

# Лиахона

Аавууд  
хүүхдүүдийнхээ  
амьдралыг хэрхэн  
адисалдаг вэ?  
4 ба 10-р хуудас

Япон дахь номлогч, Тэргүүлэх  
бишоп, шинэ төлөөлөгч: Ахлагч  
Гари И.Стивэнсон, 14-р хуудас

Мормоны Ном хэрхэн  
сүнслэг харааг сэргээдэг  
вэ? 20-р хуудас

Үхлийн дараах амьдралын  
тухай 14 асуултад  
хариулав, 32-р хуудас



"Тэд өлсөхгүй бас цангах ч үгүй, мөн халуунд бас наранд цохиулахгүй; учир нь тэдний дээр нигүүлслийг хайрлах тэрээр тэднийг удирдах болно, бүр тэрээр усны ундаргаар тэднийг дагуулах болно."

1 Нифай 21:10



## ЗАХИАСУУД

- 4 Тэргүүн Зөвлөлийн захиас бичиг: Бидний Эцэг, бидний Зөвлөх**  
Ерөнхийлөгч Дийтр Ф.Угдорф
- 7 Айлчлагч багшийн захиас бичиг: Ариун сүмийн ёслол, гэрээнүүд**

## ОНЦЛОХ ӨГҮҮЛЛҮҮД

- 14 Ахлагч Гари И.Стивэнсон: Ойлгох зүрх сэтгэл**  
Ахлагч Робэрт Д.Хэйлс
- 20 Сохруудын нүд нь харах болно**  
Ахлагч Линн Г.Роббинс  
*Мормоны Ном бол Есүс Христийн хоёр дахь гэрч бөгөөд Түүний алдар суут сайн мэдээ юм.*
- 26 Замд тохиолдсон долоон нигүүлсэнгүй гайхамшиг**  
Эфрэм Смит  
*Өнчин хүүхэд байхаасаа эхлээд Их Эзэнд номлогчоор үйлчлэх хүртэлх миний аялал гайхамшигаар үнэхээр дүүрэн байлаа.*

- 28 Ирээд, Намайг дага: Сургаалын үндсийг гэр орондоо заах нь**  
Алишиа Стантон ба Натали Кэмпбелл  
*Өсвөр үеийнхэнд зориулсан сар бүрийн сэдвээс гэр бүлээрээ суралцахад ашиглах санаанууд.*

- 32 Бид үхлийн дараах амьдралын тухай юу мэддэг вэ?**  
Дэвид А.Эдвардс  
*Бид сэргээгдсэн сайн мэдээний тодорхой болоод эрхэм үнэнүүдийн ачаар үхлийн дараах амьдралын тухай бусдын асуултад хариулж чадна.*

- 36 Зүрх сэтгэлийн өөрчлөлтийг мэдэрсэн нь**  
Ахлагч Эдвард Дүби  
*Би охиноо өвдөхөд, зүрх сэтгэл минь Алмагийнх шиг өөрчлөгдөх ёстой юм байна гэдгийг ойлгосон.*

## ӨГҮҮЛЛҮҮД

- 8 Бид юунд итгэдэг вэ?: Бид бошиглогчийг дуулгавартай дагахад итгэдэг**
- 10 Бидний гэр орон, гэр бүл: Аавын минь хайраар дүүрэн үлгэр жишээ**  
Нэрийг нууцлав
- 12 Дуу хөгжим: Түүнд ирэгтүн**  
Үг: Теодор И.Кертис,  
Ая: Хью В.Дугалл
- 40 Эргэцүүлэл: Уухай!**  
Г.Крэйг Кайсэр
- 41 Сүмд үйлчлэх нь: Намайг үйлчилж байхад л лав болохгүй!**  
Брэтт Ж.Портэр
- 42 Хожмын үеийн гэгээнтнүүдийн дуу хоолой**
- 80 Биднийг дахин уулзтал: Гэрчлэлээ хуваалцахдаа юуг, яагаад, хэрхэн хуваалцах вэ?**  
Ерөнхийлөгч Спэнсэр В.Кимбалл

### ХАВТСАН ДЭЭР

Нүүрэн таад: Коди Бэллийн гэрэл зураг  
Дотор таалын хавтсанд: iStock/Thinkstock-ын гэрэл зураг  
Арын хавтасны дотор таад: Лэсли Нилссоний гэрэл зураг



46

**46 Шаргуу байдал ба шавь байх нь**

Ахлагч Дэвид Ф.Эванс

*Бид Аврагчийн жинхэнэ шавь болж, Тэнгэрлэг Эцэгийн мөнх амьдралд бэлтгэхэд шаардлагатай гэж үздэг эдгээр жинхэнэ зорилгод хүрэхийн тулд шаргуу байх хэрэгтэй.*

**50 Хүндэтгэлийн өдрийн аваргууд**

Саманта Макфэдиэн

*Сонголт биднээс шалтгаалах байлаа. Бид Хүндэтгэлийн өдөр тоглож, үндэсний аварга болохоор хичээж болох байсан эсвэл тоглолтоо орхиж, хүндэтгэлийн өдрийг ариунаар нь сахиж болох байв.*



*Энэ дугаарт нуусан Лиакхонаг олоорой. Дөхүүлэх санаа: Чи хаана залбирч болох вэ?*

**52 Номлогч байхын хамгийн хэцүү хэсэг нь**

Вэнди Улрич

*Та Мормоны Номыг болон Миний сайн мэдээг номло гарын авлагыг уншсан. Гэхдээ та танихгүй хүмүүстэй хэрхэн ярилцаж, эсэргүүцэлтэй хэрхэн тулгарахыг мэддэг болсон уу? Номлогч болоход тань зайлшгүй хэрэгтэй зарим чадварыг хөгжүүл.*

**57 Бидний орон зай**

**58 Номлолын талбараас: Сэтгэл дотроо уйлж байв**

Стэфэн Дагдэйл

*Тэр зожиг, хөндий хүйтэн, аймаар санагдаж байв. Гэвч түүнд зарим мөнхийн хариулт үнэхээр шаардлагатай байсан юм.*

**61 Сүмийн удирдагчдын хариултууд: Номлогчдод хэрхэн туслах вэ**

Ахлагч Дэвид А.Бэднар

**62 Асуулт, хариултууд**

*Аав, ээж хоёр маань хараал хэлж, хэт чанга хөгжим сонсож, телевизийн зохисгүй нэвтрүүлэг үздэг. Би Сүнсийг гэртээ, ялангуяа ням гарагт мэдрэхийн тулд юу хийж чадах вэ?*

**64 Хэрхэн сайн найз байх вэ**

Дэвид Моралэз

*Бид бүгдээрээ найзтай болохыг хүсдэг. Энд сайн найзуудтай болох, өөрөө ч сайн найз байх хэд хэдэн арга замыг оруулав.*

52



76

**66 Нэр төрөө өндөрт өргөн авч яваа хүүхдүүд: Зөв зүйлийн төлөө зогсох нь**

Эйжиа Тан

**68 Жорданы судар уншдаг найз**

Керстин Айд

*Жордан Мормоны Номоо хамт унших найзгүй болсон болохоор юу хийжээ мэдэхгүй байлаа. Харин түүнд нэг санаа төрөв!*

**70 Бурханы бүрэн хуяг дуулга**

*Чи Сүнсээ аюулгүй, аз жаргалтай байлгахын тулд юу хийж чадах вэ?*

**72 Төлөөлөгчийн хариулт: Бид баптисм хүртэхдээ юу амладаг вэ?**

Ахлагч Нийл Л.Андэрсэн

**73 Бидний хуудас**

**74 Мормоны Номын баатрууд: Эбиш номлогч байсан**

**75 Би Мормоны Ном уншиж чадна**

**76 Мормоны Номын түүхүүд: Алма хэрхэн залбирахыг заасан нь**

**79 Будах хуудас: Би хүндэтгэлтэй байж чадна**



Есүс Христийн Хожмын Үеийн Гэгээнтнүүдийн  
Сүмийн олон улсын сэтгүүл

**Тэргүүн Зөвлөл:** Томас С.Монсон, Хэнри Б.Айринг,  
Дийтр Ф.Угдорф

**Арванхоёр Төлөөлөгчийн чуулга:** Рассэлл М.Нэлсон,  
Даллин Х.Өүкс, М.Рассэлл Баллард, Роберт Д.Хэйлс,  
Жэффри Р.Холланд, Дэвид А.Бэднар, Квинтин Л.Күк,  
Д.Тодд Кристоффэрсон, Нийл Л.Андарсэн, Роналд  
А.Расбанд, Гари И.Стивэнсон, Дэйл Г.Рэнланд

**Эрхлэгч:** Иосеф В.Ситати

**Туслах редакторууд:** Жэймс Б.Мартино, Кэрл Ф.Макконки

**Зөвлөхүүд:** Бриэн К.Эштон, Рэндэлл К.Бэннэтт,  
Крэг А.Кардон, Шэрил А.Эсплин, Кристоффэл Голдэн,  
Даглас Д.Холмэс, Ларри Р.Лорэнс, Кэрл М.Стэфэнс

**Удирдах захирал:** Peter Ф.Эванс

**Гэр бүл болон гишүүдийн тусламжийн захирал:**

Винсэнт А.Ваун

**Сүмийн сэтгүүлийн захирал:** Алан Р.Лоиборг

**Бизнесийн менежер:** Гарфф Каннон

**Гүйцэтгэх редактор:** Р.Вал Жонсон

**Гүйцэтгэх захирлын туслах:** Раян Карп

**Хэвлэлийн туслах:** Мэган Вэрхөф

**Редакцийн баг:** Бриттани Бийти, Дэвид Диксон,  
Дэвид А.Эдвардс, Маттью Д.Флиттон, Лори Фуллер,  
Гаррэт Х.Гарфф, Ларин Портэр Гаунт, Жилл Хакин, Шарлотт  
Ларкэбэл, Майкл Р.Моррис, Салли Жонсон Оджэрк, Жошуа  
Ж.Пэркий, Жан Пинбороу, Ричард М.Ромни, Минди Аннэ  
Салу, Пол Вандэнбэрг, Марисса Виддисон

**Зураглал чимэглэлийн удирдагч менежер:**

Ж.Скотт Кнудсэн

**Зураглал чимэглэлийн удирдагч:** Тэдд Р.Петрсон

**Уран бүтээлийн ажилтнууд:** Жанэтт Эндрьюс, Фэй  
П.Андрус, Манди М.Бэнтли, С.Кимбалл Ботт, Том Чайлд,  
Нэйт Гайнс, Коллийн Хинкли, Эрик П.Жонсон, Сюзан  
Лофгрэн, Скотт М.Моой, Марк В.Робисон, Брэд Тизери,  
К.Никол Вокэнорт

**Оюуны өмчийн зохицуулагч:** Коллэт Нэбэкэр Аун

**Хэвлэлийн захирал:** Жэйн Анн Пэтэрс

**Хэвлэх баг:** Конни Вауторп Бриж, Жули Бардэтт, Кэти  
Данкан, Брайн В.Гайги, Дэнис Көрби, Жинни Ж.Нилсон,  
Гэйл Тэйт Раффэрти

**Хэвлэлийн эх бэлтгэгч:** Жэфф Л.Мартик

**Хэвлэлийн захирал:** Крэйг К.Сэввик

**Хуваарилалт хариуцсан захирал:** Эван Ларсэн.

Нэгдсэн Улс, Канадаас бусад орнууд дахь захиалга болон  
үнийн талаар орон нутгийн сүмийн хангамжийн төв болон  
тойрог, салбарынхаа удирдагчтай холбоо барина уу.

**Гар бичмэл болон асуултаа интернэт вэбсайт**  
liahona.lds.org руу; шуудангаар Liahona, Rm. 2420,  
50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA  
хаяагаар; эсвэл э-мэйлийн: liahona@ldschurch.org хаяагаар  
ирүүлнэ үү.

Лиахона нь (Мормоны Номон дахь утгаараа бол "луужин"  
буюу "залалч") албани, англи, армен, бислам, болгар,  
вьетнам, гаити, герман, грек, дани, индонез, ирланд,  
испани, итали, камбож, кирибати, латви, литва, малагаш,  
маршалл, монгол, нидерланд, норвеги, орос, польш,  
португали, румын, свахили, самоа, себуано, солонгос,  
тагалог, тай, тахити, тонга, украин, унгар, урду, фижжи,  
фин, франц, хорват, хятад, хятад (хялбаршуулсан), чех,  
швед, эстони, япон хэлээр нийтлэгддэг. (Жилд нийтлэгдэх  
дугаарын тоо улс бүрд өөр байна.)

© 2016 by Intellectual Reserve, Inc. Бүх эрх хамгаалагдсан.  
Америкийн Нэгдсэн Улсад хэвлэв.

Лиахона дахь сэдэв, үзүүлэн, материалуудыг онцгой  
тохиолдолд арилжааны бус зорилгоор сүм болон гэрт  
ашиглахын тулд хувилж болно. Урлагийн бүтээлийг  
хуулбарлахыг хориглосон бол үзүүлэнг хувиран олшруулж  
болохгүй. Зохиогчийн эрхийн талаарх асуултаа Intellectual  
Property Office, 50 E. North Temple St., Salt Lake City,  
UT 84150, USA хаяагаар; эсвэл электрон шуудангийн:  
cor-intellectualproperty@ldschurch.org хаяагаар ирүүлнэ үү.

**For Readers in the United States and Canada:**

June 2016 Vol. 17 No. 3. LIAHONA (USPS 311-480) Mongolian  
(ISSN 1525-7584) is published six times a year (January, April,  
June, July, October, and December) by The Church of Jesus  
Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake  
City, UT 84150. USA subscription price is \$5.00 per year;  
Canada, \$6.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid  
at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change  
of address. Include address label from a recent issue; old and  
new address must be included. Send USA and Canadian  
subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below.  
Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders  
(Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone.  
(Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)  
POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2).  
NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes  
to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368,  
Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

# Гэр бүлийн үдшийн санаа

Энэ дугаарт гэр бүлийн үдшээр ашиглаж болох өгүүлэл, үйл ажиллагаануудыг оруулав.  
Доор хоёр жишээ өгөгдсөн болно.



8-р хуудасны **"Бид юунд итгэдэг вэ"**  
өгүүлэл нь "Бид бошиглогч, төлөө-  
лөгчдийг дагаснаар тэд бол Бурханы  
үйлчлэгчид хэмээх гэрчлэлийг олж  
авдаг" хэмээн заадаг. Та Ерөнхий  
чуулган дээр хэлсэн үгсийг уншиж эсвэл  
сонсоноороо бошиглогчдын талаарх  
гэрчлэлээ өсгөн нэмэгдүүлж чадна. Гэр  
бүлээрээ ерөнхийлөгч Монсоны саяхны  
хэлсэн үгнүүдээс нэгийг уншаад, түүний  
зөвлөгөөний тодорхой нэг хэсгийг  
сонгон, амьдралдаа хэрэгжүүлэх талаар  
бодож үзээрэй. Бошиглогчийн хүссэнээр  
амьдрахдаа хэрхэн адислагдаж байгаагаа  
таныг мэдэхийг хичээгээрэй.

28-р хуудасны **"Ирээд, Намайг дага:**  
**Сургаалын үндсийг гэр орондоо**  
**заах нь"** өгүүлэлд ерөнхийлөгч Спэнсэр  
В.Кимбалл (1895–1985) "Хувь хүний  
болон Сүмийн амжилт нь бид гэр бүлдээ  
сайн мэдээнд хэрхэн анхаарал хандуулж  
байгаагаас ихээхэн шалтгаална" хэмээн  
заасан байдаг. *Ирээд, Намайг дага*  
сэдвийг нэг сарын турш гэр бүлээрээ  
хамтдаа судлах талаар бодож үзээрэй.  
Та сонгосон сэдвийнхээ хүчин зүйлсийг  
судруудаас эсвэл *Миний сайн мэдээг*  
*номло*, LDS.org, Судруудын удирдамж,  
*Христийн амьдрал Библийн видео бич-*  
*лэгүүд* гэх мэт бусад судлах материалыг  
ашиглан долоо хоног бүр судалж болно.  
Та сурч, мэдэрсэн зүйлсээ долоо хоног  
бүр гэр бүлийн үдшээр хуваалцаж болно.

## ДЭЛГЭРЭНГҮЙ МЭДЭЭЛЛИЙГ ИНТЕРНЭТЭЭС ҮЗЭЖ БОЛНО

Лиахона болон Сүмийн бусад материалыг олон хэлээр [languages.lds.org](http://languages.lds.org) хаяагаар  
орж үзэж болно. Сүнслэг захиас, гэр бүлийн үдшийн санаа, найзуудтайгаа болон гэр  
бүлтэйгээ хуваалцаж болох зүйлүүд зэргийг олж мэдэхийг хүсвэл [facebook.com/](https://www.facebook.com/liahona)  
[liahona.magazine](http://liahona.magazine) хуудас руу орно уу (англи, португаль, испани хэл дээр байгаа).

## ЭНЭ ДУГААРЫН СЭДВҮҮД

Тоонууд нь өгүүллийн эхний хуудсыг зааж байгаа.

**Аароны санваар, 41**  
**Авралын төлөвлөгөө,**  
32, 58  
**Ариун Библи, 20**  
**Ариун сүм, 44, 73**  
**Ариун сүмийн ажил, 7**  
**Ариун ёслол, 40**  
**Баптисм, 72, 73**  
**Бие даасан байдал, 28**  
**Бишрэл хүндэтгэл, 79**  
**Бошиглогчид, 8, 42, 44**  
**Бурхан Эцэг, 4**  
**Гайхамшгууд, 26**  
**Гэр бүл, 10, 28, 36, 43,**  
44, 62

**Гэрлэлт, 28**  
**Гэрчлэл, 80**  
**Гэрээнүүд, 7, 28, 72**  
**Даруу байдал, 52**  
**Дуулгавартай байдал,**  
8, 28, 70  
**Есүс Христ, 12, 28, 40**  
**Ёслолууд, 7, 28**  
**Заах, 28, 43**  
**Залбирал, 12, 58, 61,**  
66, 76  
**Зан төлөв, 52**  
**Зорилго, 46**  
**Итгэл, 36, 46, 75**

**Мормоны Ном, 20, 57,**  
68, 74, 75  
**Номлолын ажил, 52, 58,**  
61, 74  
**Нөхөрлөл, 64**  
**Өсвөр үеийнхэн, 41**  
**Үйлчлэл, 41**  
**Хүндэтгэлийн өдөр, 45,**  
50, 62  
**Хөрвөлт, 36**  
**Цагаатгал, 36**  
**Шавь байх нь, 46**  
**Шаргуу байдал, 46**  
**Эцэг байх нь, 4, 10**



Тэргүүн Зөвлөлийн  
хоёрдугаар зөвлөх  
**Ерөнхийлөгч**  
**Дийтр**  
**Ф.Угдорф**

# Бидний Эцэг, Бидний Зөвлөх

**Т**а өмнө нь ямар нэг эд ангийн хайрцгийг онгойлгоод, угсрах зааврыг гаргаж ирснийхээ дараа “Ямар ойлгомжгүй юм бэ?” гэж бодож байсан уу?

Заримдаа бид хамгийн сайн хүсэл эрмэлзэл, итгэл үнэмшилтэй байгаа үедээ ч гэсэн нэг эд анги гаргаж ирээд, “Энэ юуных юм бол?” эсвэл “Энэ яаж таардаг юм бол?” гэж асуудаг.

Бид хайрцгийг хараад, “8 ба түүнээс дээш насныханд угсрахад зориулав” гэх өөрсдийг нь үгүйсгэсэн мэдэгдлийг анзаарахдаа улам гонсойдог. Бидэнд ямар ч сэжүүр байхгүй байгаагаас энэ нь бидний өөртөө итгэх итгэлийг эсвэл өөрийгөө хүндлэх хүндлэлийг өсгөдөггүй.

Заримдаа бид сайн мэдээний хувьд үүнтэй адил зүйлтэй тулгардаг. Бид үүний зарим хэсгийг хараад, толгойгоо маажин, юунд зориулагдсан юм бол гэж гайхан бодож болох юм. Эсвэл бид өөр нэг хэсгийг авч үзэн, бүрэн ойлгох гэж шаргуу хичээгээд ч юунд зориулагдсаныг нь ойлгож чадахгүйгээ ухаарч болох юм.

## Тэнгэрлэг Эцэг бол бидний Зөвлөх

Аз болоход, бидний Тэнгэрлэг Эцэг амьдралаа зохион байгуулж, өөрсдийгөө хамгийн сайн байлгах гайхалтай заавруудыг бидэнд өгсөн. Энэ зааврууд бидний нас, нөхцөл байдлаас үл хамаардаг. Тэр бидэнд Есүс Христийн сайн мэдээг болон Сүмийг өгсөн. Тэр бидэнд гэтэлгэлийн төлөвлөгөөг болон авралын төлөвлөгөөг, бүр аз жаргалын төлөвлөгөөг хүртэл өгсөн билээ. Тэр биднийг амьдралын тодорхой бус байдалд эсвэл сорилт бэрхшээл дунд “За, яв даа. Амжилт хүсье. Өөрөө учрыг нь олоорой” гээд ганцааранг орхиогүй.

Хэрэв бид зөвхөн тэвчээртэй байж, даруу зүрх, нээлтэй оюунаар харах юм бол Бурхан бидний

амьдралын аз жаргалд зориулсан төгс заавруудаа илүү ойлгомжтой байлгах олон хэрэгслийг өгснийг мэдэх болно.

- Биднийг Бурханы үгийг судалж, бодол санаа, үйлдлээ Түүний үгтэй нийцүүлэхээр хичээх үед Тэр бидний хувийн, тэнгэрлэг зөвлөгч багш байж болох Ариун Сүнсний үнэлж баршгүй бэлгийг бидэнд өгсөн.
- Тэр чин хүсэл бүхий итгэлийн залбирал, бодит санаа зорилго бүхий гуйлтаар дамжуулан 7 хоногийн 24 цагийн турш Өөрт нь хандах боломжийг бидэнд олгосон.
- Тэр бидэнд өнөө үед Бурханы үгийг илчилдэг, газар дээр болон тэнгэрт холбох эсвэл лацдан холбох эрх мэдэл бүхий өнөө үеийн төлөөлөгч, бошиглогчдыг өгсөн.
- Тэр Өөрийн Сүмийг буюу өөрсдийн авралыг айж, чичрэн, мөн зүйрлэшгүй баяр баясгалантай гүйцэтгэхдээ бие биедээ туслан, хамтран ажилладаг итгэгчдийн байгууллагыг сэргээсэн.<sup>1</sup>
- Тэр ариун судруудыг буюу бидэнд хандан бичигдсэн Өөрийн үгсийг бидэнд өгсөн.
- Тэр бидэнд шавийн замаар алхахад туслах орчин үеийн үй олон техник хэрэгслийг өгсөн. Бид энэхүү гайхамшигтай зэмсгүүдийн олныг LDS.org вэбсайтаас олж авч болно.

Яагаад Тэнгэрлэг Эцэг бидэнд ийм их тусалдаг вэ? Яагаад гэвэл, Тэр бидэнд хайртай. Учир нь Тэрээр Өөрийнхөө талаар “үхэшгүй байдал хийгээд мөнх амьдралыг хүмүүнд тохиолгон авчрах нь миний ажил мөн миний алдар суу бөлгөө”<sup>2</sup> хэмээн хэлсэн байдаг.



Өөрөөр хэлбэл, Тэнгэрлэг Эцэг бол бидний Бурхан, Бурхан бол бидний зөвлөх юм.

Тэнгэр дэх Эцэг маань хүүхдүүдийнхээ хэрэгцээг хэнээс ч илүү сайн мэддэг. Өөрт нь эргэн очих зам дээрээ гарахад бидэнд туслахын тулд гайхамшигтай материалаг болон сүнслэг эх сурвалжуудаар хангах нь бидний алхам бүрд туслах Түүний ажил, алдар суу юм.

### Аав бүр зөвлөх

Зургаадугаар сард дэлхийн зарим газарт гэр бүлүүд, нийгмийн зүгээс аавуудад хүндэтгэл үзүүлдэг. Эцэг эхчүүдээ хүндлэн, дээдлэх нь ямагт сайн зүйл байдаг. Аавууд гэр бүлийнхээ төлөө олон сайн зүйл хийдэг бөгөөд олон сайхан зан чанартай хүмүүс. Аавуудын хүүхдүүдийнхээ амьдралд хүлээсэн байдаг хамгийн чухал үүргүүдийн

хоёр нь сайн үлгэр дуурайл үзүүлэх ба зөвлөх байх явдал юм. Аавууд хүүхдүүддээ зөв, бурууг хэлэхээс илүү чухал зүйлсийг хийдэг. Мөн тэд хүүхдүүддээ заавар өгөхөөс илүү чухал зүйлсийг хийж, амьдралыг өөрсдөө ойлгож мэдээсэй хэмээн хүсдэг.

Аавууд эрхэм нандин үр хүүхдүүддээ зөвлөж, хэрхэн үнэнч

шударга амьдарч болохыг өөрсдийн үлгэр жишээгээр харуулдаг. Аавууд хүүхдүүдээ ганцааранг орхидоггүй бөгөөд харин ч бүдрэх тоолонд нь тэднийг босгохоор, тэдэнд туслахаар яардаг. Заримдаа аавууд хүүхдүүдийнх нь хувьд суралцах явдал хамгийн шилдэг арга зам гэдгийг ойлгон, зовж зүдрэхийг нь хүлээн зөвшөөрдөг.

### ЭНЭХҮҮ ЗАХИАСААС ЗААХ НЬ

Та зааж байгаа хүмүүстээ Тэнгэрлэг Эцэгийн зааварлаж байсан тэр үеийн талаар бодохыг хүссэнээр хичээлээ эхэлж болно. Та бас тэрхүү мөч ба дэлхийн ааваараа удирдуулж байгаагаа мэдэрсэн мөч хоёрын хоорондох ижил төстэй зүйлсийг бодохыг тэднээс хүсэж болно. Тэднээс хэрхэн зааварлагдаж байсан талаарх ижил төстэй зүйлсээ бичихийг хүс. Бусдад илүү сайн үлгэр жишээ байхыг хичээж чармайхдаа бичсэн зүйлээ ашиглахыг тэдэнд даалгаж болно.

## Бид бүгд зөвлөх

Дэлхийн аавууд хүүхдүүдийнхээ төлөө үүнийг хийдэг бол зөвлөгч сүнс нь нас, газар орон, нөхцөл байдлаас үл хамааран Бурханы бүх хүүхдэд бидний санал болгох ёстой тэрхүү зүйл юм. Бурханы хүүхдүүд бол бидний ах, эгч нар гэдгийг санагтун; бид бүгдээрээ мөнхийн нэгэн гэр бүл юм.

Энэ утгаараа бид бүгд хамгийн сайнаараа байхын тулд нэг нэгэндээ хүрч, туслах хүсэлтэй зөвлөхүүд байх болтугай. Бид бүгдээрээ Бурханы хүүхдүүд учраас бидэнд Түүнтэй адил болох чадвар бий. Бурханыг болон найз нөхдөө хайрлан, зарлиг тушаалуудыг сахиж, Христийн жишээнүүдийг дагах нь тэнгэрлэг эцэг

эхийнхээ дэргэд эргэн очих шулуун, нарийн бөгөөд баяр баясгалантай зам юм.

Хэрэв дэлхий ертөнцийн Бурхан бидний Зөвлөх байж, бидэнд ийм их анхаарал тавьдаг юм бол бид ч бас арьс өнгө, нийгэм эдийн засгийн нөхцөл байдал, хэл эсвэл шашин шүтлэгээсээ үл хамааран ойр дотны хүмүүстээ хүрч чадна. Бүгдээрээ өөрсдийн хүүхдүүдэд төдийгүй дэлхий даяарх Бурханы бүх хүүхдэд сүнс-лэгээр өдөөгдсөн зөвлөхүүд болж, бусдын амьдралыг адисалцгаая. ■

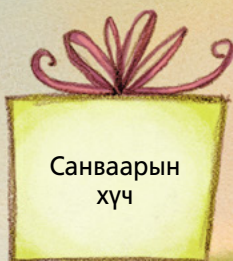
### ЭШЛЭЛҮҮД

1. Үйлс 13:52; Филиппой 2:12-ыг үзнэ үү.
2. Моце 1:39

## ХҮҮХДҮҮД

### Тэнгэрлэг Эцэгийн тусламж

**Т**энгэрлэг Эцэг бидэнд хайртай учраас бидэнд туслах олон арга хэрэгсэл эсвэл бэлгүүдийг өгсөн юм. Бэлэг бүрийг доорх зургуудтай нь тохируул. Та өөрийн амьдралыг болон бусдыг адислахдаа эдгээр бэлгийг хэрхэн ашиглаж болох вэ?



Санваарын  
хүч



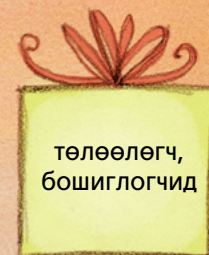
залбирал



Бусдыг  
хайрлах нь



судрууд



төлөөлөгч,  
бошиглогчид



Энэ материалыг залбирч судлан, хуваалцах зүйлээ мэдэхийг эрэлхийл. Гэр бүл: Дэлхий дахинаа өргөх тунхаг"-ийг ойлгох нь хэрхэн таны Бурханд итгэх итгэлийг нэмэгдүүлэн, айлчлагч багшаар дамжуулан харж ханддаг хүмүүсийн тань амьдралыг адислах вэ? Нэмэлт мэдээллийг [reliefsociety.lds.org](http://reliefsociety.lds.org)-оос үзнэ үү.

## Ариун сүмийн ёслол, гэрээнүүд

Аврал, өргөмжлөлд шаардлагатай бүх ёслолыг Бурхантай хийдэг гэрээнүүд дагалддаг. “Тэрээ хийж, түүнийгээ сахих гэдэг нь Тэнгэр дэх Эцэгтэйгээ болон Есүс Христэй өөрсдийгөө холбох сонголтыг хэлж байгаа юм”<sup>1</sup> хэмээн Халамжийн нийгэмлэгийн ерөнхий ерөнхийлөгч Линда К.Бертон хэлсэн.

“Их Эзэн ‘ёслолуудад бурханлиг чанарын хүч илэрхийлэгддэг’ хэмээн хэлсэн байдаг” гэж Арванхоёр Төлөөлөгчийн Чуулгын ахлагч Нийл Л.Андэрсэн хэлжээ.

“Баптисм хүртэн, Ариун Сүнсийг хүлээн авч, бас ариун ёслолоос тогтмол хүртдэг зөв зохистой хүн бүрд Бурханаас онцгой адислал ирдэг билээ.”<sup>2</sup>

“Эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүс ариун сүмд очиход тэдэнд санваарын хүч буюу нэг ижил хүч өгөгддөг. . . .

“ . . . бүх эрэгтэй, эмэгтэй хүн амьдралд нь туслах энэхүү хүчийг авах боломжтой. Их Эзэнтэй ариун



гэрээ хийж, тэдгээр гэрээгээ хүндэлдэг хүн бүр хувийн илчлэлт хүлээн аван, тэнгэр элчүүдийн үйлчлэлээр адислагдаж, Бурхантай харилцан, сайн мэдээний бүрэн байдлыг хүлээн авч мөн эцэст нь Есүс Христэй хамт Эцэгт байгаа бүгдийн өв залгамжлагчид болох эрхтэй”<sup>3</sup> хэмээн Арванхоёр Төлөөлөгчийн Чуулгын ахлагч М.Рассэлл Баллард хэлсэн юм.

### Нэмэлт судрууд

1 Нифай 14:14; Сургаал ба Гэрээ 25:13; 97:8; 109:22

### ЭШЛЭЛҮҮД

1. Линда К.Бертон, “Тэрээгээ сахиснаар ирэх хүч чадал, баяр баясал мөн хайр,” 2013 оны 10-р сарын Ерөнхий чуулган дээр хэлсэн үгс, 129.
2. Нийл Л.Андэрсэн, “Санваар дахь хүч,” 2013 оны 10-р сарын Ерөнхий Чуулган дээр хэлсэн үгс, 106.
3. М.Рассэлл Баллард, “Их Эзэний ажил дахь эрэгтэй, эмэгтэйчүүд,” *Лиакхона*, 2014 оны 4-р сар, 48–49.
4. Д.Тодд Кристоффэрсон, “Гэрээнүүдийн хүч,” 2009 оны 4-р сарын Ерөнхий чуулган дээр хэлсэн үгс, 19.



Итгэл, гэр бүл, халамж

### Бодит түүх

2007 онд Перуд хүчтэй газар хөдлөлт болсноос дөрөв хоногийн дараа Далын ахлагч Маркус Б.Нэш салбарын ерөнхийлөгч Венчеслао Конди, түүний эхнэр Памела нартай уулзжээ. Ахлагч Нэш хүүхдүүд нь ямар байгааг Конди эгчээс асуув. Памела инээмсэглэн, “Бурханы авралаар тэд бүгд эсэн мэнд байгаа хэмээн хариулжээ. Байшин нь хэр зэрэг эвдэрснийг тэр асуув.

“Памела энгийнээр ‘байшин байхгүй болсон’ гэлээ.

“ . . . ахлагч Нэш ‘Та дандаа инээмсэглэж байх юм аа’ гэхэд

“Тийм ээ, би залбирсан, тэгээд амар амгаланг олсон” гэж тэр хариулаад, ‘Бидэнд хэрэгтэй бүхэн байна. Бид ч хүүхдүүд маань ч эрүүл саруул байна. Бид ариун сүмд лацдан холбогдсон. Бидэнд энэ гайхамшигтай Сүм, Их Эзэн байна. Бид Их Эзэний тусламжтайгаар дахин байр барьж чадна’ гэв. . . .

“Бэрхшээл тохиолдсон үед санаа сэтгэлээр унахгүй байх, гай зовлонг агуу ялалт болгон хувиргах . . . хүчийг бидэнд өгдөг гэрээнүүдийг Бурхантай хийж, сахина гэдэг нь юу гэсэн үг вэ?”

“Үүний эх сурвалж нь Бурхан юм. Бид энэ хүчийг Түүнтэй хийсэн гэрээнүүдээрээ дамжуулан олж авч чадна.”<sup>4</sup>

### Үүнийг эргэцүүлэн бод

Ариун сүмийн ёслол, гэрээнүүд хэрхэн биднийг хүчирхэгжүүлж, эрх мэдэлтэй болгодог вэ?

# БИД БОШИГЛОГЧИЙГ ДУУЛГАВАРТАЙ ДАГАХАД ИТГЭДЭГ

Есүс Христийн Өөрийн тохи-  
нууллын үеэр байгуулсан анхны  
Сүмийн нэгэн адил Сүм өнөөдөр  
“элч нар болон эш үзүүлэгчдийн  
суурин дээр босгогдож байгаа  
бөгөөд Христ Есүс Өөрөө булан-  
гийн Чулуу нь ажээ” (Ефес 2:20).  
Бидэнд бошиглогч, үзмэрч, илчлэг-  
чид болох арванхоёр төлөөлөгч,  
Сүмийн ерөнхийлөгч ба түүний  
зөвлөхүүд байдаг. Тэд Есүс Хрис-  
тийн тухай гэрчилж, Түүний сайн  
мэдээг дэлхий даяар тунхаглахаар  
дуудагддаг.

Аврагч Өөрийн төлөөлөгчдийг  
сонгож, олон туршлагаар дамжуу-  
лан тэднийг Сүмийг удирдахад  
бэлтгэдэг. Сүмийн гишүүд бошиг-  
логчийн тухай ярихдаа Сүмийг  
бүхэлд нь удирдах илчлэлт хүлээн

авдаг цорын ганц хүн болох  
Сүмийн ерөнхийлөгчийг дурддаг  
билээ.

Сүмийн ерөнхийлөгч Их Эзэний  
өмнөөс ярьдаг тул (С ба Г 1:38-  
ыг үзнэ үү) түүний зөвлөгөөнөөс  
зөвхөн дагахыг хүсэж байгаагаа  
сонгон авах нь ухаалаг хэрэг биш  
юм. Харин бид түүний зөвлөгөө,  
урилгуудад Есүс Христээс “бүхий  
л тэвчээр хийгээд итгэлд” (С ба Г  
21:5) шууд хүлээн авч байгаа мэт  
хандах ёстой.

Бид бошиглогчийг болон бусад  
төлөөлөгчийг сонсож, дагахыг  
сонгосноороо Есүс Христтэй адил  
болох хичээл зүтгэлдээ адислаг-  
даж, дэлхийн аюул занал ба хууран  
мэхлэлтээс хамгаалагддаг (Ефес  
4:11–14-ийг үзнэ үү).

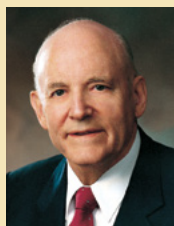
Жишээ нь, бид бошиглогч, төлөө-  
лөгчдийн заадаг тогтсон жишгүү-  
дийн дагуу амьдарснаараа хувьсан  
өөрчлөгддөг ёс суртахуун, үнэт  
зүйлс бүхий дэлхийд сүнслэг байд-  
лын хувьд аюулгүй болдог. Бид бас  
өр тавихаас зайлсхийх, хадгаламж-  
тай болох, хүнсээ нөөцлөх бошиг-  
логчийн зөвлөгөөг дуулгавартай  
даган материаллаг байдлын хувьд  
аюулгүй болдог.

Сүмийн ерөнхийлөгч болон  
төлөөлөгчид Христийн тухай гэрч-  
лэхээр дэлхийгээр аялан, гэгээнт-  
нүүдэд зааж, дэлхий даяарх Сүмийн  
удирдлагад хяналт тавин, Их Эзэний  
ажилд амьдралаа зориулдаг учир  
Бурхан тэднийг болон тэдний гэр  
бүлүүдийг дэмжин, адисалдаг билээ.  
Бас бид тэдний төлөө залбиран, тэд-  
ний зөвлөгөөнд дуулгавартай байж,  
зааж буй үнэнүүдийг нь Ариун Сүн-  
сээр өөрсдөдөө батлуулахыг эрэл-  
хийлснээрээ тэднийг дэмждэг.

Бид бошиглогч, төлөөлөгчдийг  
дэмжсэнээрээ тэд бол Бурханы  
үйлчлэгчид гэсэн гэрчлэлтэй бол-  
дог. Хэдийгээр тэд төгс биш ч  
Тэнгэрлэг Эцэг тэдэнд биднийг  
төөрүүлэхийг зөвшөөрөхгүй (Дэд  
хууль 18:18–20-ийг үзнэ үү). ■

Та Арванхоёр Төлөөлөгчийн Чуулгын  
ерөнхийлөгч Рассэлл М.Нэлсоний “Бошиг-  
логчдыг дэмжин батлах нь” (2014 оны  
10-р сарын Ерөнхий чуулган дээр хэлсэн  
үгс, 83) хэлсэн үгийг уншиж, бошиглогчийг  
дагах талаар илүү ихийг мэдэж авч болно.

## АМЬД БОШИГЛОГЧООР ДАМЖИН ИРЭХ УДИРДАМЖ



“Бурхан өнөөдөр  
амьд бошиглог-  
чоор дамжуулан  
өөрийн бүх хүүх-  
дийг удирдамжаар  
хангахын тулд өөр  
маягаар, үргэлж-  
лүүлэн ярьсаар байна. Бид [Бурхан]

амласныхаа дагуу, үйлчлэг-  
чидтэйгээ үргэлж хамт бай-  
гаа бөгөөд дэлхий даяарх  
Сүмийнхээ ажил хэргийг  
удирддаг гэдгийг тунхаглаж  
байна.”

*Teachings of Presidents of the Church:  
Howard W. Hunter (2015), 115.*

Эдгээр нь амьд бошиглогчдоор дамжуулан бидэнд ирдэг адисла-луудын зарим нь юм.



Бошиглогч Иосеф Смит (1805–44) Мормоны Номыг “Бурханы бэлэг болон хүчээр” орчуулсан (Мормоны Номын удиртгалыг үзнэ үү). Энэ ном 1830 онд хэвлэгдсэнээсээ хойш сая сая хүний амьдралыг адисалсан билээ.



Ерөнхийлөгч Хибэр Ж. Грант (1856–1945) 1936 оны Их хямралын үед Сүмийн халамжийн хөтөлбөрийг зарласан билээ. Өнөөдөр энэ хөтөлбөр дэлхий даяарх бүхий л итгэлтэй хүмүүст тусалж байна.



1915 онд ерөнхийлөгч Жозеф Ф. Смит (1838–1918) болон түүний зөвлөхүүд Сүмийн гишүүдийг гэр бүлийн үдэш хийж эхлэхэд урьж эхэлсэн. Гэр бүлүүд тэдний амласан агуу адислалуудыг хураан авсаар байна.



1998 оны 4-р сард Сүм үйл ажиллагаагаа явуулж буй 51 ариун сүмтэй байсан бөгөөд ерөнхийлөгч Гордон Б. Хинкли (1910–2008) олон жижиг ариун сүм барих хөтөлбөрийг зарласан юм. Эдгээр ариун сүм одоо дэлхий даяарх Сүмийн олон, олон гишүүнийг адисалсаар байна.



2012 онд ерөнхийлөгч Томас С. Монсон эрэгтэй, эмэгтэйчүүдийн номлолд үйлчлэх насыг 18 ба 19 болгон бууруулсан. Номлогчийн үйлчлэх хүчийг өргөжүүлснээр мянга мянган гэр бүл болон номлогчид адислагдаж байна.

# ААВЫН МИНЬ ХАЙРААР ДҮҮРЭН ҮЛГЭР ЖИШЭЭ

Нэрийг нууцлав

*Аав минь замаасаа бэдэрсэн хүүхдүүдээ хэрхэн хайрлахыг надад заасан юм.*

**Б**и хоёр найзаасаа семинарт явах урилга хүлээн авсныхаа дараа Сүмд нэгдэв. Эцэг эх маань миний баптисм хүртэх, номлолд үйлчлэх, ариун сүмд гэрлэх шийдвэрүүдийг үргэлж дэмждэг байлаа. Гэхдээ намайг эхнэртэйгээ лацдан холбогдох үед эцэг эх маань Юта дахь Провогийн ариун сүмийн хүлээлгийн өрөөнд сайхан сэтгэл гарган хүлээж байгааг мэдээд, мэдэрсэн тэр шаналлаа би дурсан санадаг (эцэг эх маань ч бас тийм мэдрэмжтэй байсан байх гэж би боддог).

Бид дараа нь дөрвөн хүүхдтэй болж, хүүхдүүд маань гэрээнд төрсөн учраас бүгдээрээ бидэнтэй лацдан холбогдсоныг мэдэх нь хэчнээн баяр баясгалантай зүйл байсныг би санадаг юм. Манай хүүхдүүд анхны ач нар нь байсан бөгөөд эцэг эх, ах дүү нар маань хэзээ ч Сүмд нэгдэж байгаагүй ч манай хүүхэд нэг бүртэй маш ойр дотно байдаг байсан. Бие биетэйгээ ойрхон амьдарсан олон жилийн туршид эцэг эх маань манай хүүхдүүдийг сургуулийн болон өсвөр үеийнхний спортын үйл ажиллагаануудад оролцохыг харах боломжтой байв. Тэд бүх хүүхдийн маань баптисм дээр ирсэн.

Гэвч манайх хүүхдүүдээ өсвөр настай байхад ажлын шаардлагаар өөр муж руу нүүв. Энэ хэдэн жилийн туршид ч эцэг эх маань хүүхдүүд дээр минь зочилж, ойр ойрхон захидал бичин, тэдэнтэй ойр байдаг байлаа.

Эцэг эх маань хижээл настай болох үед ээж маань алцхаймер өвчин тусав. Түүний нөхцөл байдал

бүтэн асаргаа шаардахаар байсан ч аав маань ээжийг итгэлтэй асарч, үйлчлэхээр шийдсэн юм. Энэ сүүлийн жилүүдэд ч гэсэн аав маань долоо хоног бүр надтай холбоо барьж, зарим үед өдөр бүр утсаар болон захидлаар харилцдаг байлаа. Би эцэг эхийнхээ аль алинтай байнгын дотно харилцаатай байсан ч аавынхаа амьдралын сүүлийн



*Энэ хэдэн жилийн туршид ч  
эцэг эх маань хүүхдүүд дээр минь  
зочилж, байнга захидал бичин,  
тэдэнтэй ойр байдаг байлаа.*

10 жилд аавтайгаа илүү дотно болсон юм. Хэдийгээр бидний ах дүү гурав бүгд өөр өөр сонирхол, итгэл үнэмшилтэй болж өссөн ч аав маань бидэнтэй яг адилхан ойр дотно байсныг би сүүлд олж мэдсэн.

Гэр бүл, эцэг эх маань сүүлийн хэдэн жил Нэгдсэн Улсын нөгөө эргүүдэд амьдарч байсан бөгөөд ээжийн алцхаймер өвчний байдал хүндэрч, холын зайн нислэг аавд маань хэцүү байдаг болсон ч тэд хоёр ч удаа бүх нутгийг хөндлөн гулд туулан нисэж, манайд зочлон ирж байсан билээ.

Яг тэр цаг үед бүх хүүхэд маань сүмд явахаа болих шийдвэрийг нэг нэгээрээ гаргав. Тэдний хоёр нь сүүлдээ Сүмийн бүртгэлээс өөрсдийн нэрийг хасуулав. Энэ нь эхнэр бид хоёрын амьдралд сорилт болж байсан нь ойлгомжтой. Аав маань хожмын үеийн гэгээнтэн биш байсан ч хүүхдүүдийн маань хийсэн сонголтуудад бас зовж шаналан, яахаа мэдэхгүй байлаа. Тэр хувьдаа бол шашинд итгэдэг хүн байсан бөгөөд энэ олон жилийн турш бидэнтэй хамт тэдний төлөө залбирдаг байсан.

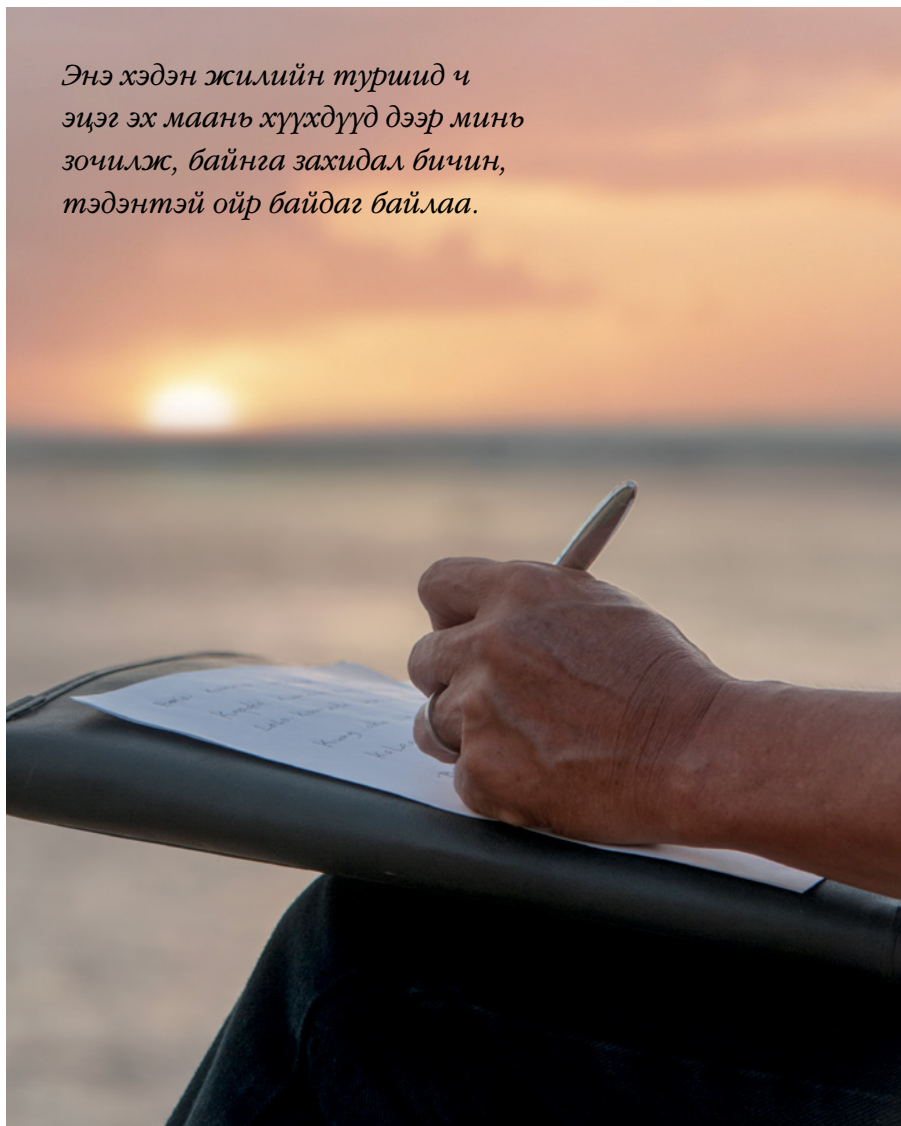
Аав маань хорт хавдартай гэж оношлогдсоныхоо дараа 2005 онд өөд болж, ээж маань

түүнээс 3 жилийн дараа өөд болсон юм. Эхнэр бид хоёр тэднийг нас барсны дараа ариун сүмийн ёслолуудыг нь төлөөлөн гүйцэтгэхдээ баяртай байв.

Хүүхдүүд маань насанд хүрч, зарим нь гэрлэж, хүүхдүүдтэй болж, хэдийгээр тэд бүгд ХҮТ биш ч гэсэн би хүүхдүүдтэйгээ хэрхэн хамгийн сайнаараа харилцаж болохоо мэдэхийн тулд удаан хугацаанд залбирсан юм. Бид дөрвөн хүүхэдтэйгээ бүгдтэй нь зүрх сэтгэлээрээ ойр байдаг ба тэд бидэнтэй хайраар холбогдогт талархдаг.

Би эцэст нь насанд хүрсэн хүүхдүүдээсээ шалтгаалахгүйгээр, үлдсэн амьдралынхаа турш

өөрийгөө хэрхэн авч явах талаар маш тодорхой хариулт авсан. Би аавынхаа миний төлөө хийсэн зүйлсийг хийх ёстой байв. Аав бид хоёр өөр өөр амьдралаар амьдарч, шашны талаарх ойлголтууд маань ялгаатай байсан ч мөн хүүхдүүдээ өөрийнхөөсөө өөр амьдралын хэв маяг, итгэл үнэмшил сонгохыг хараад намайг шаналдаг байхад ч аав маань эцгийн болон найзын хувьд надтай ойр үлдэхийг сонгосон юм. Би өөр итгэлийг сонгосон хүүхдүүддээ хэрхэн хандах ёстойг болон Аврагчтай адил тэднийг хэрхэн бүрэн дүүрэн хайрлахыг надад заасан аавынхаа үлгэр жишээг дагах ёстойг ойлгосон. ■



# Түүнд ирэгтүн

Бодлогошронгуй ♩ = 80-92

Үг: Теодор И.Көртис  
Ая: ХьюВ.Дугалл

1. А - нир - гүй шөн - ийн ха - ран - хуйд  
2. Зүрх сэт - гэл минь хү - сэлд ав - тан  
3. Я - мар ч а - юул за - нал - хий - лэвч

А - нив - чих од - дын гэ - рэл доор  
Зүйр - лэш - гүй Түү - нээс гуй - хад минь  
Я - мар ч дай - сан ирж сүр - дүү - лэвч

Гэ - рээ - сээ хол би тэ - нүүч - лэнэ  
Гай - хамш - гийг нү - дээр ү - зээ - гүй ч  
Э - зэн минь на - майг ор - хил - гүй

Гэвч Бур - хан байд - гийг би мэд - нэ.  
Гар - цаа - гүй хү - сэл минь биел - нэ.  
Баг цайз мэт хам - гаа - лан зогс - но.

Зүл - гэн дээр сөх - рөн зал - бир - хад  
 Эр - гэн той - ронд шуур - га дэгдэ - хэд  
 Зовхи нь доош буу - сан хү - мүү - сээ

Ха - риу нь чи - мээ - гүй и - рэх юм  
 Эл - гэн - дээ тэв - рэх хүн ү - гүй ч  
 Зов - сон бүгд та нар Түүнд ирц - гээ

Энэ нь бүх а - чааг минь хөн - гөлж  
 Э - зэн - дээ найд - ва - раа өгө - хөд  
 Та - мир - дан ам - ралт хүс - сэн бүгд

Э - нэл - сэн зүр - хийг баяр - луул - на.  
 Эр - чиг шуур - га той - рон өнгөр - нө.  
 Түүнд хүрч ирц - гээ! Түүнд хүрч ирц - гээ!

ГЭРЭЛ ЗУУРГИЙГ ИСТОКС/ЛИНКСТОКС

# Ахлагч Гари И.Стивэнсон

## БУСДЫГ ОЙЛГОХ ЗҮРХ СЭТГЭЛ

Арванхоёр Төлөөлөгчийн Чуулгын  
Ахлагч Робэрт Д.Хэйлс



Гари Стивэнсон нь Ютагийн Логан ариун сүмийн ойролцоо (эсрэг талын хуудсыг үзнэ үү), АНУ-ын Ютагийн Каш гүнлэгт өсөж торнихдоо аав, ээжийнхээ заасан сургаалуудаас олон зүйл сурсан юм. Аав нь Ариун Сүнсний дагахыг түүнд заасан бол ээж нь түүнийг зөвийг сонгоход урамшуулдаг байв. Тэрээр өсвөр насны хөвгүүн байхдаа санваарын чуулгынхаа нөхөрлөл, үйлчлэлд талархалтай байж сурсан бөгөөд энэ нь өнөөдөр түүний Арванхоёр Төлөөлөгчийн Чуулгад үйлчлэх бэлтгэл ажлынх нь нэг хэсэг байсан байна.

Гари Стивэнсоныг 11 настай байхад аав нь түүнийг явган аялалд авч явжээ. “Би аавынхаа урд гараад, нэг чулуунаас нөгөө рүү дамжин үсэрч байв. “Би том хад руу авирч гараад, доош харъя гэж бодож байсан юм. Намайг бул хар чулууны орой руу дээш авирах үед аав миний бүснээс барьж аван, доош татлаа.

“Яасан бэ?” гэж намайг асуухад тэр “Энэ хад руу битгий авир. Зүгээр л жимээ дагаад явцгаая” гэв. Хэсэг хугацааны дараа бид жимээр өгсөж яваад дээрээс доош харахад тэр хадны орой дээр наранд ээн хэвтэж буй хоржигнуурт могой байхыг олж харсан юм.

“Ийм учраас л би чамайг татсан юм шүү дээ” гэж аав тайлбарлав.

“Дараа нь биднийг машиндаа суугаад гэр рүүгээ явж байх үед ‘Та тэнд могой байсныг яаж мэдсэн юм бэ?’ гэж асуухыг минь тэр хүлээж байгааг би мэдэж байв. Тэр ‘Би чамд Ариун Сүнсний тухай зааж өгье’ гэлээ. Ийнхүү бид хамгаалагч, тайтгаруулагч, гэрчлэгч зэрэг Ариун Сүнсний бидний амьдралд гүйцэтгэдэг үүргүүдийн тухай нэгэн сургамжийг санаандгүй байж байгаад хүлээн авсан юм. ‘Энэ тохиолдолд Ариун Сүнс чамайг надаар дамжуулан хамгаалсан юм’ гэж аав тайлбарлав. Тэр чамайг доош нь тат гэсэн сэрэмжлүүлгийг надад өгсөн” хэмээн тэр дурссан билээ.

Энэ үйл явдал хэдий энгийн байсан ч ахлагч Стивэнсонд Сүнсний өдөөлтүүд



ирэх үед хүлээн авч, эдгээрийн дагуу үйлдэх хэрэгтэй гэдгийг ойлгоход тусалсан байна. Энэ бол ааваасаа сурсан олон сургамжтай зүйлсийн нэг байв.

### Гайхамшигтай ээж, гайхалтай зөвлөхүүд

Ахлагч Стивэнсоны хэлснээр, түүний ээж цэвэр ариун, сайн сайхны үлгэр дуурайл байв. “Түүний надаас хүлээдэг зүйлүүд намайг зоригжуулдаг байсан. Би үйлдэл хийх болгондоо ‘Би ээжийнхээ урмыг хугалмааргүй байна’ гэж боддог байсан.

Түүний эцэг эх гэр бүлийн үдэш ба гэр бүлийн бусад үйл ажиллагаа, цуглааны үеэр хамтдаа сайн мэдээний зарчмуудыг бэхжүүлдэг байв. “Тэд гэр орноо сайн мэдээний сургаалуудаар бэхэлсэн. Энэ





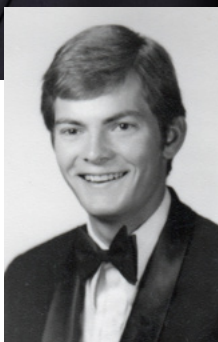
нь бидний амьдралын үндэс суурь болсон юм” хэмээн тэр хэлсэн юм.

Түүнийг бас өөр чухал зөвлөхүүд удирдан чиглүүлж байжээ. “Ерөнхий эрх мэдэлтний хувьд суусан эхний хэдэн сургалтад, Тэргүүн Зөвлөлийн нэгдүгээр зөвлөх, ерөнхийлөгч Хэнри Б.Айринг бидэнд амьдралд маань эергээр нөлөөлсөн 20 хүний жагсаалтыг гаргахыг зөвлөсөн. Ийм үйл ажиллагаа хийх нь хүн бүрд хэрэгтэй байх гэж би боддог. Надад тус болсон, ялангуяа өсвөр насанд минь тусалж дэмжсэн бүх сайн хүнийхээ талаар бодох нь сэтгэлд минь урам зориг өгсөн юм.

### **Гэр бүл, найз нөхдөөрөө дамжуулан хүчирхэгжсэн нь**

Гари Иван Стивэнсон 1955 оны 8-р сарын 6-нд АНУ-ын Юта мужийн Логанд төрж, өссөн. Түүний эцэг эх Иван, Жийн Холл Стивэнсон нар дөрвөн хүүхэдтэй байжээ. Гари хоёр дахь хүүхэд нь буюу ууган хүү нь байв.

“Би эгч, дүү нартайгаа ойр дотно харилцаатай байсан. Эгч Дэбби маань надаар зөв зүйл хийлгэхийг хүсдэг байлаа. Дүү Мэрилий, Дуг хоёр маань намайг үлгэр дуурайл болгохыг хүсдэг байсан. Бид бүгдээрээ зөв шударга амьдарч, Сүмийн үйл ажиллагаануудад оролцох үүргээ ухамсарладаг байв. Төрөл садангийнхан ч гэсэн тэднээс их зүйл хүсэн хүлээдэг байв: “Жишээ нь, манай хамгийн том үеэл



номлод явахдаа 2 долларын дэвсгэрт дээр гарын үсгээ зураад, номлолд үйлчлэхээр бэлтгэж байгаа дараагийн үеэлдээ дамжуулан өгч билээ.” Тэр 2 долларын дэвсгэрт дэлхий даяар номлолд үйлчилсэн 16 үеэлд дамжин очсон бөгөөд уг дэвсгэрт нь бид Их Эзэнд үйлчлэхдээ нэгдмэл гэдгийг бидний хүн нэг бүрд сануулдаг байсан юм.

Санваартан найзууд нь түүнийг сайн сайхан зүйлс хийхэд мөн адил нөлөөлжээ. “Би бага наснаасаа зөвхөн ням гарагт биш, харин хөршүүдтэйгээ болон сургууль дээрээ чуулгатайгаа холбоотой байх гэдэг нь ямар утгатай болохыг мэдэж авсан” гэж тэр хэлэв. “Энэ нь надад өөрийнхөө хэн болохыг, хаана хамааралтай гэдгийг, ахан дүүгийн барилдлага болон үйлчлэл гэж юу болохыг мэдрүүлсэн.” Тэр ялангуяа гэрээсээ гарч чаддаггүй,



Ахлагч Стивэнсон Японд (доор, баруун гар талд) бүрэн цагийн номлолд үйлчилж, Азийг болон тэндэхийн хүмүүсийг хайрлах болсон. Тэр гэртээ эргэж ирээд, ирээдүйн эхнэртэйгээ институтгийн ангид хамт сурч байхдаа танилцсан. Тэд Айдоха Фоллсын ариун сүмд гэрлэж, Крэйг, Брайн, Брэтт, Кайл нарын дөрвөн хүүгийн эцэг эх болсон билээ. Ахлагч Стивэнсон “өөрийнхөө амьдралын нар” болох эхнэрийнхээ талаар ярихдаа нүд нь гэрэлтдэг.

хараагүй, орлого багатай тойргийнхоо нэг эгч дээр очиж, мацгийн өргөл цуглуулахаар чуулгынхаа нэг гишүүнтэй хамт явсан тухайгаа тод санадаг. “Тэр эмэгтэй өөрийн нөхцөл байдлаас үл хамааран үргэлж тав юм уу арван центийг мацгийн өргөлдөө өгдөг байсан” гэж тэр дурсан ярив.

### Хөдөлмөр шаарддаг бэлэг

Ахлагч Стивэнсон ахлах сургуулиа төгсөөд, Юта мужийн их сургуульд ороод удаагүй байхдаа Японы Фукуока номлолд үйлчлэхээр дуудагдсан байна. Тэр “Би япон хэл сурна гэхээс айж байлаа. Миний айдас номлолд бэлтгэх төвд очсоны дараа улам их болсоор байв. Гэхдээ ойролцоогоор зургаан долоо хоногийн дараа чин сэтгэлээсээ залбирч, уйгагүй судалсны эцэст, хэрэв би шаргуу хөдөлмөрлөх юм бол Их Эзэн япон хэл сурах гэсэн хичээл зүтгэлийг маань адислах юм байна гэсэн амар амгалан мэдрэмжийг хүлээн авсан юм. Энэ нь хэлний бэлэг нь итгэл, хөдөлмөр, сайн мэдээний бусад зарчмын адил ажилладаг болохыг надад зааж өгсөн. Та хийж

чадах бүхий л зүйлээ хийснийхээ дараа адислал хүлээн авах болно” гэлээ.

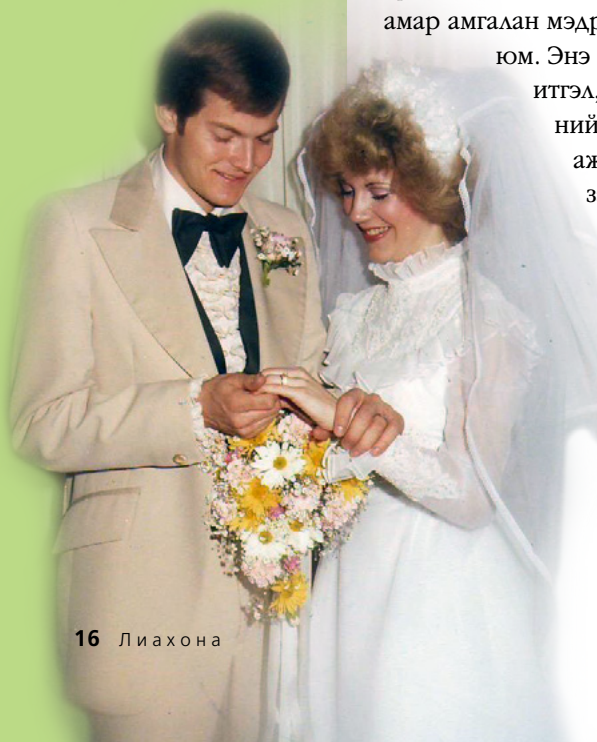
Ахлагч Стивэнсон номлолынхоо дараа Мормоны Ном, Сургаал ба Гэрээг судалж, түүхийн тэмдэглэл, гэр бүлийн түүхүүдийг уншиж судлан, Сүмийн түүхийг ихэд сонирхож байжээ. Тэр ялангуяа Иосеф Смитийг болон түүний гэр бүлийг мөн Витмерийн гэр бүлийг болон Оливер Каудери, Мартин Харрис нарыг ихэд сонирхон судалсан байна. Тэр Мормоны Номын олон хэвлэлийн бичвэр, орчуулгыг судалсан юм.

Тэр үүнийг хийж байхдаа итгэл, шаргуу хөдөлмөр хамтдаа зэрэгцэн явдгийг дахин мэдэж авчээ. “Сайн мэдээний талаарх бүх асуултын хариулт тэр дороо ирдэггүй” гэж тэр зөвлөсөн байна. “Их Эзэн биднээс уншиж, судалж, тунгаан бодож бас залбиргахыг хүсдэг. Бид үүнийг итгэлтэйгээр мөн зөв шударга хүслээр хийвэл, хэсэг хугацааны дараа гайхалтай гэрчлэл ирэх болно.”

Олон жилийн туршид тэр өсвөр үеийнхний Ням гаргийн болон Сайн мэдээний сургаалын анги, Залуу эрэгтэйчүүдийн бүлэгт заахаар дуудагдаад, онцгойлон адислагдаж байгаагаа мэдэрч байсан ажээ. Эдгээр дуудлага нь түүнд судруудын үнэнийг, олон жил судлах явцдаа бий болсон итгэл үнэмшлийнхээ тухай гүн гүнзгий мэдрэмжүүдээ гэрчлэх боломжийг түүнд олгосон юм.

Ахлагч Стивэнсон Юта мужийн их сургуульд байхдаа бизнесийн удирдлага ба маркетингийн чиглэлээр суралцсан байна. Тэр олон цагийг номын санд өнгөрөөдөг байв. “Намайг орох тоолонд . . . ‘Олж авсан бүхнээрээ ухааныг олж ав’ [Сургаалт үгс 4:7] гэсэн уриа угтан авдаг байлаа.” Энэ судар түүний зүрх сэтгэлд бичигдэн үлдэж, олон жилийн дараа Бригам Янгийн Их Сургуулийн онцгой цугларалт дээр хэлсэн үгнийх нь гол сэдэв болсон ажээ.

Тэрээр уг үгэндээ “Энэ ойлголт нь судалгааны болон залбирлын харилцан шүтэмлийн үр дүнд ирдэг” хэмээн тайлбарласан юм. “Бид Их Эзэнд итгэж мөн найдсанаар, бидний зүрх сэтгэл рүү илүү их ойлголт Түүнээс орж ирдэг билээ”<sup>1</sup>



## Институтэд учирсан хайрын түүх

Тэр шашны институтийн Хуучин гэрээний ангид сууж байхдаа Калифорнигаас Айдахо руу шилжин ирж, Юта мужийн их сургуульд оюутан болоод байсан Лиса Жийн Хиглитэй танилцсан юм. “Багш Лизаг Евагийн дүрд, намайг түүнийг уруу татах Сатаны дүрд тоглохыг хүссэн. Харин үүний үр дүнд би түүнийг надтай болзоонд явахад ятгах гэж багагүй хугацааг зарцуулж билээ” гэж тэрээр инээмсэглэн хэлэв. Тэд ердөө жил гаран болзоод, дараа нь 1979 онд Айдахо Фоллсын ариун сүмд гэрлэсэн юм.

Ахлагч Стивэнсон Лизагийнхаа тухай ярихад нүд нь гэрэлтдэг. Тэрээр түүнийгээ “миний амьдралын нар”<sup>2</sup> хэмээн нэрлэдэг. Стивэнсон эгч гэр бүлийн эдийн засгийн ухааны зэрэгтэй төгсөж, гэрлэснийхээ дараах хэсэгхэн хугацаанд сургуульд зааж мөн сургууль, иргэний болон олон нийтийн зөвлөл, байгууллага, бусад үйл ажиллагаанд байнга цаг зав, авьяас чадвараа зарцуулан, хувь нэмрээ оруулдаг байсан. Гэхдээ ахлагч Стивэнсон эхнэртээ байгаа Бурханаас өгөгдсөн хамгийн гайхалтай чадварыг гэрийн эзэгтэй байх бэлэг нь гэж үздэг ба “Тэр сайн мэдээнд төвлөрсөн гэр орон, Сүнс оршдог аюулгүй, таатай орчинг бүрдүүлэх чадвартай” гэжээ. Тэрээр энэ чадварыг бусдад үйлчилснээр жинхэнэ баяр баясгалан ирдэг гэсэн гүн гүнзгий ойлголттой хослуулснаар өөрийн нөхөр, гэр бүл болон эргэн тойрныхоо олон хүнийг адисалсан юм.

Ахлагч Стивэнсон, түүний эхнэр Стивэнсон нар дөрвөн хүүгийн эцэг эх болжээ. “Бид амьдралынхаа туршид бүх зүйлийг хамтдаа хийсэн” гэж тэр хэлэв. “Хөвгүүд сагс, хөл бөмбөг, бэйсбол, теннис тоглодог байсан. Бид бүгдээрээ дөрвөн дугуйт ба цасны машинаар явах, цанаар болон снөүбордоор гулгах, төрөл бүрийн усан спортоор хичээллэх гэх мэт гаднах үйл ажиллагаануудад дуртай. Гэхдээ Лиза маань хөвгүүдээ соёл урлагийн үйл ажиллагаатай танилцуулан, хөгжим, урлагт дуртай болоход нөлөөлсөн. Гэр бүлээрээ дамжуулан үйлчлэх бэлгийг бусдад өгөхөд тэр маань хөвгүүдийнхээ ‘морины хүчийг’ оролцуулах шаардлагатай байсан юм.”

## Бизнесээ хөгжүүлсэн нь

Ахлагч Стивэнсоны бизнесийн гараа нь түүний ази хүмүүсийг хайрлах хайраас үүдэлтэй. Тэрээр номлолоо дуусгаад гэртээ ирснийхээ дараа хэдэн найзтайгаа нийлж Азиас бэлэг дурсгалын эд зүйлс оруулж ирдэг болов. Энэ нь фитнесийн бүтээгдэхүүн борлуулдаг болон өргөжжээ. Дараагийн гучин жилийн туршид тэдний жижиг бизнес 2500 ажилтантай амжилттай компани боллоо өсөж хөгжсөн билээ.



Түүний нэгэн ажилтан ахлагч Стивэнсоныг бизнес эрхэлдэг хүнийх нь хувьд дурсахдаа: “Бид бизнесийн нэг хүндхэн шийдвэр гаргахаар ярилцаж байлаа. Би түүнд хуулийн дагуу хийх ёстой гэж хэлсэн. Гэтэл тэр надад, бид зөвхөн хуулийн дагуу хийгээд зогсохгүй бас зөв зүйлийг хийх хэрэгтэй гэж хэлж билээ” гэж ярьжээ.

“Бизнес сайн зарчмуудыг хүлээн авч, хэрэгжүүлэх нь сайн үр нөлөө үзүүлдэг” гэж ахлагч Стивэнсон хэлэв. “Шударга байдал, шаргуу хөдөлмөр, энэрэнгүй сэтгэл, хүмүүсийг хүндэлж харьцахын хажуугаар үүрэг хариуцлага хүлээхийг шаардах нь зөвхөн ням гарагт ярьж, хийдэг дүрэм журмууд биш юм. Эдгээрийг долоо хоногийн өдөр бүр хийж байх хэрэгтэй” гэж тэр ярилаа.

Бизнес нь өргөжин тэлэхийн хэрээр цаг зав хомсхон гардаг байсан тухай: “Би бага насны хүүхдүүдтэй залуухан бишоп байхаас гадна Ази руу жил бүр маш олон удаа аялдаг байв. Аав минь над дээр ирээд, “Чи гэр бүлийнхэнтэйгээ байгаа ч гэсэн үнэндээ тэдэнтэй *хамт* байж чадахгүй байгааг чинь би харлаа. Чи ажил дээрээ байхдаа ажилдаа бүх анхаарлаа хандуулж чаддаггүй байх. Бишопын үүргээ биелүүлж байхдаа ч ажлынхаа эсвэл гэр бүлийнхээ талаар санаа зовдог байх гэж миний санаа зовж байна. Чи амьдралаа илүү тэнцвэртэй байлгах ёстой” гэж хэлсэн юм” хэмээн дүрсжээ.

Энэ зөвлөгөө түүнд гүн гүнзгий нөлөөлсөн байна. Ахлагч Стивэнсон “Би гэр бүл, ажил мэргэжил, Сүмийн дуудлага тэнцвэртэй байлгахад гадна өөрөө өөртөө анхаарал тавих нь чухал гэдгийг мэдэж авсан” гэв.



Дал болон Тэргүүлэх бишоп байхад нь ахлагч Стивэнсоныг хүмүүс интоорын модон (интоорын цэцэг нь Японы бэлгэ тэмдэг юм) дээрх цэцэг шиг уян зөөлөн хүн гэдгээр нь мэддэг байв. Тэрээр гэрийнхээ ойр болон гэрээсээ хол байгаа хүмүүс дээр “Аврагчийн хайрын эдгээгч гаврыг” хуваалцахаар очсон. Тэр төлөөлөгчийн хувьд “сул доройчуудад тусалж, доош унжсан гарнуудыг өргөж, мөн сул дорой өвдөгнүүдийг хүчирхэг болгохоор” (С ба Г 81:5) ядууст болон гачигдагсдад үргэлжлүүлэн хүрч үйлчлэх болно.

## Дахин дахин үйлчлэхээр дуудагдсан

Олонд хүндлэгдсэн нэгэн бизнесийн удирдагч нэг удаа ахлагч Стивэнсоныг “мэддэгт суралц, мөнгө ол, бусдад үйлчил” гэж урамшуулж байжээ. 2004 онд ахлагч Стивэнсон бизнесийнхээ урт хугацааны хамтрагч Скотт Ваттэрсонтой хоёулаа нэг зэрэг номлолын ерөнхийлөгчөөр дуудагдах үед энэхүү тэнцэтгэлийн “үйлчлэх” хэсэг нь сорилт болсон байна. Тэдэнд хувьцаа эзэмшигч, үйлчлүүлэгчдэдээ компани яагаад түр хугацаанд орхиж явж байгаагаа тайлбарлах хэрэгтэй гэсэн мэдрэмж төрөв. Тэр хоёр тэдэнтэй нэг бүрчлэн очиж уулзав.

“Бид өөрсдийн дуудлагын талаар болон Сүмээс ямар нэгэн нөхөн олговор авалгүй гурван жилийн турш үйлчлэх гэж байгаагаа хэлэх үед тэд үүний сайн талуудыг хүндэтгэн үзэж байсан” гэж тэр хэлсэн юм. Тэд итгэлтэй удирдлагын багийн гарт бизнесээр орхин явсан ба бизнес нь ч өсөж хөгжсөн байв.

Ахлагч Стивэнсон Японы Нагояа номлолын ерөнхийлөгчөөр үйлчилж байхдаа Азийг илүү их хайрлах болсон юм. “Би энэ газрыг өөрийн хоёр дахь гэр гэж үздэг” гэж тэр хэлдэг. Тэрээр эхнэрээ тухайн орны ёс заншлыг хүлээн авч, номлогчид ба гишүүд зэрэг бусдад хүрч үйлчлэн, японоор гэрчлэлээ хуваалцаж сурч мөн тэдэнтэй хамт явсан хоёр хүүтээ өсгөн бойжуулж байгааг хараад, эхнэрээ хайрлах

хайр нь улам бүр өсөн нэмэгдсэн юм. Эргэн тойрныхоо хүмүүстэй найз болох гэсэн эхнэрийнх нь хүчин чармайлтын ачаар хэдэн хөрвөгдөгч баптисм хүртсэн байна.

2008 онд ахлагч Стивэнсоныг Далын нэгдүгээр чуулгад үйлчлэхээр дуудагдахад, тэд номлолоосоо гэртээ иргэж ирээд ердөө долоохон сар болж байв.

“Би гайхахын хажуугаар дарууссан. Би ‘Надаас илүү сайн үйлчилж чадах олон хүн байгаа шүү дээ’ гэж бодож билээ. Гэсэн хэдий ч, би ахлагчдын чуулгын ерөнхийлөгч, дээд зөвлөлийн гишүүн, бишоп, гадасны ерөнхийлөгчийн зөвлөлийн гишүүн гээд надаас хийхийг хүссэн зүйлийг хийхдээ хангалттай туршлага байхгүй мэт санагдаж байсан үедээ дурсан санав. Бид дуудагдахаасаа өмнө үүнд тэнцэхүйц хүмүүс *байгаагүй* байж болох ч, дуудлага нь тэнгэрлэгээр тэнцэхүйц болгох замыг *эхлүүлдэг* гэдгийг би олж мэдсэн билээ.

“Миний нэг дуртай сударт дуудагдах үедээ бидний хийх ёстой хоёр зүйлийг хэлж өгсөн байдаг. Нэгдүгээрт, ‘итгэлтэй бай.’ Хоёрдугаарт, томилсон албан тушаалын үүргээ биелүүл (С ба Г 81:5-ыг үзнэ үү). Энэ нь миний хувьд итгэлээ харуулж, хэрэгтэй гэсэн бүх зүйлд суралцан, дараа нь дуудлагаа хичээнгүйлэн гүйцэтгэхийн тулд чадах бүхнээ хийнэ гэсэн үг юм. Хэрэв бид үүнийг хийж чадвал Их Эзэн бусдыг адислахад биднийг өргөн, үүнд тэнцэхүйц болгох болно.

## Дахин Ази руу

Ахлагч Стивэнсон Далын гишүүнээр үйлчилж байхдаа Бүсийн ерөнхийлөгчийн зөвлөлд зөвлөхөөр, дараа нь Азийн Хойд бүсийн ерөнхийлөгчөөр томилогдсон юм.

2011 оны 3-р сард газар хөдлөлт болон цунами Японыг сүйрүүлэв. 9.0 магнитудын газар хөдлөлт 20 000 хүний амийг авч одон,





мянга мянган хүнийг орон гэргүй болгож, 550 000 гэрт оронг сүйтгэсэн далайн давалгааг үүсгэсэн юм.

Тэрээр гамшгийн бүсэд олон удаа айлчлан очсон билээ. “Бид хүмүүстэй уулзаж байхдаа олон янзын сэтгэл хөдлөлийг мэдэрч байсан” гэж тэр ярьдаг. “Бид гай зовлон, гарз хохирол, мөн итгэл найдвар, сэргээн босголтын аль алиныг нэгэн зэрэг харж байлаа. Аврагчийн маань хайрын эдгээгч гавар хэрхэн үйлчилж байгааг харах бүр бидний зүрх сэтгэл хөдөлж байсан.”

Үүнээс гадна тэрээр Сүм гачигдагсад хэрхэн тусалдаг болохыг өөрийн нүдээр харсан. “Гамшиг тохиоддоход хариу барих боломжтой байж, тусламжийн ажлыг зохион байгуулахад туслах нь Есүс Христийн Сүм ядуус болон гачигдагсдыг халамжлах бурханлаг үүргүүдийнхээ нэгийг биелүүлж байгаагийн илрэл байсан юм.” Тэрээр гачигдагсад үйлчилж, бусдыг үүний адил үйлчилж байгааг харах нь онцгой боломж гэдгийг: “Бид хүн төрөлхтний нинжин сэтгэлийн талаар олж мэдэж авсан юм” хэмээн тайлбарлажээ.

### Бишопуудын өв

Түүнийг 2012 онд Тэргүүлэх бишпоор дуудагдах үед энэрлийн талаар зүрх сэтгэлдээ илүү гүн гүнзгий ойлгож авчээ. Тэрээр энэхүү эрх мэдлийнхээ хүрээнд хожмын үеийн гэгээнтнүүдэд болон бусдад халамж ба яаралтай тусламж үйлчилгээг мөн хүмүүнлэгийн тусламжийг “хамгийн хэцүү газар, хамгийн ядуу хэсэгт мөн дэлхийн хамгийн дарлагдсан газарт байгаа” Тэнгэрлэг Эцэгийн хүүхдүүдэд түгээх Сүмийн өргөн сүлжээг удирдан зохион байгуулдаг байсан.<sup>3</sup>

Бишопын үүрэг хариуцлага нь ахлагч Стивэнсоны хувьд маш чухал байр суурь эзэлдэг. “Намайг 12 настай байхад аав маань бишпоор дуудагдсан юм. Тойрогт маань олон бэлэвсэн эхнэр байдаг байсан бөгөөд аав тэдэнд үйлчлэхдээ үргэлж намайг хамт авч явдаг байлаа. Тэр надаар хогийн савнуудыг янзлуулан, гэрт ямар нэгэн зүйлийг цэвэрлүүлж эсвэл навч тармуурдан, цас хүрэдэн цэвэрлэхэд найзуудыг маань дуудан туслуулдаг байв. Биднийг тэндээс явахад сэтгэлд маань үргэлж сайхан мэдрэмж төрдөг байж билээ. Бэлэвсэн эхнэрүүд

дээр айлчилж очиж байсан маань хүмүүс дээр нэг бүрчлэн очих нь бишопын хийх ёстой зүйлсийн нэг гэдгийг надад ухааруулан ойлгоход тусалсан юм. Сүмийн бишопууд бол миний баатрууд билээ” гэж дурсав.

### Бошиглогчийн амлалт

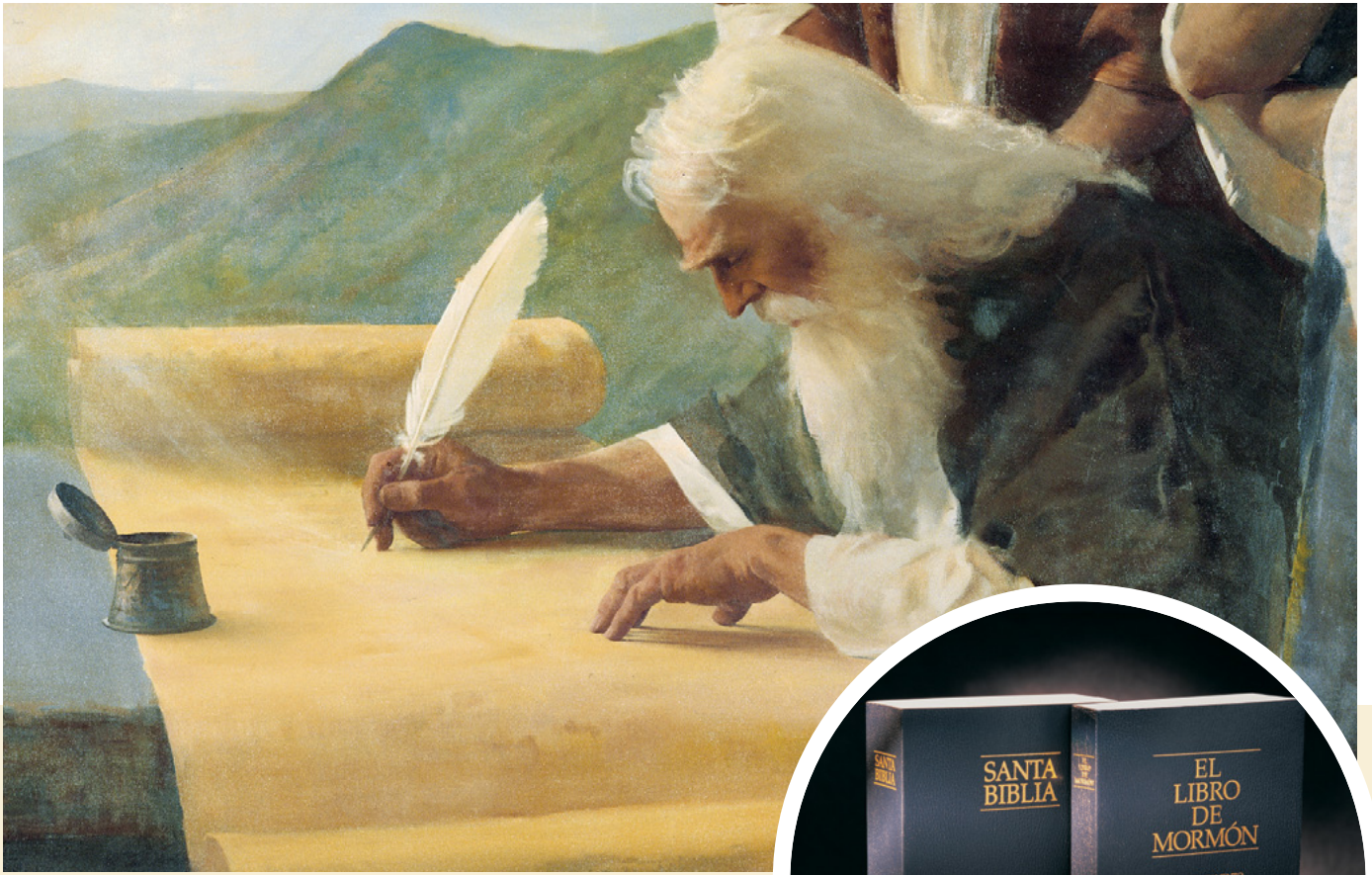
2015 оны 10-р сарын Ерөнхий чуулганы өмнөх долоо хоногийн мягмар гарагт, тухайн үед бишоп байсан Стивэнсон ах ерөнхийлөгч Монсон ба түүний зөвлөхүүд өөртэй нь уулзахыг хүсэж байна гэсэн дуудлагыг хүлээн авчээ.

“Ерөнхийлөгч Монсон надад Арванхоёрын чуулгад үйлчлэх дуудлагыг санал болгов. Тэр надаас энэ дуудлагыг хүлээн авах уу хэмээн асуухад . . . би зөвшөөрч байгаагаа батлан хэллээ. Үүний дараа ерөнхийлөгч Монсон гараас маань дотно гэгч бариад, олон жилийн өмнө төлөөлөгчөөр дуудагдаж байхдаа . . . мөн адил өөрийгөө тэнцэхгүй гэж бодож байснаа дурсан ярьсан юм. Тэр надад тайвнаар, ‘Бишоп Стивэнсон, Их Эзэн өөрийн дуудсан хүмүүсийг тэнцэхүйц болгодог юм’ гэсэн зааврыг өгсөн билээ. Бошиглогчийн энэ тайвшруулсан үгс [тэр мөчөөс эхлэн] амар амгалангийн эх сурвалж болсон билээ.”<sup>4</sup>

Ахлагч Гари И.Стивэнсон үнэхээр заль мэхгүй нэгэн билээ. Тэрээр Тэргүүлэх бишоп болон Далайн гишүүн байхдаа ч мөн амьдралынхаа туршид хийж байсныхаа адилаар төлөөлөгчийн хувьд ядууст болон гачигдагсад хүрч үйлчилсээр байх болно. Тэрээр ‘сул доройчуудад тусалж, доош унжсан гарнуудыг өргөж, мөн сул дорой өвдөгнүүдийг хүчирхэг болгох’ [С ба Г 81:5] хэмээх судрын тушаалыг дагах болно. Энэ нь хэцүү дуудлага хэдий ч тэрээр бусдыг ойлгодог зүрх сэтгэлтэй учраас энэ дуудлагад маш сайн тохирно. ■

### ЭШЛЭЛҮҮД

1. Гари И.Стивэнсон, “Lean Not unto Thine Own Understanding” (Бригам Янгийн Их Сургуулийн онцгой цугларалт, 2014 оны 1-р сарын 14), 2, 3, [speeches.byu.edu](http://speeches.byu.edu).
2. Гари И.Стивэнсон, “Тодорхой бөгөөд эрхэм үнэнүүд,” 2015 оны 10-р сарын Ерөнхий чуулган, 80.
3. Гари И.Стивэнсон, хэвлэлийн бага хурал, 2015 оны 10-р сарын 3.
4. Гари И.Стивэнсон, “Тодорхой хийгээд эрхэм үнэнүүд,” 80.





Далын ерөнхий-  
лөгчийн зөвлө-  
лийн ахлагч  
**Линн Г.Роббинс**

# СОХРУУДЫН НҮД НЬ харах болно

*Бид Мормоны Ном ирснийг сүнслэг хараа  
гайхамшигт байдлаар сэргээгдсэн  
хэмээн үзэж болох юм.*

**И**х Эзэнийг хожмын өдрүүдэд “ер бусын гайхамшигт, гайхалтай зүйлийг” үргэлжлүүлэн хийх болно гэдгийг Исаиа бошиглосон бөгөөд Мормоны Ном ирэхийг “бүрэнхий, харанхуйгаас сохруудын нүд нь харах болно” (Исаиа 29:14, 18) хэмээн зөгнөн хэлсэн.

## **“Аймшигтай нүдэн балай байдал”**

Алдар суут Анхны үзэгдэл болохоос өмнөхөн АНУ-ын Нью-Йоркийн Манчестер дахь шашны хэнээрхэл туйлын ээдрээтэй байдалд хүрээд байв. Иосеф Смитийн хэлснээр, “гэвч шашны янз бүрийн бүлгүүдийн дундах будлиан хийгээд сөргөлдөөн тийм их байсан нь . . . миний мэт залуу хүний хувьд, хэнийх нь зөв, бас хэнийх нь буруу байсан тухайд ямар нэг тодорхой дүгнэлт хийх боломжгүй байв” (Иосеф—Смит Түүх 1:8).

Мормоны Ном нь Сэргээлтийн өмнөх энэхүү ээдрээтэй байдлыг “тэр жигшүүрт сүмээр далдлагдсан тэр Хурганы сайн мэдээний тодорхой болоод эрхэм үнэт хэсгүүдийн учир . . . аймшигтай нүдэн балай байдалд байв” (1 Нифай 13:32; тодотгол нэмэгдсэн) хэмээн тайлбарласан байдаг.

Олон зууны турш “Тэд Их Эзэний зөв замуудыг гажуудуулж болохын тулд, тэд хүмүүний үрсийн мэлмийг *сохолж* бас зүрх сэтгэлийг хатууруулахын тулд” зарим үед санаандгүй учир дутагдалтай орчуулгын, зарим үед санаатай гажуудуулсан засвар оруулсны улмаас олон тодорхой болон эрхэм хэсэг алдагдахын хэрээр Библийн олгож байсан тод сүнслэг хараа *бүдгэрсэн* билээ (1 Нифай 13:27; тодотгол нэмэгдсэн).

## “Би урьд нь сохор байснаа, одоо харж байгаагаа л мэдэж байна” (Иохан 9:25)

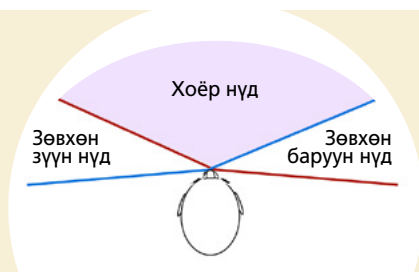
Аврагчийн үйлдсэн гайхамшгуудын хамгийн нийтлэг нь сохор хүний нүдний харааг сэргээх явдал байв.<sup>1</sup> Гэхдээ Аврагчийн үүнээс илүү чухал тохинуулал болоод гайхамшиг нь сүнслэг харалган байдлыг эдгээх явдал байсан юм. Есүс “Би энэ ертөнцөд ирсэн нь хардаггүйг хардаг болгохын тулд юм” (Иохан 9:39) хэмээн айлдсан байдаг.

Бид хожмын өдрүүд дэх сүнслэг харалган байдлын талаарх Исаиагийн зүйрлэл ба Нифайн үзэгдлийг авч үзвэл, Мормоны Ном ирэхийг сүнслэг харааг сэргээх гайхамшигт үйл явдал хэмээн үзэж болно.

“Харийнхны орсон байхыг нь таны харж буй аймшигтай нүдэн балай байдалд үүрд үлдэхийг ч Их Эзэн Бурхан үл тэвчинэ. . . .



2А. Хүүхдийн тоглоом нь хури, гүн гүнзгий харах чадварыг харуулдаг.



1. Хүний хоёр нүдний хэвтээ шугаманд харах талбар хамгийн ихдээ 190 орчим градус байдаг бөгөөд ойролцоогоор 120 градусыг нь хоёр нүд хоёул хардаг байна.



2Б. Амьтдын ертөнцөд, халдлагад өртөж болзошгүй өвсөн тэжээлтэнд нарийвчлалтай, гүн гүнзгий хүлээн авах чадварыг хоёр нүд нь өгдөг бөгөөд энэ нь түүнд араатны өнгөлөн далдалтыг ялган танихад тусалдаг байна.

“. . . тэр өдөр би харийнханд нигүүлсэнгүй хандах болно, үүний хэрээр би тэдэнд өөрийн хүчээр, . . . миний сайн мэдээнээс ихийг авчрах болно. . . .

“Учир нь болгоогтун, Хурга хэлсэн нь: Би өөрийгөө чиний үр удамд үзүүлэх учир, миний тэдэнд тохинуулах, тодорхой болоод эрхэм үнэт олон зүйлийг тэд бичиглэх болно; . . . [мөн] эдгээр зүйлүүд харийнханд Хурганы хүч болон бэлгээр ирэхийн тул далдлагдах болно.

“Мөн миний хад болон миний аврал, миний сайн мэдээ тэдгээрт бичиглэгдэх болно гэдгийг Хурга хэллээ.

“. . . Тэр хожмын цэдгүүд . . . эхний цэдгүүдийн үнэнийг тогтоо[х болно]. . . . Тэд хоёул нэгдмэл байдлаар бүтээгдэх болно” (1 Нифай 13:32, 34–36, 40–41; тодотгол нэмэгдсэн). Эдгээр нь үнэнийг ойлгоход бидэнд туслахаар хамтдаа ирэх болно.

Хоёул “нэгдмэл байдлаар бүтээгдэх” гэдэг нь хоёр нүдний харах аргачлал эсвэл үйл ажиллагаа явагдах арга зам юм. Би нүдний даралттай учраас сохрохоос

урьдчилан сэргийлэхийн тулд харааг хамгаалах гайхалтай дусаагуурыг хоёр нүдэндээ өдөрт хоёр удаа дусаах шаардлага гардаг. Эмч нар намайг нүдний даралттай гэж тодорхойлохоос өмнө би аль хэдийн нэг нүднийхээ харааг хэсэгчлэн алдчихсан байв. Би орчин үеийн анагаах ухаанд болон сохор болоогүйдээ маш их талархдаг. Би бас нөгөө нүдний минь алдсан харааг нөхөж өгдөг хоёр дахь сайн нүдэндээ талархдаг. Хоёр нүдний тухай зүйрлэл нь миний хувьд гүн гүнзгий бөгөөд хувийн ач холбогдолтой юм.

Шинжлэх ухааны олон судалгаа нэг нүдтэй байснаас хоёр нүдтэй байхын давуу талыг нотлон харуулсан байдаг. Би эдгээр давуу талаас зургааг нь мөн тэдгээрийн сүнслэг харьцуулалтыг Есүс Христийн хоёр дахь гэрч болох Мормоны Номын дэлхийн сүнслэг харааг сэргээхэд гүйцэтгэсэн үүрэгтэй жишиж үзэх гэсэн юм.

## 1. Хоёр нүд нь харах талбарыг нэмэгдүүлж, харааг илүү тод болгодог

Хүний хоёр нүдний хэвтээ шугаманд харах талбар хамгийн ихдээ 190 орчим градус байдаг бөгөөд ойролцоогоор 120 градусыг нь хоёр нүд хоёул хардаг байна. Харааны давхацсан талбараас гадна хоёр нүд тус бүр өөр өөрийн өвөрмөц захын хараатай байдаг.<sup>2</sup>

Библи нь олон зууны туршид тодорхой болоод эрхэм үнэт хэсгүүдээ алдсан учраас түүний хараа төгс байхаа больсон аж. Төгс хараатай Мормоны Ном гарч ирснээрээ сүнслэг харааны харах талбарыг тэлээд зогсохгүй, хоёр сүнслэг нүдний давхацсан талбар буюу сүнслэг байдлын хувьд хоёр гэрчийн хууль хэмээн нэрлэдэг— дурангийн харааны талбайд (1 дэх зургийг үзнэ үү) нэн шаардлагатай байсан тодотголыг мөн адил өгсөн юм (Матай 18:16; Ифер 5:4; С ба Г 6:28-ыг үзнэ үү).

Харааны давхацсан талбар буюу дурангийн нийлбэр нь бүдэг зүйлсийг харах чадварыг өсгөн нэмэгдүүлдэг.<sup>3</sup>



Хоёр нүдний тус тусдаа хүлээн авсан дүрсийг нэг дүрс болгон нэгтгэж, бидэнд *харааны тэнхлэгийг*<sup>4</sup> нийлүүлж өгснөөр бид аливаа зүйлийг илүү тод хардаг ба ингэснээр залуу Иосефыг тэгтлээ эргэлзүүлэхэд хүргэсэн “будлиан хийгээд сөргөлдөөн”-ийг үгүй болгодог байна (Иосеф Смит—Түүх 1:8-ыг үзнэ үү).

*Хоёр нүд нь нэгээсээ илүү сайн хардаг* нь хэний ч мэдэх, ойлгомжтой бодит үнэн учраас Исаиа “сохруудын нүд нь харах болно” (Исаиа 29:18) хэмээн дэлхий даяар тодорхойлохоос өөр тохирох зүйрлэлийг сонгож чадаагүй биз ээ. Одоогоор зөвхөн ганц сүнслэг нүдээрээ хардаг буюу Библи уншдаг хүмүүс Есүс Христийн хоёр дахь гэрч болох Мормоны Номыг уншиж ч үзээгүй байж түүнийг хүлээн зөвшөөрөхгүй байх нь ямар ухаалаг үйлдэл байсан болохыг хэзээ нэгэн цагт олж харах болов уу хэмээн бид найдаж байна. Тэд “Иудагийн саваа,” “Иосефын саваа” (Езекиел 37:19) хоёр нь хоёр нүд төгс төгөлдөр, тодорхой байдлаар нэгддэг шиг *гайхамшигтай* хэрэг болохыг мэдэх болно.

## 2. Стереоскоп буюу хууран мэхлэлтээс зайлсхийх нь

“Дурангийн хараа нь . . . дүрсийг илүү нарийвчлалтай, гүн гүнзгий хүлээн авах чадварыг хүнд олгодог учраас үүний ачаар хүмүүс саад тотгорыг илүү хурдан, илүү итгэлтэй давж, тойрон гардаг юм.”<sup>5</sup> Энэхүү хурц, гүн гүнзгий харах чадварын нэгэн жишээг энгийн гэрэлт зургийг стереоскоп зургийн 3-D тод харагдацтай зүйрлүүлэн үзүүлэв (2А зургийг үзнэ үү).

Амьтдын ертөнцөд, халдлагад өртөж болзошгүй өвсөн тэжээлтэнд *стереоскоп* буюу нарийвчлалтай, гүн гүнзгий хүлээн авах ба 3-D хэмжигдэхүүнийг ялган харах чадварыг хоёр нүд нь олгодог тул энэ нь түүнд “халдаж болзошгүй араатны өнгөлөн [далдлалтыг ялган танихад]”<sup>6</sup> тусалдаг байна (2Б зургийг үзнэ үү).

Мормоны Ном нь сүнслэг дурангийн талбайн тод харагдац ба бурханлаг нарийвчлалыг хүлээн авах чадварыг сэргээснээрээ дэлхийг дээрхтэй адил байдлаар хамгаалдаг бөгөөд энэ нь бидэнд Сатаны өнгөлөн далдлалт, хууран мэхлэлтээс зайлсхийх боломжийг олгодог юм. Сатан библийн олон хэсгийн утга агуулгыг овжин байдалаар бүдгэрүүлснээр эргэлзээ гэгчийг ухаалагаар бий болгожээ. Мормоны Ном нь “буруу сургаалуудыг бүрмөсөн үгүйсгэж” (2 Нифай 3:12), “чөтгөрийн бүх башир аргыг мөн урхи мөн арга залиг нь тасчин хуваа[снаар]” (Хиламан 3:29) түүний өнгөлөн далдлалтыг булзахын аргагүй баримт нотолгоогоор үгүй хийсэн юм.

Ерөнхийлөгч Эзра Тафт Бэнсон (1899–1994) Мормоны Номын талаар дараах амлалтыг өгсөн юм. Үүнд: “Энэ номонд хүч агуулагддаг бөгөөд нухацтай судалж эхлэх тэр мөчөөс тань эхлэн уг хүч таны амьдралд урсан орж ирэх болно. Та нар уруу таталтыг эсэргүүцэн зогсох агуу хүчийг олох болно. Та нар *хууран мэхлэлтээс зайлсхийх* хүчийг олох болно. Та нар нарийн бөгөөд шулуун зам дээр үлдэх хүчийг олох болно”<sup>7</sup> гэжээ.

## 3. Саад тотгорыг олж харах нь

Дурангийн хараа нь хүнд саад тотгорын цаана байх биетийг илүү сайн эсвэл бүхэлд нь олж харахад тусалдаг. Энэ давуу талыг Леонардо Да Винчи онцолсон байдаг бөгөөд тэрээр ямар нэгэн зүйлийг хааж буй босоо багана нь зүүн нүдээрээ харахад



3. Дурангийн хараа нь саад тотгорын цаана байх биетийг илүү сайн эсвэл бүхэлд нь олж харахад хүнд тусалдаг. Та эдгээрийн хоорондын ялгааг олж харж байна уу?

биетийн зарим хэсгийг эсвэл бүхэлд нь халхалж болох ч баруун нүдээрээ харвал уг биетийг харах боломжтой байж болно хэмээн тэмдэглэсэн байдаг<sup>8</sup> (3 дахь зургийг үзнэ үү).

Үүний сүнслэг жишээг Аврагчийн иудейчүүдэд хандан хэлсэн “Энэ хашаан дахь хонин сүргээс өөр хонин сүрэг Надад бий. Би тэднийг бас авчрах ёстой. Тэд Миний дууг сонсоно. Тэгээд тэд нэг хоньчинтой нэг хонин сүрэг болно” (Иохан 10:16) гэсэн үгнээс олж болно.

Есүс энэхүү бусад хонины талаар тодорхой зүйл хэлээгүй тул еврейчүүд Түүний мэдэгдлийн учрыг тайлж чадаагүй билээ. Гэхдээ, Мормоны Номон дээрх *нэмэлт ойлголтын* ачаар далд байсан зүйл ил болсон юм. Тухайлбал: “Мөн үнэнээр би та нарт хэлнэ, та нар бол миний тухайлан хэлсэн тэд билээ: энэ хорооных бус өөр хонинууд надад бий; би тэднийг түүнчлэн авчрах ёстой, мөн тэд дуу хоолойг минь сонсох болно;

мөн нэг хороо, мөн нэг хоньчин байх болно” (3 Нифай 15:21). Үүний үр дүн нь Аврагчийн хэлсэн зүйлийн тухайд ямар ч буруу ташаа ойлголтгүй буюу ямар ч *саад тотгор* болох төөрөгдөлгүй цэвэр тунгалаг харах талбар юм.

#### 4. Нүд бүрийн захын харааны давуу талууд

“Захын хараа нь харцны төвөөс гадна байрлах харааны нэгэн хэсэг юм.”<sup>9</sup> Өөрөөр хэлбэл, бид харцаа төвлөрүүлээгүй байсан ч харааны талбар дотор өөр зүйлс байгааг мэдэж байдаг. Уг харааны талбарын нэг хэсэг нь буюу дурангийн талбайн хүрэнээс гадуур байрлах хэсэг болох *стереоскоп* хараа нь нүд бүрийн хувьд өвөрмөц байдаг (1 дэх зургийг үзнэ үү).

Бидэнд Библи байгаад, мөн энэ нь хамгийн чухал буюу онцгой хийгээд гайхамшигтай зүйл болох Есүс Христийн амьдрал, тохирууллын түүхийг өгсөнд бид маш их талархдаг билээ.

Түүнээс гадна бид Мормоны Ном байгаад, мөн уг номын Христийн сургаалыг тодорхой болгон, Түүний эртний Америкийн бошиглогчид болон нифайчууд дээр айлчилсан хувийн айлчлал, тохинуулаараа дамжуулан заасан сургаалуудыг нь илчилдэг сэвтээгүй, төгс хараанд гүнээ талархдаг.

Хоёр нүдийг бидэнд тэнгэрээс хослуулан өгсөнтэй адил Библи, Мормоны Ном хоёр бие биенээ нөхөж, үүний үр дүнд гайхамшигт дурангийн дүрсийг болон тус бүрийн өвөрмөц харагдах байдлыг бий болгодог билээ.

#### 5. Сайн харагдахгүй байгаа хэсгийг үгүй болгох нь

Бид бүгдийн харах талбарт сайн харагддаггүй хэсэг газар байдаг бөгөөд үүнийг олж тогтоох нь харьцангуй хялбар зүйл юм. Дугуй дүрс ба одны зургийг (4 дэх зураг) өөрийнхөө урд, гараа сунгах зайд барь. Зүүн нүдээ аниад, жижиг дугуй дүрсэн дээр баруун нүдээ төвлөрүүлэн хар. Дугуй дүрс рүү баруун нүдээр ширтэн харсаар, зургаа аажмаар өөр рүүгээ ойртуул. Дунд хавьцаа ирэхэд, од *захын* хараанаас алга болж эхэлнэ.

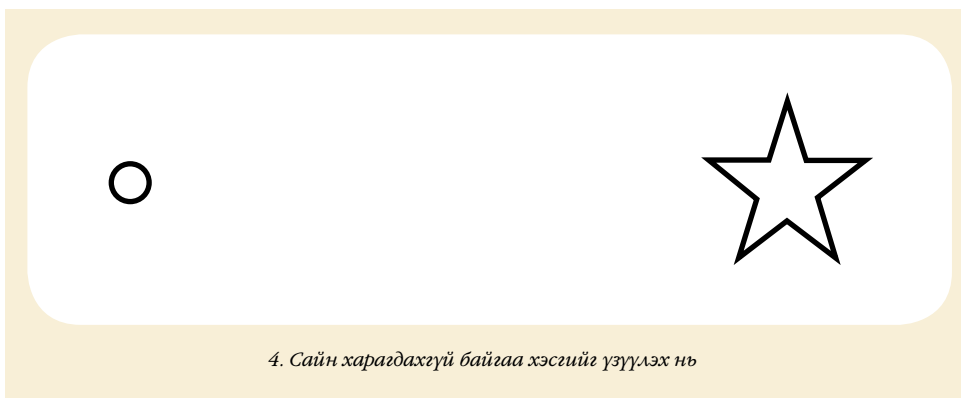
Гайхаж байна уу? Танд сайн харагдахгүй хэсэг байгааг та мэдээгүй гэж үү? Яг л таны хоёр дахь нүд энэ сайн харагдахгүй байгаа хэсгийг нөхөн хардаг шиг Мормоны Ном нь Библид үүний адил тусалдаг юм.

Од яг таны нүдний өмнө алга болсон шиг Херод

Бетлехемийн одыг олж хараагүй бөгөөд “од үзэгдсэн цагийг” зурхайчдаас лавлан асуусан байдаг (Матай 2:7). Энэ бол түүний сүнслэг захын харааных нь *сайн харагдахгүй байгаа хэсэг* нь байсан юм. Зөвхөн одыг *хайж байсан* хүмүүс л үүнийг олж харсан аж.

Өнөө үед Херодтой адил Сүнсний зүйлсийг хайж мөн олж харахаас татгалздаг хүн олон болжээ. “Харахыг үл хүсэх сохорт халаг” (2 Нифай 9:32). Бардамнал нь мөн адил еврейчүүдийг “[тэдэнд ирсэн] тодорхой байдлын үгсийг [басамжлахад] хүргэсэн бөгөөд . . . уг зорилгоос алсуур хайснаас болсон тэр, харалганыхаа учир” (Иаков 4:14) энэ ажээ.

Мормоны Номын ухаан суулгасан нэг *ойлголт* “өөрт байгаа гэдгийг барагтай бол хүлээн зөвшөөрдөггүй ч бусдаас амархан олж *хардаг* гэм нүгэл” болох *бардамнал* гэгч нийтлэг тохиолдох сайн



харагдахгүй байгаа хэсгийн тухай урьдчилан сэргийлсэн байдаг.<sup>10</sup> Энэ нь гэмтэй хүн л олж харахгүй байгаа болохоос бусад бүх хүнд тод томруун харагддаг зүйл билээ.

“Мөнх бус байдлын өмнөх оршихуйд болсон зөвлөгөөн дээр Люсиферийг унагасан тэр зүйл нь бардамнал байв.”<sup>11</sup> “Нифайчуудын . . . бардамнал, тэднийг устгалд хүргэсээр байсан тэр зүйл байв” (Моронай 8:27). Бурхан дэлхийг галаар цэвэршүүлэх үед сүрэл лүгээ адил шатах тэдгээр нь бардамнагчид байх болно (Малахи 4:1; 3 Нифай 25:1-ийг үзнэ үү).

Давчуу бөгөөд нарийн замын эхэнд: “Та нар эртний нифайчуудын адил болохгүйн тулд бардамналаас БОЛГООМЖЛОГТУН” гэсэн бүдэгхэн бичигдсэн “сэрэмжлүүлгийн” тэмдэг тавигдсан байдаг (С ба Г 38:39; тодотгол нэмэгдсэн). Хамгийн эмгэнэлтэй нь, “БОЛГООМЖЛОГТУН” гэсэн тэмдэг нь *өөрөө* ихэнхдээ бардам хүмүүст сайн харагддаггүй тэрхүү хэсэг нь

байдаг юм. Тиймээс “Мөн тэрээр [бардам нэгэн] харж болохын тулд, нүд нь нээгдэж болохын тулд өөрийгөө даруусгаснаар, мөн Их Эзэн, Бурханаа дуудсанаар үл хайхрагч тэрээр мэргэн ухаанд суралцаг” (С ба Г 136:32).

## 6. Нүд-тархины харилцан холбоо

Энэ тэнцэтгэл нь (5-р зургийг үзнэ үү) алдаагүй юм шиг харагдаж байгаа ч бүхэлд нь авч үзвэл буруу юм. Тархины дүрсний систем нь нүдний харж байгаа зүйлсийг бидэнд мэдээлдэг. Тархи шөнө бидний зүүдийг бий болгон, бидний өдөр харсан зүйлсийг хөрвүүлдэг. Харна гэдэг нь зөв итгэж, харж байна гэсэн үг биш юм. Жишээ нь, “Хэдийгээр Есүс тэдний өмнө өдий олон тэмдгийг үйлдсэн боловч тэд Түүнд итгэхгүй байлаа” (Иохан 12:37). Нүд дангаараа итгэлийг эсвэл *үнэнийг харах харааг хөгжүүлэхэд хангалтгүй юм.*

Яг л тархи нүдтэй хамтран ажилладаг шиг Сүнс судруудтай хамтран ажиллаж, бидэнд сүнслэг талаас харахад тусалдаг. Зөвхөн судраас унших нь сүнслэг харааг бий болгоход хангалтгүй, учир нь “Харин төрөлх хүн Бурханы Сүнсний зүйлсийг хүлээж авдаггүй. Учир нь тийм хүнд эдгээр нь мунхаг явдал бөгөөд эдгээрийг ойлгож чадахгүй. Яагаад гэвэл эдгээр нь сүнслэгээр үзэгддэг” (1 Коринт 2:14).

Бид Мормоны Номонд сүнслэг харааны үүргийг гүйцэтгэх боломжийг олгохын тулд Моронай 10:3-5 дээрх Моронайн урилгыг хүлээн авч, чин сэтгэлээсээ дагах ёстой. Энэ нь Бурханы “үүний үнэнийг Ариун Сүнсний хүчээр та нарт мэдүүлэх болно” (4-р шүлэг; тодотгол нэмэгдсэн) хэмээх амлалт бүхий урилга юм.

## Гэрч ба талархал

Лихайн хөвгүүд сүнслэг байдлаараа харалган байхаас зайлсхийхийн тулд гуулин ялтсуудыг олж авахаар өөрсдийн амиар дэнчин тавьсан байдаг (1 Нифай 3–4-ийг үзнэ үү). Тэд ялтаснуудгүйгээр “итгэлгүйдээ доройтох [байсан] бөлгөө” (Мозая 1:5). Өнөө үед бид хэвлэх машин, дижитал багаж хэрэгслийн ачаар судруудыг илүү амар хялбар, хурдан авч хэрэглэх боломжтой болсон. Гэхдээ хүмүүст судруудыг олж авахад саад болох гэсэн Харанхуй үед хэрэглэж байсан арга барилуудын эсвэл судруудыг уншуулахгүйн тулд уруу татах гэсэн хожмын үеийн өдрүүдэд хэрэглэж байгаа арга барилуудын алиныг ашиглах вэ гэдэг нь Сатанд нэг их хамаагүй. Аль ч тохиолдолд, түүний “харанхуйлах манан нь . . . хүмүүний үрсийн мэлмийг [амжилттай] сохолж . . . чингээд

тэд мөхөж, төөрөлдөх бөлгөө” (1 Нифай 12:17; тодотгол нэмэгдсэн).

Миний *өдөр бүр* хэрэглэдэг нүдний дусаагуурын нэгэн адил, бид “төмөр бариулаас үргэлж *тууштай* зуур[снаараа]” (1 Нифай 8:30; тодотгол нэмэгдсэн) үл ялгагдам нарийн бөгөөд өргөн тархсан хожмын үеийн мананд сохрохгүй байж чадна. Хүн идэвх султай болох юм уу Сүмээ орхин явж байвал уг хүн Мормоны Номоо уншихаа больсон гэдэгт бүрэн итгэж болно.

Мормоны Ном: Есүс Христийн бас нэгэн гэрээ нь үнэхээр гайхамшигтай бөгөөд гайхалтай ажил юм. Энэ нь Есүс Христийн болон Түүний алдар суут сайн мэдээний *амьд гэрч* бөгөөд хоёр дахь нүдтэй байхын давуу талыг ашиглахыг бүх хүнд санал болгодог.

**хоёр нүд =  
тэд хардаг**

5.

Бид ч гэсэн “Та нарын нүд хардаг тул нүд чинь ерөөлтэй еэ” (Матай 13:16) хэмээн Аврагч Өөрийн шавь нарт хандан хэлсэн магтаалыг хүртэх эрхтэй байж болохын тулд төмөр бариулаас үргэлж тууштай зууран барьж байх болтугай. ■

## ЭШЛЭЛҮҮД

1. Матай 9:27–31; 12:22–23; 15:30–31; 21:14; Марк 8:22–26; 10:46–52; Лук 7:21–22; Иохан 9; 3 Нифай 17:7–9; 26:15-ыг үзнэ үү.
2. “Binocular Vision,” Wikipedia, en.wikipedia.org вэбсайтаас үзнэ үү.
3. Рандолф Блэйк болон Роберт Фокс, “The Psychophysical Inquiry into Binocular Summation,” *Perception & Psychophysics*, 14 дэх хэвлэл, д. 1 (1973), 161–168-ыг үзнэ үү; мөн “Binocular vision” үгийг харна уу.
4. Wikipedia, en.wikipedia.org-оос “Vergence” гэсэн үгийг үзнэ үү.
5. “Binocular Vision.”
6. “Binocular Vision.”
7. *Teachings of Presidents of the Church: Ezra Taft Benson* (2014), 141.
8. “Binocular Vision”-ыг үзнэ үү.
9. “Peripheral Vision,” Wikipedia, en.wikipedia.org.
10. *Teachings: Ezra Taft Benson*, 18; тодотгол нэмэгдсэн.
11. *Teachings: Ezra Taft Benson*, 231.

# ЗАМД ТОХИОЛДСОН ДОЛООН НИГҮҮЛСЭНГҮЙ Гайхамшиг

Эфрэм Смит

Би Техасын Форт Ворт номлоод олон гайхалтай хүмүүст зааж, үйлчилж байх хугацаандаа үе үе өөрийнхөө адислагдсан амьдралыг тунгаан боддог байлаа. Надад тохиолдсон явдлуудаас долоо нь намайг илүү их гайхшируулдаг бөгөөд би тэдгээрийг гайхамшгууд гэж үздэг.

Эхлээд би хамгийн эгэл дорой нөхцөл байдалд эхэлсэн бага насны амьдралаа тэсэн гарсан юм. Би Этиопийн Дэссид ээжийнхээ амьдардаг байсан урцан дотор шороон шалан дээр төрсөн. Ээж маань миний мэдэх цорын ганц хамаатан минь байсан ба тэрээр 2.4 метрийн өндөртэй хагас бөмбөлөг хэлбэртэй урцаа өвс, навчаар хучиж, мод, шавар ашиглан өөрөө барьсан юм. Бидний амьдардаг газарт усжуулалтын систем болон бие засах газрын барилга байгууламж байдаггүй байв. Өвчин тахал болон үхэл манай *кэбэлид* буюу дүүрэгт гарсан юм. Хоол хүнс олоход маш хэцүү байсан ба бидний хувьд худалдаж авах боломж байхгүй байв. Ээж бид хоёрт өлсөөгүй өдөр байсныг би огт мэддэггүй.

Ээж маань намайг дөрөвтэй байхад хүнд өвчин тусаж, тэр хамаг чадлаараа шүдээ зуун, бид арай гэж сажлан эмнэлэгт очсон боловч миний хайрт, ядруу ээж тэнд нас барсан юм. Эмнэлгийн ажилтнууд намайг Этиопийн нийслэл Аддис Абаба хотын асрамжийн газарт амьдруулах боломж олгосноор би гудамжны амьдралаас болон өлсгөлөнгөөр үхэх үхлээс аврагдав.

Миний амьдрал гайхамшигтайгаар өөрчлөгдөх үед хоёр дахь гайхамшиг ирсэн. Би энэ асрамжийн газарт цэвэрхэн байранд амьдран, жинхэнэ орон дээр унтаж, хүссэн бүх хоолоо идэж үзэв. Бусад өнчин хүүхэд ч гэсэн хайртай нэгнээсээ хагацсан байсан бөгөөд тэд ээжээсээ хагацсантайгаа хэрхэн эвлэрэх ёстойг надад заасан юм. Бид оройн цагаар англи дуу дуулж, бидний төрөлх хэл болох амхарик хэл дээр залбирахаар цуглардаг байв. Бид бие биенийхээ төлөө залбирч, биднийг “сайхан сэтгэлтэй, хайраар дүүрэн” гэр бүлд үрчлүүлэхээр адислаач гэж



*Их Эзэн миний амьдралыг гайхамшигуудаар адисалсан бөгөөд эдгээр гайхамшиг нь Түүний надад бэлдсэн тэрхүү замыг дагахад тусалсан юм.*

Бурханаас гуйдаг байлаа. Дуу хөгжим, залбирал хоёр нь хоёулаа миний амьдралд агуу арга замаар нөлөөлсөн юм. Би хэзээ ч залбирахаа зогсоогоогүй.

Гуравдугаарт, би найман настай байхдаа номлогчидтой, Сүмтэй танилцав. Би 2003 оны 11-р сарын 30-ний ням гарагт Этиопт баригдаж байсан хамгийн анхны ХҮТ Сүмийн барилгын онцгойлон адислах ёслолыг харахаар уригдаж билээ. Би онцгойлон адислах үеэр Ариун Сүнсний хүчтэй нөлөөг мэдэрсэн бөгөөд тэнд оролцож байсан номлогчид баяр баясгалан, аз жаргалыг болон адилхан хүчирхэг сүнсийг цацруулж байв. Би яг тэдэн шиг болохыг хүсэж байснаа санадаг. Гэхдээ би энэ зорилгодоо хэрхэн хүрэхээ огт мэдэхгүй байлаа.

Үүний дараахан дөрөв дэх гайхамшиг ирсэн. Нэгдсэн Улсад амьдардаг нэгэн гэр бүл намайг үрчилж авав. Шинэ аав маань намайг асрамжийн газраас тосож аван, гэртээ аваачлаа. Бид танилцах үйл явцаа эхэлж, би шинэ орчиндоо суурьшиж эхлэв.

Ирсэн даруйд олон сорилт бэрхшээл тохиолдож байлаа. Очсон газар бүрд хүмүүс миний англи хэлийг шоолж байв. Мөн миний багахан боловсрол сургууль дээр асуудал гаргахад хүргэж байв. Би тусламж хүсэн залбирч, дараа нь мэдлэгийн ялгаагаа арилгахын тулд, ялангуяа англи хэлээ сайжруулахын тулд илүү шаргуу бөгөөд эрчтэй ажилласан. Тэнгэрлэг Эцэг миний залбирлуудад дахин нэг удаа хариулсан юм. Хоёр жилийн дараа би нэг ангийг амжилттай алгасав.

Тэгтэл миний гэрийн амьдрал ч үгүй болов. Их Эзэнд хандсан залбирлууд болон хувьдаа тавьсан томоохон зорилгууд, амжилтанд хүрэх чин хүсэл эрмэлзэл маань намайг энэ хэцүү цаг мөчийг даван туулахад тусалсан. Эцэст нь нийгмийн ажилтны тусламжтайгаар аав бид хоёр үрчлэлтийн асуудлыг дуусгавар болгохыг зөвшөөрсөн юм. Энэ бол залбирах, тэвчих, итгэх, Тэнгэрлэг Эцэгээс тусламж авах цаг мөч байв.

Би 15 настайдаа намайг үрчилсэн гэр бүлийнхэнтэйгээ нэг жил орчим хамт амьдрахаар очив. Энэ үеэр тав дахь гайхамшиг ирсэн. Би хоёр найзтайгаа

чаргаар гулгаж байхдаа, хоёр сайхан охинтой ХҮТ нэгэн гэр бүлтэй танилцсан юм. Гэр рүүгээ явж байхдаа охидын нэг нь “Их Эзэн Эфрэм Смитийг өргөж авахыг биднээс хүсэж байна гэж би бодож байна” гэв. Хамгийн гайхалтай нь, энэ гэр бүлийн бусад гурван гишүүн мөн адил сүнслэг удирдамж хүлээн авсан байлаа. Аав нь Нийгмийн үйлчилгээний албатай хамтран ажиллаж, удалгүй би шинэ гэртээ нүүж очив. Гайхалтай шинэ аав маань надад эхнээсээ л сонгох эрхийг олгосон юм. Жишээ нь, түүний гэр бүлийнхэн ням гарагт сүмд явдаг тухай тэр надад тайлбарласан. Тэрээр өөрсөдтэй нь нэгдэх эсвэл гэртээ үлдэхийн алиныг нь ч сонгож болно гэж надад зөвшөөрсөн бөгөөд намайг сүмд явахгүй байхыг сонгосон ч намайг хайрласаар байх болно хэмээн хэлж билээ. Би сүмд явахыг сонгож, түүнээс хойш бусад олон зөв шударга шийдвэрийг гаргасан юм.

Намайг сайн мэдээний талаар хүчтэй гэрчлэл хүлээн авах үед зургаа дахь гайхамшиг ирсэн. Нэгэн ням гараг би “Би гайхширна” (*Сүмийн дуулал болон хүүхдийн дуу* х. 22) хэмээх дуулыг дуулан, ариун ёслолын цуглаан дээр сууж байлаа. Есүс бол Христ бөгөөд энэ Сүм бол Түүний Сүм хэмээх хувийн гэрчлэл хүлээн авах үед нулимс хацрыг минь даган урсаж эхлэв.

Эцэст нь, 9 жилийн дараа би эдгээр номлогчтой хэрхэн адилхан болж болохоо мэдэж авсан юм. Номлогчийн нас 18 болсон ч миний үрчлэлтийн асуудал хараахан шийдэгдээгүй байв. Миний үрчлэлтийн асуудал шийдэгдэж дуустал би дахин долоон сар хүлээсэн юм. Эцэст нь би номлолын өргөдлөө илгээх боломжтой болов. Дөрвөн өдрийн хойно би номлолын дуудлагаа хүлээн авсан. Долоо хоногийн дотор Их Эзэн үрчлэлтийн бичиг баримтыг эцэслэн шийдвэрлэж, номлолын дуудлагаа авах боломжоор намайг адислав. Би энэ хоёр бичиг баримтыг хоёуланг тун их эрхэмлэн нандигнадаг! Эдгээр нь миний долоо дахь гайхамшиг юм. Тийм ээ, үнэндээ Этиоп дахь шавар урцнаас миний үнэ цэнтэй номлол хүртэлх замд олон гайхамшиг тохиолдсон билээ. ■

*Зохиогч нь АНУ-ын Невада мужид амьдардаг.*

# ИРЭЭД, НАМАЙГ ДАГА: Сургаалын үндсийг гэр орондоо заах нь

Алишиа Стантон ба Натали Кэмпбелл

**Б**ошиглогчдын байнга заадагчлан, “Хувь хүний болон Сүмийн амжилт нь бид гэр бүлдээ сайн мэдээнд хэрхэн анхаарал хандуулж байгаагаас ихээхэн шалтгаална.”<sup>1</sup>

Сайн мэдээний дагуу амьдрах нь сайн мэдээнээс суралцах, заах хамгийн шилдэг арга зам юм. Бид эдгээр сургаалын зарчмуудын дагуу амьдарч, гэр бүлийнхнээ болон өөрсдийгөө Сүнсэнд илүү ойртуулдаг. Бид Сүнсний тусламжтайгаар эдгээр зарчмыг хамгийн сайнаараа сурч мөн зааж чадна. Бид гэр бүлийнхэнтэйгээ хамт өөрсдийн хэрэгцээ, нөхцөл байдалд тохирсон хамгийн үр дүнтэй суралцах аргууд руу чиглүүлэгдэн, Аврагчид илүү ойртодог.

Эдгээр гишүүний үлгэр жишээг дагаснаараа та ч бас өсвөр үеийнхний сургалтын материалын зарчмуудыг гэр орондоо авчирч чадна.





## ДОЛООДУГААР САР: Ёслолууд ба гэрээнүүд

Бидний Тэнгэрлэг Эцэгтэй хийдэг санваарын ёслол, ариун гэрээнүүд болох амлалтууд нь бидний амьдралд хүчирхэг адислал авчирдаг. Ёслолуудынхаа зорилгыг төсөөлөн харах нэг арга зам нь тэдгээрийг Тэнгэрлэг Эцэгийн оршихуй болох мөнх амьдралд буцааж аваачих зам дээрх хамгийн чухал үйл явдал болгон авч үзэх явдал юм. Бид хийсэн гэрээнүүдээ сахиснаараа тэрхүү зам дээрээ үлддэг.

Тухайлбал, нэгэн залуу эмэгтэй гэрээний зам дээрээ хэрхэн үлдсэн тухайгаа: “Нэг удаа манай ангийн хүүхэд надаас тусламж хүссэн. Би нэг их зүйл бодолгүй, түүнд зүгээр л хэрэгтэй зүйлээр нь туслав. Харин үүний дараа, би ачаагаа үүрэхэд нь түүнд тусалснаар баптисм хүртэхдээ хийсэн гэрээнүүдээ сахиж байгааг Сүнс надад сануулсан юм (Мозая 18:8–10-ыг үзнэ үү). Би Тэнгэрлэг Эцэг надад өдөр бүр гэрээний зам дээрээ алхахыг сонгох боломж өгдөгт талархдаг” хэмээн дүрслэн хэлсэн юм.

Та нар гэр бүлээрээ гишүүн бүрийнхээ хүлээн авах хэрэгтэй байгаа ёслолуудыг тодорхойлж, дараа нь хийсэн гэрээнүүдээ хэр сайн сахиж байгаагаа дүгнэж болох юм. Жишээ нь, долоо хоног тутам ариун ёслолын ёслолыг хүлээн авахаар бэлтгэж байгаа байдал тань гэрээнүүдээ хэрхэн сахиж байгаа талаар юу хэлдэг вэ? Ариун Сүнс танд хэрхэн өсөж хөгжихийг зааж чадна.



## НАЙМДУГААР САР: Гэрлэлт ба гэр бүл

Гэрлэлт ба гэр бүл нь Тэнгэрлэг Эцэгийн бидний аз жаргал ба авралд зориулсан төлөвлөгөөний төвд байдаг. Гэр бүл нь энэ амьдралд болоод үүрд мөнхөд орших үндсэн нэгж юм.

Хүүхдүүдээ гэрлэлт ба гэр бүлийн тухай заах нь хувийн туршлагаа хуваалцаж байгаатай адил амархан байж болно. Нэгэн насанд хүрсэн залуухан эмэгтэй ариун сүмд лацдан холбогдсондоо талархах болсон шалтгаанаа хуваалцсан юм.

“Би ариун сүмийн хоосон селестиел өрөөнд ганцаараа сууж байснаа санаж байна. Би тэр өдөр сүйт залууд минь хэрэгтэй байсан эрхийн бичгийн асуудлаас болоод ариун сүмд лацдан холбогдож чадах эсэхээ мэдэхгүй цухалдангуй байлаа.

“Их Эзэн тэр өдөр Өөрийнхөө ариун сүмд лацдан холбогдохыг бидэнд зөвшөөрөөсэй хэмээн би чин сэтгэлээсээ залбирч эхлэв. Намайг залбирч байх хооронд чи одоо селестиел өрөөнд ганцаараа байгаа ч ганцаараа биш байх болно, учир нь селестиел хаант улс бол тэнгэрийнх юм хэмээх бодол надад төрсөн. Чи мөнхийн болон тэнгэрлэг гэр бүлтэйгээ хамт байх болно. Энэ нь чиний лацдан холбогдож байгаа шалтгаан шүү дээ.

“Дөчин минутын дараа хэдэн хүн рүү утасдсаны дараа нөхөр бид хоёр лацдан холбогдох боломжтой болсон юм. Талархал, тайвшралаар зүрх сэтгэл минь дүүрэв. Бид хэзээ ч ганцаардахгүй тэр селестиел амьдралыг Бурхантай хамт бүтээж чадсан учраас энэ ёслол миний хувьд илүү утга учиртай болсон.”

Ямар туршлага танд гэрлэлт ба гэр бүл нь Тэнгэрлэг Эцэгийн төлөвлөгөөний төвд байдгийн ач холбогдлын талаар заасан бэ? Ариун Сүнс зохих туршлагаа санаж, хуваалцахад танд тусалж чадна. Ариун Сүнс гэр бүлийн тань нөхцөл байдлаас үл хамааран амьдралдаа гэрлэлтийн болон гэр бүлийн зарчмуудыг хэрхэн хэрэгжүүлэхийг танд зааж чадна.





## ЕСДҮГЭЭР САР:

### Зарлигууд

Зарлигууд бол хайраар дүүрэн Тэнгэрлэг Эцэгээр бидний амьдралыг адислахын тулд өгөгдсөн хууль, шаардлагууд юм.

Тэдгээрийг судлах нэгэн хүчирхэг арга зам бол дараах тэрхүү насанд хүрсэн залуугийн адилаар дуулгавартай байх үед нь ирсэн адислалуудын тухай мэдэж авахын тулд судруудыг судлах явдал билээ.

“Би зарлигийн талаар судлахдаа үүний тухай мэдэж авч болох бүх судрыг унших дуртай бөгөөд намайг дуулгавартай байхад ирэх Тэнгэрлэг Эцэгийн амласан адислалуудыг жагсаадаг. Амлагдсан адислалуудын тухай илүү ихийг мэдэж авах нь Тэнгэрлэг Эцэг намайг хайрладаг бөгөөд намайг адислахыг хүсдэг хэмээх гэрчлэлийг маань хүчирхэгжүүлсэн.”

Та зарлигуудын тухай суралцаж эсвэл заахын тулд *Миний сайн мэдээг номло* гарын авлагын 3-р бүлгийн 4-р хэсгийг хүүхдүүдтэйгээ хамт уншиж, холбогдох судруудыг судлан, амлагдсан адислалуудын тухай өөрийн жагсаалтыг гаргаж болох юм. Та сайн мэдээний ямар ч зарчимтай холбоотой адислалуудын талаар мэдэж авахдаа энэ аргыг ашиглаж болно.

## АРАВДУГААР САР:

### Христэй илүү адил болох нь

Христ тохинууллынхаа үеэр “Тэнгэрлэг Эцэг тань төгс байдаг шиг та нар мөн төгс бай” (Матай 5:48) хэмээн бидэнд тушаасан. Бид Христийн олон зан чанарыг нэг нэгээр нь хөгжүүлэхээр зүгээр л ажиллаж байхдаа мөн Түүний тусламжтайгаар энэ хэсэгтээ өсөж хөгжихөөр чармайх явцдаа төгс болохыг хичээж байдаг. Нэгэн залуу эрэгтэй хичээнгүй байдал дээрээ ажиллаж эхэлсэн байна.

“Би Христийнхтэй адил зан чанаруудыг илүү их хөгжүүлэхийг хүссэн. Тиймээс би судруудаа болон *Миний сайн мэдээг номло* гарын авлага судалсан. Би *Миний сайн мэдээг номло* гарын авлагын 6-р бүлгээс Христийнхтэй адил зан чанаруудыг хөгжүүлэхэд санал болгосон нэг загварыг олсон бөгөөд хичээнгүй байдалдаа үүнийг ашиглахаар шийдэв. Эхлээд би хичээнгүй байдлын тухай өөрийнхөө тодорхойлолтыг болон үүний тухай бодож байсан асуултуудаа бичсэн. Тэгээд би хичээнгүй байдлын талаарх санал болгосон судруудыг судалж, төрсөн сэтгэгдлээ болон уншиж байхдаа олсон хариултаа тэмдэглэж авсан юм. Үүний дараа би сургуулийн бие даалтын даалгавруудаа хийхдээ илүү хичээнгүй байх зорилго тавьж, орой бүр хичээнгүй байдлын төлөө залбирч байх үедээ илүү эрч хүчтэй, тууштай болсноо мэдэрсэн.

Та Христийнхтэй адил зан чанаруудыг хөгжүүлж мөн хүүхдүүдээ хэрхэн хөгжүүлэхийг заах үед Сүмийн эх сурвалжууд таныг хаанаас эхлэхээ мэдэхэд тань туслах болно. Судрууд нь үргэлж Христийн үгэр жишээнүүдээр хангаж өгдөг бөгөөд *Миний сайн мэдээг номло* гарын авлагатай адил эх сурвалжууд

нь судалж мөн зорилго тавих дадал хэвшлийг бий

болгоход бидэнд туслах загваруудыг санал болгодог.

Эдгээрийг хамтад нь ашигласан үед судрууд болон бусад эх сурвалж нь Христэй илүү адил болж болохын

тулд мэдэж авсан зүйлсээ

хэрэгжүүлэхэд бидэнд туслах болно.





## АРВАННЭГДҮГЭЭР САР: Сүнслэг ба материаллаг байдлын хувьд бие даах нь

Бие даах чадвараа хөгжүүлнэ гэдэг нь өөрсдийгөө болон гэр бүлийнхнээ халамжлахдаа сонгох эрхээ ашиглан, асуудлууддаа шийдэл олохын тулд хамгийн сайнаараа хийнэ гэсэн утгатай. Бид илүү бие даах чадвартай болсноор өөрсдийн гэр орон, Сүм, нийгэмд үйлчлэх илүү их чадвартай болдог. Энэ гишүүний тайлбарлаж байгаагаар, эдгээр ойлголтыг заах хамгийн шилдэг аргуудын нэг нь үлгэр жишээгээр заах явдал юм.

“Миний санаж байгаагаар, ээж маань судар судлахын тулд өглөө бүр эрт босдог. Тэр хэцүү цаг үед өөрт нь тусалдаг сүнслэг хүч чадлыг хэрхэн хөгжүүлдэг байсныг би харсан. Тэр өөрийнх нь дэмжлэг болох Тэнгэрлэг Эцэгтэй харилцадаг харилцаандаа найддаг байв. Түүний сүнслэг хүч чадал ба гэр бүлээ харж халамжлах чадвар нь надад гүн сэтгэгдэл төрүүлсэн. Би түүний төсвөө тооцоолохыг болон хүслүүдээ золиосолж байгааг мөн боловсролтой болохыг эрмэлзэж, гэр бүлийнхээ санхүүгийн хэрэгцээг хангахын тулд даруухан амьдардгийг нь болон хичээлийн дараа хүүхдүүдтэйгээ хамт байдаг байсныг ажигласан. Би түүнд байдаг шиг ийм хүч чадалтай болохыг хүсдэг бөгөөд үүнийг хэрхэн олж авахыг надад заасан түүний үлгэр жишээнд маш их талархдаг.”

Та арвич хямгач амьдарснаараа хүүхдүүддээ хэрхэн илүү сайн үлгэр жишээ үзүүлж чадах вэ? Хэрэв та бие даах чадварын тодорхой хүчин зүйлсийг мэдэхгүй бол хүүхдүүдээ өөртэйгөө хамт судлахад урьж болох бөгөөд тэр нь өөрөө агуу үлгэр жишээ болох юм.



## АРВАНХОЁРДУГААР САР: Хожмын өдрүүдэд Бурханы хаант улсыг байгуулах нь

“Чи хааны эрх дарханд хүрсэн нь энэ цагийн төлөө ч юм бил үү, хэн мэдэх вэ?” (Естер 4:14). Энэ бол та Бурханы хаант улсыг барьж байгуулахад өөрийн оруулж чадах хувь нэмрийг олж мэдэх үедээ өөрөөсөө болон хүүхдүүдээсээ асууж болох нэг төрлийн асуулт юм.

Энэ гишүүн хаант улсыг барьж байгуулахад өөрт нь туслах Их Эзэнд итгэж сурчээ: “Намайг бага байхаас эцэг эх минь дуудлагууд Их Эзэнээр өгөгддөг учраас бид дуудлагуудаа үргэлж хүлээн авдаг хэмээн надад заасаар ирснийг би санадаг. Намайг коллежид суралцаж байхад Халамжийн нийгэмлэгийн ерөнхийлөгчийн дуудлагыг санал болгов. Би сандарсан байсан ч гэлээ хэзээ ч үгүй гэж хэлэх тухай бодоогүй юм. Тиймээс би тэр жилээ анхаарч халамжлах 100 гаруй эгч, багахан туршлага, Их Эзэн туслах болно гэсэн итгэлтэйгээр эхэлсэн. Нэг жилийн дараа би дуудлагаасаа чөлөөлөгдөв. Яг ямар хичээл заахаа эсвэл юу хуваалцахаа мэддэг байсан тэрхүү илчлэлт авдаг байсан мөчүүдээ эсвэл намайг хоол хийх ч завгүй үед хэн нэгэн надад хоол хийж өгөх тэр мөчүүдийг эсвэл миний хүлээн авсан, урамшуулсан олон зурвасыг бодохоор Их Эзэн хаант улсыг барьж байгуулах хүчин зүтгэлийг минь өсгөн нэмэгдүүлснийг би лавтайяа мэдэж авсан билээ.

Та хүүхдүүдтэйгээ Бурханы хаант улсыг барьж байгуулах арга замуудын тухай бодож байхдаа тэдэнд үйлчлэх урам зориг төрүүлж, боломж олгох ёстойгоо санаарай. Та одоогийн дуудлагат ажлаараа дамжуулан бусдад үйлчилж болох арга замуудыг хэлэлцэх тухай бодож үзэж болох юм. Та ажлыг урагшлуулахад өөр ямар арга замаар тусалж болох вэ? Хаана үйлчилж байгаагаас тань үл хамааран таны хичээл зүтгэл үнэ цэнтэй билээ. Тэргүүн Зөвлөлийн хоёрдугаар зөвлөх, ерөнхийлөгч Дийтр Ф.Угдорфын хэлснээр, “бие биенээ тулж зогсоод, зогссон газраасаа өргө.”<sup>2</sup> ■  
*Зохиогчид нь АНУ-ын Юта мужид амьдардаг.*

### ЭШЛЭЛҮҮД

1. Спэнсэр В.Кимбалл, “Living the Gospel in the Home,” *Ensign*, 1978 оны 5-р сар, 101; мөн А.Том Пэрри, “Discipleship,” *Лиакхона*, 2001 оны 1-р сар, 72.
2. Дийтр Ф.Угдорф, “Зогсож байгаа газраасаа өргө,” 2008 оны 10-р сарын *Ерөнхий чуулган*, 65.

Энэхүү өгүүллийн эхний хэсэг 2016 оны 1-р сарын Лиакхона дээр нийтлэгдсэн.

Сүмийн сэтгүүлүүд  
**Дэвид А.Эдвардс**

Олон зууны турш тоо томшгүй олон хүн Иовын “Хэрэв хүн үхвэл тэрээр амилах уу?” хэмээх асуултыг тавьсаар ирсэн юм (Иов 14:14). Энэ асуултад “Тийм!” гэж баттай хариулах нь Есүс Христийн тухай болон Түүний Амиалтын тухай гэрчлэлтэй болсон хүмүүсийн хувьд маш том давуу тал юм.

Бидний эргэн тойронд байгаа олон хүн “ертөнцөд Бурхангүй” (Ефес 2:12) амьдардаг бөгөөд тэд үхлийн талаарх олон янзын үзэл баримтлал, итгэл үнэмшлийг хооронд нь ялгаж салгаж мэдэх ёстой болдог. Зарим нэгний хувьд, энэ нь тэдний нүдээрээ харсан хувийн ажиглалт эсвэл үхэл бол тэдний хэн нэгнийг эргэж ирж байгааг хэзээ ч хараагүй нийтлэг бөгөөд туйлын “харамсалтай үнэн” юм. Мөн хоорондоо гайхалтай ижил төстэй, үхэлд хүргэх шахсан үйл явдлуудын талаар дэлхий даяар тархсан мэдээлэл их байдаг. Дэлхий даяарх хүн төрөлхтний соёл иргэншил үхлийн дараах амьдралын тухай зарим төрлийн ойлголт юм уу тайлбарыг шаарддаг өөр ижил төстэй зүйлсийг үргэлж бий болгосоор ирсэн.

Бидний амьдрал үхлээр төгсгөл болдоггүй гэх баталгаа нь бошиглогч, төлөөлөгчид болон хамгийн чухал нь Ариун Сүнс зэрэг маш олон гэрчээр дамжуулан эхлэлээс илчилсээр ирсэн Бурханаас ирдэг юм.



# Бид үхлийн дараах амьдралын тухай юу

“Хэрэв хүн  
үхвэл тэрээр  
амилах уу?”  
Тийм ээ!  
Тэгээд юу  
болох вэ?

# МЭДДЭГ ВЭ?

## Эхлэлээс


Авралын төлөвлөгөө нь энэ дэлхий дээр хамгийн анх бидний анхдагч эцэг эх болох Адам, Ева хоёрт заагдсан. Тэд Есүс Христийн сайн мэдээний тухай болон Тэнгэрлэг Эцэгийнхээ оршихуйд хэрхэн эргэж очих талаар мэдэж авсан бөгөөд *эргэн очно* гэдэг нь бид өмнө нь Түүнтэй хамт байсан гэдгийг илэрхийлдэг болохыг ойлгосон юм. Тиймээс, эхлэлээс Адам, Ева хоёр энэ амьдрал бол бүх зүйл биш гэдгийг маш сайн мэддэг байжээ. Тэд Есүс Христийн Цагаатгалаар дамжуулан энэ амьдралын дараа амилуулагдаж, хэрэв дуулгавартай байвал мөнх амьдралыг хүлээн авах болно (Мосе 5:10–12-ыг үзнэ үү) гэдгээ мэддэг байсан ба үүнийг хүүхдүүддээ заадаг байсан.

Шашны бус онолууд үхлийн дараах амьдралын тухай итгэл үнэмшил бол зарим нийтлэг тохиолддог сэтгэл зүйн хэрэгцээний бие даасан үр дүн юм хэмээн үздэг. Гэхдээ үхлийн дараах амьдралын тухай өргөн тархсан ойлголт нь эхлэлээс илчлэгдэж, дараа нь үеэс үед дамжин өвөг дээдсээс эсвэл нийтийн дурсамжуудаас (хэрэв энэ нь мөнх бус байдлын өмнөх дурсамж биш бол) бүрэлдэн бий болдог. Ерөнхийлөгч Жозеф Ф.Смит (1838-1918) үхлийн дараах амьдрал гэх мэт нийтлэг итгэл үнэмшилд хамаардаг зарим шашны зан үйлийн тухай нэг удаа хэлэхдээ: “[Үүний] тухай мэдлэг нь Адамын үр удмаар дамжуулан бүх нутаг даяар, . . . Ноагаар дамжуулан бүх үндэстэн, улс орон даяар тархаж, түүний дараа амьдарч байсан хүмүүст үргэлжлэн хүрсэн нь лавтай” гэжээ (“Discourse,” *Deseret News*, 1873 оны 2-р сарын 19, 36).

Иймээс амьдралын дараах амьдралын тухай ойлголтын гарал үүсэл хүн төрөлхтний өөрийнх нь гарал үүсэлтэй давхацдаг учир ийнхүү нийтлэг байдаг.

## Тодорхой хийгээд эрхэм үнэнүүд

Бид хожмын үеийн гэгээнтнүүдийн хувьд, үхэл бол төгсгөл биш хэмээх өөрсдийн амьдралын тухай үнэнийг итгэлтэй гэрчилснээр дэлхий дээр Бурхангүй амьдарч байгаа хүмүүсийн амьдралд найдвар төрүүлэхэд тусалж чадна. Үүнээс гадна, бид илчлэгдэн сэргээгдсэн сайн мэдээний талаарх тодорхой хийгээд эрхэм үнэнүүдийн ачаар үхлийн дараах амьдралын тухай олон асуултад



хариулж чадна. Ийм цөөн асуултын хариултыг доор оруулав.

### **Биднийг нас барсны дараа яг юу болдог вэ?**

Биднийг нас барах үед бидний сүнс биеэсээ салж, дараа нь сүнсний дэлхийд очдог (Иаков 2:26; Алма 40:11-ийг үзнэ үү).

### **Бидний сүнс ямархуу харагддаг вэ?**

Бидний сүнсэн бие мөнх бус оршихуйн өмнөх амьдралд байсантай адил, төгс насанд хүрсэн хүний хэлбэртэй харагддаг (Ифер 3:16; *Teachings of Presidents of the Church: Joseph F. Smith* [1998], 131–132). Үхлийн дараа бидний сүнс үхэх үед маань байсантай адил хандлага, дур хүсэл, хүсэл мөрөөдлүүдтэйгээ сэргээгдэх болно (Алма 34:34-ийг үзнэ үү).

### **Сүнс гэж юу вэ?**

Бүх сүнс матери бөгөөд “илүү нарийн, эсвээс цэвэр” юм (С ба Г 131:7).

### **Сүнсний дэлхий ямар байдаг вэ?**

Сүнсний дэлхий дээрх сүнснүүдийн дунд диваажин ба сүнсний шорон гэгддэг хоёр үндсэн байдал эсвэл хэсэг байдаг. Зөв шударга сүнснүүд “өөрсдийн бүх бэрхшээлүүд мөн санаа зоволт хийгээд харамслаасаа амрах” диваажин руу явдаг (Алма 40:12). Есүс Христийн сайн мэдээг хараахан хүлээн аваагүй хүмүүсийн сүнснүүд сүнсний шоронд байна гэж яригддаг (1 Петр 3:18–20-ийг үзнэ үү). Тэд сайныг эсвэл хилэнцтийг сонгох, сайн мэдээг хүлээн авах эсвэл татгалзах эрхтэй хэвээр байх болно. Диваажин дахь сүнснүүд тэдэнд сайн мэдээг тунхаглаж болно (С ба Г 138-ыг үзнэ үү). Сүнс биенээс нь урт удаан хугацаанд салсан хүмүүс энэ салаалтыг “боолчлол” хэмээн үздэг (С ба Г 45:17; 138:50).

### **Тэнгэр гэж юу вэ?**

Тэнгэр нь ерөнхийдөө Бурханы оршдог мөн эцэст нь зөв шударга хүмүүсийн оршин амьдарч болох газар юм. Энэ ойлголтоор авч үзвэл, энэ нь сүнсний дэлхийн диваажингаас өөр.

### **Там гэж юу вэ?**

Судрууд дээр *там* нь: (1) “мөнх бус оршихуйд байхдаа дуулгаваргүй байсан хүмүүсийн сүнсний дэлхий дээр түр орогнох байр” эсвэл (2) “Есүс Христийн Цагаатгалаар гэтэлгэгдээгүй хүмүүсийн байнга оршин суух газар” байж болно (Судруудын удирдамж, “Там,” scriptures.lds.org). Ерөнхийдөө бол энэ нь сайн

мэдээнээс татгалзсан хүмүүсийн хүлээн авах нөхцөл байдал юм. Иосеф Смит: “Сүнсний дэлхийд очсон сүнснүүдийн агуу гаслан зовлон нь бусдын эдэлж буй тэрхүү алдар суут тэд өөрсдөө хүлээн авч болох байснаа мэдэх явдал бөгөөд эдгээр нь тэдний өөрсдийнх нь ялагч болдог” гэж заажээ (*Сүмийн ерөнхийлөгчдийн сургаалаас: Иосеф Смит* [2007], 253).

### **Амилуулалт гэж юу вэ?**

Амилуулалт бол сүнс мөн бие төгс хэлбэрээрээ, үхэшгүй байдалд дахин нэгдэх үйл явц юм (Алма 11:43-ыг үзнэ үү).

### **Ямар хүмүүс амилуулагдах вэ?**

Газар дэлхий дээр амьдарч байсан бүх хүн амилуулагдах болно (1 Коринт 15:22; Алма 11:44-ийг үзнэ үү).

### **Бид хэзээ амилуулагдах вэ?**

Хүмүүс өөр өөр цаг үеүдэд амилуулагдах болно. Есүс Христийн Амилалт нь эхний амилуулалтаар эсвэл зөвт хүмүүсийн амилуулалтаар эхэлсэн. Тэр цагаас хойш зарим зөвт хүн аль хэдийн амилуулагдсаар байгаа билээ. Есүс Христийн Хоёр дахь ирэлтийн дараа илүү олон зөв шударга хүн амилуулагдах болно. Мянган



жилийн үеэр бусад сайн хүн амилуулагдана. Мянган жилийн дараа ёсон бусчууд амилуулагдах болно. (С ба Г 76:32–112; 88:97–101-ийг үзнэ үү.)

#### **Амилуулагдсан биес ямархуу харагдах вэ?**

Амилуулагдсан биес яс, махтай (Лук 24:39-ийг үзнэ үү), үхэшгүй (Алма 11:45-ыг үзнэ үү), төгс (Алма 11:43-ыг үзнэ үү), алдар суут, үзэсгэлэнтэй байдаг. “Амилуулагдсан эрэгтэй эсвэл эмэгтэй хүнээс илүү үзэсгэлэнтэй харагдах юу ч байхгүй билээ” (Ерөнхийлөгч Лорэнзо Снөү, [1814–1901], *The Teachings of Lorenzo Snow*, ed. Clyde J. Williams [1996], 99).

#### **Амилуулалтын дараа бидэнд юу тохиолдох вэ?**

Бүх хүн амилуулагдаж, Мянган жил төгсгөл болсны дараа бид өөрсдийн үг хэл, үйл хэрэг, бодол, хүслийн дагуу шүүгдэхээр Бурханы оршихуйд аваачигдах болно (Йлчлэлт 20:12; Алма 12:14; С ба Г 137:9-ийг үзнэ үү). Есүс Христ бидний Шүүгч байх болно (Иохан 5:22, 27–29; Ром 14:10-ыг үзнэ үү).

#### **Эцсийн шүүлтийн дараа юу тохиолдох вэ?**

Эцсийн шүүлтийн дараа бид дараах мөнхийн шагналуудаас аль нэгийг хүлээн авах болно. Үүнд:

*Селестиел хаант улс:* Тэнгэрлэг Эцэг, Есүс Христ ба сайн мэдээний бүх гэрээг хийж, сахиснаар мөнх амьдралыг авах эрхтэй болсон тэд бүтдийн гэр орон (С ба Г 76:50–70-ыг үзнэ үү).

*Террестриел хаант улс:* Есүс Христийн сайн мэдээг хүлээн аваагүй боловч сүнсний дэлхийд байхдаа үүнийг хүлээн авсан эсвэл амьдралдаа Есүс Христийн тухай гэрчлэлдээ зоригтой байгаагүй тэдгээр сайн хүний гэр орон (С ба Г 76:71–80-ыг үзнэ үү).

*Телестиел хаант улс:* ёсон бус мөн Есүс Христийн сайн мэдээг хүлээн аваагүй, Мянган жилийн дарааг хүртэл амилуулагдаагүй хүмүүсийн гэр орон (С ба Г 76:81–89-ийг үзнэ үү).

*Төгсгөлгүй шийтгэл:* мөхлийн хөвгүүд болон чөтгөр, түүний элчүүдийн эцсийн байдал (С ба Г 76:31–49-ийг үзнэ үү).

#### **Хүмүүс селестиел хаант улсад юу хийх вэ?**

Селестиел хаант улсын хамгийн дээд зэрэглэлийг өвлөн авагчид өргөмжлөгддөг бөгөөд энэ нь мөнх амьдралыг хүлээн авч, Тэнгэрлэг Эцэгтэй адил болж, Эцэгт байгаа бүхнийг хүлээн авна гэсэн үг юм. Тэнгэрлэг Эцэгтэй адил болно гэдэг нь хайр, үйлчлэл гэх мэт Түүний төгс зан чанарыг олж авна гэсэн үг юм.<sup>1</sup> Энэ нь бас “үхэшгүй байдал хийгээд мөнх амьдралыг хүмүүнд тохиолгон авчрах” (Мосе 1:39) Түүний ажил болон алдар сууг хуваалцана гэсэн үг юм. Өргөмжлөл нь ариун сүмд мөнхөд лацдан холбогдох, мөнхийн гэр бүл болж амьдрах, мөнхөд сүнслэгээр өсөн нэмэгдэх зэргийг багтаадаг. (С ба Г 76:59, 62; 130:2; 132:19–23-ыг үзнэ үү.)

#### **Хүмүүс бусад хаант улсад юу хийх вэ?**

Бусад хаант улсад байдаг тэдгээр нь “улам илүү, мөн үлэмж, мөн мөнхийн жинтэй алдар сууд зохистой тэд бүтдийн тулд тохинуулах тэнгэр дэх тэнгэр элчүүд буюу тохинуулагч үйлчлэгчид болохоор томилогддог болой” (С ба Г 132:16). Тэд гэрлэж эсвэл өсөн нэмэгдэж үл чадна (С ба Г 131:1–4; 132:16–17-г үзнэ үү). ■

#### **ЭШЛЭЛ**

1. “Үйлчлэл бол бидний селестиел хаант улсад амьдрах эрхтэй болохын тулд энэ дэлхий дээр хийдэг зүйл биш юм. Үйлчлэл бол селестиел хаант улсад өргөмжлөгдсөн амьдрал үүссэн үндсэн шалтгаан, мөн чанар юм” (Ерөнхийлөгч Марион Ж.Ромни [1897–1988], Тэргүүн Зөвлөлийн хоёрдугаар зөвлөх, “The Celestial Nature of Self-Reliance,” *Ensign*, 1982 оны 11-р сар, 93).



*Бид Есүс  
Христийн  
Цагаатгалыг  
амьдралдаа  
хүлээн авс-  
наараа зүрх  
сэтгэлийн  
өөрчлөлтийг  
мэдрэхээр  
тууштай  
хичээж чар-  
майхдаа баяр  
баяслыг  
олдог билээ.*

# Зүрх сэтгэлийн ӨӨРЧЛӨЛТИЙГ МЭДЭРСЭН НЬ



Далын ахлагч  
Эдвард Дүби

Ээж маань өөрийнхөө амьдардаг, төв Зимбабвегийн тосгоноос бидэн дээр айлчлан ирэх үед анхны хүүхэд Рөүзмэри маань төрөөд удаагүй байв. Миний эхнэр Науми бид хоёр шинэхэн эцэг эх байсан учир ээжийг ирж байгаад маш их баярлаж байлаа. Бид хүүхдээ өсгөх талаарх бүх зүйлийг мэдэж авахыг хүсэж байв.

Ээж ирснийхээ дараа дугуй хэлбэртэй даавуун зүүлт гаргаж ирэв. Даавуун дотор домтой зүйл байгаа юм гэж ээж тайлбарлалаа. Ээж зүүлтийг Рөүзмэригийн хүзүүнд зүүлгэхээр зүүлт барьсан гараа Науми руу сунгав. Наумигийн эргэлзэж байгааг ойлгосон ээж маань: “намайг бага байхад миний ээж болон ээжийн минь ээж надад энэ домтой зүйлийг өгсөн. Энэ нь намайг бас танай нөхрийг, миний бүх хүүхдийг хамгаалсан юм. Энэ сахиус охиныг чинь өвчин зовлонгоос болон түүнд тохиолдож болзошгүй бүх төрлийн хараалаас хамгаална. Охин чинь амьдралд нь тохиолдох ямар ч саад бэрхшээлийг даван гарч чадна. Тэр таван нас хүртлээ үүнийг зүүх ёстой” гэж шуудхан хэллээ.

Би тэр үед салбарын ерөнхийлөгчөөр үйлчилж байсан бөгөөд гэнэт надад “манай салбарын гишүүд охины хүзүүн дэх энэ ‘домтой’ зүүлтийг хараад юу гэж бодох бол” гэсэн бодол зурсхийн орж ирэв. Дараа нь “бид үүнийг харагдахгүйгээр далдалж болох юм” гэж бодогдлоо. Науми руу харахад, түүний төрх байдал бид энэ бэлгийг хүлээн авах хэрэггүй гэдгийг илэрхийлж байв. Би ээжээсээ энэ зүүлтийг ил харагдуулахгүйн тулд жижиг, нарийхан болгож чадах уу гэж асуулаа. Энэ нь боломжгүй бөгөөд домтой зүйл нь миний бэлтгэсэн ийм хэлбэрээрээ байгаа үедээ хамгийн сайн хамгаалдаг гэж тэр хариулав.

Науми над руу харж, дургүй байгаагаа дахин тодорхой илэрхийлэв. Би ээж рүү хараад, орон нутагтаа салбарын ерөнхийлөгчөөр үйлчилж байгаа учир энэ зүүлтийг хүүхдэдээ зүүлгэх нь эвгүй байна гэж тайлбарласан юм. Энэ зүүлтийг зүүхгүй бол хүүхэд чинь үхнэ гэж ээж бидэнд анхааруулан хэлэв.

## Сандарч тэвдсэн мөч

Энэ үйл явдлаас хойш хэдэн долоо хоногийн дараа бидний бяцхан охин Рөүзмэри хүндээр өвдөв. Бидэнд түүнийг эмчид үзүүлэх мөнгө байсангүй. Шөнө болсон байлаа. Би тэр үед ээжийнхээ сэрэмжлүүлж хэлсэн зүйлсийн талаар бодож эхэлсэн юм. Би зүүлтийг авах ёстой байж дээ гэж бодож эхлэв. Би зүүлтийг аваад, Рөүзмэригийн хүзүүнд зүүчихдэг байж. Би сандарч тэвдэж байхдаа Их Эзэн Есүс Христэд итгэх итгэлээ бодитой болго хэмээх шаардсан намуун, зөөлөн дуу хоолойг сонслоо. Би тэр даруй ням гаргийн хамгийн сайн хувцсаа өмсөв. Би хүүхдээ гар дээрээ авч, санваарын адислал өгсөн юм. Би амар амгалан, тайвшралыг мэдэрлээ. Эхнэр маань ч мөн адил мэдрэх шиг надад санагдаж билээ. Бараг тэр даруй Науми, бяцхан Рөүзмэри хоёр маань тайвшран унтсан юм. Бидний охин Рөүзмэри эдгэрч зүгээр болов. Дараагийн хэдэн өдөр тэр аажмаар тэнхэрч, удалгүй бүрэн эдгэрсэн юм. Бид ийнхүү гайхамшигтай зүйлийн гэрч болсон билээ! Их Эзэн Өөрийн энэрэнгүй нигүүлслээр надад хүрч, Түүнд итгэх итгэлийг минь хүчирхэгжүүлсэн юм.

Би талархаж байсан ч бас бага зэрэг санаа зовниж байв. Би салбарын ерөнхийлөгчөөр үйлчилж байсан, эргэж ирсэн номлогч байсан ч Бурханд итгэхээсээ илүү хүмүүс юу ярих бол гэдэгт илүү анхаарал хандуулж байжээ (Мозая 4:9-ийг үзнэ үү). Тийм



ээ, хамгийн их хайрлан, хүндэлдэг ээж минь хүртэл бүх зүйлийг ухаарч ойлгож чадаагүй байсан. Би зөвхөн эргэж ирсэн номлогчоос ч илүү, салбарын ерөнхийлөгчөөс ч илүү байх ёстой байсан бөгөөд Алмагийн мэдэрснийг мэдрэхийн тулд өөрчлөгдөх хэрэгтэй байв.

### Хүчтэй өөрчлөгдөх мөч

Ёс бус хаан Ноагийн санваартан байсан Алма бошиглогч Абинадайг “Та нар ойлгохын тул зүрх сэтгэлээ зориулсангүй; тиймийн тул, та нар мэргэн байсангүй. Тиймийн тул, та нар энэ хүмүүст юу заах билээ?” (Мозая 12:27) хэмээх энэ нарийн асуултыг тавихад өөрийгөө илүү сайн дүгнэсэн байж болох юм. Яг Алмагийнх шиг “[миний] зүрх сэтгэлд хүчит өөрчлөлт” гарах (Алма 5:12) хэрэгтэй байв.

Алма хаан Ноагийн ордонд санваартан байсан учир эрх мэдэлтэй амьдралдассан байв. Тэр хүмүүсийн төлсөн татвараар амьдардаг байсан. Тэрээр эрх мэдэл, нэр хүнд бүхий албан тушаалд дуртай байсан юм. Тэр “сэтгэл зүрхнийхээ бардамналд хөөрсөн” (Мозая 11:5) хүмүүсийн нэг байв. Гэхдээ Алма Аврагчийн дэлхийд ирэх тухай буюу Түүний сургаал, зовлон тарчлал, үхэл, Амилалтын талаар мөн Есүс Христ бол “дэлхийн гэрэл хийгээд амь амьдрал болой; тийм ээ, хэзээ ч харанхуйлагдахгүй төгсгөлгүй тэрхүү гэрэл; тийм ээ, мөн түүнчлэн үхэл гэж цаашид байж үл болох, төгсгөлгүй амь амьдрал болой” (Мозая 16:9) гэдгийг мэдэж авах үедээ өөрчлөгдөхөд бэлэн байсан. Тэр шаардлагатай бол үхэхэд ч бэлэн байв.

Алма өөрт нь эсэргүүцэл тулгарч, амь насанд нь аюул нүүрлэсэн ч Абинадайг амар тайван явуулахыг Хаан Ноагаас зоригтой гуйж байв. Алмагийн үйлдлүүд түүний зүрхнээс гарсан бөгөөд тэр Их Эзэний бошиглогч Абинадайн үгсээс Аврагчийн хайрыг мэдэрсэн юм.

Ээж надад хүүхдийнхээ хүзүүнд хамгаалалтын зүүлт зүүж өгөхийг санал болгох үед би бусдад хэрхэн харагдах бол гэдэгт ач холбогдол өгч байв. Би салбарын гишүүд миний талаар юу гэж бодох бол гэдэгт санаа зовж байлаа. Би “зүрх сэтгэлийн хүчит өөрчлөлтийг” бүрэн мэдрээгүй байсан нь тодорхой байв. Би түүнээс хойш бидний амжилттай, аз жаргалтай байх нь бид сайн мэдээг зүрх сэтгэлдээ хэр бүрэн дүүрэн хүлээн авах хүсэлтэй байгаагаас шалтгаална гэдгийг ойлгосон юм. Бид жинхэнэ аз жаргал, баяр баясгалан, амар тайванг олохын тулд “Есүс Христийн цэвэр сайн мэдээ [бидний] зүрх сэтгэл рүү . . . Ариун Сүнсний хүчээр нэвтрэн орох ёстой”<sup>1</sup>

### Гэрчлэх боломж

Ийм өөрчлөлтөөр бүх зүйлд, хаана ч байсан Аврагчийн үлгэр жишээг дагах нь бидэнд бусдад хүрэх боломжийг олгодог. Алма ийн олон хүнд хүрч, хаан Ноагаас зугтсан хүмүүсийнхээ дунд Христийн Сүмийг байгуулсан хүчирхэг номлогч болсон юм.

Ээж маань өөрийг нь болон хүүхдүүдийг нь үргэлж хамгаалдаг байсан гэж итгэдэг байсан тэр домтой зүйлээ бидэнд өгөх үед түүнд сайн мэдээг хуваалцах боломжоо хэрхэн алдсаныг минь та нар анзаарсан уу? Би Есүс Христийн сайн мэдээг

*Би хүүхдээ гар дээрээ авч, санваарын адислал өгсөн юм.*



### ҮРГЭЛЖЛЭН ИРЖ БУЙ ХӨРВӨЛТ

“Бид Есүс Христэд итгэх итгэлээ нэмэгдүүлж, Түүний сайн мэдээнд амьдралынхаа туршид итгэлтэй байснаар байнгын хөрвөлтийг мэдрэх хэрэгтэй бөгөөд үүнийг зөвхөн нэг удаа хийх биш, тогтмол хийх хэрэгтэй.”

Арванхоёр Төлөөлөгчийн Чуулгын ахлагч М.Рассэлл Баллард, “Завиндаа үлдэж, чанга зууран барь!” 2014 оны 10-р сарын Ерөнхий чуулган, 101.







**Алма Абинадайг амар тайван явуулахыг хаан Ноагаас зоригтой гуйж байв.**

тунхаглаж, “тэдний зүрх сэтгэлийг өөрчилсөн, тийм ээ, тэр тэднийг гүн нойрноос сэрээсэн, мөн тэд Бурханы хувьд сэрсэн” (Алма 5:7) буюу яг л тэр Алма шиг Их Эзэний мутарт зэмсэг болж болох байсан.

Би ээж бид хоёрт тохиолдсон энэ үйл явдлын талаар тунгаахдаа хэрэв би Алматый илүү адил хариулсан бол юу болох байсан бол гэж боддог. Ээж маань Бурханд итгэх тухайд сэргэж, түүний өөрчлөлт ах дүүст маань эергээр нөлөөлж болох байсан. Энэхүү өөрчлөлт ах дүүсийн маань хүүхдүүдийн амьдралд, дараа нь тэдний үр удамд агуу ихээр нөлөөлж болох байсан.

Алмагийн хүчит өөрчлөлт зөвхөн түүний зааж гэрчилдэг байсан хүмүүст төдийгүй бас түүний хүүхдүүдэд болон үр удамд нь нөлөөлсөн юм. Түүний хүү Алма Зарахемлагийн нутагт болон гадна байгаа хүмүүст номлож байхдаа, Аврагч Есүс Христийн тухай эцгийнхээ гэрчлэлийг тэдэнд сануулсан юм:

“Болгоогтун, би та нарт хэлж чадна—Абинадайн амаар яригдсан үгсэд миний эцэг Алма итгээгүй гэж үү? . . .

“Мөн өөрийнх нь итгэлийн дагуу түүний зүрх сэтгэлд хүчит өөрчлөлт бий болгогдсон бөлгөө” (Алма 5:11–12).

Алматай адил залуу хүний хувьд, Абинадайн урилгаар эхэлсэн Бурханы үгийг ойгоход хэн нэгний зүрх сэтгэлд хэрэгжүүлэх энэ зүрх сэтгэлийн хүчит өөрчлөлт түүний аз жаргалын болон бусдад хүрэх амжилтын гол түлхүүр байсан юм. “Мөн болгоогтун, тэрээр та нарын эцэг өвгөдөд үгийг номлож, мөн түүнчлэн тэдний зүрх сэтгэлд ч хүчит өөрчлөлт бий болгогдож, мөн тэд өөрсдийгөө даруусган мөн үнэн болоод амьд Бурханд найдлагаа тавьсан бөлгөө. Мөн болгоогтун, тэд эцсийг хүртэл итгэлтэй байсан; тиймийн тул тэд аврагдав” (Алма 5:13).

## Байнгын өөрчлөлтийг бий болго

Өнөө үеийн олон залуу хүн Бурханы мэлмийд зөв болох зүйлийг сонгох эсвэл сайн мэдээний үнэний тухай тэдний мэдэж байгаатай адил зүйлсийг хуваалцдаггүй эцэг эх эсвэл асран хамгаалагчийнхаа хүссэнийг биелүүлэх гэсэн сонголтуудтай тулгардаг. Та ийм сонголттой тулгарсан үедээ өөрөөсөө “энэ шийдвэр миний ‘үйлүүд зөв шударгын үйлс байлаа’ (Алма 5:16) гэж

мэдрэхэд надад тусалж байна уу, энэ нь намайг ‘гэтэлгэх хайрын дууг дуулмаар’ санагдахад хүргэсээр байна уу гэж асуугаарай” (Алма 5:26).

Бид бүгд эцэг эхээ хайрлаж, хүндлэх ёстой ч хийх сонголтууд маань үр хүүхдэд минь төдийгүй үе удамд маань шууд нөлөөлөх болно гэдгийг мэддэг байх хэрэгтэй. Бидний зарим нь хаан Ноагийн зарц нараас зугтаж, хүнд хэцүү нөхцөлд сайн мэдээг заасан Алматый адил, дассан орчноосоо гарах ч шаардлагатай болж болох юм. Тэр зөвхөн өөрийн гэр бүлд төдийгүй бусдад өөрчлөлтийг авчирсан билээ. Зүрх сэтгэлийн өөрчлөлтийг мэдрэхийн тулд бусдын тухай бодож мөн “Бурханыг мэдэхгүй тэдний бодгалиудын аз жаргалын төлөө мацаг барих болон хүчирхэг залбиралд нэгдэх” (Алма 6:6) нь чухал юм.

Хэрэв би бяцхан охин Рөүзмэридээ санваарын адислал өгсөн ч гэсэн түүний өвчин эдгээгүй бол яах байсан бол? Их Эзэний: “Амиа ологч нь түүнийгээ алдах болно. Миний төлөө амиа алдсан нь түүнийгээ олох болно” (Матай 10:39) гэсэн зөвлөгөө надад агуу хүч чадал өгдөг.

Бид Есүс Христийн Цагаатгалыг амьдралдаа хүлээн авснаар зүрх сэтгэлийн өөрчлөлтийг мэдрэх тууштай хүчин чармайлгандаа баяр баяслыг олдог билээ. Би үүнийг мэдэж авсандаа талархдаг бөгөөд бидний Аврагч “бүх төрлийн өвчин мөн зүдгүүрүүд мөн уруу таталтуудыг тэвч[ин явсныг]; мөн энэ нь тэр өөрийн хүмүүсийн шаналал мөн өвчнүүдийг өөр дээрээ авах болно гэсэн тэрхүү үг биелэгдэж болохын тулд бөлгөө” (Алма 7:11) гэдгийг зүрх сэтгэлдээ мэддэг. Их Эзэн рүү харж, Түүний зөвлөгөөг дагасан үед жинхэнэ аюулгүй байдал, хамгаалалт ирдэг гэдгийг би мэднэ. ■

## ЭШЛЭЛ

1. Хэнри Б.Айринг, “We Must Raise Our Sights,” *Ensign*, 2004 оны 9-р сар, 16.

# УУХАЙ!

Г.Крэйг Кайсэр

*Нэгэн дөрвөн настай хүү ариун ёслолд шинэ арга замаар талархалтай хандахад надад тусалсан юм.*

Цугларагсдыг ариун ёслолын дуулыг дуулж дуусахад оюун бодол минь Аврагч дээр төвлөрч, дууны номоо хаахад хөгжим үргэлжилж байлаа. Тэр өдөр олон хүн ирсэн байсан учир пристүүдийг талхаа хувааж дуустал орган хөгжимчин дахин хоёр бадаг тоглох шаардлагатай болсон юм. Би илүү цаг гарсанд баяртай байлаа. Энэ нь ариун ёслолын залбирлаас өмнө бишрэл хүндэтгэлтэй бясалган бодох нэмэлт хормыг надад гаргаж өгсөн юм.

Би пристүүдийг Христийн бидний төлөө хийсэн золиослолын бэлгэдлүүдийг адислан залбирах үеэр тэдний хэлсэн үг бүрийг анхааралтай дагаж байв. Сүүлийн залбирлыг хэлж дуусаад, цугларагсдыг санал нэг байгаагаа илэрхийлэх яг тэр мөчид надаас хоёр эгнээний ард сууж байсан дөрвөн настай хүүгийн дуу “амен” гэх олон дуун дундаас ялгарч сонсогдоо.

Тэр “Уухай!” гэж уулга алдав.

Түүний амнаас өөрийн эрхгүй гарсан энэ үг ойр хавийн хүүхдүүдийг инээлгэхээр чанга байв. Энэ нь намайг ч бас инээмсэглэхэд хүргэснийг нуух юун.

“Уухай гэнэ үү?” гэж би бодлоо. Энэ бол ариун ёслолын залбирлын хувьд их хачин хариулт байлаа. Энэ нь миний өмнө нь хэзээ ч сонсож байгаагүй бас хэзээ ч дахин сонсохгүй тийм хариулт байсан нь ойлгомжтой. Тэгээд энэ бүхний эцэст бид залбирлаа “амен” гэж дуусгасан. . . .

Тэр бяцхан хүү миний мэддэг үнэнээс ч илүү их зүйлийг ойлгосон байж болох юм.

*Уухай* гэдэг нь сэтгэл хөдлөлийг илэрхийлдэг. Хөөрч баярласан, ихэвчлэн ялан дийлсэн үед ингэж уухайлдаг. Зарим үед хэцүү даалгаврыг сайн хийж дуусгасан хэн нэгнийг дэмжиж буйгаа харуулахын тулд мөн ийнхүү уухайлдаг.<sup>1</sup>

Гэнэт миний оюун бодолд нэг санаа орж ирэв. Тийм ээ, Есүс Христ бид бүгдийг амилуулагдаж болохын тулд үхлийг ялан дийлсэнд нь уухайлмаар санагдлаа. Түүний Цагаатгалын ачаар Тэр бидний гэм нүглийг өршөөж чадна гэдэгт уухайлья! Үүнээс гадна, Тэр *миний* гэм нүглүүдийг өршөөж чадна! Түүний ач ивээлээр дамжуулан би Тэнгэрлэг Эцэгтээ эргэн очиж, мөнх амьдралын найдварт баясаж болох болсонд уухайлья! Тийм ээ! Уухай!

Ийнхүү дотроо Тэнгэрлэг Эцэгтээ эдгээр талархлын магтаалыг хашгирах үед Ариун Сүнс намайг бараг уйлтал зүрх сэтгэлийг минь баяр хөөрөөр дүүргэсэн юм. Би тэр өдөр бяцхан хүүхдээр удирдуулж (Исаиа 11:6-г үзнэ үү), өөрийнхөө амьдралд байдаг Аврагчийн Цагаатгалын адислалуудыг шинээр олж харсандаа баяссан билээ. ■

*Зохиогч нь АНУ-ын Орегон мужид амьдардаг.*

## ЭШЛЭЛ

1. Merriam Webster's Collegiate Dictionary, 11 дэх удаагийн хэвлэлээс (2003), “hooray” гэдэг үгийг харна уу; мөн en.wiktionary.org/wiki/hooray-г үзнэ үү.



# НАМАЙГ ҮЙЛЧИЛЖ БАЙХАД Л ЛАВ БОЛОХГҮЙ!

Брэтт Ж.Портэр

*Бидний амжилтын түлхүүр бол залуу эрэгтэйчүүдэд үйлчилж байхдаа тэднийг хайрлах явдал байв.*

Хүү нь Залуу эрэгтэйчүүдийн бүлэгт явдаг байсан нэгэн гэр бүлтэй би ойр дотно байсан юм. Түүнийг дикон байх үед нэгэн үйл ажиллагааны үеэр удирдагч нь түүнийг шийтгэж, үе тэнгийнхнийх нь өмнө ичгэвтэр байдалд оруулжээ. Үүнээс болж тэр залуу эрэгтэйд нэр хүндээ алдсан мэт санагдаж, үйл ажиллагаануудад оролцохоо болин, тойргоосоо гадуур найзуудтай болохыг эрэлхийлдэг болсон ажээ.

Энэ явдал надад гүн гүнзгий нөлөөлсөн юм. Хэрэв би залуу эрэгтэйчүүдтэй ажиллахаар дуудагвал ийм зүйл намайг үйлчилж байхад л лав болохгүй гэж шийдсэн. 2 жилийн дараа би диконуудтай ажиллахаар дуудагдав.

Би хэдэн сарын дараа сахилга батын хувьд байнга асуудалд ордог нэгэн залуу эрэгтэйтэй ажилласан юм.

Би сүүлд нь түүний үйлдлүүдийн талаар “Чиний үйлдлүүд дээд цэгтээ тулаа.” “Үүнээс хэтэрч болохгүй” гэж хэлсэн.

Тэр үүнийг тоолгүй, дахин алдаа гарган, бид жаахан ам зөрж, тэгээд тэр яваад өгөв.

Би дараа нь тэрхүү үл ойлголцлыг шийдвэрлэхээр түүнтэй ярилцлаа. Би “Дэвид, би чамд хайртай, чи бол сайн залуу эрэгтэй, гэхдээ чиний хийдэг зарим зүйл надад таалагддаггүй. Бусад залуу эрэгтэй чамайг удирдагчаа гэж хардаг.

Хэрэв тэд чамайг ямар нэгэн зохисгүй зүйл хийж байгааг харвал тэд ч бас оролдож үзэхээр шийднэ шүү дээ” гэлээ.

Бид асуудлаа шийдэж, тэр ч хүлээн зөвшөөрөв. Бид удирдагчдын хувьд түүнд зарим хувийн асуудлаа зохицуулахад нь тусалсан. Тэр 14 нас хүрээд өөрийг нь багшаар томилохыг надаас хүссэн юм. Олон жил өнгөрсөн ч одоо тэр намайг харах тоолондоо чанга тэвэрч, Залуу эрэгтэйчүүдийн бүлэгт байсан цаг үеэ бахдан ярьдаг.

Бид залуу эрэгтэйчүүдийг хайрлаж, тэдэнтэй хамт байгаадаа баяртай байгааг тэд мэддэг. Тиймээс би зөвлөхүүдтэйгээ хамт залуу

эрэгтэйчүүддээ чин сэтгэлээсээ анхаарал тавьдаг байсан юм. Бид номон дээр байгаа гэдэг үүднээс энэ үйл ажиллагаануудыг хэзээ ч хийдэггүй байсан. Бид залуу эрэгтэйчүүдийн ямар нэгэн чадварт суралцаж, өсөж хөгжиж, хөгжилтэй байна гэж үзсэн үйл ажиллагааг хийдэг байсан.

Нэг удаа манай залуу эрэгтэйчүүдийн дунд, эцэг эх нь манай хөтөлбөрийг сонирхдоггүй нэгэн залуу эрэгтэй байв.

“Зүгээр ээ,” “Гэхдээ хүү чинь энд ирж, суралцаж, хөгжилтэй байхад та хоёр дургүйцэхгүй биз дээ” гэж би тэдэнд хэлсэн юм.

Эцэг эх нь хүүг бүх үйл ажиллагаанд оролцохыг зөвшөөрөхөөс өмнө бид түүнийг хөтөлбөрүүддээ хамруулж байлаа. Тэд хүү нь суралцаж, хөгжилтэй байгааг харсан. Дараа нь тэр бүрэн цагийн номлолд үйлчилсэн юм. Түүний дүү ч гэсэн оролцож эхэлсэн ба номлолд бас үйлчлэв.

Бид залуу эрэгтэйд анхаарал хандуулдаг удирдагчид, суралцаж, өсөж хөгжин, эцэст нь номлолд үйлчилж буй залуу эрэгтэй нарын хоорондын харилцан хамаарлыг олж харсан. Өсөж хөгжиж буй залуу эрэгтэйчүүдийг харах нь таатай бөгөөд тэдэнтэй хамт суралцахад сайхан байдаг. Бидний амжилтын түлхүүр бол тэдэнд үйлчилж байхдаа тэднийг хайрлах явдал байв. ■

*Зохиогч нь АНУ-ын Калифорни мужид амьдардаг.*



## БҮГД БОШИГЛОГЧООС СУРАЛЦАЖ ЧАДНА

**Б**и 17 настай байхдаа АНУ-ын Хавайн Кайлуа-Конагийн дэн буудалд ажилладаг байв. Үйлчлэгчээр ажиллаж байхдаа би зочид буудалд буудалласан олон алдартай хүмүүсийг, тэр дундаа Жон Уэйн, Дороти Ламор, Эстер Уильямс нарыг харж байсан.

Би нэг орой зочдын ихэнхийг хүлээн авсны дараа зочид буудлынхаа урд түр амарч байв. Хар лимузин замын хажууд зогсож, хар өмд, цагаан цамц, зангиатай 7 эрэгтэй машинаас буув. Хар костюмтай өөр нэг эрэгтэй тэдэнтэй хамт явж байлаа. Жолоочийг машинаа зогсоолд байрлуулсны дараа тэд бүгд оройн хоол идэхээр хоолны өрөөнд орцгоов. Би өрөөний үйлчилгээний дуудлагууддаа үргэлжлүүлэн хариулахаар дотогшоо буцаж орохдоо тэднийг Холбооны мөрдөх товчооньхонтой адил харагдаж байна гэж бодсон юм.

Бараг нэг цаг орчмын дараа миний түрүүчийн харсан нөгөө хүмүүсийг замын хажууд тавьсан лимузин рүүгээ очихоор гарч явах үед би зочид буудлынхаа гадна талд тамхи татаад зогсож байв. Тэд явган хүний замаар алхаж, машин руугаа очоод, хар костюмтай хүнийг суулгахаар арын хаалгыг нээв. Хар костюмтай хүн машиндаа суухын оронд зогтусан, барилгын хана налан зогсож байсан над руу эргэж харан, хүрч ирлээ.

Тэр өндөр, туранхай, төмөр утсан хүрээтэй шил зүүсэн, жижиг цагаан ямаан сахалтай хүн байв. Тэр надтай гар барихаар нэг гараа сунгаж, нөгөө гараа миний мөрөн дээр тавилаа. Ийм хүндтэй хүн өөрийнхөө огт танихгүй залуу

дээр ирж, надтай ярилцсанд би гайхаж орхив.

Тэр миний тамхи руу заан, “Ийм зүйлүүд чамд муу шүү” гэж хэлснээс бусад бүх үгийг би санадаггүй юм. Түүний сайхан сэтгэл, биеэ авч яваа байдал надад гүн сэтгэгдэл үлдээж билээ.

Жилийн дараа би номлогчдоос хичээл авч, баптисм хүртэв.

Би Сүмийн удирдагчдын зургийг харж байхдаа Сүмийн ерөнхийлөгч Жорж Албэрт Смитийн (1870–1951) зургийг анзаарч, миний дэн буудлын өмнө уулзаж байсан сайхан сэтгэлтэй, хүндтэй хүн мөн болохыг шууд таньсан юм. Би Сүмийн ерөнхийлөгч над шиг хэн нэгэнд,

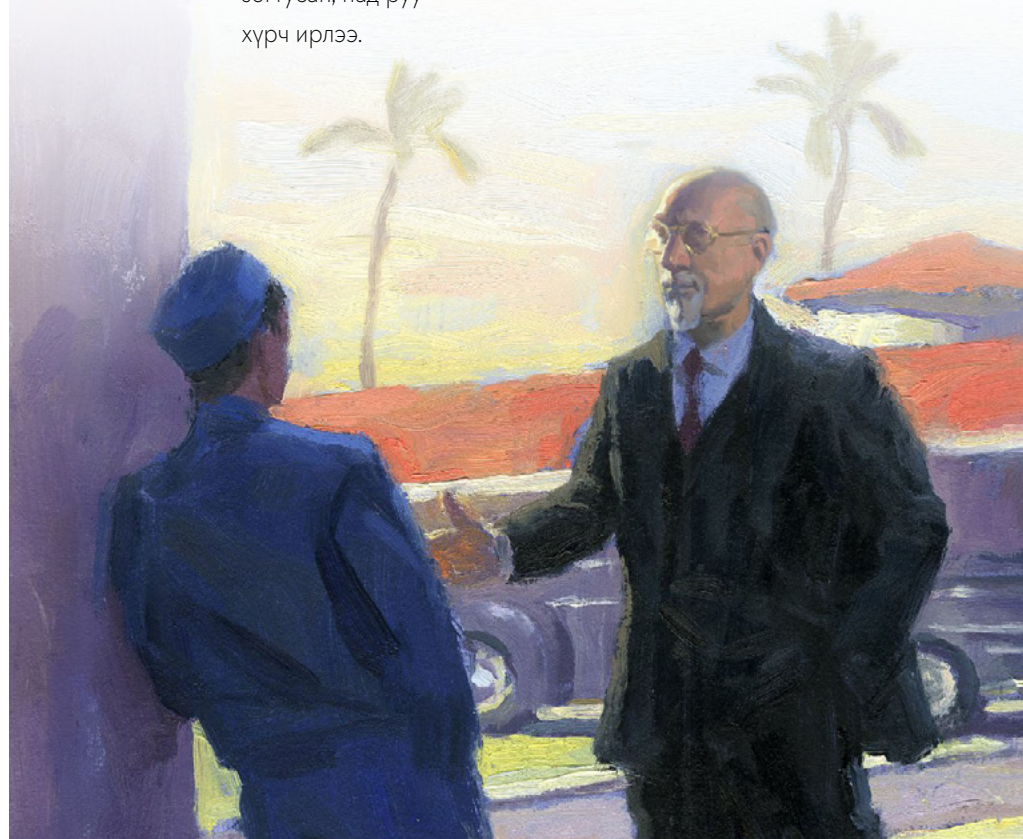
Сүмийн гишүүн биш, ямар нэгэн онцгой ач холбогдолгүй нэгэн хүүд ийм зүйл хийсэнд илүү их сэтгэл хөдөлсөн.

Үл анзаарагдам ажилд ажиллаж байсан, сайн мэдээний тухай ямар ч ойлголтгүй эсвэл Тэнгэрлэг Эцэгийн биднийг гэсэн тэр хайрыг огт мэддэггүй байсан залуу хүүт ингэж хайрлан, санаа тавьсан тэр хүн ямар агуу гээч.

65 жилийн дараа би анхаарал халамж, хайрын тухай ойлгодог болж, ерөнхийлөгч Смитийн намайг харсан шиг эргэн тойрондоо байгаа хүмүүсийг харахаар хичээж байна. ■

Ахмад Хэнри Сэрион,  
АНУ-ын Хавай муж

**Х**ар костюмтай хүн машиндаа суухын оронд зогтусан, над руу хүрч ирлээ.



## ЭНЭ НЬ ҮНЭХЭЭР ҮНЭ ЦЭНТЭЙ ГЭЖ ҮҮ?

Манай дөрвөн настай хүү Көүлтон Хүүхдийн хэсгийн багшийнхаа өгсөн, удахгүй болох Хүүхдийн хэсгийн хөтөлбөр дээрх өөрийнх нь дүрийг бичсэн жижигхэн цаасыг бахархалтай гэгч нь үзүүлэв. Бид хоёр долоо хоногийн дараа энэ хөтөлбөрийг тоглогдохоос өмнө долоон үгтэй нэг мөр үгсийг түүнд заах үүрэгтэй байлаа.

Бид даваа гаргийн орой гэр бүлийн үдшээ бүхэлд нь давтлаганд зориулав. Көүлтон маасайтал инээн, олон удаа давтсан бөгөөд эхнэр бид хоёр “Битгий марзганаад бай,” “Тод ярь” гэх мэтээр зөвлөсөөр байв.

Бид бүх чадлаараа хичээсэн ч эхэлснээсээ дээрдсэн гэдэгт эргэлзэж байлаа.

Дараагийн ням гаргийн өглөө сүмд явахаар бэлтгэх үед алга болсон хоёр оймсоо хайх, шүд нь цухуйж байгаа найман сартай хүүхдээ бөөцийлөх, уйлсан дөрвөн настай хүүхдээ аргадах гээд ажил мундахгүй байв.

Цуглаан эхэлсэн байсан ба намайг уйлж байгаа хүүхэдтэйгээ танхим руу хоёр дахь удаагаа ороход нээлтийн дуу бараг дуусаж байлаа. Хоорынхныг дуулахаар

зогсоход би гэр бүлийнхний маань хэн нь ч анхаарал тавьж байгаа гэдэгт итгэж найдахааргүй болсон ба зүгээр л цуглаан бушуухан дуусаасай гэж бодож байв.

Эцэст нь амен гэж хэлсний дараа би уужирч, уртаар амьсгаа авав. Би энэ амжилтаа тэмдэглэхдээ “Энэ нь үнэхээр үнэ цэнтэй гэж үү?” гэж бодохгүй байж чадахгүй байлаа. Бид үнэхээр долоо хоног бүр хүүхдүүдээ сүмд авчирснаар ямар нэгэн дэвшил гаргаж байгаа гэж үү?

Арванхоёр Төлөөлөгчийн Чуулгын ахлагч Дэвид А.Бэднарийн үгс миний санаанд орж ирсэн юм. Тэрээр: “Бэднар эгч бид хоёр шударга зан төлөвийг заахаар хичээнгүйлэн хөдөлмөрлөдөг байсан ч заримдаа бидний хүсэн хүлээсэн сүнслэг байдалд хүрч чаддаггүйгээс шантрах үе байдаг байсан. . . .

Бэднар эгч бид хоёр хөвгүүддээ аль нэг хичээлийн эсвэл тодорхой нэг судрын агуулгыг ойлгуулах нь эцсийн үр дүн гэж боддог байв. Гэхдээ тийм үр дүн биднийг судраас судлах юм уу залбирах эсвэл суралцах болгонд гараад байдаггүй. Бидний ажил үйлс, зорилго тэмүүлэл

байнгын шинжтэй байсан нь хэдийгээр тухайн үед бид бүрэн дүүрэн анзаарч байгаагүй ч хамгийн агуу сургамж болж байсан биз ээ (“Гэр орондоо анхаарал төвлөрүүлж, санаа тавьж байх нь,” 2009 оны 10-р сарын Ерөнхий чуулган, 18).

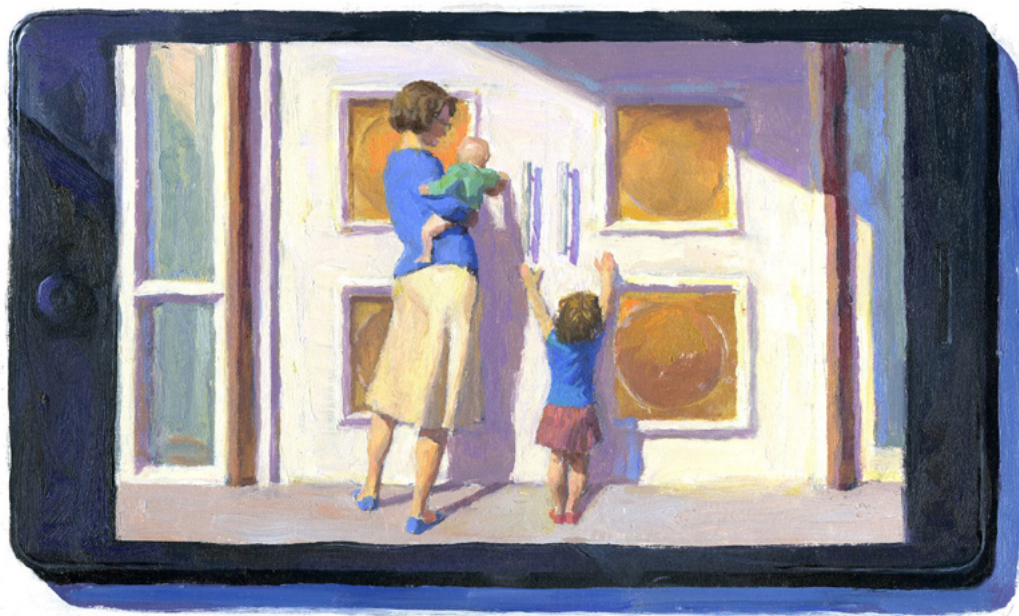
Би шинэ итгэл найдвар тээн гэртээ эргэн ирээд, хүүтэйгээ дахин дахин давтав. Түүний үгээ хэлэх мөч ирэхэд бид түүнийг “Есүс Христ бол Бурханы Хүү” хэмээн тод бөгөөд итгэлтэй хэлэхийг сонссондоо доглон баярлаж билээ.

Бид өмнө нь түүнийг энэ мөрийг олон удаа хэлэхийг сонссон байсан ч гэрээсээ өөр газарт энэ үгсийг сонсох өөр төдийгүй бүр гайхалтай байсан юм.

Бяцхан хүү маань өсөж торнин, эр хүн болох хүртэл бидэнд заах зүйлс маш олон байгаа. Гэхдээ тэр хэзээ нэгэн өдөр гэрээсээ өөр газарт байхдаа “Есүс Христ бол Бурханы Хүү” хэмээх энэ мөрийг өөрөө дахин санаж болохын тулд бид цуглаанууддаа оролцож, гэр бүлийн үдшээ хийн, өдөр бүр залбирахдаа чадлынхаа хэрээр хичээсээр байх болно. ■

Брандон Комсток, АНУ-ын Юта муж





Калли хүүхдүүдээ  
ариун сүмд гарыг  
нь хүргэж үзүүлэхээр  
тэднийг авч явахыг  
хүсэж байв.

## АРИУН СҮМД СҮНС МЭДЭРСЭН НЬ

Надад АНУ-ын Невадагийн Лас Вегас амьдардаг охин Калли дээрээ айлчлах боломж гарсан юм. Охин маань тэнд нөхөр, хоёр хүүхдийнхээ хамт нүүж очоод удаагүй байлаа. Каллигийн тойрог үдээс хойш цуглардаг байсан учраас бидэнд сүмдээ бэлдэх мөн сүмийн дараа юу хийх талаараа ярилцах сайхан цаг гарсан юм. Калли тэндхийн ариун сүмд хараахан очиж амжаагүй байсан тул бид ариун сүм рүү явж, ариун сүмийн талбай дээр хүүхдүүдийнхээ зургийг авахаар шийдэв.

Бүх ариун сүмийн адил Лас Вегас Невада ариун сүмийн талбай үнэхээр сайхан бөгөөд үзэсгэлэнт усан оргилуур, цэцэгстэй байлаа.

Калли ерөнхийлөгч Томас С.Монсоны ярьсан нэгэн түүхийг уншсаныхаа дараа, хүүхдүүдээ ариун сүмд гарыг нь хүргэж үзүүлэхээр тэднийг авч явахыг хүсэж байв ("Finding Peace," *Liahona*, 2004 оны 3-р сар, 5–6-г үзнэ үү). Тэр эхлээд охин Стэллада ариун сүмийн

ариун нандин байдал ба чухал ач холбогдлыг тайлбарлав.

Стэлла ямар ч гурван настай хүүхдийн адилаар сайн ойлгож байсан ба бид түүнийг ариун сүмд гараа хүргэхийг ятгалаа. Бид Стэллагийн болон ариун сүмд гараа хүргэж байгаа гурван сартай дүүгийнх нь хэдэн зургийг авав.

Бидний явах цаг болоход ялангуяа Стэлла явах дургүй байлаа. Бид яагаад гэдгийг нь ойлгож байв. Бид тэр сайхан орчинд цагийг гайхалтай өнгөрөөсөн бөгөөд тэр бидэнтэй адил сүнсийг мэдэрсэн нь гарцаагүй.

Түүнийг машинд суулгаж, бүсийг нь бүсэлсний дараа бид хөдөллөө. Би эргэж хараад, даллан, "Баяртай, ариун сүм гэж хэлээрэй" гэж Стэллад хэлэв. Тэр ариун сүм рүү харан, даллаад, "Баяртай, ариун сүм ээ. Баяртай, өвөө" гэж хэлсэн юм. Би түүнийг зөв сонссон эсэхдээ эргэлзэж байсан ч Калли руу хараад, нүдэнд нь нулимс цийлэгнэсэн байсныг олж харсан ба бид хоёр адилхан зүйл сонссон болохыг ойлгосон.

Стэллагийн өвөө болох миний нөхөр Тим Стеллаг төрөхөөс дөрвөн жилийн өмнө өөд болсон байв. Тэр түүний зургуудыг харж, түүний тухай гэр бүлийнхнийхээ яриаг сонсож байсан нь мэдээж боловч тэр өдөр бид өвөөгийнх нь тухай огт яриагүй байсан юм.

Тимийг нас барах үед бид ердөө ганцхан ачтай байсан. Харин одоо бид 12 ач, зээтэй болсон. Би Тэнгэрлэг Эцэгийнхээ оршихуйг орхиод удаагүй байгаа эрхэм нандин шинэ хүүхдүүдээ тэврэх тоолондоо "Чи өвөөтэйгөө уулзсан уу? Тэр чамд ямар зөвлөгөө өгч, явуулсан бэ?" гэж асуухыг хүсдэг.

Тэр өдөр ариун сүмийн ариун нандин байдлын талаарх миний гэрчлэл хүчирхэгжсэн. Бид бяцхан хүүхдүүдийг дотогш авч орж болохгүй ч тэднийг хаалга хүртэл авч очиж, тоо томшгүй олон зохистой гишүүний Их Эзэний өргөөнд орохдоо татсан хаалганууд дээр гараа хүргэхийг нь зөвшөөрч болно. ■ Кати Россиэр, АНУ, Калифорни муж

# МИНИЙ ХУВЬД ЮУ ХАМГИЙН ЧУХАЛ БАЙСАН БЭ?

Коллежийн 3-р курсийн талд нь Корж байтал түрээс, хэрэглээндээ зориулан хадгалсан мөнгө маань зуныг давахад хангалтгүй болохыг би ойлгосон юм. Энэ бол дараагийн семестрийнхээ төлбөрийг олохоор ажиллаж болох жилийн тохиромжтой мөч байв. Би дэлгүүрийн туслахаар ажиллах хагас цагийн ажилтай болов.

Миний ажлын хуваарь ням гарагт ажиллахаар болж өөрчлөгдөх хүртэл бүх зүйл сайн байлаа. Ажлын ярилцлагын үеэр дэлгүүр ням гарагт амардаг байсан учраас би ням гарагт ажиллахгүй талаараа юу ч хэлээгүй байсан юм. Гэхдээ тэр ажил миний хувьд чухал байсан бөгөөд ажил маань ч надад таалагдаж байлаа. Би нэг найзтайгаа хамт ажилладаг байсан ба бид хоёр, хоёр ням гаргаар ээлжлэн ажиллаж болж байв. Энэ нь надад зарим Сүмийн цуглаандаа оролцож мөн дуудлагат ажлаа хийх боломжийг олгож байв.

Гэхдээ би удалгүй энэ хуваариар үргэлжлүүлэн ажиллаж болохгүй гэдгээ ойлгосон юм. Би хэдийгээр бүх ням гарагт ажиллахгүй байсан ч ням гаргийн үүрэгт ажлуудаа гүйцэтгэх боломжгүй байгаагаа мэдэрч байв. Би энэ нөхцөл байдлаа өөрчлөхийн тулд юу хийж болохоо өөрөөсөө асууж эхлэв. Би ахлах ажилтнуудынхаа зүрх сэтгэлийг зөөдрүүлэх боломж өгөхийг гуйж залбирсны дараа 1 Нифай 7-г уншсан. Би Нифай ах нарынхаа зүрх сэтгэлийг зөөдрүүлэхээр залбирсан 19-р шүлгийг уншсанаа санадаг. Эцэст нь, би ням гарагт ажиллахгүй байх талаар ажил олгогчидтойгоо ярилцах боломжтой болов.

Би Есүс Христийн Хожмын Үеийн Гэгээнтнүүдийн Сүмийн гишүүн гэдгээ ахлах ажилтнууддаа хэлсэн бөгөөд тэд хожмын үеийн гэгээнтнүүд юунд итгэдэг талаар надаас асуулаа. Намайг ням гарагт амарч болох эсэхийг тэднээс асуухад тэд зөвшөөрсөнгүй. Тэд намайг хамгийн анх ярилцлаганд орохдоо долоо хоногийн ямар ч өдөр ажиллах боломжтой гэж хэлснийг мөн ямар ч шашны талаар дурдаж байгаагүйг онцолсон.

Нэгэн ням гарагт намайг Сүмийн цуглаанаасаа ажил руугаа яаран гарч явах хүртэл ямар нэг өөрчлөлт гаралгүй, хэдэн сар өнгөрлөө. “Чамд юу нь хамгийн чухал вэ?” гэж би өөрөөсөө асуув. Сүм, сайн мэдээ, миний дуудлагын үйлчлэл, ням гаргийн цуглаандаа зүрх сэтгэлээрээ оролцох ба үг, үйл хөдлөлөөрөө шавь байх гэх хариулт тэр даруй, мартахын аргагүй байдлаар ирсэн юм.

Нэгэн ням гарагт би Сүмийн цуглаанаасаа ажил руугаа яаран гарав. “Чамд юу нь хамгийн чухал вэ?” гэж би өөрөөсөө асуув.

Би ням гарагт ажиллахгүй байх талаар дахин асууж үзье, гэхдээ тэд хоёр дахь удаа надад татгалзвал халагдах өргөдлөө авч ороод, өгье гэж шийдэв.

Би залбирсан, мацаг барьж, найзуудаасаа урмын үгтэй мессежүүд хүлээн авсан байлаа.

Ярилцлагын үеэр миний зүрх түргэн түргэн цохилж байсан ч би зөв зүйл хийж байгаагаа мэдэж байсан учраас тайван байсан. Энэ удаад ахлах ажилтан маань зөвшөөрөв. Миний залбирал хариулагдсан юм. Би гэртээ харингуутаа халагдах өргөдлөө урж хаяв.

Би энэ туршлагаас олон адислал хүлээн авсан ч шууд болон бодитоор ирсэн нь ажлаа ч хийж, хүндэтгэлийн өдрийг ч ариунаар нь хадгалах боломжтой болсон явдал байлаа. Би үүний төлөө Их Эзэнд үнэхээр их талархдаг. ■

Элеонора Соннэллини,  
Италийн Трийстэ





Далын ахлагч  
Дэвид Ф.Эванс

# Шаргуу байдал ба шавь байх нь

Нэгэн онлайн толь бичиг *шаргуу байдал* гэх энэ үгийг “цөхрөлтгүй, хичээнгүй ба зориг шийдэмгий байдал” хэмээн тодорхойлсон байдаг. Энд бас “Шаргуу байдал нь зүгээр л бууж өгөхгүй, зорьсондоо хүрэх хүртлээ хичээсээр байдаг, хэн нэгэн хүнд харагдаг зан чанар юм”<sup>1</sup> хэмээн хэлжээ.

Аврагчийн жинхэнэ шавь болж мөн жинхэнэ сайн зорилгууд болох агуу номлогч байх, боловсрол эзэмших, мөнхийн ханиа олох, гэр бүлтэй болох гэх мэт Тэнгэрлэг Эцэгийн биднийг мөнх амьдралд бэлтгэхийн тулд биелүүлээсэй хэмээн хүсдэг эдгээр зорилгод хүрэхийн тулд бидэнд шаргуу байдал хэрэгтэй. Бидний бүх зүйлд шаргуу байх чадвар нь Бурханы биднээс болж чадна, болох ёстой гэж хүсдэг охид, хөвгүүд нь болох эсэхийг шийдэх юм.

Өнөө үеийн бүрэн цагийн номлогчдыг “Сүмийн түүхэнд үйлчилж байсан номлогчдоос хамгийн агуу үеийнхэн” хэмээн нэрлэж, Хиламаны 2000 залуу дайчинтай харьцуулж байна.<sup>2</sup> Эдгээр залуу эрэгтэйн гайхалтай зан чанар, уйгагүй итгэл, хичээл зүтгэлээс үл

хамааран “миний хоёр мянга жараас цус алдсанаас ухаан алдаж унасан нь хоёр зуу байлаа; гэсэн хэдий ч, Бурханы сайн сайхны дагуу, мөн бидний үлэмж гайхшрал мөн түүнчлэн бүх их цэргийн маань баяслыг төрүүлэн, тэднээс мөхсөн бодгаль нэгээхэн ч байсангүй; тийм ээ, бас тэдний дунд олон шарх аваагүй нэг ч бодгаль байсангүй” (Алма 57:25) хэмээн тэдний удирдагч Хиламан хэлсэн байдаг.

Хамгаалагдан үлдсэн нь “тэд итгэхээр сургагдсан түүндээ итгэх үлэмж итгэлийнхээ улмаас буюу, үүнд—шударга Бурхан гэж буй, мөн эргэлзээгүй хэн боловч, тэд түүний гайхамшигт хүчээр хамгаалагдан үлдсэн байна гэдэгт бөлгөө” (Алма 57:26).

Хиламан тэдний тухай: “тэд залуу, мөн тэдний оюун нь өөрчлөгдөшгүй, мөн тэд Бурханд найдлагаа үргэлж тавьдаг бөлгөө” (Алма 57:27) хэмээн хэлжээ.

Бид ч бас ийм байх ёстой. Амьдралд бороо орж, үер бууж, шуурга шуурч, салхи үлээн, биднийг болон бидний орон байрыг цохих үед итгэл маань хүчтэй байх уу, бид Бурханд итгэсээр байх уу гэдгээ бид

**Бурханд болон  
Түүний амлалтуудад  
итгэлтэй байж,  
хэн ч мэдэхгүй  
байсан ч бүх цаг  
үед зөвийг хий.**

шийддэг. Саад бэрхшээл тохиолдох хүртэл юу ч сорилт биш байдаг.

## Бүү бууж өг

Хэдэн жилийн өмнө миний эхнэр Мэри бид хоёр Японы Нагояа номлолыг тэргүүлж байв. 2000 залуу дайчныг дүрсэлдэг *эрэлхэг, зоригтой, хүчтэй, идэвхтэй* мөн *үнэнч* гэх нэр томъёонууд нь (Алма 53:20-ийг үзнэ үү) бидэнтэй хамт үйлчилж байсан номлогчдыг ч бас дүрсэлдэг юм. 2000 залуу дайчны зарим нь *ухаан алдсан* хэмээх өөр нэгэн





тодорхойлолт нь (Алма 57:25-ыг үзнэ үү) бас манай зарим номлогчийг дүрслэн хэлдэг.

Номлол бол амар зүйл биш. Амьдрал ч гэсэн мөн адил. Бүгд л ямар нэг хэмжээгээр гэмтэж, бэртэж байдаг. Энэ гэмтлийн зарим хэсэг нь шийдвэрлэгдээгүй зөрчлөөс үүдэлтэй. Зарим нь гэнэтийн арга замаар эсвэл өвчний улмаас ирж болно. Зарим нь бидний хайртай хүмүүс Есүс Христийн сайн мэдээнээс татгалзахад эсвэл үнэн гэж мэддэг зүйлдээ итгэлгүй болох тэр үед ирдэг. Гэхдээ бид энэ бүх зүйлээр дамжуулан Бурханд ирж, Аврагчийн шавь болон өсөж хөгждөг билээ. Бидний зүрх сэтгэл өөрчлөгдөж, биднийг нүгэл, эргэлзээнээс илүүтэй зөв шударгыг сонгосоор байгаа үед энэ өөрчлөлт байнгын болж хувирдаг.

Эдгээр 2000 залуу дайчин хүсэл мөрөөдөлдөө шаргуу байсан. Тэдний зам хэцүү бэрх болсон үед ч тэд зүгээр бууж өгөөгүй юм. Тэдний өмнөх үеийнхэн болох эцэг эх нь Аммоноор болон түүний ах дүүсээр сургагдсан байв. Эдгээр номлогч агуу амжилт гаргасан байсан ч номлол нь хэцүү болж, урам хугарсан үедээ ч мөн адил үргэлжлүүлж, бууж өгөхгүй байх ёстой байсан.

“Эдүгээ бидний зүрх шантарч, мөн бараг л буцах гэж байхад, болгоогтун, Их Эзэн биднийг тайтгаруулан, мөн хэлэв: Өөрсдийн ах дүүс, леменчүүдийн дунд явагтун, мөн зовлонгуудаа тэвчээртэйгээр туул, мөн би та нарт амжилтыг өгөх болно гэсэн бөлгөө” (Алма 26:27).

Тэвчээртэй, шаргуу байснаар Аммон болон түүний хамтрагчид зовлон зүдгүүрийг туулан ажиллаж, эцэст нь гайхамшигтай амжилтад хүрсэн.

### Сайн мэдээний шаргуу байдал

1999 онд Марси Барр эгч АНУ-ын Огайогийн Колумбусаас Японы Нагояа номлолд ирсэн юм. Япон хэл түүний хувьд амархан байгаагүй ч тэр шаргуу байв. Тэр нэгэнт ярьж сурсан тул сайн мэдээний тухай хүмүүстэй ярихаа хэзээ ч зогсоогоогүй.

Амаа зоригтой нээн, хайрын үгс хэлж, Их Эзэний тогтоосон арга замаар бүхий л хүчээрээ ажилладаг итгэлтэй, цөхрөлтгүй, шаргуу номлогчдоод агуу амлалтууд өгөгдсөн байдаг (С ба Г 31:7-г үзнэ үү). Гэхдээ зарим номлогч эсэргүүцлээс айдаг бөгөөд айдас нь хайрламаар зориг хатуужлыг нухчин дардаг.

Харин Барр эгч тийм биш! Тэр олоод, заадаг байсан төдийгүй номлолынхоо бүх хүнд зааж бас олдог байв.

Барр эгч номлолынхоо сүүлийн өдөр Нагояа дахь номлолын гэр рүүгээ замд явж байлаа. Би тэр орой түүнтэй ярилцлага хийж, түүнд сайн ажилласныг нь хэлэхээр төлөвлөсөн байсан ба тэр маргааш нь гэртээ буцах байв.

Тэр замд явж байхдаа метронд ахлах сургуулийн хэдэн охин хоорондоо ярилцаж байгааг харсан аж. Тэр тэдэн рүү дөхөж очоод, тэдэнтэй ярилцаж болох эсэхийг асуужээ. Тэр сайн мэдээний тухай болон үүний сэргээгдсэн тухай ярьж өгөв. Дараа нь тэр ярьсан зүйлсийг нь сонирхож байгаа юм шиг санагдсан тэдний дунд байсан нэг охинд номлогчийн товхимол өгч, сайн мэдээг зааж болох номлогч эгч нарын тухай хэлсэн байна.

Дараа нь Барр эгч номлолын гэртээ ирж, надтай ярилцлаганд орохдоо, метронд болсон үйл явдлын тухай надад хэлээгүй. Энэ нь түүний

хувьд энгийн л зүйл байсан юм. Тэр зүгээр л зөв гэж мэддэг байсан зүйлээ хийж байв. *Шаргуу байдал* гэдэг нь миний мэдэхээр, сайн мэдээний хамгийн сайн тодорхойлолт байж болох юм. Юу ч болж бай Бурханд болон Түүний амлалтуудад итгэлтэй байж, хэн ч мэдэхгүй байсан ч бүх үед зөв зүйлийг хий.

Барр эгч Колумбус руу гэртээ харив. Тэнд тэр оюутны тойрогт явж байгаад, ирээдүйн нөхөртэйгөө танилцаж, тэд хамтдаа Есүс Христийн сургаалд гэр бүлээ босгожээ.

Метронд байсан охин—Китаяама Хитоми эмэгтэй номлогчдоос хичээл авсан байв. Хитоми гэр бүлийн гишүүдийнхээ эсэргүүцэл, өөрийн эргэлзээг даван туулж, сайн мэдээний үнэнийг хүлээн авахдаа цөхрөлтгүй, шаргуу байж чадсан аж.

Бид Хитомитой бараг 6 жилийн дараа Токиод номлолын чуулган дээр уулзсан ба тэр тэнд номлолд үйлчилж байв. Тэр метронд Барр эгчтэй танилцсанаа, дараа нь сайн мэдээнд хөрвөгдсөнөө бидэнд ярьсан юм.

Тэр номлолынхоо дараа эргэж ирсэн номлогч Ямашита Шимпэй-тэй танилцаж, гэрлэжээ. Хамгийн





## ИЛҮҮ АГУУ ШАВЬ БАЙХЫГ ХИЧЭЭ

“Би хөгшин, залуу хүн бүрийг зорилго,

зорилтоо дахин хянаж, сахилга батаа сайжруулахыг хичээгээсэй хэмээн урамшуулж байна. Бидний өдөр тутмын үйл ажиллагаа болон сонголтууд зорилготой маань нийцэж байх ёстой.”

Арванхоёр Төлөөлөгчийн Чуулгын ахлагч Квинтин Л.Кук, “Ухаалаг сонголт хий,” 2014 оны 10-р сарын Ерөнхий чуулган, 54.

сонирхолтой нь, Шимпэй 1971 оны зун ахлагч Рэнди Чэкэтт бид хоёрын Японд үйлчилж байхдаа зааж байсан хүний хүү юм.

Сайн мэдээг түгээхээр зөв зүйлийг хийхэд л бидэнд шаргуу байдал хэрэгтэй гэвэл энэ нь учир дутагдалтай юм. Бид өөр өөрсдийн гэм нүгэл, уруу татаалтыг даван туулахад мөн боловсрол олж авч, ариун сүмд гэрлэн, мөнхийн гэр бүлтэй болохыг эрэлхийлэхэд бидэнд үүнтэй адил зөв шударга шаргуу байдал хэрэгтэй болдог. Хань, үр хүүхдүүдээсээ чанга зууран барьж, гэрлэлт, гэр бүл бүрд тохиолддог сорилт бэрхшээлүүдтэй ажиллах үед бидэнд шаргуу байдал, хайр, уян хатан чанар хэрэгтэй. Мөн бидний хүсэн хүлээсэн цаг хугацаанд авахыг хүсэж байгаа адислалууд маань ирэхгүй байгаа үед шаргуу байдал, амлалт, тэвчээр хэрэгтэй болох болно.

Энэ бүхэнд болон бусад зөв шударга зүйл дээр бидний зөвийг хийх, зөв байх амлалт дэлхийгээр

соригдох болно. Харин бид бууж өгөх ёсгүй. Бид зорилгодоо хүрэх хүртлээ үргэлжлүүлэн хичээсээр байх ёстой. Эцсийн эцэст бидний зорилго бол хань ижил, үр хүүхдүүдтэйгээ болон үр удамтайгаа мөнхөд хамт амьдрах явдал юм.

### Зохистой зорилгууд тавь

Бид зөвийг хийх амлалтаа хэрхэн хөгжүүлж, үүнийг цааш үргэлжлүүлэх хүч чадлыг хэрхэн олж авдаг вэ?

Эхлээд бид мөнх амьдралын эцсийн зорилгодоо хүрэх, үүнд нийцэх зорилгуудыг тавих ёстой. Энэ нь гэр бүл, хувийн өсөлт хөгжил, үйлчлэл, Сүм дэх үйл ажиллагаа, хувийн аз жаргал гэх мэт зүйлс рүү удирдах мөн эдгээртэй нийцэхүйц боловсролтой, ажилтай болох зорилгуудыг багтаадаг. Эдгээр зорилгыг тавихын нэг хэсэг нь бидний хувийн сонголт байх хэдий ч өөр нэг хэсэг нь залбирал, хувийн илчлэлтийг багтаах ёстой. Хэрэв бид Бурханы хүслийг эрэлхийлэх үедээ хангалттай анхаарал хандуулах юм бол Тэр хариулах болно.

Та өөртэйгөө хамт ариун сүм рүү явж, ариун нандин гэрээнүүдийг хийх зохистой хамтрагчийг олохын тулд гуйх нь таны залбирах хэрэгтэй зүйлсийн нэг юм. *Хэрэв та эдгээр ариун нандин гэрээг хийж, сахиж, хамгийн зөв шударга зорилгууддаа хүрэхээр хичээж, чармайхыг хүсэж байвал гэрлэлтийн адислал, үүрэг хариуцлагуудыг залбирч, эрэлхийл.*

Үүгээр болон амьдралынхаа өөр хэсгүүдээр дамжуулан Бурхан танаар юу хийлгэхийг хүсэж байгааг олж мэд. Үүнийг судал. Шийдвэр гарга Тэдгээрийг Их Эзэнд даатгаж, олж мэд. Дараа нь зорилгодоо хүрэхийн төлөө урагшил.

Энэ бүхний эцэст, хэрэв бид зөв шударга зүйлсэд шаргуу байвал зөв шударга амьдралаар дамжуулан Их Эзэнд ойр байх ёстой. Амьдралдаа Сүнсний адислалуудад зохисгүй байхаас илүү биднийг зөв шударга зорилгодоо хүрэхэд саад болж чадах цөөн хэдэн зүйл байх болно.

Зөв шударга зорилго тавь. Үргэлж залбирч, Их Эзэний удирдамжийг эрэлхийл. Зохистой байж, таны өсөлт хөгжилд саад болох зүйлсээс зайлсхий. Ариун сүмийн эрхийн бичгээ авч, үүнийгээ ашигладаг бол. Амьдрал хэцүү болсон үед ч гэрээнүүдээ сахь. Мөнхийн гэрлэлт ба гэр бүлийн адислалуудыг эрэлхийл. Тэгээд үүнээс зууран барь. Бүү бууж өг. Бүү зогс.

Зөв шударгын бүхий л зүйлсэд шаргуу бай. Таны итгэл хүчирхэж, өсөхийн хэрээр хүч чадал, авьяас чадвар тань өсөн нэмэгдэхийг та харах болно. Арванхоёр Төлөөлөгчийн Чуулгын ахлагч Жэффри Р.Холландын: “Зарим адислал нь хурдан, зарим нь удаж байж ирдэг. Зарим нь тэнгэрт очтол ирэхгүй; гэхдээ Есүс Христийн сайн мэдээнээс зууран барьдаг хүмүүсийн хувьд *тэдгээр нь ирдэг*”<sup>3</sup> гэсэн амлалтыг санагтун. ■

2014 оны 11-р сард Бригам Янгийн Их Сургууль дээр хэлсэн “Шаргуу байдал” хэлсэн үгээс авав. Англи хэл дээрх бүрэн эхийг үзье гэвэл, [speeches.byu.edu](http://speeches.byu.edu) хаягаар орж үзнэ үү.

### ЭШЛЭЛҮҮД

1. Vocabulary.com/dictionary/tenacity.
2. Рассэл М.Баллард, “The Greatest Generation of Missionaries,” *Liahona*, 2002 оны 11-р сар, 47, 48; Мормоны Ном эдгээрийг хэрхэн тайлбарладаг тухай үзэх бол, Алма 53:17–21; 56:17, 45–48; 57:20–21-ийг үзнэ үү.
3. Жэффри Р.Холланд, “An High Priest of Good Things to Come,” *Ensign*, 1999 оны 11-р сар, 38.

# ХҮНДЭТГЭЛИЙН ӨДРИЙН аваргууд

Саманта Макфэдиэн

Манай рагбигийн дасгалжуулагчийг улсын аварга шалгаруулах тэмцээний хэсгийн шигшээ тоглолт ням гарагт товлогдсоныг манай багийнханд хэлэх үед би “Яагаад заавал энэ өдөр юм бэ?” гэж бодож байлаа.

2010 оны Бригам Янгийн Их Сургуулийн эмэгтэйчүүдийн рагбигийн манай багийнхан бүх улирлын турш аварга шалгаруулах тэмцээнд бэлдээд байв. Бид жилийн өмнө болсон тэмцээнд биднийг хожсон тэр багтай тоглохыг тэсэн ядан хүлээж байв. Манай улсын шилдэг тоглогчдын зарим нь манай багт байсан учраас бид ялна гэдэгтээ итгэлтэй байлаа. Бид улсын аваргыг ялан, рагбигийн ертөнцөд өөрсдийгөө батлан харуулахыг хүсэж байсан ч Тэнгэрлэг Эцэгт бидэнд зориулсан өөр төлөвлөгөө байгаа болж таарсан юм.

## Жишгүүдээ баримтлах нь

Тэмцээний зохион байгуулагчид бидний тоглолтыг баасан, бямба гаргуудад товлон гэж хэлсэн байсан ч нэг алдаа гарснаас болж тоглолт бямба, ням гаргуудад тоглогдохоор болсон байв. Бид АНУ-ын Флоридагийн Санфордад болох гэж байсан энэ тэмцээнийг зохиогдохоос таван өдрийн өмнө энэ алдааны тухай олж

мэдсэн юм. Эмэгтэйчүүдийн рагби тэр үед БЯИС-ийн албан ёсны баг биш байсан болохоор тоглох эсэх шийдвэр нь биднээс шалтгаалах байлаа. Бид тоглохгүй байхыг сонгов. Энэ шийдвэрийг санал нэгтэй гаргасан бөгөөд хэн ч гомдолоогүй.

Ням гарагт тоглох нь сонгож болох зүйл байгаагүй юм. Миний хувьд би хэзээ ч тоглохгүй байх байсан. Эцэг эх маань надад Хүндэтгэлийн өдрийг ариунаар хадгалахыг заасан бөгөөд би бүхий л амьдралынхаа турш энэ зарлигийг биелүүлсэн. Тэнгэрлэг Эцэгийнхээ зарлигуудад дуулгавартай байх нь рагби тоглохоос илүү чухал байв.

Зөв зүйл хийж байснаа мэдэж байсан ч энэ нь амархан байсангүй. Хожсон ч бай, хожигдсон ч бай бямба гараг бидний сүүлийн тоглолт байх болно гэдгийг бид мэдээд, Флорида руу нисэхдээ тун урамгүй болсон байв.

Биднийг Флоридад ирсний дараа бидний тухай нийтлэл гаргахыг хүсэж байгаа *New York Times*-ын сэтгүүлч бидэн рүү утасдав. Бид гайхаж орхив. Бидний Хүндэтгэлийн өдрийг сахих сонголтыг үндэсний сонин байтугай хэн нэгэн нь анхаарна чинээ бид огт бодоогүй байв.

Бидний Хүндэтгэлийн өдрийг ариунаар сахих сонголт ийм олон хүнд нөлөөлнө гэж би хэзээ ч бодож байгаагүй юм.

Бид баасан гарагт, хэрэв хуваарийн алдаа гараагүй байсан бол тоглож байх байсан тэр цагтаа нас барагсдын төлөө баптисм хүртэхээр Флоридагийн Орlando ариун сүм рүү явсан юм. Биднийг ёслолуудаа гүйцэтгэсний дараа ариун сүмийн ерөнхийлөгч бидэнтэй ярилцав. Тэр бидний тухай бичсэн нэг өгүүлийг гаргаж ирэн, бидний шийдвэрийг дэмжиж онлайнаар сэтгэгдлээ үлдээсэн уншигчдын зарим сэтгэгдлийг уншиж өглөө.

Дараа нь манай дасгалжуулагч бидэнд ирсэн илүү олон сэтгэгдлийг уншиж өгсөн. Хожмын үеийн гэгээнтнүүд болон бусад олон хүн бидний үзүүлсэн үлгэр жишээний төлөө талархлаа илэрхийлж байсан ба жишгүүдээ баримталдаг хүмүүсийг харах гайхалтай байсан хэмээн хэлж байв. Тэдний үгс бидний сүнснийг



**“ХҮНДЭТГЭЛИЙН ӨДРИЙГ САХИХ НЬ**

“Аврагч Өөрийгөө хүндэтгэлийн өдрийн Эзэн хэмээн хэлжээ. Энэ

бол Түүний өдөр! Тэрээр биднээс Хүндэтгэлийн өдрийг сахихыг буюу Хүндэтгэлийн өдрийг ариунаар хадгалахыг дахин дахин хүссэн. Бид үүнийг дагах гэрээ байгуулсан билээ.

... ‘[Бид] Бурханд ямар тэмдэг үзүүлэхийг хүсэж байна вэ?’ гэсэн энгийн асуултыг өөртөө тавьдаг бөгөөд Энэ асуулт Хүндэтгэлийн өдөртэй холбоотой хийх сонголтуудыг маань тодорхой болгодог. . . .

“... Бид хаана амьдардгаасаа үл шалтгаалан гэр бүл, хөрш, найзуудынхаа дунд итгэгчдийн жишээ болох ёстой гэдгээ мэддэг. Жинхэнэ итгэгчид Хүндэтгэлийн өдрийг ариунаар сахидаг.”

**Арванхоёр Төлөөлөгчийн Чуулгын ахлагч Расселл М.Нэлсон, “Хүндэтгэлийн өдөр нь баясгалант өдөр билээ,” 2015 оны 4-р сарын Ерөнхий чуулган дээр хэлсэн үгс, 122-123, 125.**

э-мэйл авсаар л байв. Бид жишгүүдээ баримталснаараа аварга шалгаруулах тэмцээнд ясан тохиолдолд хүрч чадах байснаасаа ч илүү олон хүнд хүрсэн юм.

Би Тэнгэрлэг Эцэг миний мэдэхээс илүү сайн зам руу биднийг удирдах болно гэдэгт итгэж сурсан билээ. Манай багийнхан аваргууд болж өөрсдийгөө батлан харуулахыг хүссэн ч Тэнгэрлэг Эцэг биднээр огт өөр зүйл хийлгэхийг хүссэн гэдгийг би ойлгосон. Тэр биднийг хэн ч анзаараагүй гэж бодсон үед үлгэр жишээ болох тэрхүү боломж руу хөтөлсөн бөгөөд бид дуулгавартай байхыг сонгосон учраас биднийг сайн зүйлсэд ашиглах боломжтой болсон юм. ■

*Зохиогч нь АНУ-ын Вашингтон мужид амьдардаг.*

урмаар тэтгэсэн. Энэ үед бид үндэсний аварга болоогүй байсан ч ямар нөлөө үзүүлж чадах байснаа ойлгож эхэлсэн юм.

Тэнгэрлэг Эцэг биднийг мэддэг гэдгийг би мэдэж байсан ч өөр хэн нэгэн бас ажиглаж байгаа гэж огт бодоогүй байж. Бидний энэ шийдвэрт өгсөн хариулт нь биднийг Флоридад байх үед өөр шинэ зорилготой болгосон. Бид тэнд хожихын тулд биш, харин жишгүүдээ баримтлахын тулд очсон юм.

**Илүү сайн зам**

Бямба гараг болж, бид тоглолтон дээрээ 46:7-оор ялсан. Дараа нь бид зохион байгуулагчид дээр очиж, ням гарагт тоглолтод оролцож чадахгүй болсноо хэлсэн юм. Бид тэр тоглолтод жилийн өмнө биднийг хожсон тэр багтай тоглохоор таарсан байв. Энэ улирлын тоглолт ингээд дуусаж байгаад бид сэтгэл дундуур байлаа. Бид энэ багтай тоглосон ч болоосой гэж бодож байсан ч би тэдэнтэй эсвэл хэнтэй ч Хүндэтгэлийн өдөр тоглохыг хүсээгүй.

Бидний тухай олон нийтлэл бичигдэж, бид урмын үгтэй захидал,



ГЭРЭЛ ЗУРГИЙГ ЭМГЭГТЭЙЧҮҮДИЙН РАГБИГИЙН БАГ (БЯИС) БОЛОН ПОЛ МАЙЭРС

# НОМЛОГЧ

байхын

# ХАМГИЙН ХЭЦҮҮ ХЭСЭГ НЬ

Заримдаа номлолын ажлын хамгийн том сорилт бэрхшээл нь номлолын ажил өөрөө байдаггүй.

Доктор Вэнди Улрич

Нэг удаа нэгэн номлогч надад “Хүмүүс номлол хэцүү байна гэж хэлэх үед би даарах, амьдралын хэцүү нөхцөл байдалтай тулгарах эсвэл хэлний асуудлаас болж хэцүү байдаг байх гэж таамагладаг байсан” гэж хэлсэн юм. Гэхдээ миний хувьд надад хамгийн хэцүү санагддаг хэсэг нь урам хугарах, хамтрагчдаа бухимдах эсвэл танихгүй хүмүүстэй ярих нь таалагдахгүй байх буюу амжилт, уналт, эсэргүүцэл, өөрчлөлтийг туулах гэх мэт зүйл байх гэж боддог.

Та номлолдоо бэлдэхийн тулд номлолд бэлтгэх ангид сууж, *Миний сайн мэдээг номло* гарын авлагыг уншин, судруудыг судалж, хоол хийж, юм угааж сурах хэрэгтэй бөгөөд сурах ёстой. Харин таныг номлолд гарах үед танд хэрэг болох *сэтгэл санааны болон нийгмийн мөн бусад* чадварт одооноос эхлэн суралцаж хөгжүүлэх, дадлагажих хэрэгтэй байдаг. Эдгээр чадварын заримыг доор жагсаав. Та эдгээрээс сонгон, одооноос хэрэгжүүлж эхлэх нэг эсвэл хоёр чадварыг тэмдэглэнэ үү.

## Дээрэлхүүлж байна гэж боддоггүй, даруухан байх чадвар

АНУ-ын Алабамагийн нэгэн эмэгтэй номлогч “намайг онцгойлон адислахад би дийлдэшгүй хүч чадалтай болно гэж бодсон” хэмээн надад хэлсэн юм. Тиймээс номлолдоо ирээд, өөрийгөө урьдын адил байгааг мэдэх нь миний хувьд цочирдмоор зүйл байлаа. Надад урьдын сул тал, айдас, чадваргүй байдал зэрэг нь байсаар л байв. Эдгээр зүйл алга болоогүй байв. Би Их Эзэний ажлыг хийж байхдаа чадваргүй байдалтайгаа хэрхэн тэмцэх талаар суралцах ёстой байсан.

Та номлолдоо ирэхдээ олон эсвэл цөөн амжилт гаргасан байснаас үл хамааран, хэрэв та даруу, суралцах хүсэлтэй, үргэлжлүүлэн хичээж бас ажиллах хүсэлтэй байх юм бол Их Эзэн тантай ажиллах

болно. Гэхдээ таны номлолын чадварууд таныг дадлага хийн, асуулт тавьж, тусламж авч, хичээсээр байгаа үед л сайжрах боломжтой. Хэрэв та хүмүүс номлолын ажил хийн, хэл сурч, гэрчлэл хуваалцахдаа эсвэл хүмүүстэй харилцахдаа угаасаа ийм сайн байдаг (эсвэл угаасаа муу байдаг) гэдэгт итгэх юм бол танд улам хэцүү байх болно.

Нэг номлогч нэгэн удаа надад “энэ бол минийх биш, харин Их Эзэний ажил гэдгийг би мэдэж авсан” гэж хэлж билээ. Хэрэв би үүнийг хийх чадваргүй байгаагаа мэдэрвэл асуудлын учир нь *миний* чадваргүйд байгаа юм. Би зөвхөн Бурхан хийж чадах зүйлсийг хэзээ ч хийх чадвартай болохгүй шүү дээ. Надад сайжруулах зүйлс их байгаа ч би өөрөө энэ бүхнийг ойлгож ухаарч чадахгүй. Би Түүнд итгэж чадна.”



Шинэ, хэцүү зүйлсийг хийхийг оролд. Та дараа нь чадваргүй байдлын мэдрэмжийг дэндүү ноцтой зүйл болгон хүлээн авахгүй байж сурах болно. Жишээлбэл:

- Шинэ ажил, хичээлээс гадуурх үйл ажиллагаа эсвэл танихгүй анги гэх мэт таныг байж дассан орчноос тань гаргах зүйлсийг хийхээр оролдож үз. Асуу, тусламж ав, алдаануудаа дүгнэлт хий мөн үргэлжлүүлэн хичээ. Та хэрэгжүүлэх эсвэл ажиллах ёстой зүйлс дээрээ ажилла, тэгвэл та хүч чармайлт гаргаснаар өсөж хөгжих *болно* гэдэгт итгэж сурна.
- Хүмүүс авьяас чадвар, оюун ухаантай эсвэл нийгмийн чадваруудтай төрж болно эсвэл ийм чадвартай төрөхгүй ч байж болно гэж танд хэлдэг, таны оюун бодолд орж ирдэг дуу хоолойнд буцаагаад хариул. Дэлхийн агуу тамирчид, хөгжимчид, эрдэмтэд болон номлогчид амжилтад хүрэх замдаа олон удаа бүтэлгүйтэж, олон цагаар дадлага хийсэн байдаг.



### Бодит эсэргүүцэлтэй нүүр тулах чадвар

Эсэргүүцэл ба урам хугалах зүйлс нь номлолын өдөр тутмын амьдралд тохиолддог зүйл юм. Эрсдэл хүлээж, эсэргүүцэлтэй тулгарах дадлага хий. Тэгвэл та эдгээр зүйлтэй тулгарах үедээ илүү сайн даван туулах болно.

- Ажлын өргөдөл бөглөн, ажлын ярилцлаганд орж, хагас болон бүрэн цагийн ажил хий.
- Багаар ажиллахаар оролдож үз.
- Хүмүүсийг болзоонд эсвэл үйл ажиллагаануудад урь.
- Юм санаснаар болохгүй байвал, даван гарч, илүү сайн мэдрэхэд тань тусалж чадах бодол, үйлдлүүдийг анзаар.
- Бүтэлгүйтлээсээ суралцаж, дахин хичээгээд үз.

### Урам зориггоо удирдах чадвар

Бид бүгд гунигтай байгаа үедээ өөрийгөө хэрхэн зоригжуулахыг мөн хэт их ядарсан үедээ өөрийгөө хэрхэн тайвшруулахыг сурах хэрэгтэй.

- Хэрэв нөхцөл байдал уйтгартай эсвэл хөгжил дэвшилгүй байгаа бол юу болохгүй байгааг болон үүнийг хэрхэн засаж залруулан, урагшлуулахыг эсвэл үүнээс юу сурч авч болохыг бодож үз.
- Хэт их ажлын ачааллаас сэргийлж, номлолдоо тайвшрахад тусалж болох зүйлсийг олж мэд (хэн нэгэнтэй ярилцах, амрах, юм бичих, дуулах, алхах гэх мэт). Нөхцөл байдлыг авч үзэж, асуудлаа задлан шинжлэн, бусдыг оролцуулж, жижиг алхмууд хийн, залбирч, өөрийнхөө талаар сөрөг зүйл бодохоос зайлсхий.

### Өөрчлөлтийг зохицуулах чадвар

Хамтрагч, удирдагч, гишүүн болон сонирхогчид гайхалтай байх боловч цаг ямагт таны тэвчээрийг сорих болно.

Ах дүүс, найз нөхөдтэйгөө дараах зүйлс дээр дадлага хий:

- Бусдаас хийж байгаа зүйлсээ яагаад хийдгийг нь асууж, тэднийг үнэлж сур.
- Та хэн нэгнийг гомдоохыг хүсээгүй ч таны зан чанар хэн нэгнийг гомдоосон бол хариуцлага хүлээж, чин сэтгэлээсээ уучлал гуй.
- Бусдын ааш авирыг эергээр тайлбарлахыг хичээ. Өс бүү сана.
- Асуудлыг гарган тавьж, буруутгаж эсвэл цухалдахаас илүүтэй үүнийг шийдвэрлэхийн тулд тусламж хүс.
- Зөрчилдөөн үүссэн үед аядуу зөөлөн дуу хоолойгоор бусдын мэдрэмжинд хүлээцтэй, хүндэтгэлтэй ханд.
- Өөрөөсөө өөр хэн нэгэнд найз нь бай. Тэдний сонголтуудад эергээр ханд мөн сонирх.





### Ярилцах чадвар

Таны дотогшоо (ичимхий) эсвэл гадагшаа (нээлтэй) байхаас үл хамааран та номлолдоо болон амьдралынхаа турш өөрт хэрэг болох сайн харилцан ярилцах чадваруудыг сурч чадна.

Хэрэв та илүү дотогшоо хандлагатай бол:

- Та долоо хоногт 5 минут танихгүй хүнтэй (ялангуяа танихгүй насанд хүрсэн хүнтэй) ярилцах зорилго тавь.
- Инээмсэглэж, хүмүүсийн тухай соничирхан асууж, бусдыг яриулах сайн асуултууд тавьж сур.
- Харилцан яриагаа эхлэх мөн эелдгээр төгсгөх арга замуудыг ол.
- Бусад хүнийг ярьж эхлэхээр хичээх үед та нээлтэй байж, хариулахад бэлэн байхын тулд анзаарч бай.

Хэрэв та илүү гадагшаа хандлагатай бол:

- Асуулт тавьж хүмүүсийг яриул.
- Сайн сонсогч байх дадлага хий.
- Таныг сонсож байгаа хүн уйдаж байгаа эсэхийг анзаар. Бусдад боломж олго.

### Бие махбодоо эрүүл байлгах чадвар

Нөхөр маань номлолын ерөнхийлөгчийн хувьд, сэтгэл гутралд орж, шаналж буй нэгэн номлогчтой ярилцлага хийж байв. Нөхөрт маань “Ахлагч аа, та өглөөний ундандаа юу иддэг вэ?” гэж асуух хэрэгтэй гэсэн мэдрэмж төржээ.

“Зайрмаг.”

“Та үдийн хоолондоо юу иддэг вэ?”

“Франц шарсан төмс.”

“Тэгвэл та оройн хоолондоо юу иддэг вэ?”

“Франц шарсан төмс, зайрмаг.”

“Та зөвхөн франц шарсан төмс болон зайрмаг идээд хэр удаж байна вэ?”

“Нэг сар орчим.”

“За тэгвэл чамд даалгавар өгье. Гэртээ хариад, ямар нэгэн ногоон өнгөтэй юм ид. Гэхдээ ногоон өнгөтэй зайрмаг биш шүү.”

Хоолны дэглэм ба дасгал хөдөлгөөн нь биднийг амьдралыг хэрхэн мэдрэхэд үнэхээр их нөлөөлдөг. Одооноос эхэл:

- Сайн хоол тэжээлийн тухай олж мэд. Эрүү хоолло. Хэрэв та хоол голдог бол цөөн хэдэн шинэ зүйлийг туршаад үз.
- Дасгал хий. Байнгын дасгал хөдөлгөөн нь уур уцаар, сэтгэл гутралаа илүү сайн зохицуулахад хүн бүрд тусалдаг. Оройн цагаар явган алхах (найзтайгаа юм уу хөгжим сонсон алхах), телевизийн зар сурталчилгааны үеэр алхалт хийх эсвэл хэд хэдэн удаа дээш, доош суух гэх мэт зүйлийг багаар эхэлж, аажим хэвшүүл.
- Өөрийн эд зүйл, хувцас хунар, мөнгө, цаг хугацаанд анхаарал тавьж сур.
- Нойроо зохицуул. Хэрэв танд унтахад эсвэл сэрэхэд хэцүү байдаг бол хүмүүсээс санаа ав. Номлогчийн унтах, сэрэх цагийн хуваарийг дагаж сур.



## Эерэг хандлагатай байх ур чадвар

- Алиа хошин занг хөгжүүл. Бусдыг биш, харин өөрийгөө шоол. Бүх зүйлийг ноцтой хүлээн авч, өөрийгөө сэтгэлийн дарамтад бүү оруул.
- Эргэж ирсэн номлогчдоос хэцүү байсан зүйлсээ болон үүнийг хэрхэн даван туулж байснаа хуваалцахыг хүс. Хэрэгжүүлж болох санаануудыг ол.
- Чамайг өргөж, итгэлээр дүүргэх судар, дууллауудыг жагсаа.
- Толгойдоо эргэлдэж байгаа сөрөг дуу хоолойнд ямар нэг эерэг зүйлээр хариулан ярьж бай. Хэрэв тэр дуу хоолой ёжилсон, басамжилсан, ичгүүртэй, ууртай, хэрцгий догшин эсвэл танд найдваргүй, сул дорой сэтгэгдэл төрүүлж байгаа бол энэ нь Их Эзэнээс биш. Түүний дуу хоолой нь ялангуяа таныг хичээж байгаа үед итгэл найдвараар дүүрэн, урамшуулан зоригжуулсан, нигүүлсэнгүй байдаг.

## Сүнслэг байдлаа эрүүл байлгах ур чадвар

- Чин сэтгэлээсээ залбир. Тэнгэрлэг Эцэгийг өөрийнхөө хажууд суухыг уриад, Түүнтэй өөрийнхөө асуудал, хүслийн тухай болон талархалтай байдаг зүйлийнхээ тухай нээлттэй ярилц. Чанга залбирахыг хичээ. Өөртөө төрсөн сэтгэгдлийг бичих цаас, харандааг хажуудаа тавин, залбирахыг хичээ. Эсвэл зөвхөн талархал илэрхийлэхийн тулд залбирч болно.
- Судруудаас суралц. Санаа зовоож буй зүйлсдээ хариулт эрэлхийлж, хариултаа хүлээ.
- Одооноос эхлээд номлогч бол. Бүрэн цагийн номлогчидтой гадуур явж, үйлчилж, найзуудтайгаа өдөр бүр уулзахдаа ярилцлагыг сайн мэдээний сэдэв рүү хандуулан, сүм дээр чин сэтгэлээсээ гэрчлэлээ хуваалц. Та номлогчийн ажлыг хийснээр үүнд сэтгэл тань илүү их хөдлөх болно. ■

*Зохиогч нь АНУ-ын Юта мужид амьдардаг.*

## БАЙНГА ЗОВЖ ШАНАЛЖ БАЙДАГ ХОЁР ТӨРЛИЙН ХҮМҮҮС

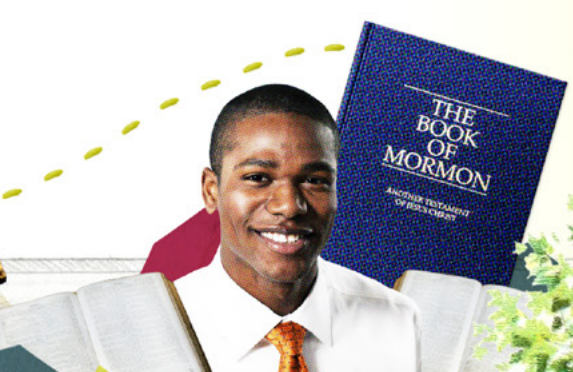
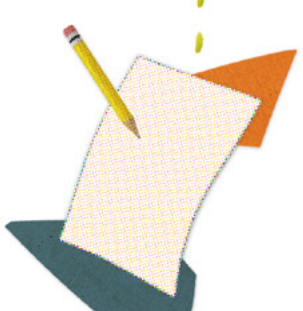
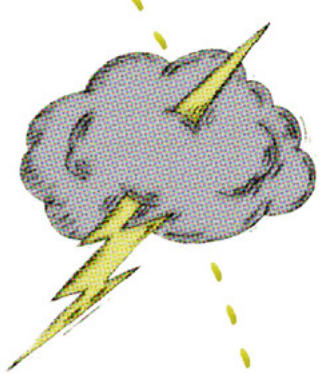
Номлолд байхдаа сэтгэл санааны асуудалтай байсан хүмүүс энд багтдаг. Тухайлбал:

- **Шаргуу хичээллэхгүйгээр сургуульд явдаг байсан хүмүүс.** Шаргуу ажиллахгүйгээр хангалттай ухаантай эсвэл авьяастай байдаг зарим хүн энэ бэлгээ ид шидийн зүйл мэт санадаг. Ид шид нь бүтэлгүйтэхэд (энэ нь ихэвчлэн тохиолддог) тэд гаргасан алдаануудаа нуухыг хичээхээс өөр юу хийхээ мэддэггүй. Эцэст нь хүн бүр даруу байж, шаргуу ажиллан, туршлагажиж, тусламж авч, үргэлжлүүлэн өсөж хөгжихийн тулд саад бэрхшээл, бүтэлгүйтлийг даван туулж сурах ёстой болдог.
- **Өндөр амжилтад хэзээ ч хүрч байгаагүй хүмүүс.** Зарим хүн сорилт бэрхшээлээ өөрсдийнхөө тэнэгийн эсвэл авьяас чадваргүйн нотолгоо гэж үздэг. Гэхдээ ямар ч хүний тархи буруу болоод байгаа зүйл дээрээ төвлөрч, дүгнэлт хийн, илүү бүтээлч шийдэлд хүрэхийг хичээж, тусламж авч, шаргуу ажиллан, дадлага хийвэл илүү ухаалаг, илүү чадвартай болдог.

Хэрэв та аль алинд нь орж байвал хэн ч угаасаа гайхалтай номлогч болж төрдөггүй гэдгийг өөртөө байнга сануулж байгаарай. Номлогчийн чадварууд дадлага хийх, маш шаргуу ажиллах, эрсдэл хүлээх, саад бэрхшээлүүдийг даван туулах, алдсаныхаа дараа дахин хичээх, бусдаас суралцах болон Их Эзэнд бүрэн дүүрэн найдах гэх мэт зүйлсээр дамжуулан өсөж хөгждөг. Тэр танд хайртай бөгөөд хувь хүний хувьд төдийгүй, бүрэн цагийн номлогчийн хувьд зорилгоо биелүүлэхэд тань туслах болно.

## НОМЛОГЧИЙН АМЬДРАЛД БЭЛТГЭХ НЬ

*Яг одоо номлолдоо хэрхэн бэлдэх талаар илүү их санаа авъя гэвэл [store.lds.org](http://store.lds.org) хаягаар орж эсвэл бишофынхоо тусламжтай Номлогчийн амьдралд дасан зохицох нь товхимлыг олж авна уу.*



# БИДНИЙ ОРОН ЗАЙ

*Та Мормоны Номын хүчийг амьдралдаа мэдэрч байсан уу?  
Эдгээр номлогч шиг үүнийг туршаад үзээрэй!*



## БИ ЯМАР НЭГЭН ЗҮЙЛ ДУТАГДААД БАЙГААГ ОЛЖ МЭДСЭН

**Б**и ахлах сургуульд байхдаа Сүмийн сургаалын зарим хэсэгт эмзэглэж, энэ нь сүүлдээ намайг идэвх султай болгосон юм. Би өөр сүмийн зарим үйл ажиллагаанд оролцдог байсан ч бүрэн дүүрэн баяр баясгаланг мэдрэхгүй байлаа. Нэг л юм дутагдаад байдаг байв.

Юу дутагдаад байгааг олж мэдэхэд надад хутацаа хэрэгтэй байсан бөгөөд би нэг өдөр залбирсныхаа дараа нүдээ нээгээд, ширээн дээрх Мормоны Номыг олж харав. Намайг унтах гэж байтал “Би мормон гэр бүлд төрсөн шүү дээ. Гэтэл Мормоны Номоо уншиж дуусгаагүй байж яаж болох билээ?” гэсэн бодол надад төрсөн юм. Тиймээс би тэр өдөр Мормоны Номоо уншиж дуусгах шийдвэр гаргав.

Би олон жил судалсны дараа, сүүлд нь тэрхүү аз жаргалын алдагдсан хэсгийг олсон юм. ■

Ахлагч Жэйми Промайс, Филиппиний Куэзон хотын номлол

## ХҮМҮҮС МОРМОНЫ НОМЫГ НЭЭХ ҮЕД

**Б**и номлолдоо байхдаа архи уудаг, тамхи татдаг, мансууруулах бодис хэрэглэдэг хүмүүс Мормоны Номыг нээгээд, замаасаа эргэж, гэр бүлдээ болон Сүмдээ эргэн ирэхийг харсан. Би үрэлгэн хөвгүүдийг энэ номыг нээснийхээ дараа гэртээ эргэн ирж, номлолд үйлчлэхийг харсан. Би салсан гэр

бүлүүд Мормоны Номыг хамтдаа уншаад, дараа нь ариун сүмд лацдан холбогдохыг харсан. Цөхөрч туйлдан, юу хийхээ мэдэхээ больсон хүмүүсийг энэ номыг нээх үед бүх зүйл байрандаа орж эхэлдгийг би харсан билээ.

Намайг Мормоны Номыг нээгээд, хэн нэгэнд туслахаар ямар нэгэн шүлгийг ашиглаж эхлэх үед гайхамшгууд тохиодог. Бурханы хүч

эдгээр хуудасны доор хэн нэгний амьдралыг өөрчилж, гайхамшгийг дэлгэхээр хүлээж байдаг юм. Таныг Мормоны Номыг нээх бүрд гайхамшиг тохиолддог гэдгийг би амлаж чадна. Эдгээр нь үргэлж бидний хүссэнээр эсвэл тэдний хүссэн арга замаар байхгүй байж болох ч эдгээр нь тохиолдох болно. ■

Ахлагч Бенжамин Баради, Филиппиний Баколод номлол

НОМЛОЛЫН  
ТАЛБАРААС



ГЭРЭЛ ЗУРАГ ЧИМЭГЭЛЛИЙГ ДЭВИД СТОКЕР

# СЭТГЭЛ ДОТРОО УЙЛЖ БАЙВ

*Тэр ярилцахад таатай хүн шиг харагдахгүй байв. Миний нэг хэсэг айж байсан ч, нөгөө хэсэг минь түүнтэй ярилцахыг үнэхээр их хүсэж байлаа.*

## Стэфэн Дагдэйл

Надад Италийн Катаниад номлолд үйлчлэх боломж тохиосон юм. Нэг хэсэг бидний номлолын ажил сайнгүй байлаа. Тэр долоо хоногийн турш бүх зүйл сайнгүй байсан ба өдөр бүр бид өөдрөг байх, инээмсэглэх, шаргуу ажилласаар байх зэрэгт соригдож байв.

Нэг орой бид чиглэлээ өөрчлөөд үзэхээр шийдэв. Бид байрныхаа ойролцоох нэгэн цэцэрлэгт хүрээлэнд хүмүүстэй ярилцаж явахдаа доош тонгойн, амандаа тамхи зуусан нэгэн залуу сандал дээр сууж байхыг харлаа. Тэр толгойноосоо хөл хүртлээ хар өнгийн хувцас өмссөн байсан ба том зузаан хүрэмнийхээ юүдэнг өмссөн байлаа. Тэр ярилцахад тийм ч таатай хүн шиг харагдахгүй байв. Хамтрагч бид хоёр түүн рүү хараад, дараа нь бие бие рүүгээ харснаа дахин түүн рүү харав.

Ахлагч Фарли “Бид түүнтэй өмнө нь уулзаж байсан уу?” гэж надаас асуухад,

Би “Тэр нэг л танил санагдаад байна. Бид уулзсан байх гэж би бодож байна” гэж хариулав.

“Тийм ээ, надад ч гэсэн тэгж санагдаж байна” гэж ахлагч Фарли хэллээ.

Тэгээд бид түүн рүү дөхөж очив. Тэр бидний ердийн ярилцахыг хүсдэг байсан хүнтэй адил харагдахгүй

байсан учраас миний нэг хэсэг айж байсан ч нөгөө хэсэг минь түүнтэй ярилцахыг үнэхээр их хүсэж байлаа.

“Оройн мэнд, та сайн уу?” гэж бид мэндлэв.

“Хэн надад саад болоод байна аа” гэсэн янзтай тэр ууртай харцаар өнгийн харав. Тэгээд тэр зөөлнөөр “Оройн мэнд” гэв. Биднийг өөрсдийгөө номлогчид хэмээн танилцуултал тэр өөрийгөө шашингүй үзэлтэн бөгөөд юунд ч итгэдэггүй гэж шулуухан хэллээ. Бид түүнийг гайхтал нь яагаад гэж асуув.

“Би нэг сарын дотор эцэг эх, эгч, зээ дүүгээ алдсан. Би үүнээс болж аймшигтай, ганцаардсан амьдралаар амьдарч байна. Шашин миний амьдралд юу ч бүтээгээгүй, харин ч бүх зүйлийг миний хувьд орвонгоор нь эргүүлсэн.”

Хайртай хүмүүсээ хаана байгааг мэдэх эсэхийг бид түүнээс асуув.

“Олон жилийн турш Катаниагийн оршуулгын газарт байгаа” гэж тэр хариуллаа.

Бид түүнд сүнсний дэлхий ба амилуулалтын тухай тайлбарласан юм. Бид одоо бүгдээрээ сүнсгүй, бие махбодтой бөгөөд үхэл бол ердөө сүнс, бие махбод хоёрын түр зуурын салалт юм гэж бид түүнд хэлэв. Түүний гэр бүлийн гишүүд зүгээр л бие махбодтойгоо дахин нэгдэж, мөнхөд хамт амьдрах боломжтой болох хүртлээ түүнийг хүлээж байгаа юм гэж бид хэллээ.

Тэр бидэн рүү гайхан харж, “Би юу ч ойлгосонгүй. Та хоёр бүгдийг нь давтаад хэл дээ?” гэв.

Тэгээд бид бүгдийг давтан хэлэв. Тэгээд тэр гайхан, нүд нь орой дээрээ гарч, “Хүлээгээрэй, би сүнс бас бие болж байна уу? Тэгээд миний гэр бүл зүгээр л намайг хүлээгээд, суралцаж байгаа хэрэг үү?” гэж асуув.

Бид Алма 40-өөс хэдэн судар бас бусад бүлгийг түүнд уншиж өгсөн. Тэр бидэн рүү хараад, “Тэгвэл би үүнийг яагаад өмнө нь огт сонсож байгаагүй юм бол оо?” гэж асуув.

Би ийм их даруухан хүнтэй өмнө нь учирч байснаа санахгүй байна. Энэ хүн маш удаан хугацаанд, тийм их эргэлзээ, ганцаардал дунд явж байжээ. Тэр бидний хэлсэн бүх зүйлийг сонсож, энэ бүхнийг өмнө нь хэзээ ч сонсож байгаагүй учир маш бага зүйл ойлголоо гэж бидэнд хэлсэн ч түүнд бүх зүйл таалагдсан юм.

Бид залбирлаар дамжуулан хэрхэн хариулт авч чадах талаар түүнд заав. Тэр хамгийн сүүлд хүүхэд байхдаа сүмд залбирснаас хойш 30 гаруй жилийн турш огт залбираагүй ажээ. Биднийг Сүнснээс ирдэг хариултаудын тухай ярилцсаны дараа тэр биднээс Сүнс яаж мэдрэгддэгийг асуув. Энэ нь хүн бүрд өөр өөр мэдрэгддэг учраас бидэнд яаж мэдрэгддэгийг бид хоёр хоёулаа хуваалцсан юм. Миний хувьд ээжтэйгээ удаан хугацаанд уулзаагүй байсны дараа ээждээ тэврүүлж байгаа юм шиг л санагддаг гэж би түүнд хэлэв. Та үүнтэй адил зүйлийг мэдрэх болно, таны амьдралд удаан хугацаанд байхгүй байсан ээждээ тэврүүлэх мэт зүйлийг мэдрэх болно гэсэн амлалтыг та түүнд өгөх ёстой гэх мэдрэмж надад төрсөн.

“Тантай хамт залбирч болох уу?” гэж бид түүнээс асуув. Тэр сандарч, “Одоо юу? Энд, цэцэрлэгт хүрээлэнд үү?” гэж асуув.

“Бид хүссэн газраа хэзээ ч, хаана ч залбирч болно” гэж би түүнд хэллээ. “Бурхан бидний залбирлыг сонсохыг хүсдэг. Тэр ялангуяа таны залбирахыг урт удаан хугацаанд сонсоогүй учир танаас сонсохыг илүү их хүсэж байгаа.”

Тэр чээжилсэн залбирлаас

## БУРХАНЫ ГЭР БҮЛД ХАМААТАЙ

“Бүх [хүн] Бурханы хүүхдүүд, таны ах, эгч дүүс юм. Бурхан таныг хайрладгийн нэгэн адил Тэр бас тэднийг хайрладаг. Үй олон хүн амьдралын зорилгыг эрж хайж байдаг. Тэд гэр бүлийнхээ төлөө санаа тавьдаг. Тэд бол Бурханы хүүхдүүд, Түүний мөнхийн гэр бүлийн гишүүд гэсэн мэдлэгээс ирэх түүнд хамаатай гэсэн мэдрэмж тэдэнд хэрэгтэй байдаг.

Миний сайн мэдээг номло: Номлогчийн үйлчлэлийн удирдамж (2004), 1.

өөр залбирал өмнө нь сонсож байгаагүй учраас яаж залбирдгийг харахыг үнэхээр хүсэж байв. Бид толгойгоо бөхийлгөн, хамтрагч маань бидний шинэ найз Алфиогийн төлөө залбирч, түүнд адислал, тусламж, тайвшрал өгөхийг гуйсан юм. Түүний гэр бүл сайн байгаа бөгөөд Бурхан үнэхээр байдаг хэмээх хариултыг Алфиог мэдэрээсэй гэж тэр залбирав. Биднийг залбирч дуусахад Алфио гайхан харж байлаа.

Тэр “Би та хоёрт нэг зүйл хэлэх ёстой” гэв. “Би ялангуяа ийм зүйлийн талаар худал хэлдэг хүн биш. Би дөнгөж сая ээжийнхээ тэврэхийг мэдэрлээ. Би маш удаан хугацаанд хэнд ч тэврүүлээгүй. Үнэхээр сайхан мэдрэмж төрлөө. Би яавал үүнийг дахин мэдэрч болохыг мэдмээр байна. Учир нь би дахин тэврүүлмээр байна” гэв.

---

**“Би тэр залбирлаас хойш мөр цэх алхаж, бүх зүйлийг хардаг болсон. Энэ дэлхий үзэсгэлэнтэй сайхан юм” гэж хэлж билээ.**

---

Бид дараагийн өдөр нь дахин уулзав. Алфио нөгөө сандал дээрээ бидний хажууд суугаад, “Ахлагчид аа, би бүх амьдралынхаа турш газар ширтэн, цамцныхаа юүдэнг өмсөж, толгой гудайн явдаг байсан. Би хэзээ ч мөр цэх алхаж байгаагүй. Би тэр залбирлаас хойш мөр цэх алхаж, бүх зүйлийг хардаг болсон. Энэ дэлхий үзэсгэлэнтэй сайхан юм” гэж хэлж билээ.

Мэдээж хэрэг, бид Алфиод илүү их тэврэлт, илүү их гэрэл өгч, амьдралаа илүү өөдрөгөөр харахад нь туслахын тулд түүнтэй үргэлжлүүлэн ажилласан. Бидний үзэн ядах юм шиг харагдсан, сандал дээр сууж байсан тэр аймаар хүн сэтгэл дотроо үнэхээр уйлж, Тэнгэрлэг Эцэгийнхээ хайрыг дахин мэдрэхийг гуйж байсан нэгэн байжээ. ■

Зохиогч нь АНУ-ын Миссури мужид амьдардаг.



Арванхоёр Төлөөлөгчийн  
Чуулгын ахлагч  
**Дэвид А.Бэднар**

## НОМЛОГЧДОД ХЭРХЭН ТУСЛАХ ВЭ

**Б**ид бүрэн цагийн номлогчдын аюулгүй байдал, амжилтын төлөө залбирдаг. Бид олонх залбиралдаа номлогчдыг Сэргээлтний тухай сонсоход бэлтгэгдсэн хүмүүс рүү хөтлөгдөхийг гуйдаг. Гэвч эцсийн эцэст номлогчдоод заах хүмүүсийг олж өгөх нь та нарын бас миний үүрэг хариуцлага билээ. Номлогчид бол бүрэн цагийн багш нар юм, харин та бид бол бүрэн цагийн сонирхогч ологчид юм. Та бид амьдралынхаа турш өөрсдөө номлогч байдаг тул бүрэн цагийн номлогчдыг өөрсдийнхөө ажлыг хийгээсэй гэж залбирах ёсгүй!

Хэрвээ та бид Иосеф Смитийн нэгэн адил үнэн сэтгэлээр залбиран, итгэлээрээ гүйх юм бол, хэрэв бид зөвхөн хэлэх гэж биш, үйлдэх гэж залбирах юм бол сайн мэдээг тунхаглах ажил гайхамшигтайгаар урагшлах болно. Тийм итгэлт залбирал дараах хэсгүүдтэй байж болох юм. Үүнд:

- Бидний амьдралд найдвар, аз жаргал авчирдаг Есүс Христийн сайн мэдээний сэргээгдсэн сургаал, ёслолуудын төлөө Тэнгэрлэг Эцэгт талархал илэрхийлэх
- Амаа нээж, гэр бүл, найз нөхөдтэйгөө сайн мэдээг хуваалцах зоригийг гуйн залбирах
- Манай гэрт ирж, номлогчдоор заалгах ганц бие хүмүүс эсвэл гэр бүлүүдийг олж танихад бидэнд туслахыг Тэнгэрлэг Эцэгээсээ гуйх
- Энэ өдөр болон энэ долоо хоногт өөрсдийн үүргийг гүйцэтгэхийг амлах, тэгээд айдас, эргэлзээгээ даван туулахад туслахыг гуйх
- Номлол хийх боломж гарах үед нүдээрээ харж, чихээрээ сонсож, ялган таних бэлгийг эрэлхийлэх
- Хийх хэрэгтэй гэж мэддэг зүйлсээ үйлдэх хүч чадлын төлөө чин сэтгэлээсээ залбирах

Аврагчийн нэрээр төгсгөдөг ийм залбирлаар талархлаа илэрхийлж



болох бөгөөд бусад адислалыг ч бас хүсэж болно. Мөн тэгээд энэ залбирлын ариулагдсан ажил үргэлжилж, өсөн нэмэгдэх болно.

Бид ариун харилцаа ба ариулагдсан ажлын энэ ижил загварыг ядуу, гачигдалтай хүмүүс, зовж зүдэрч байгаа гэр бүлийн гишүүд, найз нөхдийнхөө төлөөх мөн Сүмийн цутгаандаа ирэхгүй байгаа хүмүүсийн төлөөх залбиралдаа хэрэгжүүлж болно.

Бид итгэлээр гуйж, энэ дагуу үйлдсэн үед залбирал үр өгөөжтэй байдгийг би гэрчилж байна. Би та бүхнийг сайн мэдээг тунхаглах бидэнд өгөгдсөн тэнгэрлэг үүргийнхээ тухай итгэлтэйгээр асуухыг урьж байна. Бид үүнийг хийснээр хаалга нээгдэж, бидэнд өгөгдөх тэр боломжуудыг таньж мөн үйлдэхээр адислагдах болно гэдгийг би амлаж байна. ■

*2008 оны 4-р сарын Ерөнхий чуулган дээр хэлсэн үгээс авав.*

“Аав, ээж хоёр маань хараал хэлж, хэт чанга хөгжим сонсон, телевизийн зохисгүй нэвтрүүлгүүд үздэг. Би Сүнснийг гэртээ, ялангуяа ням гарагт мэдрэхийн тулд юу хийж чадах вэ?”

**Ч**и баптисм хүртэхдээ Ариун Сүнсний бэлэг хүлээн авсан. Энэ нь хэрэв чи өөрийгөө зохистой байлгаж, хувийн сайн сонголтуудыг хийвэл нөхцөл байдлаас үл хамааран Сүнсний нөхөрлөлийг хүлээн авч чадна гэсэн үг юм.

Чи долоо хоног бүр ариун ёслолоос хүртэхдээ “түүний Сүнснийг өөртэйгөө үргэлж хамт байлгаж болохын тулд . . . өөртөө [Түүний] Хүүгийн нэрийг авч, мөн үргэлж түүнийг санаж, мөн [чамд] өгсөн түүний зарлигуудыг дагахад бэлэн гэдгээ танд гэрчилж болохын тулд” (С ба Г 20:77) Тэнгэрлэг Эцэгтэй хийсэн гэрээнүүдээ санах болно. Чи гэрээнүүдээ сахиснаар Сүнсний нөхөрлөл эрхтэй байх болно.

Ариун ёслолын болон Сүмийн бусад цуглаанд оролцох нь таны ням гаргийг гэрээгээ сахихад зориулдаг цорын ганц арга зам биш юм. Чи гэр орныхоо нөхцөл байдлаас үл хамааран гэр бүлийн түүх дээрээ ажиллаж, сайн мэдээг судалж, бусдад үйлчилж, ялангуяа ганцаардсан эсвэл өвчтэй байгаа хүмүүст үйлчлэх замаар гэрээнүүдээ үнэнч байгаагаа Тэнгэрлэг Эцэгтэй харуулж чадна. Гэр бүлийн гишүүд чинь үүнийг хийдэггүй байлаа ч ийм төрлийн үйл ажиллагаануудыг сонгох нь чамд баяр, баясал авчрах болно. (Рассэлл М.Нэлсон, “Хүндэтгэлийн өдрийг баясгалант болго,” 2015 оны 4-р сарын Ерөнхий чуулган, 122.)



#### Ярилц

Ээж, аав хоёр чинь Сүмийн гишүүд биш байсан ч гэр орондоо, ялангуяа ням гарагт Сүнснийг үргэлж хамт байх нь яагаад чухал байдаг талаар тэдэнтэй ярилц. Ийм нөхцөлд чи гэрийнхээ хамгийн тайван газрыг сонгож, Сүмийн гишүүдийг өөртэйгөө хамт байхад урьж мөн тэдэнтэй хамт Сүнснийг урьж болно. Хэрэв чи Хүндэтгэлийн өдрийг ариунаар сахих юм бол Их Эзэн чамайг агуу ихээр адислах болно гэдгийг би мэднэ.

Жоскарэс С., 16 настай, Бүгд Найрамдах Доминикан Улсын Санто Доминго хот



#### Аав, ээжийнхээ төлөө залбир

Чи аав, ээжийнхээ төлөө залбирч болно. Мормоны бичсэнээр “Их Эзэн тэдний

төлөө түүнд өргөгдсөн зөв шударгыг үйлдэгчдийн залбирлуудыг санах болно” (Мормон 5:21). Эцэг эх тань яг одоо болихгүй байж болох ч Их Эзэн чамд туслах болно.

Көүл М., 17 настай, АНУ-ын Аризона муж

#### Сайн зүйлсийг хийхэд анхаарлаа хандуул

Ням гарагт гэртээ байх нь миний хувьд үргэлж хэцүү байдаг. Би гэрээсээ ганцаархнаа Сүмийн гишүүн бөгөөд ээж, аав, ах дүү нар маань Хүндэтгэлийн өдөр телевиз үзэж, хөгжим сонсдог. Би хүндэтгэлийн өдрийг ариунаар сахиж, Тэнгэрлэг Эцэгтэй хайраа үзүүлэхийг хүсдэг. Би өрөөндөө орж, судраа уншин, Сүмийн дуулал сонсож,



найзуудтайгаа эсвэл номлогчидтой хамт айлуудаар айлчлах боломжтой байдаг. Би Хүндэтгэлийн өдрийг хичээнгүйлэн сахилах Их Эзэний өгдөг тусламжуудад болон Түүний надад өгдөг хүч чадалд маш их талархдаг.

*Лайс Де Жесус М., 19 настай, Бразилийн Сэржилэ муж*

### Судруудад ханд

Ээж, аав хоёрынхоо хийдэг зүйлсийн талаар тэдэнтэй ярилц. Хэрэв тэд сонсохгүй байвал гэр орондоо Сүнсийг мэдрэхэд туслах удирдамж хүсэн залбирч болно. Би гэртээ Сүнсийг мэдрэхийн тулд судар уншдаг бөгөөд энэ нь Сүнсийг өрөөнд тэр даруй авчирдаг.

*Блэйк И., 14 настай, АНУ-ын Юта муж*



### Сүмийн материалуудыг ашигла

Хэрэв чи ухаалаг гар утастай эсвэл таблеттай бол Mormon Channel болон LDS

Youth програмуудыг татан авч болно. Эдгээр нь Сүнсийг үргэлж урьж байдаг гайхалтай дуу, видео бичлэг, хэлсэн үгсээр дүүрэн байдаг. Энэ нь энгийн байдаг ч дуу чимээ ихтэй үед Сүнсийг мэдрэхэд надад үнэхээр их тусалдаг юм. Энэ нь өөрчлөлтийг мөн гэр оронд бүхэлд нь амар амгаланг авчирдаг.

*Хантерев В., 16 настай, АНУ-ын Техас муж*

### Христийн жишээг дага

Гэр орон Сүнсээр дүүргэгдэх нь чухал ч хувь хүн Сүнстэй байх нь илүү чухал юм. Христ бол Сүнсийг Өөртэйгөө үргэлж хамт

байлгахын төгс жишээг үзүүлсэн. Зөвхөн Христтэй илүү адил болохыг хичээх, бусдад сайхан сэтгэлээр хандах, дэлхийг Түүний харах байсан тэр арга барилаар харах нь магадгүй хаа байгаа газраа Сүнсийг өөртэйгөө хамт байлгах шилдэг арга байж болох юм.

*Изабел В., 16 настай, АНУ-ын Орегон муж*

### Гэр бүлийн үйл ажиллагаануудыг санал болго

Ням гарагт гэр бүлээрээ хамтдаа хийж болох үйл ажиллагаануудыг санал болгож болох юм. Эдгээр зохистой бус зүйлийг хийхгүйн тулд гэр бүлээрээ хамтдаа хийж болох ямар нэгэн зүйлийг санал болго. Хэрэв та нар гэр бүлээрээ хамтдаа ямар нэгэн зүйлийг хийвэл, энэ нь та нарыг илүү ойртуулна. Энэ нь тэдэнд ням гаргуудад хийж болох зүйлсийн талаар шинэ санаа өгөх болно. Тэд дараагийн ням гарагт “Бидний өнгөрсөн удаа хийсэн зүйл хөгжилтэй байсан шүү дээ, үүнийг дахин хийцгээе” гэж хэлж болох юм.

*Раин Б., 19 настай, АНУ-ын Айахо муж*



### СҮНСЛЭГ ӨДӨӨЛТИЙН ДАГУУ ҮЙЛД

“Би энэ урмын үгийг уламжилъя. Та нарт Ариун Сүнсний нөлөөг мэдэрч байсан үе бий...”

“Та нар ийм сүнслэгээр удирдагдсан мөчүүддээ, Алмагийн дүрслэн хэлсэн итгэлийн үртэй адил ханд (Алма 32:28-ыг үзнэ үү). Тэдгээрийг нэг бүрчлэн тарь. Та нар мэдэрсэн сүнслэг өдөөлтийнхөө дагуу үйлдсэнээр үүнийг хийж чадна. Хамгийн үнэ цэнтэй сүнслэг өдөөлт бол та бүхний хувьд, Бурхан та нараар юу хийлгэх байсан бол гэдгийг мэдэх явдал юм...”

“Та нар дагах аваас Сүнснээс ирэх өдөөлт улам бүр ойр ойрхон ирж, байнгын нөхөрлөлд илүү ойртохоос гадна зөвийг сонгох хүч тань нэмэгдэх болно.”

*Тэргүүн Зөвлөлийн нэгдүгээр зөвлөх, ерөнхийлөгч Хэнри Б.Айринг, “Таны хамтрагч Ариун Сүнс,” 2015 оны 10-р сарын Ерөнхий чуулган, 96.*

## ДАРААГИЙН АСУУЛТ

“Миний хамгийн сайн найз Бурханд итгэдэггүй гэдэг. Би сайн мэдээг түүнтэй хэрхэн хуваалцаж болох вэ?”

Хариултаа, хүсвэл өндөр нягтралтай зургийн хамт [liahona@lds.org](mailto:liahona@lds.org) хаягаар, э-мэйл бичих бол [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org) хаягаар эсвэл шуудангаар илгээх бол 3-р хуудсан дээрх хаягаар 2016 оны 5-р сарын 1-ээс 7-р сарын 1-ний хооронд ирүүлнэ үү.

Э-мэйл эсвэл захидалдаа дараах мэдээлэл, зөвшөөрлийг оруулна уу: (1) овог нэр, (2) төрсөн огноо, (3) тойрог эсвэл салбар, (4) гадас эсвэл дүүрэг, (5) таны хариулт, гэрэл зургийг нийтлэхийг зөвшөөрсөн гараар бичсэн өөрийн тань зөвшөөрөл, 18 нас хүрээгүй бол эцэг эхийн тань зөвшөөрсөн бичиг (э-мэйл байж болно).

Хариултын хэмжээг тохируулах эсвэл тодорхой болгохын тулд хянан засварлах болно.

ХЭРХЭН

# САЙН НАЙЗ БАЙХ ВЭ

Дэвид Моралэз

Бид бүгд л найзуудын хүрээлэлд байгаагаа мэдрэхийг хүсдэг.  
Хэрвээ танд эсвэл хэн нэгэнд гадуурхагдаж байгаа мэт  
мэдрэмж төрвөл энд таны хийж болох зүйлсийг орууллаа.

## ХЭРХЭН САЙН НАЙЗУУДАЙ БОЛОХ ВЭ?

Гадуурхагдах нь таныг гомдоож болох ч сэтгэл дундуур байх эсвэл юм санах нь танд илүү сайхан мэдрэмжтэй болоход туслахгүй. Оронд нь эдгээр зүйлийг хийхээр хичээгээд үз. Тухайлбал:

- Сүмийн үйл ажиллагаануудад оролц. Эдгээр зүйл нь таны жишгийг хүндэлдэг хүмүүсээр өөрийгөө хүрээлүүлэх сайн боломжууд юм.
- Суралцаж, ур чадваруудаа хөгжүүл. Оюутны холбоо, спортын баг эсвэл клубуудад нэгдэх нь тантай адил сонирхолтой хүмүүсийг таньж мэдэх сайн арга зам юм.
- Хүмүүс таныг найзаа болооч хэмээн танаас асуухыг үргэлж битгий хүлээ. Өөрийгөө бусдад танилцуул.
- Өөрийн чадах хамгийн сайн хүн байж, жишгүүдээ дага. Таны зан чанарт болон таны цацруулж буй гэрэлд талархалтай байдаг хүмүүсийг та олох болно.
- Цагийг гэр бүлтэйгээ хамт өнгөрөө. Хамгийн сайн найзуудын тань зарим нь таны гэр бүлд байдаг гэдгийг та ойлгох болно.

Би өсвөр настай байхдаа Сүмийг сонирхож эхэлсэн ч өсвөр үеийнхний олонх нь намайг гадуурхаад байгаа юм шиг санагдсан учраас ням гаргийн цуглаануудад явахад больсон. Хэсэг хугацааны дараа энэ өсвөр үеийнхний нэг нь намайг Сүмийн үйл ажиллагаанд урив. Тэдгээр нь жүжиглэх, сагс тоглох, гүйх гэх мэт миний хийх дуртай зүйлс байсан учир би урилгыг хүлээн авсан ба үйл ажиллагаанууд ч таалагдсан юм.



Би үйл ажиллагаануудад үргэлжлүүлэн оролцсоор байгаад, тэднийг таньдаг болж, тэднээс олон нь манай сургуульд явдаг болохыг мэдэж авав. Дараа нь би өөртэйгөө адил жишгүүдийн дагуу амьдардаг залуу эрэгтэй, эмэгтэйчүүдтэй илүү дотно нөхөрлөх боломжтой болов. Би хэн нэг нь намайг Сүмийн үйл ажиллагаанд урьсанд бас тэр урилгыг хүлээн авсандаа талархдаг.

Танд өмнө нь минийхтэй адил гадуурхагдаж байгаа юм шиг эсвэл тэдэнтэй таарахгүй байгаа юм шиг мэдрэмж төрж байсан уу? Эсвэл хүмүүс өөрийг нь таньдаг гэж боддоггүй бас өөрийгөө олон найзтай гэж боддоггүй хэн нэгнийг та таних уу? Сургууль, сүм, өөр хаа нэгтээ байгаагаас үл хамааран ихэнх хүн амьдралынхаа аливаа нэг мөчид ийм зүйлийг мэдэрдэг.



**БУСДАД САНАА ТАВЬДАГ БАЙ**

“Бид эргэн тойрны-хоо хүмүүст хүндэтгэлтэй хандаж, тэдний бодол санаа, мэдрэмж, нөхцөл

байдлын талаар үргэлж бодож, анхаарал тавьж байх болно гэдэгт би найдаж байна. Бусдыг дорд үзэж, шүүмжлэхгүй байцгаая. Харин тэдэнд өрөвч энэрэнгүй хандаж, урам дэм өгдөг байцгаая.”

Томас С.Монсон, “Хайр бол сайн мэдээний үндсэн зарчим,” 2014 оны 4-р сарын Ерөнхий чуулган, 109.

**БУСДЫГ ХЭРХЭН ХАМРУУЛАХ ВЭ?**

Заримдаа дассан орчноосоо гарч, бусадтай нөхөрсөг байх нь хэцүү юм шиг санагдаж болох ч бид бүгд Бурханы хүүхдүүд гэдгээ санах юм бол бусдад туслахын ач холбогдлыг ойлгох болно. Санаа авч болох зарим жишээг доор өгөв. Тухайлбал:

- Сургууль болон сүм дээрээ шинэ хүмүүстэй ярилц. Тэднийг найзуудтайгаа танилцуул.
- Найз хэрэгтэй байгаа хэн нэгнийг сургуулийн эсвэл сүмийнхээ үйл ажиллагаанд урь.
- Бусдад санаатайгаар тааламжгүй мэдрэмж төрүүлж байгаа хүмүүстэй сайхан сэтгэл гарган, тэвчээртэй ярилц.
- Ганцаараа байгаа хэн нэгний хажууд суу эсвэл түүнийг өөртэйгөө болон найзуудтайгаа хамт суухыг урь.
- Хэрэв та хэн нэгэнд хэрхэн туслахаа мэдэхгүй байгаа бол Тэнгэрлэг Эцэгт хандан залбир. Тэрээр хүн баяртай байхын тулд түүнд юу хэрэгтэйг мөн энэ тусламжийг санал болгоход танд юу тусалж чадахыг төгс мэддэг. ■

*Энэхүү өгүүллийн зохиогч Боливийн Санта Крузт амьдардаг.*

ЗУРАГ ЧИМЭГЛЭЛИЙГ ПАОЛО ЛЬОБЕРТ

НЭР ТӨРӨӨ ӨНДӨРТ ӨРГӨН АВЧ ЯВАА ХҮҮХДҮҮД

# ЗӨВ ЗҮЙЛИЙН ТӨЛӨӨ ЗОГС

Эйжиа Тан, АНУ-ын Юта муж

**САЙН БАЙНА УУ!  
НАМАЙГ ЭВАН ГЭДЭГ!**

Би Ирландад амьдардаг бөгөөд зүлгэн дээрх хоккей гэдэг тоглоомыг тоглох дуртай. Энэ бол талбайн хоккейтэй адил Ирландын спорт юм. Миний дуртай хичээл бол математик. Есүс Христийн Хожмын Үеийн Гэгээнтнүүдийн Сүмийн гишүүн байх нь миний хувьд адислал юм.



**СУРГУУЛЬ ДЭЭР НЭР ТӨРӨӨ ӨНДӨРТ ӨРГӨН АВЧ ЯВАХ НЬ** Сургуульд шинээр шилжиж ирсэн нэг эрэгтэй сурагч эмэгтэй дүү нарыг маань дээрэлхэж байв. Би тэдний дундуур орж, дүү нараа хамгаалсан. Би бас мэргэн ухааны үгийг дагадаг. Сургууль дээр олон сурагч цай, кофе уудаг. Хэн нэгэн надад цай санал болговол би “Үгүй ээ, баярлалаа” гэж хэлдэг.



## НЭР ТӨРӨӨ ХЭРХЭН ӨНДӨРТ ӨРГӨН АВЧ ЯВАХ ТАЛААРХ ЭВАНЫ ЗӨВЛӨГӨӨ

Сайн мэдээний дагуу амьдрахад зориг шаардагддаг.

- Бүү бууж өг.
- Ариун Сүнснийг сонс. Тэр чамайг удирдах болно.
- Бусад хүнд сайн мэдээг хүлээн авахад туслах нь тэдний амьдралыг илүү аз жаргалтай болгодог гэдгийг санаарай.

### НАЙЗУУДАЙГАА ЗАЛБИРАХ НЬ

*Би католик сургуульд явдаг. Энэ сургуульд сурдаг сурагчдаас зөвхөн би болон дүү нар маань Есүс Христийн Хожмын Үеийн Гэгээнтнүүдийн Сүмийн гишүүд юм. Эмээгээ өвдөхөд би багшаасаа түүний төлөө залбирч болох уу гэж асуусан. Ангид байсан хүн бүр гараа зөрүүлэн, толгойгоо бөхийлгөж, би ангийнхныхаа өмнө чанга залбирсан.*

### ХАМГИЙН САЙН ТОМ АХ

*Зөв зүйлсийг үргэлжлүүлэн хийхийн тулд би зорилго тавьдаг. Би дүү нараа харж халамжлан, эцэг эхдээ тусалдаг. Дүү нар маань айвал би тэднийг айдсаа марттал тэдэнтэй хамт тоглодог. Нэг удаа ээж, аав хоёрыг гадагшаа явсан хойгуур би дүү нараа унттал нь тэдэнд түүх ярьж өгсөн.*

## ХӨЛИЙНХӨӨ МӨРИЙГ БИДЭНД ИЛГЭЭ!

Чи Есүсийг дагахдаа нэр төрөө хэрхэн өндөрт өргөн авч яваа вэ? Хөлийнхөө мөрийг зураад, өөрийн түүх болон зургийг эцэг эхийнхээ зөвшөөрлийн хамт бидэнд илгээгээрэй. Үүнийгээ [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org) ("Submit an Article" дээр дарах) эсвэл [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org) э-мэйл хаягаар илгээнэ үү.

### ҮЛГЭР ДУУРАЙЛ ҮЗҮҮЛ

*Сургууль дээрх найзууд маань намайг баяртай байгааг хардаг. Би хараал хэлэхгүй эсвэл Их Эзэний нэрийг хоосон хэрэглэхгүй байснаар сайн үлгэр дуурайл үзүүлдэг. Би бас гэр бүлдээ үлгэр дуурайл үзүүлж чадна.*





# Жорданы судар уншдаг найз

Бодит түүхээс сэдэвлэв  
**Керстин Айд**

*“Сүнс удирдан чиглүүлж, би дотроо судрууд үнэн гэдгийг мэдэж авна” (Children’s Songbook, 109).*

Жордан эгч Керсигөө жил гаруй харсангүй. Энэ нь яг л үүрд мэт санагдаж байв! Эгч нь удахгүй мэс засал хийлгэхээр номлолоосоо ирэх гэж байлаа. Жордан түүнийг өвдсөнд гунигтай байгаа ч удахгүй хамт байх болсондоо баяртай байв.

Түүнийг маргааш нь сургуулиасаа ирэхэд Керси буйдан дээр сууж байлаа. Жордан гүйж ирээд, түүнийг тэврэв.

“Сайн уу, Жордан! Би чамайг санасан шүү!” гэж Керси хэлэв.

Жордан инээмсэглэв. “Би ч гэсэн таныг санасан! Би таныг өвдсөнд харамсаж байна.”

“Баярлалаа, найзхан минь” гэж Керси хэлэв. Тэр өвөр дээрээ Мормоны Ном тавьсан байлаа.

“Би тантай хамт уншиж болох уу?” гэж тэр асуув.

“Чи яагаад Мормоны Номоо авч ирж болохгүй гэж? Бид эхнээс нь хамтдаа уншиж болно шүү дээ.”

Жордан өрөө рүүгээ гүйж, номоо авав. Тэр буцаад гүйж ирэхдээ “Аваад ирлээ” гэж хашхирав. Тэр Керсигийн хажууд үсрэн суулаа.

Тэд эхний хуудсыг нээв. “Мормоны Ном: Есүс Христийн бас нэгэн гэрээ” гэж Жордан уншлаа. Тэд ээлжлэн уншив.



*Жордан Көрситэй хамт судар уншдаг байснаа санаж байв. Гэтэл түүнд нэг гайхалтай санаа төрөв!*

“Чи үүнийг уншихдаа залбирч бас үүнийг үнэн эсэхийг асуух уу?” гэж Көрсиг асуув. “Хэрэв бид үүнийг хийвэл, Ариун Сүнс үүний үнэн эсэхийг бидэнд хэлэх болно гэж Моронай амласан.”

“За” хэмээн Жордан хэлэв.

Көрсиг номлолдоо явах үед тэд хамтдаа 2 Нифай хүртэл уншсан байв.

гэж байгаа. Харин чи хэр ихийг уншсан бэ?”

Тэд удалгүй нөгөө асуултаа асуух шаардлагагүй болов. Тэд нэг нэгнээ хараад л нөгөө асуултаа мэддэг болж.

Жордан “Бид баптисмынхаа өмнөхөн дуусгах байх гэж би бодож байна” гэлээ.

Эцэст нь тэдний баптисмын өдөр болов.

“Би өчигдөр орой дуусгасан” гэж Жордан шивнэлээ.

“Би ч гэсэн” гэж Жэйк хэлэв. “Би үүний үнэн эсэхийг мэдэхээр залбирсан. Тэгээд үнэхээр дулаан, баяртай мэдрэмж мэдэрсэн.”

Жордан инээмсэглэв. “Би ч гэсэн. Би залбирч байхдаа үнэхээр баяртай байсан.” Тэр Көрсигийн урилганд үнэхээр баяртай байлаа. Тэр одоо өөрийнхөө гэрчлэлийг хөгжүүлж байна. ■

*Зохиогч нь АНУ-ын Виржини мужид амьдардаг.*

“Би номлолд байхдаа судруудыг хамтрагчтайгаа хамт өдөр бүр уншдаг байсан” гэж Көрсиг хэлэв.

“Чи намайг номлолдоо буцаж явтал миний судар уншдаг найз болох уу” гэж Көрсиг асуув.

“Тэгье” гэж тэр хэллээ.

Хэдэн өдрийн дараа Көрсиг мэс засалдаа оров. Тэр эмнэлгээс гараад, амарч, эдгэрэхийн тулд хэд хоног гэртээ байв. Жордан тэр хоёр Мормоны Номыг өдөр бүр хамтдаа судалсан.

Көрсиг номлол руугаа буцаж явахдаа өмнө “Жордан, би чамайг баптисм хүртэхээсээ өмнө Мормоны Номыг уншиж дуусгаасай гэж хүсэж байна” гэлээ.

Жордан тэр тухай бодов. Тэр найман нас хүрэхэд ердөө хэдхэн сар үлдсэн байв. Тэр унших их даалгавартай үлдэхээр байв. Гэхдээ тэр үүнийг хийхийг хүсэж байлаа. “Тэгье” гэж Жордан хэлэв.

Жордан Көрсиг үнэхээр их санаж байлаа. Тэр ялангуяа судар хамт уншдаг найзаа санаж байсан юм. Гэтэл түүнд нэг гайхалтай санаа төрөв!

Тэр маргааш нь сургууль дээрээ очоод хамгийн сайн найз Жэйкийн ширээн дээр очлоо.

“Би баптисм хүртэхээсээ өмнө Мормоны Номыг уншиж дуусгах гэж байгаа” гэж Жордан хэлэв.

“Хоёулаа нэг өдөр баптисм хүртэх болохоор чи бас уншмаар байна уу?”

“Тийм ээ.” “Би Мормоны Номыг өмнө нь хэзээ ч уншиж байгаагүй” гэж Жэйк хэллээ.

Тэд өдөр бүр сургууль дээр ирээд, нэг л асуултыг бие биенээсээ асууна.

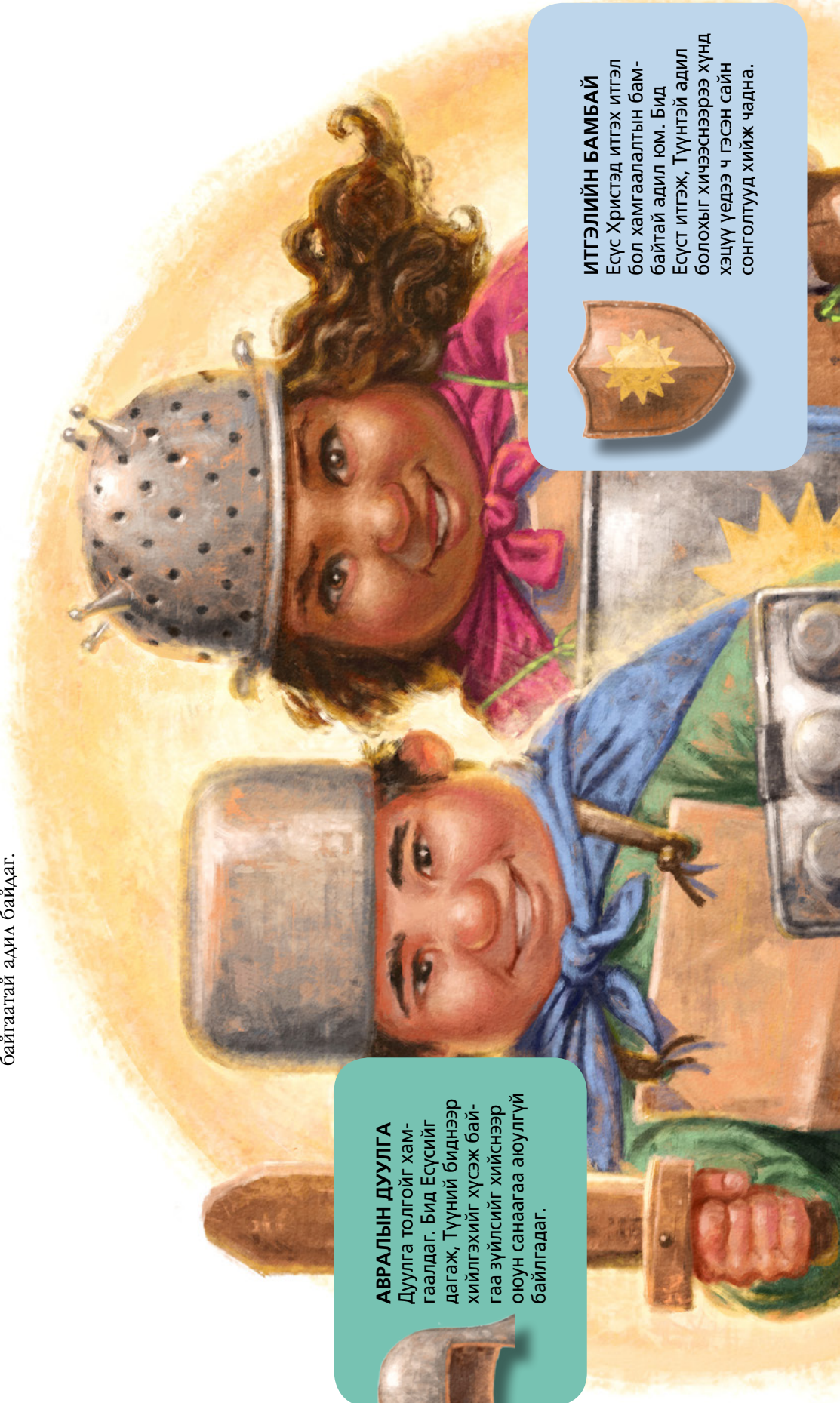
“Чи хэр ихийг уншсан бэ?”

“Иаковын ном дуусах



# Бурханы бүрэн хуяг дуулга

**С**уарууа бидэнд Бурханы “бүрэн хуяг дуулгыг” (Ефес 6:11–18 ба С ба Г 27:15–18-ыг үзнэ үү) өмсөх хэрэгтэй хэмээн заадаг. Биднийг суарууадыг судалж, залбирах үед энэ нь биднийг аюулгүй байхад тусалдаг хуяг дуулгыг өмсөж байгаатай адил байдаг.



## АВРАЛЫН ДУУЛГА

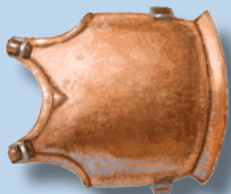
Дуулга толгойг хамгаалдаг. Бид Есусийг дагаж, Түүний биднээр хийлгэхийг хүсэж байгаа зүйлсийг хийснээр оюун санаагаа аюулгүй байлгадаг.

## ИТГЭЛИЙН БАМБАЙ

Есүс Христэд итгэх итгэл бол хамгаалалтын бамбайтай адил юм. Бид Есүст итгэж, Түүнтэй адил болохыг хичээнээрээ хүнд хэцүү үедээ ч гэсэн сайн сонголтууд хийж чадна.

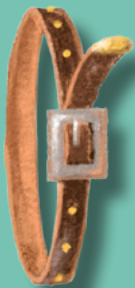






**ЗӨВ ШУДАРГЫН  
БУУЛГА**

Буулга нь зүрхийг хамгаалдаг. Бид Бур-ханыг бүх зурх сэтгэлээрээ хайрлах үедээ Түүний зарлигуудыг дагахыг хичээдэг. Бид зөвийг сонгосон үедээ адислагддаг.



**ҮНЭНИЙ БУСЛУУР**

Буслуур бол цэргийн биеийг хамгаалахад тусалдаг бүс юм. Юу нь үнэн болохыг мэдэх нь биднийг хамгаалдаг. Сайн мэдээ үнэн бөгөөд сайн мэдээний дагуу амьдрах нь биднийг хүчирхэгжүүлдэг.



**АМАР АМГАЛАНГИЙН БЭЛЭН  
БАЙДЛЫН ГУТАЛ**

Гутал хөлийг хамгаалдаг. Бид Есүс Христтэй хэзээ нэгэн өдөр хамт амьдрах боломжтой бол-хын тулд Түүний алхам бүрийг дагахыг хичээдэг.



**СҮНСНИЙ ИЛД**

Илд нь буруу зүйлтэй тэмцэхэд тусалдаг. Бид-нийг муу муухай эсвэл хэцүү зүйлтэй тулгарах үед Сүнс бидэнд тусал-даг. Сүнсийг сонсох нь биднийг аюулгүй байхад тусалдаг.

Сүнсээ аюулгүй, аз жаргалтай байлгахын тулд чи өдөр бүр юу хийж болох вэ?



Арванхоёр  
Төлөөлөгчийн  
Чуулгын ахлагч  
Нийл Л.Андэрсэн

# Бид баптисм хүртэхдээ юу амладаг вэ?



Бид Есүс Христийн  
нэрийг өөрсөд дээрээ  
авч, Түүний Сүмийн  
гишүүн болдог.

Үүний дараа бид ариун  
ёслолоос долоо хоног бүр  
хүртсэнээр Есүсийг санах  
болно хэмээн амладаг.  
Бид Түүний зарлигуудыг  
сахихаа амладаг.



Бид Түүнд итгэдэг.  
Бид Түүнийг шүтдэг.  
Бид Түүнийг дагадаг.

*"Таны хаанчлал ирэх болтугай," 2015 оны 4-р сарын Ерөнхий чуулган, 110.*

# БИДНИЙ ХУУДАС



Би баптисм хүртэхдээ маш сайхан зүйлийг мэдэрсэн. Эхэндээ бага зэрэг сандарч байсан ч усанд орсны дараа сандрахаа больсон. Би баптисмын усан сан дотор аюулгүй байдлыг мэдэрсэн. Би баптисм хүртэх шийдвэр гаргасандаа маш их баяртай байлаа. Би Есүс Христийн Хожмын Үеийн Гэгээнтнүүдийн Сүм бол үнэн бөгөөд амьд Бурхан байдаг гэдгийг мэднэ.

Нэйлиана В., 8 настай, Бразил



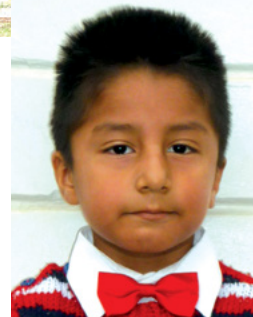
Аав, ээж хоёр бидэнд ариун сүмийн тухай ярьж өгдөг. Тэд бидэнд ариун сүмийн зураг үзүүлж, үүнээс ирэх мөнхийн адислалуудын тухай гэрчлэлээ хуваалцдаг.

Трэсор И., 7 настай, Конго



Би гэр бүлтэйгээ хамт ариун сүм явсан бөгөөд ариун сүм бол Есүс Христийн жинхэнэ өргөө гэдгийг мэднэ.

Хелам А., 5 настай, Перу



## Бүтээлт

Тэнгэрлэг Эцэг зөв шударга байдалд энэ амьд дэлхийг бүтээсэн юм.

Тэр баяр хөөр нэмэхийн тулд харанхуйд гэрлийг авчирч, агаар, далай тэнгис, газрыг элбэг дэлбэг зүйлс болон хувирч өөрчлөгддөг улирлынх нь хамт бүтээсэн.

Тэнд бидэнтэй хамт нар, сар, од, амьтад байсан. Хүн төрөлхтөн энэ дэлхийг захирахын тулд бүтээгдсэн юм.

Тэнгэрлэг Эцэг одоо амарч болно.

Бид ариун өдөр эдгээр үнэний тухай мэдэж авдаг.

С.Лин-яо, 10 настай, Тайвань

# ЭБИШ НОМЛОГЧ БАЙСАН

Э бишийн аав түүнд Есүс Христэд итгэхийг заажээ. Түүний амьдардаг хотод цөөхөн хүн Есүст итгэдэг байв. Аммон түүний хүмүүс дээр ирж, хаан Лемонайд заасны дараа Эбиш Тэнгэрлэг Эцэг өөрийг нь сайн мэдээг хүмүүстэй хуваалцаасай хэмээн хүсдэгийг мэдэж авчээ. Тэр эцэст нь Есүсийн тухай хүн бүрд хэлэх боломжтой болсон юм.



Нэг удаа манай гэр бүл номлолын төлөвлөгөө гаргасан юм. Бид хүн бүрийн юу хийх тухай шийдвэрийг гаргав. Би хоёрдугаар ангийн багшдаа Мормоны Ном

өгөхөөр шийдсэн. Намайг номоо түүнд өгөхөд тэр “Баярлалаа, Адам. Би ном унших дуртай” гэж хэлсэн. Бид гэр бүлээрээ номлолын төлөвлөгөө гаргасанд би баяртай байдаг.

**Адам В., 8 настай, АНУ-ын Юта муж**



“Эбиш, хатан хаан хоёр,” Марли Д., 6 настай, АНУ-ын Вашингтон муж



Энэ даалгаврын картыг хайчлан, нугалж, хадгал!



**ЭБИШ**

## Би номлогч байж чадна!

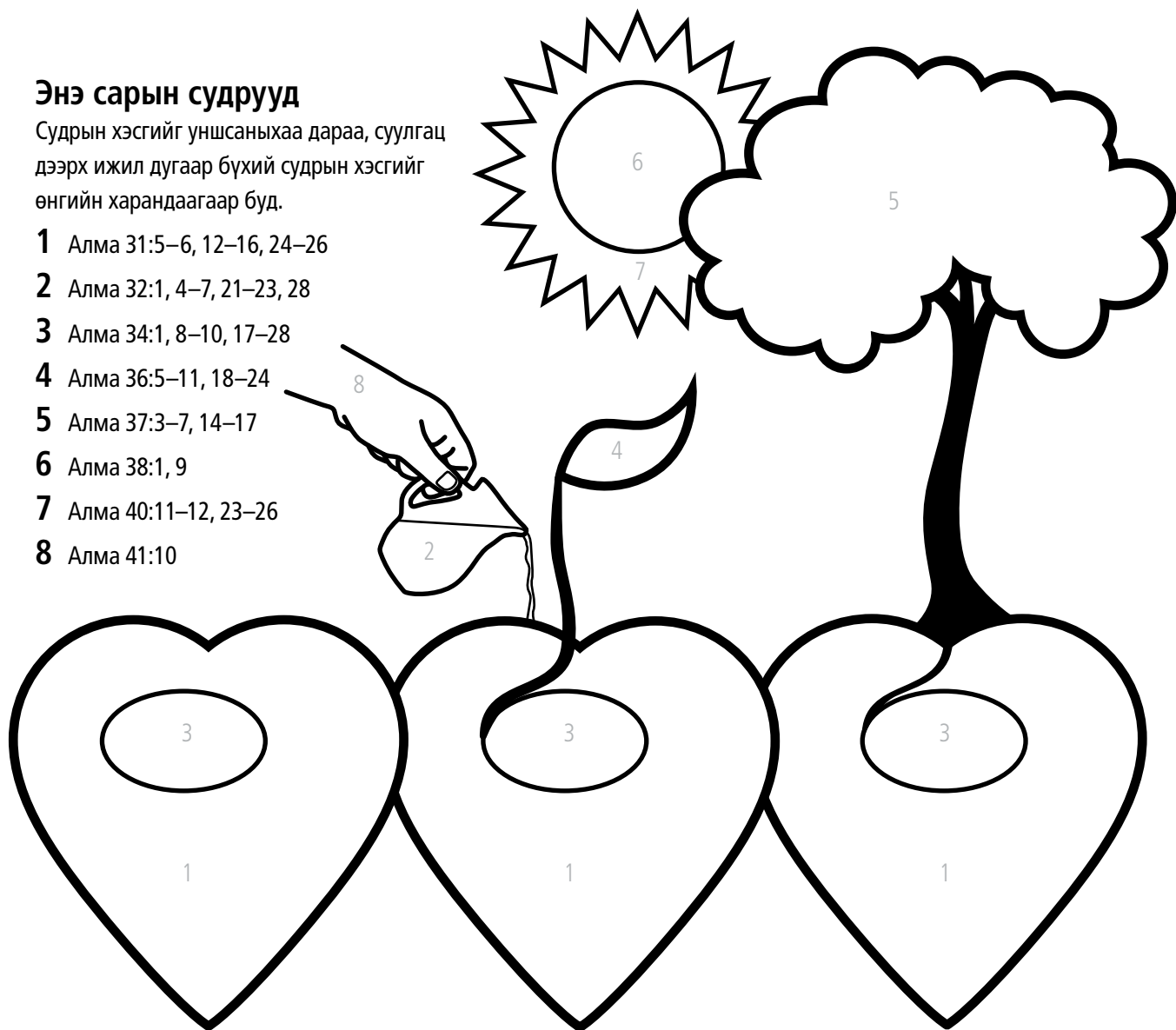
- Алма 19:36-г чээжил.
- Хүүхдийн хэсэгт сайн мэдээний тухай суралцахын тулд найзыгаа ирэхийг урь.
- Хэн нэгэнтэй сайн мэдээг хуваалцсанаар өөрийнхөө гэрчлэлийг өсгөхөд тусал.
- Би өөртөө . . . даалгавар өгөв.

\_\_\_\_\_

### Энэ сарын судрууд

Судрын хэсгийг уншсаныхаа дараа, суулгац дээрх ижил дугаар бүхий судрын хэсгийг өнгийн харандаагаар буд.

- 1 Алма 31:5–6, 12–16, 24–26
- 2 Алма 32:1, 4–7, 21–23, 28
- 3 Алма 34:1, 8–10, 17–28
- 4 Алма 36:5–11, 18–24
- 5 Алма 37:3–7, 14–17
- 6 Алма 38:1, 9
- 7 Алма 40:11–12, 23–26
- 8 Алма 41:10





### Итгэлээ хөгжүүлэх нь

Алма, Амюлек хоёр олон хүнд Есүс Христийн тухай заадаг байв. Тэд итгэлийн үрийг суулгаснаараа хүмүүсийн амьдралыг өөрчилсөн. Алма болон өөр бусад нь номлогчид байсан бөгөөд Бурханы үгийг тунхагладаг байв. Дараагийн сард өөр нэг унших урилгыг хайна уу! ■

# Алма хэрхэн залбирахыг заасан нь



Залуу Алма бусадтайгаа хамт зорамчуудад заахаар явсан. Зорамчууд Тэнгэрлэг Эцэгт итгэдэг байсан ч Түүний зарлигуудыг хэзээ ч дагадаггүй байв. Тэд Есүст итгэдэггүй байв.

Тэд залбирах зөв арга замаа мэддэггүй байсан юм.

Зорамчууд долоо хоногт нэг удаа ээлжлэн залбирдаг байв. Тэд өндөрт байрлах индэр рүү авирдаг байжээ. Тэд гараа дээш нь өргөж, бусдаас илүү онцгой байгаадаа Тэнгэрлэг Эцэгт талархдаг байв. Хүн бүр яг адилхан залбирал хэлдэг байсан байна.





Зорамчууд индэр дээр гарсан үедээ л залбирдаг байсан. Тэд гэртээ эсвэл өөр хаа нэгтээ байхдаа Тэнгэрлэг Эцэгийн тухай бодох юм уу залбирдаггүй байв.



Алма энэ хүмүүст хэзээ ч залбирч болно гэж заасан. Тэд гэртээ, талбайдаа эсвэл цөлд ч залбирч болох байв. Тэд юуны ч төлөө залбирч болох бөгөөд Тэнгэрлэг Эцэг тэдэнд туслах болно гэж Алма заажээ.



Бид Алмагийн заасан шиг залбирч чадна. Бид хэзээ ч, хаана ч залбирч болно. Бид бүр зүрх сэтгэлдээ чимээгүй залбирч болно. Тэнгэрлэг Эцэг биднийг үргэлж сонсох болно! ■



# Би хүндэтгэлтэй байж чадна



ЗУРАГ ЧИМЭГЭЛЭЙМТ АПРИЛ СТОТТ



Сүмийн арванхоёр  
дахь ерөнхийлөгч  
**Спэнсэр В.Кимбалл**  
(1895–1985)

## ГЭРЧЛЭЛЭЭ ХУВААЛЦАХ- ДАА ЮУГ, ЯАГААД, ХЭРХЭН ХУВААЛЦАХ ВЭ?

*Таныг гэрчлэлээ хуваалцах бүрд гэрчлэл тань хүчирхэгждэг.*

Энэ дэлхий дээрх бүхий л бодгаль Петрийн нэгэн адил илчлэлт авч болно [Матай 16:13–17]. Энэ илчлэлт нь Христ амьд, Есүс Христ бол энэ дэлхийн Гэтэлгэгч хэмээх гэрчлэл, мэдлэг байх болно. Бодгаль бүр энэхүү баталгааг авч болох ба энэхүү гэрчлэлийг авах үед энэ нь гагцхүү судалснаар биш, харин Бурханаас ирэх болно. Судлах нь чухал хүчин зүйл гэдэг нь мэдээжийн хэрэг ч ихээхэн залбирч, хичээж зүтгэхтэй холбоотой бөгөөд үүний дараа илчлэлт ирдэг. . . .

Хэрэв та Сүнстэй байвал гэрчлэлийн цуглаан нь бүтэн сарын турш тойргийн хамгийн сайн цуглаануудын нэг хэсэг нь байдаг. Хэрэв гэрчлэлийн цуглаан танд уйтгартай санагдвал бусад хүнд биш, харин танд асуудал байна. Та босож, гэрчлэлээ хуваалцсанаараа энэ бол сарын хамгийн сайхан цуглаан гэдгийг мэдэрч болно. Харин та суугаад үлдвэл дүрмийн алдаануудад анхаарлаа хандуулж, хангалттай

сайн ярьж чадахгүй байгаа хүнийг шоолж, танд уйтгартай санагдах



төдийгүй, энэ нь эцэстээ таныг хаант улсыг орхиход хүргэж болно. . . .

Тэргүүн Зөвлөл болон Арванхоёрынхон бүх ерөнхий эрх мэдэлтэнтэй ариун сүмд сар бүр уулздаг. Тэд гэрчлэлээ хуваалцаж, бие биенээ хэрхэн хайрладгаа та бүхний нэгэн адил нэг нэгэндээ хэлдэг. Яагаад ерөнхий эрх мэдэлтнүүдэд гэрчлэлийн цуглаан хэрэгтэй байдаг юм бол? Энэ нь та нарт гэрчлэлийн цуглаан яагаад хэрэгтэй байдагтай яг адилхан. Та гурав, зургаа, ес болон арванхоёр сарын турш гэрчлэлээ хуваалцахгүйгээр гэрчлэлээ хүчтэй хэвээр нь байлгаж чадна гэж бодож байна уу?

Манай зарим сайн хүн улиг болсон зүйлсийг хуваалцахаас эмээдэг учир сайн мэдээнд төвлөрөөгүй зүйлсийг ярьдаг бөгөөд гэрчлэлээ хуваалцахаас зайлсхийхийг хичээдэг. Та гэрчлэлийнхээ улиг болсон зүйлсийн талаар хэзээ ч бүү санаа

зов. Сүмийн ерөнхийлөгч гэрчлэлээ хуваалцахдаа “Би Иосеф Смит Бурханаар дуудагдсан, бурханлаг төлөөлөгч гэдгийг мэднэ. Би Есүс бол Христ бөгөөд амьд Бурханы Хүү гэдгийг мэднэ” гэж гэрчилдэг. Та хүн бүр адил зүйл хэлж байгааг харж байна. Энэ бол гэрчлэл. . . .

Гэрчлэл бол уриалга биш; гэрчлэл бол номлол биш (та нарын хэн нь ч бусдыгаа уриалахын тулд гэрчилдэггүй); энэ нь таны аяллын түүх биш юм. Та тэнд өөрийн гэрчлэлийг хуваалцахаар гарч ирсэн. Хэрэв та зөвхөн гэрчлэлээ хуваалцах бол 60, 120 юм уу 240 секундэд эсвэл оногдсон тэр хугацаанд хуваалцаж чадах зүйлс тань хэчнээн гайхалтай байна гээч. Бид таны хэр байгааг мэдмээр байна. Та ажилдаа үнэхээр дуртай юу? Та ажил дээрээ баяртай байдаг уу? Та Их Эзэнд хайртай юу? Та Сүмийн гишүүн байгаадаа баяртай байна уу?

. . . Та мацгийн цуглаан дээр сууж үлдээд, өөрийгөө хууран “Би өнөөдөр гэрчлэлээ хуваалцахгүй. Надад гэрчлэлээ хуваалцах олон боломж байсан учраас одоо хуваалцах нь бусад гишүүнд шударга бус зүйл болно” гэж өөртөө битгий хэлээрэй. Та гэрчлэлээ хуваалцаарай. Нэг минут гэрчлэлээ хуваалцах нь хангалттай хугацаа.

Танд гэрчлэл байгаа! Үүнийг хөгжүүлж, өргөж, томруулах хэрэгтэй нь мэдээж. Энэ нь таны хийж байгаа тэр л зүйл шүү дээ. Таныг гэрчлэлээ хуваалцах бүрд гэрчлэл тань хүчирхэгждэг. ■

*“President Kimball Speaks Out on Testimony,” New Era, 1981 оны 8-р сар, 4–7-оос авав; том үсгийг стандартын дагуу болгосон.*

# ОЙЛГОЛТ



## **Бид бүх хүүхдээ хайрлах Тэнгэрлэг Эцэгийн хайрыг хэрхэн ухаарч чадах вэ?**

“Бид бусдад үр дүнтэй үйлчлэхийн тулд тэднийг эцэг эхийнх нь нүдээр мөн Тэнгэрлэг Эцэгийн мэлмийгээр харах хэрэгтэй. Зөвхөн тэгж чадсан тохиолдолд бид бодгалийн жинхэнэ үнэ цэнийг ойлгож эхлэн, бүх хүүхдээ хайрлах Тэнгэрлэг Эцэгийн хайрыг ухаарах болно. Зөвхөн тэгснээр биднийг гэсэн Аврагчийн сэтгэлийг ойлгох болно. Бурханы мэлмийгээр харахаас нааш бид гашуудах тэдний хамт гашуудаж, тайтгарал хэрэгтэй тэднийг тайтгаруулах гэрээт үүргээ бүрэн гүйцэтгэж чадахгүй.”

# Энэ дугаарт

## ЗАЛУУЧУУДАД ЗОРИУЛАВ



### Хүндэтгэлийн Өдрийн аваргууд

50-р  
хуудас

Бид хүндэтгэлийн өдрийг ариунаар сахиx болон өрсөлдөгчидтэйгөө өрсөлдөж үндэсний рагбигийн аварга болохоор хичээх хоёрын аль нэгийг сонгох ёстой байв. Эцэст нь бид хүсэн хүлээж байснаасаа ч илүү ихийг хожсон юм.

## ӨСВӨР ҮЕИЙНХЭНД ЗОРИУЛАВ

52-р  
хуудас

### НОМЛОГЧ байхын ХАМГИЙН ХЭЦҮҮ ХЭСЭГ НЬ

Номлолын бэлтгэл нь зөвхөн судар судлахаас ч илүү зүйл юм. Энэ нь хамтрагчтайгаа хэрхэн ажиллах, эсэргүүцэлтэй хэрхэн тулгарах мөн өглөө, өдөр, оройн хоолондоо зайрмаг идэх нь тохиромжгүй гэдгийг ойлгох явдал юм!



## ХҮҮХДҮҮДЭД ЗОРИУЛАВ



### Жорданы судар уншдаг найз

68-р  
хуудас

Жордан эгчийнхээ судар уншдаг найз нь болсондоо баяртай байв. Харин тэр эгчийгээ номлолдоо эргээд явахад нь юу хийх ёстой болсон бэ?



МОНГОЛАН

ЕСҮС ХРИСТИЙН  
ХОЖМЫН ҮЕИЙН  
ГЭГЭЭНТНҮҮДИЙН СҮМ