Machine Translated by Google

Hatua ya 10: Endelea kuchukua hesabu ya kibinafsi, na tunapokosea, kubali mara moja.

Kanuni Muhimu: Uwajibikaji wa Kila Siku

Hatua ya 10 hutusaidia kufanya maendeleo katika njia yetu mpya ya maisha yenye nia ya kiroho. Ni kuhusu kujiwajibisha kila siku kupitia tathmini ya kibinafsi, kukubali kile tunachogundua, na kutubu mara moja. Sisi si wakamilifu na tutaendelea kufanya makosa katika maisha yetu na pia katika kupona kwetu. Baadhi yetu tunaweza kuwa na wasiwasi kwamba hatuwezi kuendelea katika urejeshaji wetu isipokuwa tu kukamilisha kila hatua kikamilifu au kuishi bila makosa. Hatua ya 10 hutulinda dhidi ya shinikizo la kuishi kikamilifu. Tunakumbushwa kwamba tunamhitaji Bwana kila wakati tunapoendelea katika maisha yetu kupona.

Katika Kitabu cha Mormoni, Alma alifundisha kwamba badiliko kuu la moyo huchukua imani katika Ukombozi na Ufufuo wa Kristo (ona Alma 5:14–15). Kwa kutumia mazingira ya Siku ya Hukumu na kutoa mifano mingi ya maswali tunayoweza kujiuliza, Alma alisisitiza jukumu muhimu la kujitathmini kwa uaminifu katika kujifungua wenyewe kwa uwezo wa Kristo wa ukombozi. Tunaweza kutumia kanuni hii kwa kuuliza aina ya maswali ya kutafuta ambayo Alma alipendekeza kuhusu hisia zetu, mawazo, nia, na mwenendo. Tathmini ya kibinafsi ya kila siku na usaidizi wa Bwana wa ukombozi unaweza kutuzuia kuteleza katika kukataa, kuridhika, na kurudi tena.

Mchakato wa ajabu wa kupona ni kuhusu kumruhusu Bwana kubadilisha mawazo, hisia, na mioyo yetu. Matokeo yake, tabia zetu zitabadilika. Wale ambao wametangulia mbele yetu walituhimiza kutazama majivuno katika aina zake zote na kupeleka kwa unyenyekevu udhaifu wetu kwa Baba wa Mbinguni. Uwajibikaji wa kila siku hutusaidia kutambua tunapohitaji usaidizi na hutuzuia kurejea mazoea ya zamani.

Ni kawaida kuwa na mawazo na hisia hasi. Tunapohangaika au kuhisi kujihurumia, wasiwasi, chuki, tamaa, au woga, tunaweza kumgeukia Baba mara moja na kumwomba atubariki kwa amani na mtazamo. Tunaweza pia kugundua kwamba bado tunashikilia imani hasi. Tunaweza kumwomba Baba wetu wa Mbinguni atusaidie kufanya juhudi ya uaminifu kubadilika. Katika hatua ya 10 ya kufanya kazi, hatuhisi tena haja ya kuhalalisha, kusawazisha au kulaumu. Lengo letu ni kuweka mioyo yetu wazi na akili zetu zikizingatia Mwokozi na neema Yake.

Tunafanya kazi hatua ya 10 kwa kuchukua hesabu ya kila siku. Tunapopanga siku yetu, tunachunguza kwa sala matendo yetu na nia zinazowezekana: Je, tunafanya mengi sana au kidogo sana? Je, tunashughulikia mahitaji yetu ya msingi ya kiroho, kihisia-moyo, na kimwili? Je, tunawatumikia wengine? Je, kuna hali zozote katika siku zetu ambazo ni ngumu au zenye mkazo? Je, tunahitaji msaada kutoka kwa wengine ili kukabiliana na mambo haya magumu? Je, tunaona tabia zozote za zamani au mifumo ya kufikiri? Aina hizi za maswali hutusaidia kuishi kimakusudi, kuimarisha ahueni yetu, na kutusogeza karibu na Yesu Kristo.

Tunaweza kujitathmini wakati wowote kwa kuchukua wakati wa kufikiri, kutafakari, na kutumia hatua ambazo tumejifunza. Tunapojikuta katika wakati wa shida, tunaweza kujiuliza sisi wenyewe na Mungu, “Ni udhaifu gani wa tabia ndani yangu unaochochewa? Nimefanya nini kuchangia hili

tatizo? Je, kuna jambo lolote ninaloweza kusema au kufanya bila kujifanya litakaloongoza kwenye suluhisho la heshima kwangu na kwa mtu mwingine?" Tunaweza kujikumbusha, "Bwana ana uwezo wote. Nitampa haya na kumwamini."

Wakati wowote tunapojikuta tunachukua hatua mbaya kuelekea mtu mwingine, tunaweza kurekebisha haraka iwezekanavyo. Ni muhimu kutupilia mbali kiburi chetu na kukumbuka kwamba kusema kwa dhati, "Nilikosea" mara nyingi ni muhimu katika kuponya uhusiano kama vile kusema, "Nakupenda."

Mwisho wa siku, tunatathmini jinsi mambo yalivyokwenda. Tulifanyaje? Je, bado tunahitaji kushauriana na Bwana kuhusu tabia, mawazo, au hisia zozote mbaya? Tunaweza pia kuzungumza na mwanafamilia, rafiki, mfadhili, au mshauri anayeaminika ili kutusaidia kuona mambo kwa uwazi zaidi.

Bila shaka, tutaendelea kufanya makosa licha ya jitihada zetu zote. Lakini uwajibikaji wa kila siku ni kujitolea kukubali kuwajibika kwa makosa haya. Tunapochunguza mawazo na matendo yetu kila siku, kuyasuluhisha, na kutubu kupitia Mwokozi, mawazo na hisia hasi zitafifia.

"Hakuna kitu chenye ukombozi zaidi, kinachotia heshima zaidi, au muhimu zaidi kwa maendeleo yetu binafsi kuliko kuwa na mtazamo wa kawaida wa toba wa kila siku. Toba si tukio; ni mchakato. Ni ufunguo wa furaha na amani ya akili. Inapounganishwa na imani, toba inafungua ufikiaji wetu kwa uwezo wa Upatanisho wa Yesu Kristo [ona 2 Nefi 9:23]" (Russell M. Nelson, "Tunaweza Kufanya Vizuri Zaidi na Kuwa Bora," ***Ensign*** au ***Liahona,*** Mei 2019, 67).

Uwajibikaji wa kila siku, au toba ya kila siku, hutusaidia kupata furaha na uhuru ambao Mwokozi anatupa. Hatuishi tena kwa kutengwa na Bwana au wengine. Tunaweza kuwa na nguvu na imani ya kukabiliana na matatizo na kuyashinda. Tunaweza kufurahia maendeleo yetu na kuamini kwamba mazoezi na subira vitahakikisha ahueni inayoendelea.

Hatua za Hatua

Huu ni mpango wa utekelezaji. Maendeleo yetu yanategemea kuendelea kutumia hatua katika maisha yetu ya kila siku. Hii inajulikana kama "kufanya kazi hatua." Vitendo vifuatavyo hutusaidia kuja kwa Kristo na kupokea mwelekeo na nguvu zinazohitajika ili kuchukua hatua inayofuata katika kupona kwetu.

Maandalizi ya kiroho kwa kila siku

Sehemu muhimu ya uwajibikaji wa kila siku ni kupanga siku yetu, kufuata mipango yetu, na kisha kukagua jinsi mambo yalivyoenda mwisho wa siku. Tunapofanya hivi kimakusudi, tunalindwa dhidi ya kurudi kwenye mazoea ya zamani.

Mzee David A. Bednar anatushauri kutayarisha siku yetu na Bwana asubuhi: "Sala ya asubuhi yenye maana ni kipengele muhimu katika uumbaji wa kiroho wa kila siku—na hutangulia uumbaji wa muda au utekelezaji halisi wa siku" ("Omba. Daima," ***Ensign*** au ***Liahona,*** Nov. 2008, 41).

Machine Translated by Google

Tunapoendelea na siku zetu, tunaweka sala mioyoni mwetu kwa usaidizi na mwongozo unaoendelea. Wakati fulani mambo hayaendi jinsi tulivyopanga, na tunahitaji kubadilika na daima kutafuta usaidizi wa Baba wa Mbinguni.

Mzee Bednar anatushauri zaidi: “Mwishoni mwa siku yetu, tunapiga magoti tena na kuripoti kwa Baba yetu. Tunapitia matukio ya siku” (“Ombeni Daima,” 42). Tunapomfuata Bwana na kuhakiki siku yetu, tunaweza kusherehekea mafanikio yetu na kutambua mahali ambapo tunaweza kuwa tumekosa. Tunashauriana na Bwana kuhusu kile tunachohitaji kufanya ili kutubu au kufanya marekebisho na jinsi tunavyoweza kufanya vyema zaidi wakati ujao.

Toba ya kila siku "Siku moja kwa wakati" ni kifungu cha maneno kinachojulikana ambacho kinamaanisha kuishi wakati mmoja kwa wakati. Kwa kuendelea kuchukua hesabu ya mawazo, hisia, na tabia zetu, tunapata fursa ya kutubu na kumkaribia Baba yetu wa Mbinguni. Tunapotubu, tunagundua ukweli kwamba toba si jaribu la kusikitisha, lenye vikwazo bali ni uzoefu wa furaha na ukombozi ambao tunatazamia kukumbatia.

Tunapotubu kila siku, tunaweza kugundua mapungufu ya ziada au kukumbuka matendo ya zamani ambayo yanahitaji kuzingatiwa na, katika hali fulani, urejeshaji. Inaweza kuwa sehemu ya toba yetu ya kila siku kuangazia upya hatua za awali zilizoundwa ili kuondoa mapungufu yetu au kufanya urejeshaji. Kupitia upya na wafadhili wetu kile tumejifunza kutokana na juhudi zetu za kutubu kila siku kunaweza kufafanua kile kingine ambacho tunaweza kuhitaji kufanya ili kutubu kikamilifu. Tunaweza pia kuhitaji kukiri kwa mamlaka sahihi ya ukuhani.

Rais Russell M. Nelson anatuhimiza “kupitia nguvu ya kuimarisha ya toba ya kila siku—ya kufanya na kuwa bora zaidi kila siku” (“We Can Do Better and Better,” ***Ensign*** au ***Liahona,*** Mei 2019, 67). Tunapojinyenyekeza na kujitahidi kwa uaminifu kila siku, tunakua karibu na Mwokozi. Mwokozi aliwaagiza wanafunzi Wake, “Mtu ye yote akitaka kunifuata, na ajikane mwenyewe, ajitwike msalaba wake kila siku, anifuate” (Luka 9:23). Kutubu na kuchukua msalaba wetu kumfuata Mwokozi kila siku hututayarisha kwa hatua ya 11.

Kusoma na Kuelewa

Maandiko na kauli zifuatazo kutoka kwa viongozi wa Kanisa zinaweza kusaidia katika kupona kwetu. Tunaweza kuzitumia kwa kutafakari, kusoma na kuandika majarida. Ni lazima tukumbuke kuwa waaminifu na mahususi katika uandishi wetu ili kupata manufaa zaidi kutokana nayo.

Tazama mawazo yetu, maneno, na matendo yetu ,

“Ikiwa hamtajichunga nafsi zenu, na mawazo yenu, na maneno yenu, na matendo yenu, na kuzishika amri za Mungu, na kudumu katika imani ya yale mliyoyasikia kuhusu ujio wetu. Bwana, hata mwisho wa maisha yako, lazima uangamie. Na sasa, Ee mwanadamu, kumbuka, na usiangamie” (Mosia 4:30).

Inaweza kuwa hatari au kuua ikiwa hatungezingatia tulichokuwa tukifanya tukiwa tunaendesha gari. Andika juu ya kujitambua.

- Je, kujitathmini kunanisaidiaje kuepuka kurudia tena katika uraibu wangu (na kuangamia)?

Unda Dokezo

Unyenyekevu na kujitawala

"Heri wale wanaojinyenyekeza bila kulazimishwa kuwa wanyenyekevu" (Alma 32:16).

Kuwa tayari kuondoa mawazo hasi kabla ya kuzuka katika tabia ya kuumiza ni njia ya kujinyenyekeza bila kulazimishwa. Andika juu ya nia yako ya kujinyenyekeza. Jaribio kwa siku na kuondoa mawazo hasi.

- Ni baraka gani zinazonijia?

Unda Dokezo

Ishi sasa hivi "Kadiri mtu anavyoelimika zaidi, ndivyo anavyotafuta zaidi karama ya toba, na ndivyo anavyojitahidi kujiweka huru kutoka kwa dhambi mara nyingi anapopungukiwa na mapenzi ya Mungu. ... Inafuata hiyo dhambi za wamchao Mungu na wenye haki huondolewa daima kwa sababu wanatubu na kumtafuta Bwana upya kila siku na kila saa" (Bruce R. McConkie, ***Doctrinal New Testament Commentary*** [1973], 3:342–43).

Mojawapo ya matokeo yenye manufaa zaidi—kiakili, kihisia-moyo, na kiroho—ya kuishi kanuni zinazoelezwa katika hatua hizi ni kwamba tunajifunza kuishi wakati huu.

- Je, hatua ya 10 inanisaidiaje kukabiliana na maisha saa moja kwa wakati inapobidi?

Unda Dokezo

- Je, inanisaidiaje kujua kwamba ni lazima niishi kanuni hizi siku moja tu kwa wakati mmoja?

Unda Dokezo

Endelea toba na msamaha "Mara nyingi walipotubu na kutafuta msamaha, kwa nia ya kweli, walisamehewa" (Moroni 6:8).

Kujua kwamba Bwana yuko tayari kutusamehe mara nyingi tunapotubu kwa nia halisi kunaweza kutupa ujasiri wa kujaribu tena kila wakati tunapokosea.

Machine Translated by Google

- Inamaanisha nini kwangu kutubu na kutafuta msamaha kwa nia ya kweli?

Unda Dokezo

Kuwa

mvumilivu “Ningetaka kwamba muwe wanyenyekevu, na wanyenyekeo na wapole; rahisi kusihi; uliojaa saburi na ustahimilivu; kuwa na kiasi katika mambo yote” (Alma 7:23).

Yeyote aliyebuni msemo wa zamani “Mazoezi huleta ukamilifu” hakutaja ni kiasi gani cha subira kinahitajika ili kuendelea kufanya mazoezi. Tunapovumilia na kuendelea kufanya marekebisho ya kila siku na kuchukua hesabu za kila siku, tutaendelea katika njia yetu ya kupona.

- Je, kujitathmini na kufanya marekebisho ya kila siku kunahakikishaje kwamba nitaendelea katika unyenyekevu na maendeleo yangu ya kiroho?

Unda Dokezo

- Je, kuhesabu hesabu kila mwisho wa siku kunanisaidiaje kushinda tabia ya kushikilia hasira au hisia zingine zenye kuumiza?

Unda Dokezo

Uboreshaji wa maisha yote

“Bado ninahisi kuwasihi Watakatifu wa Siku za Mwisho umuhimu wa matumizi ya karibu ya kanuni za Injili katika maisha yetu, mwenendo na maneno na yote tunayofanya; na inahitaji mtu mzima, maisha yote kujitolea kuboresha ili kupata ujuzi wa ukweli kama ulivyo katika Yesu Kristo” ***(Discourses of Brigham Young,*** sel. John A. Widtsoe [1954], 11).

Kuchukua hatua hizi kunaweza kuelezewa kama "matumizi ya karibu" ya kanuni za injili.

- Je, ni kwa jinsi gani kuwa tayari kujitathmini kila siku katika kila ngazi (matendo, maneno, mawazo, hisia, na imani) kunanisaidiaje kujitolea kuboresha maisha yangu yote?

Unda Dokezo

Unda Dokezo