



**Nga Plaku Deivid A. Bednar,**  
i Kuorumit të Dymbëdhjetë Apostujve

# I Duronin Barrët e Tyre me Lehtësi

*Barrët e veçanta, në jetën e secilit prej nesh, na ndihmojnë që të mbështetemi te meritat, mëshira dhe hiri i Mesias së Shenjtë.*

**U**në kam një mik të dashur të cilit, në vitet e para të martesës së tij, iu mbush mendja se ai dhe familja e tij kishin nevojë për një kamionçinë fuoristradë me katër rrota aktive. Gruaja e tij ishte e sigurt se ai nuk kishte nevojë, por thjesht e dëshironte makinën e re. Një bashkëbisedim plot shaka, midis këtij burri dhe kësaj gruaje, nxiti marrjen parasysht të anëve pozitive dhe negative të një blerjeje të tillë.

“E dashur, na nevojitet një automjet me rrota aktive.”

Ajo pyeti: “Përse mendon se na nevojitet një makinë e re?”

Ai iu përgjigj pyetjes së saj me atë që besonte se ishte përgjigja e përsosur: “Po sikur të na duhej qumësht për fëmijët tanë në një stuhi të tmerrshme dhe e vetmja mënyrë se si mund të shkoja në dyqan të ishte me një kamionçinë?”

Gruaja e tij iu përgjigj me buzëqeshje: “Nëse blejmë një makinë të re, ne s’do të kemi para për qumësht – prandaj përse të shqetësohesh për vajtjen në dyqan në një rast urgjent!”

Me kalimin e kohës ata vazhduan të këshilloheshin së bashku dhe më

së fundi vendosën ta blinin makinën. Pak kohë pasi e bëri pronë të vetën automjetin e ri, miku im dëshironte të vinte në dukje përdorimin e makinës dhe të vërtetonte arsyet e tij përse dëshironte ta blinte atë. Prandaj vendosi se do të priste dhe mbaronte një ngarkesë me drurë për shtëpinë e tyre. Ishte në stinën e vjeshtës atë vit dhe dëborë tashmë kishte rënë në malet ku ai kishte ndërmend t’i gjente drurët. Ndërsa ngiste makinën duke iu ngjitur malit, dëborë pak nga pak u bë gjithnjë e më e shumtë. Miku im e dalloj se kushtet rrëshqitëse të rrugës paraqisnin rrezik, por me mirëbesim të madh tek automjeti i ri, ai vazhdoi rrugën.

Trishtueshëm, miku im shkoi shumë larg nëpër rrugën plot dëborë. Teksa e drejtoi makinën jashtë rrugës, drejt një vendi ku kishte vendosur të priste drurët, ajo ngeli në vend. Që të katër rrotat e makinës së re rrotulloheshin në dëborë. Me të shpejtë e kuptoi se nuk dinte se çfarë të bënte që ta çlironte veten nga kjo gjendje e rrezikshme. E ndjeu veten ngushtë dhe të shqetësuar.

Miku im vendosi: “Epo, s’do të rri thjesht këtu”. Zbriti nga makina dhe

filloi të priste drurë. E mbushi tërësisht pjesën e pasme të makinës me barrën e rëndë. Dhe më pas miku im vendosi se do të përpiquej edhe një herë që ta ngiste makinën jashtë dëborës. Ndërsa vendosi marshin dhe i ushtroi fuqi gazit, ai lëvizi disa centimetra përpara. Dalëngadalë makina doli jashtë dëborës dhe u kthye përsëri në rrugë. Përfundimisht ai ishte i lirë për t’u kthyer në shtëpi, një burrë i lumtur dhe i përlur.

## **Barra Jonë Vetjake**

Unë lutem për ndihmën e Frymës së Shenjtë, ndërkohë që theksoj mësimet jetike, të cilat mund të mësohen nga kjo histori rreth mikut tim, automjetit dhe drurëve. Ishte barra. Ishte barra e drurëve që siguroi forcën lëvizëse, të nevojshme për ta nxjerrë





atë nga dëbora, për ta kthyer në rrugë dhe për ta lëvizur më tej. Ishte ngarkesa që e mundësoi kthimin te familja e tij dhe te shtëpia e tij.

Secili prej nesh gjithashtu mbart një barrë. Barra jonë vetjake përbëhet nga kërkesa e mundësi, detyrime e privilegje, brenga e bekime, si dhe zgjedhje e shtrëngime. Dy pyetje udhëzuese mund të jenë të dobishme kur e vlerësojmë barrën tonë herë pas here dhe plot lutje: “A po prodhon barra që unë mbart, forcën lëvizëse shpirtërore që do të më bëjë të shtyhem përpara me besim te Krishti në shtegun e ngushtë dhe të ngushtuar e t’i shmangem ngeljes në vend? A po krijon barra që po mbart, forcë shpirtërore të mjaftueshme për lëvizje, që më së fundi të mund të kthehem në shtëpi tek Ati Qiellor?”

Ndonjëherë gabimisht ne mund të besojmë se lumturia është mungesa e një barre. Por mbajtja e një barre është një pjesë e domosdoshme dhe thelbësore e planit të lumturisë. Ngaqë barra jonë vetjake nevojitet që të prodhojë forcë lëvizëse shpirtërore, ne duhet të jemi të kujdesshëm që të mos mbartim rreth e rrotull në jetën tonë kaq shumë gjëra të këndshme, por të

panevojshme, sa ne shkëputemi dhe largohemi nga gjërat që me të vërtetë janë të rëndësishme.

#### **Fuqia Forcuere e Shlyerjes**

Shpëtimtari tha:

“Ejani tek unë, o ju të gjithë të munduar dhe të rënduar, dhe unë do t’ju jap çlodhje.

Merrni mbi vete zgjedhën time dhe mësoni nga unë, sepse unë jam zemërbutë dhe i përlurur nga zemra; dhe ju do të gjeni prehje për shpirtat tuaj.

Sepse zgjedha ime është e ëmbël dhe barra ime është e lehtë” (Mateu 11:28–30).

Zgjedha është një binar prej druri, e përdorur zakonisht midis një pende qesh ose kafshësh të tjera, e cila bën të mundur që ato së bashku ta tërheqin një barrë. Një zgjedhë i vendos kafshët krah për krah, që të mund të lëvizin së bashku me qëllim që ta përmbushin një detyrë.

Merrni parasysh ftesën veçanërisht individuale të Zotit për të “[marrë] mbi vete zgjedhën time”. Bëra dhe mbajtja e besëlidhjeve të shenjta na lidh te Zoti Jezu Krisht dhe na bashkon me Të. Në thelb, Shpëtimtari po na bën thirrje që të mbështetemi tek Ai dhe të tërheqim

së bashku me Të, edhe pse përpjekjet tona më të mira nuk janë të barabarta dhe as që mund të krahasohen me përpjekjet e Tij. Kur i mirëbesojmë Atij dhe e tërheqim barrën tonë me Të gjatë udhëtimit të vdekshmërisë, me të vërtetë zgjedha e Tij është e ëmbël dhe barra e Tij është e lehtë.

Ne nuk jemi dhe kurrë nuk na duhet të jemi vetëm. Ne mund të shtyhem përpara në jetën tonë të përditshme me ndihmën qiellore. Nëpërmjet Shlyerjes së Shpëtimtarit ne mund të marrim aftësi dhe “forcë përtej vetvetes” (“Lord, I Would Follow Thee”, *Hymns*, nr. 220). Siç shpalli Zoti: “Si rrjedhim, vazhdojeni udhëtimin tuaj dhe zemrat tuaja duhet të ngazëlleshin; sepse, vini re dhe shihni, unë jam me ju madje deri në fund” (DeB 100:12).

Merrni parasysh shembullin në Librin e Mormonit, ndërkohë që Amuloni përndiqte Almën dhe popullin e tij. Zëri i Zotit erdhi te këta dishepuj në brengat e tyre: “Ngrini kokat tuaja dhe ngushëllohuni, pasi unë e di besëlidhjen që ju keni bërë me mua; dhe unë do të bëj besëlidhje me popullin tim dhe do ta çliroj nga robëria” (Mosia 24:13).

Vini re vendin qendror të besëlidhjeve në premtimin e çlirimit.

Besëlidhjet, të marra e të mbajtura me integritet moral, dhe ordinancat, të kryera nga autoriteti i duhur i priftërisë, janë të domosdoshme për t'i marrë të gjitha bekimet, të bëra të mundshme nëpërmjet Shlyerjes së Jezu Krishtit. Sepse në ordinancat e priftërisë, fuqia e perëndishmërisë u manifestohet burrave dhe grave në mish, duke përfshirë bekimet e Shlyerjes (shih DeB 84:20–21).

Kujtoni thënien e Shpëtimtarit: “Sepse zgjedha ime është e ëmbël dhe barra ime është e lehtë” (Mateu 11:30), teksa marrim parasysh vargun pasues në rrëfimin e Almës dhe të popullit të tij.

“Dhe unë do t’ju lehtësoj gjithashtu barrat që ju janë vënë mbi shpatulla, që ju të mos i ndjeni në shpinat tuaja” (Mosia 24:14).

Shumë prej nesh mund të nënkuptojnë se ky shkrim i shenjtë po sugjeron që një barrë do të hiqet në mënyrë të papritur dhe të përhershme. Vargu pasues, megjithatë, përshkruan se si barra u lehtësua.

“Dhe tani ndodhi që barrat që iu vunë Almës dhe vëllezërve të tij u lehtësuan; po, *Zoti i forcoi ata* që të mund të duronin barrat e tyre me lehtësi dhe ata iu nënshtruan me gëzim dhe me durim gjithë vullnetit të Zotit” (Mosia 24:15; theksimi i shtuar).

Sfidat dhe vështirësitë nuk u hoqën menjëherë nga njerëzit. Por Alma dhe pasuesit e tij u forcuan dhe aftësia e tyre e shtuar i bëri barrët më të lehta. Këta njerëz të mirë u fuqizuan nëpërmjet Shlyerjes për të *vepruar* si vetëveprues (shih DeB 58:26–29) dhe për të *vepruar* mbi rrethanat e tyre. Dhe “në fuqinë e Zotit” (Fjalët e Mormonit 1:14; Mosia 9:17; 10:10; Alma 20:4), Alma dhe njerëzit e tij u drejtuan të sigurt për në tokën e Zarahemlës.

Jo vetëm që Shlyerja e Jezu Krishtit vërtet i mposht ndikimet e Rënies së Adamit dhe bën të mundur heqjen e mëkateve dhe të shkëlqeve tona vetjake, por Shlyerja e Tij gjithashtu na mundëson që të bëjmë mirë dhe të bëhemi më të mirë në mënyra që shtrihen edhe më përtej aftësive tona



në vdekshmëri. Shumica prej nesh e dinë se kur i bëjmë gjërat gabim dhe kemi nevojë për ndihmë që t'i mposhtim pasojat e mëkatit në jetën tonë, Shpëtimtari ka bërë të mundur për ne që të bëhemi të dëlirë nëpërmjet fuqisë së Tij shëlbuese. Por a e kuptojmë gjithashtu se Shlyerja është për burra e gra besnike, që janë të bindur, të denjë e të ndërgjegjshëm dhe që po përpiqen për t'u bërë më të mirë dhe për të shërbyer me më shumë besim? Pyes veten nëse nuk arrijmë ta kuptojmë tërësisht këtë drejtim forcues të Shlyerjes në jetën tonë dhe gabimisht besojmë se duhet ta mbartim barrën tonë tërësisht të vetëm – përmes qendrës tërësore, forcës së vullnetit dhe disiplinës e me aftësitë tona qartësisht të kufizuara.

Është një gjë që të dimë se Jezu Krishti erdhi në tokë për të *vdekur* për ne. Por ne gjithashtu duhet të vlerësojmë se Zoti dëshiron, nëpërmjet Shlyerjes së Tij dhe me anë të fuqisë së Frymës së Shenjtë, të na *japë gjallëri* – jo vetëm të na drejtojë, por edhe të na forcojë e shërojë.

### Shpëtimtari i Vjen në Ndhimë Popullit të Tij

Alma shpjegon përse dhe si Shpëtimtari mund të na bëjë të aftë:

“Dhe ai do të shkojë përpara, duke vuajtur dhimbje dhe hidhërim dhe tundime të çdo lloji; dhe kjo, që të plotësohet fjala që thotë se ai do të marrë përsipër dhembjet dhe sëmundjet e popullit të tij.





Dhe ai do të marrë përsipër vdekjen që ai të mund të zgjidhë rripat e vdekjes, që e lidhin popullin e tij; dhe ai do të marrë përsipër dobësitë e tyre, që zemra e tij të mund të mbushet me mëshirë, sipas mishit, që ai të mund të dijë, sipas mishit, se si të ndihmojë popullin e tij sipas dobësive të tyre” (Alma 7:11–12).

Prandaj, Shpëtimtari ka vuajtur jo thjesht për mëkatet dhe paudhësitë tona – por edhe për dhembjet fizike dhe ankthet tona, dobësitë dhe të metat tona, frikën dhe mërztjet tona, zhgënjimet dhe shkurajimet tona, keqardhjet dhe brejtjet tona të ndërgjegjes, dëshpërimin dhe pikëllimin tonë, padrejtësitë dhe pandershmëritë që provojmë dhe mundimet emocionale që na shqetësojnë.

Nuk ka dhembje fizike, as plagë shpirtërore, as ankth të shpirtit apo të zemrës, as dobësi apo lëngatë që ju ose unë do të hasim ndonjëherë në vdekshmëri, të cilën Shpëtimtari nuk e përjetoi fillimisht. Në një çast dobësie ju mund të thërrisni: “Askush s’e di si është. Askush s’e kupton.” Por Biri i Perëndisë di dhe kupton në mënyrë të përsosur, sepse Ai i ka ndier dhe i ka mbajtur barrët tona vetjake. Dhe për shkak të flijimit të Tij të pafund dhe të përjetshëm (shih Alma 34:14), Ai ka dhembshuri të përsosur dhe mund të na e shtrijë krahun e Tij të mëshirës. Ai mund të na arrijë, prekë, ndihmojë, shërojë e forcojë që të jemi më shumë sesa mund të ishim ndonjëherë dhe që të na ndihmojë të bëjmë atë që nuk mund ta bënim kurrë duke u mbështetur vetëm mbi vetë fuqinë tonë. Me të vërtetë, zgjedha e Tij është e ëmbël dhe barra e Tij është e lehtë.

### **Një Ftesë, një Premtim dhe një Dëshmi**

Unë ju ftoj të studioni, luteni, përsiatni dhe përpiqeni të mësoni më shumë rreth Shlyerjes së Shpëtimtarit,

ndërkohë që e vlerësoni barrën tuaj vetjake. Shumë gjëra rreth Shlyerjes ne thjesht nuk mund t’i kuptojmë me mendjen tonë të vdekshme. Por shumë aspekte të Shlyerjes ne mund dhe kemi nevojë t’i kuptojmë.

Për mikun tim, barra e drurëve siguroi forcën lëvizëse jetëshpëtuese. Automjeti i zbrazët nuk mund të lëvizte nëpër dëborë, edhe pse i pajisur me katër rrota aktive. Një barrë e rëndë ishte e domosdoshme për të prodhuar forcë lëvizëse.

Ishte barra. Ishte barra që siguroi forcën lëvizëse, e cila e bëri mikun tim të aftë që të mos ngelej në vend, që të kthehej përsëri në rrugë, që të ecte përpara dhe të kthehej tek familja e tij.

Barrët e veçanta në jetën e secilit prej nesh na ndihmojnë që të mbështetemi te meritat, mëshira dhe hiri i Mesias së Shenjtë (shih 2 Nefi 2:8). Unë dëshmoj dhe premtoj se Shpëtimtari do të na ndihmojë për t’i mbajtur me lehtësi barrët tona (shih Mosia 24:15). Ndërsa lidhemi së bashku me Të nëpërmjet besëlidhjeve të shenjtë dhe marrim fuqinë aftësuese të Shlyerjes së Tij në jetën tonë, ne vërtet do të kërkojmë gjithnjë e më shumë ta kuptojmë vullnetin e Tij dhe të jetojmë sipas atij. Ne gjithashtu do të lutemi për forcën që të mësojmë nga rrethanat tona, t’i ndryshojmë apo t’i

pranojmë ato, në vend të lutjes pa mbarim që Perëndia të na i ndryshojë rrethanat tona në përputhje me vullnetin tonë. Ne vërtet do të bëhemi njerëz që veprojnë në vend që të bëhemi objekte që pësojnë (shih 2 Nefi 2:14). Ne vërtet do të bekohemi me fuqi lëvizëse shpirtërore.

Veproftë më mirë secili prej nesh dhe u bëfshim më të mirë nëpërmjet Shlyerjes së Shpëtimtarit. Sot është data 6 prill. Ne e dimë me anë të zbulësës se sot është data e vërtetë dhe e saktë e lindjes së Shpëtimtarit. 6 prilli është dita në të cilën u organizua Kisha e Jezu Krishtit e Shenjtorëve të Ditëve të Mëvonshme. (Shih DeB 20:1; Harold B. Lee, “Strengthen the Stakes of Zion”, *Ensign*, korrik 1973, f. 2; Spencer W. Kimball, “Why Call Me Lord, Lord, and Do Not the Things Which I Say?” *Ensign*, maj 1975, f. 4; Spencer W. Kimball, “Remarks and Dedication of the Fayette, New York, Buildings”, *Ensign*, maj 1980, f. 54; *Discourses of President Gordon B. Hinckley, Vëllimi 1: 1995–1999* [2005], f. 409.) Në këtë ditë të veçantë dhe të shenjtë Shabati, unë shpall dëshminë time se Jezusi, Krishti, është Shëlbuesi ynë. Ai jeton dhe do të na pastrojë, shërojë, udhëzojë, mbrojë e forcojë. Për këto gjëra unë dëshmoj plot gëzim, në .... emrin e shenjtë të Jezu Krishtit, amen. ■