

Ерөнхийлөгч Хэнри Б.Айринг  
Тэргүүн Зөвлөлийн нэгдүгээр зөвлөх



# Гэр бүл ба залбирал

**Н**эг удаа би аавыгаа сахин, орных нь хажууд сууж байхад тэрээр надад хүүхэд насныхаа тухай шөнөжин ярьж билээ. Тэр хүнд хэцүү үедээ эцэг эхээсээ мэдэрсэн хайр болон Тэнгэрлэг Эцэг, Аврагчийн хайрын талаар ярьсан юм. Би түүнийг хорт хавдраас болж сульдаж байгааг мэдэж байсан учраас заримдаа түүний Тэнгэрлэг Эцэгтэйгээ хамаатай мэдрэмжүүдээ дэлхийн эцгийнхээ хайр болон сайхан сэтгэлтэй андуурч, хольж хутгаж байгаа нь намайг гайхшруулдаггүй байв. Аав маань залбирч байхдаа Тэнгэрлэг Эцэгийг өөр рүү нь харан инээмсэглэж байгаагаар төсөөлж чаддаг хэмээн боддог тухайгаа надад байнга хэлдэг байж билээ.

Эцэг, эх нь түүнд Бурхантай ярилцаж байгаа мэтээр залбирахыг мөн Бурхан түүнд хайраар хариулах болно гэдгийг үлгэр жишээгээрээ заадаг байжээ. Амьдралынх нь эцсийн мөч хүртэл түүнд энэ жишээ хэрэгтэй байсан. Өвчин нь хүндрэх үед түүнийг өглөө орныхоо хажууд өвдөг сөгдөж байгааг бид хардаг байлаа. Тэр ор руугаа буцаж гарч чадахааргүй хэтэрхий сульдсан байдаг байв. Би сайн байхаар үргэлж хичээж байхад яагаад намайг ийм их зовохыг зөвшөөрч байгааг Тэнгэрлэг Эцэгээс асуухаар залбирсан юм гэж тэр бидэнд хэлдэг байв. “Бурханд зоригтой хөвгүүд хэрэгтэй” хэмээх нэгэн сэтгэлд өег хариулагч ирсэн гэж тэр хэлсэн.

Тиймээс тэр Бурхан түүнийг хайрладаг, сонсдог бөгөөд түүнийг дэмжих болно гэдэгт итгэсээр эцсээ хүртэл тэвчсэн. Тэрээр хайраар дүүрэн Бурхан залбирлын дайтай ойрхон байдаг гэдгийг бага насандаа мэдэж авахаар бас хэзээ ч мартаггүй байхаар адислагдсан ажээ.

Энэ нь Их Эзэний эцэг эхчүүдэд хандан “Мөн тэд тэрчлэн залбирахыг, мөн Их Эзэний өмнө цэх шулуун

алхахыг хүүхдүүддээ заах ёстой” (С ба Г 68:28) хэмээн заасны шалтгаан юм.

Иосеф Смит хүү итгэлтэйгээр залбирсан учраас Есүс Христийн сайн мэдээ Мормоны Ном болон гэр бүлүүдийг холбож чадах санваарын бүх түлхүүрийн хамт сэргээгдсэн. Тэрээр энэхүү итгэлээ хайраар дүүрэн, итгэлтэй гэр бүлээсээ олж авчээ.

Хорин жилийн өмнө Их Эзэн Тэргүүн Зөвлөл болон Арванхоёр Төлөөлөгчийн чуулгаас гаргасан “Тэр бүл: Дэлхий дахинаа өргөх тунхаг” дахь энэхүү зөвлөгөөг гэр бүлүүдэд өгсөн: “Аз жаргалтай гэрлэлт болон гэр бүлүүд нь итгэл, залбирал, наманчлал, өршөөл, хүндэтгэл, хайр, өрөвч сэтгэл, ажил хөдөлмөр ба гэр бүлээрээ үр бүтээлтэй үйл ажиллагаа зохиох зарчмуудыг баримтлан амьдарна.”<sup>1</sup>

Бид бошиглогч Иосеф Смитийг хүмүүжүүлснийх нь төлөө түүний гэр бүлд талархах агуу шалтгаантай билээ. Түүний гэр бүл зөвхөн итгэл хийгээд залбирлыг төдийгүй бас наманчлал, өршөөл, хүндэтгэл, хайр, өрөвч сэтгэл, ажил хөдөлмөр ба гэр бүлээрээ үр бүтээлтэй үйл ажиллагаа зохиох зарчмуудыг баримтлан амьдарсан.

Таны үр удам гэр бүлийн залбирлын үлгэр жишээний тань төлөө та нарыг адислагдсан хэмээн дуудах болно. Та Бурханы агуу үйлчлэгчийг өсгөхгүй байж болно, гэхдээ та итгэлийн залбирал болон үлгэр жишээгээрээ дамжуулан Их Эзэн Есүс Христэд сайн бас чин үнэнч дагалдагчдыг өсгөхөд тусалж чадна.

Их Эзэний ажилд туслахын тулд бидний хийхээр сонгож болох бүх зүйлд залбирал чухал үүрэг гүйцэтгэдэг. Залбирч байхдаа бусдыг тэнд хэн байгааг харахын тулд нүдээ нээх хүртэл нь залбирдаг жирийн хүмүүс байдаг. Та ийм хүн байж чадна.

Та гэр бүлийн залбирлаараа тантай хамт өвдөг сөгдөж буй тэдний хувьд утга учиртай байж болох зүйлийн талаар бод. Таныг Бурхантай итгэлтэйгээр ярьж байгааг мэдрэх үед тэдний Бурхантай ярих итгэл нь мөн өсөх болно. Та хүлээн авсан адислалуудынхаа төлөө Бурханд талархал илэрхийлэн залбирах үед Бурхан тэдэнд хайртай, Тэр таны залбирлуудад хариулдаг ба тэдний залбиралд ч бас хариулах болно гэсэн итгэл нь өсөх болно. Та энэхүү туршлагыг хувийн залбирлуудаараа хэрэгжүүлсэн үед л гэр бүлийн залбиралд эдгээр зүйл тохиолдох боломжтой.

Бурхантай ярьдаг байсан эцэг, эхийнхээ жишээгээр би одоо ч адислагдсаар байна. Тэдний гэр бүлийн залбирлын хүчний үлгэр жишээ үр удмыг нь үргэлжлүүлэн адисалсаар байна.

Эцэг эхийн минь үзүүлсэн үлгэр жишээгээр миний хүүхдүүд болон ач зээ нар өдөр бүр адислагддаг. Хайраар дүүрэн Бурхан залбирлуудыг нь сонсож бас хариулдаг гэдэгт итгэх итгэл нь тэдэнд үе дамжин ирсэн. Та нар бас өөрсдийн гэр бүлд ийм өвийг үлдээж чадна. Та нарыг ийм өв үлдээхийн төлөө би залбирч байна.

#### ЭШЛЭЛ

1. “Гэр бүл: Дэлхий дахинаа өргөх тунхаг” 2010 оны 10-р сарын Ерөнхий чуулганы материал, 129.

### ГЭР БҮЛИЙН ТУНХГИЙН 20 ЖИЛИЙН ОЙГ ТЭМДЭГЛЭ

“Гэр бүл: Дэлхий дахинаа өргөх тунхаг” нь 1995 оны 9-р сарын 23-нд анх гарсан үеийнх шигээ өнөө үед ч гэсэн цагаа олсон зарчмуудыг заадаг. Та дараах зүйлсийг хийснээрээ өөрийн заадаг хүмүүс эсвэл гэр бүлийнхнийгээ энэ тунхгийн 20 жилийн ойг тэмдэглэхэд урих талаар бодож үз:

1. Тэдний хувьд онцгой ач холбогдолтой зарчмуудыг жагсаан бич. (Ерөнхийлөгч Айринг дээрх захиаст дурдагдсан залбирлаар үүнийг хэрхэн хэрэгжүүлдгийг харна уу.)
2. Зарчим бүр нь тэднийг өнөөдөр болон ирээдүйд хэрхэн адисалж чадахыг ярилц.
3. Эдгээр зарчмыг тэд өөрсдийнхөө амьдралд хэрэгжүүлж мөн тэдгээрийг бусадтай хуваалцахын тулд тодорхой зорилгуудыг тавь.

## ӨСВӨР ҮЕИЙНХЭНД ЗОРИУЛАВ

### Залбирахаа сайжруулахаар ажиллах нь

Ерөнхийлөгч Айринг Тэнгэрлэг Эцэгтэйгээ бат бөх харилцаатай байснаар гэр бүл тань адислагдаж чадна хэмээн заасан. Та залбирахаа сайжруулснаараа Түүнтэй харилцах харилцаагаа сайжруулж чадна. Үүнийг хэрхэн хийх талаар хэдэн санааг дор өгөв:

Залбирахынхаа өмнө хэлэхийг хүсэж байгаа зүйлээ бодох хэдэн минут гарга. Өөрт байгаа асуултуудаа эсвэл санааг тань зовоож байгаа зүйлсийн талаар бодож үз. Тэдгээрийг мартахгүйн тулд бичиж авсан ч болно. Ариун Сүнсний намуухан мэдрэмжүүдэд анхаарлаа төвлөрүүлэхийн тулд өдрийн дуу шуугианаас оюун санаагаа цэвэрлэхэд энэ цагийг ашигла. Таныг залбирч байхад оюун бодол тань сарнивал Тэнгэрлэг Эцэг сонсож байгаа хэмээн төсөөлөхийг хичээ. Тодорхой зүйлсийн талаар ярь. Бас залбирлынхаа төгсгөлд Сүнсний өдөөлтийг сонсох цөөн хэдэн минут үлдээ. Өөрт төрсөн сэтгэгдлүүдийг тэмдэглэлдээ бичиж болно.

Залбирал бол нэгэн төрлийн ажил гэдгийг санаарай. Тиймээс үүнийг хийхэд хичээл зүтгэл шаардагдаж эсвэл хэцүү санагдвал бүү санаа зов! Таны залбирахдаа гаргаж буй хичээл зүтгэл, үр удмыг тань адисалж, Бурхантай харилцах харилцаа холбоогоо сайжруулахад тань туслах болно.

## ХҮҮХДҮҮДЭД ЗОРИУЛАВ

### Залбирах санамж

Ерөнхийлөгч Айринг гэр бүлтэйгээ хамт залбирах нь чухал хэмээн заасан. Чи өдөр бүр залбирснаараа гэр бүлийнхэндээ үлгэр жишээ үзүүлж чадна. Бас өдөр бүр гэр бүлийнхэндээ хамтдаа залбирахыг сануулж болох юм. Ерөнхийлөгч Айрингийн өөр нэг хэлсэн үгнээс авсан энэхүү эшлэлийг сана: “Тэнгэрлэг Эцэг таны залбирлыг сонсдог. Тэр танд хайртай. Тэр таны нэрийг мэддэг” (“Илчлэлт үргэлжлэн ирсээр байгаа,” 2014 оны 10-р сарын Ерөнхий чуулган 73). Энэ эшлэлийг ил захидал эсвэл цаасан дээр бичээд гэр бүлийнхэндээ харагдах газар байрлуул. Ингэснээр Тэнгэрлэг Эцэг залбирлыг чинь сонсохыг хүсдэг гэдгийг чамд үргэлж сануулж байх болно.



# Есүс Христийн тэнгэрлэг зан чанар: Хүчирхэг бас алдар суугаар дүүрэн

*Энэ материалыг залбирч судлан, хуваалцах зүйлээ мэдэж авахаар эрэлхийл. Аврагчийн тэнгэрлэг зан чанарыг ойлгох нь Түүнд итгэх итгэлийг хэрхэн нэмэгдүүлж мөн айлчлагч багшийн дуудлагаар дамжуулан харж ханддаг хүмүүсийн тань амьдралыг хэрхэн адисалж болох вэ? Дэлгэрэнгүй мэдээллийг [reliefsociety.lids.org](http://reliefsociety.lids.org) хаягаар орж авна уу.*

Итгэл, гэр бүл, халамж

*Энэ бол Аврагчийн тэнгэрлэг зан чанарын талаарх Айлчлагч багшийн цуврал захиасуудын нэг хэсэг юм.*

Суарууд бидэнд Есүс Христ “тэнгэрт хийгээд газар дээрх бүх хүчийг аль алинд нь хүлээн авсан бөгөөд Эцэгийн алдар суу түүнтэй хамт бай[сан]” (С ба Г 93:17) хэмээн заасан юм. Арванхоёр төлөөлөгчийн чуулгын ахлагч М.Рассэлл Баллард энэхүү хүчээр Бидний Аврагч тэнгэр газрыг бүтээж, гайхамшгуудыг үйлдэж, Гетсемани болон Калварийн зовлон тарчлалыг даван туулсан<sup>1</sup> хэмээн хэлсэн. Үүнийг ойлгосноор бидний Христэд итгэх итгэл өсөж, бид илүү хүчирхэг болох болно.

Бид ариун сүмд гэрээнүүд хийж, тэдгээрийг сахих үед Их Эзэн биднийг Өөрийн хүчээр адисалдаг. Халамжийн Нийгэмлэгийн ерөнхий ерөнхийлөгч Линда К.Бертон: “Гэрээгээ сахих нь бидэнд хүч чадал өгч мөн биднийг хүчирхэгжүүлж, хамгаалдаг.” гэж хэлжээ . . . Саяхан би нэгэн шинэ найзтайгаа уулзсан

билээ. Тэр ариун сүмд хувийн хишгээ хүртсэний дараа урьд өмнө нь давахад хэцүү байдаг байсан уруу таталтыг эсэргүүцэх хүч чадал нь нэмэгдсэн болохыг мэдэрсэн тухайгаа надад гэрчилсэн юм” гэжээ.<sup>2</sup>

Нифай гэрээний хүчний талаар “Би, Нифай, . . . Их Эзэний гэрээ байгуулсан хүмүүс дээр буух Бурханы Хурганы хүчийг болгоов; мөн тэд ялгуусан алдар суунд зөв шударга байдал хийгээд Бурханы хүчээр зэвсэглэсэн байв” хэмээн гэрчлэлээ хуваалцсан (1 Нифай 14:14).

## Нэмэлт судрууд

Иеремиа 51:15; Илчлэлт 1:6;  
Иаков 4:6–7; Мозая 3:17

## Судруудаас

Есүс Христ Марта, Мариа хоёрыг ихэд хайрлаж байсан учраас Өөртөө байсан Бурханы хүчээр тэдний ах Лазарыг үхэгсдээс босгосон юм.

Лазарыг булшинд тавиад дөрөв хоносны дараа Есүс Марта, Мариа нарын гэрт ирэв. Тэд Лазарын

булш руу явсан ба Есүс хадыг зайлуул хэмээн зарлиглав. Есүс Мартад хандан “Хэрэв чи итгэвэл Бурханы алдрыг харна гэж Би чамд хэлээгүй бил үү” гэлээ. Тэр Бурхан Эцэгтээ хандан залбираад дараа нь чанга дуугаар “Лазар, гараад ир гэж хашгирав”

“Гар хөл нь оршуулгын боолтоор боогдсон үхсэн хүн гарч ирэв.” (Иохан 11:1–45-ыг үзнэ үү.) Аврагч биднийг аварч, хамгаалахдаа Өөрийн хүчийг ашигладаг. Бид Түүнийг хүч болон алдар суугаар дүүрэн гэдгийг санах үед бидний Түүнд итгэх итгэл өсөх болно.

## Эшлэлүүд

1. М.Рассэлл Баллард, “Энэ нь Миний ажил болон алдар суу бөлгөө,” 2013 оны 4-р сарын Ерөнхий чуулганы материал, 20.
2. Линда К.Бертон, “Гэрээгээ сахиснаар ирэх хүч чадал, баяр баясал мөн хайр,” 2013 оны 10-р сарын Ерөнхий чуулганы материал, 129.

## Үүнийг эргэцүүлэн бод

Бурханы хүч биднийг хэрхэн хүч болон алдар суугаар зэвсэглэдэг вэ?