

# Das Leben als Missionar – Anforderungen

Basiert auf der Veröffentlichung „Das Leben als Missionar – Eine Eingewöhnungshilfe zum Nachschlagen“, 2013

Jedes Mal, wenn man eine neue Erfahrung macht (zum Beispiel, wenn man sich der Kirche anschließt oder in eine neue Schule kommt), freut man sich zwar über die Gelegenheit, ist aber auch nervös, weil man nicht genau weiß, was einen erwartet. Mit der Zeit lernt man, mit diesen Herausforderungen umzugehen und wächst dadurch.

Das Gleiche gilt für eine Mission. Manchmal kommt einem eine Mission wie ein wunderbares geistiges Abenteuer vor – oder zumindest wie eine Herausforderung, mit der man zurechtkommen kann. Zu anderen Zeiten kann es jedoch vorkommen, dass man unerwartete Probleme oder Erlebnisse hat, die schwieriger oder unangenehmer sind, als man erwartet hat. Vielleicht fragt man sich, wie man sein Ziel erreichen kann. Hilfsmittel, auf die man einst bauen konnte, um mit Schwierigkeiten fertigzuwerden, gibt es vielleicht nicht mehr. Anstatt motiviert zu sein, wird man vielleicht ängstlich, ist gereizt, erschöpft oder frustriert. Vielleicht stellen sich körperliche Symptome wie Schmerzen, Magenverstimmung, Schlaflosigkeit ein oder man wird ernsthaft krank. Vielleicht fällt es einem schwer, zu lernen oder auf Menschen zuzugehen. Vielleicht fühlt man sich entmutigt oder möchte gar aufgeben.

Die Anforderungen der Missionsarbeit erstrecken sich auf verschiedene Ebenen:

## Eine allgemeine Ebene

Während Ihrer Mission erleben Sie viele Veränderungen und Wechsel. Da die vertrauten Mittel, die Sie bisher angewandt haben, um damit zurechtkommen, nicht immer da sind, müssen Sie neue Wege finden. An Abenden und Wochenenden – Zeiten, zu denen Sie sich früher entspannt haben – sind Sie jetzt am meisten beschäftigt. Sie mögen sich unbehaglich fühlen. Manchmal kann es sein, dass Sie zu kämpfen haben. Vielleicht fragen Sie sich, wie Sie anderen Missionaren beistehen können, die Mühe haben.

## Eine körperliche Ebene

Es kann sein, dass Sie elf, zwölf Stunden am Tag auf den Beinen sind, laufen, Fahrrad fahren, Treppen steigen und stehen. Viel-

leicht bekommen Sie nicht so viel Schlaf, wie Sie es gewohnt sind. Vielleicht ist Ihnen das Essen fremd. Sie werden bei schlechtem Wetter draußen sein und ungewohnten Krankheitsregenen ausgesetzt sein. Allein die neue Situation kann ermüdend sein.

## Eine seelische Ebene

Vielleicht machen Sie sich um alles, was Sie tun müssen, Sorgen, und es fällt Ihnen schwer, sich zu entspannen. Vielleicht bekommen Sie Heimweh, werden entmutigt, Ihnen wird langweilig oder Sie fühlen sich einsam. Vielleicht erleben Sie Ablehnung, Enttäuschung oder geraten sogar in Gefahr. Vielleicht sorgen Sie sich um Ihre Familie und Freunde, weil Sie nicht bei ihnen sein und ihnen helfen können.

## Eine soziale Ebene

Sie werden auf engem Raum mit einem Mitarbeiter leben, mit dem Sie vielleicht nicht viel gemeinsam haben. Von Ihnen wird erwartet, dass Sie mit Fremden sprechen, mit Führern der Kirche Umgang pflegen, Mitglieder der Kirche schnell kennenlernen und Freunde der Kirche ins Herz schließen.

## Eine intellektuelle Ebene

Vielleicht lernen Sie eine neue Sprache. Sie müssen die Lektionen und Schriftstellen beherrschen, ein guter Lehrer werden und aufkommende Bedenken ausräumen. Sie müssen planen, Ziele setzen, daran arbeiten, sich an Änderungen anpassen und allerlei praktische Probleme lösen.

## Eine geistige Ebene

Sie müssen sich anstrengen, um Ihr Zeugnis zu stärken, Versuchungen zu widerstehen und zu lernen, den Geist zu verspüren und zu erkennen. Sie müssen Kritik annehmen, umkehren, sich demütig mit Ihren Schwächen und Reuegefühlen auseinandersetzen und sich mehr denn je auf den Herrn verlassen.

# Sich auf neue Umstände einstellen

Wie viele andere, die sich in einer neuen Situation wiederfinden, durchlaufen Missionare, wenn sie in der Missionarsschule eintreffen, und später, wenn sie im Missionsgebiet ankommen, oft vier Phasen oder Stufen seelischer Anpassung:

## 1. Vorfreude

Vielleicht können Sie die Herausforderung kaum erwarten (siehe 1 Nephi 3:7).

Vielleicht verspüren Sie mehr Zielbewusstsein und Treue gegenüber dem Vater im Himmel (siehe 3 Nephi 5:13).



## 2. Entdeckung des Unerwarteten

Vielleicht fangen Sie an, Ihr Zuhause, Ihre Familie und Freunde zu vermissen und sogar Ihren Entschluss, auf Mission zu gehen, in Frage zu stellen (siehe Alma 26:27).

Vielleicht bemerken Sie spürbare Auswirkungen von Stress, wie etwa Schlafstörungen, Appetitschwankungen oder Reizbarkeit.

Vielleicht sind Sie unerwartet kritisch oder ungeduldig, was Regeln und Anforderungen angeht.

Das sind ganz normale Gefühle. Falls Ihnen eines oder gar alle dieser Symptome Schwierigkeiten bereiten sollten, seien Sie versichert, dass dies nur eine vorübergehende Situation ist, die viele neue Missionare durchmachen. Lassen Sie sich von dem Wissen ermutigen, dass diese Gefühle vorübergehen werden und dass Sie in der Lage sein werden, sich anzupassen.

## 3. „Ich kann das!“

Ihre Fähigkeit zu unterrichten und Ihre Sprachkenntnisse nehmen zu.

Sie lernen, Missionsregeln bereitwillig zu befolgen und Anforderungen gerecht zu werden.

Sie sind geduldig mit sich selbst, während Sie „Weisung um Weisung“ entgegennehmen und dazulernen (siehe 2 Nephi 28:30; Mosia 4:27).



Ihre körperlichen Stresssymptome, falls Sie welche hatten, lassen langsam nach.

## 4. Seelische Selbständigkeit

Sie gewöhnen sich an den Tagesablauf.

Sie erkennen Ihre persönlichen Stärken und Ihren Fortschritt.

Sie begreifen, was es bedeutet, im Leben Schritt für Schritt vorzugehen (siehe LuB 98:12).

Sie entwickeln mehr Selbstvertrauen und einen größeren Wunsch zu dienen.

