

Misjonærlivets krav

Tilpasset fra *Adjusting to Missionary Life* (ressurshäfte, 2013)

Når du begynner en ny erfaring (for eksempel å slutte deg til Kirken eller begynne på en ny skole), gleder du deg over denne muligheten – samtidig som du er nervøs fordi du ikke helt vet hva du kan forvente. Etter hvert lærer du å takle disse utfordringene, og denne prosessen hjelper deg å vokse.

En misjon er ikke noe annerledes. Noen ganger føles en misjon som et fantastisk åndelig eventyr – eller i det minste en utfordring du kan takle. På andre tidspunkter kan du imidlertid oppleve uventede problemer eller erfaringer som er vanskeligere eller mer ubehagelige enn du forventet. Du lurer kanskje på hvordan du kan klare det. Ressurser du en gang anvendte for å takle ting, er kanskje ikke tilgjengelig. Istedenfor å føle deg motivert til å prøve, er du kanskje engstelig, irritable, utmattet eller frustrert. Du kan ha fysiske symptomer som smerte, dårlig mage, søvnløshet eller sykdom. Du kan ha problemer med å lære eller få kontakt med folk. Du kan føle deg motløs eller ønske å gi opp.

Misjonærarbeidets krav kommer inn under flere kategorier:

Generelt

Du opplever mange forandringer og overganger i løpet av misjonen. Kjente måter å takle ting på er ikke alltid tilgjengelige, og du må lære nye. Kvelder og helger som pleide å være avslappende, er nå dine travleste tider. Du føler deg kanskje utilpass. Til tider sliter du kanskje. Du lurer kanskje på hvordan du kan hjelpe andre misjonærer som sliter.

Fysisk

Du er kanskje på beina i 11-12 timer om dagen. Du sykler, går opp trapper og står. Du får kanskje ikke like mye søvn som du

er vant til. Maten kan være ukjent. Du vil være ute i dårlig vær og utsatt for nye bakterier. Bare det at situasjonen er ny, kan være anstrengende.

Følelsesmessig

Du føler deg kanskje engstelig med hensyn til alt du har å gjøre, og du kan ha vanskelig for å slappe av. Du kan få hjemlengsel, bli motløs, kjede deg eller føle deg ensom. Du kan oppleve avvisning, skuffelse eller til og med fare. Du kan være bekymret for familie og venner når du ikke er der for å hjelpe dem.

Sosialt

Du kommer til å bo tett på en ledsager som du kanskje ikke har mye til felles med. Du forventes å snakke med fremmede, omgås ledere i Kirken, bli raskt kjent med Kirkens medlemmer, og lære å bli glad i undersøkere.

Intellektuelt

Du lærer kanskje et nytt språk. Du må mestre leksjoner og skriftsteder, tilegne deg undervisningsferdigheter og løse problemer som oppstår. Du må planlegge, håndtere mål, tilpasse deg til endringer og løse alle slags praktiske problemer.

Åndelig

Du vil strekke deg for å styrke ditt vitnesbyrd, motstå fristelse og lære å føle og gjenkjenne Ånden. Du må kunne ta imot irettesettelse, omvende deg, takle dine svakheter og lengsler med ydmykhet og stole på Herren mer enn noensinne før.

Å tilpasse seg nye erfaringer

I likhet med mange som kommer inn i en ny situasjon, går misjonærer ofte gjennom fire faser eller stadier i sin følelsesmessige tilpasning når de kommer til MTC, og igjen når de kommer til misjonsmarken:

1. Forventning

Du er kanskje ivrig etter å møte utfordringen (se 1 Nephi 3:7).

Du kan ha en sterkere følelse av mål og mening og troskap til vår himmelske Fader (se 3 Nephi 5:13).



2. Uventede oppdagelser

Du kan begynne å savne hjemmet ditt, familie og venner, og til og med begynne å tvile på din beslutning om å dra på misjon (se Alma 26:27).

Du kan oppleve fysiske tegn på stress, som urolig søvn, appetittforandringer eller irritabilitet.

Du kan uventet oppleve at du er kritisk og utålmodig med hensyn til regler og forventninger.

Dette er normale følelser. Hvis du har noen av eller alle disse problemene, skal du vite at dette er en midlertidig situasjon som mange nye misjonærene opplever. Fatt mot, og vit at disse følelsene vil gå over, og du vil klare å tilpasse deg.

3. "Jeg klarer dette"

Dine undervisnings- og språkferdigheter begynner å bli bedre.

Du lærer å villig rette deg etter misjonsreglene og forventningene.

Du er tålmodig med deg selv mens du lærer "bud på bud" (se Jesaja 28:10; Mosiah 4:27).

De fysiske symptomene på stress, om du hadde noen, begynner å avta.

4. Følelsesmessig selvhjulpenhet

Du føler at du takler den daglige rutinen.

Du ser dine sterke sider og din fremgang.

Du begynner å forstå hva det vil si å ta livet ett skritt om gangen (se L&p 98:12).

Du utvikler større selvtillit og et sterkere ønske om å tjene.

