



KEV PAUB XAV LI LWM TUS KOM TXHAWB PAB LAWW

Kev txhawb pab yog kev txhawb nqa. Peb yuav txhawb nqa lwm tus thaum peb sim to taub hais tias lawv raug li cas thiab qhia lawv tias peb txaus siab nrog lawv nyob thaum lawv raug teeb meem.

Vim peb Leej Txiv Saum Ntuj Ceeb Tsheej xav kom peb hloov los ua zoo li Nws, ces tej teeb meem uas peb raug hauv lub neej no yog tej lub cib fim rau peb kawm yog peb tso siab rau Nws thiab yeej meem taug txoj kev. Tiam sis, ntshe nyuaj rau peb taug txoj kev thaum peb xav tias peb raug teeb meem ntawd peb tus kheej xwb.

Tiam sis Vajtswv yeej tsis xav kom peb taug kev peb ib leeg xwb. Tus Cawm Seej txawj paub lwm tus xav li cas, vim nws nqis dhau txhua yam nws thiaj li yuav paub pab peb thaum peb raug txom nyem thiab raug teeb meem (saib Amas 7:11–12; Lus Qhuab Qhia thiab Kev Khi Lus 122:8). Nws xav kom peb txhua tus koj raws li Nws tus yam ntxwv thiab

paub xav li lwm tus ib yam thiab. Txhua tus mej zeej ntawm lub Koom Txoos tau khi lus tias lawv yuav “txaus siab nyuaj siab nrog cov uas nyuaj siab; muaj tseeb tiag, thiab nplij cov uas xav tau kev nplij siab” (Mauxiyas 18:9). Txawm peb muaj teeb meem los, cov vaj lug kub qhia peb kom peb saib lwm tus thiab “tsa tej tes uas qaug dai ncu, thiab txheem tej hauv caug uas qaug zog” thiab “taug kev ncaj ncaj, nej txhais ko taw uas ceg tawv thiaj yuav zoo; yog nej tsis ua li ntawd nyob tsum kho tsis tau” (Henplais 12:12–13; kuj saib Yaxayas 35:3–4; Lus Qhuab Qhia thiab Kev Khi Lus 81:5–6).

Thaum peb tuav lwm tus tes, cia lawv ib peb, thiab nrog lawv taug kev mus, peb pab lawv taug txoj kev

ntev txaus kom tus Cawm Seej muab lawv hloov siab los ntseeg—uas yog ib lub hom phiaj ntawm kev txhawb pab—thiab kho lawv kom zoo (saib Lus Qhuab Qhia thiab Kev Khi Lus 112:13).

Kev Paub Xav Li Lwm Tus Yog Dab Tsi?

Kev paub xav li lwm tus yog kev to taub lwm tus neeg tej kev xav thiab lub neej raws li lawv xam pom uas tsis yog raws li peb xav.¹

Qhov uas peb paub xav li lwm tus yeej tseem ceeb thaum peb mus txhawb pab lwm tus thiab ua raws li peb lub hom phiaj ntawm kev ua cov kwv tij thiab cov viv ncaus uas txhawb pab. Ua rau peb paub tias lwm tus lub neej zoo li cas.

Kev Paub Lwm Tus lub Neej Zoo Li Cas

Muaj ib zaj dab neeg txog ib tug Haiv Neeg Ntseeg hauv Hnub Nyooog Kawg txaj muag heev uas zaum puag tom qab hauv chav teev ntuj nws ib leeg xwb. Thaum ib tug mej zeej hauv pawg txwj laug tau tas sim neej, tus npisov tau foom koob hmoov rau cov neeg nyob hauv tus txwj laug no tsev neeg kom nplij lawv lub siab. Cov viv ncaus ntawm lub Koom Haum Niam Tsev nqa zaub mov tuaj. Cov phooj ywg thiab cov neeg zej zog twb tuaj xyuas tsev neeg ntawd thiab hais tias, “Cia peb paub yog muaj dab tsi uas peb pab tau.”

Tiam sis thaum tus txiv neej txaj muag no twb mus xyuas tsev neeg ntawd, nws nias tswb qhov rooj thiab thaum tus poj ntsuam los qhib, tus txiv neej hais tias, “Kuv twb los muab nej cov khau txhuam.” Tom qab ob peb teev, tus txiv neej no twb muab tag nrho tsev neeg no cov khau txhuam huv kom ci ci npaj rau lub ntees tuag. Hnub Sunday tom qab ntawd, tus txwj laug uas tas sim neej lawm nws tsev neeg tau koom nrog tus txiv neej txaj muag ntawd zaum ua ke.

Tus txiv neej no nws yeej txawj pab tau ua qhov uas tseem tsis tau muaj lwm tus pab. Lawv thiab nws puav leej tau koob hmoov los ntawm nws txoj kev paub xav li lwm tus thaum nws mus txhawb pab.

Kuv Yuav Ua Li Cas Kom Paub Xav Li Lwm Tus?

Zoo li ib txhia muaj txiaj ntsim paub xav li lwm tus. Tiam sis rau cov uas ua nyuaj rau lawv ua li ntawd, muaj xov xwm zoo heev. Tau 30 xyoo tas los, cov neeg tshawb fawb coob zuj zus twb kawm txog kev paub xav li lwm tus. Txawm yog lawv nyias siv nyias txheej txheem kawm, lawv feem coob pom zoo hais tias kev paub xav li lwm tus yeej yog ib yam uas peb kawm tau.²

Peb thov Vajtswv kom txais tau lub txiaj ntsim uas yog kev paub xav li lwm tus. Yog peb yuav paub zoo dua, ces qhov uas peb to taub zoo dua hais tias kev

paub xav li lwm tus zoo li cas yeej yog ib qho zoo. Tej yam nram qab no los neeg feem coob ntseeg tias yog tej ntsiab lus ntawm kev paub xav li lwm tus.³ Txawm peb tsis paub thaum twg muaj tej ntsiab lus no los, qhov uas peb paub txog tej no yuav ua rau peb muaj cib fim hloov ua zoo dua ntxiv.

1. To Taub

Peb yuav tsum to taub lwm tus raug xwm txheej li cas yog tias peb yuav paub xav li lwm tus. Peb yim to taub lawv tej xwm txheej, peb yim to taub hais tias lawv xav li cas thiab peb yuav ua li cas kom pab tau lawv.

Kev mloog zoo, kev nug tej lus, thiab kev sib sab laj nrog lawv thiab lwm tus yeej yog tej yam tseem ceeb kom pab peb to taub lawv lub neej. Cia li kawm txog tej ntsiab lus no nyob hauv Tej Ntsiab Cai txog Kev Txhawb Pab dhau los:

- “Tsib Yam uas cov Neeg uas Mloog Zoo Ua,” *Liahona*, Rau Hli Ntuj 2018, 6.
- “Sib Sab Laj txog tej uas Lawv Xav Tau,” *Liahona*, Cuaj Hlis Ntuj 2018, 6.
- “Hais Kom Lwm Tus Los Koom Tes Txhawb Pab,” *Liahona*, Kaum Hli Ntuj 2018, 6.

Yog peb xav to taub, peb yuav tsum siv sij hawm kom to taub lawv tej xwm txheej thiab tsis txhob xav tias peb paub lawm vim muaj lwm tus uas raug xwm txheej yuav luag zoo ib yam. Yog peb ua li ntawd, ntshe tej zaum peb ua tsis yog thiab ua rau lawv xav tias peb tsis to taub lawv.

2. Xav

Thaum peb siv zog ua raws li peb tej kev khi lus kom txaus siab nyuaj siab nrog cov uas nyuaj siab thiab nplij cov uas xav tau kev nplij siab, peb thov tau Vajtswv kom txais tus Vaj Ntsuj Plig Dawb Huv kom pab peb to taub tias lwm tus xav li cas thiab peb yuav ua li cas kom pab nws.⁴

Thaum peb to taub lwm tus tej xwm txheej, peb txhua tus yeej txawj xav hais tias yog peb twb raug tej yam ntawd los peb yuav xav li cas. Qhov uas peb to taub tej kev xav no, thiab qhov uas peb muaj tus tus Vaj Ntsuj Plig Dawb Huv txoj kev coj peb txoj hau kev, yuav pab peb paub ua li cas.

Thaum peb to taub lwm tus tej xwm txheej thiab xav tias lawv yuav xav li cas, ces yeej tseem ceeb uas peb tsis txiav txim rau lawv (saib Mathais 7:1). Qhov uas peb saib tsis taus lawv vim lawv tau ua li cas kom raug xwm txheej ntawd ntshe ua rau peb xav tias lawv txoj kev nyuaj siab tsis tseem ceeb.

3. Ua Li Cas

Qhov uas peb ua li cas los yeej tseem ceeb vim peb qhia tau tias peb paub xav li lwm tus. Muaj ntau txoj kev kom qhia tias peb to taub los ntawm kev hais lus thiab los ntawm kev tsis hais lus. Yeej tseem ceeb kom nco ntsoov tias peb lub hom phiaj tsis yog kom kho lawv qhov teeb meem. Lub hom phiaj yog txhawb nqa lawv thiab txhawb lawv lub zog thaum peb qhia lawv tias lawv tsis nyob lawv ib leeg xwb. Tej zaum peb yuav tsum hais tias, “Kuv zoo siab koj tau qhia kuv” los sis “Pab koj nyuaj siab. Ntshe mob heev.”

Txhua zaus peb yuav tsum ua tiag tiag. Thiab thaum tsim nyog ua, qhov uas koj cia lwm tus saib koj tej kev qaug zog thiab tej kev txhawj xeeb yuav pab nej sib raug zoo.

Kev Caw Ua tej Yam

Thaum koj xav txog cov neeg uas koj mus txhawb pab raug xwm txheej li cas, cia li xav tias koj yog lawv thiab koj yuav xav tau kev pab zoo li cas. Thov Vajtswv kom to taub tias lawv xav li cas thiab ua raws li Nws qhia koj. Tej zaum qhov koj ua yuav yooj yim heev, tiam sis qhov ntawd yuav muaj nqi heev.

YEXUS KHETOS TAU XAV LI LWM TUS KOM TXHAWB PAB LAWV

Thaum tus Cawm Seej tshwm sim rau cov Neeg Nifais, Nws tau qhia lawv mus txog thaum lawv yuav tsis to taub txhua yam uas Nws tseem xav qhia lawv. Tiam sis Nws kuj paub tias lawv tsis xav kom Nws ncaim lawv mus.

Nws txoj kev qhia lawv txog txoj moo zoo los nws twb hloov kom txhawb pab lawv—nws caw cov uas muaj mob, tuag ceg, dig muag, los sis cov uas raug mob sab heev. Nws tau kho lawv zoo. Ces Nws twb thov Vajtswv pab lawv thiab txhawb pab lawv cov me nyuam, siv sij hawm nrog lawv txhua tus thiab tau foom koob hmoov rau lawv.

Peb kawm dab tsi los ntawm tus Cawm Seej tus yam ntxwv thaum nws xav li cov Neeg Nifais kom txhawb pab lawv?

Tej zaj lus txog “Tej Ntsiab Cai txog Kev Txhawb Pab” yog tej uas yuav pab peb ib leeg kawm saib xyuas ib leeg—tsis yog yuav siv kom qhia ib zaj lus thaum mus xyuas lwm tus. Thaum peb paub cov uas peb pab, tus Vaj Ntsuj Plig Dawb Huv yuav tshoov peb lub siab kom paub tias lawv xav tau zaj twg ntxiv rau peb txoj kev saib xyuas thiab txoj kev khuv leej.

LUS CIM

1. Saib W. Ickes, *Empathic Accuracy* (1997); thiab M. L. Hoffman, *Empathy and Moral Development: Implications for Caring and Justice* (2000).
2. Saib, ua piv txwv, Emily Teding van Berkhout thiab John M. Malouff, “The Efficacy of Empathy Training: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials,” *Journal of Counseling Psychology* (2016), 63(1), 32–41.
3. Saib, ua piv txwv, Brené Brown, *I Thought It Was Just Me (But It Isn't)* (2008); Theresa Wiseman, “A Concept Analysis of Empathy,” *Journal of Advanced Nursing* (1996), 23, 1162–67; thiab Ed Neukrug thiab lwm tus, “Creative and Novel Approaches to Empathy: a Neo-Rogerian Perspective,” *Journal of Mental Health Counseling*, 35(1) (Ib Hlis Ntuj 2013), 29–42.
4. Saib Henry B. Eyring, “Tus Nplij Siab,” *Liahona*, Tsib Hlis Ntuj 2015, 17–21.