

Los ntawm Thawj Tswj Hwm  
Dieter F. Uchtdorf  
Tus Pab Cuam thib Ob hauv  
Thawj Pawg Thawj Tswj Hwm



# Lub Tuam Rooj Sab Laj— Tsis Yog Ib txoj Koob Hmoov Zoo Xws Luag

Ib tug mej zeej zoo hauv lub Koom Txoos tab tom nrog nws ib tug neeg zej zog uas tsis koom peb txoj kev ntseeg tham. Thaum nkawd pib sib tham txog lub tuam rooj sab laj, tus neeg zej zog txawm noog hais tias, “Koj hais tias koj muaj cov yaj saub thiab cov thwj tim los? Thiab txhua xyoos lawv tshaj tawm Vajtswv txoj lus hauv ib lub rooj sab laj thoob plaws ntiaj teb ob zaug no los?”

Tus mej zeej ua siab loj teb hais tias “Yeej yog li ntawd nawb.”

Tus neeg zej zog muab qhov ntawd xav mus xav los. Zoo nkaus li nws nyiam heev ces nws txawm nug hais tias, “Hauv lub tuam rooj sab laj tas los lawm lawv tau hais dab tsi?”

Ces thaum ntawd tus mej zeej hauv lub Koom Txoos uas zoo siab vim nws tab tom qhia me ntsis txog txoj moo zoo pib txaj muag. Txawm nws xav npaum li cas los, nws xav tsis tau txog ib zaj lus twg hlo li.

Nws tus phooj ywg poob siab me ntsis thiab hais tias, “Ces koj hais tias niaj hnub no Vajtswv hais lus rau ib tug txiv neej thiab koj ho nco qab tsis tau tias Nws hais li cas?”

Tus neeg ntawd txawm ua siab mos siab muag. Nws tau cog lus rau nws tus kheej tias yav tom ntej nws yuav

ua zoo dua kom thiaj nco qab tau cov lus uas tus Tswv cov tub qhe hais hauv lub tuam rooj sab laj.

Peb sawv daws paub tias yeej nyuaj kom thiaj nco tau txhua zaj uas lawv hais hauv lub tuam rooj sab laj, thiab kuv paub tias peb yuav tsis txaj muag yog tias peb tsis nco txhua yam tsav. Txawm li ntawd los, yeej muaj tej zaj xov hauv txhua lub tuam rooj sab laj uas yog ib qho khoom plig thiab ib txoj koob hmoov uas los saum ntuj ceeb tsheej los uas yuav pab tau peb lub neej.

Thaum npaj siab rau lub tuam rooj sab laj, cia kuv qhia nej txog peb qho tswv yim zoo uas yuav pab peb txais yuav, nco tau, thiab muab cov lus uas tus Tswv cov tub qhev hais nruab rau hauv peb lub neej.

**1. Cov mej zeej hauv lub Koom Txoos txais tau kev tshwm sim rau lawv tus kheej thaum uas lawv mloog thiab kawm cov lus uas tshoov tib neeg lub siab hauv lub tuam rooj sab laj.**

Thaum nej npaj siab rau lub tuam rooj sab laj, kuv thov caw nej los xav txog cov lus nug uas nej xav tau lus teb rau. Piv xam hais tias, tej zaum koj xav tau kev coj qhia thiab tus Tswv txoj kev coj nej kev kom thiaj kov yeej tau tej teeb meem uas nej muaj.

Cov lus teb rau nej tej kev thov Vajtswv los tau hauv

ib zaj lus los sis ib txoj kab lus uas lawv hais. Tej thaum yuav tau lus teb thaum yus hnov lwm lo lus, txoj kab lus, los sis zaj nkauj uas zoo nkaus li tsis tseem ceeb dab tsi. Ib lub siab uas muaj kev ris txiaj rau tej koob hmoov ntawm lub neej no thiab muaj lub siab xav hnov thiab ua raws li cov lus ntuas yuav npaj kev rau yus tau txais kev tshwm sim.

## 2. Tsis txhob lam mloog ib zaj lus xwb vim zoo nkaus li yog ib zaj uas koj tau hnov dua.

Cov yaj saub ib txwm hais tej zaj lus ntau zaus; nws yog txoj kev cai uas pab tib neeg kawm tau. Koj yuav hnov tej ntsiab lus thiab cov lus qhuab qhia ntau zaus hauv lub tuam rooj sab laj. Cia kuv qhia rau nej paub tias: nov tsis yog vim hais lawv tawm tsis tau tswv yim tshiab los sis tsis paub xav. Peb pheej hnov tej zaj lus uas zoo sib xws vim hais tias tus Tswv tab tom qhia thiab ntaus tswv yim rau hauv peb lub paj hlwb thiab hauv peb nruab siab kom peb thiaj kawm tau tej ntsiab cai uas ua lub hauv paus rau lub neej nyob mus ib txhis uas peb yuav tsum to taub thiab ua raws ua ntej peb yuav muaj cuab kav ua lwm yam. Ib tug kws ua tsev zoo yeej yuav pua lub hauv paus tsev ua ntej lawv tsa tej phab ntsa thiab ru tsev.

## 3. Tej lus uas lawv hais hauv lub tuam rooj sab laj yuav tsum ua cov lus uas koj peb txoj hau kev rau ob peb hlis tom ntej no.

Yog tias peb mloog lus thiab ua raws li tus Ntsuj Plig tej kev tshoov siab ces, tej ntawd yuav ua zoo li lub Liyahaunas, uas koj peb kev mus dhau tej kev uas peb tsis paub, tej kwj hav thiab toj roob hauv pes uas tseem nyob tom hauv ntej (saib 1 Nifais 16).

Txij thaum tsim ntuj tsim teb raug los, Vajtswv tau tsa cov yaj saub los hais lus rau tib neeg sawv cev rau lub ntuj ceeb tsheej. Peb muaj kev lav ris yuav tsum mloog lus thiab muab tus Tswv tej zaj xov nruab rau hauv peb lub neej.

Peb Leej Txiv Saum Ntuj Ceeb Tsheej uas hlub thiab tshua peb tsis tau tso Nws cov me nyuam tseg thiab yeej yuav tsis tso lawv tseg ib zaug li. Niaj hnuv no, zoo li yav thaum ub, Nws tau tsa cov thwj tim thiab cov yaj saub los. Nws qhia Nws cov lus rau lawv.

Peb muaj cib fim zoo vim peb tau hnov Vajtswv zaj xov rau peb txhua leej txhia tus hauv lub tuam rooj sab

laj! Cia peb ua tib zoo npaj siab rau txoj koob hmoov zoo kawg nkaus no uas Nws cov tub qhe yuav pab koj peb txoj hau kev.

Vim qhov no tsis yog ib txoj koob hmoov zoo xws luag.

---

## QHIA LOS NTAWM TSAB XOY NO

- Nyeem zaj lus no ua ke. Yaum yim neeg kom lawv npaj mloog txog tej ntsiab lus hauv lub tuam rooj sab laj.
- Kom thiaj pab tau cov me nyuam yaus muaj cuab kab ua raws li Thawj Tswj Hwm Uchtdorf cov lus ntuas, cev ib daim duab txog tag nrho cov Tuam Thawj Coj (uas nyob hauv phau *Liahona* uas piav txog lub tuam rooj sab laj). Qhia rau lawv paub tias Thawj Pawg Thawj Tswj Hwm thiab Pawg Kaum Ob tug Thwj Tim yuav hais lus hauv lub tuam rooj sab laj. Yaum kom cov me nyuam ua tib zoo mloog lub rooj sab laj thiab kos ib daim duab kom lawv thiaj nco tau tej yam uas lawv kawm. Niam txiv muaj cai xyuas [conferencegames.ids.org](http://conferencegames.ids.org) yog xav kawm txog tej yam ntxiv uas yuav pab lawv cov me nyuam hauv lub rooj sab laj.

## COV HLUAS

### Zoo, Zoo Dua, Zoo Tshaj Plaws

Los ntawm Mary-Celeste Lewis

Thaum lub Kaum Hli Ntuj xyoo 2007, Txwj Laug Dallin H. Oaks ntawm Pawg Kaum Ob tug Thwj Tim tau hais lus hauv lub tuam rooj sab laj txog tej yam uas yog tej yam “zoo, zoo dua, thiab zoo tshaj plaws.” Thaum nws hais txog qhov uas “teem ntau yam dhau rau me nyuam ua,” kuv los nyob tsis tswm hauv kuv lub rooj zaum.

Kuv paub tias kuv tab tom ua ntau dhau. Kuv ua yeeb yam tom tsev kawm ntawv, kawm tej hoob nyuaj heev tom tsev kawm ntawv, thiab tseem muaj ob peb yam kev ua si ntxiv thiab. Kuv tsis tau rau siab mus koom lub Koom Haum Ntxhais Hluas tej kev ua si, thiab tej Hnuv Caiv tseem ua rau kuv nyuaj siab heev vim kuv pheej sim caum kuv tej ntaub ntawv rau tsev kawm ntawv. Kev xyaum ntaus nkauj thiab kho daim ntawv

xov xwm hauv tsev kawm ntawv tsis lom zem li lawm thiab txawm yog ib qho hauj lwm lawm xwb.

Txwj Laug Oaks zaj lus ua rau kuv rov qab xyuas seb kuv ua dab tsi thiab dab tsi. Tej yam ntawd yeej zoo ua, tiam sis muaj ntau dhau. Kuv yuav tau xaiv tej yam zoo tshaj plaws xwb. Thaum kuv tab tom txiav txim seb yuav tso tej yam twg pov tseg, kuv txawm nco qab tias Yexus Khetos txoj moo zoo yog qhov zoo tshaj plaws uas tib neeg muaj. Kuv tau tso kev thov Vajtsww thiab kev nyeem vaj lug kub ua qhov xub thawj kuv yuav tsum ua, thiab txij thaum ntawd los, kuv lub neej tau mus zoo dua.

Txwj Laug Oaks qhia kuv tias thaum peb uas tej yam uas tus Tswv xav kom peb ua *thaum xub thawj*, ces txhua yam tsav yeej yuav muaj kab muaj kev. Yog tias kuv nyeem kuv cov vaj lug kub ua ntej kuv ua si los sis ua kuv cov ntaub ntawv rau tsev kawm ntawv, ces kuv thiaj yuav ua tau txhua yam uas tseem ceeb ua. Thaum kuv ua neej nyob raws li tus Tswv lub siab nyiam, es tsis yog lam tau lam ntxiv Nws rau hauv kuv lub neej tom qab kuv ua txhua yam lawm, kuv thiaj muaj kev thaj yeeb nyab xeeb thiab tau ua zoo kawg nkaus.

Nim no kuv ua tib zoo mloog cov lus ntuas uas peb hnov hauv lub tuam rooj sab laj!

## COV ME NYUAM

### Kuv Nrhiav Tau Lus Teb hauv lub Tuam Rooj Sab Laj

**T**hawj Tswj Hwm Uchtdorf qhia tias yog koj xav txog ib co lus nug ua ntej lub tuam rooj sab laj, ces tus Tswv thiaj yuav hais lus rau koj dhau los ntawm Nws cov yaj saub thiab cov thwj tim hauv lub rooj sab laj.

1. Ua ib tse neeg los sis ib chav kawm, sib tham seb neej yuav tsum kawm txog dab tsi, nov hais rau neej txhua tus los sis neej sawv daws ua ke. (Piv xam hais tias: Kuv yuav ua li cas thiaj ntxiv tau zog rau kuv zaj lus tim khawv? Kuv yuav ua li cas thiaj kho tau ib qho teeb meem tom tsev kawm ntawv?) Cia li sau koj cov lus nug hauv ib daim ntawv los sis hauv koj phau ntawv ceev xwm txheej.
2. Hauv ob peb lim piam ua ntej lub rooj sab laj, koj yuav tau xav txog thiab thov Vajtsww txog cov lus nug no.
3. Ua tib zoo mloog hauv lub rooj sab laj (tej zaum tsim nyog koj sau ntawv txog tej zaj lus). Ces sau qhia seb tus Tswv—dhau los ntawm lub Koom Txoos cov thawj coj—ua li cas thiaj teb koj cov lus nug.
4. Hauv lwm daim ntawv, koj yeej kos tau ib daim duab txog koj tus kheej ua tej yam uas koj twb kawm lawm.



Kev Ntseeg • Tsev Neeg • Kev Pab

# Ntxiv Dag Zog rau Tsev Neeg thaum Ua Rau Sab Ntsuj Plig Loj Hlob Tuaj

*Cia li kawm tej yam no thiab, thaum tsim nyog ua, sib tham txog tej no nrog cov viv ncaus uas koj mus xyuas. Siv tej lus nug no pab koj txhawb koj cov viv ncaus lub zog thiab ua kom lub Koom Haum Niam Tsev muaj feem hauw koj lub neej.*

**J**ulie B. Beck, Koom Haum Niam Tsev tus Thawj Tswj Hwm, hais tias: “Kuv zaj lus tim khawv uas qhia tias Vajtswv cov ntxhais muaj nuj nqi heev tau loj hlob tuaj hauv kuv lub siab. . . . Kuv xav tias tsis tau muaj ib lub sij hawm twg uas xav tau kev ntseeg thiab tib neeg txoj kev ncaj ncees npaum lub sij hawm no. Tsis tau muaj ib lub sij hawm twg uas xav tau tej yim neeg thiab tej tsev uas haj yam muaj zog ntau npaum li lub sij hawm no.”

Cov viv ncaus muaj cuab kav tsim tej tsev thiab yim neeg uas muaj zog thaum uas lawv ua raws li tej kev tshwm sim uas lawv txais. Muam Beck hais ntxiv tias, “Qhov uas yus tsim nyog tau, txais, thiab ua raws li tej kev tshwm sim yog qhov tseem ceeb tshaj plaws uas peb yuav txawj ua hauv lub neej no. “Qhov uas yus yuav tsim nyog tau tus Tswv tus Ntsuj Plig yuav pib thaum yus muaj lub siab xav tau tus Ntsuj Plig thiab yus tau ua neeg tsim nyog txaus. Txoj kev ceev cov lus txib, hloov siab lees txim, thiab rov qab khi lus tseg ib yam li thaum yus ua kev cai raus dej yuav coj txoj koob hmoov los rau peb xwv kom peb thiaj yuav muaj tus Tswv tus Ntsuj Plig nrog peb nyob tsis tu tsis tseg. Txoj kev khi lus tseg thiab thiab ceev tej kev khi lus kuj ntxiv dag zog thiab hwj chim rau

ib tug poj niam lub neej. Yus nrhiav tau lus teb rau ntau lo lus nug uas nyuaj teb thaum yus nyeem cov vaj lug kub vim tej no pab yus txais kev tshwm sim. . . . Txoj kev niaj hnuv thov Vajtswv yog ib qho tseem ceeb kom peb thiaj tau tus Tswv tus Ntsuj Plig nrog peb nyob.”<sup>1</sup>

Peb kuj ntxiv dag ntxiv zog rau peb tsev neeg sab ntsuj plig thaum peb pab lawv to taub Leej Txiv Saum Ntuj Ceeb Tsheej txoj hau kev uas nyob mus ib txhis. Txwj Laug M. Russell Ballard ntawm Pawg Kaum Ob tug Thwj Tim tau nug hais tias, “Peb yuav ua li cas thiaj pab tau peb cov me nyuam npaj lawv sab ntsuj plig rau lawv lub neej uas nyob mus ib txhis?” “Tej zaum lo lus teb zoo tag nrho yog kom: Qhia lawv seb yuav ua li cas thiaj ua tau raws li txoj moo zoo tej ntsiab cai.” Txoj kev qhia no los ntawm txoj kev niaj hnuv thov Vajtswv, nyeem vaj lug kub, thiab noj mov ua ke thiab txhua lim piam muaj tsev neeg hmo ua ke thiab mus koom lub Koom Txoos tej kev sib ntsib. Txwj Laug Ballard piav hais tias: “Tam sim no, peb yuav tsum npaj txhua txhua hnuv, rau lub neej nyob mus ib txhis. Yog tias peb tsis tab tom npaj rau lub neej nyob mus ib txhis, ces peb tab tom npaj rau ib yam uas qis zog, tej zaum ib yam uas tsis tshua muaj nqi.”<sup>2</sup>

## Los ntawm cov Vaj Lug Kub

Paj Lus 22:6; 1 Yauhas 3:22; Doctrine and Covenants 11:13–14; 19:38; 68:25

## Los ntawm Peb zaj Keeb Kwm

Tus Yaj Saub Yauxej Xamiv qhia cov viv ncaus hauv lub Koom Haum Niam Tsev ib txoj kev sib ntsib thaum lub Plaub Hlis Ntuj xyoo 1842 tias lawv muaj kev lav ris yuav tsum nrhiav kom tau lawv txoj kev tsa nto. Nws hais tias, “Tom qab [kuv] cov lus qhuab qhia no, nej yuav tau lav ris nej tej kev txog kev txhaum; xav kom nej yuav taug tej kev zoo rau ntawm peb Leej Txiv saum ntuj ceeb tsheej xwv kom yuav cawm tau nej tus kheej dim; peb yuav tsum lav rau ntawm Vajtswv seb peb ua li cas rau qhov kaj thiab txoj kev txawj ntse uas peb txais los ntawm peb tus Tswv los xwv kom peb thiaj muaj cuab kav cawm peb tus kheej dim.”<sup>3</sup> Nws qhia kom lawv yuav ua neeg ncaj ncees, yuav rais los mus ua ib haiv neeg dawb huv, thiab yuav tsum npaj siab txais yuav lub tuam tsev tej kab ke thiab kev khi lus.

### LUS CIM

1. Julie B. Beck, “And upon the Handmaids in Those Days Will I Pour Out My Spirit,” *Liahona*, Tsib Hlis Ntuj 2010, 10, 11.
2. M. Russell Ballard, “Spiritual Development,” *Ensign*, Kaum Ib Hlis Ntuj 1978, 65, 66.
3. *Teachings of Presidents of the Church: Joseph Smith* (2007), 355.

***Kuv Yuav Pab Li Cas?***

**1.** Kuv yuav ua li cas pab kuv cov viv ncaus sab ntsuj plig loj hlob tuaj kom lawv thiaj txawj vam lawv tus kheej?

**2.** Kuv yuav ua li cas pab kuv tus kheej kom txawj paub thiab ua raws li tus Ntsuj Plig Dawb Huv tej kev tshoov siab?

Kom tau ntaub ntawv xov xwm ntxiv, cia li txuas rau [www .reliefsociety.lds.org](http://www.reliefsociety.lds.org).