

Тэвчээрээр үргэлжлүүл

Тэргүүн Ерөнхийллийн Хоёрдугаар Зөвлөх

Ерөнхийлөгч Диетер Ф. Угдорф

Тэвчээрээс бидний авдаг сургамж бидний зан чанарыг төлөвшүүлж, амьдралыг өөд татан, аз жаргалын оргилд хүргэх болно.

1960-аад оны үед Станфордын Их Сургуулийн нэгэн профессор, дөрвөн настай хүүхдүүдийн өөрийгөө захирах чадварын талаар нэг энгийн судалгаа явуулж эхэлсэн ажээ.

Тэрээр хүүхдүүдийн өмнө нэг том хөөсөн чихэр тавиад тэд чихрийг шууд идэж болно, эсвэл идэхгүй 15 минут хүлээвэл тэдэнд 2 хөөсөн чихэр өгөх болно гэжээ.

Тэгээд тэрээр хүүхдүүдийг ганцааранг нь орхиод хоёр талаасаа тольтой өрөөнд зогсоод яахыг нь ажиглаж гэнэ. Хүүхдүүдийн зарим нь чихрийг тэр дор нь идэж; зарим нь уруу таталтанд бууж өгөх хүртлээ хэдхэн минут л хүлээгээд тэвчилгүй идсэн гэнэ. Зөвхөн 30 хувь нь л идэхгүй хүлээж чаджээ.

Энэ нь нэлээд сонирхолтой судалгаа байсан ч, профессор өөр өөр судалгаануудыг хийж эхэлжээ. Учир нь түүний хэлснээр “хөөсөн чихэр идэхгүйг хичээж байгаа хүүхдүүд дээр олон өөр судалгаа хийх хэрэгтэй байв. Гэвч цаг хугацаа өнгөрөх тусам, тэрээр уг хүүхдүүдтэй холбоотой байсан бөгөөд нэгэн сонирхолтой зүйлийг ажигласан гэнэ.

Чихрийг хүлээж чадалгүй идсэн хүүхдүүд хожим нь амьдралдаа зүдэрч, зан авирын асуудалтай тулгарч байсан бол нөгөө хүлээж чадсан хүүхдүүд илүү өөдрөг үзэлтэй, илүү идэвхтэй, илүү сайн сурлагатай, илүү их орлоготой болж, бас илүү бат бөх нөхөрлөлийн харилцаатай байсан гэнэ.

Хүүхдүүд дээр хөөсөн чихрээр хийсэн энгийн судалгаа нь хүлээцтэй, тэвчээртэй байх нь хожим амьдралдаа амжилт гаргах эсэхийг таамаглах гол зан чанар мөн болохыг харуулсан чухал судалгаа болсон ажээ.

Хүлээх нь хэцүү байж болно

Хүлээх нь хэцүү байж болно. Хүүхдүүд, насанд хүрэгчид аль аль нь үүнийг мэддэг. Бид түргэн хоол идэж, нүд эрмэх зуур и-мэйл, текст бичиж, хүссэн киногоо тэр даруйд үзэж болдог, эсвэл аар саар болон гүнзгий нухацтай асуултанд алга эргүүлэхийн хооронд хариу

авч болдог дэлхийд аж төрж байна. Бид хүлээх дургүй. Хүнсний дэлгүүрт хүлээж байгаа дараалал нь бусдынхаас удаан урагшилж байвал зарим хүмүүсийн даралт ихэсдэг.

Тэвчээр буюу дур хүслээ хэсэг хугацаагаар хойш тавих гэдэг нь ховорхон тохиолдох үнэ цэнэтэй зан чанар юм. Бид хүссэн юмаа яг одоо авахыг боддог. Тиймээс, тэвчээр гэдэг таагүй, заримдаа бүр хэцүү зүйл байж болно.

Гэсэн ч, бид тэвчээргүй байвал Бурханыг баярлуулж чадахгүй; төгс төгөлдөр болж чадахгүй. Үнэхээр, тэвчээр гэдэг нь цэвэршүүлэн ариусгах үйл явц бөгөөд ойлголтыг гүнзгийрүүлж, аз жаргалыг нэмэгдүүлэн, ажил үйлсэд анхаарал төвлөрүүлэн, амар амгалангийн төлөөх найдварыг бий болгодог билээ.

Эцэг эхчүүд бид хүүхдүүдийнхээ хүсэл болгоныг биелүүлэх нь ухаалаг зүйл биш гэдгийг мэддэг. Гэвч хүүхдүүд хүссэн зүйлээ тэр дор нь аваад байснаар эрх зогоороо болдог юм биш. Тэнгэрлэг Эцэг маань сайн эцэг эхчүүдийн яваандаа ойлгодог тэр зүйлийг мэддэг.

Тэр нь юу вэ гэвэл хүүхдүүд ухаан сууж хэрсүүжин, боломжийнхоо оргилд хүрэхийн тулд, юуны өмнө хүлээж сурах ёстой гэсэн үг юм.

Тэвчээр гэдэг бол зөвхөн хүлээх гэсэн үг биш

Намайг 10-тай байхад манай гэр бүл шинэ нутагт нүүж очив. Бид Баруун Германд очихоос өмнө би дандаа сайн сурагч байлаа. Баруун Германд очтол миний боловсрол бодож байснаас огт өөр болох нь мэдэгдэв. Сургуульд үзэж байсан газарзүй миний хувьд шинэ зүйл байлаа. Бидний судалж байсан түүх бас шал өөр байлаа. Өмнө нь би орос хэлийг хоёр дахь хэл болгон сурч байсан бол одоо англи хэл сурах хэрэгтэй болов. Энэ нь надад хэцүү санагдаж байлаа. Үнэнээ хэлэхэд, миний англи хэл сурдаг ч ёстой зангууны үлгэр байна даа гэж бодогдох үе олон байсан шүү.

Сургуульд үздэг хичээлийн олон нь шинэ байсан болохоор би хоцорч эхлэх нь тэр.

Амьдралдаа анх удаа би өөрийгөө сургуульд сурахаар ухаалаг биш юм болов уу хэмээн эргэлзэж эхэлж билээ.

Аз болоход, тэвчээртэй байхыг надад сургаж хэлсэн нэг багш байлаа. Байнгын цөхрөлтгүй чармайлт, шаргуу тэвчээр – сурахад чинь тусална гэж тэр багш надад сургадаг байлаа.

Яваандаа, хэцүү хичээлүүд, бүр англи хэл ч гэсэн, илүү тодорхой болж эхлэв. Хэрвээ би тогтмол хичээллэж чадах юм бол сурах юм байна гэдгээ ойлгож эхэлсэн. Тэр дороо л сайн сураад эхлээгүй ч тэвчээрийн ачаар сайн сурдаг болсон юм.

Энэ туршлагаас би тэвчээр гэдэг бол ямар нэг зүйлийг зүгээр л хүлээх гэдгээс хамаагүй илүү зүйл юм байна гэдгийг ойлгосон. Тэвчээр гэдэг нь, зохистой зорилгын төлөө шаргуу хөдөлмөрлөн, чармайлтаа дээд зэргээр дайчилж, тэр даруйд үр дүн нь харагдахгүй байлаа ч, шантрахгүй байхыг шаарддаг юм байна гэдгийг мэдсэн юм.

Энд ойлгох нэг чухал зүйл байна. Тэвчээртэй байх гэдэг нь идэвхгүй, хүлцэнгүй байна гэсэн үг биш, бас айдсаасаа болж юу ч хийхгүй байна гэсэн үг биш. Тэвчээр гэдэг нь тэвчин хүлээж байхдаа үргэлж юм хийж байхыг хэлдэг. Энэ нь үр дүнг нь үзэхийг хүлээж байгаа тэр зүйлээ орхилгүй, чадах бүхнээ хийж, ажиллаж, итгэж найдан, итгэлээ хэрэгжүүлэх явдал мөн. Энэ бол зүрх сэтгэлийн хүсэл минь биелэгдэх нь хойшилсон ч гэсэн бэрхшээлийг зоригтойгоор даван туулах явдал мөн. Тэвчээр гэдэг бол зүгээр нэг тэсвэрлэхийг биш; харин онцгой сайнаар тэсвэрлэхийг хэлдэг юм!

Нөгөө талаас тэвчээргүй байдал нь аминч үзлийн илрэл юм. Энэ нь амин хувиа хичээдэг хүний зан юм. Дэлхий өөрсдийг нь тойрон эргэдэг бөгөөд, мөнх бус амьдралын агуу театрт зөвхөн өөрсдөө л гол дүрд нь тоглож, бусад бүх хүмүүс зүгээр л дагалдах дүрд тоглож байдаг гэж боддог хүмүүс буюу. “Ертөнцийн төв” хэмээгч хэт газар авсан нөхцөл байдлаас бүхий л тэвчээргүй байдал үүдэлтэй юм.

Ах нар минь, энэ нь санваартан бидэнд зориулан тогтоосон Их Эзэний жишгээс огт өөр юм.

Тэвчээр: Санваарын нэг зарчим

Есүс Христийн санваартан бөгөөд төлөөлөгчид бид Түүний үлгэр жишээний дагуу бусдад үйлчлэх ёстой. Санваарын удирдлагын талаарх бараг бүх хичээл Сургаал ба Гэрээний 121-р хэсэгт байдаг нь учиртай юм. Их Эзэн хэдхэн шүлэгт багтаан, санваарын удирдлагын талаар агуу чухал хичээлийг заадаг.

“Хүч буюу нөлөө нь санваарын ариун журмаар төдийгүй гагцхүү сэнхрүүллээр, тэсвэр тэвчээрээр, эелдэг зөөлөн хийгээд номхон дөлгөөнөөр, чин сэтгэлийн хайраар тэтгэгдэж чадах буюу байх ёстой ажгуу.”²

Эдгээр шүлгүүдэд тайлбарласан зан чанар болон дадлууд нь бурханлиг тэвчээрийн үндэс суурь бөгөөд санваар болон патриархын үр нөлөөтэй үйлчлэлтэй салшгүй холбоотой юм. Дуудлагаа хичээнгүйлэн гүйцэтгэх, сайн мэдээг тунхаглахад тань, чуулгынхаа гишүүдтэй нөхөрлөхөд тань, гэр орондоо хамгийн чухал санваарын үйлчлэлийг хайраар гүйцэтгэхэд тань хүч чадал болон мэргэн ухааныг дээрх зүйлс та нарт өгөх болно.

Бурхан бидэнд санваарыг итгэмжлэл хүлээлгэн өгсөн шалтгааны нэг нь, санваарын үйлчлэлийг гүйцэтгэхэд шаардлагатай тэвчээрээр дамжуулан бидний эгэл байдлыг цэвэршүүлснээр мөнхийн адислалуудыг авахад биднийг бэлтгэн, туслах явдал гэдгийг үргэлж санацгаая.

Их Эзэн бидэнд тэвчээртэй ханддагийн адил, үйлчилдэг хүмүүстээ тэвчээртэй хандацгаая. Тэд ч мөн бидний адил төгс биш гэдгийг ойлгоорой. Тэд ч бас бидний адил алдаанууд гаргадаг. Тэд ч бидний адил, өөр бусад хүмүүс өөрсдийг нь сайнаар бодоосой гэж хүсэн хүлээдэг шүү дээ.

Хэний ч төлөө бүү бууж өг. Мөн энэ нь өөрийнхөө төлөө ч бууж өгөхгүй байхыг багтааж байгаа юм шүү.

Бид бүгдээрээ нэгэн цагт, Христийн ярьсан сургаалт зүйрлэл дэх, хаанаасаа “ Эзэн, намайг тэвчин хүлцэнэ үү”³ хэмээн гуйж байгаа, хаандаа өртэй зарцтай адилхан гэдэгт би итгэдэг.

Их Эзэний зам ба цаг хугацаа

Израилын хүүхдүүд Амлагдсан Нутагт очихоосоо өмнө аглаг буйдад 40 жил хүлээсэн. Иаков Рахелыг бүтэн 7 жил хүлээсэн. Иудейчүүд Иерусалимд буцаж очоод ариун сүмийг дахин барихын тулд Вавилонд 70 жил хүлээсэн. Нифайчууд, тэмдэг нь ирэхгүй бол тэд мөхөх болно гэдгээ мэдэж байсан ч Христийн төрөлтийн тэмдгийг хүлээсэн. Либерти шоронд туулсан Иосеф Смитийн зовлон, Бурханы бошиглогчийг хүртэл “хэчнээн удаан [хүлцэн тэвчих юм бэ]?”⁴ гэж гайхшрухад хүргэсэн юм.

Жишээ болгонд, Тэнгэрлэг Эцэг Өөрийн хүүхдүүдийг хүлээлгэсэн нь цаанаа учир шалтгаантай байлаа.

Бид бүгд өөр өөр замаар хүлээх болдог. Бид залбирлынхаа хариуг хүлээдэг. Бидэнд тухайн үедээ яг зөв, хамгийн сайн мэт санагдах хариуг Тэнгэрлэг Эцэг яагаад өгөхгүй удаад байгааг нь төсөөлж ч чадахгүй тийм зүйлсийг бид хүсэн хүлээдэг.

Би байлдааны онгоцны нисгэгчийн сургалтанд бэлтгэж байсан үеэ санаж байна. Бид цэргийн бэлтгэл сургалтын ихэнх цагийг биеийн тамирын дасгал хийж өнгөрөөдөг байлаа. Эцэс төгсгөлгүй гүйх нь нисгэгч болоход яагаад чухал байдгийг би одоо ч сайн мэдэхгүй л байна. Гэсэн ч, бид гүйгээд, гүйгээд, дахин дахин гүйгээд л байдаг байсан.

Би гүйж байх үедээ нэг зүйлийг анзаарч билээ. Үнэнийг хэлэхэд энэ нь намайг түгшээсэн юм. Дахин дахин, тамхи татаж, архи пиво уудаг, сайн мэдээнд ялангуяа Мэргэн Ухааны Үгэнд харш бүх зүйлийг хийдэг хүмүүс миний хажуугаар өнгөрөн түрүүлж гүйдэг байлаа.

“Юу болж байна аа! Би гүйгээд ядрахгүй байх ёстой биш билүү?” гэж боддог байснаа санаж байна. Гэтэл би ядардаг байлаа, бас Мэргэн Ухааны Үгийг огтхон ч дагадаггүй хүмүүс надаас түрүүлдэг байсныг яана аа. Энэ нь тэр үед миний сэтгэлийг түгшээсэн гэдгийг би хүлээн зөвшөөрч байна. “Тэр амлалт үнэн юм уу, үгүй юү?” гэж би өөрөөсөө нэг удаа асууж билээ.

Хариулт нь тэр даруйд ирээгүй. Гэхдээ яваандаа би Бурханы амлалтууд үргэлж хурдан бидний хүсэн хүлээсэн замаар ирдэггүйг, тэдгээр нь Түүний цагт, Түүний арга замаар ирдэг болохыг ухаарсан юм. Олон жилийн дараа, Бурханы аливаа хуулийг дуулгавартай дагаснаар тэр даруйд ирдэг сүнсний адислал дээр Мэргэн Ухааны Үгсийг дагадаг хүмүүст ирдэг материаллаг адислалыг би олон жилийн тодорхой, бодитойгоор харсан байх юм. Эргэн санахад, Их Эзэний амлалтууд тэр даруйд ирэхгүй байж болох ч нэгэн цагт заавал ирдгийг би баттай мэднэ.

Тэвчээр итгэлийг шаарддаг

Бригам Янг бүрэн ойлгохгүй ямар нэг зүйл гарч ирэхэд, Их Эзэнээс “Үүнийг ойлгох хүртэл тэвчээртэй байхад надад туслаач” гэж гуйдаг байсан гэж заажээ. Тэгээд Бригам өөрөө түүнийг ойлготлоо залбирдаг байсан аж.

Их Эзэний төлөвлөгөөгөөр, бидний ойлголт “шат шатаар, дүрэм дүрмээр”⁶ ирдгийг бид мэдэх ёстой. Товчхоноор хэлбэл, мэдлэг ойлголт тэвчээрийн үнэ цэнээр ирдэг юм.

Заримдаа, одоогийн юмсыг ирээдүйн төрх байдлаас нь эргэж харах замаар л гагцхүү ойлгож болно. Заримдаа бид өөрсдийн амьдрал дахь Их Эзэний мутрыг бэрхшээл сорилтыг даван туулсныхаа дараа л олж хардаг. Заримдаа бидний амьдралын хамгийн хүнд хэцүү үед бидний хүний мөс жудгийн үндэс суурийг тавигч чухал суурийн чулуу болж, ирээдүй дэх боломж, ойлголт ухаарлын болон аз жаргалын замыг тавьж өгдөг.

Тэвчээр, Сүнсний үр жимс⁷

Тэвчээр нь бодгалийг эдгээж, мэдлэг ухаарлын эрдэнэсийг онгойлгож, энгийн эрэгтэйчүүд эмэгтэйчүүдийг Гэгээнтнүүд, тэнгэрлэг элчүүд болгон өөрчилдөг бурханлиг хүчин зүйл мөн. Тэвчээр нь үнэхээр Сүнсний үр жимс юм.

Тэвчээртэй байх гэдэг нь эцсийг хүртэл ямар нэг зүйлд үнэнч хэвээр үлдэхийг хэлдэг. Энэ нь ирээдүйн адислалуудын төлөө тэр даруйд хүслээ хангахыг хойшлуулна гэсэн үг. Энэ нь уур уцаараа хянаж, хахир хатуу үг хэлэхгүй байна гэсэн үг. Энэ нь, нүгэл хилэнц бусад хүмүүсийг баян болгож байгаа мэт харагдаж байвч үүнийг эсэргүүцэхийг хэлнэ.

Тэвчээртэй байх гэдэг нь өөрчилж болохгүй зүйлийг хүлээн зөвшөөрч, түүнийг зоригоор, нүүгүүлсээр, итгэлээр даван туулахыг хэлж байгаа юм. Энэ нь “бүх хүүхэд эцэгтээ захирагддаг шиг, Их Эзэний [бидэн дээр] ноогдуулах бүх зүйлийг хүлцэхэд”⁸ бэлэн байна гэсэн үг. Эцэст нь, тэвчээртэй байх гэдэг нь өдөр бүр цаг тутамд, ингэх нь хэцүү байсан ч, “Их Эзэний зарлигуудыг дагахдаа . . . тууштай бас гуйвшгүй бас хөдөлшгүй”⁹ байна гэсэн үг. Илчлэгч Иоханы хэлснээр: “Бурханы тушаалууд хийгээд Есүст итгэх итгэлийг сахидаг ариун хүмүүсийн тэвчээр энд байна.”¹⁰

Тэвчээр бол төгс төгөлдөр болох үйл явц юм. Та нар тэвчээрээрээ амиа олж авч чадна гэж Аврагч өөрөө хэлсэн билээ.¹¹ Эсвэл грек хэлээрх бичгийн өөр нэгэн орчуулгыг авч үзвэл, “тэвчээрээр та нар амиа *бүрэн дүүрнээр* хянаж чадна”¹². Тэвчээртэй байх гэдэг нь заримдаа бид хүлээж авснаар биш, харин хүлээснээр хамгийн ихээр өсөн дэгжиж чадна гэдгээ мэдэж итгэлтэй байхыг хэлдэг. Энэ нь Аврагчийн үед үнэн байсан билээ. Энэ нь бидний үед ч мөн үнэн юм. Учир нь энэхүү хожмын үед “Төгөлдөржих хүртлээ тэвчээрт үргэлжлүүл”¹³ хэмээн бидэнд зарлиг болгосон билээ.

Их Эзэн бидний тэвчээрийн төлөө биднийг адисалдаг

Эртний Дууллыг зохиогчийн үгсийг өөрчилж хэлбэл, хэрвээ бид тэвчээртэйгээр хүлээвэл, Их Эзэн бидэнд ойртох болно. Тэр бидний үгсийг сонсоно. Тэр биднийг сүйрлийн харанхуйгаас гаргаж, бат бөх хадан дээр бидний хөлийг тавина. Тэр бидний аманд шинэ дуу оруулж, бид Бурханаа магтан дуулна. Бидний эргэн тойрон дахь олон хүн хараад, Их Эзэнд итгэх болно.¹⁴

Хайрт ах нар минь, тэвчээртэй болох үйл явц зарлигуудыг дагахдаас ирнэ; Тэнгэрлэг Эцэг Бурхандаа итгэ; даруухнаар, Христийнхтэй адил хайраар Түүнд үйлчил; Аврагчид итгэж найдан; хэзээ ч бүү бууж өг. Тэвчээртэй байснаас бидний сурах зүйлс бидний зан төлөвийг хөгжүүлж, амьдралыг дээшлүүлэн мөн аз жаргалыг нэмэх болно. Энэ нь Их Эзэн Есүс Христийн итгэлтэй шавь нар, зохистой санваартнууд байхад бидэнд туслах болно.

Бүхнийг Чадагч Бурханы санваартнуудын хувьд тэвчээр нь бидний гол зан чанарын нэг байхын төлөө; бид Их Эзэний амлалтууд болон Түүний цаг хугацаанд зоригтойгоор найдахын төлөө; хайр болон тэвчээрээр бид бусдад хандахын төлөө; төгөлдөржих хүртлээ бид тэвчээрт үргэлжлүүлэхийн төлөө би Есүс Христийн ариун нэрээр залбирч байна, амен

ЭШЛЭЛ

1 Jonah Lehrer, “Don’t! The Secret of Self-Control,” *New Yorker*, 2009 оны 5-р сарын 18, 26-27-г үз

2. Сургаал ба Гэрээ 121:41; мөн шүлэг 39-45-ыг үз.

3. Матай 18-26.

4. Сургаал ба Гэрээ 121:2.

5. *Teachings of Presidents of the Church: Brigham Young (1997)*, 75.

6. Сургаал ба Гэрээ 98:12.

7. Галат 5:22, 23-ыг үз.

8. Мозая 3:19.

9. 1 Нифай 2:10.

10. Илчлэлт 14:12.

11. Лук 21:19-ийг үз.

12. Лук 21:19, зүүвэр тайлбар б-г үз.

13. Сургаал ба Гэрээ 67:13

14. Дуулал 40:1-3-ыг үз.