

## Зареди факлата си: 30-дневен тест

**З**а младежите в Църквата с натоварено ежедневие може да е лесно да затънат в рутината, особено що се отнася до духовните неща. Четем Писанията си, молим се и почитаме Бог по същия начин почти всеки ден и после се чудим защо изглежда сме затънали в духовна пропаст.

Един от най-добрите начини да опазим факлата си да гори силно е да се погрижим да имаме смислени духовни преживявания. Но това е по-лесно на думи, отколкото на дела, затова ето едно предложение, което да ви помогне да продължите да напредвате духовно: помислете си за дейност, свързана с Евангелието, която никога не сте правили (или рядко правите) и си обещавайте да я вършите всеки ден в продължение на месец. Може да започнете от дребни неща, защото ще откриете, че е по-лесно да превърнете малките промени в трайни промени.



Извършването на неща, които ни измъкват от зоната ни на комфорт, може да изискват повече вяра и усилия от наша страна, но когато ги вършим, ние приканваме Светия Дух да бъде с нас и показваме по-голяма вяра в Небесния Отец и желание да се приближаваме към Него. Ето няколко идеи, с които да започнете:

- Поставете си за цел да казвате молитвите си сутрин и вечер. Опитайте се да се молите на глас.
- Събуждайте се 15 минути по-рано и четете Писанията преди да отидете на училище.
- Четете речи от изминали общи конференции.
- Публикувайте цитат от Книгата на Мормон в някоя социална медия.
- Слушайте химни или църковна музика, вместо обичайната за вас музика.

## ДЕЦА

### Направете факлата си да гори по-силно

**П**реди много време в Гърция съществувало състезание, в което бегачите държали запалени факли. Който успеел да пробяга цялото разстояние със все още горяща факла, бил победителят. Президент Ухтдорф казва, че животът ни

е като това състезание. Факлата, която държим е Светлината на Христа. Когато се опитваме да бъдем като Исус Христос, ние правим факлите си да горят по-силно.

Усмиввай се или кажи здравей на някой, който изглежда самотен

Продължавай да се сърдиш на някого

Грижи се за тялото си

Подигравай се на брат си или сестра си

Подчинявай се на пророка

Откажи се, когато допуснеш грешка

Помогни на някого



Оцветете кръгчетата с нещата, които може да прави това момче, за да бъде като Исус и да прави факлата си да гори по-силно.