

Тусламж эрэлхийлэх нь

Бурханаас тусламж эрэлхийлэх

Тэнгэрлэг Эцэг бидэнд мөнх бус байдлын бүх сорилтыг даван туулах тэнгэрлэг тусламжийг амласан. Тэрээр олон арга замаар Өөрийн тусламжийг илгээнэ хэмээн амласан. Бид ямар нэгэн зүйлд Түүний тусламжийг олж харахгүй байсан ч бууж өгөхгүй байх нь ямагт чухал юм. Үргэлжлүүлэн эрэлхийл. Тэр тэнд байдаг.

- Гансрал гуниг, сэтгэл гутралаа даван туулахад тань туслах итгэлийг төрүүлдэг Тэнгэрлэг Эцэг, Есүс Христ хоёрын талаар ямар зүйлийг та мэддэг вэ?

Иаков 2:8; Алма 26:27–28; Сургаал ба Гэрээнүүд 6:36; 136:29 шүлгүүдийг унш. Гунигласан, сэтгэл гутарсан үедээ Их Эзэний тусламжийг эрэлхийлэх арга замуудыг хай.

- Эдгээр шүлэгт гунигласан, сэтгэл гутарсан үедээ юу хий гэж бидэнд заадаг вэ?
- Тэнгэрлэг Эцэг, Есүс Христ хоёроос тусламж хүсэх өөр ямар арга замууд байдаг вэ?

Хэт хувийн чанартай биш бол Тэнгэрлэг Эцэг, Есүс Христ хоёроос тусламж хүсэж байсан үеэ хуваалц.

Бусдаас тусламж эрэлхийлэх

Ерөнхийлөгч Спэнсэр В.Кимбалл ийн заасан.



Бурхан биднийг ажиглаж, дээрээс маань харж байдаг. Гэхдээ Тэрээр ихэвчлэн өөр хэн нэгнээр дамжуулан бидний хэрэгцээг хангадаг. (*Teachings of Presidents of the Church: Spencer W. Kimball* [2006], 82)

Гунигласан, сэтгэл гутарсан үедээ өөрийгөө бусдаас холдуулах эсвэл тусгаарлахыг хүсэх үе бидэнд бий. Энэ нь Тэнгэрлэг Эцэгийн бидэнд илгээж буй тусламжийг олж харах чадварыг хязгаарлаж болох юм. Бусдад хандах гэдэгт эцэг эх, гэр бүлийн итгэлт хүн эсвэл Сүмийн удирдагчидтай ярилцах зэрэг багтана.

Зовж шаналж буй хэн нэгнийг бусдад хандаж, бусдаас тусламж хүсэхэд туслах хоёроос гурван зүйлийг жагсаан бич.

Хэт хувийн чанартай биш бол гансрал гуниг, сэтгэл гутралтай үед гэр бүлийн гишүүн, найз тань тусалж байсан үеийг хуваалц.

Мэргэжлийн хүмүүсээс тусламж эрэлхийлэх

Тусламж эрэлхийлэх нэг чухал эх сурвалж бол итгэмжлэгдсэн эмнэлэг болон сэтгэцийн эрүүл мэндийн үйлчилгээ үзүүлэгч мэргэжилтнүүдийн мэргэн ухаан юм. Гансрал гуниг, сэтгэл гутралыг далайн давлагаатай харьцуулсан өмнөх жишээг бод. Бид гансрал гунигтай (жигжиг давлагааг мэдэрч буй) үедээ хэзээ мэргэжлийн тусламж авах хэрэгтэйг мэдэхийн тулд Ариун Сүнсний удирдамжийг дагах хэрэгтэй. Гэвч хэрэв бид сэтгэл гутарч эсвэл амиа хорломоор санагдаж байгаа тохиолдолд (том давлагаатай тулгарвал) мэргэжлийн тусламж эрэлхийлэх нэн шаардлагатай.

Арван хоёр төлөөлөгчийн чуулгын ахлагч Жэффри Р.Холландын дараах мэдэгдлийг уншаад, Тэнгэрлэг Эцэг биднийг зовж шаналах үед ямар зүйлсээр хангасныг олж мэд.



Мэргэшсэн, мэргэжлийн ур чадвартай, ёс зүйтэй, нэр хүнд бүхий хүмүүсээс зөвлөгөө ав. Тэдэнтэй өөрийн өвчний түүх болон асуудлуудын талаар илэн далангүй ярилцаарай. Тэдний өгсөн зөвлөгөө,

зааварт залбирч байгаад, хариуцлагатай ханд. Хэрэв таны мухар олгой үрэвссэн бол Бурхан таныг санваарын адислал авч, бас боломжтой байгаа хамгийн сайн эмнэлгийн тусламж, үйлчилгээг аваасай гэж хүснэ. Сэтгэл санааны хямралуудын хувьд ч мөн адил хандаасай гэж Тэрээр хүсдэг. Тэнгэр дэх бидний Эцэг энэ гайхамшигт эрин үед бидэнд зориулан өгсөн гайхамшигт бэлгүүдээ *бүгдийг* нь ашиглаасай гэж биднээс хүсдэг юм. (Жэффри Р.Холланд, "Хагарсан сав шиг," *Ерөнхий чуулган*, 2013 оны 10-р сар, 46)

Ахлагч Холландын хэлсэн үгээс утга учиртай санагдсан хэсгийг өөрийн товхимол дээр бич.

- Та яагаад сэтгэл гутралтай үед мэргэжлийн тусламж эрэлхийлэх нь чухал гэж бодож байна вэ?