

Los ntawm Thawj Tswj Hwm
Dieter F. Uchtdorf

Tus Pab Cuam thib Ob hau
Thawj Pawg Thawj Tswj Hwm



Mus Kev Ua Ib lub Voj Voos

Nej puas tau hnov zaj lus uas hais tias cov neeg uas poob zoo lawm mus kev ua ib lub voj voos feem ntau?

Jan L. Souman, ib tug kws kuaj paj hlwb Yelemas, xav paub tseeb saib qhov no puas muaj tseeb tiag. Nws koj cov neeg uas koom pab nws kuaj xyuas qhov no mus rau ib lub hav zoov thiab rau lub roob moj sab qhua Sahara thiab siv ib lub tshuab soj qab saib lawv taug kev mus qhov twg. Lawv tsis muaj lub taw kev los yog lwm yam tshuab khoom dab tsi li. Cov lus qhia uas lawv tau txais yeej yooj yim heev: cia li mus kev ncaj qha mus tom hauv ntej raws li tau taw lawm.

Tom qab no Dr. Souman piav saib tau muaj li cas. “Lawv [ib txhia] mus kev thaum muaj huab ntau, es cov huab ntis lub hnuv [thiab lawv tsis tsum ntsoov ib yam dab tsi rau ntawm npoo ntuj]. . . . [Lawv] puav leej mus kev ua ib lub voj voos, es muaj lawv [ob peb tug] uas pheej hla lawv txoj qub ke es tsis paub li.” Lwm cov mus kev thaum lub hnuv ci, thiab tsum ntsoov tej yam rau ntawm npoo ntuj. “Lawv cov no . . . mus kev yuav luag ncaj qha mus tom hauv ntej.”¹

Qhov kev tshawb xyuas no lwm tus neeg tau rov qab ua siv lwm txoj kev ua.² Tiam sis tej kev tshawb xyuas no txhua qhov muaj li hais no tib yam.

Yog tias tsis muaj tej yam uas lawv tsum ntsoov tau, tib neeg txhua tus mus kev ua ib lub voj voos feem ntau.

Qhov Kev Tsum Ntsoov ntawm cov Vaj Lug Kub

Yog tsis muaj tej yam uas peb sab ntsuj plig tsum ntsoov tau, tib neeg kuj ua loj leeb thiab. Yog tias muaj Vajtswv txoj lus, peb mus kev ua ib lub voj voos.

Ua tib neeg thiab sawm fem, peb pheej pom tus qauv no ib tiam dhau ib tiam txij thaum chiv keeb los. Thaum peb tsis tsum ntsoov Vajtswv txoj lus, peb poob zoo feem ntau.

Yeej yog vim li no tus Tswv thiaj txib Lihais kom rov qab mus tim lub nroog Yeluxalees kom tau cov phiaj toog. Vajtswv paub hais tias Lihais cov xeeb leej xeeb ntxwv yuav tsum muaj tej yam uas lawv tsum ntsoov tau—tej yam uas yuav pab qhia kev—uas yuav pab koj lawv kev kom lawv thiaj paub tseeb tias lawv taug kev raws li qhov yog.

Cov vaj lug kub yog Vajtswv txoj lus. Cov vaj lug kub yog tej yam Vajtswv npaj tseg kom pab qhia kev rau peb saib peb yuav tsum taug kev mus li cas kom thiaj nyob ze dua peb tus Cawm Seej thiab ncau tau peb tej hom phiaj.

Qhov Kev Tsom Ntsoov ntawm lub Tuam Rooj Sab Laj

Cov lus qhia uas hais tawm nyob ntawm lub tuam rooj sab laj yog lwm yam uas peb tsom ntsoov tau kom thiaj pab peb paub hais tias peb taug kev kom yog.

Feem ntau kuv nug kuv tus kheej hais tias, “Kuv puas tau mloog cov lus uas cov txiv neej thiab cov poj niam tau hais rau ntawm lub Koom Txoos lub tuam rooj sab laj zaum tas los no? Kuv puas tau nyeem thiab rov qab nyeem lawv cov lus? Kuv tau xav txog lawv cov lus thiab muab lawv cov lus ntawd nruab rau hauv kuv lub neej? Los yog kuv puas tau ua tib zoo mloog cov lus uas hais es tseem tsis tau muab lawv tej lus zoo nruab rau hauv kuv lub neej?”

Tej zaum thaum nej tseem tab tom mloog los sis nyeem, nej tau sau ob peb los lus tseg kom thiaj cim tau. Tej zaum nej tau cog lus rau nej tus kheej kom thiaj ua tej yam zoo dua los yog ua txawv. Cia li xav txog tej lus qhia uas hais tawm nyob ntawm lub tuam rooj sab laj zaum tas los. Cov lus qhia ntawd feem ntau yaum kom peb ntxiv dag zog rau peb tej tsev neeg thiab pab kom peb tej kev ua txij ua nkawm zoo dua tuaj. Phau me nyuam ntawv *Liahona* kuj tsom ntsoov tej yam muaj nqi nyob mus ib txhis, uas muaj ntau yam zoo uas yuav foom koob hmoov rau peb lub neej.

Peb puas tsom ntsoov thiab nruab tej lus qhuab qhia no hauv peb lub neej? Peb puas pom tau thiab taug kev mus rau tej yam uas yuav pab taw kev rau peb?

Qhov uas Yuav Pab Tiv Thaiv Kom Tsis Txhob Ua Loj Leeb

Tej yam qhia kev ntawm sab ntsuj plig yeej tseem ceeb heev kom pab peb taug txoj kev ti thiab nqaim. Tej kev qhia no qhia kev rau peb taug—tiam sis tsuas yog thaum peb pom tau tej yam no thiab taug kev mus rau tej ntawd.

Yog tias peb tsis kam taug kev raws li tej yam qhia kev no, tej ntawd tsis muaj qab hau dab tsi li, tsuas yog tej yam uas tsis muaj nuj nqi xwb.

Yeej tsis txaus uas peb tsuas taug kev mus raws li peb lub siab qhia xwb.

Yeej tsis txaus uas peb tsuas muaj lub siab xav taug kev raws li qhov yog.

Yeej tsis txaus uas peb vam khom peb qhov muag thiab tej tes taw xwb.

Txawm yog tias peb tseem xav tias peb taug kev ncaj qha mus ntawm sab ntsuj plig, los tsis muaj tej yam tseeb qhia peb kev—tsis muaj tus Vaj Ntsuj Plig coj peb kev—peb yeej yuav ua loj leeb.

Yog li ntawd, cia peb qhib peb qhov muag thiab pom tej yam qhia kev uas Vajtswv tau npaj tseg rau Nws cov me nyuam. Cia peb nyeem, mloog, thiab ua raws li Vajtswv txoj lus. Cia peb rau rau siab thov Vajtswv thiab mloog thiab ua raws li tus Ntsuj Plig tej kev tshoov siab. Thaum peb pom tau tej yam qhia kev uas peb Leej Txiv Saum Ntuj Ceeb Tsheej tau npaj tseg rau peb, peb yuav tsum taug kev mus raws li tej ntawd taw kev rau peb. Peb kuj yuav tsum kho peb kev ntshawv ntshis thaum peb tsom ntsoov tej yam qhia kev ntawm sab ntsuj plig.

Ua li no, peb yuav tsis mus kev ua ib lub voj voog, tiam sis rau siab taug kev mus tom hauv ntej rau txoj koob hmoov los saum ntuj los uas yog txoj cai ntawm tag nrho cov uas taug txoj kev ti thiab nqais ntawm txoj kev ua thwj tim rau Khetos.

LUS CIM

1. Saib Jan L. Souman thiab lwm tus neeg, “Walking in Circles,” *Current Biology* 19 (Cuaj Hlis Ntuj 29, 2009), 1538, [cell.com/current-biology/issue?pii=S0960-9822\(09\)X0019-9](http://cell.com/current-biology/issue?pii=S0960-9822(09)X0019-9).
2. Piv txwv tias, saib, “A Mystery: Why Can’t We Walk Straight?” npr.org/blogs/kruhwich/2011/06/01/131050832/a-mystery-why-can-t-we-walk-straight.

QHIA LOS NTAWM TSAB XOY NO

Thaum koj npaj qhia los ntawm zaj lus no, koj tshawb nrhiav tau hauv tej vaj lug kub kom tau piv txwv hais txog cov neeg uas muaj tej yam qhia kev ntawm sab ntsuj plig coj lawv kev los yog hais txog cov neeg uas mus kev ua ib lub voj voog. Koj pib kawm tau thaum koj nyeem tej nqes vaj lug kub no: Teev Npe 14:26–33; 1 Nifais 16:28–29; Amas 37:38–47. Yog tias koj hnov tau kev tshoov siab, koj qhia tau txog tej piv txwv no rau lawv cov uas koj qhia ntawd. Nug lawv saib peb yuav kawm tau dab tsi los ntawm tej dab neeg no.

COV HLUAS

Tej Yam Tsom Ntsoov Qhia Kev rau Koj

Thawj Tswj Hwm Uchtdorf hais txog lub tuam rooj sab laj thiab cov vaj lug kub hais tias tej no yog tej

yam uas tsum ntsoov tau kom pab peb tsis txhob ua loj leeb ntawm sab ntsuj plig. Xav txog lwm yam uas yus tsum ntsoov tau ntawm sab ntsuj plig uas tau pab koj koj kev hauv koj lub neej. Sau tej yam uas tau muaj los no tseg rau hauv koj phau ceev xwm txheej. Tej zaum tej lus los ntawm Thawj Tswj Hwm Thomas S. Monson yuav pab tau koj:

“Nej txoj koob hmoov yawg suab yuav koj nej mus ntxeem kom dhau tej hmo tsaus ntuj nti. Txoj koob hmoov ntawd yuav koj nej mus dhau tej xwm txheej ntawm lub neej no. . . . Koj yuav tsum tsis txhob muab koj txoj koob hmoov tais zoo zoo thiab muab cia. Tsis yog ib yam uas koj yuav muab dai rau lwm tus neeg pom los yog luam tawm. Tsis li, yog ib yam uas yuav tsum nyeem. Yuav tsum yog ib yam uas peb nyiam heev. Yuav tsum yog ib yam uas peb ua raws li.”

“Your Patriarchal Blessing: A Liahona of Light,” *Ensign*, Kaum Ib Hlis Ntuj 1986, 66.

“Peb Leej Txiv Saum Ntuj Ceeb tsheej tsis xa peb los nyob hauv ntiaj teb no tsis muaj ib txoj kev txais

Nws kev koj qhia kom peb rov qab los dawb los huv txog tsev. Qhov uas kuv hais no yog kev thov Vajtsww. Kuv kuj hais txog tej lus ntxhi ntawm lub suab yau yau ntawd thiab.”

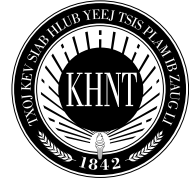
“The Race of Life,” *Liahona*, Tsib Hlis Ntuj 2012, 92.

COV ME NYUAM

Kuv Nrhiav Tau Kuv Kev

Thawj Tswj Hwm Uchtdorf hais tias peb yuav tsum raws tej kev tsum ntsoov ntawm sab ntsuj plig vim lawv yuav pab peb xaiv qhov yog thiab txav mus ze dua tus Cawm Seej. Ob peb yam uas tsum ntsoov tau no yog kev thov Vajtsww, cov vaj lug kub, tej tuam rooj sab laj, thiab tej ntawv *Liahona*.

Ua ke nrog koj tsev neeg, cia li nyeem ib zaj lus qhia los ntawm lub tuam rooj sab laj zaum tas los. Tus hais lus hais tias peb yuav tsum ua li cas kom thiaj taug tau kev mus raws li qhov yog? Nrog koj tsev neeg cuab hom phiaj kom nruab tej yam nej tau kawm hauv nej lub neej.



Kev Xyiv Fab Nrhiav Tsev Neeg zaj Keeb Kwm

Ua tib zoo thov Vajtswv 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 hauv koj lub neej. Kom tau ntaub ntawv xov xwm ntxiv, cia li relief society.lds.org.

Kev Ntseeg, Tsev Neeg, Kev Pab

Txwj Laug Russell M. Nelson ntawm Pawg Kaum Ob tug Thwj Tim tau qhia tias tus Ntsuj Plig ntawm Eliyas yog “ib qho kev tshwm sim ntawm tus Vaj Ntsuj Plig Dawb Huv uas ua tim khawv txog qhov uas tsev neeg yog ib yam los saum ntuj los.”¹

Vim peb yog cov mej zeej hauv Yexus Khetos lub Koom Txoos uas tau muab txum tim rov qab los, peb tau khi lus tias peb yuav nrhiav peb cov poj koob yawm txwv thiab muab cov kab ke ntawm txoj moo zoo rau lawv kom cawm lawv dim. Yog lawv tsis muaj peb, ces lawv “ua tsis tau neeg zoo tag nrho” (Hebrews 11:40), thiab “yog tsis muaj peb cov uas tuag lawm ces peb kuj ua neeg zoo tag nrho tsis tau thiab” (D&C 128:15).

Tej hauj lwm nrhiav tsev neeg zaj keeb kwm npaj peb rau tej koob hmoov ntawm lub neej nyob mus ib txhis thiab pab peb muaj siab ntseeg thiab ua neeg ncaj ncees ntau dua. Tsev neeg zaj keeb kwm yog ib yam tseem ceeb rau lub Koom Txoos txoj hauj lwm thiab pab kom cawm tau thiab tsa nto tau tib neeg txhua tus.

Thawj Tswj Hwm Boyd K. Packer, Thawj Tswj Hwm ntawm Pawg Kaum Ob tug Thwj Tim, tau hais tias: “Thaum peb tshawb nrhiav peb tsev neeg zaj keeb kwm peb rais los mus txaus siab kawm txog ntau tshaj cov npe xwb. . . . Peb tej siab tej ntsws tig mus rau peb cov poj koob yawm txwv—peb txawm rau siab nrhiav kom tau lawv, paub lawv, thiab ua hauj lwm pab lawv.”²

Los ntawm cov Vaj Lug Kub

Malakis 4:5–6; 1 Kaulithaus 15:29; D&C 124:28–36; 128:15

Los ntawm Peb zaj Keeb Kwm

Tus Yaj Saub Yauxej Xamiv tau qhia tias, “Txoj hauj lwm loj tshaj plaws hauv lub ntiaj teb no uas Vajtswv tau muab rau peb yog kom nrhiav kom tau peb cov poj koob yawm ntxwv cov npe.”³ Peb sawv tau lawv cev ua hauj lwm pab lawv hauv lub tuam tsev thiab ua tej kab ke rau lawv.

Sally Randall ntawm Nauvoo, Illinois, uas muaj ib tug me nyuam tub 14 xyoos uas tas sim neej, tau kev nplij siab los ntawm txoj lus cog tseg tias tsev neeg nyob tau ua ke

mus ib txhis li. Tom qab Sally tus txiv sawv cev rau nkawd tus tub ua kev cai raus dej, Sally sau ntawv mus rau nws cov kwv tij neej tsa hais tias: “Yog ib yam zoo kawg nkaus uas peb . . . ua kev cai raus dej tau rau tag nrho peb cov tuag [cov poj koob yawm txwv] thiab cawm lawv npaum li peb kawm tau paub txog lawv.” Ces Sally txawm hais kom nws cov kwv tij neej tsa xa ntaub ntawv xov xwm tuaj rau nws hais txog lawv cov poj koob yawm txwv, hais tias, “Kuv yuav ua raws li kuv ua tau kom cawm tau [peb tsev neeg].”⁴

LUS CIM

1. Russell M. Nelson, “A New Harvest Time,” *Liahona*, Xya Hli Ntuj 1998, 34.
2. Boyd K. Packer, “Your Family History: Getting Started,” *Liahona*, Kaum Ib Hlis Ntuj 2011, 17.
3. *Teachings of Presidents of the Church: Joseph Smith* (2007), 475.
4. Saib *Daughters in My Kingdom: The History and Work of Relief Society* (2011), 20–21.

Kuv Yuav Pab Li Cas?

1. Kuv yuav ua li cas pab cov viv ncaus uas kuv saib xyuas tshawb nrhiav lawv tsev neeg zaj keeb kwm?
2. Kuv puas sau ntawv txog tej yam uas muaj los rau kuv thiab?