



Cheryl A. Esplin

Andenrådgiver i Primarys hovedpræsidentskab

Nadveren – en fornyelse for sjælen

Ånden heler og fornyr vores sjæl. Den velsignelse, vi bliver lovet ved nadveren, er, at vi »altid må have hans Ånd hos [os]«.

En gruppe unge piger spurgte mig engang: »Hvad ville du have ønsket, at du vidste, da du var på vores alder?« Havde jeg skullet besvare det spørgsmål nu, ville jeg have medtaget denne tanke: »Jeg ville ønske, at jeg havde forstået betydningen af nadveren bedre, da jeg var på jeres alder, end jeg gjorde. Jeg ville ønske, at jeg havde forstået nadveren, sådan som ældste Jeffrey R. Holland har beskrevet det. Han sagde: »En af de opfordringer, der ligger i nadverordinancen, er, at den skal være en virkelig åndelig oplevelse, en hellig nadver, en fornyelse for sjælen.«¹

Hvordan kan nadveren »være en virkelig åndelig oplevelse, en hellig nadver, en fornyelse for sjælen« hver uge?

Nadveren bliver en åndeligt styrkende oplevelse, når vi lytter til nadverbønnerne og fornyr vore pagter. For at gøre det må vi være villige til at påtage os Jesu Kristi navn.² Nu vi taler om dette løfte, har præsident Henry B. Eyring sagt: »Det betyder, at vi må se os selv som hans. Vi vil lade ham komme i første række i vores liv. Vi vil det, han vil, snarere end det, vi vil, eller det, som verden lærer os, at vi vil.«³

Når vi tager nadveren, indgår vi også pagt om »altid [at] erindre«⁴ Jesus Kristus. Natten før sin korsfæstelse samlede Kristus sine apostle omkring sig og indstiftede nadveren. Han brød brødet, velsignede det og sagde: »Tag det, spis det; dette er til erindring om mit legeme, som jeg giver som løsesum for jer.«⁵ Dernæst tog han et bæger med vin, takkede, gav det til sine apostle, så de kunne drikke, og sagde: »Dette er til erindring om mit ... blod, som udgydes for så mange, som vil tro på mit navn.«⁶

Blandt nefitterne og igen ved genoprettelsen af sin kirke i de sidste dage gentog han, at vi skal tage nadveren til erindring om ham.⁷

Når vi nyder nadveren, vidner vi over for Gud, at vi altid vil erindre hans Søn, ikke kun under den korte nadverordinance. Det betyder, at vi konstant ser hen til Frelserens eksempel og lærdomme til at vejlede vore tanker, vore valg og vore handlinger.⁸

Nadverbønneren minder os også om, at vi må »holde hans befalinger«.⁹

Jesus sagde: »Elsker I mig, så hold mine bud.«¹⁰ Nadveren giver os mulighed for at se indad og en mulighed for at vende vores hjerte og vilje mod Gud. Lydighed mod befalingerne bringer evangeliets kraft ind i vores liv foruden en større fred og åndelighed.

Nadveren tilvejebringer en tid med en virkelig åndelig oplevelse, når vi grunder over Frelserens forløsende og styrkende kraft gennem hans forsoning. En leder for Unge Piger lærte for nylig om den styrke, vi får, når vi stræber efter at nyde nadveren tankefuldt. Hun var ved at udføre en opgave i Personlig fremgang og havde sat sig et mål om at fokusere på teksten i nadversalmerne og -bønnerne.

Hver uge foretog hun en selvevaluering under nadveren. Hun mindedes de fejltagelser, hun havde



begået, og hun forpligtede sig til at gøre det bedre den næste uge. Hun var taknemlig for at kunne gøre alt godt igen og blive gjort ren. Da hun så tilbage på oplevelsen, sagde hun: »Jeg anvendte omvendelsens kraft i forsoningen.«

En søndag efter sin selvevaluering begyndte hun at føle sig nedtrykt og pessimistisk. Hun kunne se, at hun lavede de samme fejl igen og igen, uge efter uge. Men så fik hun et tydeligt indtryk af, at hun tilsidesatte en stor del af forsoningen – Kristi styrkende kraft. Hun glemte alle de gange, hvor Frelseren havde hjulpet hende til at være den, hun havde brug for at være og tjene udover sin egen formåen.

Med dette i tankerne grundede hun igen over den foregående uge. Hun sagde: »En glæde brød igennem min melankoli, da jeg bemærkede, at han havde givet mig mange muligheder og evner. Jeg bemærkede med taknemlighed den evne, jeg havde til at se mine børns behov, når det ikke var tydeligt. Jeg bemærkede, at jeg en dag, hvor jeg følte, at jeg ikke kunne proppe én ting mere ind, var i stand til at komme med opløftende ord til en ven. Jeg havde vist tålmodighed i en situation, der normalt fremkaldte det modsatte hos mig.«

Hun konkluderede: »Da jeg takkede Gud for Frelserens styrkende kraft i mit liv, var jeg meget mere optimistisk med hensyn til den omvendelsesproces, jeg var i gang med, og jeg så frem til den næste uge med fornyet håb.«

Ældste Melvin J. Ballard har forklaret, hvordan nadveren kan være en helende og rensende oplevelse. Han har sagt:

»Hvem blandt os sårer ikke sin ånd ved det, vi siger, tænker eller gør fra sabbat til sabbat? Vi gør ting, som vi er kede af og ønsker at få tilgivelse for ... Måden at få tilgivelse på er ... ved at omvende os fra vore synder, gå til



dem, som vi har syndet eller overtrådt imod og få deres tilgivelse og dernæst begive os til nadverbordet, hvor vi, hvis vi oprigtigt har omvendt os og bragt os selv i en passende tilstand, vil blive tilgivet, og vores sjæl vil blive åndeligt helbredt ...«

Ældste Ballard siger: »Jeg er vidne på, at der er en ånd, som er til stede, når nadveren bliver forrettet, som varmer sjælen fra isse til fod. Man føler sårene i sjælen blive helet, og byrden blive løftet. Den sjæl, som er værdig og oprigtigt ønsker at nyde denne åndelige føde, vil føle trøst og lykke.«¹¹

Vores sårede sjæl kan heles og fornys, ikke kun takket være brødet og vandet, der minder os om Frelserens offer af sit kød og blod, men fordi symbolerne også minder os om, at han for os altid vil være »livets brød«¹² og vores »levende vand«.¹³

Da Jesus havde forrettet nadveren til nefitterne, sagde han:

»Den, der spiser dette brød, spiser af mit legeme for sin sjæl; og den, der drikker af denne vin, drikker af mit blod for sin sjæl; og hans sjæl skal aldrig hungrig eller tørstig, men skal være mæt.

Se, da mængden alle havde spist og drukket, se, da blev de fyldt af Ånden.«¹⁴

Med disse ord lærer Kristus os, at Ånden heler og fornyr vores sjæl. Den velsignelse, vi bliver lovet ved nadveren, er, at vi »altid må have hans Ånd hos [os]«. ¹⁵

Når jeg tager nadveren, forestiller jeg mig sommetider et maleri, der skildrer den opstandne Frelser med udstrakte arme, som om han er klar til at tage os til sig i sin kærlige favn. Jeg elsker dette maleri. Når jeg tænker på det under nadveren, opløftes min sjæl, eftersom jeg næsten kan høre Frelserens ord: »Se, min barmhjertigheds arm er strakt ud mod jer, og hver den, der vil komme, ham vil jeg tage imod; og velsignede er de, der kommer til mig.«¹⁶

Aronske præstedømmebærere repræsenterer Frelseren, når de forbereder, velsigner og omdeler nadveren. Når en præstedømmebærer rækker sin arm frem for at tilbyde os de hellige symboler, er det, som om Frelseren selv rakte sin barmhjertigheds arm frem og inviterer hver af os til at tage del i de dyrebare kærlighedsgaver, der

er gjort tilgængelige ved hans store sonoffer – gaver som omvendelse, tilgivelse, trøst og håb.¹⁷

Jo mere vi grunder over nadverens betydning, des helligere og mere betydningsfuld bliver den for os. Det var det, en 96-årig far udtrykte, da hans søn spurgte: »Far, hvorfor går du i kirke? Du kan ikke se, du kan ikke høre, det er vanskeligt at komme rundt. Hvorfor går du i kirke?« Faderen svarede: »Det er nadveren. Jeg tager af sted for at nyde nadveren.«

Må vi hver især komme til nadvermødet, forberedte på at få »en virkelig åndelig oplevelse, en hellig nadver, en fornyelse for [vores sjæl]«. ¹⁸

Jeg ved, at vor himmelske Fader og vor Frelser lever. Jeg er taknemlig for den mulighed, nadveren giver for at føle deres kærlighed og tage del i Ånden. I Jesu Kristi navn. Amen. ■

NOTER

1. Jeffrey R. Holland, *Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon*, 1997, s. 283.
2. Se L&P 20:77.
3. Henry B. Eyring, »At vi må være ét«, *Stjernen*, juli 1998, s. 71.
4. L&P 20:77, 79.
5. JSO, Matt. 26:22 (i Guide til Skrifterne).
6. JSO, Matt 26:24 (i Guide til Skrifterne); se også Matt 26:26-28; Mark 14:22-24; Luk 22:15-20.
7. Se 3 Ne 18:7, 11; L&P 20:75.
8. Se »Hvordan holder jeg min pagt om altid at erindre Frelseren?« *Kom og følg mig*, Søndagsskolens materialer; lds.org/youth/learn/ss/ordinances-covenants/remembe; *Tro mod sandheden: Et evangelisk opslagsværk*, 2004, s. 104-106.
9. L&P 20:77.
10. Joh 14:15.
11. Melvin J. Ballard, i Melvin R. Ballard, *Melvin J. Ballard: Crusader for Righteousness*, 1966, s. 132-133.
12. Joh 6:48.
13. Joh 4:10.
14. 3 Ne 20:8-9.
15. L&P 20:77.
16. 3 Ne 9:14.
17. Jeg er taknemlig for Ann Madsen for hendes indsigt i dette princip.
18. Jeffrey R. Holland, *Christ and the New Covenant*, s. 283.



Ældste Chi Hong (Sam) Wong
De Halvfjerds

Kom til undsætning i enighed

For at bistå Frelseren må vi arbejde sammen i enighed og samdrægtighed. Hver person, hvert et embede og hver en kaldelse er vigtig.

Vi hører ofte præsident Thomas S. Monson sige: »Kom til undsætning.«¹ Jeg kommer til at tænke på en beretning i Det Nye Testamente. Den er et fuldkomment eksempel på, hvordan medlemmer og missionærer kan arbejde sammen i enighed gennem menighedsrådet for at række ud og komme til undsætning. Historien står i Markus 2:1-5. Jeg synes, at de oplevelser, Jesus anvendte for at lære os visse læresætninger eller principper, altid er meget inspirerende og lette at forstå.

En af personerne i denne beretning er en lam mand, som kun kunne flyttes med andres hjælp. Denne mand kunne kun være derhjemme og vente på at blive frelst.

I vore dage kunne det ske på denne måde. Fire mennesker udfører en opgave, som de har fået af biskoppen, om at besøge en lam mand hjemme hos ham selv. Jeg kan se dem for mig: En kommer fra hjælpeforeningen, en fra ældsternes kворum, en fra Det Aronske Præstedømme og sidst men ikke mindst er der en fuldtidsmissionær. Ved det seneste menighedsrådsmøde havde biskoppen uddelt nogle opgaver om at »komme til undsætning« efter at have siddet i råd sammen om behovene i menigheden. Disse fire fik til opgave at hjælpe denne lamme mand. De kunne ikke vente på, at han selv kom i kirke. De blev nødt til at tage hjem og besøge ham. De blev

