



President Dieter F. Uchtdorf

andre rådgivare i första presidentskapet

Fortsätt i tålmod

Det vi lär oss av tålmodet utvecklar vår karaktär, lyfter våra liv och förhöjer vår lycka.

På sextioalet påbörjade en professor vid Stanford-universitetet ett blygsamt experiment där han testade viljestyrkan hos fyraåriga barn. Han placerade en stor marshmallow framför dem och sade till dem att de fick äta den genast, eller, om de väntade femton minuter kunde de få två marshmallows.

Sedan lämnade han barnen ensamma och iakttog vad som hände genom en spionspegel. Några av barnen åt genast upp sin marshmallow medan andra bara kunde vänta några minuter innan de föll för frestelsen. Endast 30 procent klarade av att vänta.

Det var ett måttligt intressant experiment och professorn gick vidare till andra forskningsområden, för, med hans egna ord: ”man kan inte göra så mycket med barn som försöker att inte äta marshmallows.” Men han följde barnen under deras uppväxt och började lägga märke till ett intressant samband: barnen som inte kunde vänta fick svårigheter senare i livet och hade fler beteendeproblem, medan de som väntade tenderade att vara mer positiva och motiverade, de fick högre betyg och inkomster och hade sundare relationer.

Det som började som ett enkelt

experiment med barn och marshmallows blev en banbrytande undersökning som tydde på att förmågan att vänta — att ha tålmod — är ett avgörande karaktärsdrag som kan förebåda framgång senare i livet.¹

Det kan vara svårt att vänta

Det kan vara svårt att vänta. Både barn och vuxna vet det. Vi lever i en värld som erbjuder snabbmat, snabbmeddelanden, filmer On Demand och omedelbara svar på de trivialaste eller djupaste frågor. Vi tycker inte om att vänta. Det finns till och med de som känner blodtrycket stiga när deras kassakö i butiken rör sig långsammare än de intill.

Tålmod — förmågan att lägga våra önskningar åt sidan en stund — är en dyrbar och ovanlig dygd. Vi vill ha det vi vill ha och vi vill ha det nu. Följaktligen kan tålmodet som begrepp verka otrevligt och ibland bittert.

Likväl kan vi inte behaga Gud utan tålmod — vi kan inte bli fullkomliga. Förvisso är tålmod en renande process som förädlar förståndet, fördjupar lyckan, fokuserar handlingen och inger hopp om frid.

Som föräldrar vet vi hur oklokt det skulle vara att tillfredsställa våra barns alla önskningar. Men det är inte bara



barn som blir bortskämda när de överöses med omedelbar tillfredsställelse. Vår himmelske Fader vet det som goda föräldrar lär sig med tiden: Om barnen någonsin ska kunna mogna och nå sin potential måste de lära sig att vänta.

Tålmod är inte bara att vänta

När jag var tio år gammal blev min familj flyktingar i ett nytt land. Jag hade alltid varit duktig i skolan — i alla fall tills vi kom till Västtyskland. Där upplevde jag skolan på ett helt nytt sätt. Geografin som vi lärde oss i min nya skola var obekant. Historien som vi studerade var också mycket annorlunda. Innan dess hade jag lärt mig ryska som andra språk — nu var det engelska som gällde. Det var svårt för mig. Faktiskt fanns det stunder då jag verkligen trodde att min tunga inte var skapad för att tala engelska.

Jag kom efter i skolan eftersom så mycket i läroplanen var nytt och främmande. För första gången i mitt liv började jag undra om jag helt enkelt

inte var tillräckligt smart för att gå i skolan.

Lyckligtvis hade jag en lärare som lärde mig att ha tålmod. Han lärde mig att oförtröttligt och idogt arbete — tålmodig uthållighet — skulle hjälpa mig att lära.

Med tiden blev svåra ämnen lättare — även engelskan. Långsamt började jag inse att om jag övade ständigt så gick det till slut. Det kom inte med en gång, men med tålmod så kom det.

Av den erfarenheten lärde jag mig att tålmod innebär mycket mer än att bara vänta på att något ska hända — tålmod krävde att jag aktivt arbetade mot värdiga mål, och inte blev missmodig när resultaten inte kom genast eller utan ansträngning.

Det finns något viktigt vi kan lära av detta: Tålmod är varken passiv uppgivenhet eller underlåtenhet att handla på grund av rädsla. Tålmod innebär att aktivt vänta och uthärda. Det innebär att hålla sig till något och göra allt vi kan — att arbeta, hoppas och utöva

tro, att genomgå svårigheter med själstyrka, även när vårt hjärtas önskingar låter vänta på sig. Tålmod är inte bara att uthärda, utan att uthärda väl!

Brist på tålmod, å andra sidan, är ett symptom på själviskhet. Det är en egenskap hos självupptagna. Det kan härledas från det alldeles för utbredda tillstånd som kallas ”universums mittpunkt”-syndromet, som får människor att tro att världen kretsar kring dem och att alla andra bara är statister i jordelivets stora teater och att de har den enda huvudrollen.

Så mycket det här skiljer sig, mina kära bröder, från den norm som Herren har satt för oss som prästdömsbärare.

Tålmod, en prästdömsprincip

Som prästdömsbärare och representanter för Herren Jesus Kristus måste vi tjäna andra på ett sätt som överensstämmer med hans exempel. Det finns en anledning till varför nästan varje lektion i prästdöms ledarskap



förr eller senare kommer fram till kapitel 121 i Läran och förbunden. I några få verser ger Herren en lysande lektion i prästadömetns ledarskap. ”Ingen makt och inget inflytande kan eller bör göra sig gällande i kraft av prästadömet utom genom överbevisning, genom långmodighet, genom mildhet och ödmjukhet och genom uppriktig kärlek.”²

De karaktärssegenskaper och det handlingssätt som beskrivs i de här verserna utgör grundvalen för gudomligt tålmod och är oskiljaktigt förbundna med effektivt prästadömstjänande och patriarkaliskt tjänande. De egenskaperna ger er styrka och visdom när ni ärar era kallelser, predikar evangeliet, stärker gemenskapen hos kvorummedlemmar samt då ni utför det allra viktigaste prästadömstjänandet — det kärleksfulla tjänande som utförs inom det egna hemmets väggar.

Låt oss alltid minnas att en av anledningarna till att Gud har anförtrött oss prästadömet är för att hjälpa oss förbereda oss för eviga välsignelser genom att förädla vår natur med det tålmod som prästadömstjänande kräver.

Liksom Herren har tålmod med oss, låt oss ha tålmod med dem vi tjänar. Ha förståelse för att de, liksom vi, är ofullkomliga. De, liksom vi, gör misstag. De, liksom vi, vill att andra hellre ska fria än fälla dem.

Ge aldrig upp hoppet om någon. Och det innefattar att inte ge upp hoppet om sig själv.

Jag tror att var och en av oss vid någon tidpunkt kan identifiera sig med tjänaren i Kristi liknelse som var skyldig kungen pengar och bönföll honom och sade: ”Ha tålmod med mig.”³

Herrens sätt och tid

Israels barn väntade fyrtio år i ödemarken innan de fick gå in i det förlovade landet. Jakob väntade i sju långa år på Rakel. Judarna väntade sjuttio år i Babylon innan de fick vända tillbaka för att bygga upp templet igen. Nephiterna väntade på ett tecken på Kristi födelse, medvetna om att de skulle gå under om tecknet inte visade sig. Joseph Smiths prövningar i Libertyfängelset fick till och med en Guds profet att undra ”hur länge?”⁴

I alla dessa fall hade vår himmelske Fader en avsikt med att hans barn behövde vänta.

Var och en av oss kallas att vänta på vårt eget sätt. Vi väntar på bönesvar. Vi väntar på sådant som just då verkar så rätt och så bra för oss att vi omöjligen kan föreställa oss varför vår himmelske Fader skulle dröja med svaret.

Jag minns då jag förberedde mig för min utbildning till stridspilot. En hel del av vår förberedande militärutbildning bestod av fysisk träning. Jag

är fortfarande inte helt säker på varför ändlös löpning ansågs vara en så viktig förberedelse inför att bli pilot. Men vi sprang och vi sprang och vi sprang lite till.

När jag sprang började jag lägga märke till något som uppriktigt sagt oroade mig. Om och om igen blev jag omsprungen av män som rökte, drack och gjorde allt möjligt som stred mot evangeliet, och i synnerhet mot visdomsordet.

Jag minns att jag tänkte : ”Vänta lite nu! Är det inte meningen att *jag* ska kunna springa och inte bli trött?” Men jag *var* trött, och jag blev omsprungen av människor som definitivt inte levde efter visdomsordet. Jag medger att det oroade mig då. Jag frågade mig själv: ”Var löftet sant eller inte?”

Svaret kom inte omedelbart. Men slutligen lärde jag mig att Guds löften inte alltid infrias lika snabbt eller på samma sätt som vi kanske hoppas — de infrias i enlighet med hans tidsplan och hans sätt. Flera år senare kunde jag se klara bevis på de timliga välsignelser som ges till dem som lyder visdomsordet — förutom de andliga välsignelser som omedelbart kommer när vi lyder en av Guds lagar. När jag ser tillbaka är jag övertygad om att Herrens löften, även om de kanske inte alltid är snabba, alltid är säkra.

Tålmod kräver tro

Brigham Young lärde att när det hände saker som han inte riktigt kunde förstå, brukade han be Herren: ”Ge mig tålmod att vänta tills jag kan förstå det.”⁵ Och sedan fortsatte Brigham att be tills han förstod det.

Vi måste lära oss att i Herrens plan kommer vår insikt ”rad på rad, bud på bud”.⁶ Kort sagt, kunskap och insikt kommer till priset av tålmod.

Ibland kan de djupa dalar vi nu lever i endast förstås när vi ser tillbaka på dem uppifrån bergen i våra framtida upplevelser. Ofta kan vi inte se Herrens hand i vårt liv förrän långt efter det att prövningarna passerat. Ofta är de allra svåraste stunderna i vårt liv viktiga byggstenar som bildar grundvalen för vår karaktär och banar väg för framtida möjligheter, insikter och lycka.

Tålmod, en av Andens frukter⁷

Tålmod är en gudomlig egenskap som kan hela själar, öppna skatter av kunskap och insikt, och förvandla vanliga män och kvinnor till helgon och änglar. Tålmod är verkligen en Andens frukt.

Tålmod innebär att man håller sig till något ända till slutet. Det innebär att man väntar med omedelbar tillfredsställelse till förmån för framtida välsignelser. Det innebär att man tyglar sin vrede och håller tillbaka ovänliga ord. Det innebär att man motstår det onda, även när det verkar göra andra rika.

Tålmod innebär att acceptera det som inte kan förändras och möta det med mod, god min och tro. Det innebär att vara ”villig att underkasta sig allt som Herren anser lämpligt att lägga på [oss], alldeles som ett barn underkastar sig sin far”.⁸ I slutändan innebär tålmod att man är ”fast och ståndaktig och orubblig i att lyda Herrens befallningar”⁹ varje timma varje dag, även då det är svårt att vara det. Med Johannes Uppenbararens ord: ”I detta visar sig de heligas uthållighet: de håller fast vid Guds bud och tron på Jesus.”¹⁰

Tålmod är en fullkomnande process. Frälsaren själv sade att ”genom att stå fasta ska ni vinna era själar”.¹¹ Eller för att använda en annan översättning av den grekiska texten:



”genom ert tålmod *vinner ni herravälde* över era själar.”¹² Tålmod innebär att förbli i tro, med vetskap om att ibland är det när vi väntar och inte när vi tar emot som vi växer mest. Det var sant på Frälsarens tid. Det är även sant i vår tid, för vi är befallda i dessa sista dagar att fortsätta ”i tålmodighet tills [vi] är fullkomliggjorda”.¹³

Herren välsignar oss för vårt tålmod

Med en omskrivning av den gamle psalmistens ord: Om vi tålmodigt väntar på Herren böjer han sig till oss. Han hör våra rop. Han drar upp oss ur fördärvets grop och ställer våra fötter på en fast klippa. Han ska lägga en ny sång i vår mun, en lovsång till vår Gud. Många i vår omgivning ska se det och de ska förtrösta på Herren.¹⁴

Mina kära bröder, i grund och botten handlar tålmodet om detta: håll buden, förtrösta på Gud vår himmelske Fader, tjäna honom i mildhet och kristuslik kärlek, utöva tro och hopp på Frälsaren och ge aldrig upp. Det vi lär oss av tålmodet utvecklar vår karaktär, lyfter våra liv och förhöjer vår lycka. Det kommer att hjälpa

oss att bli värdiga prästadömsbärare och trofasta lärjungar till vår mästare Jesus Kristus.

Det är min bön att tålmodet ska vara en utmärkande egenskap hos oss som har den allsmåttige Gudens prästadöme, att vi modigt ska lita på Herrens löften och hans tidsplan, att vi ska behandla andra med det tålmod och den medkänsla som vi själva söker, och att vi ska fortsätta i tålmodighet tills vi är fullkomliggjorda. I Jesu Kristi heliga namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Jonah Lehrer, ”Don’t! The Secret of Self-Control”, *New Yorker*, 18 maj 2009, s. 26–27.
2. L&F 121:41; se också v. 39–45.
3. Matt 18:26.
4. L&F 121:2.
5. *Kyrkans presidenters lärdomar: Brigham Young*, s. 75.
6. L&F 98:12.
7. Se Gal 5:22–23.
8. Mosiah 3:19.
9. 1 Nephi 2:10.
10. Upp 14:12.
11. Luk 21:19.
12. Se kyrkans upplaga av King James Version, Luke 21:19, fotnot b.
13. L&F 67:13.
14. Se Ps 40:1–3.