

# Frei von schwerer Last

ELDER RICHARD G. SCOTT

vom Kollegium der Zwölf Apostel

*Sie müssen darauf vertrauen, dass der Erretter sein Leben gegeben hat, damit Sie Ihr Leben so ändern können, dass Ihnen Friede beschieden ist.*



Viele von Ihnen tragen unnötigerweise eine schwere Last, weil sie ihr Herz nicht der heilenden Macht des Herrn öffnen. Möge diese Botschaft Sie dazu ermutigen, auf die Eingebungen des Heiligen Geistes zu hören, um Veränderungen vorzunehmen, die Sie von bedrückender Last befreien. Der Erretter hat versprochen: „Ich will die Last, die euch auf die Schultern gelegt ist, leicht machen, so dass ihr sie nicht mehr ... spüren könnt, ... und das will ich tun, ... damit ihr mit Gewissheit wissen könnt, dass ich, der Herr Gott, mein Volk in seinen Bedrängnissen besuche.“<sup>1</sup> Ich werde zuerst zu denen sprechen, die aufgrund ihrer eigenen falschen Entscheidungen leiden, dann werde ich denen Anregungen geben, denen Leid zugefügt worden ist.

Vor einiger Zeit saß mir am Schreibtisch ein verzweifelter Mann gegenüber, der, den Kopf in den Händen vergraben, wegen der unvermeidlichen Folgen wiederholter Übertretungen der Gebote Gottes schluchzte. Er klagte: „Ich weiß nicht, was ich tun soll. Mir wird das alles zuviel. Ich kann nicht mehr. Es gibt keinen Frieden, kein Glück. Wenn ich bete, hört mir niemand zu. Also, was soll's?“

Ich kenne ihn schon sehr lange. Seine Eltern und andere haben versucht, ihn zu führen, aber mit wenig Erfolg. Aufgrund seiner Entscheidungen hat er sich von der Wahrheit entfernt, die ihm helfen würde. Er hat weder den Glauben an den Meister noch an die Macht des Gebets gepflegt. Seine Entscheidungen sind darauf ausgerichtet, sein Verlangen schnell zu befriedigen. Bei Problemen lügt er oder ignoriert sie einfach. Er hat die Großzügigkeit seiner Eltern und Freunde ausgenutzt, um seine Probleme auf einfache Weise zu lösen. Er unterschätzt die Auswirkungen der heutigen Entscheidungen auf das Leben von morgen.

Mein Herz trauerte um ihn und ich erkannte, dass er die Welt nicht so sieht, wie sie wirklich ist – ein Ort der Freude, des Glücks und der wahren Freundschaft, wo Glauben an Jesus Christus und Gehorsam gegenüber seinen Lehren den Heiligen Geist

einladen, uns die richtigen Entscheidungen einzugeben. Er lebt in einer Umgebung, in der der Einfluss des Satans dominiert. Weise Ratschläge hat er nicht befolgt, denn in seiner Welt kann er nicht erkennen, wie die Ratschläge ihm helfen würden. Dieser verzerrte Blickwinkel bedeutet für ihn Realität. Er entstand, als er den raffinierten Versuchungen des Satans nachgab, der sagt: „Na los. Probier es. Keiner wird jemals davon erfahren. Es ist dein Leben. Lebe so, wie du willst. Sie können dich nicht zwingen. Du hast deine Entscheidungsfreiheit.“

Diese Eingebungen und der Reiz des Verbotenen führten ihn auf einen Weg hinab, der faszinierend und interessant schien. Er schwamm hoch oben auf einer Welle des Verlangens und der Leidenschaft, blind für die Folgen, bis der unvermeidliche niederschmetternde Zusammenstoß mit den Gesetzen Gottes kam. Das führte zu Schmerzen, Reue und Bedauern. Und dann ließ ihn der Satan wissen: „Es gibt keinen Weg zurück. Du kannst genauso gut weiter das tun, was du bisher getan hast. Es ist hoffnungslos zu versuchen, sich zu ändern.“ Aufgrund seiner Sünden kann er keinen Ausweg aus seinen Fehlschlägen sehen. Er wird die erforderlichen Mittel für ein neues Leben in seiner jetzigen Umgebung nicht finden. Seine tragische, eingeschränkte Welt entstand durch die Verletzung ewiger Gesetze, angestachelt durch die Begierde nach schneller Erfüllung.

Befinden Sie sich in vergleichbaren Umständen? Haben Sie manches getan, wovon Sie wünschen, Sie hätten es nicht getan? Fällt es Ihnen schwer, einen Weg zu sehen, wie Sie Ihre Probleme lösen können? Scheint da eine erdrückende, niederschmetternde Last zu sein, die immer da ist, wie sehr Sie auch versuchen mögen, sie abzuschütteln? Unter dem Einfluss starker Gefühle oder von Aufputzmitteln mögen Sie Zeiten erleben, in denen es scheinbar Erleichterung gibt. Doch in den stillen nachdenklichen Momenten, die

zwangsläufig folgen, wird Ihnen klar, dass Ihr Leben nicht so verläuft, wie Sie es gern hätten. Vor anderen beklagen Sie womöglich, dass Ihre Freunde und sogar der Herr Sie verlassen haben, aber wenn Sie ehrlich in sich gehen, erkennen Sie, dass Sie es sind, der sich von ihnen abgewandt hat. O bitte, entscheiden Sie sich jetzt, den Weg zurück zu wohl-tuendem Frieden und Freude zu gehen, die den Platz vergänglicher Vergnügungen der Sünde und der späteren Qual und Leere einnehmen können. Sie können nun bestätigen, wovon in der Schrift die Rede ist: „Schlecht zu sein hat noch nie glücklich gemacht.“<sup>2</sup> Gewinnen Sie nun lang anhaltende Freude durch ein reines und zielbewusstes Leben.<sup>3</sup>

Ich weiß, dass Sie dem kontrollierenden Einfluss des Bösen und den bedrückenden Ketten, die Ihr Leben einschränken, entkommen können. Für diese Befreiung ist es erforderlich, dass Sie eine Lösung annehmen, die sich von Ihren derzeitigen persönlichen Erfahrungen wahrscheinlich stark unterscheidet. Sie verlangt von Ihnen, Glauben an einen himmlischen Vater auszuüben, der Sie liebt. Auch wenn Sie das Warum nicht verstehen, müssen Sie darauf vertrauen, dass der Erretter sein Leben gegeben hat, damit Sie Ihr Leben so ändern können, dass Ihnen der Friede und der Erfolg beschieden sind, die Ihnen immer unerreichbar schienen. Glauben Sie daran, dass Sie die bedrückende Umgebung, in der Sie leben, hinter sich lassen können, indem Sie darauf vertrauen, dass es einen besseren Weg gibt. Sie müssen die Hilfe derjenigen suchen, die diesen besseren Weg verstehen und entsprechend leben, obwohl Sie ihn jetzt noch nicht erkennen können. Dies erfordert von Ihnen, die Lehren des Herrn kennen zu lernen und zu befolgen. Wenn Sie sich dieser Veränderung vollständig verpflichtet haben, werden Sie feststellen, dass es gar nicht so schwierig ist, wie es jetzt vielleicht erscheint.

Die schmerzlichen Folgen der

Sünde wurden eigens von einem mitfühlenden Vater im Himmel in seinem Plan des Glückhinsins vorgesehen, damit Sie diesem tragischen Lebensweg nicht weiter folgen. Ein Sünder wird nicht nur in diesem Leben leiden, denn Sünden, die nicht durch wahre Umkehr vergeben worden sind, werden auch jenseits des Schleiers Qualen bereiten.<sup>4</sup>

Der Satan ist bestrebt, uns zu überzeugen, dass Sünden vor anderen verborgen werden können, aber er ist es auch, der dafür sorgt, dass sie unter den beschämendsten Umständen bloßgelegt werden. Sein Ziel ist die Versklavung der Kinder Gottes. Alle seine verlockenden Versuchungen haben die Zerstörung jedes Einzelnen zum Ziel. Tatsächlich muss jeder von uns beständig umkehren und gehorchen, damit das Geschenk des Erretters die Forderungen der Gerechtigkeit selbst bei kleinen Fehlern und Unterlassungen befriedigt.

Der Erretter nimmt die Folgen Ihrer Sünden auf sich, wenn Sie jetzt umkehren. Wird dies nicht getan, müssen Sie später selbst dafür leiden.

Sprechen Sie mit Ihrem Bischof. Er wird Ihnen sagen, wie Sie umkehren können und Ihnen dabei helfen. Wenn Sie beten und handeln, werden Sie zu Menschen geführt werden, die Ihnen helfen.<sup>5</sup> Umkehr ist ein Vorgang der Reinigung. Der Vorgang ist schwierig, hat aber ein Ende, ein herrliches Ende voller Frieden, heilsamer Vergebung und dem Wunder eines neuen Anfangs. Das Bekennen falscher Handlungen ist ein wichtiger Schritt, aber keine vollständige Umkehr. Ihr Bischof wird Ihnen genau erklären, was Sie tun müssen. Ich möchte zwei Aspekte der Umkehr erwähnen, denen große heilende Kraft innewohnt. Einer davon ist in der folgenden Erklärung des Meisters zu finden:

„Denn ich, der Herr, kann nicht mit der geringsten Billigung auf Sünde blicken;

doch wer umkehrt und *nach den Geboten des Herrn tut*, dem wird ver-

geben werden.“<sup>6</sup>

Diese Schriftstelle macht deutlich, dass der Herr Sünde nicht billigen kann, dass er aber dem Sünder, der umkehrt, aufgrund seiner vollkommenen Liebe vergibt. Sie erklärt auch, dass es nicht nur wichtig ist, das Gebot zu halten, das Sie übertreten haben, sondern dass Sie durch das Halten *aller* Gebote zusätzliche Kraft und Unterstützung für die Umkehr erlangen.

Ein wesentlicher Aspekt des Sühnopfers besteht darin, dass man die Rolle erkennt, die der Erretter durch das Sühnopfer innehat. Denn gerade das Sühnopfer macht ja die Umkehr erst möglich. Beten Sie, und sinnen Sie über die Rolle Jesu Christi, Ihres Erretters und Erlösers, nach. Das motiviert sehr und macht Mut zur Umkehr. Halten Sie sich an das Beispiel Almas:

„Ich [war] in bitterster Qual und Seelenpein; und erst als ich den Herrn Jesus Christus um Barmherzigkeit anrief, habe ich Vergebung für meine Sünden empfangen. Aber siehe, ich rief ihn an und fand Frieden für meine Seele. ...

[Ich] habe dir dies gesagt, damit du Weisheit lernst, damit du ... lernst, . . . dass es keinen anderen Weg und kein anderes Mittel gibt, wodurch der Mensch errettet werden kann, als nur in und durch Christus. Siehe, er ist das Leben und das Licht der Welt.“<sup>7</sup>

Es wird Ihnen helfen, wenn Sie die großartige Erläuterung, warum die Umkehr notwendig ist und wie sie erlangt werden kann, studieren, mit der Alma seinem auf Abwege geratenen Sohn Korianton im Buch Mormon Rat erteilt.<sup>8</sup> Durch Vertrauen in den Plan des Glückhinsins und in die Fähigkeit des Erretters, seine Verheißungen zu erfüllen, kann die Finsternis der Sünde vertrieben werden und die Freude eines würdigen Lebens und das Vertrauen der Lieben zurückkehren, wenn dies auf die Weise des Herrn geschieht. Machen Sie nicht andere für Ihre Fehler verantwortlich. Kehren Sie demütig um, denn es steht

geschrieben: „Er bringt sich selbst als Opfer für Sünde dar, um dem Zweck des Gesetzes Genüge zu leisten für alle, die ein reuiges Herz und einen zerknirschten Geist haben; und für niemanden sonst kann dem Zweck des Gesetzes Genüge geleistet werden.“<sup>9</sup> Bitte entscheiden Sie sich dafür, jetzt umzukehren.

Vielleicht tragen Sie die schwere Last verletzter Gefühle, weil Sie jemand sehr gekränkt hat. Dieser Angriff hat Ihre Sichtweise möglicherweise derart verzerrt, dass Sie glauben, im Recht zu sein, wenn Sie erwarten, dass diese Person um Vergebung bittet, damit Ihre Schmerzen gelindert werden können. Der Erretter wies jeden derartigen Gedanken zurück, als er gebot:

„Darum sage ich euch: Ihr sollt einander vergeben; denn wer die Verfehlungen seines Bruders nicht vergibt, der steht schuldig vor dem Herrn; denn auf ihm verbleibt die größere Sünde.

Ich, der Herr, vergebe, wem ich vergeben will, aber von euch wird verlangt, dass ihr allen Menschen vergebt.“<sup>10</sup>

Tragen Sie die Last der Kränkung nicht länger mit sich umher. Bitten Sie denjenigen, der Sie gekränkt hat, aufrichtig um Vergebung, auch wenn Sie der Meinung sind, Sie haben nichts Falsches getan. Diese Bemühungen werden Ihnen gewiss Frieden schenken und wahrscheinlich dazu führen, dass große Missverständnisse ausgeräumt werden können.

Wenn Sie selbst frei von schweren Sünden sind, quälen Sie sich nicht unnötig mit den Folgen der Sünden anderer. Als Ehepartner, Elternteil oder nahe stehender Mensch können Sie Mitleid mit demjenigen empfinden, der sich durch Sünde in der Galle der Bitternis befindet. Doch Sie dürfen sich nicht selbst für diese Handlungen verantwortlich fühlen. Wenn Sie alles Erdenkliche getan haben, um jemandem zu helfen, den Sie lieben, werfen Sie Ihre Sorgen auf den Herrn. Das hat er Ihnen angeboten, damit Sie frei von sinnloser Sorge und Traurigkeit



sein können.<sup>11</sup> Wenn Sie das tun, werden Sie nicht nur Frieden finden, sondern Ihren Glauben an die Macht des Erretters unter Beweis stellen, dass er die Last der Sünde von einem geliebten Menschen nehmen kann, und zwar durch dessen Umkehr und Gehorsam.

Nun spreche ich zu Ihnen, die Sie durch die hässliche Sünde des Missbrauchs oder der Misshandlung verletzt wurden. Geistige oder körperliche Misshandlung und sexueller Missbrauch können ernsthafte, dauerhafte Folgen haben, wenn sie nicht durch den Herrn geheilt werden. Dazu gehören Angst, Depressionen, Schuldgefühle, Selbstverachtung und ein ständig wachsendes Misstrauen gegenüber anderen, das der Heilung im Wege steht. Sie sind misshandelt worden, indem ein anderer Mensch einen unredlichen Angriff auf Ihre Freiheit unternommen hat. In seiner Gerechtigkeit hat der Herr einen Weg für Sie vorgesehen, um die zerstörerischen Folgen von Missbrauch

und Misshandlung zu überwinden. Diese Hilfe kann mit dem Rat von Eltern und Priestertumsführern beginnen und, bei Bedarf, mit der Unterstützung kompetenter Spezialisten. Doch Sie müssen sich nicht ein Leben lang Ratschläge anhören. Vollständige Heilung erfolgt durch Ihren Glauben an Jesus Christus und seine Macht und Fähigkeit, durch sein Sühnopfer die Wunden zu heilen, die Sie ungerechterweise und unverdienterweise erlitten haben. In Ihrer augenblicklichen Verfassung fällt es Ihnen vielleicht schwer, das zu glauben. Aber ich habe erlebt, wie der Erretter schwere Fälle von Missbrauch oder Misshandlung auf diese Weise geheilt hat. Denken Sie über die Macht des Sühnopfers nach.<sup>12</sup> Beten Sie, um zu verstehen, wie es Sie heilen kann.<sup>13</sup> Bitten Sie Ihren Bischof um Hilfe, so dass der Herr Sie von der Last befreien kann, die Sie nicht selbst verursacht haben.

Zum Abschluss: Wenn Sie jetzt das Gefühl hatten, sich von Lasten befreien zu wollen, die von Ihnen selbst oder anderen verursacht worden sind, so sind solche Eingebungen eine Einladung des Erlösers. Nehmen Sie sie jetzt an. Er liebt Sie. Er hat sein Leben gegeben, damit Sie frei sein können von unnötiger Last. Er wird Ihnen dabei helfen. Ich weiß, dass er die Macht hat, Sie zu heilen. Fangen Sie jetzt an. Im Namen Jesu Christi. Amen. ■

#### ANMERKUNGEN

1. Mosia 24:14.
2. Alma 41:10.
3. Siehe LuB 82:10.
4. Siehe LuB 19:4,15-24.
5. Siehe Harold B. Lee, *Stand Ye in Holy Places*, 1974, Seite 220f; siehe auch Spencer W. Kimball, *Das Wunder der Vergebung*, 1969, Seite 177ff., 201ff., 339ff.
6. LuB 1:31,32; Hervorhebung hinzugefügt.
7. Alma 38:8,9.
8. Siehe Alma 39 bis 42.
9. 2 Nephi 2:7; siehe auch Psalm 34:18.
10. LuB 64:9,10; siehe auch Markus 11:25,26; Lukas 6:37; Mosia 26:29-32; 3 Nephi 13:14,15.
11. Siehe Matthäus 11:28-30.
12. Siehe John Taylor, *The Mediation and Atonement*, 1882.
13. Siehe Richard G. Scott, „Die schrecklichen Narben der Misshandlung heilen“, *Liabona*, Juli 1992, Seite 29ff.