

# Новата рецепта на Уинфред

От Ричард М. Ромни

Списания на Църквата  
(По истинска история)

„Ние заживяхме щастливо“ (2 Нефи 5:27).

Уинфред помагаше на Джаджа (своята баба) да приготви вечерята.

„Ммм, обичам матоке,“ – каза Джаджа.

„Аз също – отвърна Уинфред. – Това е едно от любимите ми ястия! Обичам зелените банани. А също чушките и доматиите. Но, най-добрата съставка е сосът“.

„Така е, защото сосът обединява всичките вкусове в един“ – добави Джаджа.

Те продължиха да режат зеленчуци. Тогава Уинфред въздъхна.

„Джаджа – каза тя, – как успяваш постоянно да си толкова щастлива?“

„Опитвам се – отговори Джаджа. – Но, аз не съм щастлива през цялото време. Тъгата е част от живота. Ти тъжна ли си в момента?“

Уинфред кимна с глава. „Липсва ми Таата (татко й), защото той работи далече. И ми липсва



## 2. Четете Писанията

училището, защото в момента не можем да го посещаваме. И ми липсват моите приятели от Църквата“.

„Нормално е да тъгуваш за тези неща – каза Джаджа. – Животът невинаги е лесен. Но, когато съм тъжна, се старая да следвам моята рецепта за щастие“.

„Твоята рецепта?“

„Точно както имам рецепта за матоке, така имам и рецепта за щастие. Понякога тъгата е твърде голяма, за да изчезне веднага. Но често се уверявам, че моята рецепта е точно това, от което се нуждая, за да се чувствам по-добре“.

„Каква е твоята рецепта?“

Джаджа се усмихна. „Защо не опиташ и да видиш дали ще можеш да измислиш рецепта за себе си? После можеш да ми разкажеш за нея“.

Същата вечер, когато Уинфред се молеше, тя знаеше, че Небесният Отец я слуша. Тя осъзна, че молитвата я кара да се чувства щастлива! Взе лист хартия и написа: *Рецепта за щастие на Уинфред*.

1. *Молете се*. После тя си легна да спи.

На следващата сутрин Уинфред чете от Книгата



## 3. Имайте вяра в Исус Христос

на Мормон. Четенето на Писанията също я накара да се почувства щастлива. Тя намери своя лист хартия и написа: 2. *Четете Писанията*. След това тя погледна към стиха, на който бе отворила: „Повярвайте в Христа“ (2 Нефи 33:10).

Уинфред добави още една бележка: 3. *Имайте вяра в Исус Христос*

Уинфред се замисли колко е добре, че Джаджа ѝ позволи да остане. Тя отиде при Джаджа и ѝ каза: „Благодаря ти, че ми позволи да остана при теб“.

Когато каза „благодаря ти“, Уинфред се почувства добре. Тя отново написа на своя лист: 4. *Бъдете благодарни*.

После Уинфред попита съседите си дали помалките им деца могат да дойдат, за да си играят заедно. Тя доведе малката си сестра Милфред и малкия си брат Алфред. Когато приключиха с играта, тя покани децата да четат с нея. Джаджа наряза диня за всички.

По-късно, Уинфред отиде при приятелката си Хепи. Заедно, двете измиха чиниите вместо майката на Хепи. След това изметеха пода. Беше забавно да помага!

Когато настъпи вечерта, Уинфред помогна на своите брат и сестра с домашните им. Тя изучава азбуката с Милфред. Помогна на Алфред по математика.

Същата вечер Уинфред говори с Джаджа отново.

„Днес се чувствам много по-добре! Мисля, че

открих своята рецепта за щастие“.

„Чудесно! Сподели с мен“ – каза Джаджа.

„Рецепта за щастие на Уинфред – зачете тя. – 1. Молете се. 2. Четете Писанията. 3. Имайте вяра в Исус Христос 4. Бъдете благодарни“.

„Това е прекрасна рецепта – каза Джаджа. – Но мисля, че май си пропуснала нещо. Какво друго те зарадва днес?“

Уинфред се замисли за минута. „Е, забавлявах се, като играх с малките деца. И като помагах на Хепи и нейната майка. И като учих заедно с Милфред и Алфред. Почакай... ето това е! Да помагам на другите е последната съставка“.

„Точно така – каза Джаджа. – Да служиш на другите е като соса – това обединява всички останали добри неща в едно“.

„Това е добра рецепта – усмихна се Уинфред. – Искам утре да я опитам отново“.

Тази история се случва в Кампала, Уганда.



## 4. Бъдете благодарни

### ВАШАТА РЕЦЕПТА

Каква е вашата рецепта за щастие?  
Направете списък като Уинфред.  
След това споделете „рецептата“ си  
с ваш близък.