

1 af 5

**Prædiken søndag d. 8. februar 2026.**

Metodistkirken i Odense. ©Thomas Risager, D.Min.

Tekster: Matt 11,28-30.

Når Trump truer med at tage Grønland.

Når krigen i Ukraine bare bliver ved.

Når politikerne snakker og ingenting sker.

Når de hjemløse ikke har nogen steder at være i vinterkulden.

Når børnene mobbes i skolen.

Når forældrene er syge og krævende og man er klemmt mellem dem og teenage børnene - sandwich generation.

Når chefen er en ufølsom skiderik.

Når pengene ikke rigtigt rækker.

Når klimaet går amok.

Vi ved godt, at alt det ikke er vores ansvar, men nogle gange føles vægten af det bare som om, at det er.

Det kan føles som om, at vægten af alt det fylder og ligger på vores skuldre.

Nogen gange kan bekymringerne trykke for brystet, så det føles som om, man ikke rigtigt kan trække vejret ned i maven.

2 af 5

Vi ved godt med vores forstand, at det ikke er sådan, men det føles sådan.

Jeg tror, det er sådan, fordi vi i udgangspunktet er empatiske mennesker. Vi oplever, sanser, føler og ville et eller andet sted ønske, at vi kunne gøre noget ved det hele.

Det er en af vores menneskers superkræfter, at når vi ser noget, som er urimeligt, så får vi lyst til at lave det om, så forsøger vi at gøre noget.

Det har været med til at gøre verden til et bedre sted. Til gengæld er det hårdt for os, når vi ikke kan gøre noget, så kan vi føle os fanget og tynget af afmagten.

Afmagten er også en del af livet. En hård del af tilværelsen.

Forleden læste jeg i Politiken, som nok er den avis i Danmark, der er mest kritisk overfor religion og tro, hvordan én af deres journalister var begyndt at tænde radion på P1, hvor man hver morgen kan høre en minigudstjeneste fra Københavns Domkirke.

Den lyttede han til, mens han vaskede op efter morgenmaden. Og det er ikke fordi han var kristen eller troende, som han selv skrev, men der var noget med at få skiftet nyhedsstrømmen ud med salmesang, bibellæsning og bønner for verden og hverdagen. Det undrede ham, men det kunne noget.

Lige det med at få presset hele nyhedsstrømmen og alle bekymringerne væk og få det byttet ud med sang, musik,

3 af 5

bøn, bibellæsning og måske ovenikøbet et godt budskab fra Gud, er lige præcis det, som denne aften er, eller kan være.

En mulighed for at fylde os med godhed, nåde, tilgivelse og kærlighed.

På et tidspunkt, sådan ret tidligt i den tre-fire års periode, hvor Jesus går rundt, inden det bliver påsken, hvor han korsfæstes, dør og opstår, siger Jesus:

“Kom til mig, alle I, som slider jer trætte og bærer tunge byrder, og jeg vil give jer hvile. Tag mit åg på jer, og lær af mig, for jeg er sagtnodig og ydmyg af hjertet, så skal I finde hvile for jeres sjæle. For mit åg er godt, og min byrde er let.”

Jesus siger dette ovenpå en periode, hvor han har mødt modstand og modvilje, så når han siger: “Kom til mig, alle I der er trætte og bærer tunge byrder!” Så siges det ikke på baggrund af, at alt er idyl, men faktisk på bagkanten af modgang og træthed.

Jeg lægger mærke til, at han siger kom til MIG og ikke kom til en lov, eller kom til et trossystem, eller kom og præster, eller for den sags skyld, kom og vær del af en kirke. Han siger bare kom til MIG.

Kom og vær sammen med, er det som ligger i luften.

Måske er tanken om at skulle forholde sig til Jesus sværere end at skulle forholde sig til Gud, eller til Helligånden, sådan er vi forskellige, og det er helt ok.

Tanken i al kristen tro er, at det er en treenig Gud, som rækker ud til os og som siger: Kom til mig, alle I er trætte og bærer tunge byrder, og jeg vil give jer hvile.”

Treenig betyder blot at Gud har tre fremtoninger, men dybest set er den samme.

Så uanset, hvordan din forholdning til det guddommelige er, så lyder der stadig: “Kom til mig...”

Jeg vil give jer hvile. Det er altså helt ok at puste ud og slappe af. Det er helt i orden bare at være.

Tag mit åg på dig, siger Jesus.

Åh nej, skal jeg nu til at slæbe, tænker du måske. For et åg er en tilpasset træ-bjælke som man brugte i landbruget i gamle dage, og med den kan man virkelig bære meget på en meget lettere måde.

Nu hviler vi ud, men når vi rejser os og går ud i hverdagen igen, så banker udfordringerne jo på igen. Tro på Gud, længsel mod tro, får dem ikke til at gå væk igen. Sådant fungerer det ikke, men når man har hvilet i Guds nærvær får man nye kræfter og kan gå videre. Og med bare lidt tro, følger også at de byrder, som vi alle sammen møder gennem livet, med Guds åg kan blive lettere at bære, så de ikke får lov til at forhindre os i at leve vores liv.

Så Trump, Ukraine, Grønland, politikerne, mobberne, syge forældre, høje priser, klima og alt det der vi møder i livet, kan bare komme an.

Nu hviler vi ud hos Gud, og om lidt rejser vi os og går gennem livet, hvor byrderne opleves lettere.

5 af 5

Guds velsignelse på din vej.

Amen.