



Bisschop Gary E. Stevenson
Presiderende bisschop

Jouw vier minuten

Het wonder van de verzoening kan de onvolmaaktheden in onze prestaties wegpoetsen.

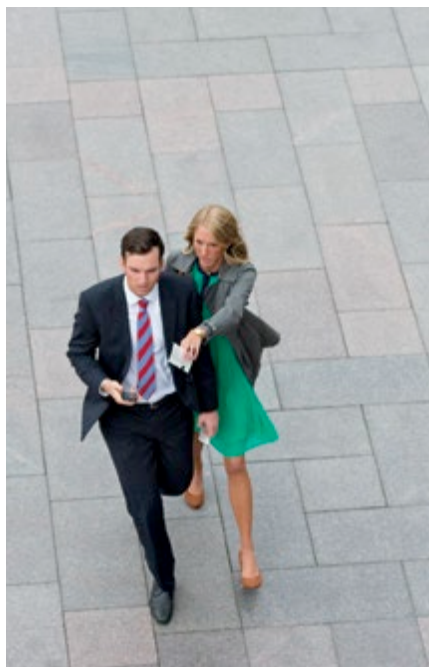
De wereld was onlangs in de ban van de Olympische Winterspelen, met sporters die voor 89 landen op 98 verschillende onderdelen met elkaar wedijverden. Wat bijzonder was, is dat tien van die sporters lid zijn van De Kerk van Jezus Christus van de Heiligen der Laatste Dagen en dat drie van hen een medaille in de wacht sleepten: Christopher Fogt, Noelle Pikus-Pace en Torah Bright. In de *Church News* werden zij onlangs voor het voetlicht gebracht.¹ We feliciteren alle sporters die hebben meegedaan. Goed gedaan!

Ik spreek vandaag over die Spelen en richt mijn gedachten tot de jongemannen, jongevrouwen en jonge alleenstaanden — jullie die de beslissende leeftijd hebben waarop je de koers van je leven uitzet. Ik spreek jullie met een groot gevoel van urgentie toe.

Om jullie die urgentie te laten voelen, vertel ik eerst het verhaal van Noelle Pikus-Pace, een van de deelnemende sporters die lid van de kerk zijn. In Noelle's discipline, de skeleton, maken de sporters eerst vaart om vervolgens met het hoofd vooruit op een slee te duiken. Met hun gezicht slechts centimeters boven de grond, racen ze op een bochtig parcours met snelheden tot 145 km naar beneden.

Alle jaren van voorbereiding zouden als een succes of een teleurstelling gezien worden op basis van de resultaten die in vier intense runs van elk zestig seconden worden neergezet.

Noelle zag haar Olympische droom in 2006 wreed verstoord worden toen ze door een afschuwelijk ongeluk haar been brak. Op de Spelen van 2010 viel haar droom ook in duigen toen ze het erepodium met slechts één tiende seconde verschil miste.²



Kun je je voorstellen hoe gespannen ze was vlak voor haar eerste run op de Olympische Spelen van 2014? Jaren van voorbereiding zouden in slechts luttele minuten samenkomen. Welgeteld vier minuten. Ze had zich jaren op die vier minuten voorbereid en ze zou er daarna haar hele leven op terugkijken.

Noelle's laatste runs waren nagenoeg foutloos! We zullen nooit vergeten hoe ze na de finish te zijn gepasseerd op de tribune sprong om haar gezin te omhelzen en uit te roepen: 'Het is ons gelukt!' Jaren van voorbereiding hadden hun vruchten afgeworpen. We zagen de zilveren medaille vlak naast haar jongevrouwenmedaillon om haar hals hangen.³

Het lijkt misschien onredelijk dat Noelle's hele Olympische droom stond of viel met wat ze gedurende slechts vier korte minuten deed. Maar dat wist ze, en daarom had ze zich ook zo ijverig voorbereid. Ze was doordrongen van het grote belang, de urgentie van haar vier minuten, en wat die voor de rest van haar leven zouden betekenen.

We noemen ook Christopher Fogt, die deel uitmaakte van de viermansbob die voor de Verenigde Staten een bronzen medaille in de wacht sleepte. Hij had na een verschrikkelijk ongeluk op de Olympische Spelen van 2010 de handdoek in de ring kunnen gooien. Maar na een fantastische run die alles goedmaakte, won hij de prijs waar hij zo hard voor gewerkt had.⁴

Welnu, bedenk hoe jouw weg naar het eeuwige leven lijkt op de 'vierminuten-prestatie' van deze sporters. Je bent een eeuwig wezen. Vóór je geboorte bestond je als geest. In de tegenwoordigheid van je liefdevolle hemelse Vader trainde je en bereidde je je voor op je korte verblijf op aarde en... om hier te presteren. Dit leven is jouw vier minuten. Terwijl je hier bent,

bepalen je daden of je de prijs van het eeuwige leven behaalt. De profeet Amulek beschreef het als volgt: 'Dit leven is de tijd [...] om [je] erop voor te bereiden God te ontmoeten; ja, zie, de dag van dit leven is de dag [...] om [je] arbeid te verrichten.'⁵

In zekere zin zijn jouw vier minuten al begonnen. De klok tikt. De woorden van de apostel Paulus lijken geheel op hun plaats: we moeten zó lopen dat we de prijs behalen.⁶

Net zoals bepaalde stappen essentieel zijn in de kortstondige prestaties van een Olympische sporter — sprongen of manoeuvres voor schaatsers en snowboarders, de bochten optimaal nemen in een bobsleerun of langs de vlaggetjes van een slalomafdaling zoeven — zo zijn ook in ons leven bepaalde zaken absoluut essentieel: controlepunten die ons door onze geestelijke prestaties op aarde loodsen. Die geestelijke markeringen zijn de essentiële door God gegeven verordeningen van het evangelie: de doop, de gave van de Heilige Geest ontvangen, ordeningen in het priesterschap, tempelverordeningen en wekelijks van het avondmaal nemen.

'In de[ze] verordeningen [...] is de macht der goddelijkheid kenbaar.'⁷

En net zoals de trainingsdiscipline een sporter voorbereidt en kwalificeert om op het hoogste niveau in hun tak van sport te presteren, kwalificeert de geboden onderhouden je om die heilsverordeningen te ontvangen.

Voel je de urgentie?

Mijn jonge vrienden, waar je ook in jouw 'vier-minuten-prestatie' bent, ik spoor je aan om je af te vragen: wat is mijn volgende stap om mijn medaille binnen te halen? Misschien heeft de Geest je tijdens deze conferentie ingefluisterd wat je moet doen: je doelbewuster voorbereiden op een verordening in je toekomst



of een verordening ontvangen die je allang had moeten ontvangen. Wat je volgende stap ook mag zijn, neem hem nu. Wacht er niet mee. Jouw vier minuten zijn snel voorbij, en je kunt de rest van de eeuwigheid terugkijken op wat je in dit leven hebt gedaan.⁸

Zelfdiscipline is vereist. Dagelijks gebed, Schriftstudie en naar de kerk gaan moeten de basis van je training vormen. Een consequent patroon van gehoorzaamheid aan de geboden, je houden aan de verbonden die je gesloten hebt en naleving van de normen van de Heer in *Voor de kracht van de jeugd* is vereist.

Misschien zie je dingen in je leven die je geestelijke vooruitgang ondermijnen of belemmeren. Volg in dat geval de volgende Schriftuurlijke raad op: 'Laten ook wij [...] afleggen alle last en de zonde, die ons zo licht in de weg staat, en met volharding de wedloop lopen, die vóór ons ligt.'⁹

Het is nog niet te laat om je te bekeren. Maar dat kan wel snel zo zijn, want niemand weet precies wanneer onze vier minuten voorbij zijn.

Nu denk je misschien bij jezelf: ik heb het al verprutst. Mijn vier minuten zijn al een ramp. Ik kan het net zo goed opgeven. Als dat zo is, stop die gedachten dan en laat ze nooit meer toe. Het wonder van de verzoening kan de onvolmaaktheden in onze prestaties wegpoetsen. Ouderling Jeffrey R. Holland heeft gezegd:

'Tot u [...] die nog steeds op afstand toekijkt, [...] getuig ik van de hernieuwende kracht van Gods liefde en het wonder van zijn genade. [...]

'[...] Het is *nooit* te laat zolang de Meester [...] zegt dat er tijd is. [...] Stel het niet uit.'¹⁰

Onthoud dat je er niet alleen voor staat. De Heiland heeft beloofd dat Hij je niet als wees zal achterlaten.¹¹ Je hebt ook familieleden, vrienden en leiders die je aanmoedigen.

Hoewel ik mij tot de jongeren in de kerk heb gericht, stel ik ouders en grootouders het volgende voor:

Onlangs beschreef ouderling David A. Bednar een eenvoudige manier om in onze familie aan de hand van essentiële verordeningen na te gaan hoe ver ieder op het



verbondspad is gevorderd. Een blaadje met de volgende twee kolommen is voldoende: 'naam' en 'plan voor volgende of noodzakelijke verordening'. Ik heb dat onlangs gedaan voor alle leden van mijn familie. Onder hen merkte ik een pasgeboren kleinzootje op dat spoedig gezegend zou worden; een kleinzoon van zes wiens voorbereiding op de doop essentieel was; en een zoon van bijna achttien wiens voorbereiding op het priesterschap en de tempelbegiftiging voor de deur stond. Iedereen op de lijst had de verordening van het avondmaal nodig. Deze eenvoudige oefening hielp Lesa en mij bij onze taak om ieder lid van onze familie op het verbondspad voort te helpen, met voor ieder een eigen plan van aanpak. Misschien is dit ook een idee voor u, wat tot familiebesprekingen zal leiden, tot gezinsavondlessen, tot voorbereidingen en zelfs tot uitnodigingen voor essentiële verordeningen in uw familie.¹²

Daar ik zelf ski en snowboard, was ik diep onder de indruk van de 'vier-minuten-prestatie' die de Australische snowboardster Torah Bright de zilveren medaille in de halfpipecompetitie opleverde. Zij verblufte de wereld met een nagenoeg foutloze run die ze afsloot met een backside

rodeo 720. Het was echter nog indrukwekkender en verrassender hoe zij christelijke liefde aan haar concurrenten betoonde. Ze merkte dat de Amerikaanse snowboardster Kelly Clark, na een slechte eerste run in haar finaleronde, nerveus leek voor haar tweede run. 'Ze gaf me een stevige knuffel', zegt Clark. 'Ze hield me gewoon net zo lang vast tot ik genoeg gekalmeerd was en mijn ademhaling rustiger werd. Het was fijn om een knuffel van een vriendin te krijgen.' Kelly Clark stond later met Torah met een bronzen plak op het erepodium.

Toen men Torah naar deze ongewone vriendelijke daad jegens haar tegenstandster vroeg, wat haar eigen zilveren medaille op het spel had kunnen zetten, zei ze eenvoudig: 'Ik ben professioneel sporter — ik wil mijn best doen en winnen — maar ik wil ook dat mijn mededingers hun best doen.'¹³

Is er met dat in gedachten iemand die jouw aanmoediging nodig heeft? Een familielid, een vriend of vriendin, een klasgenoot of medequorumlid? Hoe kun je ze bij hun vier minuten tot steun zijn?

Geliefde vrienden, jullie zijn bezig met een geweldige reis. In sommige

opzichten race je de halfpipe of de bobbaan over, en het kan moeilijk zijn om onderweg elk element goed uit te voeren of elke bocht goed aan te snijden. Maar bedenk dat je je hier duizenden jaren op hebt voorbereid. Dit is jouw moment om te presteren. Dit zijn jouw vier minuten! Je zult het nu moeten laten zien!

Ik spreek mijn volste vertrouwen in je capaciteiten uit. Je hebt de Heiland van de wereld aan je zijde. Als je zijn hulp zoekt en zijn aanwijzingen volgt, hoe kun je dan falen?

Ik sluit af met mijn getuigenis van de zegening die we hebben in een levende profeet, president Thomas S. Monson; en van Jezus Christus en zijn rol als onze Heiland en Verlosser. In zijn heilige naam, Jezus Christus. Amen. ■

NOTEN

1. Zie Christine Rappleye, 'Mormons in the Olympics: 3 Medals for LDS Athletes at the Winter Games', deseretnews.com/article/865597546/Mormons-in-the-Olympics-3-medals-for-LDS-athletes-at-the-Winter-Games.html.
2. Zie Christine Rappleye, 'Mormons in the Olympics.'
3. Zie Sarah Petersen, 'Noelle Pikus-Pace Wears LDS Young Women Necklace throughout Olympics', deseretnews.com/article/865596771/Noelle-Pikus-Pace-wears-LDS-Young-Women-necklace-throughout-Olympics.html.
4. Zie Amy Donaldson, 'Army, Faith Helped Push Mormon Bobsledder Chris Fogt to Olympic Success', deseretnews.com/article/865597390/Army-faith-helped-push-Mormon-bobsledder-Chris-Fogt-to-Olympic-success.html.
5. Alma 34:32.
6. Zie 1 Korintiërs 9:24.
7. Leer en Verbonden 84:20.
8. Zie Alma 34:31-33.
9. Hebrëen 12:1.
10. Jeffrey R. Holland, 'De arbeiders in de wijngaard', *Liahona*, mei 2012, p. 33.
11. Zie Johannes 14:18.
12. David A. Bednar, gesprek met de auteur.
13. Vidya Rao, 'Snowboarder Kelly Clark: Hug from Competitor Helped Me Win Bronze', today.com/sochi/snowboarder-kelly-clark-hug-competitor-helped-me-win-bronze-2D12108132.



Ouderling David A. Bednar
van het Quorum der Twaalf Apostelen

Hun lasten met gemak dragen

Door onze unieke lasten leren we vertrouwen op de verdiensten, barmhartigheid en genade van de heilige Messias.

Ik heb een goede vriend die in de beginjaren van zijn huwelijk zijn zinnen op een pick-up met vierwiel-aandrijving voor zijn gezin had gezet. Hij vond een dergelijke wagen echt nodig, maar zijn vrouw dacht daar anders over. In een speelse woordenwisseling kwamen deze man en vrouw uiteindelijk met de voor- en nadelen van een dergelijke aankoop op de proppen.

‘Schat, we hebben een pick-up met vierwielaandrijving nodig.’

Zij vroeg: ‘Waar hebben we zo’n nieuwe wagen dan voor nodig?’

Zijn antwoord op haar vraag was in zijn ogen geniaal: ‘Stel dat we in een vreselijke storm melk voor onze kinderen nodig hebben en ik de winkel alleen in een pick-up kan bereiken?’

Zijn vrouw reageerde met een glimlach: ‘Als we een nieuwe auto kopen, hebben we geen geld meer voor melk — dus waarom zou je je druk maken om in een noodgeval naar de winkel te gaan!’

Ze bleven er enige tijd over in gesprek en besloten uiteindelijk de pick-up aan te schaffen. Al snel nadat mijn vriend zijn nieuwe voertuig in bezit had, wilde hij het nut ervan

aantonen en zijn redenen voor de aanschaf kracht bijzetten. Hij besloot dan ook een voorraad brandhout te kappen en naar huis te vervoeren. Het was herfsttijd en er lag al sneeuw in de bergen waar hij het hout wilde zoeken. Hoe hoger hij de berg op reed, hoe dikker het pak sneeuw werd. Mijn vriend zag het gevaar wel van de glibberige wegomstandigheden, maar reed vol vertrouwen in de nieuwe pick-up door.

Helaas reed mijn vriend de met sneeuw bedekte weg te ver omhoog. Toen hij de pick-up van de weg afdraaide op de plek waar hij hout wilde kappen, kwam het voertuig vast te zitten. De vier wielen van de truck draaiden vruchteloos rond in de sneeuw. Hij besepte meteen dat hij geen idee had hoe hij zich uit deze gevaarlijke situatie kon bevrijden. Hij schaamde zich en maakte zich zorgen.

Mijn vriend besloot: ‘Nou, ik blijf hier niet gewoon zitten.’ Hij klom uit het voertuig en begon hout te kappen. Hij stapelde de pick-up vol met de zware lading. Daarna besloot mijn vriend nog één poging te wagen om uit de sneeuw te geraken. Hij zette de pick-up in de eerste versnelling en

begon gas te geven. Er kwam beweging in. Het voertuig reed langzaam uit de sneeuw terug naar de weg. Eindelijk was hij vrij om naar huis te gaan, blij en ontnuchterd.

Onze persoonlijke last

Ik bid om de hulp van de Heilige Geest terwijl ik belangrijke lessen bespreek die we uit dit verhaal over mijn vriend, de pick-up en het hout kunnen leren. De lading deed het. De lading hout zorgde ervoor dat de wielen de nodige grip kregen, zodat hij uit de sneeuw weer op de weg kon komen en verder rijden. De lading zorgde ervoor dat hij naar zijn gezin en naar huis kon terugkeren.

Ieder van ons draagt een zekere last mee. Onze persoonlijke last bestaat uit vereisten en kansen,

