



VÆRDIEN AF SELVVÆRD

Præsident James E. Faust

Andenrådgiver i Det Første Præsidentskab

CES-foredrag for unge voksne • 6. maj 2007 • Tabernaklet i Salt Lake City

Det er et privilegium denne aften at være sammen med alle jer unge voksne og jeres ledere, hvor vi sidder i det nyligt moderniserede, elskede tabernakel, sammen med de af jer, der er forsamlet i stavscentre verden over, og som ser dette mødet via satellittransmission. Jeg tror, at jeg sidder mere komfortabelt end jer. Jeg plejede at sidde på de bænke, og da Tabernaklet blev renoveret, blev bænkerne ikke blødere. Det glæder os at se jer alle, vidunderlige unge mænd og kvinder. Vi er taknemlige for jer og værdsætter, at I ønsker at gå fremad og gøre det rette og udføre det, Herren ønsker, at I gør med jeres liv. I unge kvinder synes at vide, hvad I gør, og hvad I ønsker at gøre, og de unge mænd er ved at lære, hvad de bør gøre. Jeg vil gerne sige en ting til de unge mænd: Lyt ikke for meget til jeres frygt. Tænk over det.

Jeg er taknemlig for at have søster Faust her hos mig. Da vi besluttede at blive gift, fortalte jeg hende, at jeg havde brug for hendes hjælp, og at jeg havde brug for mere uddannelse og ville påskønne hendes støtte. Jeg kan helt ærligt sige, at hun gav mig den støtte og langt, langt mere og har gjort det muligt for mig at gøre meget af det, jeg har gjort i mit liv. Jeg bør vel fortælle jer, at ægteskab involverer at have en ligeværdig partner, og søster Faust har været min allerbedste partner.

I aften vil jeg gerne tale om selvværd – om hvad vi mener om os selv, hvordan vi forholder os til, hvad andre tænker om os, og om værdien af det, vi opnår.

Engang bad en ukendt englænder denne bøn: »O Gud, hjælp mig til at tænke godt om mig selv.« »Det,« sagde præsident Harold B. Lee om englænderens anmodning, »burde være enhver sjæls bøn, ikke et kunstigt udviklet selvværd, der kommer af hovmod, indbildskhed eller arrogance, men en retfærdig selvrespekt, der kan defineres som en »tro på ens eget værd for Gud og mennesker.«¹

Ja, det selvværd, jeg taler om i aften, er ikke blind, arrogant og forfængelig egenkærlighed, men snarere et selvværd, der indebærer selvrespekt, ærlighed

og ingen indbildskhed. Det kommer af indre fred og styrke.

Selvværd er vigtigt for vores personlige vækst og resultater. Det er den lim, der binder vores selvtillid, selvkontrol og billigelse eller misbilligelse af os selv sammen og sikrer alle selvforsvarsmekanismerne. Det er en beskyttelse mod overdrevent selvbedrag, mistillid til en selv, selvbefredelse og almindelig gammeldags selvskhed.

Værdien af det ubesungne

I mit lange liv har jeg lært, at det ikke nødvendigvis er den rige eller berømte, der opnår den største respekt, men de stille, ubesungne, ukendte helte, hvis sande identitet ligesom den ukendte soldat kun kendes af Gud. De ubesungne har ofte kun lidt *status*, men en masse *værdi*.

Eksempel på de ubesungne

Da jeg voksede op i Cottonwood-området i Salt Lake County, var den del af dalen ude på landet. En af de mænd, der havde den største værdighed og påkaldte sig den største respekt, var en gammel skandinavisk bror, som hver dag tog sporvognen ud og hjem, efter at have gået et par kilometer, for at arbejde på en kirkegård i Salt Lake City. Det var hans arbejde at vande og slå græsset, passe blomsterne og grave gravene. Han sagde ikke så meget, for han talte ikke særlig godt engelsk, men han var altid, hvor han skulle være og gjorde det, han skulle, på yderst værdig og eksemplarisk vis. Han havde ingen problemer med for stort ego eller for svag tro, for selv om hans arbejde bestod i at grave grave, følte han, at hans opgave var at tjene Gud. Han var en mand med kun lidt status, men af stor værdi.

Kristi disciples værd og potentiale

Da Frelseren kaldte sine disciple, søgte han ikke efter mænd eller kvinder med status, gods eller berømmelse. Han søgte efter dem, der havde værd og potentiale. Det var en interessant gruppe, disse første disciple: Fiskere,

skatteopkrævere m.fl. Efter at være blevet kaldet som apostle blev de ikke opblæste eller følte sig bedre. Engang, efter nogle af dem var blevet slået, gik de og var »glade fordi de var blevet anset for værdige til at blive vanæret for Jesu navns skyld« (ApG 5:41).

Værdi har kun lidt at gøre med alder. Det har alt at gøre med tjeneste. Herren har gjort det klart, at værdighed bygger på tjeneste, ikke kun over for familie og venner, men også over for fremmede og selv fjender. Fra Miltons *Det tabte paradys* kommer denne sandhed:

*Ofte gavner intet mere
end selvværd, der bygger på ret og retfærdighed,
og er velkontrolleret.²*

Seks nøgler til et sundt selvværd

1. Bevar jeres handlefrihed

Jeg vil gerne foreslå seks vigtige nøgler til at bevare et sundt selvværd. Den første nøgle er at bevare jeres handlefrihed. Det vil sige, at vi ikke må give afkald på vores selvkontrol, ej heller give efter for vaner, der binder, for afhængighed, der slavebinder, eller for opførelse, der nedbryder. For at bevare vores handlefrihed må vi undgå dødbringende fælder og snarer, hvorfra der måske ingen udvej findes. Nogle mennesker, der er blevet fanget i snarer, har tilbragt deres bedste år med at prøve at flygte og på denne måde udmatte sig selv i den proces, hvor de til sidst, selv om de endelig er sluppet fri for deres afhængighed, er opbrugte, udbrændte, har flossede nerver og en hjerne, der for altid er sløvet.

Hvor ville vi være meget bedre stillet og have en meget mere fuldstændig handlefrihed, hvis vi var i stand til sammen med salmisten at sige: »Jeg holder mine fødder fra alle onde veje« (Sl 119:101).

2. Ydmyghed.

Den anden nøgle til et passende selvværd er ydmyghed. Jeg mener ikke denne slåen-sig-for-brystet- eller i-sæk-og-aske-ydmyghed. Jeg mener den ydmyghed, der kommer af indre styrke og fred. Det er den slags ydmyghed, der tillader os at acceptere og leve med vore egne vorter uden at skjule dem kosmetisk. Det er vigtigt at lære at leve med vore uforanderlige fysiske og mentale mangler uden at beklage eller forklare os. For nogle måneder siden blev jeg opereret i ryggen, og jeg har ikke været den samme siden, og bliver det måske aldrig igen. Men første gang jeg talte i Konferencecentret med et lille bord som dette,

sagde et af vore børnebørn: »Åh, bedstefar, du så så komfortabel ud deroppe, at jeg havde lyst til at komme derop og sidde på dit skød.«

For nogle år siden lærte jeg en pragtfuld og vidunderlig ny ven at kende. Han er en succesrig forretningsmand, der er charmerende, udadventt og velplejet. Hans åndelighed stråler ud af ham. Et par måneder senere lagde jeg mærke til en let halten, som ikke tidligere havde været synlig. Det førte til en nærmere iagttagelse. Da jeg så forbi det venlige smil, bemærkede jeg, at min ven var en smule pukkelrygget med en noget deform rygrad. Disse fysiske mangler var skjult så godt af hans naturlige godhed, varme og store charme, at de intet betød i forhold til manden som helhed. Min ven accepterede sine fysiske mangler med ydmyghed og styrke og kompenserede for dem med sin personlighed.

Der er en anden dimension ved ydmyghed, som skal nævnes – lærevillighed. Profeten Samuel tilråder: »Træd nu frem, så jeg her ... kan gå i rette med jer« (1 Sam 12:7). Ordsprogene minder os om, at »den, der elsker formaning, elsker kundskab« (Ordsp 12:1).

3. Ærlighed

Den tredje nøgle til selvværd er ærlighed. Ærlighed begynder med at være tro mod sig selv. For nogle år siden sad jeg som tilskuer i et hjerteskerende retssalsdrama om forældremyndighed. Striden handlede om, at børnenes mor ikke var en god husmor, hvilket skulle bestyrke anklagen om, at hun var uegnet som mor. En sagsbehandler havde vidnet om, at da hun besøgte familien i hjemmet, lignede det en slagmark, og køkkenet var beskidt.

Børnenes mor, der ønskede at beholde forældremyndigheden over sine børn, blev kaldt hen til vidneskranken. En midaldrende, stor, fysisk mindre tiltrækkende dame trådte frem, aflagde ed og satte sig i vidneskranken. Faderens advokat (faderen havde giftet sig igen og ønskede forældremyndigheden over børnene) fulgte nådesløst op på det vidneudsagn, sagsbehandleren allerede havde fremlagt. Han stillede borende spørgsmål til den hårdt trængte mor.

»Er det ikke rigtigt,« spurgte han, »at dit hjem var så beskidt som en svinesti, den dag sagsbehandleren kom?« Hvilket drama! Hvordan kunne moderen bedst svare i egen interesse og bevare sin forældremyndighed over børnene? Hvad skulle hun sige? Salen dirrede af spænding! Hun tøvede et anspændt øjeblik, og så

svarede hun roligt og med fuldstændig selvtillid: »Jo, mit hjem var meget rodet den dag.«

Hendes ærlighed overraskede helt tydeligt selv dommeren, og han lænede sig over mod hende og spurgte: »Hvad mener du med *den dag*?«

»Jo, ser du, hr. dommer,« svarede hun, »tidligere på den formiddag, hvor sagsbehandleren kom, henkogte jeg ferskner. Jeg havde skrællet, kogt og fyldt ca. 70 liter ferskner på flasker. Jeg var ikke færdig med at rydde op efter mig, da sagsbehandleren kom. Min køkkenvask var stadig klistret af den sukkerlage, der var blevet spildt, mens jeg prøvede at hælde ned i flaskerne, før jeg forseglede dem. Mit hjem var så sandelig et stort rod den dag. Jeg prøver at være en god husmor, men med tre små børn kan jeg simpelthen ikke holde orden hele tiden.«

Hendes ligefremhed og oprigtighed afvæbnede og nedlagde fuldstændig modstanden. Da hun var færdig med at tale, vidste alle i retssalen, at afgørelsen ville falde ud til hendes fordel. Da hun rejste sig og trådte ned fra vidneskranken, gik hun med en dronings holdning og selvtillid. At være tro mod en selv er det centrale i ærlighed og hjørnesteinen i selvværd.

4. Kærlighed til at arbejde

Den fjerde nøgle til selvværd er kærlighed til at arbejde. Den mest talentfulde sportsmand på vores universitet var fremragende dygtig til enhver form for sport. Han spillede fodbold og løb hækkeløb – han havde faktisk rekorden blandt universiteterne i hæk. Vores træner, Ike Armstrong, krævede, at sprinterne en gang om ugen løb 275 meter sammen med 400-meter-løberne for at øge sprinternes udholdenhed og hæve 400-meter-løbernes hastighed. Min ven – den store sportsmand – plejede at være i spidsen de første 250 meter, men så snart den første 400-meterløber overhalede ham, gav han op og ville ikke gennemføre løbet. Hans naturlige talent og evner var af en sådan beskaffenhed, at han aldrig behøvede at anstrenge sig for at udmærke sig. Han giftede sig, men ægteskabet mislykkedes. Han fortsatte inden for professionel fodbold og var noget af en stjerne, indtil han kom ind i narkomiljøet og døde af narkoens og alkoholens svækkende virkninger. Andre med meget mindre talent har opnået langt mere.

Efter min opfattelse er der meget få mennesker, der virkelig er genier. Skønt nogle er talentfulde, stammer det meste af verdens arbejde og nogle af de største

bidrag fra almindelige mennesker med et talent, som de har udviklet. Et almindeligt, bredt talent kan passes og plejes til at blive en stor begavelse gennem hårdt arbejde. Nogle håndværkere i Kina har brugt flere år på at lave blot én udsøgt kunstgenstand af utrolig ynde og skønhed. Vi har ikke alle talent for kunst som fx maling, billedhuggerkunst eller musik. Der er mange talenter, der ikke er egnede til fremvisning. Nogle har et naturligt talent for at få andre til at føle sig betydningsfulde, glade og noget særligt. Et sådant talent burde udvikles og forstærkes.

Åndelige gaver kan ligeledes forfines og forstørres gennem omhyggelig anvendelse af retscaffen livsførelse, bøn, skriftstudium og lydighed. En udtalelse tilskrevet George Lucas lyder: »Det betyder ikke noget, hvad folk siger om mig, eller hvad jeg siger. Det, der betyder noget, er, hvad jeg opnår.« Det, vi opnår, bidrager til vores selvværd. Sommetider tænker vi måske: »Det arbejde, jeg udfører, er ikke vigtigt,« eller »jeg er kun dit eller dat.« Alt arbejde, der skal udføres, er vigtigt, uanset hvor småt det synes, så skal nogen gøre det.

5. Evnen til at kunne elske

Den femte nøgle til at opbygge selvværd er evnen til at kunne elske. Frelserens befaling var at elske hinanden og sig selv.³ Er jeg sikker nok på min kærlighed til mig selv til, at jeg kan grine af mig selv, indrømme mine fejl og taknemligt tage imod en kompliment? Er jeg sikker nok på min kærlighed til andre til, at jeg kan smile og hilse på en fuldkommen fremmed?

For mange år siden lærte vi følgende til seminar:

*Jeg skal leve med mig selv,
så derfor ønsker jeg at være værd at kende.*

.....
*Jeg ønsker at gå med oprejst pande.
Jeg ønsker at fortjene alle menneskers respekt.*

.....
*Jeg kan aldrig gemme mig for mig selv,
for jeg ser det, andre måske aldrig ser.*

.....
*Jeg kan aldrig snyde mig selv, og derfor
ønsker jeg, uanset hvad der sker,
at have selvrespekt og en god samvittighed.⁴*

6. Kærlighed til Gud

Den sjette og vigtigste nøgle til selvværd er kærlighed til Gud. Kong Benjamin minder os om følgende: »For

hvorledes kender en mand den herre, som han ikke har tjent ...?» (Mosi 5:13). I Paulus' brev til Titus minder han os om, at der er mange, der »forsikrer, at de kender Gud, men i handling fornægter de ham« (Tit 1:16).

Apostlen Johannes giver os en værdifuld nøgle: »Og at han bliver i os, ved vi af Ånden, som han har givet os« (1 Joh 3:24).

Derefter fremhæver Johannes noget vigtigt om lydighed, idet han erklærer: »Og deraf kan vi vide, at vi kender ham: hvis vi holder hans bud.

Den, der siger: »Jeg kender ham,« men ikke holder hans bud, er en løgner, og sandheden er ikke i ham« (1 Joh 2:3-4).

Der er mange, der har fået ødelagt deres selvværd efter tabet af en af deres kære, ved skilsmisse eller andre personlige ulykker. Nogle bærer rundt på en ekstra byrde af skyld på grund af alvorlige synder. Overtrædelse er så nedbrydende for selvværdet. Overtrædelse fører meget tit til selvretfærdiggørelse og endda løgn. Det er det, der får retfærdighed til at føles så voldsom for overtræderen.

Heldigvis har vi det store princip om omvendelse, hvorved synder, der er »som skarlagen«, kan blive »hvide som sne« (Es 1:18). Jeg er taknemlig for dette princip og beder til, at ingen vil tøve med at finde den fred, der kommer efter omvendelse. Det er vigtigt at huske og aldrig glemme, at vi alle, mænd som kvinder, blev skabt i Guds billede og skabt af Gud. Mennesket er den ædleste af alle skabninger.

»Hvad er da et menneske?« spurgte salmisten, »at du husker på det, et menneskebarn, at du tager dig af det?

Du har gjort det kun lidt ringere end Gud, med herlighed og ære har du kronet det.

Du har gjort det til hersker over dine hænders værk, alt har du lagt under dets fødder« (Sl 8:5-7).

Ofte, når jeg i mit virke har indsat en stavs- eller missionspræsident, er det tydelige indtryk kommet til mig, at den person, på hvis hoved jeg har lagt mine hænder, har været forudordineret til den kaldelse. Profeten Jeremias fik denne forsikring af Herren: »Før jeg dannede dig i moders liv, kendte jeg dig, før du kom ud af moders skød, helligede jeg dig; jeg gjorde dig til profet for folkene« (Jer 1:15).

Ikke alle er kaldet til at være ledere i riget. Men findes der noget større end at være lærer, far eller mor? Og derfor er det, at ingen er uden betydning. Guddommelighedens frø er i os alle. Den dag kommer, hvor vi alle skal aflægge regnskab over for Gud for alt, hvad vi har gjort med den guddommelige del, som findes i os.

Det er en vidunderlig aften, og det ville være godt, hvis I unge får lidt tid sammen, så jeg vil slutte. Jeg vil gerne fortælle jer noget andet, som jeg fortalte generalautoriteterne ved konferencen – møder behøver ikke at være endeløse for at være evige.

Jeg vidner om, at Gud elsker os hver især, med vorter og alt det der. Jeg vidner om, at han kender os hver især ved navn. Jeg vidner om, at vi hver især har et potentiale i dette liv og udover graven, som overgår vore vildeste drømme. Jeg vidner om gennem Helligåndens gaver, at vi er deltagere i hans hellige værk.

Og jeg ønsker at give jer alle en apostolsk velsignelse fra himlen, og jeg beder til, at vi må erfare, hvem vi virkelig er, Guds sønner og døtre. Den velsignelse, som jeg ønsker at nedkalde på jer er den velsignelse, som Herren gav Nefi, men jeg vil indsætte jeres navne, Bill og Henry og Katherine og Ellen, jer alle, hver eneste af jer:

»Velsignet er du [Bill og Henry og alle jer] for det, som du har gjort, for jeg har set, hvorledes du med utrættelighed har kundgjort ordet, som jeg har givet dig, for dette folk. Og du har ikke frygtet dem og har ikke søgt at redde dit eget liv, men har søgt min vilje og at holde mine befalinger.« Og her kommer velsignelsen: »Og se, fordi du har gjort dette med en sådan utrættelighed, se, så vil jeg velsigne dig for evigt; og jeg vil gøre dig mægtig i ord og i handling, i tro og i gerninger« (Hel 10:4-5). I Jesu Kristi navn. Amen.

Noter

1. Harold B. Lee, *Stand Ye In Holy Places*, 1974, s. 6-7.
2. I *Complete Poetry and Selected Prose of John Milton*, 1950, s. 281, bog 8, linje 571-573.
3. Se Matt 22:39.
4. »Myself«, i *Collected Verse of Edgar A. Guest*, 1934, s 724.