



ДОТНО ХАРИЛЦАА ТОГТООХ НЬ

Хүмүүстэй дотно харилцаа тогтоосон үед бусдыг халамжлах бидний чадвар өсөн нэмэгддэг.

Бусдад тохинуулах урилга бол тэдэнтэй хүнлэг харилцаа тогтоох боломж бөгөөд энэ нь тэднийг биднээс тусламж гуйхад эсвэл бидний туслаалцааг хүлээн авахад хүргэх тийм харилцаа юм. Бидний ийм харилцааг хөгжүүлэхээр хичээл зүтгэл гаргахад Бурхан уг харилцаанд буй хоёр талын хоёулангийнх нь амьдралыг өөрчилж чадна.

Халамжийн нийгэмлэгийн ерөнхий ерөнхийлөгчийн зөвлөлийн нэгдүгээр зөвлөх Шэрон Л.Юбанк эгч “онцгой холбоо тогтоолгүйгээр онцгой өөрчлөлтийг хийх боломжгүй гэдэгт би үнэхээр итгэдэг” гэж хэлсэн. Бид үйлчилж буй үйлдлээрээ бусдын амьдралд өөрчлөлт авчрахын тулд “сонсох, эдгээх, найзлах, түүнчлэн хүндлэх чин сэтгэлийн хүсэл дээр суурилсан байх ёстой” хэмээн тэр хэлсэн.¹

Дотно харилцаа гэдэг нь үйл ажиллагаа биш юм. Энэ нь өрөвч зөөлөн, нинжин сэтгэлээр хандах хичээл зүтгэл болон “чин сэтгэлийн хайр” дээр тогтдог (С ба Г 121:41).²

Харилцааг тогтоож, бататгах арга зам

“Бид хүн нэг бүртэй [харилцаа] тогтоодог” хэмээн Арван хоёр Төлөөлөгчийн Чуулгын ахлагч Дийтр Ф.Угдорф хэлсэн.³ Биднийг тохинуулж буй хүмүүстэйгээ дотно харилцаа тогтоохоор хичээн чармайх үед Ариун Сүнс удирдан чиглүүлэх болно. Дараах санаануудыг ахлагч Угдорфын санал болгосон загвараас авав.⁴

- **Тэдний талаар мэдэж ав.**

“Та нар сайн мэдэхгүй хүмүүст сайн үйлчилж чадахгүй” хэмээн ерөнхийлөгч Эзра Тафт Бэнсон (1899–1994) заажээ. Гэр бүлийн гишүүн бүрийн нэр болон тэдний төрсөн өдөр, адислал, баптисм, гэрлэлт зэрэг тэмдэглэлт үйл явдлуудыг мэддэг байхыг тэрээр санал болгосон байна. Энэ нь гэр бүлийн гишүүний онцгой амжилт, үйл явдлыг тохиолдуулан тэдэнд баяр хүргэж утсаар ярих, мэндчилгээ бичих зэрэг боломжийг олгоно.⁵

- **Цагийг хамт өнгөрүүл.**

Харилцаагаа хөгжүүлэхэд цаг хугацаа хэрэгтэй байдаг. Холбоотой байх боломжуудыг эрж хай. Анхаарч халамжилдаг гэдгээ хүмүүст мэдүүлэх нь эрүүл зөв харилцаан дотор зайлшгүй байх ёстой арга зам гэдгийг судалгаанууд харуулдаг.⁶ Үйлчлэхээр дуудагдсан хүмүүс дээрээ тогтмол айлчил. Сүм дээр тэдэнтэй ярилц. Фэйсбүүк, инстаграм, твиттер, скайп, утсаар ярих эсвэл ил захидал илгээх гэх мэт бусад бүхий л арга хэрэгслийг ашиглаж болно. Арван хоёр Төлөөлөгчийн Чуулгын ахлагч Ричард Г. Скотт (1928–2015) хайр, дэмжлэгээ энгийн бөгөөд ухаалгаар илэрхийлэх хүчийн талаар ярихдаа: “Судраа нээхэд минь, . . . хуудаснуудын завсарт [эхнэр] Жийнний минь энхрий ялдам, урам хайрласан зурвасууд байнга байдаг байсан. . . . Тэдгээр үнэ цэнтэй зурвас надад илчлэлт, тайтгарлын үнэлж баршгүй эрдэнэс болсоор байгаа билээ”⁷ гэсэн байдаг.

Мөн харилцаа нь хоёр талтай гэдгийг сана. Та хайрлаж, нөхөрлөхийг санал болгосон ч тухайн хүн үүнийг хүлээн авч, хариу үйлдэл үзүүлэхгүй байвал энэ нь өсөж хөгжихгүй. Хэрэв уг хүн хүлээн авахгүй байгаа юм шиг санагдвал уг харилцааг хүчлэх гэсний хэрэггүй. Таны чин сэтгэлийн хичээл зүтгэлийг олж харах цаг хугацааг түүнд олго. Шаардлагатай бол, дотно харилцаа тогтоох боломж байгаа эсэх талаар удирдагчидтайгаа зөвлөлд.

- **Хүнлэг байдлаар харьц.**

Дотно харилцаа тогтооход өнгөц харилцаанаас илүү ихийг хийх шаардлагатай. Өнгөцхөн харилцаа нь цагийн хуваарь, цаг агаар болон бусад жижиг сажиг асуудлын талаарх яриагаар дүүрэн байдаг ч уг харилцааг илүү дотно болгоход шаардлагатай тэр мэдрэмж, итгэл, зорилго, бодлоо хуваалцах явдал байдаггүй. Тэнгэрлэг Эцэг маань Өөрийн мэдрэмж, төлөвлөгөөг Хүүтэйгээ (Иохан 5:20-ийг үзнэ үү) төдийгүй бидэнтэй бошиглогчдоороо дамжуулан хуваалцсанаар (Амос 3:7-г үзнэ үү) энэхүү илүү дотно харилцааг загвар болгон өгсөн юм. Бид өдөр тутмын үйл явдал, амьдралын сорилт бэрхшээлээ бие бие-тэйгээ хуваалцахдаа Сүнсээр удирдуулснаар нийтлэг сонирхол, ижил төстэй туршлагуудаа таньж мэдэн, бие биедээ талархах сэтгэлийг олж авдаг.

Халамжилдаг хүмүүстэйгээ харилцах нэг чухал хэсэг бол сонсох явдал юм.⁸ Та анхааралтай сонсоноор тэдний хэрэгцээг ойлгож, мэдрэх бөгөөд тэд ч мөн хайрлагдаж, ойлгогдон, аюулгүй байгаагаа мэдэрнэ. Ингэснээр бусдыг Христэд ирэхэд туслах таны боломж нэмэгдэнэ.

- **Ижил төстэй болон ялгаатай зүйлүүддээ ч талархаж бай.**

“ . . . Зарим хүн . . . энэ сүм хүн бүрд ижилхэн харагдах, сэтгэх, мэдрэх, биеэ авч явах ёстой гэдгийг заадаг гэж [итгэдэг]” хэмээн ахлагч Угдорф хэлээд, Энэ бол хүн бүрийг ах дүү нараас нь өөрөөр бүтээсэн Бурханы мэргэн ухааны эсрэг зүйл . . .

Бид энэ ялгаатай байдлын давуу талыг олж аван, нэг нэгнээ хөгжиж дэвжихэд мөн авьяас бэлгээ ахан дүүс болон бусад гишүүнээ өргөн хүчирхэгжүүлэхээр ашиглах үед Сүм улам хүчирхэг болж байдаг” гэсэн.⁹

Бурханы арга замаар бусдыг хайрлахын тулд бид бусдыг Бурханы мэлмийгээр харах шаардлагатай болно. Ерөнхийлөгч Томас С. Монсон (1927–2018) “Бид хүмүүсийг одоо ямар байгаагаар нь биш, харин ямар хүн болж чадахаар нь харж сурах хэрэгтэй” гэж хэлсэн.¹⁰ Бид бусдыг Бурханы мэлмийгээр харж сурахын тулд тусламж хүсэн залбирч болно. Бид бусдын өсөж хөгжих чадварт тулгуурлан харьцвал тэд яг тийм байдал руу ирж өсөж хөгжих болно.¹¹

- **Тэдэнд үйлчил.**

Тохинуулж буй хүмүүсийнхээ хэрэгцээнд мэдрэмжтэй байж, хэрэгтэй үед нь эсвэл зөвхөн халамжлагч хүний хувиар ирж, өөрийн цаг зав, авьяас чадварыг зориулах хүсэлтэй бай. Яаралтай тусламж хэрэгтэй, өвдсөн зэрэг хойшлуулшгүй тусламж шаардлагатай байгаа нөхцөлд та очиж, тайвшруулж, дэмжлэг, тусламж үзүүлж чадна. Гэвч хэт их харилцаа бидэнд сөргөөр нөлөөлдөг. Бурхан сонголт өгсөн болохоор, бид өөрсөд дээрээ үйлдүүлдэг биш, харин өөрсдийнхөө төлөө үйлдэгчид байж чадна (2 Нифай 2:14-ийг үзнэ үү). Төлөөлөгч Иоханы хэлснээр, эхлээд Бурхан биднийг хайрласан тул бид Түүнийг хайрласан (1 Иохан 4:19-ийг үзнэ үү), харин бид бусдад үйлчилж буй үйлдлээрээ өөрсдийн чин үнэн хайрыг тэдэнд мэдрүүлэх юм бол энэ нь зүрх сэтгэлийг зөөлрүүлж хайр, итгэлийг нь нэмэгдүүлэх болно.¹² Энэ нь харилцааг тогтоож чадах өсөн нэмэгддэг үйлдлүүдийг бий болгодог.

Аврагчийн адил тохинуулах нь

Есүс Христ Өөрийн шавь нартай дотно харилцааг үүсгэсэн (Иохан 11:5-ыг үзнэ үү). Тэрээр тэднийг мэддэг байсан (Иохан 1:47–48-ыг үзнэ үү). Тэдэнтэй хамт цагийг өнгөрөөдөг байсан (Лук 24:13–31-ийг үзнэ үү). Түүний харилцаа нь өнгөц харилцаанаас илүү гүн гүнзгий байсан (Иохан 15:15-ыг үзнэ үү). Тэрээр тэдний ялгаатай байдал (Матай 9:10-ыг үзнэ үү), чадавхт талархдаг байсан (Иохан 17:23-ыг үзнэ үү). Тэрээр бүхний Их Эзэн атлаа, үйлчлүүлэхийн тулд бус харин үйлчлэхийн тулд ирсэн хэмээн хүн бүрд үйлчилдэг байсан (Марк 10:42–45-ыг үзнэ үү).

Та үйлчлэхээр дуудагдсан хүмүүстэйгээ илүү бат бөх харилцаа тогтоохын тулд юу хийх вэ?

ЭШЛЭЛҮҮД

1. Sharon Eubank, in “Humanitarian Acts Must Be Rooted in Relationship, Sharon Eubank Says,” mormonnewsroom.org.
2. “Тохинуулын зарчмууд: Өрөвч сэтгэлээр бусдад тусламжийн гараа сунга,” *Лиакхона*, 2018 оны 7-р сар, 6–9-ийг үзнэ үү.
3. Дийтр Ф.Угдорф, “Хамгийн чухал зүйлсийн тухай,” *2010 оны 10-р сарын Ерөнхий чуулган*, 25.
4. Дийтр Ф.Угдорф, “Хамгийн чухал зүйлсийн тухай,” 25-ыг үзнэ үү.
5. See Ezra Taft Benson, “To the Home Teachers of the Church,” *Ensign*, May 1987, 50.
6. See Charles A. Wilkinson and Lauren H. Grill, “Expressing Affection: A Vocabulary of Loving Messages,” in *Making Connections: Readings in Relational Communication*, ed. Kathleen M. Galvin, 5th ed. (2011), 164–73.
7. Richard G. Scott, “The Eternal Blessings of Marriage,” *Liahona*, May 2011, 96.
8. “Тохинуулын зарчмууд: Сайн сонсогчдын хийдэг таван зүйл,” *Лиакхона*, 2018 оны 6-р сар, 6–9-ийг үзнэ үү.
9. Дийтр Ф.Угдорф, “Дөрвөн нэр,” *2013 оны 4-р сарын Ерөнхий чуулган*, 71.
10. Томас С.Монсон, “Бусдыг ирээдүйд ямар хүмүүс болсон байхаар нь харж сур,” *2012 оны 10-р сарын Ерөнхий чуулган*, 79–81.
11. See Terence R. Mitchell and Denise Daniels, “Motivation,” in *Handbook of Psychology*, vol. 12, ed. Walter C. Borman and others (2003), 229.
12. See Edward J. Lawler, Rebecca Ford, and Michael D. Large, “Unilateral Initiatives as a Conflict Resolution Strategy,” *Social Psychology Quarterly*, vol. 62, no. 3 (Sept. 1999), 240–256.