# როგორ გავუზიაროთ მოწმობა უფრო ბუნებრივად

*მზრუნველობა მოწმობს. მზრუნველობის მოქნილობას შეუძლია, გაზარდოს ჩვენი მოწმობის გაზიარების საშუალებები ფორმალური თუ არაფორმალური ხერხით.*

ჩვენ დავდეთ აღთქმა, რომ „ვიდგებით, როგორც ღვთის მოწმენი ყოველ დროში და ყველაფერში და ყოველ ადგილას“ (მოსია 18:9). ჩვენი მოწმობის გაზიარება არის ნაწილი იმისა, რომ ვართ ქრისტეს მოწმენი და წარმოადგენს ძლიერ საშუალებას იმისთვის, რომ მოვიწვიოთ სულიწმინდა, რათა შეეხოს ვინმეს გულს და შეცვალოს მათი ცხოვრება.

„მოწმობა - ნამდვილი მოწმობა, რომელიც დაიბადა სულისგან და დამტკიცდა სულიწმინდის მიერ, ცვლის ადამიანების ცხოვრებას“, - თქვა თორმეტ მოციქულთა ქვორუმის მოქმედმა პრეზიდენტმა, უხუცესმა მ. რასელ ბალარდმა.[1]

მაგრამ ჩვენი მოწმობის გაზიარება შეიძლება ზოგიერთ ჩვენგანს აშინებდეს ან დისკომფორტს უქმნიდეს. ეს შეიძლება ხდებოდეს იმის გამო, რომ ჩვენ ვფიქრობთ მოწმობის გაზიარებაზე ისე, როგორც ამას ვაკეთებთ მარხვისა და დამოწმების კვირის დროს ან როცა ვატარებთ გაკვეთილს. ამ ფორმალურ ვითარებაში ჩვენ ხშირად ვიყენებთ გარკვეულ სიტყვებსა და ფრაზებს, რომლებიც ბუნებრივ საუბარში თითქოს და უადგილოდ ჟღერს.

ჩვენი მოწმობების გაზიარება შეიძლება გახდეს უფრო ჩვეულებრივი დალოცვა ჩვენსა და სხვების ცხოვრებაში, როცა გავიაზრებთ, რა ადვილი შეიძლება იყოს

ყოველდრიურ ცხოვრებაში იმის გაზიარება, რაც გვწამს. აი რამდენიმე იდეა დასაწყისისთვის:

### ნუ გაართულებთ

არ არის აუცილებელი, მოწმობა იწყებოდეს სიტყვებით „მე მინდა გაგიზიაროთ ჩემი მოწმობა“ და მთავრდებოდეს სიტყვებით „იესო ქრისტეს სახელით, ამინ“. მოწმობა არის იმის გამოხატვა, რაც გვწამს და ვიცით, რომ არის ჭეშმარიტი. ასე რომ როცა ქუჩაში მეზობელს შეხვდებით და იგი გაგიზიარებთ თავის პრობლემას, თქვენ კი ეტყვით: „მე ვიცი, რომ ღმერთი პასუხობს ლოცვებს“, ეს შეიძლება ისეთივე ძლიერი რამ გახდეს, როგორც ეკლესიამი კათედრიდან გაზიარებული მოწმობა. ძალა მოდის არა მაღალფარდოვანი სიტყვებიდან; იგი მოდის, როცა სულიწმინდა ამტკიცებს ჭეშმრიტებას (იხ. მოძღვრება და აღთქმების 100:7-8).

### შეერწყეთ ბუნებრივი საუბრის ნაკადს

თუ ჩვენ გვაქვს გაზიარების სურვილი, ირგვლივ უამრავი საშუალებაა იმისთვის, რომ მოწმობა ჩავრთოთ ყოველდღიურ საუბარში. მაგალითად:

- ვინმე გეკითხებათ შაბათ-კვირის შესახებ. თქვენ პასუხობთ: „ძალაინ კარგად გავატარე“. „ხუსტად რომ ეკლესიაში ყოფნა მჭირდებოდა“.
- ვიღაც გამოხატავს მწუხარებას მას შემდეგ, რაც შეიტყობს თქვენი პრობლემის შესახებ და გეტყვით: „ძალიან ვწუხვარ“. თქვენ კი უპასუხებთ: „გმადლობთ. მე ვიცი, რომ ღმერთი არ გამწირავს. ადრეც დამხმარებია“.
- ვიღაც ამბობს: „იმედია, ეს საშინელი ამინდი მალე შეიცვლება“ ან „ავტობუსი რა თქმა უნდა იგვიანებს“ ან „ნახე, რა მოძრაობაა“. თქვენ შეგიძლიათ, უპასუხოთ: „დარწმუნებული ვარ, ღმერთი ყველაფერს მოაგვარებს“.

### გაუზიარეთ თქვენი გამოცდილება

ჩვენ ხშირად ვესაუბრებით ერთმანეთს ჩვენს სირთულეებზე. როცა ვინმე გიყვებათ, რა პრობლემის წინაშე დგას, შეგიძლიათ გაუზიაროთ მას თქვენი გამოცდილება, როცა ღმერთი დაგეხმარათ განსაცდელში და დაამოწმოთ, რომ იცით, იგი მასაც დაეხმარება. უფალმა თქვა, რომ გვაძლიერებს ჩვენს განსაცდელში, „რათა ამის შემდეგ იყოთ ჩემი მოწმენი და ხუსტად გეცოდინებათ, რომ მე, უფალი ღმერთი, ვეწვევი ჩემს ხალხს მათი გაჭირვების ჟამს“.(მოსია 24:14). ჩვენ შეგვიძლია, ვიყოთ მისი მოწმენი, როცა ვმოწმობთ იმაზე, როგორ დაგვეხმარა ჩვენს განსაცდელში.

### იყავით მზად

ზოგიერთი ჩვენგანი მოწმობის გაზიარებამ შესაფერის მომენტში შეიძლება შეაცბუნოს. ჩვენ შეგვიძლია, წინასწარ დავგეგმოთ და “მუდამ მზად ვიყოთ, ვუპასუხოთ ყველას, ვინც [ჩქვენი] იმედის გამო ახსნა-განმარტებას მოგვთხოვს”.(1 პეტრე 3:15).

პირველ რიგში, მზად ყოფნა შეიძლება ნიშნავდეს ჩვენი ცხოვრების გადახედვას. ვიწვევთ სულიწმინდას ჩვენს ცხოვრებაში და ვაძლიერებთ ჩვენს მოწმობებს ყოველდღიურად ჩვენი მართალი ცხოვრებით? ვაძლევთ სულიწმინდას იმის საშუალებას, გვესაუბროს და მოგვცეს საჭირო სიტყვები ლოცვისა და წმინდა წერილის შესწავლის მეშვეობით? როგორც უფალმა დამოძღვრა ჰაირამ სმითი: „“ეძიე არა ჩემი სიტყვის გაცხადება, არამედ ჩემი სიტყვის მიღება და შემდეგ გაგეხსნება ენა“ (მოძღვრება და აღთქმები 11:21).

მეორე: როცა წინასწარ მოემზადებით, გექნებათ იმის საშუალება, რომ წინ დაიხედოთ და განიხილოთ ის საშუალებები, რომლებიც მოგეცემათ იმ დღეს ან იმ კვირას მოწმობის გაზიარებისთვის. შეგიძლიათ მოემზადოთ ამ საშუალებებისთვის იმით, რომ დაფიქრდეთ, როგორ მოგეცემათ თქვენი მრწამსის გაზიარების შანსი.

### დარჩით ფოკუსირებული მხსნელზე და მის დოქტრინაზე

პრეზიდენტი ბალარდი გვასწავლიდა: „მიუხედავად იმისა, რომ ჩვენ, როგორც ეკლესიის წევრებს, შეგვიძლია მივიღოთ მოწმობები მრავალი რამის შესახებ, არსებობს ძირითადი ჭეშმარიტებანი, რომლებიც მუდამ უნდა ვასწავლოთ და გავუზიაროთ ერთმანეთს“. და მოიყვანა ასეთი მაგალითი: „ღმერთი არის ჩვენი მამა და იესო არის ქრისტე. ხსნის გეგმის შუაგული არის მხსნელის გამოსყიდვა. ჯოზეფ სმითმა აღადგინა იესო ქრისტეს მარადიული სახარების სისრულე და მორმონის წიგნი არის მტკიცებულება იმისა, რომ ჩვენი მოწმობა ჭეშმარიტია. როცა გამოვხატავთ ამ გულით შეგრძნებულ ჭეშმარიტებანს, ჩვენ ამით ვიწვევთ სულიწმინდას, გაგვიზიაროს მოწმობა იმისა, რომ რაც ვთქვით, ჭეშმარიტებაა. პრეზიდენტმა ბალარდმა ხაზგასმით თქვა: „სულიწმინდას ვერ შეაკავებ, როცა მოწმობ ქრისტეზე“.[2]

### მხსნელის მაგალითი

სამარიაში მოგზაურობით დაღლილი მხსნელი ჭასთან შეჩერდა და იქ მას ქალი შეხვდა. მან დაიწყო საუბარი ჭიდან წყლის ამოღების შესახებ. იესო ქრისტემ გამოიყენა იმ ქალის ყოველდღიური მოვალეობა - წყლის ხიდვა, რათა დაემოწმებინა სიცოცხლის წყლის და მარადიული ცხოვრების შესახებ, რომელიც ხელმისაწვდომია მათთვის, ვისაც უფალი სწამს (იხ. იოანე 4:13-15, 25-26).

### უბრალო მოწმობას შეუძლია ცხოვრების შეცვლა

პრეზიდენტმა რასელ მ. ნელსონმა მოგვიყვა ექთანზე, რომელმაც რთული ქირურგიული ოპერაციის შემდეგ ჰკითხა იმ დროისთვის ექიმ ნელსონს: „რატომ არ ჰგავ-ხართ სხვა ქირურგებს“? ზოგიერთი ქირურგი, რომელსაც იცნობდა, ასეთი რთული ოპერაციის დროს შეიძლება მოუთმენელი და სიტყვაბილწი ყოფილიყო.

ექიმ ნელსონს შეეძლო მრავალი რამ ეთქვა. მაგრამ მან უბრალოდ თქვა: „რადგან ვიცი, რომ მორმონის წიგნი ჭეშმარიტია“.

მისი პასუხის შედეგად ექთანს და მის მეუღლეს დაებადათ ინტერესი, შეესწავლათ მორმონის წიგნი. პრეზიდენტმა ნელსონმა მოგვიანებით მონათლა ის ექთანი. რამდენიმე ათეული წლის შემდეგ, როცა პრეზიდენტი ნელსონი თავმჯდომარეობდა პალოს კონფერენციას ტენესიში (აშშ) ახლად ხელდასხმული მოციქულის როლში, იგი მოულოდნელად შეხვდა იმ ექთანს. მან გაიხსენა, რომ მისი მოქცევა, რომელიც დაიწყო პრეზიდენტის უბრალო მოწმობით და მორმონის წიგნის გავლენა დაეხმარა მას კიდევ 80 ადამიანის მოქცევაში.[3]

### მოწვევა მოქმედებისკენ

არ შეგეშინდეთ და გაუზიარეთ სხვებს თქვენი მოწმობა. ამან შეიძლება დალოცოს ისინი, ვისაც უწევთ მხრუნველობას. როგორ გამოიყენებთ ამ ან საკუთარ იდეებს დღეს თქვენი მოწმობის გაზიარებისას?

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

### გაუზიარეთ თქვენი გამოცდილება

გაგვიზიარეთ თქვენი გამოცდილება იმაზედ, როცა სხვებს უწევდით მზრუნველობას ან თქვენ გაგიწიეს მზრუნველობა. გადადით liahona.lds.org და დააჭირეთ „Submit an Article or Feedback.“

**შენიშვნები**

1. M. Russell Ballard, “Pure Testimony,” *Liahona,* Nov. 2004, 40.
2. M. Russell Ballard, “Pure Testimony,” 41.
3. In Jason Swensen, “Be Ready to Explain Your Testimony Using the Book of Mormon, President Nelson Says,” Church News section of LDS.org, Feb. 6, 2018, news.lds.org.

© 2019 by Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved. დაბეჭდილია გერმანიაში. ინგლისურად დამტკიცებულია: 6/18. თარგმანი დამტკიცებულია: 6/18. თარგმანი *Ministering Principles, March 2019.* Georgian. 15764 131