



**Äldste David A. Bednar**  
i de tolv apostlarnas kворum

## Bära sina bördor med lätthet

*Vars och ens unika bördor hjälper oss lita till den helige Messias förtjänster och barmhärtighet och nåd.*

Jag har en kär vän som i början av sitt äktenskap blev övertygad om att han och hans familj behövde en pickup med fyrhjulsdrift. Hans hustru var säker på att han inte behövde, utan bara ville ha, det nya fordonet. I ett lekfullt samtal mellan man och hustru tog de upp för- och nackdelar med ett sådant inköp.

"Älskling, vi behöver en fyrhjulsdreven pickup."

Hon frågade: "Varför tror du vi behöver en ny pickup?"

Han besvarade hennes fråga med vad han tyckte var det perfekta argumentet: "Tänk om vi behövde mjölk åt våra barn mitt under en hemsk storm och enda sättet att komma till affären var med en pickup?"

Hans fru svarade leende: "Om vi köper en ny pickup har vi inte råd med mjölk – så varför oroa sig över att komma till affären i en nödsituation?"

Så småningom fortsatte de samtala om saken och till sist bestämde de sig för att skaffa pickupen. De hade bara haft pickupen en kort tid när min vän ville demonstrera pickupens förmåga och rättfärdiga sitt val att köpa den. Så

han bestämde sig för att säga upp och köra hem ett förråd av ved till hemmet. Det var på hösten och snön hade redan fallit i bergen där han tänkte skaffa ved. När han körde upp längs bergssidan blev snön allt djupare. Min vän insåg att det hala väglaget utgjorde en risk, men han hade stort förtroende för den nya pickupen och fortsatte.

Tyvärr fortsatte min vän alltför långt på den snöiga vägen. När han körde av vägen där han tänkt sig att skaffa ved, fastnade han. Alla fyra hjulen på den nya pickupen spann i snön. Han förstod genast att han inte visste hur han skulle komma ur den farliga situationen. Han kände sig generad och orolig.

Min vän beslöt: "Nåja, jag kan inte bara sitta här." Han steg ur fordonet och började säga ved. Han fyllde upp flaket med den tunga lasten. Och sedan bestämde sig min vän för att göra ett försök till att köra upp ur snön. När han lade i växeln och gasade började han röra sig sakta framåt. Långsamt körde han pickupen upp ur snön och tillbaks ut på vägen. Till sist var han klar att köra hem, en glad och ödmjuk man.

### Vår personliga börda

Jag ber om den Helige Andens hjälp när jag nu ska betona viktiga lärdomar vi kan dra av den här berättelsen om min vän, pickupen och veden. Det var lasten. Det var lasten med ved som gav det fäste som behövdes för att han skulle komma upp ur snön, komma tillbaks på vägen och köra framåt. Det var lasten som gjorde att han kunde återvända till sin familj och sitt hem.

Vi bär alla på bördor. Vår personliga börda består av krav och möjligheter, förpliktelser och förmåner, prövningar och välsignelser, alternativ och hinder. Två frågor till ledning kan hjälpa oss när vi då och då under bön bedömer våra bördor: "Ger den börda jag bär tillräckligt andligt fäste så att jag kan gå framåt med tro på Kristus





längs den trånga och smala stigen och undgå att fastna? Skapar den börda jag bär tillräckligt andligt fäste så att jag till sist kan återvända hem till min himmelske Fader?"

Ibland tror vi felaktigt att lycka är frånvaron av bördor. Men att bära på bördor är en nödvändig och viktig del av frälsningsplanen. Eftersom vår personliga börda ska skapa andligt fäste, bör vi se till att inte släpa omkring i livet på så många trevliga men onödiga saker att vi leds vilse och irrar oss bort från sådant som betyder mest.

#### **Försoningens stärkande kraft**

Frälsaren sade:

"Kom till mig, alla ni som arbetar och bär på tunga bördor, så skall jag ge er vila.

Ta på er mitt ok och lär av mig, ty jag är mild och ödmjuk i hjärtat. Då skall ni finna ro för era själar.

Ty mitt ok är mildt, och min börda är lätt" (Matt. 11:28–30).

Ett ok är ett träredskap som brukar

användas mellan ett par av oxar eller andra djur som gör att de kan dra en last tillsammans. Oket länkar djuren samman sida vid sida så att de kan gå tillsammans för att utföra en uppgift.

Betänk Herrens personliga inbjudan att "ta på er mitt ok". Att ingå och hålla heliga förbund länkar oss som med ett ok till Herren Jesus Kristus. Kort och gott ber Frälsaren oss att lita på och dra tillsammans med honom, även om våra bästa ansträngningar inte är jämbördiga med eller jämförbara med hans. När vi litar på och bär vår börda tillsammans med honom under jordelivets färd är hans ok i sanning mildt och hans börda är lätt.

Vi är inte och behöver aldrig vara ensamma. Vi kan kämpa oss framåt i våra dagliga liv med himmelsk hjälp. Genom Frälsarens försoning kan vi få förmåga och kraft utöver vår egen. Som Herren förkunnade: "Fortsätt därför er resa och låt era hjärtan glädjas, ty se och ge akt, jag är med

er ända till slutet" (L&F 100:12).

Tänk på exemplet i Mormons bok där Amulon förföljde Alma och hans folk. Herrens röst kom till dessa lärjungar i deras nöd: "Lyft upp era huvuden och var vid gott mod, ty jag känner till det förbund ni har slutit med mig. Och jag skall sluta förbund med mitt folk och befria dem ur träldomen" (Mosiah 24:13).

Lägg märke till hur viktiga förbunden är för löftet om räddning. Förbund som tas emot och hedras med integritet och förrättningar som utförs av rätt prästadömsmyndighet är nödvändiga för att vi ska få alla de välsignelser som kommer genom Jesu Kristi försoning. För i prästadörets förrättningar är gudaktighetens kraft uppenbarad för män och kvinnor i köttet, däribland försoningens välsignelser (se L&F 84:20–21).

Minns Frälsarens ord: "Ty mitt ok är mildt, och min börda är lätt" (Matt. 11:30), när vi ser på nästa vers i berättelsen om Alma och hans folk.

”Och jag skall även lätta de bördor som lagts på era axlar, så att ni inte ens känner dem på era ryggar” (Mosiah 24:14).

Många av oss kanske tror att det här skriftstället betyder att en börda plötsligt tas bort för gott. Men nästa vers beskriver hur bördan lättades.

”Och nu hände det sig att de bördor som lagts på Alma och hans bröder lättades. Ja, *Herren styrkte dem* så att de kunde bära sina bördor med lätthet, och de underkastade sig glatt och med tålmod all Herrens vilja” (Mosiah 24:15, kursivering tillagd).

Utmaningarna och svårigheterna togs inte genast bort från folket. Men Alma och hans efterföljare stärktes och deras ökade förmåga gjorde bördorna lättare. Dessa goda människor fylldes med kraft genom försoningen till att *verka* av egen fri vilja (se L&F 58:26–29) och att *påverka* sina omständigheter. Och ”i Herrens

kraft” (Mormons ord 1:14; Mosiah 9:17; Mosiah 10:10; Alma 20:4) vägledes Alma och hans folk till säkerhet i landet Zarahemla.

Jesu Kristi försoning neutraliserar inte bara följderna av Adams fall och möjliggör förlåtelse för våra enskilda överträdelse och synder. Hans försoning gör det också möjligt för oss att vara goda och bli bättre på sätt som sträcker sig långt bortom vår dödliga förmåga. De flesta av oss vet att när vi handlar orätt och behöver hjälp att övervinna syndens följder i vårt liv, har Frälsaren gjort det möjligt för oss att renas genom hans återlösande kraft. Men förstår vi också att försoningen är till för trofasta män och kvinnor som är lydiga, värdiga och samvetsgranna och som strävar efter att bli bättre och tjäna mer trofast? Jag undrar om vi helt erkänner denna stärkande aspekt av försoningen i våra liv och felaktigt tror att vi måste bära vår börda ensamma – genom



envishet, viljestyrka och disciplin och med vår uppenbart begränsade förmåga.

Det är en sak att veta att Jesus Kristus kom till jorden för att *dö* för oss. Men vi behöver också inse att Herren genom sin försoning och genom den Helige Andens kraft önskar ge oss *liv* – inte bara vägleda oss utan också stärka och hela oss.

#### Frälsaren bistår sitt folk

Alma förklarar varför och hur Frälsaren kan ge oss större förmåga:

”Och han skall gå ut och lida smärta och bedrövelser och frestelser av alla slag, och detta för att det ord skall kunna uppfyllas som säger att han skall ta på sig sitt folks smärta och sjukdomar.

Och han skall ta på sig döden så att han kan lossa de dödens band som binder hans folk. Och han skall ta på sig deras skröpligheter så att hans inre kan fyllas av barmhärtighet i köttet, så att han i köttet kan veta hur han skall bistå sitt folk i enlighet med deras skröpligheter” (Alma 7:11–12).

Alltså har Frälsaren lidit inte bara för våra synder och vår ondska – utan också för vår fysiska smärta och vanda, våra svagheter och tillkortakommanden, vår rädsla och frustration, våra besvikelser och vår modfällighet, vår ånger och våra samvetskval, vår förtvivlan och desperation, de orättvisor och ojämlikheter vi



upplever och de känslomässiga kval som hemsöker oss.

Det finns ingen fysisk smärta, inget andligt sår, ingen själslig ångest eller sorg, ingen skröplighet eller svaghet som du och jag upplever i livet som inte Frälsaren redan upplevt. I ett ögonblick av svaghet kan vi utropa: "Ingen vet hur det känns. Ingen förstår." Men Guds Son känner och förstår fullständigt, för han har upplevt och burit vars och ens bördor. Och tack vare sitt oändliga och eviga offer (se Alma 34:14), har han fullkomlig medkänsla och kan räcka oss sin barmhärtighets arm. Han kan nå ut, beröra, bistå, hela och stärka oss så att vi bli mer än vi själva någonsin kunnat bli och hjälpa oss göra det vi aldrig hade kunnat göra om vi litat enbart till vår egen kraft. Ja, hans ok är mildt, och hans börda är lätt.

### En inbjudan, ett löfte och ett vittnesbörd

Jag inbjuder dig att studera, be, begrunda och sträva efter att lära mer om Frälsarens försoning när du ser över din egen börda. Mycket av försoningen kan vi helt enkelt inte förstå med våra jordiska sinnen. Men många aspekter av försoningen både kan och behöver vi förstå.

För min vän gav vedlasten det livräddande fästet. Den tomma pickupen kom inte framåt i snön, trots



fyrhjulsdriften. En tung last behövdes för att ge fäste.

Det var lasten. Det var lasten som gav fästet som gjorde att min vän kunde komma loss, komma upp på vägen igen, komma framåt och återvända till sin familj.

Vars och ens unika bördor i livet hjälper oss lita till den helige Messias förtjänster och barmhärtighet och nåd (se 2 Nephi 2:8). Jag vittnar om och lovar att Frälsaren hjälper oss bära våra bördor med lätthet (se Mosiah 24:15). När vi är sammanlänkade med honom som med ett ok genom heliga förbund och tar emot hans försonings livgivande kraft i våra liv, söker vi allt mer förstå och leva efter hans vilja. Vi ber också allt mer om styrka till att lära av, förändra eller acceptera våra omständigheter i stället för att ständigt be Gud att våra omständigheter ska ändras efter vår vilja. Vi blir personer som verkar i stället för ting som påverkas (se 2 Nephi

2:14). Vi välsignas med andligt fäste.

Må vi alla handla och bli bättre genom Frälsarens försoning. I dag är det 6 april. Vi vet genom uppenbarelse att det är just detta datum som Frälsaren föddes. Den 6 april organiserades också Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga (se L&F 20:1; Harold B. Lee, "Strengthen the Stakes of Zion", *Ensign*, juli 1973, s. 2; Spencer W. Kimball, "Why Call Me Lord, Lord, and Do Not the Things Which I Say?", *Ensign*, maj 1975, s. 4; Spencer W. Kimball, "Remarks and Dedication of the Fayette, New York, Buildings", *Ensign*, maj 1980, s. 54; *Discourses of President Gordon B. Hinckley, band 1: 1995–1999* [2005], s. 409.) Denna speciella och heliga sabbatsdag framför jag mitt vittnesbörd om att Jesus Kristus är vår Återlösare. Han lever och kan rena, bota, leda, beskydda och stärka oss. Om allt detta vittnar jag med glädje i Jesu Kristi heliga namn, amen. ■

