



თანაგრძნობით მიწვედომა

როცა მხსნელის თანაგრძნობის მაგალითს მიყვებით, თქვენ დაინახავთ, რომ შეგიძლიათ სხვების ცხოვრებაში ცვლილებების მოხდენა.

თანაგრძნობა ნიშნავს, იცოდეთ სხვების გასაჭირი და გქონდეს მისი შემსუბუქების სურვილი. აღთქმა - მიყვებით ქრისტეს, არის თანაგრძნობის აღთქმა „ვატაროთ ერთმანეთის ტვირთი“ (მოხია 18:8). როცა ვასრულებთ დავალებას - ვიზრუნოთ სხვებზე, ჩვენ ამით გვეძლევა საშუალება, ვემსახუროთ მსგავსად უფლისა - „თანაგრძნობით, ცვლილებების მოხდენით“ (იუდა1:22) უფალმა ბრძანა: „სიკეთით და მოწყალებით მოექცეცით ერთმანეთს“ (საქარია 7:9).

მხსნელის თანაგრძნობა

თანაგრძნობა მხსნელის მსახურების მოძრავი ძალა იყო (ინ. „თანამგრძნობი მხსნელი“). მისი თანაგრძნობა მოყვასისადმი უამრავ შემთხვევაში იწვევდა მასში სურვილს - მისწვდომოდა ირგვლივ მყოფთ. ადამიანთა საჭიროებებიდან და სურვილებიდან გამომდინარე იგი აკურთხებდა და ასწავლიდა მათ იმ სერხით, რომელიც მათთვის უფრო მნიშვნელოვანი იყო. მხსნელის

სურვილმა - აგვამადლოს გასაჭირში, აიყვანა იგი თანაგრძნობის მწვერვალზე - კაცობრიობის ცოდვებისა და ტანჯვის გამოღსიდავად.

მისი უნარი - უპასუხოს ადამიანთა საჭიროებებს, არის ის, რისკენაც უნდა მივიწრაფოდეთ მსახურებისას. მართალი ცხოვრებით და სულიწმინდის კარნახის მოხმენით ჩვენ მივიღებთ შთაგონებას, მივწვედეთ სხვებს მნიშვნელოვანი სერხით.

ჩვენი თანაგრძნობის აღთქმა

მამაწეციერს სურს, რომ მის შვილებს ჰქონდეთ თანაგრძნობა (ინ. 1 კორინთელთა 12:25-27). იმიტომ, რომ გავხდეთ ჰემმარითი მოწაფენი, ჩვენ უნდა განვაერთაროთ და გამოვხატოთ თანაგრძნობა, განსაკუთრებით კი გასაჭირში მყოფთ მიმართ (მოძღვრება და აღთქმები 52:40).

ნათლბის აღთქმის მეშვეობით საკუთარ თავზე ქრისტეს სახელის აღებით ჩვენ ვმოწმობთ, რომ მზად ვართ

თანაგრძნობისთვის. პირველი პრეზიდენტობის მეორე მრჩეველი, პრეზიდენტი ჰენრი ბ. აირინგი, გვასწავლიდა, რომ სულიწმინდის ძღვენი გვემარება ამაში: „თქვენ ხართ იესო ქრისტეს ეკლესიის აღთქმადანდებული წევრი. . . .“

აი რატომ უნდა გქონდეთ სურვილი - დაეხმაროთ ადამიანს, რომელიც ძლივს ატარებს გლოვისა და სირთულეების ტვირთს. თქვენ პირობა დადეთ, რომ დაეხმარებოდით უფალს, შეგემსუბუქებინათ მათი ტვირთი და გენუგეშებინათ ისინი. თქვენ მოგეცათ ძალა, შეგემსუბუქებინათ სხვების ტვირთი, როცა მიიღეთ სულიწმინდის ძღვენი“.¹

მაგალითად, ერთ-ერთი და რუსეთში რთული ოჯახური მდგომარეობის გამო ერთ წელზე მეტი ხნით ვერ დადიოდა ეკლესიაში. მისი მრევლიდან მეორე და მისწვდა მას თანაგრძნობით - ყოველ კვირას ურეკავდა მას, უყვებოდა გამომსვლელების, გაკვეთილების, მისიონერული მოწოდებების, დაბადებულ ბავშვების შესახებ და სხვა ახალ ამბებს. როცა იმ ოჯახს მიჯაჭვული დის მდგომარეობა გამოხსნოდა, მას კვლავ ჰქონდა იმის შეგრძნება, რომ იგი მრევლის ნაწილი იყო, და ეს მოხდა მისი მეგობრის ყოველკვირეული ზარების გამო.

შენიშვნა

1. Henry B. Eyring, “The Comforter,” *Liahona*, მაისი 2015, 18.

ოთხი იდეა თანაგრძნობის განვითარებისთვის

მართალია, თანაგრძნობა ხშირად იზრდება მას შემდეგ, რაც თავად განვიცდით გასაჭირს, მაინც არსებობს თანაგრძნობის განვითარების საშუალებები. განიხილეთ, ამ ოთხი პრინციპის გამოყენება:

ილოცეთ ამისთვის. როცა ვედრებით მიმართავთ მამაზეციერს, იგი გაგიხსნით გულს და „თქვენ იგრნობთ გულწრფელ მწუხარებას ადამიანების კეთილდღეობისა და ბედნიერების გამო“ (*იქადაგე ჩემი სახარება: მისიონერული სამსახურის გზამკვლევი* [2004], 118; see also *Moroni* 7:48).

გამოიყენეთ ეს პრაქტიკაში. შეგიძლიათ გამოხატოთ თანაგრძნობა მოსმენითა და გაგებით. წარმოიდგინეთ საკუთარი თავი მათ სიტუაციაში და წარმოიდგინეთ, რას გრძნობენ ისინი. თუკი ეს დროული და სიტუაციისთვის შესაფერისი იქნება, შეგიძლიათ შესთავაზოთ ტკივილის, ტანჯვისა თუ გასაჭირის შემსუბუქება.

მიჰყევით კარნახს. უფალი გაგვიძნობს თანაგრძნობის გამოხატვის გზებს, რომლებიც თავად ვერ შევნიშნეთ. როცა სულიწმინდისგან მიიღებთ ბიძგს, დაეხმაროთ ვინმეს, დაუყოვნებლივ იმოქმედეთ.

იყავით პირადი მეგობარი. თანაგრძნობის გამომუშავება შეიძლება მარტივად გამოიხატოს ადამიანის ცხოვრებისადმი გულწრფელი ინტერესით. ისწავლეთ კარგად მოსმენა (იხ. “მზრუნველობის პრინციპები: ხუთი რამ, რასაც ავლენს კარგი მსმენელი”, *Liahona*, June 2018, 6–9). თქვენი სიყვარული მათ მიმართ გაიზრდება და გაგიადვილდებათ იმის დადგენა, როგორ გამოხატოთ ეს სიყვარული.

თანაგრძნობი მხსნელი

განიხილეთ შემდეგი ამონარიდები წმინდა წერილიდან, რათა იხილოთ, როგორ ამოძრავებდა იესო ქრისტეს მოწყალება, განეკურნა, დაელოცა და ესწავლებინა მათთვის, ვინც მისი მსახურების დროს მის გარშემო იმყოფებოდა: მათე 9:35–38; 14:14; 18:27, 33; 20:30–34; მარკოზი 1:40–42; 5:19; 6:30–42; 9:22; ლუკა 7:13; 10:33; 15:20.

მზრუნველობის პრინციპები უნდა გვეხმარებოდეს, ვისწავლოთ ერთმანეთზე ზრუნვა და ეს არ უნდა მოხდეს გზავნილის გაზიარების სახით. როცა მათთან, ვისზეც ვზრუნავთ, გაცნობის პროცესში ვართ, სულიწმინდა გვიკარნახებს, რა გზავნილი შეიძლება დასჭირდეთ მათ ჩვენი ზრუნვისა და თანაგრძნობის გარდა.