



Av eldste Per G. Malm

i De sytti

Hvile for deres sjel

Å finne hvile for vår sjel innebærer fred i sinn og hjerte, noe som følger av å lære og følge Kristi læresetninger.

I sentrum av Gøteborg i Sverige er det en bred aveny med vakre trær på begge sider. En dag så jeg et hull i stammen på et av de enorme trærne, så jeg kikket nysgjerrig inn i hullet og så at treet var fullstendig hult. Hult, ja, men tomt, nei! Det var fylt med alskens søppel.

Jeg var overrasket over at treet fremdeles kunne stå. Så jeg kikket opp og så et tykt stålbelt som var festet rundt den øvre delen av stammen. I beltet var det festet flere stålvaiere, som i sin tur var festet og forankret til nærliggende bygninger. Fra avstand så det ut som de andre trærne. Det var først når man kikket inni det at man skjønnte at det var hult istedenfor å ha en solid og sterk stamme. Mange år tidligere hadde noe startet prosessen med å svekke stammen litt her og litt der. Det skjedde ikke over natten. Men akkurat som et ungsudd litt etter litt vokser til et robust tre, kan også vi vokse steg for steg i vår evne til å være solide og fylt fra innsiden og ut, i motsetning til det hule treet.

Det er ved Jesu Kristi helbredende forsoning at vi kan få styrke til å stå rakt og sterkt og la vår sjel bli fylt – med lys, forståelse, glede og kjærlighet. Han innbyr «alle til å komme til ham og ta del i hans godhet. Og han viser ingen bort som kommer til ham»

(2. Nephi 26:33). Han lover:

«Kom til meg, alle som strever og har tungt å bære, og jeg vil gi dere hvile!

Ta mitt åk på dere og lær av meg, for jeg er saktmodig og ydmyk av hjertet. Så skal dere finne hvile for deres sjeler» (Matteus 11:28-29).

Om denne hvile sa president Joseph F. Smith: «For meg betyr det å komme til kunnskap om Gud og til å elske ham – ha tro på hans hensikter og hans plan – i den grad at vi vet vi har rett, og at vi ikke er på jakt etter noe annet, slik at vi ikke lenger skal være umyndige og la oss kaste og drive om av enhver lærdoms vind ved menneskers spill, ved kløkt i villfarelsens listige knep. Vi vet at læren er av Gud, og vi stiller ingen spørsmål til noe menneske om den. De må gjerne ha sine egne meninger, sine egne ideer og sine innfall. Det mennesket som har nådd den grad av tro på Gud at all tvil og frykt er blitt kastet av ham, er kommet inn til "Guds hvile"» (*Læresetninger fra Kirkens president – Joseph F. Smith* [1998], 56-57).

Å finne hvile for vår sjel innebærer fred i sinn og hjerte, noe som følger av å lære og følge Kristi læresetninger og å bli Kristi forlengede hender ved at vi tjener og hjelper andre. Ved å tro på

Jesu Kristus og følge hans læresetninger får vi et sikkert håp, og dette håp blir et solid anker for vår sjel. Vi kan bli standhaftige og urokkelige. Vi kan føle en varig, indre fred. Vi kan inngå til Herrens hvile. Bare om vi vender oss bort fra lys og sannhet, vil vi føle tomhet, i likhet med treet, dypt i vår sjels kamre, og vi kan til og med bli fristet til å fylle denne tomheten med ting som mangler varig verdi.

I lys av vår tilværelse som åndebarn før vi kom til jorden og udødeligheten etter dette liv, er dette jordeliv i sannhet bare et svært kort øyeblikk.

Dette er likevel en prøvetid, men det er også en tid full av muligheter hvis vi velger å følge innbydelsen og ikke kaste bort vår prøvetids dager (se 2 Nephi 9:27). De tanker som fyller vårt sinn, de følelser vi nærer i vårt hjerte og de handlinger vi velger å utføre, vil alle få avgjørende innflytelse på vårt liv, både her og i livet etter dette.

En nyttig vane er å løfte blikket daglig for å holde de ting vi planlegger å gjøre, i et evig perspektiv, spesielt hvis vi oppdager en tendens til å vente til en fremtidig morgendag med å gjøre det vi skulle ha gjort mens det fremdeles heter i dag.

På vår vei får vi hjelp til å ta våre valg ved Åndens styrkende innflytelse. Hvis vi velger å handle i strid med det lys og den forståelse vi har, vil vi få dårlig samvittighet, noe som naturligvis ikke føles godt. Men dårlig samvittighet er en velsignelse, etter som vi øyeblikkelig blir påminnet om å omvende oss. Når vi er ydmyke og ønsker å gjøre det rette, vil vi være ivrige etter å forandre oss straks, mens de som er stolte og kanskje søker «sin egen lov» (L&p 88:35), vil tillate Satan å lede «dem i en linsnor om halsen inntil han binder dem for evig med sine sterke rep» (2 Nephi



Et enkelt og positivt eksempel er en historie om min bestemor. Hun sendte et av sine små barn ut for å kjøpe egg. Det betrodde barnet spaserte trolig glad og fornøyd på veien hjem, men de fleste av eggene var knust da barnet kom hjem. En venn av familien var der og ville at bestemor skulle skjønne på barnet for den dårlige oppførselen. Bestemor sa isteden rolig og klokt: «Nei, det vil ikke gjøre eggene hele igjen. Vi bruker heller det vi kan, og lager pannekaker som vi kan nyte sammen.»

Når vi lærer å takle de små og enkle, hverdagslige tingene på en klok og inspirert måte, blir resultatet en positiv innflytelse som vil gi oss mer harmoni i vår sjel og bygge opp og styrke menneskene rundt oss. Det er slik fordi alt som innbyr til å gjøre godt, «kommer ved Kristi gave og kraft, derfor kan [vi] ha en fullkommen kunnskap om at det er av Gud» (Moroni 7:16).

Det hule treet jeg fortalte dere om, står ikke lenger. Noen ungdommer la kinaputter i hulrommet, og treet tok fyr. Det kunne ikke reddes, og måtte felles. Vær oppmerksomme på det som vil ødelegge fra innsiden og ut, stort eller lite! Det kan ha en eksplosiv virkning og forårsake åndelig død.

La oss isteden fokusere på det som vil opprettholde en varig fred i sinn og hjerte. Da vil vi «ha større frimodighet for Guds åsyn» (L&p 121:45). Løftet om å inngå til Herrens hvile og motta fredens gave, er vidt forskjellig fra en midlertidig, verdslig tilfredsstillelse. Det er en himmelsk gave: «Fred etterlater jeg dere. Min fred gir jeg dere. Ikke som verden gir, gir jeg dere. La ikke deres hjerte forferdes, frykt ikke!» (Johannes 14:27). Han har makt til å helbrede og styrke sjelen. Han er Jesus Kristus, som jeg vitner om i Jesu Kristi navn. Amen. ■

26:22), med mindre omvendelsens ånd finner veien inn i deres hjerte. Å følge ond innflytelse kan aldri medføre fred, ganske enkelt fordi fred er en gave fra Gud og bare kommer ved Guds ånd. «Ugudelighet har aldri vært lykke» (Alma 41:10).

I våre daglige handlinger er det ofte de små og enkle ting som vil få varig innvirkning (se Alma 37:6-7). Det vi sier, det vi gjør og hvordan vi velger å reagere, vil ikke bare påvirke oss selv, men også menneskene rundt oss. Vi kan bygge opp, eller vi kan rive ned.