

---

# A HÁLA GYÓGYÍTÓ EREJE

---

**Russell M. Nelson elnök**

*Az Utolsó Napi Szentek Jézus Krisztus Egyháza elnöke*

*Orvosként jól ismerem a helyes terápia értékét.  
Így hát, kedves barátaim, hadd írjak fel két olyan  
tevékenységet, amelyek segíteni fognak nekünk  
megtapasztalni a hála gyógyító erejét.*

Életem 96 éve alatt láttam gazdasági válságot, világháborút, a terrorizmus, éhezés és szegénység előretörését szerte a világon. Tanúja voltam annak is, amint valósággá lett az űrutazás, az internet, az orvostudomány rengeteg vívmánya, illetve számtalan további felfedezés, amelyek örömmel töltenek el.

Egyházi szolgálatom előtt szív-, ér- és mellkassebészként rengeteg órát töltöttem a műtőben. Sebészrezidensként tagja voltam annak a kutatócsoportnak, amely kifejlesztette az első szív-tüdő motort, amelyet emberi nyitott szívműtétek során alkalmaznak.<sup>1</sup> Ennek köszönhetően kiváltságomban állt elősegíteni több száz beteg életének megmentését, miközben sajnos sok betegemet láttam meghalni is a legjobb erőfeszítéseim ellenére is.

A tudomány embereként és a hit embereként mély aggodalommal töltött el a jelenlegi világjárvány. A tudomány embereként átérzem, mily égető szükség van a fertőzés továbbterjedésének megakadályozására. Tisztelgek továbbá az egészségügyi dolgozók odaadó szolgálata előtt, és bánkódom azok miatt, akiknek felbolygatta az életét a Covid19.

A hit embereként azonban a jelenlegi járványt csupán a világot sújtó számos csapás egyikének tartom, a gyűlölködés, a polgári zavargások, a rasszizmus, az erőszak, a becstelenség és a kulturáltság hiánya mellett.

Képzett tudósok és kutatók munkálkodnak szorgalmasan a koronavírus elleni oltás kifejlesztésén és elérhetővé tételén. Az előttünk álló lelki gondok és betegségek azonban nem gyógyíthatók orvossággal vagy műtéti úton.

Létezik viszont egy gyógyszer – egy olyan gyógyszer, amely talán meglepő, mivel dacol a természetes megérzéseinkkel. Mindazonáltal a hatásait egyaránt igazolták már tudósok, valamint hívő férfiak és nők is.

A *hála* gyógyító erejére utalok.

A Zsoltárok könyve telve van a hála kifejezésére szólító intelmekkel. Hadd említsek most csupán hármat:

„Milyen jó hálát adni az Úrnak...”<sup>2</sup>

„Adjatok hálát az Úrnak, mert Ő jó...”<sup>3</sup>

„Menjünk elébe hálaadással...”<sup>4</sup>

Jézus Krisztus gyakorta adott hangot a hálának. Mielőtt Lázárt feltámasztotta a halálból, mielőtt csodálatos módon megszaportotta a kenyeret és a halat, és mielőtt továbbadta a poharat a tanítványainak az utolsó vacsora idején, a Szabadító imádkozott és köszönetet mondott Istennek. Nem csoda hát, hogy Pál apostol később így szólt: „Mindenben hálákat adjatok”.<sup>5</sup>

Életem több mint kilenc és fél évtizede folyamán arra jutottam, hogy az *áldásainkat számolni* sokkal jobb, mint a *gondjainkról beszámolni*. Bármilyen helyzetben legyünk is, a kiváltságainkért tanúsított hála gyorsan ható és elnyújtott hatóanyagú lelki orvosság.

Vajon a hála megóv minket a bánattól, a szomorúságtól, a gyásztól vagy a fájdalomtól? Nem, viszont gyógyírként hat az érzéseinkre. Nagyobb távlatból láttatja velünk az élet célját és örömét.

Közel tizenhat évvel ezelőtt a feleségemmel, Dantzellel a kanapén üldögéltünk. Fogtuk egymás kezét, miközben a televíziót néztük. Aztán hirtelen összecsuklott. Annak ellenére, hogy igen képzett vagyok az életét kioltó kór kezelésében, nem voltam képes megmenteni a saját feleségemet.

Dantzel és én kilenc lánnyal és egy drága fiúval áldattunk meg. Tragikus módon a lányaim közül kettőt elveszítettem rákban. Nincs szülő, aki felkészült lenne a gyermeke elvesztésére.

Mégis, ezen és más nehéz tapasztalatok ellenére határtalanul és örökre *hálás* vagyok oly sok mindenért.

Hálás vagyok Istennek a közel 60 esztendőért, amelyet megoszthattam Dantzellel, az egész életem át tartó szeretetért, öröméért és a drága

emlékekért. És köszönetet mondok Neki második feleségemért, Wendyért, akit Dantzel halála után ismertem meg. Wendy örömmel tölti meg az életemet.

Hálás vagyok Istennek mindazon évekért, amelyeket a két elhunyt lányommal tölthettem. Atyai szívem ellágyul, amikor viszontlátom e lányok tulajdonságait a gyermekeik és unokáik tekintetében.

Mindannyian köszönetet mondhatunk a föld gyönyörűségeiért és a mennyek fenségességéért, amelyek bepillantást engednek az örökkévalóság végtelenségébe.

Köszönetet mondhatunk az élet ajándékáért, a bámulatos testünkért és elménkért, amelyek lehetővé teszik a növekedésünket és a tanulásunkat.

Köszönetet mondhatunk a lelkünket tápláló művészetért, irodalmi alkotásokért és zenéért.

Köszönetet mondhatunk a bűnbánat, az újrakezdés, a jóvátétel és a jellemünk építésének lehetőségéért.

Köszönetet mondhatunk a családukért, a barátainkért, a szeretteinkért.

Köszönetet mondhatunk a lehetőségért, hogy segíthetjük, megbecsülhetjük és szolgálhatjuk egymást, ami oly sokkal jelentőségteljesebbé teszi az életet.

Köszönetet mondhatunk még a megpróbáltatásainkért is, amelyekből olyan dolgokat tanulunk, melyeket másképp nem ismernénk.

Legfőképpen pedig köszönetet mondhatunk Istennek, aki a lelkünk Atyja, ezáltal pedig mindannyian fivérek és nővérek vagyunk – egyetlen világméretű család tagjai.

Orvosként jól ismerem a helyes terápia értékét. Így hát, kedves barátaim, hadd írjak fel két olyan tevékenységet, amelyek segíteni fognak nekünk *megtapasztalni* a hála gyógyító erejét.

Először is arra kérlek titeket, hogy a következő hét nap során tegyétek a közösségi médiát a ti saját *hálanaplótokká*. Posztoljatok mindennap arról, hogy *miért* vagytok hálásak, *kiért* vagytok hálásak, és *mi okból* vagytok hálásak. A hét nap elteltével boldogabbak lesztek és nagyobb békeséget fogtok érezni. Használjátok a #GiveThanks [MondjKöszönetet] hesteket. Összefogva eláraszthatjuk a közösségi

médiát a hála hullámával, amely eléri a föld négy szegletét. Talán ez részben betölti majd az ígéretet, amelyet Isten Ábrahám atyának tett, hogy utódain keresztül „megáldatnak ...a föld minden nemzetségei”.<sup>6</sup>

A második: váljunk eggyé az Istennek mondott mindennapi imába foglalt köszönetnyilvánításban. Jézus Krisztus arra tanította a tanítványait, hogy imáikban először is juttassák kifejezésre a hálájukat Istennek, és csak azután fohászkodjanak azért, amire szükségük van. Az ima csodákat idéz elő.

Ennek szellemében most szeretnék imát mondani a világért és annak minden lakosáért. Miközben imádkozom, remélem, ti is sugalmazást éreztek majd ugyanerre, hálásan kiöntve a szíveteket mindazon számtalan áldásért, amelyet Isten megadott nektek, és azért fohászkodva, hogy gyógyítsa meg a szívünket, a családjainkat, a társadalmunkat és az egész világot.

Atyánk a Mennyben! A Föld bolygódon élő utastársakként alázattal imádkozunk Hozzád. Köszönetet mondunk Neked az életért és mindenért, ami fenntartja az életet. Köszönetet mondunk Neked a föld szépségeiért, a világegyetem rendjéért, a bolygókért, a csillagokért, és mindenért, ami örök jelentőségű. Köszönetet mondunk Neked a törvényeidért, amelyek megvédnek minket és utat mutatnak nekünk. Köszönetet mondunk Neked az irgalmadért és szeretetteljes, óvó gondoskodásodért. Köszönetet mondunk Neked a családjainkért és a szeretteinkért, akik örömmel töltik meg az életünket.

Hálásak vagyunk mindazokért, akik a Covid-világjárvány leküzdésén munkálkodnak. Kérünk, áldd meg őket védelemmel és sugalmazással. Segíts nekünk véget vetni ennek a vírusnak, amely oly sok gyermekedet sújtotta már.

Köszönetet mondunk a nemzetek vezetőiért és másokért, akik a felemelésünkre törekednek. Enyhülésért imádkozunk a politikai csatározásoktól. Kérünk, áldj meg minket a gyógyulás lelkével, amely egyesít minket a különbözőségeink ellenére.

Szeretünk Téged, drága Atyánk, és imádkozunk, hogy áraszd le reánk a Te áldásaidat. Szeretett Fiad, Jézus Krisztus nevében, ámen.

Isten áldjon mindegyikötöket és mindnyájatokat!

## JEGYZETEK

<sup>1</sup> a Minnesota állambeli Minneapolisban, 1951 márciusában

<sup>2</sup> Zsoltárok 92:2

<sup>3</sup> Zsoltárok 136:1

<sup>4</sup> Zsoltárok 95:2

<sup>5</sup> 1 Thessalonikabeliek 5:18

<sup>6</sup> 1 Mózes 12:3

