найкраще зрозуміти свою істинну сутність дочки Бога, якщо світ шле мені так багато суперечливої інформації стосовно того, ким я є і маю бути?
- Я помічаю, що порівнюю себе з іншими і це викликає відчуття збентеження. Як згадування про те, що я є дочкою Бога, допоможе мені уникати цих порівнянь?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- “Сім’я: Проголошення світові”, *Ліягона*, жовт. 2004, с. 49. Замість цитат, поданих у кінці розділу “Тебе любили і люблять”, ви можете скористатися другим і третім абзацами Проголошення про сім’ю (див. путівник “Особистий розвиток”, ii).
- Джеффри Р. Холланд, “Молодим жінкам”, *Ensign* і *Ліягона*, лист. 2005, сс. 28–30. У цій статті наголошується на істинній сутності жінок (див. питання, подані вище).

- Мойсей 1:3–7; Римлянам 8:16; Дії 17:28; Учення і Завіти 76:23–24.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 1 на засвоєння цінності “Індивідуальна цінність”.
- Ви можете попросити молодих жінок зробити книгу високоморальних якостей, про яку згадується у статті Сюзен В. Теннер “Дочки Небесного Батька”, *Ensign* і *Ліягона*, трав. 2007, сс. 106–109.

Урок 2: Ісус Христос—Спаситель

ЗАПИТАННЯ

- Як я можу пояснити свої думки про Ісуса Христа людині, яка не вірить, що я християнка?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Ви можете скористатися номером журналів *Ensign* і *Ліягона* за березень 2008 року, щоб доповнити цей урок.
- Гері Дж. Коулман, “Мамо, а ми християни?” *Ensign* і *Ліягона*, трав. 2007, сс. 92–94.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 5 на засвоєння цінності “Віра”; завдання 4 на засвоєння цінності “Божественна сутність”; проект на засвоєння цінності “Віра”, пункт 1.

Урок 3: Наслідуючи приклад Ісуса Христа

ЗАПИТАННЯ

- У неділю я хочу наслідувати приклад Ісуса Христа, але упродовж тижня я піддаюся впливову світу. Що мені робити?
- Я знаю, що дехто з моїх друзів не наслідує приклад Спасителя. Що мені робити, і як я можу вплинути на них, щоб вони рівнялися на приклад Спасителя?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Джеймс Е. Фауст, “Ваше світло—прапор усім народам”, *Ensign* і *Ліягона*, трав. 2006, сс. 111–114. У цій статті показано, як наслідування прикладу Ісуса Христа у повсякденному житті може впливати на інших (див. друге запитання, подане вище).

- Джозеф Б. Віртлін, “Велика заповідь”, *Ensign* і *Ліягона*, лист. 2007, сс. 28–31.

“Коли ми любимо Господа, послух перестає бути тягарем. Послух стає насолодою. Коли ми любимо Господа, то менше прагнемо того, що приємне для нас, і

ПІДКАЗКА ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

*Засвоєння і втілення
у життя вчень
у повсякденному
житті сприятимуть
кращому розумінню
і застосуванню їх
молодими жінками.
Виклавши певне
вчення в неділю, ви
можете попрацювати
над досягненням
відповідної мети або
виконати завдання з
путівника “Особистий
розвиток” під час заходу
упродовж тижня.*

вертаємося серцями до того, що буде благословляти і надихати інших” (с. 30).

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: девіз (с. 5); завдання 7 на засвоєння цінності “Божественна сутність”.
- *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), с. 38. Складіть список щоденних добрих справ, які ви будете для когось робити.

Урок 4: Шукаючи спілкування зі Святим Духом

ЗАПИТАННЯ

- Як я можу знати, що відчуваю Духа?
- Як я можу бути гідна супроводу Святого Духа, щоб мати Його провід і захист щодня?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Роберт Д. Хейлз, “Діяти самостійно: дар і благословення свободи вибору”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2006, сс. 4–8.

“Спонування уникати зла, що приходять до нас, віддзеркалюють те, що Небесний Батько розуміє наші особисті сильні та слабкі якості, і те, що Він знає про непередбачені обставини нашого життя. Коли ці спонування приходять, вони зазвичай не зупиняють нас на наших шляхах, бо Дух Божий не говорить голосом грому. Цей голос буде м'яким, як шепіт, приходячи наче думка або почуття нашого серця. Прислухаючись до його м'яких спонувань, ми будемо захищені від руйнівних наслідків гріха. Але якщо ми ігноруватимемо ці спонування, світло Духа буде тьмянішати. Наша свобода вибору буде обмежена або втрачена, і ми втратимо впевненість і здатність діяти. Ми будемо ходити “в [духовній] темряві в полудень” (с. 6–7).

- Роберт Д. Хейлз, “Особисте одкровення: Учення й приклади пророків”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 86–89.
- Галатам 5:22; 1 Царів 19:12; Геламан 5:45–46; Учення і Завіти 6:23.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 5 на засвоєння цінності “Вибір і підзвітність”; завдання 2 на засвоєння цінності “Чистота”.
- *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), с. 17–19. Обговоріть вплив музики та інших ЗМІ на нашу здатність відчувати супровід Святого Духа.

Урок 5: Як знайти радість у наших божественних можливостях

ЗАПИТАННЯ

- Як знання моєї божественної ролі допомагає мені знаходити щастя?
- Мене страшать думки про шлюб і материнство. Як я можу здобути впевненість, необхідну для виконання цих ролей у майбутньому?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Гордон Б. Хінклі, “Нехай чеснота прикрашає твої думки безупинно”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2007, сс. 115–117. Скористайтесь чотирма пунктами програми Президента Хінклі, щоб навчати молодих жінок, як сповнити їхнє майбутнє “можливост[ями] та рад[істю]” (с. 115).
- Сюзен В. Теннер, “Дочки Небесного Батька”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2007, сс. 106–109.
- Мосія 2:41; Приповісті 31:10–31; Учення і Завіти 25.

Обговоріть, як застосування вказаних якостей і порад, даних у цих віршах, принесе молодим жінкам радість і впевненість у процесі підготовки до виконання їхньої майбутніх ролей.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 2 на засвоєння цінності “Божественна сутність”; завдання 2 на засвоєння цінності “Індивідуальна цінність”.
- Ви можете запропонувати молодим жінкам вивчати Проголошення про сім'ю (див. путівник “Особистий розвиток”, ii), щоб більше дізнатися про ролі й божественний потенціал жінок.

Урок 6: Як знайти тепер радість

ЗАПИТАННЯ

- Складається враження, що багато людей дивляться на життя з песимізмом. Що я можу робити, аби уникнути цього і допомогти іншим дивитися на події в житті позитивно?
- Складається враження, що у інших підлітків веселе, радісне життя, а моє життя сповнене проблем. Які знання або інші засоби маю я, молода жінка СОД, що допоможуть мені відчути і здобути радість?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Томас С. Монсон, “Небезпека прихованих клинів”, *Ensign і Ліягона*, лип. 2007, сс. 4–9. Ви можете замінити поему “Створення” аналогією Президента Монсона й обговорити, як усунення прихованих клинів може допомогти молодим жінкам знаходити радість уже зараз.

ЗАВДАННЯ

- Ви можете почати ведення щоденника вдячності.

ПІДКАЗКА ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Участь учнів у класі буде більш ефективною, якщо ви ставитимете їм змістовні запитання й даватиме час поміркувати перед тим, як давати відповідь. Щоб учні мали цей час, ви можете написати запитання на дошці або попросити учнів написати відповіді на аркушах паперу (див. Навчати—немає покликання величнішого [2000], сс. 68–70).

Урок 7: Домашнє господарювання

ЗАПИТАННЯ

- Які почуття я хочу мати в майбутньому домі?
- Які мої дари і таланти допоможуть робити домівку щасливою зараз і в майбутньому?
- Які навички мені необхідно розвивати, щоб мій дім був щасливим і успішним?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Джулі Б. Бек, “Матері, які знають”, *Ensign* і *Ліягона*, лист. 2007, сс. 76–78.
- “Сім’я: Проголошення світові”, *Ліягона*, жовт. 2004, с. 49.
- Приповісті 31:11–31; Учення і Завіти 88:119.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Проект на засвоєння цінності “Божественна сутність”, пункти 1, 4; завдання 2, 7 на засвоєння цінності “Індивідуальна цінність”; завдання 2 на засвоєння цінності “Знання”; проект на засвоєння цінності “Знання”, пункти 1, 5.
- Скажіть іншій молодій жінці, якою рисою її характеру, що допоможе їй стати хорошою матір’ю, ви захоплюєтесь.
- Запропонуйте сестрам у вашому приході чи філії провести навчання, поділившись вміннями або талантами, які молоді жінки захотіли б засвоїти.

Урок 8: Ставлення до своєї божественної ролі

ЗАПИТАННЯ

- Мене бентежить те, як світ ставиться до ролі жінки. Як я можу знати, що обираю для себе план Небесного Батька?
- Пророки радять мені здобувати освіту. Як освіта може допомагати мені виконувати свої божественні ролі?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Томас С. Монсон, “Керуйтеся трьома цілями”, *Ensign* і *Ліягона*, лист. 2007, сс. 118–121.
- Гордон Б. Хінклі, “Нехай чеснота прикрашає твої думки безупинно”, *Ensign* і *Ліягона*, трав. 2007, сс. 115–117. Скористайтеся цією статтею, щоб дати відповідь на друге запитання, вказане вище.
- Джулі Б. Бек, “Те, що жінки-святі останніх днів роблять найкраще: стояти міцно й непохитно”, *Ensign* і *Ліягона*, лист. 2007, сс. 109–112.

“Я вважаю жінок цієї Церкви найкращими, найздібнішими жінками на світі. ...

Знання і захист небесами визначених ролей жінок є вкрай важливим у світі, де жінок бомбардують хибними посланнями щодо їхньої особистості” (сс. 109–110).

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 3 на розвиток цінності “Божественна сутність”; проект на засвоєння цінності “Божественна сутність”, пункт 3.
- Запропонуйте молодим жінкам прочитати сьомий абзац із Проголошення про сім’ю і визначити принципи, що стосуються їхніх божественних ролей.

Урок 9: Повага до батьків

ЗАПИТАННЯ

- Що я можу робити вдома, щоб заохочувати батьків, братів та сестер виявляти повагу в сім’ї?
- Що я можу робити, аби покращувати стосунки з батьками?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Октавіано Теноріо, “Сила божественності, явлена в храмах Бога”, *Ensign* і *Ліягона*, лист. 2007, сс. 95–97. У цій статті міститься історія про те, як діти заохочували свого дідуся до відвідування храму (див. перше запитання, подане вище).
- “Сім’я: Проголошення світові”, *Ліягона*, жовт. 2004, с. 49. Інформація шостого і сьомого абзаців може допомогти молодим жінкам зрозуміти ролі своїх батька і матері та принципів, на яких ґрунтуються успішні сім’ї.
- *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), сс. 10–11. Обговоріть, як молода жінка може допомагати в розбудові щасливої сім’ї.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 5 на розвиток цінності “Божественна сутність”; проект на засвоєння цінності “Індивідуальна цінність”, пункт 1.
- Див. “Запропоновані види роботи” на с. 36 посібника “Молоді жінки”.

Урок 10: Підтримка членів сім’ї

ЗАПИТАННЯ

Заохочуйте молодих жінок поміркувати над відповідями на наступні запитання, замість того, щоб обговорювати їх усім класом:

- Кому в моїй сім’ї потрібна підтримка прямо зараз? Що я можу робити, щоб надати підтримку?
- Що я можу робити, щоб підтримати членів сім’ї, які, можливо, не живуть за євангелією?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Л. Том Перрі, “Бути батьком—вічне покликання”, *Ensign* і *Ліягона*, трав. 2004, сс. 69–72. Ви можете скористатися

ПІДКАЗКА ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Існує більша ймовірність того, що молоді жінки активніше братимуть участь в уроці, якщо їх до цього заохочувати. Наприклад, поясніть, що ви хочете отримати якомога більше відповідей на певне запитання. Або ви можете сказати: “Я б хотіла, щоб на це запитання відповіла та дівчина, яка ще не відповідала жодного разу” (див. Навчати—немає покликання величнішого, сс. 77–78).

цією статтею, щоб доповнити обговорення про роль батька.

- Сюзен В. Теннер, “Я є світоч, який ви будете піднімати”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2006, сс. 103–105.
- Мері Н. Кук, “Зміцнювати дім і сім’ю”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 11–13.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 3 на засвоєння цінності “Божественна сутність”.
- Див. “Застосування уроку” на с. 41 посібника “Молоді жінки”.

Урок 11: Зростання і зрілість у впевненості в собі. Частина 1

ЗАПИТАННЯ

- Беручи до увагу зростаючу кількість природних катаклізмів у світі, як я вчуся допомагати собі та іншим на випадок непередбачених обставин?
- Що означає керувати собою? (Див. посібник “Молоді жінки”, с. 43).
- Як знання і наслідування Господніх норм допомагає мені керувати собою?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Джеймс Е. Фауст, “Ваше світло—прапор усім народам”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2006, сс. 111–114.
- Джулі Б. Бек, “Те, що жінки-святі останніх днів роблять найкраще: стояти міцно й непохитно”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 109–112. Замість вірша в посібнику “Молоді жінки” ви можете скористатися цією цитатою сестри Бек:

“Якби кожна сестра була достатньо самостійною, щоб вільно вділяти від свого знання, талантів і статків, і якби учнівство кожної сестри відбивалося в її мові та одязі, ми були б непорушними в тому, що є правильним” (с. 110).

- Якщо ви замість вірша скористаєтесь вищевказаною цитатою, під час обговорення Писань зверніться до Учення і Завітів 58:27–29 замість Учення і Завітів 29:1–2.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 1 на засвоєння цінності “Вибір і підзвітність”.
- *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), с. 5. Прочитайте обидва абзаци на с. 5; вирішіть, як ви можете стати духовно і матеріально незалежними.

Урок 12: Зростання і зрілість у впевненості в собі. Частина 2

ЗАПИТАННЯ

- Як я можу покращувати стосунки з батьками?
- Як я можу завоювати і утримувати довіру батьків?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Роберт Д. Хейлз, “How Will Our Children Remember Us?” *Ensign*, Nov. 1993, 8–10.

“Якщо приклад, показаний нам батьками, не був хорошим, то наш обов’язок—розірвати коло. ...

Кожна людина може ставати кращою і тим самим благословляти свою сім’ю зараз та навчати праведним традиціям наступні покоління” (с. 10).

- Мері Н. Кук, “Зміцнювати дім і сім’ю”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 11–13.

“Я сподіваюся, що можу допомогти вам, мої юні брати і сестри, зрозуміти, яку силу мають дії кожного з вас для зміцнення дому і сім’ї, за яких би обставин ви не жили. Я, наприклад, розумію, що багато з вас є єдиним членом Церкви у своїй сім’ї. ...

Усі сім’ї, як ідеальні, так і проблемні, потребують зміцнення. Сприяття цьому зміцненню можете і ви” (с. 11).

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 5 на засвоєння цінності “Божественна сутність”.

Урок 13: Підтримка носіїв священства

ЗАПИТАННЯ

- Чому так важливо для мене мати хороші стосунки з єпископом? Які ключі має єпископ, щоб благословляти мене і мою сім’ю?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Генрі Б. Айрінг, “Your Friend the Bishop,” *New Era*, Oct. 2002, 10–13.

“Як президент Ааронового священства ... , [єпископ] може дати мені те, чого я не знайду більше ніде. Він—та особа, через яку Бог покликає або звільняє мене від покликання. І він тримає ключі покаяння для всього приходу, а, отже, і для мене. Я знаю, що його найбільше бажання—не підвести Господа у виконання своєї роботи” (с. 12).

- Вихід 17:8–12; 3 Нефій 12:1; Учення і Завіти 1:38; 102:9; 124:144.

ЗАВДАННЯ

- Запросіть вашого єпископа на урок або на захід, де він відповість на запитання про свої обов’язки і пояснить, як він може благословляти життя молодих жінок.

ПІДКАЗКА ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Існує більша ймовірність того, що молоді жінки зрозуміють учення і будуть його застосовувати, якщо у них буде нагода навчати інших. Цього можна досягнути, попросивши їх поділитися набутим знанням з сусідкою по парті (див. Навчати—немає покликання величнішого, с. 174).

Урок 14: Патріарше керівництво вдома

ЗАПИТАННЯ

- Як священство може благословити моє життя вже зараз, незалежно від моїх обставин?
- Які духовні якості я хочу бачити у свого чоловіка? Як ці якості допоможуть йому керувати нашою сім'єю у праведності?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Джеймс Е. Фауст, "Послання моїм онукам", *Ensign і Ліягона*, трав. 2007, сс. 54–56.
- Даллін Х. Оукс, "Влада священства в сім'ї і в Церкві", *Ensign і Ліягона*, лист. 2005, сс. 24–27.
- Скористайтеся Проголошенням про сім'ю, щоб знайти відповіді на дев'ять запитань цього уроку.
- Вихід 20:12; 1 Нефій 1:1; 16:23–24; Мосія 2:5; Учення і Завіти 107:41.

Урок 15: Мелхиседекове священство

ЗАПИТАННЯ

- Яким би було моє життя без впливу священства?
- Як священство благословило моє життя?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Томас С. Монсон, "Священство—священний дар", *Ensign і Ліягона*, трав. 2007, сс. 57–60.
- Джеймс Е. Фауст, "Ключ пізнання Бога", *Ensign і Ліягона*, лист. 2004, сс. 52–55.

"Частиною клятви і завіту священства є те, що Господь робить Своїм вірним синам кілька обіцянь, "які Він не може порушити" [УЗ 84:40] По-перше, носії священства "освячуються Духом на оновлення їхніх тіл"[D&C 84:33]. ...По-друге, вони "стають синами Мойсея і Аарона і сім'ям Авраама" [УЗ 84:34]. По-третє, вони стають "обранцями Божими" [УЗ 84:34]. Як Його розпорядники, вони виконують цю святую роботу в наш час на землі. Четверте, "усі ті, хто приймають це священство", приймають [Господа] [УЗ 84:35]. П'яте, ті, хто приймають Господніх слуг, приймають Його. Шосте, ті, хто приймають Спасителя, приймають Бога Батька. Сьоме, вони також отримують Батькове царство. Восьме, їм також буде дано все, що має Батько [див. УЗ 84:36–38]. Ті, хто приймають усе, що має Батько, отримують те, до чого неможливо щось додати" (с. 53).

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 7 на засвоєння цінності "Чистота".
- Запропонуйте молодим жінкам попросити свого батька чи провідника священства поділитися особистим свідченням про священство і про те, як воно впливає на щоденні рішення і справи.

Урок 16: Жінки і носії священства

ЗАПИТАННЯ

- Що я можу робити, аби допомогти хлопцям, з якими дружу, шанувати своє священство, зберігати чеснотність і бути готовими до виконання своїх майбутніх обов'язків?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Елейн Ш. Дальтон, "Все на твоєму лиці", *Ensign і Ліягона*, трав. 2006, сс. 109–111.
- *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), с. 24.

ЗАВДАННЯ

- Попросіть молодих чоловіків з вашого приходу розповісти, як виконання обов'язків Ааронового священства допомагає їм готуватися до місії, шлюбу і вчить піклуватися про сім'ю. Запропонуйте їм поділитися думками про те, як молоді жінки можуть допомагати їм у цій підготовці.

- Див. рубрику "Запропонована діяльність" у посібнику "Молоді жінки".

ПІДКАЗКА ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Давши можливість молодим жінкам поміркувати під час уроку, ви запрошуєте Духа. Ви можете дати їм час подумати про те, що вони дізналися, й записати свої враження (див. Навчати—немає покликання величнішого, с. 68–70).

Урок 17: Мета завітів і тайнств

ЗАПИТАННЯ

- Іноді я відчуваю, що не гідна приймати причастя. Але я все рівно його приймаю, бо боюся, що подумають батьки або інші люди. Що я повинна робити?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Девід А. Беднар, "Щоб Його Дух міг завжди бути з нами", *Ensign і Ліягона*, трав. 2006, сс. 28–31.

"Коли кожного з нас було охрищено, ми увійшли в урочистий завіт з нашим Небесним Батьком. Завіт є угодою між Богом і Його дітьми на землі, і важливо

розуміти, що саме Бог визначає умови усіх завітів евангелії. Ми з вами не визначаємо суті чи складових завіту. Скоріш, застосовуючи моральну свободу вибору, ми приймаємо ті умови та вимоги завіту, що встановлені нашим Вічним Батьком" (с. 28).

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 4 на засвоєння цінності "Віра"; завдання 4 на засвоєння цінності "Божественна сутність".

Урок 18: Храмовий шлюб—вимога для вічного сімейного життя

ЗАПИТАННЯ

- Що особливого привносить храмовий шлюб у сім'ю?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Рассел М. Нельсон, "Зміцнення шлюбу", *Ensign і Ліягона*, трав. 2006, сс. 36–38.

- “Сім’я: Проголошення світові”, *Ліягона*, жовт. 2004, с. 49.
- *Стійкі у вірі* (2004), 193–197.
- 1 Коринтянам 11:11; Учення і Завіти 132:15–20, 46; Мойсей 3:24.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 6 на засвоєння цінності “Вибір і підзвітність”; завдання 1 на засвоєння цінності “Чистота”.
- Запропонуйте вашому єпископу навчати молодих жінок про співбесіду для отримання храмової рекомендації (див. *Стійкі у вірі*, с. 169).

Урок 19: Особисті записи

ЗАПИТАННЯ

- Про які благословення, отримані від Господа, я можу написати в щоденнику? Як ці записи можуть нагадувати мені про Господню любов до мене?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Генрі Б. Айрінг, “О пам’ятайте ж, пам’ятайте”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 66–69.
- Дон Р. Кларк, “Стати зняряддям у руках Бога”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2006, сс. 97–99.

“У мене є невеличкий щоденник, який я ношу з собою і записую туди слова натхнення і думки, які отримую від Духа. ...Коли до мене приходять думки, я записую їх і потім намагаюсь виконувати. Багато разів я помічав, що коли я роблю що-небудь з цього переліку, мої дії стають відповіддю на чіюсь молитву. Також були часи, коли я не робив чогось зі свого переліку, а пізніше дізнавався, що був хтось, кому я зміг би допомогти, але не зробив цього. Коли ми отримуємо спонукання стосовно дітей Бога, записуємо отримані думки і слова натхнення і потім виявляємо послухність до них, довіра Бога до нас зростає і ми отримуємо більше можливостей бути зняряддям в Його руках” (с. 99).

ЗАВДАННЯ

- Упродовж трьох тижнів перед сном поміркуйте над питаннями, поставленими президентом Айрінгом: “Чи Бог передав послання, яке адресувалося тільки мені?”, “Чи бачив я Його руку в моєму житті?” (*Ensign і Ліягона*, лист. 2007, с. 69). Запишіть події в журнал.
- Прогляньте вашу книжечку “Особистий розвиток”. Як зросло ваше свідчення упродовж останніх шести місяців? Чого ви навчилися?

Урок 20: Іти до інших

ЗАПИТАННЯ

- Як я можу виявляти увагу іншим людям, якщо почуваюся самотньою або безсилою?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Девід С. Бакстер, “Віра, служіння, сила духа”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2006, сс. 13–15.

“Якщо ми вкладаємо душу в служіння, то це допомагає нам піднятися над власними турботами, проблемами і викликами. Якщо ми спрямовуємо енергію на полегшення тягарів інших, відбувається щось дивовижне. Наші власні тягарі легшають. Ми стаємо щасливішими. Життя стає насиченішим” (с. 14).

- Енн С. Пінтрі, “Рости в Господі”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2006, сс. 74–76.
- Матвій 25:40; Лука 15:4–7; 1 Солунянам 2:7–8; Мосія 2:17.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 3 на засвоєння цінності “Індивідуальна цінність”.
- Разом з групою молодих жінок і молодих чоловіків прочитайте *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), сс. 12–13 і обговоріть, що притаманне справжній дружбі.

Урок 21: Приклад праведності впливає на інших

ЗАПИТАННЯ

- Як мої друзі реагують, коли я живу за церковними нормами? Як я можу реагувати, коли вони називатимуть мій послух фарисейством?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Джозеф Б. Віртлін, “Велика заповідь”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 28–31.
- Роберт Д. Хейлз, “Діяти самостійно: дар і благословення свободи вибору”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2006, сс. 4–8.
- *Проповідуйте Мою євангелію* (2005), 172–174.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 7 на засвоєння цінності “Добрі справи”.

Урок 22: Покаяння

ЗАПИТАННЯ

- Хоча я й покалася, я все ще відчуваю провину. Як я можу знати, що дійсно отримала прощення?
- Коли ми робимо серйозні помилки, то нас навчають шукати Господнього прощення в розмові з єпископом. Чому це так важливо? Як єпископ може мені допомогти?

ПІДКАЗКА ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Існує більша ймовірність того, що учні зрозуміють учення і будуть його застосовувати, якщо вивчатимуть Писання і слова пророків. Попросіть молодих жінок звертати увагу на конкретні принципи чи інші деталі в уривках, які вони читатимуть. Наприклад, ви можете сказати: “Читуючи ці вірші, зверніть увагу на ...” Після того як вони дослідять вірші з Писань, попросіть учнів розповісти, що вони знайшли (див. Навчати—немає покликання величнішого, с. 55).

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Дітер Ф. Ухтдорф, “Рубіж повернення”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2007, сс. 99–101. У цій статті міститься відповідь на перше вищезгадуване запитання.
- Бойд К. Пекар, “Я... не пам’ятатиму їх [гріхів] більше”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2006, сс. 25–28.
- Рассел М. Нельсон, “Покаяння і навернення”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2007, сс.102–104.
- 2 Нефій 9:23; Учення і Завіти 58:42–43; 61:2.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 3 на засвоєння цінності “Віра”.
- *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), сс. 29–30. Після того як прочитаєте розділ про покаяння, напишіть у своїх щоденниках про наслідки свідомого порушення Божих заповідей. Включайте також приклади покаяння з Писань.

Урок 23: Прощення**ЗАПИТАННЯ**

- Що означає прощати інших?
- Як мені простити людину, яка завдала мені великого болю?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Джеймс Е. Фауст, “Цілюща сила прощення”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2007, 67–69.
- Гордон Б. Хінклі, “Прощення”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2005, сс. 81–84.
- Матвій 6:12, 15; Учення і Завіти 82:1.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 2 на засвоєння цінності “Чистота”.

Урок 24: Молитва і розмірковування**ЗАПИТАННЯ**

- Що означає молитися зі справжнім наміром? Як я можу з більшою впевненістю діяти відповідно до отриманих відповідей? (див. *Пропонуйте Мою євангелію* [2005], с. 73).

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Річард Г. Скотт, “Застосування божественного дару молитви”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2007, сс. 8–11.
- *Стійкі у вірі* (2004), с. 65–66. У цьому розділі йдеться про те, якою має бути наша мова, коли ми молимося.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 3 на засвоєння цінності “Божественна сутність”; завдання 1 на засвоєння цінності “Вибір і підзвітність”; завдання 2 на засвоєння цінності “Чистота”.

Урок 25: Суботний день**ЗАПИТАННЯ**

- Як я вирішую, які заходи є прийнятними для Суботнього дня? (Див. УЗ 59).

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Даллін Х. Оукс, “Навчання євангелії”, *Ensign*, Nov. 1999, 78–80; *Ліягона*, січ. 2000, сс. 94–98. Викладаючи цей урок, зверніться до застереження старійшини Оукса: “Вчителі, яким заповідано навчати “принципам євангелії” та “ученню царства” (див.УЗ 88:77), мають уникати навчання специфічним правилам чи заяв. Наприклад, їм не слід навчати будь-яким правилам стосовно визначення повної десятини, або складати перелік того, що *можна* робити, а чого *не можна* для дотримання Суботнього дня святим. Після того як учитель навчив доктрині та принципам з Писань чи учень сучасних пророків, що стосуються цього, відповідальність за навчання подібним специфічним речам чи правилам лежить на окремих особах та сім’ях” (с. 96).

- Джеффри Р. Холланд, “Молодим жінкам”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2005, сс. 28–30. У цій статті йдеться про належний одяг молодих жінок для поклоніння в Суботній день.
- *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), сс. 32–33.
- Ісаїя 58:13–14.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 3 на засвоєння цінності “Віра”.

Урок 26: Свідчення**ЗАПИТАННЯ**

- Що таке свідчення? Яку користь ми маємо, коли ділимося свідченням?
- Як я можу ділитися свідченням з іншими, при цьому не кажучи: “Я хочу свідчити”?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Дітер Ф. Ухтдорф, “Сила особистого свідчення”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2006, сс. 37–39.
- М. Рассел Баллард, “Віра, сім’я, факти і плоди”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 25–27.
- Джей Е. Дженсен, “Свідчення”, *Ensign і Ліягона*, жовт. 2005, сс. 10–13.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 5 на засвоєння цінності “Віра”.

ПІДКАЗКА ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Існує більша ймовірність того, що учні братимуть участь в уроці, якщо їх розбити на маленькі групи. Використовуйте цей метод, якщо хочете заохотити молодих жінок порівнювати відповіді, обговорювати запитання, прийти до спільної думки або навчати один одного (див. Навчати—немає покликання величнішого, с. 174).

Урок 27: Вивчення Писань

ЗАПИТАННЯ

- Як щоденне вивчення Писань допомагає мені протистояти спокусам? (Див. 1 Нефій 15:24).
- Яким іншим чином вивчення Писань допомагає мені в житті? (Див. Геламан 15:7–8).

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Томас С. Монсон, “Тверда основа”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2006, сс. 62, 67–69. Обговоріть, як вивчення Писань, друга настанова Президента Монсона, може допомагати молоді знаходити відповіді свої на запитання.
- Гордон Б. Хінклі, “Живе й правдиве свідчення”, *Ensign і Ліягона*, серп. 2005, сс. 2–6.

“Я обіцяю вам беззастережно, що якщо кожен з вас буде дотримуватися цього простого плану, незалежно від того, скільки разів ви читали Книгу Мормона раніше, у ваше життя прийде більше Духа Божого, зміцниться ваша рішучість слухатися Його заповідей і зросте свідчення про реальність Сина Божого” (с. 6).

- Джулі Б. Бек, “Моя душа втішається Писаннями”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2004, 107–109.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 1 на засвоєння цінності “Вибір і підзвітність”. Закликайте молодих жінок встановити традицію регулярного вивчення Писань і молитви. Заохочуйте їх створити індивідуальний план читання. Надавайте молодим жінкам можливість ділитися думками чи історіями, пов’язаними з особистим вивченням Писань.

Урок 28: Як протистояти гріху

ЗАПИТАННЯ

- Як те, що я дивлюся, слухаю або читаю, впливає на мою здатність протистояти спокусі?
- Що крім молитви, вивчення Писань і відвідування церкви я можу робити, щоб уникати спокус і гріха?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Генрі Б. Айрінг, “Як дитя”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2006, сс. 14–17.
- Річард Г. Скотт, “Як жити гідно серед наростаючого зла”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2004, сс. 100–102.

“Якщо коли-небудь у вас виникне бажання поекспериментувати з сумнівними пропозиціями Люцифера, спочатку спокійно проаналізуйте неминучі наслідки такого вибору, і ваше життя не буде розбитим. Ви не можете доторкатися до речей, заборонених Богом, що руйнують щастя і роз’їдають духовний провід, не наражаючись на трагічні наслідки” (с. 102; див. перше вищевказане запитання).

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 5 на засвоєння цінності “Божественна сутність”; завдання 2 на засвоєння цінності “Вибір і підзвітність”.

Урок 29: Друге пришествя

ЗАПИТАННЯ

- Чому важливо для мене знати і розуміти ознаки Другого пришествия?
- Як я можу залишатися спокійною і врівноваженою, якщо деякі з ознак Другого пришествия страшні й жахливі? (Див. УЗ 38:30).
- Що я можу робити, щоб приготуватися до того моменту, коли Спаситель прийде знову?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Даллін Х. Оукс, “Підготовка до Другого пришествия”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2004, сс. 7–10.

- Бойд К. Пекер, “Захист і притулок”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2006, сс. 85–88. Ця стаття допомагає відповісти на друге запитання, вказане вище.
- *Стійкі у вірі* (2004), сс. 42–44. У цьому розділі є багато посилань на Писання, що навчають про події та ознаки Другого пришествия.

ЗАВДАННЯ

- Ви можете написати у щоденнику відповіді на такі запитання: У яких сферах свого життя я готова до Другого пришествия? Які сфери потребують вдосконалення?

Урок 30: Служіння

ЗАПИТАННЯ

- Мені не притаманно завжди піклуватися про інших. Як я можу навчитися бути більш чуйною до інших людей та їхніх почуттів і потреб? Як це вплине на моє життя?

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 2 на засвоєння цінності “Божественна сутність”; завдання 2, 5–6 на засвоєння цінності “Добрі справи”; проект на засвоєння цінності “Добрі справи”, пункт 5.

Урок 31: Групові заняття: основа для розважливих побачень

ЗАПИТАННЯ

- Чому мені радять уникати частих побачень з однією особою? (Див. *Заради зміцнення молоді* [буклет, 2002], с. 25).
- Іноді я відчуваю тиск з боку інших людей, що змушує діяти всупереч порадам пророка стосовно побачень у

ПІДКАЗКА ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Дайте можливість молодим жінкам свідчити під час уроку. Це запросить Духа. У кінці уроку ви можете запропонувати одному або двом дівчатам коротко переказати суть уроку і поділитися своїми почуттями про те, що вони дізналися.

ранньому віці чи побачень на постійній основі. Що мені робити чи казати у таких випадках, аби залишатися вірною нормам, встановленим Господом?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Джон Б. Діксон, “Зобов’язання перед Господом”, *Ensign* і *Ліягона*, трав. 2007, сс. 14–15.

“Ви також можете побажати взяти на себе зобов’язання бути скромними в одязі і в поведінці на побаченнях. Дотримуватися Господніх норм завжди легше, якщо ви вже вирішили для себе, що саме будете робити, коли вам доведеться приймати рішення вже під час самого побачення, серед друзів або однолітків. Деякі люди можуть не розуміти ваших норм, коли ви слідуєте принципам праведності і дотримуетесь заповідей, але вони будуть щиро поважати вас і захоплюватися вами, бажаючи бути схожими на вас” (с. 15).

- *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), сс. 24–25. У тих країнах, де побачення прийнятні, ви можете прочитати цей розділ про побачення і обговорити, як молоді жінки можуть застосовувати його у своєму житті (див. вищенаведені запитання).

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Проект на засвоєння цінності “Вибір і підзвітність”, пункт 1.

Урок 32: Досягнення особистої чистоти через самодисципліну

ЗАПИТАННЯ

- Як прийняте зараз рішення залишатися морально чистою допомагатиме у збереженні особистої чистоти?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Девід А. Беднар, “Чисті руки та щире серце”, *Ensign* і *Ліягона*, лист. 2007, сс. 80–83.
- Роберт Д. Хейлз, “Звернення до носіїв Ааронового священства: підготовка до десятиліття прийняття рішень”, *Ensign* і *Ліягона*, трав. 2007, сс. 48–51.
- Алма 38:12; Учення і Завіти 10:5; 121:45–46; Уложення віри 1:13.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 1–2 на засвоєння цінності “Чистота”.

Урок 33: Як уникати руйнівного впливу засобів масової інформації

ЗАПИТАННЯ

Думаючи над тим, як використовувати ці запитання, подумайте про потреби молодих жінок у вашому приході й відповідним чином змініть запитання.

- Як мені дізнатися, чи витрачаю я надто багато часу на перегляд телебачення, відеоігри, телефонні текстові послання чи безцільне блукання Інтернетом?
- Хоча слова деяких пісень дійсно погані, я їх не слухаю. Чи справді вони впливають на мене? Чому?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Томас С. Монсон, “Тверда основа”, *Ensign* і *Ліягона*, лист. 2006, сс. 18–21. Ця стаття допомагає відповісти на запитання, вказані вище.
- А. Уїтні Клейтон, “Благословенні всі чисті серцем”, *Ensign* і *Ліягона*, лист. 2007, сс. 51–53. Ця стаття допомагає відповісти на перше запитання, вказане вище.
- *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), сс. 17–19. Цей розділ стосовно розваг і ЗМІ допомагає відповісти на вищевказані запитання.
- Мороній 7:12–17; Учення і Завіти 45:32.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 5–6 на засвоєння цінності “Вибір і підзвітність”; проект на засвоєння цінності “Вибір і підзвітність”, пункт 3.

ПІДКАЗКА ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Участь учнів буде більш ефективною, якщо вони виконуватимуть індивідуальні завдання й розповідатимуть про те, чого навчилися. Ви можете просити молодих жінок самостійно вивчати Писання або цитати, записувати відповіді або міркувати над відповідями на запитання (див. Навчати—немає покликання величнішого, с. 55).

Урок 34: Гідні думки

ЗАПИТАННЯ

- У школі я постійно чую неприємні для слуху слова. Що я можу робити, щоб не чути їх? Що я можу робити, щоб не думати про них?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Джеффри Р. Холланд, “Язик ангелів”, *Ensign* і *Ліягона*, трав. 2007, сс. 16–18.
- Джей Е. Дженсен, “Виховна сила гімнів”, *Ensign* і *Ліягона*, трав. 2007, сс. 11–13.
- Бойд К. Пекер, “Гідна музика, гідні думки”, *New Era*, Арг. 2008, 6–11; *Ліягона*, квіт. 2008, сс. 30–35 (див. www.worthymusicworthythoughts.lds.org).
- *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), сс. 22 23.
- Приповісті 23:7; Алма 12:14; Учення і Завіти 25:12.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Проект на засвоєння цінності “Вибір і підзвітність”, пункт 3.
- Під час заходу, що проводиться упродовж тижня, ви можете прочитати Передмову Першого Президентства “Музика в нашому особистому житті” (*Гімни*, х). Заспівайте кілька своїх улюблених гімнів. Ви можете усім класом вивчити один з гімнів напам’ять.

Урок 35: Як жити праведно серед труднощів

ЗАПИТАННЯ

- Як мені реагувати на людей, які надокучають або глузують через мою належність до Церкви?
- Мені стає сумно, коли бачу, що мої друзі не живуть за церковними нормами. Як я можу показувати їм гарний приклад, не надокучаючи і не хизуючись праведністю?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Томас С. Монсон, “Тверда основа”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2006, сс. 62, 67–69.
- Квентін А. Кук, “Живіть вірою, а не страхом”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 70–73.
- *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), сс. 12–13.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 2 на засвоєння цінності “Вибір і підзвітність”.

Урок 36: Важливість істини в добродієльному житті

ЗАПИТАННЯ

- Які євангельські істини й норми світ викривляє? Що я можу робити, щоб не обманутися?
- Закон цнотливості—це священна і дуже делікатна тема. Як я можу пояснити своїм друзям, які не розділяють мої вірування, чому я живу за цим законом?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Річард Г. Скотт, “Істина— основа для правильних рішень”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 90–92

“Процес знаходження істини іноді вимагає надзвичайних зусиль, поєднаних з глибокою вірою в нашого Батька і Його Прославленого Сина. Бог призначив, щоб було так, аби викувати наш характер. Гідний характер буде збільшувати вашу здатність слухняно виконувати настанови Духа, коли ви приймаєте дуже важливі рішення. Праведний характер—це те, якими ви стаєте. Він важливіший за те, чого ви надбали, що пізнали або чого досягли. Завдяки йому вам можна довіряти. Праведний характер—це основа для духовної сили. Він допоможе вам у час випробувань і перевірки правильно приймати важкі, надзвичайно важливі рішення, навіть якщо вони здаються непосильними” (с. 92).

- Елейн Ш. Дальтон, “Не сходьте зі стежки!” *Ensign і Ліягона*, Мау 2007, сс. 112–114.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Проект на засвоєння цінності “Чистота”, пункт 5.

Урок 37: Турбота про своє фізичне тіло

ЗАПИТАННЯ

- Яким чином теперішня турбота про моє фізичне тіло вплине на моє здоров'я в майбутньому? Як розвиток хороших звичок підготує мене до народження і виховання дітей?
- Яким чином люди у світі оскверняють своє фізичне тіло? Як думка про те, що тіло є храмом Божим, допомагає мені уникати подібних тенденцій?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Томас С. Монсон, “Віддани вірі”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2006, сс. 18–21.

“Кожен з нас має тіло, яке нам довірив люблячий Небесний Батько. Нам було наказано дбати про нього. Чи можемо ми свідомо ображати або руйнувати свої тіла, не даючи за це звіт? Не можемо! Апостол Павло запевнив: “Чи не знаєте ви, що ви—Божий храм і Дух Божий у вас перебуває? ...

Бо храм Божий святий, а храм той—то ви” [1 Коринтянам 3:16–17]. Давайте ж тримати наші тіла—наші храми—гідними і чистими, вільними від шкідливих речовин, які руйнують наше фізичне, душевне та духовне благополуччя” (с. 19).

- Сюзен В. Теннер, “Святість тіла”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2005, сс. 13–15.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Проект на засвоєння цінності “Знання”, пункт 3.
- Ви можете запропонувати молодим жінкам поділитися зі своїми сім'ями інформацією про те, як піклуватися про тіло, звернувшись до таких джерел: *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), сс. 36–37; *Стійкі у вірі* (2005), сс. 112, 163.

Урок 38: Харчування і Слово мудрості

ЗАПИТАННЯ

- Мої друзі, ЗМІ та інші люди кажуть, що я повинна виглядати певним чином. Як хороше харчування й дотримання Слова мудрості допоможуть мені добре сприймати своє тіло?

- Як теперішнє рішення дотримуватися Слова мудрості готує мене до того, щоб залишатися вірною цій заповіді й у майбутньому?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Джон Б. Діксон, “Зобов'язання перед Господом”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2007, сс. 14–15. Ця стаття допомагає відповісти на друге запитання, вказане вище.
- Джулі Б. Бек, “Пам'ятати, каятися і змінюватися”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2007, 109–112. Історія про Мері ілюструє далекоюсяжність наслідків недотримання Слова мудрості.

ПІДКАЗКА ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Існує більша ймовірність того, що учні зрозуміють і будуть застосовувати євангельське вчення, якщо його викладено просто й чітко. Прогляньте уривки з Писань і матеріал уроку, щоб визначити, на якому вченні зосередитися під час уроку. Ви можете написати це вчення на дошці або показати іншим чином, щоб молоді жінки його бачили (див. Навчати—немає покликання величнішого, с. 52).

- Учення і Завіти 49:19–21; 59:15–20; 88:124.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 2 на засвоєння цінності “Добрі справи”.

Урок 39: Зловживання наркотиками

ЗАПИТАННЯ

- Коли я бачила, як хтось виступав проти вживання шкідливих речовин, таких як наркотики чи алкоголь? Як цей хороший приклад вплинув на інших людей?
- Як я буду до себе ставитися, якщо дотримуватимуся норм навіть у моменти тиску з боку інших? Що будуть думати про мене інші люди?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Томас С. Монсон, “Віддані вірі”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2006, сс. 18–21.
- Джеймс Е. Фауст, “Сила змінюватися”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 122–124.
- Данийїл 1; Мороній 10:30; Учення і Завіти 59:17–20.

ЗАВДАННЯ

- *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), сс. 2–3. Складіть перелік благословень, обіцяних за виконання заповідей Божих. Ви можете зачитати цей перелік сім’ї, членам класу або провіднику Товариства молодих жінок.

Урок 40: Піклування про здоров’я вдома

Ви можете викласти цей урок не в неділю, а під час щотижневого заходу.

Урок 41: Вміння досягати мети

ЗАПИТАННЯ

- Девіз Товариства молодих жінок проголошує: “Ми—дочки нашого Небесного Батька, який любить нас”. Як це знання додає нам упевненості? Як знання про те, що я дочка Небесного Батька, впливає на мої цілі?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Дітер Ф. Ухтдорф, “Чи не маємо ми причини, щоб радіти?” *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 18–21. Ви можете використовувати уривки зі статті в заключній частині уроку.
- Чарльз В. Далквіст II, “Хто разом з Богом?” *Ensign і Ліягона*, трав. 2007, сс. 94–96.
- Приповіді 31:10–31; Учення і Завіти 25:1–3.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 7 на засвоєння цінності “Індивідуальна цінність”.

Урок 42: Сміливість спроби

ЗАПИТАННЯ

- Мені страшно, коли я подумаю, що на мене чекає попереду. Що мені робити, щоб сміливо зустріти ці події.

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Томас С. Монсон, “Священство царське”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 59–61. Ви можете скористатися історією Президента Монсона про бігуна-чемпіона, який продовжував біг навіть після того, як загубив кросівки (с. 59).
- *Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), сс. 2–3 (див. вищеподані запитання).
- 1 Самуїлова 17; 2 Нефій 31:20.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 3 на засвоєння цінності “Чистота”.

Урок 43: Праведне життя

ЗАПИТАННЯ

- Покаяння і гідне причащення роблять мене гідною Святого Духа. Як вплив Святого Духа допоможе мені залишатися гідною?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Ентоні Д. Перкінс, “Велика й прекрасна любов”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2006, сс. 76–78.
- Елейн III. Дальтон, “Дивіться у вічність!” *Ensign і Ліягона*, лист. 2006, сс. 31–32.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 4 на засвоєння цінності “Вибір і підзвітність”.

Урок 44: Як розумно використовувати час

ЗАПИТАННЯ

- Мене приголомшує все, що від мене очікують. Як мені краще розподілити час і обов’язки, щоб зробити життя щасливішим?

- У мене погана звичка зволікати. Як мені її позбавитися?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Даллін Х. Оукс, “Добре, краще, найкраще”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 104–108. Ця стаття допоможе молодим жінкам визначитися з пріоритетами в житті (див. запитання, подані вище).

ПІДКАЗКА ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Існує більша ймовірність того, що учні зрозуміють і будуть застосовувати вчення, якщо їх заохочують прикладати його до власного життя.

Ставте такі запитання: “Чому це вчення є важливим або вагомим для вас?”, “Коли ви відчували силу цього вчення у своєму житті?”, “Як це вчення благословило ваше життя або життя інших?” (Див. Навчати—немає покликання величнішого, с. 163).

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 1 на засвоєння цінності “Знання”.

Урок 45: Важливість праці**ЗАПИТАННЯ**

- Чому принцип роботи є важливим для успішного шлюбу і сім’ї? (Див. Проголошення про сім’ю).

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- М. Рассел Баллард, “Віра, сім’я, факти і плоди”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 25–27.

“Ми постійно підкреслюємо важливість самозабезпечення і правильного ставлення до праці. Ми заохочуємо брати активну участь у житті громад і служінні іншим. Церква продовжує виділяти значні кошти, речі та організувати служіння, щоб допомогти у біді людям по всьому світу, не кажучи вже про величезну кількість годин праці членів Церкви, коли вони допомагають у прибиранні після природних лих, а також полегшенні страждань людей” (с. 27).

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 5 на засвоєння цінності “Знання”.

Урок 46: Мета і важливість освіти**ЗАПИТАННЯ**

- Чому так важливо для мене отримати освіту?
- Як хороша освіта допоможе мені в майбутньому? Як вона допоможе мені колись піклуватися про мій дім і сім’ю?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Томас С. Монсон, “Керуйтеся трьома цілями”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 118–121.
- Гордон Б. Хінклі, “Нехай чеснота прикрашає твої думки безупинно”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2007, сс. 115–117.
- 2 Нефій 9:28–29.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 2 на засвоєння цінності “Індивідуальна цінність”; проект на засвоєння цінності “Знання”, пункт 2.

Урок 47: Допомога у розвитку талантів**ЗАПИТАННЯ**

- Як мені розпізнати й розвивати свої дари й таланти?
- Як я можу заохочувати членів сім’ї та друзів розвивати таланти, які я в них бачу?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Джеймс Е. Фауст, “Послання моїм онукам”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2007, сс. 54–56.

“Кожен з вас є унікальним творінням нашого Небесного Батька. Не існує двох абсолютно однакових людей.

Жодна людина не має тих самих дарів і талантів, які даровано саме вам. Нам слід звеличувати ці таланти і дари і застосовувати їх, збільшуючи власну унікальність” (с. 56).

- Джулі Б. Бек, “Злива благословень”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2006, сс. 11–13.
- *Стійкі у вірі* (2004), сс. 45–46.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: Завдання 6 на засвоєння цінності “Божественна сутність”; завдання 2 на засвоєння цінності “Знання”.

Урок 48: Найближчі цілі як поступові кроки**ЗАПИТАННЯ**

- Яка мета програми “Особистий розвиток”? (Див. *Особистий розвиток молодих жінок*[2002], с. 7).
- Як ця програма допомагає мені встановити найважливіші цілі в житті й досягнути їх?

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- Джозеф Б. Віртлін, “Засвоєні уроки життя”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2007, сс. 45–47.
- Джозеф Б. Віртлін, “Повноцінне життя”, *Ensign і Ліягона*, трав. 2006, сс. 99–102.
- 2 Нефій 28:30; Алма 12:10; Учення і Завіти 50:24; 98:12.

ЗАВДАННЯ

- Ви можете попросити молодих жінок принести їхні путівники “Особистий розвиток” на захід, що проводиться упродовж тижня, і поділитися з іншими молодими жінками й провідниками тим, що вони роблять для досягнення своїх цілей.

Урок 49: Доручення відповідальності**ЗАПИТАННЯ**

- Які навички, притаманні провіднику, допоможуть мені “нести відповідальність за розбудову Божого царства”? (*Заради зміцнення молоді* (буклет, 2002), с. 3).

ДОДАТКОВІ ДЖЕРЕЛА

- М. Рассел Баллард, “О, будьте мудрими”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2006, сс. 17–20.
- Деніел К Джадд, “Насичені добрим словом Бога”, *Ensign і Ліягона*, лист. 2007, сс. 93–95. Скористайтеся історією брата Джадда про збирання коней, щоб показати якості хорошого провідництва.
- Естер 3–4.

ЗАВДАННЯ

- Особистий розвиток: проект на засвоєння цінності “Знання”, пункт 4; проект на засвоєння цінності “Чистота”, пункти 1, 3.

ЦЕРКВА
ІСУСА ХРИСТА
СВЯТИХ
ОСТАННІХ ДНІВ

UKRAINIAN



4 02067 54192 0

06754 192