

Hatua ya 2: Amini kwamba nguvu za Mungu zinaweza kuturudishia afya kamili ya kiroho.

Kanuni Muhimu: Tumaini

Tulipogundua kutokuwa na uwezo wetu juu ya uraibu wetu, wengi wetu tulihisi kuondolewa tumaini lolote. Tulikuwa tumejaribu kuacha mara nyingi sana. Baadhi yetu walikuwa wamesali kwa Mungu mara nyingi sana. Tulikuwa tumeomba msamaha kwa tabia zetu na tukaahidi kubadilika. Lakini baada ya kushindwa tena na tena, tulianza kufikiri kwamba Mungu alikuwa amekatishwa tamaa na sisi na hatatusaidia. Sisi ambao tulikua hatuna wazo la Mungu tulikuwa na hakika kwamba tumechoka kila njia ya msaada. Vyovyote iwavyo, hatua ya 2 ilituletea jibu ambalo aidha tulikuwa tumeacha au hatukufikiria kamwe—kupata tumaini katika Yesu Kristo na nguvu za Upatanisho Wake.

Hatimaye tulinyenyekea, tukaomba msaada. Kufuatia kile kilichohisiwa kama mwanga mdogo wa matumaini, tulianza kuhudhuria mikutano ya kurejesha uwezo wa kupata nafuu na kufanya kazi na wafadhili. Tulipokuja kwenye mikutano mara ya kwanza, tulijawa na mashaka na woga. Tulikuwa na hofu, uchovu, na pengine hata wenye kudharau, lakini angalau tulifika.

Katika mikutano ya uokoaji, watu walieleza kwa uaminifu jinsi maisha yao yalivyokuwa, nini kilifanyika kuwabadilisha, na jinsi ilivyokuwa kuishi katika kupona. Tuligundua kwamba watu wengi tuliokutana nao katika mikutano hii waliwahi kuhisi kutokuwa na tumaini kama tulivyohisi. Lakini tulipoendelea kuhudhuria, tuliona wengi wao wakicheka kikweli, wakizungumza, wakitabasamu, na kuhisi matumaini kuhusu wakati ujao. Tuliona wengi ambao walikuwa wamepitia mabadiliko makubwa katika maisha yao, mabadiliko ambayo sisi pia tulitamani.

Hatua kwa hatua, kanuni walizoshiriki na kuzifuata zilianza kutufanyia kazi. Tulipoendelea kurudi, tulianza kuhisi jambo ambalo hatukuwa nalo kwa miaka mingi—tumaini. Ikiwa kulikuwa na tumaini kwa wengine ambao walikuwa kwenye ukingo wa uharibifu, labda kulikuwa na tumaini kwa ajili yetu pia. Tulianza kuamini kwamba kama tungemgeukia Yesu Kristo, hakungekuwa na “mazoea, hakuna uraibu, hakuna uasi, hakuna kosa, hakuna kosa litakaloondolewa kutoka kwa ahadi ya msamaha kamili” (Boyd K. Packer, "Asubuhi Njema ya Msamaha," *Ensign*, Nov. 1995, 19).

Katika mazingira haya ya imani na ushuhuda, tulipata matumaini ambayo yalianza kutuamsha kwa huruma na uwezo wa Mungu. Tulianza kuamini kwamba angeweza kutukomboa kutoka katika utumwa wa uraibu. Tulifuata mifano ya marafiki wetu waliopata nafuu. Tulianza kuchukua hatua, kupata usaidizi kutoka kwa wengine—ikiwa ni pamoja na wafadhili wetu—na kuhudhuria mikutano ya urejeshi. Tulipoomba, kutafakari, na kutumia maandiko, baada ya muda tulianza kufanya upya shughuli zetu katika Kanisa. Miujiza yetu wenyewe ilianza kutokea, na tukajikuta tumebarikiwa kwa neema ya Yesu Kristo ya kutusaidia kudumisha kutokufanya mapenzi siku moja baada ya nyingine.

Tulipokuwa tukipitia hatua ya 2, tulikuwa tayari kuchukua nafasi ya kujiamini na uraibu wetu na imani katika upendo na nguvu za Yesu Kristo. Sisi kazi hatua hii katika akili na mioyo yetu kwa msaada wa wengine, na sisi kujifunza kwamba msingi wa kupona kutoka

uraibu lazima uwe wa kiroho. Kisha, tuliposonga mbele na kufanya kazi kwa kila hatua iliyopendekezwa katika mwongozo huu, hali ya kiroho ya kupona ilitibitishwa kwetu mara kwa mara.

Mpango huu ni wa kiroho, na ni mpango wa utendaji. Kwetu sisi na wengine wengi, kazi ya uokoaji imekuwa yenye thamani ya kila juhudi. Tunapotumia kanuni hizi na kuziruhusu zifanye kazi maishani mwetu, tunarudishwa kwenye akili timamu na afya kamili ya kiroho. Tunapata uhusiano wa kweli na sisi wenyewe, na wengine, na na Mwokozi Yesu Kristo.

Kwa baadhi yetu, muujiza wa kupona ulionekana kuja haraka; kwa wengine, ahueni imekuwa polepole zaidi. Vyovyote iwavyo, jambo muhimu ni kwamba tuliendelea **kujizoeza** kuamini na kuamini kwamba Mungu angetufanyia yale ambayo hatungeweza kujifanyia wenyewe. Baada ya muda hatimaye tuliweza kusema kwamba kupitia "uthabiti katika Kristo," tumekombolewa kutoka kwa uraibu na kufurahia "mng'ao mkamilifu wa tumaini" (2 Nefi 31:20).

Baba yetu wa Mbinguni mwenye upendo na Mwanawe, Yesu Kristo, wako pamoja nasi kila hatua ya njia. Wanasaidia kukuza na kupanua tumaini letu katika Kristo. Rais M. Russell Ballard alifundisha:

"Kwa wale ambao mmeanguka mawindo ya aina yoyote ya uraibu, kuna tumaini kwa sababu Mungu anawapenda watoto Wake wote na kwa sababu Upatanisho wa Bwana Yesu Kristo hufanya mambo yote yawezekane.

"Nimeona baraka ya ajabu ya kupona ambayo inaweza kumweka mtu huru kutoka kwa minyororo ya uraibu. Bwana ndiye Mchungaji wetu, nasi hatutapungukiwa na kitu tunapozitumainia uweza wake. Upatanisho. Ninajua kwamba Bwana anaweza na atawaweka huru watumwa kutoka katika utumwa wao, kwani kama vile Mtume Paulo alivyotangaza, 'Nayaweza mambo yote katika yeye anitiaye nguvu' (Wafilipi 4:13)" ("O Ule Mpango Wenye Ujanja wa Yule Mwovu. ," **Ensign** au **Liahona**, Nov. 2010, 110).

Tukirudi tena, tunapata thamani kubwa kumgeukia Mungu na kuzungumza na wafadhili wetu. Tunaweza kujaribiwa kukata tamaa kabisa. Lakini kurudi tena hakuharibu maendeleo ambayo tumefanya, na hakuhitaji kuharibu tumaini letu. Kurudia tena ni ukumbusho wa nguvu wa hitaji letu la kuendelea kwenda kwenye mikutano ya uokoaji, kutafuta usaidizi wa wafadhili na wengine, kujisalimisha kwa Mungu, na kufanyia kazi hatua hizi. Tunapoendelea kusonga mbele, tunaanza kuhisi nguvu za Yesu Kristo katika maisha yetu. Tunaweza kujiepusha vizuri zaidi, na tumaini letu huongezeka.

Mzee David A. Bednar alifundisha: "Tunaweza kufikiri kwa uwongo kwamba baraka na karama kama hizo zimetengwa kwa ajili ya watu wengine wanaoonekana kuwa wenye haki zaidi au wanaohudumu katika miito inayoonekana ya Kanisa. Ninashuhudia kwamba rehema nyororo za Bwana zinapatikana kwetu sote na kwamba Mkombozi wa Israeli ana shauku ya kutoa zawadi kama hizo juu yetu" ("The Tender Mercies of the Lord," **Ensign** au **Liahona**, Mei 2005, 101). Yesu Kristo atatupatia rehema nyingi nyororo katika safari yetu kuelekea kupona, mojawapo ya muhimu zaidi likiwa tumaini kwamba nguvu za Mungu zaweza kuturudishia afya kamili ya kiroho.

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.

Kuza ufahamu sahihi wa tabia ya Mungu aibu yetu mara nyingi huingia

katika njia ya kuelewa tabia na upendo wa Mungu kwetu. Tukiwa tumepofushwa na maumivu na uraibu wetu, mara nyingi tunamwona kama mtu wa kulipiza kisasi, aliyekatishwa tamaa, au mwenye hasira nasi. Kusudi la hatua hii ya hatua ni kuweka kando mawazo yasiyo sahihi kuhusu Mungu na kukuza ufahamu bora wa upendo Wake, rehema, na nia na hamu ya kutubariki.

Kwanza, ni muhimu kuelewa kwamba Mungu yuko hata kama hatuhisi uwepo wake.

Kumjua Mungu ni kazi ngumu na inahitaji subira. Inaweza kuwa vigumu wakati tumezoea kuridhika papo hapo, lakini baada ya muda tunaweza kuanza kuona na kupata uzoefu wa sifa Zake takatifu. Tunamjua Mungu vizuri zaidi.

Tunaweza kumwomba Baba wa Mbinguni atusaidie kuelewa vyema asili Yake. Tunaweza kuutafuta mkono wa Mungu maishani mwetu na ni kiasi gani anachotufanyia. Tunaweza kujifunza maandiko kuhusu rehema na neema ya Mwokozi na kisha kujadili maandiko haya na wafadhili wetu na wengine wanaotuinga mkono.

Tunapoanza kupata ufahamu bora wa upendo na rehema ya Mungu, tunaanza kupata ujasiri na matumaini zaidi katika nguvu za Mungu za kutukomboa. Rais J. Reuben Clark Mdogo alishuhudia kuhusu huruma ya Baba yetu wa Mbinguni kwa kusema: "Ninaamini kwamba Baba yetu wa Mbinguni anataka kuokoa kila mmoja wa watoto wake. ... Ninaamini kwamba kwa uadilifu wake na rehema zake atatupa malipo ya juu zaidi kwa matendo yetu, kutupa yote anayoweza kutoa, na kinyume chake, ninaamini kwamba atatuwekea adhabu ya chini ambayo inawezekana kwake kuitoa. kulazimisha" (katika Conference Report, Oct. 1953, 84).

Omba na ujifunze maandiko Rais M.

Russell Ballard alisema: "Ikiwa mtu yeyote ambaye ni mraibu ana hamu ya kushinda, basi kuna njia ya uhuru wa kiroho—njia ya kuepuka utumwa—njia ambayo imethibitishwa. Inaanza na maombi—mawasiliano ya dhati, ya dhati, na ya mara kwa mara na Muumba wa roho na miili yetu, Baba yetu wa Mbinguni" ("O That Cunning Plan of the Evil One," *Ensign* au *Liahona*, Nov. 2010, 110).

Tunapoacha kiburi na kujitahidi kufanya vyema tuwezavyo kila siku, tunatamani kuomba kwa ajili ya mwongozo na maelekezo kutoka kwa Baba wa Mbinguni mwenye upendo. Baadhi yetu tulikuwa hatujawahi kuomba au kutafakari maandiko. Baadhi yetu tulishawishiwa kuacha kusali au kujifunza. Tulifikiri kimakosa kwamba jitihada hizi hazikufaulu kwa sababu hatukuhisi kuwa karibu na Mungu au kwa sababu bado tulikuwa tukipambana na uraibu.

Tuligundua kwamba moja ya ufunguo wa mafanikio ilikuwa kuendelea kutumia zana hizi za kiroho. Kuomba kwa sauti, kuomba kwa shukrani rahisi siku nzima, na kuombea wengine yalikuwa mazoea mapya yenye nguvu kwa wengi wetu. Njia mojawapo ya kuongeza nguvu ya maombi ni kwa zaidi

kwa uaminifu kueleza mapambano yetu kwa Mungu. Hata tuliposhiriki na Baba wa Mbinguni ukosefu wetu wa nia ya kubadilika, utayari wetu uliimarishwa. Pia tulipitia hisia za mara kwa mara, tulivu, ndogo kutoka kwa Roho Mtakatifu. Tulianza kumuuliza Mungu ni hatua gani ndogo ambazo tunaweza kuchukua kila siku, badala ya kumwomba tu aondoe changamoto na uraibu wetu mara moja.

Hatimaye, hamu ya kuwasiliana na Mungu hutuongoza kujifunza maneno ya manabii wa kisasa na wa kale. Kusoma maandiko kwa maombi, kutafuta majibu kwa maswali yetu, na kurekodi misukumo kutoka kwa Roho kunaweza kusaidia katika kuamini kwamba Mungu anaweza na atatusaidia.

Mahali pazuri pa kuanza kujifunza neno la Mungu ni pamoja na maandiko na nukuu mwishoni mwa kila sura katika mwongozo huu. Kila andiko na nukuu ilichaguliwa kwa kuzingatia ahueni, na kila swali linaulizwa kwa matumaini kwamba inaweza kutusaidia kutumia maandiko na nukuu katika maisha yetu. Tumegundua kwamba kuchukua hata dakika chache kila siku kutafuta kile ambacho Mungu anatamani kutujulisha huleta thawabu kubwa. Tunatoa ushuhuda wetu kwa ukweli huu: "Ndio, tunaona kwamba yeyote anayetaka anaweza kushikilia neno la Mungu, ambalo ni hai na lenye nguvu, ambalo litagawanya hila zote na mitego na hila za ibilisi" (Helamani. 3:29).

Kusoma na Kuelewa

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

Mwamini Mungu

"Mwaminini Mungu; amini kwamba yuko, na kwamba aliumba vitu vyote, mbinguni na duniani; amini kwamba ana hekima yote, na uwezo wote, mbinguni na duniani; amini kwamba mwanadamu haelewi vitu vyote ambavyo Bwana anaweza kuelewa" (Mosia 4:9).

- Mashahidi wengi mbinguni na duniani wanashuhudia kuwepo kwa Mungu. Ni ushahidi gani wa Mungu na upendo Wake ambao nimepitia?

Unda Dokezo

Ongeza imani katika Yesu Kristo Rais

Russell M. Nelson alifundisha: "Anza leo kuongeza imani yako. Kupitia imani yako, Yesu Kristo ataongeza uwezo wako wa kuhamisha milima maishani mwako" ("Christ Is Risen: Faith in Him Will Move Mountains," *Liahona*, Mei 2021, 101).

Wengi wetu tulijaribu kujikwamua kutokana na uraibu wetu kupitia utashi tu au kwa kuwa na imani kwa rafiki au mtaalamu. Punde au baadaye, tuligundua kwamba imani ndani yetu au kwa wengine haikutuwezesha kushinda uraibu wetu kikamili. Imani katika Yesu Kristo na uwezo wake wa kutuonya ndio msingi wa kupona kwetu.

- Je, ninahisije leo kuhusu kumgeukia Mwokozi katika juhudi zangu za uokoaji?

Unda Dokezo

- Ni nini kimenisaidia kuwa na imani katika Yesu Kristo?

Unda Dokezo

- Je, mfadhili wangu, viongozi wa Kanisa, na wengine wanapendekeza nifanye nini ili kusaidia kuongeza imani yangu?

Unda Dokezo

Nguvu na nguvu ya tumaini Tunapokuwa na

tumaini mioyoni na akilini mwetu, tutakuwa na mtazamo mzuri juu ya matendo yetu yajayo.

Matumaini huleta nguvu na ujasiri thabiti badala ya matumaini ya muda. Matumaini yanaweza pia kuwa chanzo cha amani, utulivu, na utulivu wa kihisia tunapoendelea kupata nafuu kutokana na uraibu.

Kuhusiana na kanuni hii, Rais Russell M. Nelson alisema, "Tumaini ni kuu kuliko matamano ya kutamani. Tumaini, likiimarishwa na imani na mapendo, hutengeneza nguvu kama chuma. Matumaini yanakuwa nguzo ya nafsi. ...

Ikiwa tutashikamana na nanga ya tumaini, itakuwa ulinzi wetu ***milele***"

("Tumaini Bora Zaidi" [Ibada ya Chuo Kikuu cha Brigham Young, Jan. 8, 1995], 3, speeches.byu.edu).

- Ni lini nimehisi nguvu na ujasiri kwa sababu ya tumaini katika Kristo?

Unda Dokezo

- Ni mazoea na matendo gani ya kiroho ya kila siku niliyokuwa nikifanya wakati huo?

Unda Dokezo

- Je, kuwa na tumaini kuliathirije akili, hisia, na roho yangu? Je, iliathiri vipi malengo na mipango yangu ya baadaye?

Unda Dokezo

- Je, iliathiri vipi uhusiano na mwingiliano wangu na watu wanaonipenda na kunjali?

Unda Dokezo

Orodha ya shukrani

Njia moja ya kumwona Mungu katika maisha yetu ni kutafakari mara kwa mara na kuandika kuhusu baraka zetu. Tunaweza kuelewa vyema upendo wa Baba wa Mbinguni kwetu kwa kutafuta ushahidi wa upendo Wake na nguvu katika maisha yetu.

- Ninashukuru kwa nini?

Unda Dokezo

- Ni mambo gani mazuri yametokea katika maisha yangu?

Unda Dokezo

- Nimeuonaje mkono wa Mungu maishani mwangu?

Unda Dokezo

Shikilia tumaini katikati ya kuugua tena Mzee

Dale G. Renlund alifundisha: "Mtakatifu ni mwenye dhambi ambaye anaendelea kujaribu." ... Mungu anajali sana sisi ni nani na tunakuwa nani kuliko vile tulivyokuwa zamani. Anajali kwamba tunaendelea kujaribu" ("Latter-day Saints Keep on Trying," *Ensign* au *Liahona*, Mei 2015, 56). Sisi sote hupata hisia za kukosa tumaini mara kwa mara tunapojitahidi kupata nafuu. Hii ni kweli hasa ikiwa au tunaporudi tena. Lakini tumaini letu na ahueni vimejikita zaidi katika maendeleo kuliko ukamilifu. Kurudi nyuma hakufuti juhudi zetu za awali au kasi ya kumgeukia Yesu Kristo. Tunaweza kujifunza kudumisha tumaini letu katika Kristo hata tunaporudi tena.

- Je, ni kwa njia gani ninajaribu kubadilika, kuwa bora, na maendeleo?

Unda Dokezo

- Je, ni baadhi ya ushindi au mafanikio gani ambayo nimepata katika maisha yangu hivi majuzi?

Unda Dokezo

- Je, mfadhili wangu, viongozi wa Kanisa, wanafamilia, na marafiki wanasema nini kuhusu juhudi na maendeleo yangu?

Unda Dokezo

Anaweza kutukomboa kutoka katika utumwa

"Lakini ikiwa mtamgeukia Bwana kwa makusudi kamili ya moyo, na kumtumainia, na kumtumikia kwa bidii yote ya akili, mkifanya hivi, atafanya, sawasawa na mapenzi yake na

furaha, kuwakomboa kutoka utumwani" (Mosia 7:33).

- Ni nini hunisaidia kuwa na imani zaidi katika ahadi kwamba Yesu Kristo atanikomboa?

Unda Dokezo

- Ninawezaje kumgeukia Yesu Kristo vyema zaidi, kuweka tumaini langu Kwake, na kumtumikia kwa bidii yote ya akili? Je, ni mambo gani mahususi ninayoweza kuboresha?

Unda Dokezo

- Inamaanisha nini kwangu kumngojea Yesu Kristo anikomboe "kulingana na mapenzi yake na radhi yake?"

Unda Dokezo

Unda Dokezo