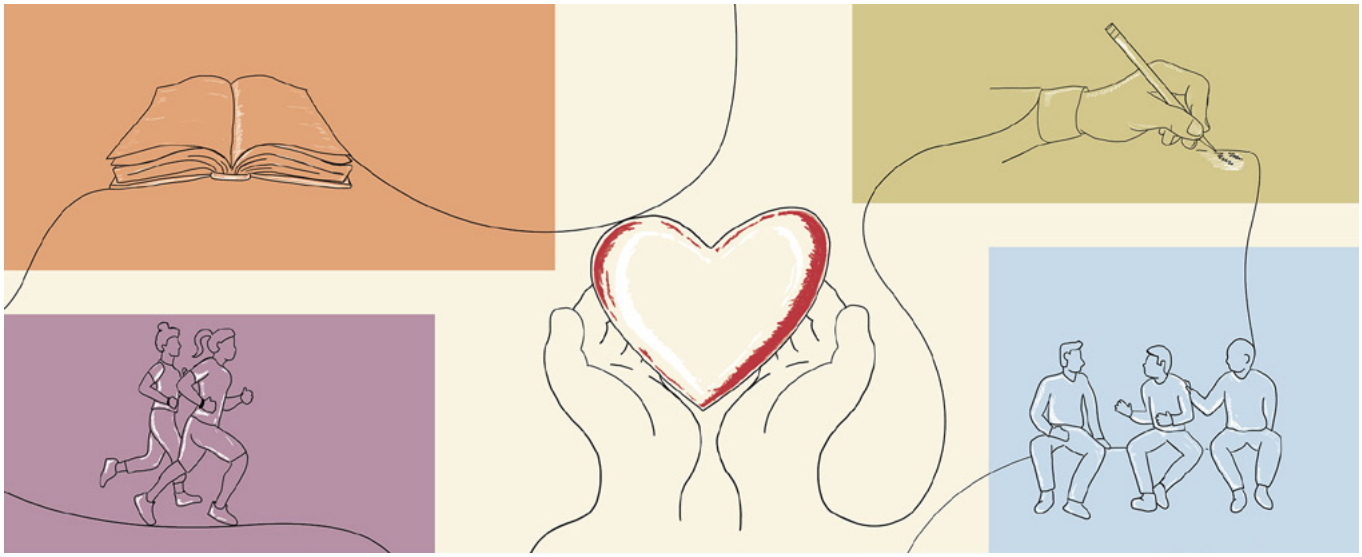

გამოხატეთ ზრუნვა

არსებობს უამრავი გზა იმისთვის, რომ გამოვხატოთ ზრუნვა მათზე, ვისაც ვემსახურებით, განსაკუთებით შობის დროს. ჩვენ შეგვიძლია ეს ვთქვათ, დავწეროთ, გავაზიაროთ, გამოვაცხოთ, ვიმღეროთ, ჩავეხუტოთ, დავუკრათ, დავრგოთ ან გავასუფთავოთ. უბრალოდ, სცადეთ.

მზრუნველობის ცენტრალური ნაწილი სხვების მიმართ სიყვარულის გამოხატვაა. მოწყალების საზოგადოების გენერალურმა პრეზიდენტმა ჯინ ბ. ბინგამმა თქვა: „ჭეშმარიტი მსახურება სრულდება სათითაოდ ყველასთვის, და მისი მამოძრავებელი ძალა სიყვარულია. . . . როცა მამოძრავებელი ძალა სიყვარულია, სასწაულები ხდება და ჩვენ ვიპოვით გზას, რომლითაც დავიბრუნებთ „დაკარგულ" დებსა და ძმებს და მოვაქცევთ მათ იესო ქრისტეს სახარების ყოვლის მომცველ მკლავებში".[1]

პირადი ურთიერთოებების განვითარების აუცილებელი ელემენტია აჩვენო ადამიანს, რომ ზრუნავ მასზე. თუმცა ყოველი ადამიანი თავისებურად აღიქვამს გზავნილს. ასე რომ, როგორ შეიძლება სათანადოდ გამოვხატოთ სიყვარული სხვების მიმართ ისე, რომ მათ ეს გაიგონ და დააფასონ? აი რამდენიმე ხერხი იმისთვის, რომ გამოვხატოთ ზრუნვა და რამდენიმე მოსახრება საკუთარი აზროვნების გამოსაღვიძებლად.

თქვით

ზოგჯერ მხოლოდ სიტყვიერადაა შესაძლებელი ვიღაცის მიმართ გრძნობების გამოხატვა. ზოგჯერ ეს იმას ნიშნავს, რომ თქვენ ეუბნებით პიროვნებას, რომ გიყვართ იგი, მაგრამ აქ ასევე იგულისხმება იმის თქმა, რა მოგწონთ ამ ადამიანში ან ეუბნებით გულწრფელ კომპლიმენტს. ასეთი განცხადებები გვეხმარება ურთიერთოებების გაძლიერებაში. (იხ. ეფესელთა 4:29.)

- იპოვეთ იმის საშუალება, რომ უთხრათ ადამიანს, როგორ მოხიბლული ხართ მისი ძლიერი მხარით.
- შეუარეთ, დაურეკეთ, გაუგზავნეთ ი-მეილი, მესიჯი ან ბარათი, სადაც ეტყვით ადამინას, რომ ფიქრობთ მასზე.

მოინახულეთ

მოსმენა და საუბარი ძალიან ძლიერი იარაღია იმის გამოსახატავად, რაოდენ ვაფასებთ ადამიანს. ეწვევით რა ადამიანებს სახლში, ეკლესიის შენობაში თუ სხვა ადგილას - არსებობს უამრავი ადამიანი, რომელსაც

სჭირდება მოსაუბრე. (იხ. მოსია 4:26; მოძღვრება და აღთქმები 20:47).

- საჭიროებებიდან გამომდინარე, დაგეგმეთ თქვენი ვიზიტი. არ დაინანოთ დრო იმისთვის, რომ მოისმინოთ და გაიგოთ ადამიანის მდგომარეობა.
- თუ მანძილის, კულტურის ნორმების ან სხვა გარემოების გამო სახლში მონახულება ვერ ხერხდება, შეხვდით ადამიანს საეკლესიო მსახურების შემდეგ ეკლესიაში.

იმსახურეთ მიზანდასახულად.

ყურადღებით მოეპყარით ადამიანისა ან ოჯახის საჭიროებებს. აზრიანი მსახურება თქვენი ზრუნვის მაჩვენებელია. იგი აერთიანებს დროისა და ფაქიზი მცდელობების ძვირფას ძღვენს. „მსახურების უბრალო მოქმედებას შეუძლია სხვებზე ძლიერი ეფექტის მოხდენა“, - თქვა და ბინგჰამმა.[2]

- შესთავაზეთ ისეთი სახის მსახურება, რომელიც ამლიერებს ცალკეულ პირს ან ოჯახს, მაგ: ბავშვებთან დარჩენა, რათა მათ მშობლებმა შეძლონ ტაძარში წასვლა.
- ეძიეთ ტვირთის შემსუბუქების გზები, როცა უამრავი საქმე დაგროვდა, მაგ: გაწმინდეთ ფანჯრები, გაასეირნეთ ძაღლი ან დაეხმარეთ ეზოში.

ერთად აკეთეთ საქმე

ზოგიერთი ადამიანი არ იხსნება პირად საუბარში. ზოგი კი საერთო ინტერესების პოვნაში და ერთად რაღაცის კეთებაში იხსნება. უფალმა შემოგვითვალა, „ვიყოთ ერთად და გავაძლიეროთ“ (მოძღვრება და აღთქმები 20:53) ჩვენი დები და ძმები.

- გაისეირნეთ, დაგეგმეთ თამაში ან შეარჩიეთ გარკვეული დღეები ერთობლივი ვარჯიშისთვის.
- ერთად იმსახურეთ თემისა ან ეკლესიის პროექტში.

აჩუქეთ რაიმე

ზოჯგერ ერთობლივი ღონისძიებების დრო ან შესაძლებლობები შეზღუდულია. მრავალ კულტურაში საჩუქარი ზრუნვისა და თანაგრძნობის ნიშანია. მოულოდნელ, უმნიშვნელო ძღვენსაც კი შეუძლია გამოხატოს თქვენი სურვილი უკეთესი ურთიერთობის ჩამოყალიბებისთვის. (იხ. იგავები 21:14.)

- მიუტანეთ მათი საყვარელი სასუსნი.
- გაუზიარეთ მათ ციტატა, ამონარიდი წმინდა წერილიდან ან სხვა გზავნილი, რომელიც, თქვენი აზრით, სასარგებლო იქნება მათთვის.

სიყვარულის შრომა

როცა გაიცნობთ მათ, ვისაც ემსახურებით და ვისთვისაც ეძებთ შთაგონებას, თქვენ უფრო კონკრეტულად ისწავლით, როგორ გამოხატოთ თითოეული მათგანისადმი თქვენი სიყვარული და ზრუნვა.

კიმბერლი სეიბოლდტი ორეგონიდან (აშშ) გვიყვება ამბავს იმის შესახებ, როგორ ეძიებდა შთაგონებას და ჩუქნიდა საჩუქრებს ნიშნად სიყვარულის გამოხატვისა:

„როცა აღმოვაჩენ, რომ ვითრგუნები რიამეს გამო ცხოვრებაში, როგორც წესი, ვიწყებ ყაბახის ნამცხვრის ცხობას, დაახლოებით 8 ცალს ვაცხობ ხოლმე. ჩემი განსაკუთრებული ინგრედიენტია ცხობის დროს ჩუმი ლოცვა იმისთვის, რომ გავიგო, ვის სჭირდება ეს ნამცხვარი. მე უკეთ გავიცანი ჩემი მეზობლები, რადგან ყაბახის თბილი ნამცხვარი მათ სახლებში მოსაწვევი ბარათი იყო.

„ერთ ცხელ ზაფხულის დღეს მანქანა გავაჩერე გზის პირას, სადაც ერთი ოჯახი მაყვალს ყიდიდა. მე სულაც არ მჭირდებოდა მაყვალი, მაგრამ ახალგაზრდა გამხდარ ბიჭს ისე გაუხარდა ჩემი დანახვა. მე მას მყიდველი ვეგონე. ვიყიდე ცოტა მაყვალი, მაგრამ მისთვის საჩუქარი მქონდა. მე იმ ბიჭუნას ყაბახის ორი ნამცხვარი მივეცი. მან მამას შეხედა, რათა მისგან თანხმობა მიეღო და შემდეგ თქვა: „ნახე, მამა, დღეს საჭმელი გვექნება“. მადლიერებით აღვივსე იმის გამო, რომ მომეცა იმის საშუალება, მარტივი გზით გამომეხატა სიყვარული“.

უხუცესი ჯეფრი რ. ჰოლანდი თორმეტ მოციქულთა ქვორუმიდან გვევედრებოდა, რომ „ყოველმა ქალმა და მამაკაცმა, მათ შორის ჩვენმა უფროსმა ახალგაზრდა კაცებმა და ახალაზრდა ქალებმა] . . . უფრო ღრმად გაიაზრონ, რომ გულითადად უნდა იზრუნონ ერთმანეთზე და მათ მხოლოდ ქრისტეს წმინდა სიყვარული უნდა ამოძრავებდეთ. . . . დაე, გვერდიგვერდ ვიშრომოთ უფალთან მის ვენახში, გავუწოდოთ მამა ღმერთს ჩვენი დახმარების ხელი მის საოცარ დავალებაში - ლოცვაზე პასუხის გაცემა, ნუგეშისცემა, ცრემლის მოწმენდა და სუსტი მუხლის გამაგრება“.[3]

იესო ქრისტე ზრუნავს ჩვენზე

მას შემდეგ, რაც იესო ქრისტემ მკვდრეთით აღადგინა ლაზარე, „აცრემლდა იესო.

„შემდეგ თქვეს ებრაელებმა: ნახე, როგორ ჰყვარებია“! (იოანე 11:35-36).

„მე მოწყალება მაქვს თქვენსადმი“ - უთხრა ქრისტემ ნეფიელებს. შემდეგ მან დაუძახა მათ დაავადებულთ და ტანჯვაში მყოფთ, კოჭლებს, უსინათლოებს და „განკურნა ისინი“ (იხ. 3 ნეფი 17:7-9).

მხსნელმა სხვებზე ზრუნვით დაგვიტოვა მაგალითი. მან გვასწავლა:

„მეიყვარე უფალი, ღმერთი შენი, მთელი შენი გულით, მთელი შენი სულით და მთელი შენი გონებით.

„ეს არის პირველი და ყველაზე დიდი მცნება.

„ და მეორე ამის მსგავსი: შეიყვარე მოყვასი შენი, როგორც თავი შენი.მათე 22:37–39).

ვის სჭირდება თქვენი ზრუნვა? როგორ გამოამჟღავნებთ იმას, რომ ზრუნავთ მათზე?

სხვების მოსმენა დაგვეხმარება იმ ხერხების აღმოჩენაში, რომლებითაც გამოვხატავთ ზრუნვას ადამი ა ნზე. იხ. სტატია მზრუნველობის შესახებ „ხუთი რამ, რასაც ავლენს კარგი მსმენელი“ 2018 წ. ივნისის **ლიახონას** გამოშვებაში.

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

შენიშვნები

1. ჯინ ბ. ბინგამი, „მწყსნელის მსგავსად მსახურება“, Liahona, May 2018, 106.
2. ჯინ ბ. ბინგამი, „მწყსნელის მსგავსად მსახურება“, 104.
3. Jeffrey R. Holland, “Be With and Strengthen Them,” *Liahona,* May 2018, 103.

© 2018 Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved. დაბეჭდილია გერმანიაში. ინგლისურად დამტკიცებულია: 6/17. თარგმანი დამტკიცებულია: 6/17. თარგმანი *Ministering Principles, December 2018. დეკემბერი.* Georgian. 15056 131