

# Hatua ya 11: Tafuta kupitia maombi na kutafakari ili kujua mapenzi ya Bwana na kuwa na uwezo wa kuyatekeleza.

## Kanuni Muhimu: Ufunuo wa Kibinafsi

Katika hatua ya 11 tunajitolea kila siku kutafuta kujua mapenzi ya Bwana na kuomba ili kupokea nguvu za kuyatekeleza. Tuligundua kwamba Mungu anataka kuzungumza nasi na kwamba tunaweza kujifunza jinsi ya kumsikia. Rais Russell M. Nelson alitangaza, “Je, Mungu kweli **anataka** kuzungumza nawe? Ndiyo!” (“Ufunuo kwa ajili ya Kanisa, Ufunuo kwa ajili ya Maisha Yetu,” *Ensign* au *Liahona*, Mei 2018, 95). Kusudi la hatua hii ni kuboresha uwezo wetu wa kumsikia Yesu Kristo, kupokea ufunuo wa kibinafsi, na kupokea nguvu za kuendesha maisha yetu ipasavyo. Tamaa hii ya ufunuo wa kibinafsi ni tofauti sana na tamaa tuliyopata wakati tulipotea katika uraibu wetu.

Hapo awali tulifikiri tumaini, furaha, amani, na utimilifu ungetoka kwa vyanzo vya kidunia kama vile pombe, dawa za kulevya, tamaa mbaya, ulaji usiofaa, au tabia zingine za kulevya au za kulazimishwa. Mtindo wetu ulikuwa wa kuepuka hisia hasi kwa kuzipunguza na uraibu wetu. Baadhi yetu tulikuwa tunajaribu kujaza utupu maishani mwetu na chochote isipokuwa Mungu. Baada ya muda tuligundua kuwa athari zozote chanya za uraibu wetu zilikuwa za muda mfupi, suluhu ghushi ambazo zilituacha wazi.

Kutafuta ufunuo ni hatua muhimu katika kufikia ahueni ya kudumu. Rais Nelson alisema: “Ninakusihi unyooshe zaidi ya uwezo wako wa sasa wa kiroho ili kupokea ufunuo wa kibinafsi, kwani Bwana ameahidi kwamba ‘kama [utatafuta], utapokea ufunuo juu ya ufunuo, ujuzi juu ya ujuzi, ili upate kujua siri na mambo ya amani—kile kinacholeta furaha, kile kinacholeta uzima wa milele’ [ Mafundisho na Maagano 42:61 ]” (“Ufunuo kwa ajili ya Kanisa, Ufunuo kwa ajili ya Maisha Yetu,” 95).

Tumeanza kufahamu hitaji letu la Mwokozi, Yesu Kristo, na kuelewa jukumu Lake katika maisha yetu. Baadhi yetu tulijihisi wagumu na kutofanya mazoezi tulipoomba, lakini tulianza kusali kwa Baba katika jina la Yesu Kristo kwa ajili ya uhusiano wa karibu Naye. Tunajua kwamba tunaweza kufanya mengi zaidi pamoja Naye kuliko vile tungeweza kufanya bila Yeye. Tulianza kujifunza kwamba kupona hakulengi tu uraibu au utimamu; inahusisha kualika mwongozo wa Bwana katika nyanja zote za maisha yetu.

Maombi, kutafakari, na kujifunza maandiko ni muhimu katika kuja kwa Kristo. Wanaweza kutusaidia kusikia sauti Yake na kupokea nguvu za kutekeleza mapenzi Yake. Tunajaribu kuomba kwa unyenyekevu, tukijua kwamba tunategemea mwongozo na nguvu za Mungu. Tunasimama na kutafakari siku nzima, tukijitahidi kunyamazisha akili zetu na kusikia sauti tulivu na ndogo. Tunajifunza maandiko, hasa Kitabu cha Mormoni, kwa sababu yanashuhudia juu ya utayari wa Bwana kutupa mwelekeo na nguvu. Tunapofanya mambo haya, tunapata ufunuo wa kibinafsi na

kupokea baraka za “kila [kuwa] na Roho wake kuwa pamoja [sisi]” kutuongoza, kutuelekeza, na kutufaraji ( Moroni 4:3 ).

Kwa wengi wetu, wazo la kupokea ufunuo wa kibinafsi lilikuwa gumu kwa sababu tuliamini kuwa hatustahili upendo wa Mungu. Katika uraibu wetu, tulifikiri kwamba Baba wa Mbinguni na Yesu Kristo hawakujali vya kutosha kuwasiliana nasi au kwamba tulipoteza haki ya kupokea ufunuo kwa sababu ya maisha yetu ya zamani. Baadhi yetu tulifikiri hatukuwahi kupokea ufunuo wa kibinafsi. Tulisali au kutafakari, na hakuna kitu kilionekana kutokea. Hatukuhisi chochote maalum au kupokea majibu yoyote yanayotambulika. Hilo lilipotukia, njia yetu ya zamani ya kufikiri iliibuka: “Mungu anaweza kuwasaidia wengine, lakini Yeye hanisaidii mimi.”

Wengi wetu bado tunapambana na hisia hizi. Lakini tulipotambua upendo na rehema zake, imani hizi potofu zilivunjwa. Ujasiri wetu kwamba anatupenda vya kutosha kuwasiliana nasi unaweza kuongezeka tunapotumia hatua ya 11 maishani mwetu.

Kazi yetu katika hatua ya 11 inatuhitaji kuwa na imani kwamba atatujibu, na tunaweza kujifunza kutambua sauti Yake. Huenda isitokee haraka au kwa ishara ya muujiza kutoka mbinguni. Lakini tunaweza kusikiliza na kuwa na subira. Sisi sote tunamsikia kwa njia tofauti. Wakati mwingine hatupati mwelekeo maalum mara moja. Hii haimaanishi kuwa hatupendi. Badala yake, inaweza kumaanisha kuwa anataka tujifunze kumwamini na kutumia kweli ambazo tayari ametupatia. Imani yetu Kwake hutusaidia kuwa tayari kumngoja na kukua katika uwezo wa kusikia sauti Yake (kwa habari zaidi, ona Richard G. Scott, “Kujifunza Kutambua Majibu ya Maombi,” *Ensign*, Nov. 1989, 30).

Bwana mara nyingi hujibu maombi yetu kupitia kwa wengine. Rais Spencer W. Kimball alifundisha: “Mungu hutuona, na anatuangalia. Lakini kwa kawaida ni kupitia mtu mwingine ndipo anapokidhi mahitaji yetu” (“Matendo Madogo ya Huduma,” *Ensign*, Desemba 1974, 5). Ni muhimu kwetu kuungana na wengine, haswa wale walio katika mifumo yetu ya usaidizi. Tunaweza kusikia sauti Yake kupitia kwa viongozi wetu wa Kanisa, wanafamilia, na marafiki na vilevile kupitia kusoma maandiko, kujifunza hotuba za mikutano, na kusikiliza muziki mtakatifu. Tunaweza pia kupokea maongozi na mwongozo mara kwa mara tunapohudhuria mikutano ya urejeshi na kushughulikia hatua za uokoaji na yetu wafadhili.

Kuboresha uwezo wetu wa kutafuta na kupokea ufunuo kunahitaji mazoezi na subira. “Kwa hakika, kunaweza kuwa na nyakati ambapo unahisi kana kwamba mbingu zimefungwa. Lakini ninaahidi kwamba unapoendelea kuwa mtiifu, ukionyesha shukrani kwa kila baraka ambayo Bwana anakupa, na unapoheshimu kwa subira ratiba ya Bwana, utapewa ujuzi na ufahamu unaotafuta. Kila baraka Bwana anayo kwako—hata miujiza—itafuata. Hivyo ndivyo ufunuo wa kibinafsi utakufanyia wewe” (Russell M. Nelson, “Ufunuo wa Kanisa, Ufunuo wa Maisha Yetu,” 95–96).

## 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.

## **Njoo kwa Yesu Kristo kupitia maombi, kufunga, na kutafakari** Kwa wale

wetu ambao tuna uzoefu mdogo wa maombi, maneno ya Mzee Richard G. Scott yanatia moyo: “Usijali kuhusu hisia zako zilizoelezewa kwa njia isiyoeleweka. Zungumza tu na Baba yako. Yeye husikia kila sala na kuijibu kwa njia Yake” (“Kujifunza Kutambua Majibu ya Maombi,” *Ensign*, Nov. 1989, 31). Ilisaidia pia kupitia sehemu za maombi. Tunamtaja Baba wa Mbinguni kwa jina, kumwambia kile tunachoshukuru, kuomba baraka tunazohitaji, na kisha kufunga katika jina la Yesu Kristo. Tunapiga magoti ikiwa tunaweza kimwili. Tunaomba, mara nyingi kwa sauti, kwa Baba, tukitafuta mwongozo Wake kupitia kwa Roho Mtakatifu (ona Warumi 8:26). Si lazima kutumia lugha ya maua. Tunaweza kuwa waaminifu na kushiriki mioyo yetu na Baba wa Mbinguni.

Wengi wetu tulijifunza kuamka mapema na kutumia muda katika upweke tulivu kwa ajili ya masomo na maombi. Tunapanga muda wa maombi na kutafakari, kwa kawaida asubuhi. Wakati huu, tunaweza kumweka Mungu kwanza, kabla ya mtu yeyote au kitu kingine chochote katika siku. Kisha tunajifunza, kwa kutumia maandiko na mafundisho ya manabii wa kisasa kuongoza tafakari zetu. Kufunga tunaweza kuwa chombo chenye nguvu cha kuongeza juhudi hii. Kisha tunasikiliza mioyo na akili zetu ili kujaribu kumsikia au kumhisi. Tunaandika mawazo na hisia zetu tunapomba na kutafakari.

Wakati huu wa thamani na wa faragha unapokwisha, hatuachi kuomba. Sala ya kimya, katika kina cha mioyo na akili zetu, inakuwa njia yetu ya kufikiria siku nzima. Tunashauriana na Bwana tunaposhirikiana na wengine, kufanya maamuzi, na kushughulika na mihemko na majaribu. Daima tunaalika na kutafuta Roho Wake kuwa pamoja nasi, ili tuweze kuongozwa kufanya jambo lililo sawa (ona Zaburi 46:1; Alma 37:36–37; 3 Nefi 20:1 ).

## **Tafakari kwa utulivu na utulivu** Wengi

wetu hupata kwamba kutafakari kunasaidia tunapotafuta ufunuo na mwongozo kutoka kwa Bwana. Tunatafuta mahali pa utulivu, bila usumbufu. Rais Russell M. Nelson amesema, “Wakati wa utulivu ni wakati mtakatifu” (“Tunachojifunza na Hatutasahau kamwe,” *Liahona*, Mei 2021, 80). Inaweza kusaidia kupata katika nafasi nzuri. Tunasafisha akili zetu na kupumzika. Tunapumua polepole na kwa kina.

Kisha tunafikiri na kutafakari kuhusu yale ambayo ni muhimu kwetu na kusikiliza mawazo yanayokuja akilini mwetu. Tunaweza kufikiria kuhusu changamoto tunazokabiliana nazo, hasa zile za kupona au mahusiano yetu. Tunaweza kufikiria kuhusu mistari ya maandiko au hotuba ya mkutano mkuu tunayojifunza. Tunaweza kufikiria kwa urahisi kuhusu siku iliyoye mbele yetu na mwelekeo tunaohitaji. Tunaweza hata kurekodi mawazo yanayokuja akilini mwetu katika shajara kwa uwazi zaidi. Baada ya wakati huu wa utulivu, tunaendelea kutafuta mwongozo na nguvu za Bwana siku nzima tunapojitahidi “kumtazama [Yeye] katika kila wazo” ( Mafundisho na Maagano 6:36 ).

Rais M. Russell Ballard amefundisha: “Ni muhimu kunyamaza na kusikiliza na kumfuata Roho. Tuna vitu vingi vya kukengeusha vya kuvutia umakini wetu, tofauti na wakati wowote katika historia ya ulimwengu. Kila mtu anahitaji muda wa kutafakari na kutafakari. ... Sote tunahitaji muda wa kujiuliza maswali au kuwa na mahojiano ya kibinafsi ya mara kwa mara na sisi wenyewe. Mara nyingi tuna shughuli nyingi sana, na ulimwengu una sauti kubwa sana hivi kwamba ni vigumu kusikia maneno ya mbinguni ‘tulia, na kujua kwamba mimi ni Mungu’ [ Zaburi 46:10 ]” ( “Be Still, and Know That I Am God.” [Ibada ya Mfumo wa Elimu ya Kanisa kwa vijana, Mei 4, 2014], matangazo.ChurchofJesusChrist.org).

# 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.

## Mkaribieni Bwana

“Nikaribieni nami nitawakaribia ninyi; nitafuteni kwa bidii nanyi mtaniona; ombeni, nanyi mtapata; bisheni, nanyi mtafunguliwa” ( Mafundisho na Maagano 88:63 ).

Bwana anaheshimu mapenzi yetu na wakala wetu. Anaturuhusu kuchagua kumkaribia bila kulazimishwa. Anatukaribia tunapomwalika kufanya hivyo.

- Je, nitamkaribiaje leo?

Unda Dokezo

## Onyesha shukrani

“Ombeni bila kukoma. shukuruni kwa kila jambo; maana hayo ni mapenzi ya Mungu kwenu katika Kristo Yesu. Msimzimishe Roho” (1 Wathesalonike 5:17–19).

Tunapokumbuka kushukuru kwa kila jambo maishani mwetu, hata mambo ambayo hatuelewi, tutaweza kudumisha mawasiliano yenye kuendelea na Mungu ambayo Paulo aliita “[tukiomba] bila kukoma.” Jaribu kumshukuru Mungu siku nzima.

- Je, mazoezi haya ya shukrani yanaathiri vipi ukaribu wangu kwa Roho?

Unda Dokezo

## Sherehekea maneno ya Kristo

“Malaika hunena kwa uwezo wa Roho Mtakatifu; kwa hivyo, wanazungumza maneno ya Kristo. Kwa hivyo, niliwaambia, furahini maneno ya Kristo; kwani tazama, maneno ya Kristo yatawaambia mambo yote mnapaswa kufanya” ( 2 Nefi 32:3 ).

Katika mstari huu, Nefi alifundisha kwamba tunaposherehekea maneno ya Kristo, maneno haya yatauongoza katika yote tunayohitaji kujua na kufanya. Fikiria jinsi ingekuwa kuwa na Yesu Kristo kutembea na kuzungumza na wewe siku nzima.

- Ninahisi nini ninapotafakari picha hii?

Unda Dokezo

### **Pokea ufunuo wa kibinafsi** “Mwokozi

alisema, 'Nitakuambia katika **akili** yako na moyoni mwako , kwa Roho Mtakatifu' ( M&M 8:2 , italiki zimeongezwa).

... Hisia kwa **akili** ni maalum sana. Maneno ya kina yanaweza kusikika au kuhisiwa na kuandikwa kana kwamba maagizo yanaamriwa. Mawasiliano kwa **moyo** ni mvuto wa jumla zaidi” (Richard G. Scott, “Kusaidia Wengine Kuongozwa Kiroho” [hotuba iliyotolewa katika Kongamano la Mfumo wa Elimu wa Kanisa, Agosti 11, 1998], 3–4).

Uelewa wetu wa ufunuo wa kibinafsi unapongezeka, tutautambua mara nyingi zaidi na kwa njia nyingi zaidi.

- Je, nimepokea vipi hisia na ufunuo kutoka kwa Bwana?

## Unda Dokezo

“Nawaambia [mambo haya ambayo nimezungumza] yamejulikana kwangu na Roho Mtakatifu wa Mungu.

Tazama, nimefunga na kuomba siku nyingi ili nipate kujua mambo haya peke yangu. Na sasa najijua mwenyewe kwamba ni za kweli; kwani Bwana Mungu ameyadhahirisha kwangu kwa Roho wake Mtakatifu; na hii ndiyo roho ya ufunuo iliyo ndani yangu” ( Alma 5:46 ).

Kufunga kwa njia ambayo Bwana ameweka kunaweza kuleta nguvu kubwa ambayo vinginevyo tusingekuwa nayo (ona Mathayo 17:14–21). Kwa kweli, tunaweza kufunga haswa ili kushinda uraibu. Isaya alifundisha, “Je, hii si mfungo niliouchagua? kuzifungua vifungo vya uovu, na kulegeza kamba za ubaya, na kuwaacha huru walioonewa, na kuvunja kila nira?” ( Isaya 58:6 ).

- Ni kwa jinsi gani kufunga na maombi vimeongeza uwezo wangu wa kupokea ufunuo?

## Unda Dokezo

“Wazo la kwamba usomaji wa maandiko unaweza kuongoza kwenye maongozi na ufunuo hufungua mlango kwa ukweli kwamba andiko halikomei kile lilichomaanisha wakati lilipoandikwa lakini pia linaweza kujumuisha kile ambacho andiko hilo humaanisha kwa msomaji leo. Hata zaidi, usomaji wa maandiko unaweza pia kusababisha ufunuo wa sasa juu ya jambo lingine lolote ambalo Bwana anataka kuwasiliana na msomaji wakati huo

wakati. Hatuzidishi hoja tunaposema kwamba maandiko yanaweza kuwa Urimu na Thumimu ili kusaidia kila mmoja wetu kupokea ufunuo wa kibinafsi” ( Dallin H. Oaks, “Scripture Reading and Revelation” *Ensign*, Januari 1995, 8).

Kujifunza lugha ya maandiko ni sawa na kujifunza lugha ya kigeni. Njia bora ya kujifunza ni kuzama ndani yake —kusoma na kujifunza kila siku.

- Ni lini nimepokea ufunuo kutoka kwa kifungu cha maandiko?

## Unda Dokezo

### **Pokea shauri kutoka kwa Bwana**

“Usitafute kumshauri Bwana, bali kuchukua shauri mkononi mwake. Kwani tazama, ninyi wenyewe mnajua kwamba yeye anashauri kwa hekima, na kwa haki, na kwa rehema nyingi, juu ya kazi zake zote.”

( Yakobo 4:10 ).

Sala zetu zinaweza kuwa hazifanyi kazi hapo awali kwa sababu tulitumia muda mwingi kumshauri Bwana—kumwambia kile tulichotaka—badala ya kutafuta mapenzi Yake kuhusu maamuzi na mwenendo wetu.

- Je, nimepata tukio la hivi majuzi la maombi? Ikiwa ndivyo, je, ilikuwa imejaa ushauri kwa Bwana au kutoka kwa Bwana?

Unda Dokezo

- Je, niko tayari kusikiliza na kupokea ushauri Wake?

Unda Dokezo

Unda Dokezo