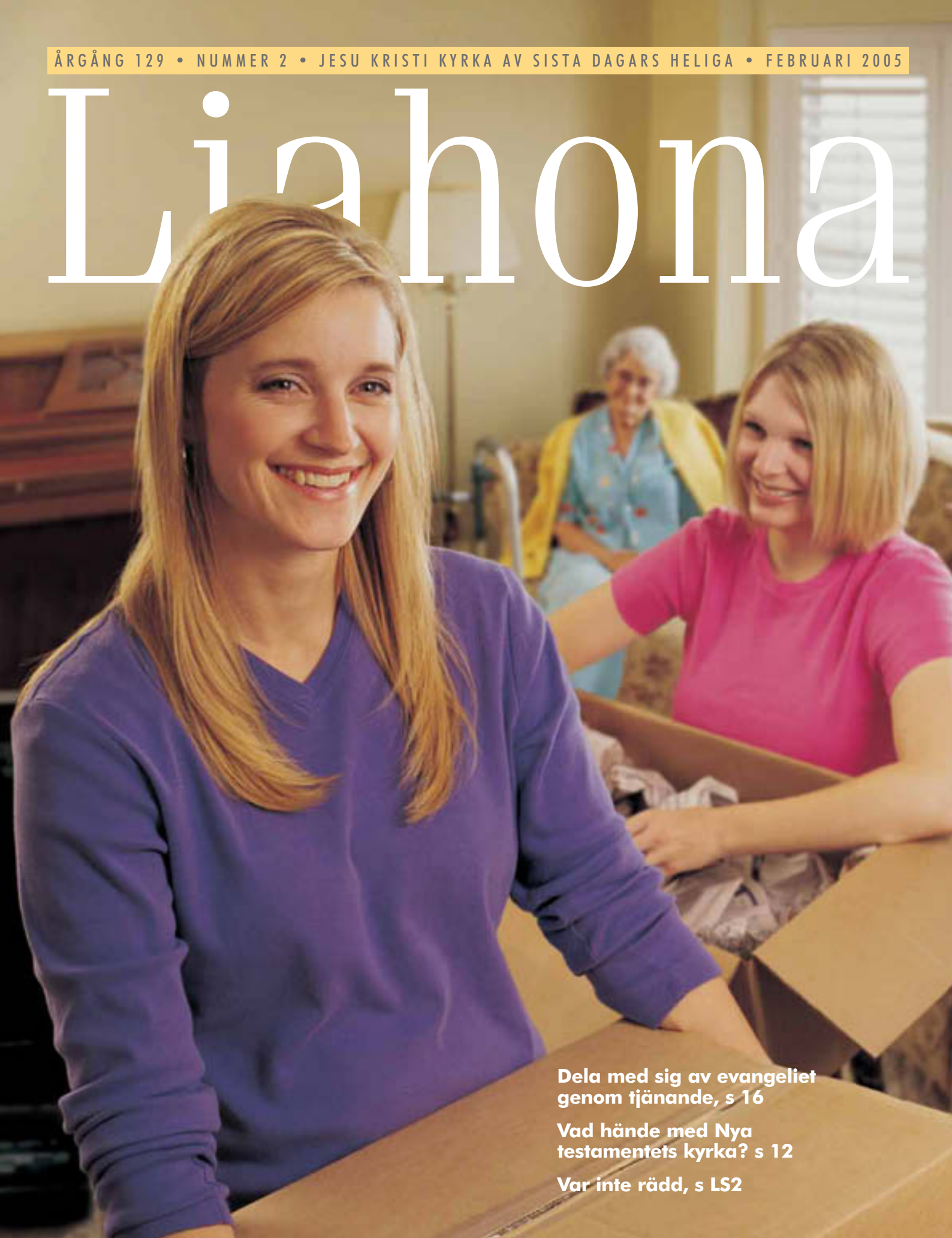


ÅRGÅNG 129 • NUMMER 2 • JESU KRISTI KYRKA AV SISTA DAGARS HELIGA • FEBRUARI 2005

Liahona



Dela med sig av evangeliet
genom tjänande, s 16

Vad hände med Nya
testamentets kyrka? s 12

Var inte rädd, s LS2

Liahona



PÅ OMSLAGET
Foto Craig Dimond,
bilden är arrangerad.



**LILLA STJÄRNAN,
OMSLAGET**
Foto Robert Casey,
bilden är arrangerad.

SE "PRÖVAD OCH
UNDERVISAD", S 8

FÖR VUXNA

- 2 Budskap från första presidentskapet: Att verkligen se
Thomas S Monson
- 16 Sju insikter om medlemsmissionärsarbete
Clayton M Christensen och Christine Quinn Christensen
- 25 Besökslärarnas budskap: Gläd dig åt vår kunskap om gudomen
- 28 Vägen tillbaka: Överge pornografi *Rory C Reid*
- 34 Stärk familjen: Vår strävan mot fullkomlighet
- 36 Sista dagars heliga berättar
Borde vi bestiga berget? *Michael T Richie*
Jazmín och sabbatsdagen *Marcela Colaberardino de Mitillo*
Ett "slumpartat" möte *Anonym*
Han tjänade mig innan han träffade mig *José Salvador Yanez López*
- 42 Budskap från Läran och förbunden: Uppenbarelsens ande
M Gonzalo Sepúlveda
- 44 Lärarnas kворum: En intervju med presiderande biskopsrådet
- 48 Brev till redaktionen

FÖR UNGDOMAR

- 8 Prövad och undervisad *Christoffel Golden Jr*
- 11 Mina böner blev välsignelser *Berengere Caviale*
- 12 Vad hände med Kristi kyrka? *Shanna Butler*
- 22 Frågor och svar: Jag älskar evangeliet men är jätterädd för att
tala om det med andra. Hur kan jag komma över min rädsla?
- 26 Jag undervisade min lärare *Prince Ihenkoro*
- 41 Affisch: Låt dig inte bli lurad
- 46 En lärare i prästadömet *Pamela Reid*
- 47 Visste du det här?

LILLA STJÄRNAN: FÖR BARN

- LS2 Kom lyssna till en profets röst: Var inte rädd
Gordon B Hinckley
- LS4 Särskilt vittne: Lär känna president Boyd K Packer
- LS5 Jag är min himmelske Faders barn
- LS6 Från president David O McKays liv: En välutbildad
man
- LS8 Du måste själv välja *Susan B Mitchell*
- LS11 Klassiska berättelser: En systers exempel *Matthew Cowley*
- LS12 Därför att min lärare älskar mig *Patricia Reece Roper*
- LS14 Samlingsstunden: Jag är ett Guds barn
Margaret Liffertb
- LS16 För små vänner



SE "GLÄD DIG
ÅT VÅR KUNSKAP
OM GUDOMEN",
S 25



Första presidentskapet: Gordon B Hinckley,
Thomas S Monson, James E Faust

De tolv kvorum: Boyd K Packer, L Tom Perry,
Russell M Nelson, Dallin H Oaks, M Russell Ballard,
Joseph B Wirthlin, Richard G Scott, Robert D Hales,
Jeffrey R Holland, Henry B Eyring, Dieter F Uchtdorf,
David A. Bednar

Chefredaktör: Jay E Jensen

Rådgivande: Monte J Brough, W Rolfe Kerr

Verkställande direktör: David Frischknecht

Planerings- och redigeringschef: Victor D Cave

Grafisk chef: Allan R Loyborg

Redigeringschef för tidskrifter: Richard M Romney

Redaktionschef: Marvin K Gardner

Redaktionspersonal: Collette Nebeker Aune, Susan
Borrett, Shanna Butler, Ryan Carr, Linda Stahle Cooper,
LaRene Porter Gaunt, Jennifer L Greenwood, R Val Johnson,
Carrie Kasten, Melvin Leavitt, Sally J Odekir, Adam C
Olson, Judith M Paller, Vivian Paulsen, Don L Searle,
Rebecca M Taylor, Roger Terry, Janet Thomas, Paul
VanDenBerghe, Julie Wardell, Kimberly Webb, Monica
Weeks

Grafikansvarig: M M Kawasaki

Bildredaktör: Scott Van Kampen

Produktionschef: Jane Ann Peters

Design- och produktionspersonal: Kelli Allen-Pratt,
Howard G Brown, Thomas S Child, Reginald J Christensen,
Kathleen Howard, Denise Kirby, Todd R Peterson, Randall J
Pitton, Kari A Todd, Claudia E Warner

Marknadschef: Larry Hiller

Tryckerichef: Craig K Sedgwick

Distributionschef: Kris T Christensen

Ansvarig utgivare för Kyrkonytt: Gösta Körlof

Redaktör: Birgitta Karlfeldt

Stora Hundens gata 618

136 64 Haninge

Tfn/Fax 08-745 0726

E-post: birgitta.karlfeldt@telia.com

Översättningstjänst

Box 17558

118 91 STOCKHOLM

Besöksadress: Mariatorget 1A

Tfn 08-556 029 80, Fax 08-556 029 89

E-post: edlundcg@ldschurch.org

Prenumeration eller ändring av adress sker genom din
enhets tidskriftsombud eller direkt till Göteborg Sweden
Service Center, Ulfandagatan 24, 412 80 Göteborg.
Tel: 031-77 88 976, fax 031-16 55 29. Priset för en
hela årsprenumeration är SEK 150:00 och betalas till
p. 260353-8. Skriv: "Liahona".

Sänd manuskript och förfrågningar till Liahona, Room 2420,
50 East North Temple Street, Salt Lake City, UT 84150-3220,
USA; eller e-mail till cur-liahona-imag@ldschurch.org.

Liahona (en term i Mormons bok som betyder "kompass"
eller "vägvisare") publiceras på albanska, armeniska,
bulgariska, cebuano, danska, engelska, estniska, fiji, finska,
franska, grekiska, haitiska, hindi, holländska, indonesiska,
isländska, italienska, japanska, kambodjanska, kinesiska,
kiribati, koreanska, kroatiska, lettiska, litauiska, malagasy,
marshallesiska, mongoliska, norska, polska, portugisiska,
rumänska, ryska, samoanska, singalesiska, slovenska,
spanska, svenska, tagalog, tahitiska, tamil, telugu,
thailändska, tjekiska, tonganska, tyska, ukrainska,
ungerska, urdu och vietnamesiska. (Hur ofta den utkommer
varierar för olika språk.)

© 2005 Intellectual Reserve, Inc. Med ensamrätt.

Tryckt i Förenta staterna.

Text och visuellt material i Liahona får kopieras för tillfälligt,
inte kommersiellt bruk i kyrkan eller hemmet. Visuellt material
får inte kopieras om restriktioner för detta anges intill
konstverket. Frågor bör ställas till Intellectual Property Office,
50 East North Temple Street, Salt Lake City, UT 84150, USA;
e-post: cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

Liahona finns på Internet på många språk på www.lds.org.
För engelska, klicka på "Gospel Library", för andra språk,
klicka på världskartan.

For Readers in the United States and Canada:
February 2005 Vol. 129 No. 2. LIAHONA (USPS 311-480)
Swedish (ISSN 1522-9246) is published monthly by The
Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North
Temple, Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price
is \$10.00 per year; Canada, \$16.00 plus applicable taxes.
Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah, and at
additional mailing offices. Sixty days' notice required for
change of address. Include address label from a recent
issue; old and new address must be included. Send USA
and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center
at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971.
Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express)
may be taken by phone. (Canada Post Information:
Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send address changes to Salt Lake
Distribution Center, Church Magazines, PO Box 26368,
Salt Lake City, UT 84126-0368.

Förslag till familjens hemafton



"Prövad och undervisad",

s 8: Gör flera "klivstenar" av

papper. På en sten skriver

du "Matteus 5:16; 6:24, 33" och på

en annan skriver du "L&F 82:10".

Diskutera hur tankarna i dessa skrift-

ställen kan vara "klivstenar" mot

lycka. Läs, diskutera och be familje-

medlemmarna att delge sina tankar

om äldste Christoffel Goldens

erfarenheter.

"Vad hände med Kristi kyrka?"

s 12: Rita en bild av en kyrka och

klipp den i 12 bitar. Skriv under-

rubrikerna i artikeln på pappers-

bitarna och göm dem. Be en

familjemedlem att leta reda på och

återställa "kyrkan". Läs och diskutera

varje del av artikeln. Bär vittnesbörd

om återställelsen.

"Sju insikter om medlemsmisso-

närsarbete", s 16: Be familjemedlem-

marna berätta om sina tankar om och

upplevelser med insikterna i artikeln.

Välj en insikt som din familj kan följa

under följande månad. Du kan bjuda

hem missionärerna för att tala om

hur din familj kan hjälpa till att sprida

evangeliet i ditt område.

"Vår strävan mot fullkomlighet",

s 34: Be familjemedlemmarna att

lägga märke till och skriva ner tankar

om livets mening när de läser den här

artikeln. Använd listan för att disku-

tera livets mening. Fundera på att lära

er ett stycke i tillkännagivandet
om familjen utantill.

"Var inte rädd", s LS2:

Läs om varför president Gordon B

Hinckley är så optimistisk. Tala om den

sydamerikanska kvinnans mod. Gör

eventuellt ett rollspel om vad man kan

säga när man ska inbjuda en vän till

kyrkan eller besvara en fråga om evan-

geliet. Skriv "Var inte rädd. Tro endast"

(Mark 5:36) på en papperslapp och

sätt upp den i ditt hem.

"En systems exempel", s LS11: Visa

familjemedlemmarna en tom glasburk.

Fråga dem vad man kan ha i den. Läs

berättelsen tillsammans. Tala om vär-

det av det som fanns i systemens burk.

Bär vittnesbörd om att betala tionde.

ÄMNEN I DETTA NUMMER

LS = Lilla stjärnan	Läran och förbunden, 42
Avfall, 12	McKay, David O, LS6
Besöksundervisning, 25	Missionsarbete, 8, 11, 16,
Bön, 11, 44, LS5	22, 26, LS2
Exempel, 8, 26, 36, LS11	Omvändelse 26, 28, 42,
Familjen, 34, LS8, LS16	LS8
Familjens hemafton, 1	Packer, Boyd K, LS4
Frälsningsplanen, 34, LS5	Pornografi, 28
Gudomen, 25	Primär, LS14
Gudomlig natur 34, LS5,	Prästadömet, 2, 44, 46
LS14	Rädsla, 22, LS2
Handlingsfrihet, 8, 34, LS8	Sabbatsdagen, 36
Helige Anden, den, 25, 36,	Synd, 41
42	Tempel, 2, 34, 36
Hemundervisning, 7, 44,	Tionde, LS11
46	Tjänande, 16, 36, LS12
Himmelske Fader, vår, 25,	Tro, 22, 34, LS2
LS5, LS14	Undervisning, 1, LS12
Jesus Kristus, 2, 25, 28,	Uppenbarelse, 36, 42
LS5, LS14	Utbildning, LS6
Kärlek, LS12, LS14	Vittnesbörd, 22
Ledarskap, 44, 47	Återställelse, 2, 12, 25



Att verkligen se

PRESIDENT THOMAS S MONSON
förste rådgivare i första presidentskapet

När Jesus gick omkring och undervisade människorna, talade han ofta om hjärtan som kunde förstå och känna, öron som kunde höra och ögon som verkligen kunde se.

Vi känner alla någon som inte kan se. Vi känner också många andra som kan se men som vandrar i mörker vid middagstiden. De senare kanske aldrig använder den vanliga vita käppen för att försiktigt ta sig fram till ljudet av det välbekanta "tapp, tapp, tapp". De kanske inte har en trofast blindhund vid sin sida, inte heller en skylt runt halsen där det står: "Jag är blind", men nog är de blinda. Några har förblindats av vrede, andra av likgiltighet, av hämnd, av hat, av fördomar, av okunnighet, av att ha försummat dyrbara tillfällen. Om dessa sade Herren: "De hör illa med sina öron, och de sluter sina ögon, så att de inte ser med ögonen eller hör med öronen eller förstår med hjärtat och vänder om, så att jag får bota dem."¹

Var och en av dessa skulle mycket väl kunna klaga: "Jesu Kristi evangelium har

återställts, men jag är ändå blind." En del, som Filippus vän i forna dagar, utropar: "Hur skulle jag kunna [hitta vägen], om inte någon vägleder mig?"²

När jag besökte en stavskonferens för många år sedan lade jag märke till att en rådgivare i stavspresidentskapet var blind. Han tjänade utmärkt i sitt ämbete, utförde sina plikter som om han såg. Det var ett hemskt oväder den kvällen vi träffades på stavskontoret, som låg på andra våningen i byggnaden. Plötsligt hördes en väldig åskskräll. Ljuset i byggnaden slocknade nästan genast. Jag sträckte mig instinktivt efter vår blinde ledare och sade: "Här, ta min arm så ska jag hjälpa dig nerför trappan."

Jag är säker på att han måste ha smålett när han svarade: "Nej, broder Monson, ge mig *din* arm, så ska jag hjälpa *dig*. Nu är du på *mitt* område." Stormen avtog, ljuset kom tillbaka, men jag ska aldrig glömma stegen nerför de där trapporna, vägleda av mannen som var blind, men ändå fylld av ljus.



Några har förblindats av vrede, andra av likgiltighet, av hämnd, av att ha försummat dyrbara tillfällen. En del, som Filippus vän i forna dagar, utropar: "Hur skulle jag kunna [hitta vägen] om inte någon vägleder mig?"



Walter Stover
chartrade
ett tåg som
hämtade medlem-
mar från hela
Tyskland, så att de
skulle kunna träffas,
ta del av sakramen-
tet och bära vittne
om Guds godhet.

Världens ljus

För länge sedan, och långt härifrån, kom Jesus gående och fick se en man som var blind från födseln. Mästarens lärjungar frågade varför denne man var blind. Hade han syndat, eller hade hans föräldrar syndat, eftersom han drabbats av blindhet?

”Jesus svarade: ’Det är varken han eller hans föräldrar som har syndat, utan detta har skett för att Guds gärningar skulle uppenbaras på honom.

När jag är i världen, är jag världens ljus.’

När han hade sagt detta, spottade han på marken, gjorde en deg av saliven och strök den på den blindes ögon

och sade till honom: ’Gå och tvätta dig i dammen Siloam’ ... Då gick han dit och tvättade sig, och när han kom tillbaka kunde han se.”³

En stor tvist uppstod bland fariseerna angående detta underverk:

”De kallade för andra gången till sig mannen som hade varit blind och sade till honom: ’Ge Gud äran! Vi vet att den mannen [Jesus] är en syndare.’

Han svarade: ’Om han är en syndare vet jag inte. Men ett vet jag, att jag som var blind nu ser.’”⁴

Det får en att tänka på fiskaren Simon, han som ni och jag oftast kallar Petrus, apostlarnas ledare. Denne tvivlande, klentrogne, impulsive Petrus uppfyllde Mästarens profetia, när han verkligen förnekade honom tre gånger. Mitt under alla stötar, hånskratt och slag, och ”i sin förnedrings vända, i sin majestätiska tystnad, ’vände Herren sig om och såg på Petrus’”⁵. En krönikör beskrev förändringen med följande ord: ”Det var tillräckligt ... Petrus ’var inte längre rädd för något, inte

ens för att dö' ... Han sprang ut i natten ... 'för att möta gryningen' ... Denne förkrossade ångerfulle man stod framför sitt eget samvetes domstol, och där dömdes hans gamla liv, hans gamla skam, hans gamla svaghet, hans gamla jag, till döden genom att han kände en sådan sorg efter Guds vilja som ledde till att en ny och ädlare människa föddes."⁶

Aposteln Paulus var med om något liknande det som hände Petrus. Från den dag han omvände sig till den dag han dog, uppmanade Paulus människorna att "lägga av den gamla människan" och "iklä er den nya människan, som är skapad till likhet med Gud, i sann rättfärdighet och helighet"⁷.

Fiskaren Simon hade blivit aposteln Petrus. Förföljaren Saul hade blivit missionären Paulus.

Kristi ljus

Tidens gång har inte ändrat Återlösarens förmåga att förändra människors liv. Det han sade till den döde Lasarus, säger han också till dig och mig: "Kom ut."⁸

President Harold B Lee (1899–1973) sade: "Varje själ som vandrar här på jorden, var han än bor, i vilket land han än är född, oavsett om han är rik eller fattig, begåvades vid födseln med detta första ljus som kallas Kristi ljus, Sanningens ande, eller Guds ande — detta intelligensens universella ljus som varje själ välsignats med. [Mormon] talade om denna Ande när han sade:

"Ty se, Kristi Ande gives åt varje människa, på det hon må kunna skilja mellan gott och ont. Därför visar jag eder hur man bör döma, ty allt som inbjuder till att göra gott och som övertalar till tro på Kristus kommer genom Kristi kraft och gåva. Därför kunnen I med fullkomlig visshet veta, att det är från Gud'. (Moroni 7:16)"⁹

Ni och jag känner sådana som är värdiga Frälsarens välsignelse enligt denna definition.

En sådan man var Walter Stover från Salt Lake City. Walter, som föddes i Tyskland, tog emot evangeliebudskapet och kom till Amerika. Han startade ett eget företag. Han gav frikostigt av sin tid och sina medel.

Efter andra världskriget kallades Walter Stover att återvända till sitt hemland. Han ledde kyrkan där och

välsignade alla som han träffade och verkade tillsammans med. Med egna medel byggde han två kapell i Berlin — en vacker stad som härjats så under kriget. Han planerade ett möte i Dresden för alla kyrkans medlemmar i landet, och chartrade sedan ett tåg som hämtade dem från alla delar av landet, så att de skulle kunna träffas, ta del av sakramentet och bära vittne om Guds godhet mot dem.

Vid Walter Stovers begravning sade hans svärson Thomas C LeDuc följande om honom: "Han hade förmågan att se Kristus i alla han mötte, och han handlade därefter."

Poeten skrev:

*Jag mötte en främling i natten,
vars lykta upphört att ge sken.
Jag stannade och lät honom tända
sitt ljus med mitt.*

*Ett oväder bröt ut
som skakade jorden.
Och när vinden mojnät
bade min lykta slocknat.*

*Men främlingen kom tillbaka till mig —
hans lampa lyste klart.
Han höll fram den dyrbara flamman
och tände min.¹⁰*

Kanske sensmoralen i denna dikt helt enkelt är den att om du vill kunna ge andra ljus, måste du själv lysa.

Evangeliets ljus

När profeten Joseph Smith gick in i en skogsdunge, som blev helig genom det som inträffade där, beskrev han händelsen:

"Det var på morgonen en härlig, klar dag, tidigt på våren adertonhundratjugo. Det var första gången i mitt liv som jag gjort ett sådant försök, ty trots all min ängslan hade jag ännu aldrig försökt att bedja med hörbara ord."¹¹

Efter att ha utstått en plågsam upplevelse av en osynlig makt, fortsatte Joseph:

"Jag [såg] en ljuspelare mer strålände än solen alldeles



En välsignelse
gavs som
broder
Mulipola hade öns-
kat, och han bad:
*"Vare sig jag i din
visdom kommer att
se ljus eller mörker
under resten av mitt
liv, kommer jag att
vara evigt tacksam
för sanningen i ditt
evangelium, som jag
nu ser och som ger
mig livets ljus."*

över mitt huvud, och den sänkte sig gradvis, tills den vilade på mig ...

När ljuset vilade på mig, såg jag två personer, vilkas glans och härlighet trotsa all beskrivning, stående över mig i luften. En av dem talade till mig, nämnande mig vid namn, och sade, pekande på den andre: *'Denne är min älskade Son. Hör honom.'*"¹²

Joseph lyssnade. Joseph förstod.

Ibland får jag frågan: "Broder Monson, om Frälsaren visade sig för dig, vilka frågor skulle du då ställa till honom?"

Mitt svar är alltid detsamma: "Jag skulle inte fråga honom något. Jag skulle bara lyssna!"

Sent en kväll på en ö i Stilla havet lade en liten båt tyst till vid sin kajplats längs den primitiva piren. Två polynesiska kvinnor hjälpte Meli Mulipola upp ur båten och ledsagade honom på den upptrampade stigen fram till byvägen. Kvinnorna förundrades över hur klart stjärnorna blänkte på natthimlen. Det

vänliga månljuset vägledde dem på stigen. Men Meli Mulipola kunde inte glädja sig åt den vackra naturen — månen, stjärnorna, himlen — för han var blind.

Han hade haft normal syn tills den ödesdigra dagen då ljuset, mitt under arbetet på en ananasodling, plötsligt förvandlades till mörker och dagen blev till ständig natt. Han hörde senare talas om återställelsen av evangeliet och lärdomarna i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Han hade förändrat sitt liv så att det stämde överens med dessa lärdomar.

Han och hans nära och kära hade rest så här långt, eftersom de hört att någon som innehade Guds prästadöme besökte öarna. Broder Mulipola ville få en välsignelse av dem som innehade det heliga prästadömet. Hans önskan beviljades. Tårar strömmade från hans blinda ögon och föll ner på hans bruna kinder, för att till sist hamna på hans kläder.

Han föll ner på sina knän och bad: "O, Gud, du vet att jag är blind. Dina tjänare har välsignat mig med att om det är din vilja, kan jag få synen tillbaka. Vare sig jag i din visdom kommer att se ljus eller mörker under resten av mitt liv, kommer jag att vara evigt tacksam för sanningen i ditt evangelium, som jag nu ser och som ger mig livets ljus."

Han reste sig upp, tackade för välsignelsen han fått, och försvann bort i nattmörkret. Han kom i tysthet, han gick i tysthet. Men jag kommer aldrig att glömma honom. Jag tänkte på Mästarens budskap: "Jag är världens ljus. Den som följer mig skall inte vandra i mörkret utan ha livets ljus."¹³

Detta är en tid när vi bygger tempel. Aldrig förr har så många tempel uppförts och invigts. President Gordon B Hinckley, Guds profet på denna jord, har en vision om de livsviktiga förordningar som utförs i Herrens hus. Templen välsignar alla som kommer dit och som uppoffrar sig för att färdigställa dem. Kristi ljus lyser på alla — även på dem som lämnat detta liv. President Joseph F Smith (1838–1918) sade om arbetet för de döda: "Genom våra ansträngningar för deras skull kommer deras bojar att falla av dem. Det mörker som omger dem kommer att skingras, så ljuset kan lysa på dem. De kommer i andevärlden att få höra talas om arbetet som har utförts för dem här av deras barn, och de kommer att glädjas med er då ni utför dessa plikter."¹⁴

Aposteln Paulus betonade: "Var ett föredöme för de troende."¹⁵ Och Jakob sade: "Var ordets görare, inte bara dess hörare, annars bedrar ni er själva."¹⁶

Jag avslutar med dessa ord från poeten Minnie Louise Haskins, som skrev:

Jag sade till en man vid porten till det nya året:

"Ge mig ett ljus, så att jag tryggt kan träda ut i det okända!"

Och han svarade:

"Gå ut i mörkret och lägg din band i Guds band.

Det är för dig bättre än ljus och tryggare än en väg du känner till."

Så jag gick och när jag funnit Guds band, gick jag glatt ut i natten.

Och Han ledde mig mot bergen och morgonljuset i öster.¹⁷

Må vårt ljus lysa på ett sådant sätt att vi prisar vår himmelske Fader och hans Son Jesus Kristus, vars namn är det enda namn under himlen varigenom vi kan bli frälsta. ■

SLUTNOTER

1. Matteus 13:15.
2. Apostlagärningarna 8:31.
3. Johannes 9:3, 5–7.
4. Johannes 9:24–25.
5. Frederic W Farrar, *The Life of Christ* (1874), s 580; se Lukas 22:61.
6. *The Life of Christ*, s 581.
7. Se Efesierbrevet 4:22, 24.
8. Johannes 11:43.
9. *Stand Ye in Holy Places* (1974), s 115.
10. Lon Woodrum, "Lamps".
11. Joseph Smiths skrifter 2:14.
12. Joseph Smiths skrifter 2:16–17.
13. Johannes 8:12.
14. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph F Smith*, s 249.
15. 1 Timoteus 4:12.
16. Jakobs brev 1:22.
17. Från "The Gate of the Year", James Dalton Morrison, red, *Masterpieces of Religious Verse* (1948), s 92.

FÖRSLAG TILL HEMLÄRARE

Efter att ha studerat budskapet under bön kan ni dela med er av det på ett sätt som uppmuntrar dem ni undervisar att delta. Här följer några exempel:

1. Visa en glödlampa eller ett stearinljus. Be familjemedlemmarna att göra en lista på några olika sätt som vi använder ordet *ljus* på. (Ta avdelningsrubrikerna i artikeln till hjälp för att göra listan.) Använd en eller två berättelser från artikeln och diskutera vilken stor välsignelse det är att kunna se. Vittna om ljuset som Jesus Kristus har fört in i ditt liv.

2. Be familjemedlemmarna lyssna efter hur Walter Stover och Meli Mulipola spred ljus till andra. När du har läst berättelserna kan ni diskutera hur familjemedlemmarna kan sprida evangeliets ljus inom familjen och till andra.

3. När du har återgett ett av exemplen eller en berättelse i budskapet kan du be familjemedlemmarna diskutera hur Jesus Kristus ger ljus åt människor. Berätta om när en lärdom om Jesus Kristus gav dig mer ljus.

Prövad och undervisad



Herren är bunden när vi gör som han säger. Vår del i det löftet är att inte själva svika Herren.

ÄLDSTE CHRISTOFFEL GOLDEN JR
i de sjuttios kvorum

Detta liv är en tid då vi blir prövade och undervisade. Tråkigt nog kan många av livets lärdomar vara svåra att lära sig. Men om vi lär oss läxorna på rätt sätt kan de bli språngbräddor mot lycka i det här livet och evig härlighet i nästa värld.

Följande upplevelser gav mig två av de viktigaste lärdomar jag fått.

Våga säga ifrån

Det var en kall, stormig söndagseftermiddag. Jag var iväg hemifrån och tjänstgjorde i Sydafrikas armé, och tio män i vår avdelning hade samlats i vårt tält för att umgås och ta det lugnt efter att ha uträttat några sysslor. Tråkigt nog blev konversationen rå, som den så ofta blir bland unga män i sådana omständigheter.

Jag kände mig illa till mods och funderade på att gå därifrån. Jag såg mot tältdörren som vilt slog i vinden och inte kunde hålla vinterkylan ute. Jag blev genast övertygad om att det vore dumt att gå ut, så jag stannade kvar inne i tältet och läste i mina

skrifter. Det var inte ovanligt att jag läste i skrifterna i närvaro av dessa män, men den här dagen var det svårare än vanligt. Samtalsämnet blev ännu råare när min vän, som var något av en gängets ledare, började berätta omoraliska historier.

Min omedelbara impuls var att protestera högt. Men tanken kom att de kanske skulle tycka att jag ansåg mig förmer än dem och anklaga mig för att förstöra nöjet för dem. Efter en viss bekymmersam begrundan bestämde jag mig för att göra det jag kände var det enda möjliga under omständigheterna: slå dövörat till och koncentrera mig på läsningen. Detta fungerade till en viss del. Men det kändes fortfarande obehagligt.

Tiden har en förmåga att få våra minnen att blekna, och inom några veckor hade jag glömt incidenten. Två år senare gjorde min vän något som återkallade minnet av den där dagen. Vi var tillsammans med ett antal soldater som drack öl. I gruppen fanns en man som jag inte kände. Han började reta



mig för att jag inte drack alkohol tillsammans med dem. Min vän försvarade mig och sade med en uppriktighet som förvånade mig: "Chris Golden är den enda verkligt kristna personen i vår grupp." Andra som kände mig försvarade mig också, vilket tystade min kritiker.

När min vän och jag senare gick tillbaka till vårt skyttevärn med bara en halvmåne som lyste upp vägen för oss, så stannade han plötsligt och tittade på mig med ett allvar som jag inte hade sett tidigare i vår vänskap. Han tog upp det som hade hänt tidigare under kvällen och sade: "Jag menade vad jag sade. Faktum är att jag aldrig har träffat en person som är mer trogen sin tro på Gud än du, Chris!"

Det var oväntat. Jag hade visserligen alltid försökt leva efter evangeliet, men jag kände inte att jag hade gjort mer än vad många medlemmar i vår kyrka skulle ha gjort i liknande situationer, och jag hade alltid försökt göra det utan att dra uppmärksamhet till mig själv.

Men han hade mer att säga: "Du har bara gjort mig besviken en gång." Chocken över denna rättframma anklagelse kunde bara jämföras med hastigheten med

vilken min hjärna rusade bakåt i tiden genom allt vi hade gjort tillsammans. Till slut kom jag ihåg den där stormiga, kalla söndagen två år tidigare. Min väns ord framkallade smärtsamma minnen av en dag som jag helst ville glömma.

Han fortsatte: "Kommer du ihåg den där kalla söndags-eftermiddagen när vi satt i tältet och berättade historier, något jag ärligt talat skäms över nu?"

Jag nickade svagt. Jag hoppades att nattens skuggor skylde obehaget jag kände när jag stod där framför honom.

Han sade: "Medan jag talade bad jag inom mig att du skulle be mig att sluta upp med de där råa historierna — *men du gjorde ingenting.*"

Under den långa tystnad som följde på hans skarpa förebråelse vällde en stark besvikelse över mig. Jag hade inte bara svikit honom, jag hade svikit Herren — och mig själv.

Ända sedan den dagen har jag försökt att inte göra samma misstag igen. Jag lärde mig något viktigt om den sanna innebörden i Herrens befallning att låta "ert ljus lysa för människorna, så att de ser era goda gärningar och

prisar er Fader i himlen". (Matt 5:16) Herren förkunnade att "ingen kan tjäna två herrar" (Matt 6:24) och sade: "Sök först Guds rike och hans rättfärdighet." (Matt 6:33)

Lita på Herrens löften

En annan läxa jag har lärt mig kom från en upplevelse jag hade som missionär för många år sedan i Sydafrikamissionen Johannesburg.

Vi hade haft en ovanligt nedslående dag. Min kamrat och jag hade inte haft någon framgång i vårt missionsarbete trots att vi hade arbetat länge och flitigt och fastat och



bett. Det var senare än vanligt med tanke på hemfärden när vi cyklade till en affär i närheten. Vår enda tanke var att hitta något att äta. Oturligt nog var det för sent. Affären hade redan stängt för dagen. När vi diskuterade vad vi skulle göra, kom jag ihåg en affär på andra sidan staden som kanske var öppen. Vi kände oss båda manade att åka dit. Till vår glädje var den öppen.

Jag stod nedböjd för att ta en chokladkaka när jag kände en klapp på axeln. När jag vände mig om såg jag in i en kvinnas leende ansikte, en kvinna som jag inte hade sett på många år.

När vi talade med henne fick vi veta att hon hade blivit mindre aktiv under de senaste åren och gift sig med en man som inte var medlem i kyrkan. Hon och hennes familj hade

nyligen flyttat till ett område som låg ca 1,5 mil från vårt område. Hon kände sig ensam och saknade samvaron i kyrkan, men hon var en blyg person och obenägen att ta kontakt med främlingar. Hon hade därför bett Herren att hjälpa henne få kontakt med någon som hon kände väl, som kunde presentera hennes familj för församlingen som de nu bodde i. Hon kände att vårt möte i affären var svaret på hennes bön eftersom det var första gången hon var i just den affären och hennes beslut att åka dit hade kommit så plötsligt.

Följande söndag tog min kamrat och jag tacksamt emot henne och hennes make i den lokala församlingen.

Många år senare skickade hon mig en detaljerad sammanställning av alla medlemmar i hennes familj som på något sätt hade påverkats av denna händelse. Innan hon åter blivit aktiv i kyrkan var alla hennes släktingar som var medlemmar i kyrkan mindre aktiva. Tack vare att hon blivit aktiv i kyrkan igen döptes hennes make, och tillsammans fostrade de sina barn i evangeliet. Sedan hon blev aktiv har mer än 20 släktingar åter blivit aktiva eller döpts. Många av dem har gift sig i templet. Några har också verkat som helhetsmissionärer. Tre har varit biskop.

Jag slutar aldrig förundra mig över denna systems trofasthet och över Herrens välvilja att besvara hennes ödmjuka bön. Affären som vi träffades i sent den där kvällen låg på obekvämt avstånd och långt från bådas hem — och ändå använde Herren den för att utföra ett stort arbete.

När jag tänker på den upplevelsen ser jag inom mig två trötta, nedslagna missionärer och uppfyllelsen av Herrens löfte: "Jag, Herren, är bunden, när I gören vad jag säger." (L&F 82:10)

Visst är det intressant att Herren vill att vi ska binda honom till att uppfylla sina löften? Vi sätter oss i den sitsen helt enkelt genom att göra det han ber oss om och lita på att han gör det han har sagt att han ska göra. Kanske är det en av de viktigaste lärdomarna vi kan få i livet.

Genom denna och andra upplevelser har jag lärt mig att Gud vakar över var och en av oss på ett mycket personligt sätt. Det är naturligt att han gör det, för vi är hans söner och döttrar. Vi är dyrbara för vår himmelske Fader, och ofta, tack vare hans oändliga kärlek, låter han oss ha svåra upplevelser som hjälper oss att bli mer som honom. ■

Mina böner blev *välsignelser*



BERENGERE CAVIALE

För några år sedan blev jag aktiv i kyrkan igen efter att ha varit inaktiv i sex månader. Min andliga törst var obeskriverlig, för jag befann mig återigen på rätt väg. Efter bara några månader kände jag en önskan att tjäna Herren som missionär. Jag hade intervjuer med min biskop som hjälpte mig att förbereda mig. Jag var tvungen att vänta för att verkligen vara redo, och under tiden rådde mig biskopen att berätta för mina föräldrar om mina planer.

Mina föräldrar är medlemmar i kyrkan, men de hade varit mindre aktiva i mer än nio år. Dagen då jag talade med dem om min önskan, började motgångarna. Jag kom överens med min familj att om jag klarade den svåra examen från skolan jag hade antagits till, så skulle de låta mig gå på mission efter ett år.

Det året blev det svåraste i mitt liv. Min mor trodde att jag skulle glömma min önskan att gå på mission. Men när jag hade gått på skolan i några månader insåg hon att jag verkligen förberedde mig för en mission. Därför slutade hon att stödja mig ekonomiskt. Det var då mina böner blev stora välsignelser.

Min himmelske Fader inspirerade mig att leta efter ett arbete, vilket jag gjorde. När jag hade hittat tre bra lediga platser lämnade jag in mina ansökningshandlingar och

vädjade till Herren att han skulle låta mig få åtminstone ett positivt svar, för jag hade gjort allt han hade befallt mig.

Bara tre dagar senare kom ett svar. Jag hade kallats på intervju till ett av företagen. Efter intervjun fick jag jobbet samma dag. Det enda problemet var att jag ändå inte tjänade tillräckligt för att täcka alla mina utgifter. När jag hade bett till Gud kände jag mig inspirerad att lita på honom och inte vara rädd. Så jag betalade mitt tionde utan rädsla.

Några veckor senare bad hyresvärden att få träffa mig. "Förmodligen är det för att tala om hyran", tänkte jag. Men vad han sade var: "Du behöver inte betala någon hyra för-rän du är färdig med skolan!"

Jag kunde inte tro det. Denna välsignelse gjorde att jag hade råd med allt jag behövde, och allra viktigast, den hjälpte mig att förbereda mig ekonomiskt för min mission. Underverken kom vid exakt rätt tid.

Jag har nu slutfört min mission. Jag är så tacksam att jag kan be till min Fader i himlen. Jag är så glad att jag med säkerhet vet att han lever och älskar sina barn. Om vi lyssnar på honom får vi se många underverk i vårt liv. ■

Berengere Caviale är medlem i S:t Quentin En Yvelines gren, Paris stav, Frankrike.

Vad hände med Kristi kyrka?

SHANNA BUTLER
Kyrkans tidningar

Tänk om du kunde bli arresterad för att du gick till Unga kvinnors eller Unga mäns aktiviteter. Eller dödad för att du bar ditt vittnesbörd. Föreställ dig hur det skulle vara om det fanns en lag mot att ha egna skrifter eller om det inte fanns några levande profeter som kunde vägleda dig.

Det är vad de första kristna upplevde efter Jesu Kristi död. Mindre än 400 år efter Frälsarens död stod kyrkan, så som Jesus hade organiserat den, inte att finna någonstans i världen. Detta var inledningen till en tid som kallas det stora avfallet. Nya testamentets apostlar och Mormons boks lärjungar var borta. Och med dem myndigheten att administrera i kyrkan och inneha prästadömet.

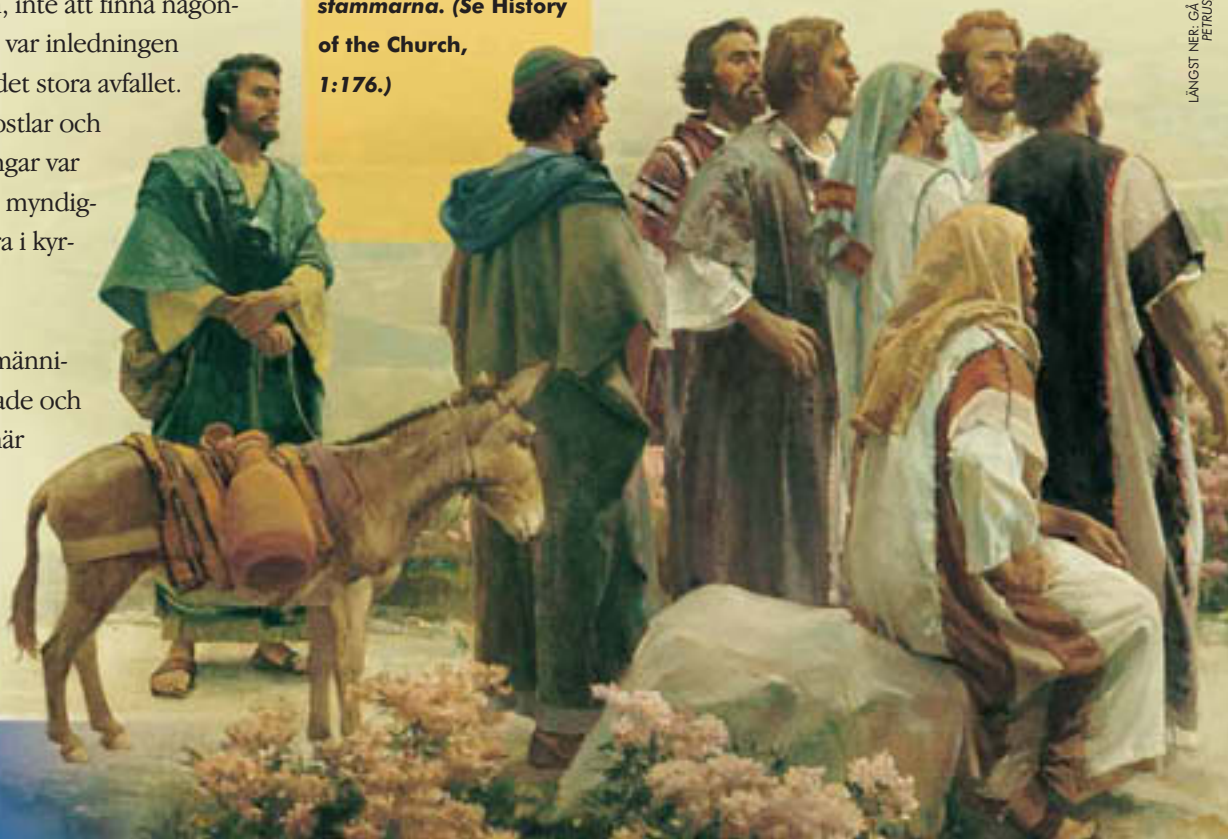
Det var en tid då människor förföljde, torterade och dödade kristna och när kyrkan i sig blev korrupt eftersom den saknade inspirerat ledarskap. Det rådde ett andligt mörker i världen.

JOHANNES DEN ÄLSKADE

Aposteln Johannes förvisades till ön Patmos omkring 93 eller 94 e Kr. Frälsaren hade lovat Johannes att han skulle få leva så att han kunde se hans andra ankomst. (Se Joh 21:21–23; L&F 7.) Profeten Joseph sade att Johannes verkade bland de förlorade tio stammarna. (Se History of the Church, 1:176.)

Vad är avfallet?

Ordet *avfall* innebär att frångå sanningen. En del människor lämnar kyrkan idag. Men det stora avfallet, som vi kallar det, innebar mer än så. När apostlarna dödades togs prästadömet's nycklar, eller den presiderande prästadömsmyndigheten, bort från jorden. Utan dessa väktare — apostlarna som hade hållit lärdomarna i evangeliet oförvanskade och som uppehöll ordningen och normen för värdighet i kyrkan — stod medlemmarna inför allvarliga problem.



LÄNGST NER: GÅ DÄRFÖR UT OCH GÖR ALLA FOLK TILL LÄRJUNGAR, AV HARRY ANDERSON; ÖVERST: PETRUS, AV MARILEE B. CAMPBELL; MÅLNING AV JOHANNES DEN ÄLSKADE, AV PAUL MANN

Enligt traditionen korsfästes Petrus i Rom.



64 eller 65 e Kr

Aposteln Paulus dog medan han satt fängslad i Rom.



65 e Kr

APOSTELN PAULUS

Aposteln Paulus var inte en av de ursprungliga tolv apostlarna. Han var en jude vid namn Saulus som följde kristna i många år, ända tills Frälsaren uppenbarade sig för honom på vägen till Damaskus och han omvände sig. (Se Apg 8–9.) Saulus, som senare fick namnet Paulus, blev en stor apostel och missionär. Han led martyrdöden för sin tro på Frälsaren under den romerska förföljelsen av kyrkan.

Johannes den älskade förvisades till ön Patmos.



93 eller 94 e Kr

Med tiden ändrades lärdomarna och man gjorde obemyndigade ändringar i kyrkans organisation och prästadömsförordningar.

Vad hände med apostlarna?

Efter Frälsarens död spred apostlarna evangeliet och kyrkan växte snabbt i hela det romerska riket. Men nästan omedelbart efter Frälsarens himmelfärd började apostlarna bli förföljda. Jakob, som var bror till Johannes och en av de ursprungliga tolv apostlarna, dödades av Herodes. (Se Apg 12:1–2.) Petrus och Paulus

dödades också under Nya testamentets tid.

Det finns inte upptecknat hur alla apostlarna dog, men vi vet att alla utom Johannes den älskade dog, och så små-

ningom ersattes de inte längre. Det heliga prästadömet nycklar och myndighet förlorades i och med att kyrkans ledare dödades. Utan denna myndighet kunde ingen ny uppenbarelse, lärdom eller skrift komma.

APOSTELN PETRUS

Petrus var kyrkans ledare efter Frälsarens död och uppståndelse. Det finns inga uppteckningar i skrifterna om Petrus martyrdöd, men enligt traditionen dog Petrus på ett kors, liksom Frälsaren. Petrus lär ha begärt att få korsfästas upp och ner, för han ansåg sig inte värdig att dö på samma sätt som Frälsaren. (Se Frälsningens lära, vol 3, s 127.)

Petrus liv var fyllt av trofasthet. I vår tid uppenbarade han sig för profeten Joseph Smith och Oliver Cowdery. President Spencer W Kimball (1895–1985) sade om Petrus: "Tillsammans med sina lojala medarbetare Jakob och Johannes återvände Simon Petrus till jorden och överbryggade gapet mellan nuet och de mörka århundradena. Tillsammans uppenbarade de sig på Susquehannaflodens strand i Pennsylvania, där Petrus gav de unga profeterna rikets nycklar, vilka apostlarna hade fått från Herren Jesus Kristus." (Peter, My Brother, Brigham Young University Speeches of the Year [13 jul 1971], s 8.)



Konstantin gjorde kristendomen till en laglig religion.



324 e Kr

KYRKOMÖTET I NICAEA

Eftersom det inte fanns någon profet som kunde ta emot uppenbarelse, beslutade kyrkan ofta om olika frågor i ett råd eller möte för kyrkans ledare. År 325 kallade kejsar Konstantin till ett möte i Nicaea (i nuvarande Turkiet) för att bestämma om gudomens natur. Det hade förekommit många diskussioner om Gud var en eller tre individer, och det som beslutades under mötet bidrog ytterligare till att fördunkla kunskapen om gudomen. Sanningen att Fadern, Sonen och den Helige Anden är tre olika individer och att de har separata roller gick förlorad.

Moroni berättade om den nephitiska nationens avfall.



400–421 e Kr

KEJSAR KONSTANTIN

Det är fortfarande ett mysterium varför Konstantin steg fram efter år av förföljelse och gjorde kristendomen till det romerska rikets religion. Vissa källor hävdar att han gjorde det på grund av en syn han fått under en strid. Oavsett orsaken försökte Konstantin övertyga romarna att döpas och bli kristna.

Vad hände med kyrkan?

Apostlarna dödades under en tid då hela kyrkan förföljdes. Nero, en romersk kejsare, var den förste som utfärdade en lag om att utrota de kristna, omkring 65 e Kr. Under hans regeringstid blev tusentals människor grymt dödade. Den andra förföljelsevågen började omkring 93 e Kr under kejsar Domitianus. Efterföljande kejsare fortsatte att tortera och döda kristna. Som en följd av dessa förföljelser led tusentals kristna martyrdöden. Många andra avföll.

Omkring 324 e Kr blev Konstantin kejsare över det romerska riket. Han gjorde kristendomen till en laglig religion och gjorde därmed slut på århundraden av förföljelse. Hans gärningar sammanförde kyrkan med staten och korrumperade ledare i kyrkan började söka världslig makt och ära.

Lärare inom kyrkan började hämta in falska religiösa begrepp från grekisk filosofi och hedniska religioner. Falska förordningar och ceremonier infördes också. Även om kyrkan fortfarande lärde ut en del sanning,

fanns varken Kristi sanna kyrka eller prästadömet kvar på jorden. Och när kristendomen spreds till olika delar av världen — bland annat till Afrika, Asien, Europa och Amerika — organiserades och växte nya kyrkor. Men ingen av dessa kyrkor var

den sanna kyrkan eftersom Herren hade tagit bort prästadömet myndighet och nycklar från jorden.

FELAKTIGA FÖRORDNINGAR

Under avfallet ändrades eller tillades många förordningar av människor utan rätt myndighet. Kyrkan tillät barndop och dop genom att stänka eller hälla vatten på personen i stället för nedsänkning. Hedniska inflytanden och nya filosofier började smyga sig in i kyrkan — till exempel rökelse, celibat (prästerskapet förblir ogift) och uppfattningen att kroppen var ond och att Gud inte hade någon kropp. Hyllning av martyrer förvandlades till vidskeplise och dyrkan.

På grund av ondskan inom kyrkan togs Andens gåvor bort, och människorna började förneka sanna andliga gåvor. Utan uppenbarelse ändrades kyrkans organisation enligt mänskliga beslut och inte genom inspiration från Gud. Ämbeten i kyrkan köptes, såldes och röstades om.



**Lösa bokstavstyper
gjorde skrifterna
mer tillgängliga.**



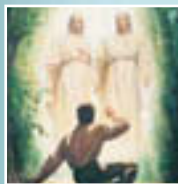
1450 e Kr

**Reformatorer
skapade
förhållanden
som banade vägen
för återställelsen.**



1500–1600 e Kr

**Gud Fadern
och hans Son
Jesus Kristus
uppenbarade sig
för Joseph Smith.**



1820 e Kr

**Prästadömetets
myndighet
återställdes
och kyrkan
organiserades.**



1829–1830 e Kr

Vad hände med skrifterna?

Från Mormons bok får vi veta att tydliga och dyrbara stycken hade tagits bort från skrifterna som kom från det judiska folket. (Se 1 Nephi 13:23–29.) I den åttonde trosartikeln står det: "Vi tror att Bibeln är Guds ord i den mån den är rätt översatt."

Under tiden för avfallet förlorades viktiga lärdomar från Bibeln på grund av vårdslöshet, oinspirerade översättningar eller medvetna ansträngningar att utplåna sanningen. En återställelse av dessa förlorade lärdomar var nödvändig. Mormons bok och andra skrifter som uppenbarades för profeten Joseph Smith återställde många av dessa tydliga och dyrbara delar av evangeliet.

Från mörkret in i ljuset

Herren visste att det stora avfallet skulle ske (se 2 Tess 2:3), så han förberedde ett sätt att återställa evangeliet. Under århundradena före den första synen 1820 blev olika översättningar av Bibeln tillgängliga genom den nyligen uppfunna tryckprocessen med lösa bokstavstyper. Eftersom kyrkan inte ville att människorna skulle läsa Guds ord, sattes många i fängelse eller led martyrdöden för att de läste eller ägde egna skrifter. Men under denna tid inspirerade Herren människor att börja kämpa mot misshandeln och ondskan

de såg inom kyrkan. Denna period kallas den protestantiska reformationen. Reformationen skapade så småningom en miljö i vilken Herren kunde återställa sin myndighet och sanning till jorden.

Idag kan vi vara medlemmar i den "enda sanna och levande kyrkan på hela jordens yta" (se L&F 1:30) tack vare att Herren återställde sitt evangelium och gav prästadömsmyndighet till profeten Joseph Smith att organisera hans kyrka. (Se L&F 27; 65; 128:18–21.)

Vi är välsignade som lever i den här tiden när evangeliet i sin fullhet har återställts — en tid när vi kan gå till kyrkan, bära vårt vittnesbörd och läsa skrifterna. ■

AVFALL PÅ VÄSTRA HALVKLOTET

I Mormons bok står det att Kristi kyrka i Amerika försvann omkring 400 e Kr. Alla som inte ville förneka Kristus döddes och de tre nephitiska lärjungarna togs bort från det nephitiska folket. Moroni blev ensam kvar att berätta om sitt folks undergång. (Se Mormon 8:3, 10–11; Moroni 1:2.)

Sju insikter om medlems- missionärs- arbete

Personer som jag ska
berätta om evangeliet
för:

Grannfamiljen
Tomas och Susanne
Johansson
Frank Andersson
Bankkassören
Familjen Svahn

Att göra:

Bjuda hem grannarna
på middag på torsdag

Gå på teater med
Tomas och Susanne på
fredag kväll

Bjuda familjen Svahn
på middag nästa vecka

Gå en golfrunda med
Frank

Ring till familjen Svahn
igen om att komma på
middag

Öppna ett
missionärskonto
på banken åt
Johan

Kom ihåg att
hämta biljetterna
till teatern på
fredag

Bjud hem
familjen
Ramos på
bemaften med
missionärerna

Hjälpa familjen
Olsson att flytta
på lördag kl 10.
Kan Jonas hjälpa
till?



**Det kan vara enkelt
och naturligt att finna
personer som missionä-
rerna kan under-
visa — om vi gör det
på Herrens sätt.**

ÄLDSTE CLAYTON M CHRISTENSEN

områdesauktoritetssjuttio
området Nordamerika Nordöst

OCH CHRISTINE QUINN CHRISTENSEN

Före sin himmelsfärd uppmanade
Frälsaren sin lilla grupp lärjungar: "Gå
därför ut och gör alla folk till lärjungar!"
(Matt 28:19) Även om denna uppgift känns
överväldigande, har president Boyd K Packer,
tillförordnad president för de tolv apostlarnas
kvorum, kallat oss att handla med tro:
"Somliga som gör en hastig bedömning säger
om denna utmaning: 'Men det är ju omöjligt!
Det går inte.' På det svarar vi helt enkelt:
'Kanske, men vi ska i alla fall göra det.'"¹

Förmågan att dela med sig av evangeliet är
inte någon "gåva" som bara några få medlem-
mar i kyrkan har fått och som har förnekats

resten. Genom våra egna upplevel-
ser och genom att iaktta andra har vi kommit
fram till att det kan vara enkelt och naturligt
för oss *alla* att finna personer som missionä-
rerna kan undervisa — om vi gör det på
Herrens sätt. Här är sju av de insikter vi fått
som visar vad som är Herrens sätt.

"Idealiska mormoner" och "djup vänskap"

De första två insikterna vi fick tidigt i våra
ansträngningar att vara goda medlemsmissionä-
rer har gjort det mycket lättare att prata om
evangeliet: *Vi kan helt enkelt inte förutsäga
vem som kommer att bli intresserad av
evangeliet eller inte, och man måste inte
bygga en vänskap först för att inbjuda
människor att veta mer om evangeliet.* Vi
upptäckte detta när vi var nygifta och missionä-
rerna i vår församling bad oss göra en lista
på personer som vi kunde dela med oss av
evangeliet till. Vi skulle börja med dem som
stod överst på listan och "förbereda" dem

genom en tolvstegsprocess. Först skulle vi bjuda hem dem på middag och efter det gå på något kulturellt evenemang tillsammans. Det sjätte, sjunde och åttonde steget var att inbjuda dem till kyrkan, ge dem en Mormons bok och fråga om de ville få missionärslektionerna. Programmet avslutades med det tolfte steget — dop.

Vi gjorde pliktskyldigt en lista och överst satte vi dem som vi trodde skulle vara mest intresserade av evangeliet. De såg ut som "idealiska mormoner" — personer vilkas värderingar, såsom rent leverne och familjekänsla, återspeglade våra egna. Sedan började vi utveckla en djupare vänskap med dem och lade till fler sociala evenemang till vårt redan så upptagna liv. En efter en tackade de som vi trodde kanske skulle vara intresserade att lära sig mer om evangeliet nej till vår inbjudan när vi kom till steg sex, sju och åtta. De tog inte illa upp av vår inbjudan, men var och en talade på sitt eget sätt om att de var nöjda med sitt eget ställningstagande till religion. Trots allt vårt arbete under många månader, fann vi ingen som var intresserad av att få veta mer om evangeliet.

Sedan kom det nya missionärer till vår församling. De kände inte till något om vår historia så de kom hem till oss, vecklade ut den bekanta uppställningen på bordet och bad oss att göra en lista på personer som vi kunde utveckla en vänskap med som förberedelse för att bli undervisade om evangeliet. "Vi har provat det här", protesterade vi. "Det tog lång tid och det fungerade inte." Vi förklarade att vi kände att vi verkligen hade försökt med alla som vi trodde kunde vara intresserade av att höra lektionerna.

Missionärerna var desperata att få en hänvisning och vädjade: "Känner ni inte *någon* som vi kan besöka?" Vi gav dem namnen på fyra par som vi inte hade tagit med på vår ursprungliga lista. Bland dem fanns Ken Taylor och hans hustru. (Namnen har ändrats.) Vi sade till äldsterna att de visst kunde knacka på deras dörr, men det skulle vara slöseri med tid. Ken tyckte illa om all slags organiserad religion. Dessutom var han en tuff rugbyspelare och drack mycket öl.

Äldsterna återvände senare överlyckliga. Ken och hans hustru hade bjudit in dem, lyssnat på den första lektionen

och bett dem komma tillbaka för att undervisa den andra. Vi blev senare nära vänner med paret Taylor och vi studerade missionärslektionerna tillsammans. Vi trodde aldrig att de skulle vara intresserade av evangeliet.

Av den erfarenheten lärde vi oss att vi helt enkelt inte kan veta i förväg vem som är intresserad av att lära sig mer om kyrkan. Vi trodde att vi kunde bedöma personerna och därför var det flera som inte kom med på listan vilkas livsstil, vanor eller yttre gjorde att de inte verkade vara några troliga kandidater. Men när vi tänker på vilka som har blivit medlemmar i kyrkan, är det tydligt att få av dem skulle ha varit med på vår lista med "troliga medlemmar" när de först kom i kontakt med kyrkan.

Många som tar emot evangeliet är bekymrade eller behöver hjälp på något sätt. (Se Alma 32:2–3.) När de lever efter



De första två insikterna gör det enklare att dela med sig av evangeliet:

1 *Vi kan helt enkelt inte förutsäga vem som är eller inte är intresserad.*

2 *Man måste inte bygga en vänskap först för att inbjuda människor att veta mer om evangeliet*

evangeliet förändras de. Det enda sättet som *alla* människor kan få möjlighet att välja eller förkasta Jesu Kristi evangelium är om vi, utan att döma, inbjuder dem att följa Frälsaren.

Denna upplevelse har också lärt oss att i de flesta fall behöver vi inte utveckla relationer till djup vänskap först innan vi kan inbjuda andra att lära sig mer om evangeliet. Med de flesta av våra grannar, klasskamrater, arbetskollegor, affärsbiträden och de som åkte samma buss, så var det inte nödvändigt.

Heltidsmissionärerna väntar till exempel inte tills de först har blivit vän med sina kontakter. De talar med alla. En tillitsfull relation byggs upp när de får möjlighet att undervisa. Under de senaste 20 åren har vi inte observerat något samband mellan hur djup vänskapen är och sannolikheten att en person blir intresserad av att lära sig mer om evangeliet. Däremot gäller nästan alltid motsatsen: Alla som tackar ja till en inbjudan blir en nära vän, oavsett om de så småningom vill döpas eller inte. Vi har också lärt oss att även om andra tackar nej till vår inbjudan så tar de inte illa upp om de kan känna vår kärlek och Guds kärlek när vi inbjuder dem att lära sig mer om Kristi evangelium. Vanligtvis har de uttryckt tacksamhet över att vi brydde oss tillräckligt om dem för att vilja dela med oss av något så personligt och viktigt.

Lita på missionärerna

Vi fick en tredje insikt när missionärerna var hemma hos oss och undervisade Jack, en kollega till Clayton. En av äldsterna hade nyss kommit ut på sin mission och hans senior-kamrat från Argentina kämpade fortfarande med engelskan. När det kom upp frågor brukade Jack därför instinktivt fråga Clayton, som svarade — säker på att han kunde svara på ett tydligare och mer övertygande sätt än äldsterna. Det blev så

att äldsterna undervisade om ett begrepp, Jack ställde en fråga, Clayton besvarade den och sedan undervisade äldsterna om nästa begrepp. Sedan ställde Jack en svår fråga som Clayton inte hade något lätt svar på. Och när Clayton inte svarade genast gav den argentinska äldsten ett djupt svar som Anden hade ingivit honom. När Jack ställde nästa fråga väntade Clayton för att se om äldsten kunde svara igen — och det kunde han. Vi lärde oss något

mycket viktigt om att undervisa om evangeliet. Trots missionärernas oerfarenhet *kan vi lita på att de undervisar om evangeliet väl*, för den Herren kallar, den dugliggör Herren.

Människor behöver känna sig behövda

Den fjärde insikten kom när vi skulle bära upp ett gammalt, tungt kylskåp från källaren hos en äldre syster som Clayton var hemlärare till. Vi hade försökt få tag på en till församlingsmedlem som kunde hjälpa oss, men det gick inte. Desperat frågade vi Jim, en granne som inte var medlem i kyrkan, och han var glad att hjälpa till. Det var en varm och hemskt fuktig sommardag, och snart var våra kläder genomvåta av svett. När vi hade kommit till den första kröken i trappan och balanserade kylskåpet på avsatsen, sade Jim: "Berätta lite om mormonkyrkan."

Clayton torkade sig i pannan och svarade: "Ärligt talat så är kyrkan just det här." Sedan förklarade han hur hemlärarverksamheten fungerar och påpekade hur mycket den här systemen behövde oss. Vi sade också att eftersom det fanns så många studenter med familjer som flyttade in och ut ur området hela tiden, så hjälpte vår familj ofta till att lasta på eller av en skåpbil.

Jim trodde det knappt. "I vår kyrka sitter vi bara och



lyssnar på en predikan och åker sedan hem. Jag har ingen aning om vem som kan behöva hjälp. De frågar aldrig, så jag kan inte erbjuda min hjälp. Var snäll och be mig om hjälp igen när ni behöver ett extra par händer. Jag gillar sånt här.” Tidigare hade Clayton utan framgång försökt att tala om religion med Jim, och han var fortfarande ointresserad. Men han var intresserad av att få möjlighet att hjälpa andra.

Denna erfarenhet lärde oss detta: Många som är nöjda med sitt liv känner ett behov av att tjäna andra. Det är Kristi ljus som skapar denna önskan att hjälpa till. När vår inbjudan att undersöka kyrkan inriktar sig på läran, tänker vi ofta inte på vad personen i fråga söker efter till att börja med. När vi engagerar dem i att hjälpa andra tillsammans med oss, ser de att kyrkan inriktar sig på ett viktigt behov.

När vi inbjuder andra att hjälpa oss med vårt arbete i kyrkan känner de sig behövda, och de känner Anden. När dessa känslor kommer inser många ofta att det *är* något som saknas i deras liv. Genom att hjälpa oss att göra Guds vilja lärde sig Jim mycket mer om hur det känns i kyrkan än vad han någonsin skulle ha gjort genom en diskussion eller en församlingsfest. Som en följd härav tackade Jim så småningom ja till vår inbjudan att höra missionärslektionerna.

Vad är framgång?

Trots att Jim såg mycket av sanningen och godheten i vår kyrka bestämde han sig efter den tredje lektionen att inte fortsätta undersöka kyrkan. Vi visste att många som slutar undersöka kyrkan börjar lyssna igen senare och tar emot evangeliet, men vi var ändå besvikna. Men det här gav oss den femte värdefulla insikten om medlemsmissionärsarbete — vi insåg att vi hade *lyckats* som missionärer. Jim hade blivit en god vän, och vi hade gett honom möjligheten att få en djupare förståelse för Jesu Kristi evangelium. Oavsett om han någonsin går ner i dopets vatten eller inte, så har han tagit ett steg framåt på vägen i sitt eget eviga framtidskridande och gjort en del viktiga, bra val. De flesta av oss är rädda att misslyckas. När vi väl hade insett att *vi lyckas som medlemsmissionärer när vi inbjuder människor att lära sig och ta emot sanningen*, så försvann mycket av rädslan som hindrade oss från att dela med oss av evangeliet.

Ett bestämt datum

När vi följde rådet från äldste M Russell Ballard i de tolv apostlarnas kворum fick vi insikt nummer sex: *Eftersom vi har så mycket att göra varje dag så behöver vi tidsgränser.* Vare sig vi tycker om det eller inte, så har vi en tendens att skjuta på aktiviteter som vi inte har något bestämt datum för, medan sådant som behöver bli färdigt inom en viss tid blir gjort. Utan ett bestämt datum kan till och med uppbyggande ansvar av evig betydelse — som missionärsarbete — få ge vika för annat.

För att hjälpa oss har äldste Ballard bett oss att regelbundet ”skriva ner ett datum”. Han sade uttryckligen att vi inte behöver skriva ner något namn. I stället gav äldste Ballard oss utmaningen att välja ett datum för att visa Herren vår hängivenhet. Han lovade att om vi sedan tar varje tillfälle i akt att tala om evangeliet med så många som vi kan, så kommer Herren före det datumet att

Det faktum att många som är nöjda med sitt liv känner ett behov av att tjäna andra gav oss den fjärde insikten:

4 *När vi inbjuder andra att hjälpa oss med vårt arbete i kyrkan känner de sig behövda, och de känner Anden.*



välsigna oss så att vi träffar någon som tackar ja till vår inbjudan att lyssna på missionärerna.² Vi har tillsammans antagit äldste Ballards utmaning och funnit någon som missionärerna kan undervisa varje år. Varje gång vi har bestämt ett datum under bön, har Herren visat oss någon som vi kan undervisa.

Men människorna som vi har funnit har sällan varit lätta att upptäcka. Det har krävt daglig bön, täta fastedagar och att vi har skapat möjligheter för diskussioner om evangeliet. Vi har märkt att det har hjälpt att använda "mormonuttryck" i olika sammanhang när vi talar om aktiviteter i kyrkan, våra barn som verkar som missionärer, upplevelser vi haft med våra uppgifter i kyrkan och så vidare. När vi använder sådana uttryck är det som om vi öppnar en dörr och inbjuder den andra personen att komma in och tala om kyrkan. De flesta väljer att inte komma in genom den dörren, och det är okej.

Den femte och sjätte insikten hjälper oss att förstå vad framgång är och hur man uppnår den:

5 Vi lyckas som medlemsmissionärer när vi inbjuder människor att lära sig och ta emot sanningen.

6 Eftersom vi har så mycket att göra varje dag så behöver vi ha bestämda datum.

Men ibland ställer de frågor om kyrkan. Då svarar vi på deras frågor. Och om vi tycker att det är lämpligt öppnar vi en dörr till och inbjuder dem till ett möte i kyrkan eller hem till oss så att vi kan berätta mer. De flesta som vi har frågat har tackat nej, men några tackar ja. Oavsett resultatet har vi funnit att om de känner vår kärlek, uttrycker de ofta tacksamhet för att vi bryr oss tillräckligt för att inbjuda dem.

För flera år sedan satte äldste Christensen upp 31 januari som ett datum. Januari kom, och trots att han påbörjat konversationer med dussintals och åter dussintals människor och frågat flera om de ville träffa missionärerna, så kunde han inte hitta någon som var intresserad. Han skulle resa till Honolulu i Hawaii för att delta i en akademisk konferens den 20 januari, och så som hans schema såg ut var det tydligt att han måste träffa personen som han skulle berätta om evangeliet för på flyget till eller från Hawaii. Det fanns ingen annan möjlighet. Han väddade i daglig bön att Gud skulle ordna så att en person satt bredvid honom på planet som skulle tacka ja till hans inbjudan.

Efter allt detta kunde han inte tro sina ögon när han såg sin flygkamrat — en man vid namn Vinnie som var iklädd en skrikig hawaiiskjorta, uppknäppt långt ner på magen, och som ståtade med tre guldkedjor på sitt håriga bröst. Vinnie förklarade att han arbetade 11 månader varje år för att spara ihop tillräckligt så att han kunde åka till Hawaii på vintern och tillbringa en månad med att jaga kvinnor. Clayton var så besviken. Han hade verkligen försökt och bett om att finna någon. I stället hade han fastnat bredvid en man som inte verkade vara religiös för fem öre. Clayton blev missmodig och började läsa.

När flygvärdinnan kom med lunchen lade Clayton ner sin läsning och småpratade lite med sin medresenär. Vinnie frågade Clayton om han hade varit i Hawaii förut, och Clayton svarade att han hade varit på en språkskola i Laie innan han åkte som missionär till Korea för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Till hans förvåning lade Vinnie ner sin gaffel och sade: "Så du är mormon? En konstig sak har hänt med mig under det senaste året.

Jag har aldrig varit intresserad av religion, men jag har blivit mer och mer nyfiken på mormonerna. Jag vet inte

Inbjudan

varför. Kan du berätta lite om kyrkan för mig?"

Omslutna av en underbar ande talade de under de följande tre timmarna om Jesu Kristi evangelium, trosartikel efter trosartikel. Flera gånger under resten av flygturen avbröt Vinnie samtalet för att tacka honom för att han berättade om kyrkan. När planet landade sade Clayton till Vinnie att det fanns ett par missionärer i hans hemstad och frågade om de kunde få besöka honom när han återvände. Vinnie frågade om det fanns missionärer i Honolulu. Clayton fick detta gyllene svar på sina böner genom att använda "mormonuttryck" för att öppna dörren till en konversation, och genom att undvika att bedöma vad som fanns i Vinnies hjärta.

Konstanter och variabler

Vi fick den sjunde insikten genom följande erfarenhet: *När vi är upptagna med att verka i kyrkan kan vi förvänta oss att Gud välsignar oss när vi går och gör det som han har befallt.* (Se 1 Nephi 3:7.) I ekvationen som bestämmer om vi kan finna personer som missionärerna kan undervisa, är Guds roll en konstant, inte en variabel. Han håller alltid sina löften. Den enda variabeln är om vi har tro nog att bestämma oss, lyda och förvänta underverk. De upptagna män och kvinnor som leder våra församlingar och stavar (eller grenar och distrikt) behöver, i ännu större grad än andra medlemmar, utöva denna enkla tro — för om inte de kan tala i presens och i första person när det gäller att dela med sig av evangeliet, så kan de inte inspirera andra att uppfylla vår profets kallelse att vara medlemsmissionärer.

Välsignelser

Många av oss känner personer som verkar vara "naturliga missionärer", som om de hade en gåva som gör det lätt för dem att dela med sig av evangeliet. Det är verkligen *inte* naturligt för oss. Vi kände oss illa till mods och rädda i



början, men genom att vi har fått dessa insikter och följt dem, så har vi fått hjälp att dela med oss av evangeliet på sätt som har blivit naturliga.

Välsignelserna som vår familj har fått för att vi har gjort detta arbete har

varit oräkneliga. Missionsarbetet har

fört in Guds ande i vårt hem och i vårt hjärta. För omkring fyra år sedan inbjöd vi till exempel en av Claytons före detta elever, Sunil, att få missionärslektionerna hemma hos oss. Missionärerna gjorde ett mycket bra arbete och i slutet av lektionen vittnade båda om sanningarna som de hade undervisat oss om. Vi bar båda våra vittnesbörd och Clayton bad en av missionärerna att avsluta med bön. Just då räckte vår son Spencer upp handen. "Pappa, får jag säga något?" Han ställde sig sedan upp och tittade på Sunil med oskyldig blick och sade: "Sunil, jag är bara 11 år. Men jag vill att du ska veta att det som missionärerna har sagt ikväll är sant. Jag vet att Gud lever. Jag vet att du och jag är hans söner och att Joseph Smith verkligen var en Guds profet." När han berättade om sina känslor kände vi en stark ande komma in i rummet.

Nästa dag skickade Sunil ett e-postmeddelande där det stod att han hade uppskattat den tydliga förklaringen av vår tro som missionärerna och vi hade gett under diskussionen, "men när er son ställde sig upp och talade, kände jag något inom mig som jag aldrig har känt förut. Det är det som ni måste mena när ni talar om Guds ande."

Vi har fått många välsignelser och vänner när vi har försökt dela med oss av evangeliet. Men den här välsignelsen har varit en av de bästa: Missionärernas regelbundna hjälp till oss som familj att undervisa nya och gamla vänner om evangeliet genom den Helige Andens kraft har haft stor inverkan på våra fem barns tro och fört in Guds ande i vårt hem. ■

SLUTNOTER

1. Se "De dödas återlösning", *Nordstjärnan*, apr 1976, s 79.
2. Se "Skriv upp ett datum", *Nordstjärnan*, Rapport från den 154:e halvårskonferensen (okt 1984), s 12–13; se också "Vi förkunnar evangeliet", *Nordstjärnan*, jan 1987, s 24–26.

Frågor och svar

*Jag älskar evangeliet men är jätterädd för att tala om det med andra.
Hur kan jag komma över min rädsla?*

L I A H O N A

Till och med de bästa medlemsmissionärer är nervösa för att dela med sig av evangeliet ibland. Men de övervinner rädslan på samma sätt som man övervinner all rädsla — genom att ersätta rädslan med tro.

Skrifterna är fulla av uppmuntran: "Frukta inte, jag hjälper dig." (Jes 41:13) "Om I ären beredda skolen I icke frukta." (L&F 38:30) "Ty den Ande som Gud har gett oss gör oss inte modlösa, utan är kraftens, kärlekens och självbehärsknings Ande. Skäms alltså inte för vittnesbördet om vår Herre." (2 Tim 1:7–8)

För att utveckla den sortens tro som ersätter rädsla med kraft och kärlek krävs det ansträngningar och träning. Du kan inte sitta och vänta på att du ska få tro. Du behöver utveckla den. Börja med att tänka på hur du kan dela med dig av ditt vittnesbörd på enkla sätt. Du kan skriva ner ditt vittnesbörd i ett brev. Eller så kan du skriva ner ditt vittnesbörd i din dagbok varje dag under en hel vecka. När du känner dig säker i att uttrycka ditt vittnesbörd skriftligt, kan du försöka bära

Du kan övervinna rädsla genom att stärka din tro.

Tro kräver handling. Öva på att dela med dig av evangeliet i situationer när du känner dig väl till mods.

Öka din kunskap så att du är beredd att svara på andras frågor. Förberedelser hjälper dig att dela med dig av evangeliet utan att vara rädd.

Stärk din rättfärdiga önskan att dela med dig av evangeliet när du arbetar på att övervinna din rädsla.

ditt vittnesbörd på ett sakramentsmöte, på familjens hemafton eller för en nära vän. När du utvecklar din färdighet i att dela med dig av ditt vittnesbörd så kommer ditt självförtroende och din tro att växa.

Om du är nervös för att någon ställer frågor som du inte kan svara på, så hjälper det att vara lite förberedd. Herren sade till Hyrum Smith: "Sök först att erhålla mitt ord och sedan skall din tunga lossas. Då skall du få min Ande och mitt ord, ja, Guds kraft att övertyga människor, om du önskar det." (L&F 11:21)

Läs skrifterna och annat material som kyrkan har gett ut så att du får mer kunskap om evangeliet. Dela med dig av detta material — broschyrer, tidningar, m m — till andra.

Mormon.org är ett annat jättebra ställe att hämta kunskap från och även berätta för andra om. Be om större mod. Kom ihåg att om du inte har alla svar så kan du alltid fråga någon eller ta reda på svaret.

Äldste Dallin H Oaks i de tolv apostlarnas kворum har sagt: "Intensiteten i vår önskan



att dela med oss av evangeliet är en bra måttstock på vår egen omvändelse." ("Dela med oss av evangeliet", *Liabona*, jan 2002, s 8.) Du har en önskan. Låt nu denna önskan växa till handlingar när du övar på att dela med dig av evangeliet. (Se Alma 32.)

LÄSARNA



Din rädsla är naturlig. Fråga missionärerna om du får följa med dem ut. Låt dem undervisa en lektion hemma hos dig, och bär ditt

vittnesbörd. Men det viktigaste är att du ber din himmelske Fader om möjligheter att dela med dig av evangeliet. Han ger dig orden som han vill att du ska säga.

Vikki Hamme, 17 år, Mountain Home församling, Springfields södra stav, Missouri



Jag brukade alltid vara rädd för att tala med andra om evangeliet. Men tänk på ditt vittnesbörd och på den underbara känslan du får därför att du vet att evangeliet är sant. Be din himmelske Fader om missionärstillfällena och be om hans vägledning. Då är jag

säker på att du kommer att älska att tala om kyrkan och att du vill göra det om och om igen.

Dana Jill Barthel, 16 år, Bonns församling, Düsseldorfs stav, Tyskland

I seminariet lärde jag mig att Jesus Kristus har kallat oss att delta i hans verk. När jag läste 3 Nephi 12:13–16 förstod jag att jag är ett ljus och jordens salt, och att om jag älskar Herren så måste jag leva efter hans ord. Det är så jag övervinner min rädsla.

Jean Garry Gilot, 17 år, Carrefours församling, Port-au-Prince stav, Haiti

Den kärlek jag känner till detta underbara verk har gjort att jag kan tala om evangeliet. Vi behöver be mycket, läsa skrifterna, vara med på seminariet och söka den Helige Andens vägledning. Då kommer orden.

Cesar A Flores Barrios, 15 år, Cantaura församling,
El Tigre stav, Venezuela



Om du försöker prata med en god vän så känns det säkrare. Om du börjar med att tala om en evangelienorm som är lätt att förklara, så blir det lättare att berätta mer. När du

väl har talat med en vän så kan du tala med alla!

Gretchen Schillemat, 14 år, Keene församling,
Concords stav, New Hampshire



Vår rädsla försvinner när vi blir "fullkomnade i kärlek". (Se 1 Joh 4:18.) Be flitigt för att få den fullkomliga kärlekens gåva, och tala med dina vänner med kärlek. Le, hjälp till

med något och uttryck tacksamhet. Genom att göra det kan du inte bara övervinna rädsla, du kan också utstråla glädje över evangeliets välsignelser.

Äldste Tomohiko Funai, 19 år,
Idahomissionen Pocatello



Jag har lärt mig att lita på Herren och låta Anden leda mig. Du behöver bara komma ihåg att du inte behöver vara rädd när Herren är på din sida. Anden hjälper dig.

Amber Wilson, 14 år, Parkersburgs församling,
Charlestons stav, West Virginia

För att övervinna rädslan tänker jag på hur mycket jag önskar att jag hade fått reda på evangeliet tidigare. Mina vänner och släktingar behöver också få det, och det fort. Vi måste tala med entusiasm om aktiviteterna vi deltar i och om glädjen som evangeliet ger. Andra vill då veta var vår lycka och tro kommer från.

Évila Fernanda de Campos, 19 år,
Paulista församling i Bragança, Itatiba stav, Brasilien



Låt inte fruktan binda dig ... Frukta kommer inte från Gud utan från den onde. Motståndaren till all sanning vill i ditt hjärta lägga en motvilja mot att anstränga dig. Driv bort denna fruktan och var modig, för sanningens och rättfärdighetens och trons sak. Om du nu beslutar dig för att detta ska bli ditt livsmönster, kommer du inte att behöva fatta detta beslut igen."

President Gordon B Hinckley, "Den levande profetens ord", Nordstjärnan, jun 1998, s 26.

Liahonas och läsarnas svar är avsedda att ge hjälp och perspektiv och är inte tillkännagivanden om kyrkans lära.

Det har ingen betydelse vad andra tänker, men det har betydelse vad vår himmelske Fader tänker. Om jag var tillsammans med mina vänner på en härlig fest, så skulle jag inte ignorera dem. Jag skulle heller inte bara inbjuda dem att läsa recepten. Jag skulle be dem att äta med mig.

Kristina M Harrop, 16 år, Palmers tredje församling,
Wasilla stav, Alaska



Vi kan först övervinna denna rädsla genom att bli vän med andra, och då känner vi oss väl till mods inför att bära vårt vittnesbörd för andra så att Anden kan påverka dem.

Anne Diniz, 16 år, Valentina församling,
Rangels stav i João Pessoa, Brasilien



Man måste ha ett vittnesbörd om detta evangelium för att modigt kunna berätta om det för andra. Använd ditt vittnesbörd som vägledning. Sök och be för att över-

vinna din rädsla.

Aaron Michaelson, 13 år, Southbury församling,
New Havens stav, Connecticut

VAD TYCKER DU?

Unga läsare: Skicka ditt svar på nedanstående fråga, tillsammans med namn, födelsedatum, adress, församling och stav (eller gren och distrikt), och ett foto till:

Questions & Answers 3/05

50 East North Temple Street, Floor 24

Salt Lake City, UT 84150-3220, USA

Eller skicka e-post till:

cur-liahona-imag@ldschurch.org

Svaren ska vara oss tillhanda den 15 mars 2005.

FRÅGA

"Min vän känner inte att hon passar in. Vad kan jag göra för att få henne att känna sig välkommen i kyrkan?" ■

Gläd dig åt vår kunskap om gudomen

Välj under bön ut och läs från det här budskapet de skriftstäl-len och lärdomar som tillgodo-ser beboven hos de systrar som ni besöker. Berätta om egna upplevelser och bär vittnesbörd. Inbjud dem ni undervisar att göra detsamma.

Joseph Smiths skrifter 2:17:

”Jag [såg] två personer, vilkas glans och härlighet trotsa all beskrivning ... En av dem talade till mig, nämnande mig vid namn, och sade, pekande på den andre: *’Denne är min älskade Son. Hör honom.’*”

Vad vet vi om gudomens natur?

President Gordon B Hinckley:

”Jag tror på Gud, den evige Fadern, på hans Son, Jesus Kristus, och på den Helige Anden. Jag döptes i dessa tre personers namn. Jag gifte mig i dessa tre personers namn. Jag har inga som helst tvivel om att de är verkliga och enskilda personligheter ... Under över alla under, de är intresserade av oss, och vi är föremål för deras stora omsorg. De finns där för var och en av oss. Vi närmar oss Fadern genom Sonen. Han är vår förespråkare vid Guds tron. Hur underbart är det inte att vi på så sätt kan tala till Fadern i Sonens namn. Jag bär vittne om dessa stora, högst betydelsefulla sanningar. Och jag gör så genom den Helige Andens gåva och kraft. (”Fadern, Sonen och den

Helige Anden”, *Nordstjärnan*, mar 1998, s 8, 9.)

Äldste L Tom Perry i de tolv apost-larnas kvorum: ”Det [Joseph Smith] upplevde klargjorde för mänskligheten att Gud Fadern, Gud Sonen och Gud den Helige Anden finns. På så sätt blev det uppenbarat för världen att tre per-soner utgör detta stora presiderande råd i universum och har uppenbarat sig för människorna som tre separata varelser, fysiskt skilda från varandra ... Den Helige Anden ... är en ande. Den Helige Anden är ett vittne om Fadern och om Sonen, och tillkännager deras egenskaper för människan och bär vittnesbörd om de andra personerna i gudomen.” (”Trosartiklarna”, *Nordstjärnan*, jul 1998, s 22.)

Hur kan vår kunskap om gudomen föra oss närmare dem?

Äldste Jeffrey R Holland i de tolv apostlarnas kvorum: ”I allt som Jesus sade och gjorde ... visade han oss hurdan och vad Gud vår Evige Fader är, hur fullständigt hängi-ven han är sina barn i alla tidsåldrar och nationer. Jesus för-sökte att i ord och handling ådaga-lägga och person-liggöra för oss sin Faders, vår himmelske Faders, sanna natur. Han gjorde detta åtminstone delvis därför

att vi alla, både då och nu, behöver lära känna Gud bättre för att kunna älska honom djupare och lyda honom mer fullkomligt.” (”Guds storhet”, *Liabona*, nov 2003, s 70.)

Anne C Pingree, andra rådgivare i Hjälpföreningens generalpresident-skap: ”Som sista dagars heliga kvinnor som har ingått förbund måste vi alla tydligt förstå gudomens medlemmars natur och roller. När vi ber till en Fader i himlen som känner och älskar oss, när vi har tillit till Jesus Kristus som vår Frälsare och Återlösare och när vi kän-ner den Helige Andens närvaro och maningar, som undervisar och vittnar om Fadern och Sonen, så känner vi frid och glädje i denna farofyllda tid.”

Ether 12:41: ”[Sök] efter denne Jesus ... på det att Gud Faderns nåd och likaledes Herren Jesu Kristi samt den Helige Andens, vilken bär vittne om dem, måtte vara och förbli i eder evinnerligen.” ■



Jag undervisade min lärare

PRINCE IHENKORO

För några år sedan var några ungdomar och jag på väg hem från en grensaktivitet och stod och väntade på en buss vid en enslig väg. Till

slut såg vi en bil komma. Den stannade och föraren var min före detta lärare, magister Enemor. Vi hade inte sett varandra på några år. Med ett stort leende utropade han: "Ihenkoro, det var länge sedan. Du har blivit stor."

Det kändes som ett underverk att han hade stannat, för vi hade stått där i timmar utan att se några bilar. Nu behövde vi inte ens betala för resan. När vi hade åkt iväg frågade magister Enemor: "Var kommer ni alla ifrån?"

Jag svarade: "Från en aktivitet i kyrkan."

Han sade: "Oj, vad trevligt. Jag önskar så att alla ungdomar gick till kyrkan. Då skulle det gå

bra för det här landet." Sedan frågade han: "Vilken kyrka?" "Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga", svarade jag honom.

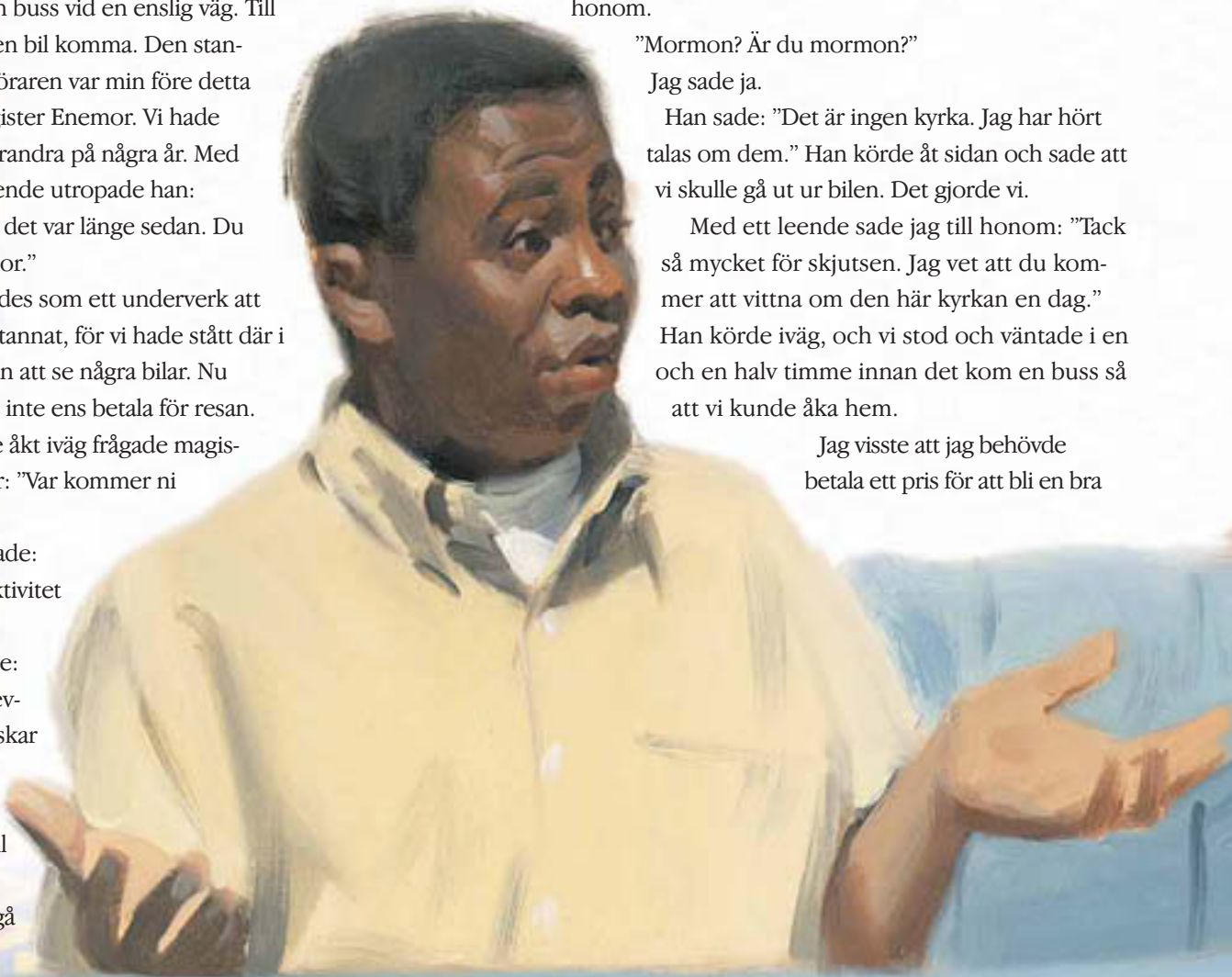
"Mormon? Är du mormon?"

Jag sade ja.

Han sade: "Det är ingen kyrka. Jag har hört talas om dem." Han körde åt sidan och sade att vi skulle gå ut ur bilen. Det gjorde vi.

Med ett leende sade jag till honom: "Tack så mycket för skjutsen. Jag vet att du kommer att vittna om den här kyrkan en dag." Han körde iväg, och vi stod och väntade i en och en halv timme innan det kom en buss så att vi kunde åka hem.

Jag visste att jag behövde betala ett pris för att bli en bra



missionär. Vi måste alla betala ett pris för det som är av något värde. Vår Frälsare visade oss det när han betalade priset för våra synder.

Jag ville dela med mig av evangeliet till magister Enemor, så jag gick hem till honom. Han släppte inte in mig, men jag lämnade flera broschyrer om kyrkan och en av kyrkans tidningar hos honom.

Många månader senare fick jag ett brev från honom. I brevet skrev han: "Snälla du, förlåt mig för vad jag gjorde mot er den där kvällen. Jag är skyldig er en ursäkt och allt vår tack. Min familj och jag är nu medlemmar i den kyrka som jag en gång var emot. Jag är nu en sista dagars helig."

Broder Enemor och hans familj

är starka medlemmar i kyrkan i Abuja i Nigeria. Han och hans familj har beseglats i templet. Han skriver fortfarande till mig och säger alltid: "Jag tackar dig för att du ledde mig till ljuset."

Vi förtjänar vårt dagliga uppehålle genom det vi får, men vi förtjänar evigt liv genom det vi ger. Vi kan dela med oss av evangeliet och ge ljus åt många människors liv. Andra kan glömma vad du har sagt och vad du har gjort, men de glömmar inte hur du fick dem att känna sig. Gå ut och få dem att känna sig bra genom att ge dem evangeliets ljus. Jag har väl-signats med stora belöningar för det låga pris jag betalade för att dela med mig av

evangeliet till någon som till en början hånade mig för min tro. ■

Prince Ihenkoro verkar som heltidsmissionär i Gbanamissionen Accra.

Mitt medlemskap i kyrkan kostade mig en skjuts hem, men det resulterade också i att en god man och hans familj fann evangeliet.





FOTO BRADLEY SLADE

Vägen tillbaka: Överge pornografi

RORY C REID

Herren stödjer dig i dina ansträngningar att övervinna vanan att se på pornografi.

Pornografi blir mer och mer populärt och tillgängligt, och många ser den som ett harmlöst nöje. Men kyrkans ledare varnar oss hela tiden för dess destruktiva natur. President Gordon B Hinckley har sagt: "Håll dig borta från den stora och hemska flodvåg av pornografi som sveper över jorden och gör ett fåtal män rika medan den förstör många andra som förslavas under den. Håll dig borta från den."¹

Tragiskt nog har några ignorerat vår profets råd och blivit insnärjda i detta oanständiga material. De har upptäckt att pornografi, liksom många andra laster, kan bli en vana som är ytterst svår att övervinna.

Men det går. Jag har som psykoterapeut hjälpt otaliga personer som kämpat med vanan att se på pornografi och har observerat att det finns flera gemensamma nämnare

bland dem som framgångsrikt har kunnat överge pornografin. Följande förslag är inte uttömmande, men de kan ge vägledning och kanske en startpunkt för dem som vill sluta att använda pornografi.

Erkänn problemet

Många säger till sig själv att det inte är ett så stort problem därför att de skäms. Men Herrens väg kräver att vi erkänner våra fel för honom. (Se Ps 32:5; Alma 38:14; 39:13; L&F 5:28.) Faktum är att ett sådant erkännande är ett sätt att vara ärliga mot oss själva, i och med att vi erkänner för oss själva det som Gud redan är fullt medveten om. Den som är involverad i pornografi bör också erkänna det för sin make/maka (och ungdomar för sina föräldrar) och för sin biskop eller grenspresident.

Många som ser på pornografi är rädda att ett erkännande kan sätta deras äktenskap i fara. Ändå visar en del undersökningar att de flesta äktenskap håller om båda parterna är

De som låter sig fångas i oanständigt material upptäcker att det leder till själviskhet, isolering och hemlighetsfullhet. Men genom flitigt arbete och med Herrens hjälp är det möjligt att ta sig ur vanan att titta på pornografi.

villiga att arbeta sig igenom problemen tillsammans. Ibland skjuter vissa upp erkännandet eftersom de är rädda att såra sin make/maka. En sådan anledning är oftast bara en ursäkt för att kunna skydda sig från makens/makans reaktion och att slippa ta konsekvenserna av sitt beteende. Således kan de fortsätta att titta på pornografi och samtidigt hålla det hemligt. Men oärlighet i ett förhållande kan vara lika skadligt som pornografi, och många makar upptäcker så småningom problemet i alla fall. Det är troligare att makar ger stöd när deras partner kommer till dem i ödmjukhet och erkänner problemet och ber om deras stöd i arbetet att bättra sig.

Även om någon för en tid kan dölja sina handlingar, så kan vi aldrig dölja våra hemligheter för Gud. Som Jakob sade: "Han vet allting, och intet finns, som han icke vet." (2 Nephi 9:20)

När sanningen kommer fram frigörs energi som tidigare använts till att dölja en hemlighet och detta kan kännas som en lättnad för den som erkänt problemet. Faktum är att många makar har sagt att deras partners erkännande, även om det var smärtsamt, var en lättnad eftersom de fick veta att deras misstankar inte hade med deras egen osäkerhet att göra. När någon är ärlig och påbörjar sin omvändelseprocess, kan försoningen lyfta bort syndens börda. Och genom försoningen kan maken/makan få styrka att förlåta sin partner för att han eller hon har brutit ett heligt förtroende.

Acceptera försoningen

Hebreiskans motsvarighet till ordet *försoning* är *kafar*, ett verb som betyder "täcka"². Alltså antyder ordet *försoning* att Kristus kan täcka över synder genom att "utplåna" dem genom sin nåd om vi omvänder oss. (Se Apg 3:19.) Som ett resultat av denna process kan våra synder bli "vita som ull". (Jes 1:18)

Å andra sidan frestar motståndaren personer som har blivit beroende av pornografi att försöka dölja, eller täcka över, sina synder. Således hindrar de omvändelseprocessen och undviker helandets verkliga källa. När de gör så, lägger de oärlighetens synd till pornografins synd. "På så sätt bedrager djävulen deras själar och leder dem försiktigt ned till helvetet." (2 Nephi 28:21)

Genom försoningen kan Kristus täcka över våra synder genom att "utplåna" dem om vi omvänder oss. Då blir våra synder "vita som ull".



Berättelsen om Adam och Eva visar hur Satan försöker förslava oss. När Adam och Eva hade överträtt ett av Guds bud, fick Satan dem att skämmas. Han sade till dem att täcka över sig och gömma sig. På liknande sätt försöker Satan få oss att vända oss bort från Gud när vi gör misstag. Men en Herrens ängel sade till Adam att han skulle "omvända [sig] och åkalla Gud i Sonens namn evinnerligen". (Moses 5:8) Adam och Eva lärde sig att vända sin rädsla och skam till tro och tillit. På samma sätt måste personer som kämpar med pornografi vända sin rädsla och skam till tro och tillit till Herren och hans försoning.

När vi accepterar försoningen erkänner vi våra synder och underkastar oss följderna av våra val. Om vi försöker straffa oss själva för våra synder genom att själva ta på oss skuld och skam, så är det att försöka anta Frälsarens myndighet. Frälsaren har rätt att ge nåd och att döma. Vår rättighet är att underkasta oss Gud och ta emot hans nåd och rättvisa i enlighet med gudomlig lag. Även om vi inte är berättigade att få nåd så kan vi kvalificera oss för den tack vare Guds barmhärtighet och genom ett förkrossat hjärta och en bedrövad ande. Denna stora förändring av hjärtat som renar en son eller dotter till Gud från orättfärdighet, är en gåva som kommer genom tro och tillit till honom och genom kraften i hans försoning. Återlösningen från synd genom denna process tar med all säkerhet tid, men så småningom kan vi veta, när Anden bekräftar det för vår själ, att våra synder är förlåtna.

Var vaksam

Kung Benjamin sade vist: "Given akt på eder själva och edra tankar, ord och

gärningar." (Mosiah 4:30) Den som försöker övervinna vanan att se på pornografi bör lägga märke till mönster och svagheter i sitt liv och vara uppmärksam på händelser som kan ge upphov till beteendet.

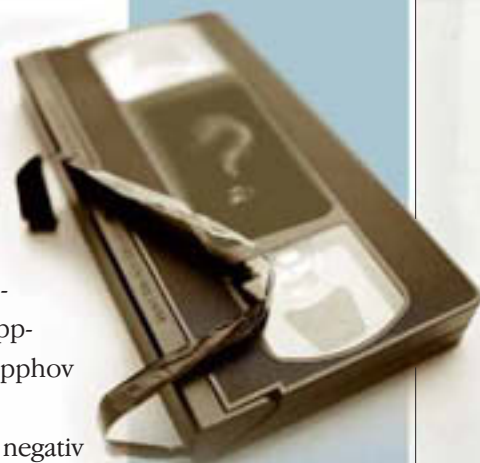
En person insåg att när han fick en negativ känsla så försökte han fly från obehaget genom att tänka på pornografi. Till följd av denna nya insikt började han hålla en tyst bön när han kände något negativt, och be om hjälp att motstå denna känsla och hans önskan att fly undan den.

En berättelse i Mormons bok hjälpte denne man förstå hur Herren kunde hjälpa honom med hans problem. Han lade märke till att när Almas folk satt fångna så lovade Herren att han skulle lätta deras bördor. (Se Mosiah 24:14.) Han lovade inte att helt ta bort bördorna. På liknande sätt förväntade sig denne man inte att Herren skulle ta bort alla negativa känslor i hans liv, utan hjälpa honom att hantera dem på ett sunt sätt.

När vi tar tid att fundera över vårt liv kommer vi att få insikter, särskilt om vi ber om att få det i uppriktigt bön.

Gör anpassningar

För att övervinna vanan att se på pornografi måste en person ändra på sitt beteende och sin attityd. Ofta är de "utan känsla". (1 Nephi 17:45; Moroni 9:20) De måste lära sig att återknyta kontakten med sina känslor och med Gud för att bli ödmjuka igen, och för att känna tillit. Den Helige Anden är ytterst viktig i denna kamp och kan hjälpa personer att få "en mäktig förändring" i sitt hjärta som påverkar dem att "alltid göra gott". (Se Mosiah 5:2; Alma 5:12, 14; se också Alma 5:26.)



VAD ÄR PORNOGRAFI?

Det är stor skillnad på juridiska, akademiska och andra definitioner av pornografi, men praktiskt sett är pornografi all visuell eller skriven media som skapats med syfte att stimulera sexuellt. Om materialet inte syftar till att stimulera men ändå orsakar sexuell upphetsning hos en person, så är det pornografi för den personen.

Om du märker att du ställer dig själv frågan om ett material är pornografiskt, så visar frågan i sig att materialet gör dig obehaglig till mods. Det borde vara tillräckligt bevis för att du ska undvika det.

Vi kan också få hjälp av omgivningen. Som president Spencer W Kimball (1895–1985) lärde, använder Herren ofta andra för att uppfylla sina rättfärdiga syften.³ Biskopar eller grenspresidenter, familjemedlemmar och kvalificerade terapeuter kan hjälpa en person att överge en pornografisk vana. Som det gamla ordspråket säger: Herren hjälper den som hjälper sig själv. Och det förväntas av oss att vi utnyttjar de resurser som finns tillgängliga för oss.

En annan nödvändig anpassning är att åter forma en vana att dagligen och regelbundet läsa skrifterna. Man kan få stor styrka av att regelbundet mätta sig med Kristi ord. I Almas bok står det att ordet "gjorde ett mycket kraftigare intryck på människornas sinnen än svärdet eller något annat". (Alma 31:5) Nephi sade något liknande till sina bröder: "Den, som vill hörsamma Guds ord och hålla fast därvid, skall aldrig förgås, ej heller kunna frestelserna eller motståndarnas glödande pilar göra dem vanmäktiga och blinda för att leda dem bort till undergång." (1 Nephi 15:24)

Ordets kraft visar sig i vårt liv när vi lever efter principerna som vi får lära oss under våra personliga skriftstudier. När vi uppriktigt anstränger oss ger Herren oss den nödvändiga styrka vi behöver för att uppnå våra rättfärdiga önskningar. Han omfamnar oss när vi omfamnar hans ord.

Anpassningar måste också göras när det gäller sättet vi väljer att tolka våra upplevelser. Att ändra vårt sätt att tänka kan vara den svåraste förändringen av alla. Att bara säga till någon att sluta tänka på pornografi är en paradox. För att undvika att tänka på något så måste man veta vad det är man ska undvika. Alltså måste man tänka på just det som man försöker att inte tänka på.

Många som har lyckats överge pornografi har sagt att det är bättre att koncentrera sig på positiva mål som är oförenliga med att titta på pornografi än att lägga all energi på att inte tänka på pornografi. Om de till exempel bestämmer sig för att koncentrera sig på att vara ärlig, så kan de ofta tänka på ärlighet. Denna metod tar bort fokuseringen på att eliminera pornografin — som gör att man måste tänka på pornografi — som kan leda till att en person tittar mer på pornografi.

Jag föreslår ofta att andra ska se förnuftigt på sina frestelser. En person som försökte göra det insåg att kvinnorna som avbildas på pornografiska bilder inte skulle agera så i verkliga livet. Han insåg att bilderna han tittade på var justerade med hjälp av datateknologi och att de inte representerade verkligheten. Han upptäckte också att några av skådespelarna använde alkohol eller droger för att döva sina känslor, vilket tillät dem att delta i sådana förnedrande aktiviteter. På grund av hans insikter om pornografi och hans ansträngningar att se den för vad den är, så avtog intresset för den markant. Han kunde på ett bättre sätt använda sin förmåga att skilja mellan gott och ont. (Se 1 Mos 3:5; Moses 4:11.)

Ta ansvar

Många människor förminskar allvaret i sitt beteende genom att säga saker som: "Jag bara råkade se det", "jag



OMVÄNDELSE: EN RENINGSPROCESS

"Satan försöker övertyga oss om att vi kan gömma våra synder för andra. Ändå är det han som gör att de avslöjas under de obehagliga

omständigheter. Hans avsikt är att förslava Guds barn. Alla hans lockande, förföriska frestelser syftar till den enskildes undergång ...

Sök upp din biskop. Han kommer att visa dig hur du kan omvända dig och hjälpa dig med det. Medan du ber och handlar kommer du att ledas till andra som blir till stöd för dig. Omvändelsen är en reningsprocess. Den är svår, men den har ett slut, ett underbart slut med frid och upplivande förlåtelse och underverket att få börja om på nytt."

Äldste Richard G Scott i de tolv apostlarnas kvorum, "Befrielse från tunga bördor", Liahona, nov 2002, s 87.



insåg inte vad jag gjorde”, ”jag överraskades av bilderna”. När vi känner ansvar för vårt beteende accepterar vi också konsekvenserna för det. Vi är villiga att ändra på vår miljö så att chanserna inte är så stora att vi hänger oss åt vår vana. En person som frestas att titta på pornografi på Internet kan till exempel installera filter på datorn, lämna dörren öppen när han eller hon

använder datorn, eller ställa datorn på ett ställe där många går förbi⁴. Denna person kan undvika att vara ensam i situationer då han eller hon frestas att hänga sig åt pornografi.

Tänk på berättelsen om kung David som ”vid den tid då kungarna brukade dra ut i fält ... stannade kvar i Jerusalem”. (2 Sam 11:1) Han skulle ha varit där armén var, men i stället ”gick [han] omkring på taket” och såg Bat-Seba bada. (Se 2 Sam 11:2.) Han gjorde sedan misstaget att ge efter för lustans frestelse. På samma sätt bör de som kämpar med pornografi undvika alla situationer som kan leda till att de börjar kompromissa.

Överge beteendet

Människor som kämpar med en vana att titta på pornografi behöver förstå en aspekt av synden som sällan nämns:

En inriktning på positiva mål som är oförenliga med att titta på pornografi har visat sig vara ett effektivt redskap för dem som strävar efter att övervinna en vana att se på pornografi.

Synd och lust ger tillfällig njutning. Om de inte gjorde det skulle de knappast ha någon makt att locka oss. President Hinckley sade att de som tittar på pornografi kan finna det upphetsande. ”Men”, sade han, ”det förgör er”⁵.

Förgörelsens process kan ta månader eller kanske år, men den inträffar alltid. Mormon begrundade sitt folks ondska och sade: ”Herren ... ville [icke] tillåta dem att alltid finna lycka i synd.”

(Mormon 2:13)

Att ha sådan tillit till Herren att man överger pornografin, kan vara ett av de viktigaste stegen på vägen mot omvändelse. Men det är det som omvändelse handlar om — en hjärtats och sinnets förändring och en villighet att överge ett beteende som strider mot Guds vilja. Ett sådant övergivande ersätter tillfällig njutning med varaktig tillfredsställelse i en sund, meningsfull äktenskapsrelation, med närhet till Gud och med självrespekten som kommer av att leva rättfärdigt.

Det finns hopp

Om du kämpar med en vana att titta på pornografi, så finns det hopp! Att överge den och bli fri från dess inverkan kräver beslutsamhet, styrka och uthållighet. En del av striden utkämpas genom att du ger dig i stället för att slåss, och tillåter din vilja att ”[uppgå] i Faderns vilja”. (Mosiah 15:7) Några strider utkämpas i själens tysta kammar, där bara du känner till dina små segrar längs vägen mot bättring⁶. Önskan att överge pornografi är en rättfärdig strävan, en som Herren stödjer, förutsatt att du gör din del. ■

Rory C Reid är medlem i Pilgrims Landings tredje församling, Jordan Rivers stav i Lehi, Utah.

SLUTNOTER

1. "Selections from Addresses of President Gordon B. Hinckley", *Ensign*, mar 2001, s 65.
2. Se Russell M Nelson, "Försoningen", *Nordstjärnan*, jan 1997, s 33.
3. Se *The Teachings of Spencer W. Kimball*, red Edward L Kimball (1982), s 252.
4. Se M Russell Ballard, "Låt våra röster höras", *Liabona*, nov 2003, s 16–19.
5. "En profets råd och förbön för ungdomar", *Liabona*, apr 2001, s 37.
6. Se Ezra Taft Benson, "I hans fotspår", *Nordstjärnan*, feb 1989, s 3.

Mer om detta ämne: Se "Varning! Fara! Hur man undviker pornografins fälla", *Liabona*, okt 2002, s 12–17; Thomas S Monson, "Pornografi — den dödliga smittbäraren", *Liabona*, nov 2001, s 2–6.



STÄRK FAMILJEN

VÅR STRÄVAN MOT FULLKOMLIGHET

*Ett återkommande inslag som ger insikt i dina studier och användning av
"Familjen: Ett tillkännagivande för världen".*

"I föruttilvaron kände och dyrkade dessa söner och döttrar Gud som sin evige Fader och antog hans plan, enligt vilken hans barn kunde få en fysisk kropp och få jordiska erfarenheter för att utvecklas mot fullkomlighet och slutligen nå sin gudomliga bestämelse som arvtagare till evigt liv. Den gudomliga lycksalighetsplanen möjliggör att familjebanden fortsätter bortom graven."¹

Föruttilvaron är nyckeln

Om vi ska kunna förstå vårt syfte här på jorden och uppnå vår gudomliga potential,



måste vi förstå att vi levde som andebarn till vår himmelske Fader innan vi föddes. "När vi förstår läran om föruttilvaron", sade president Boyd K Packer, tillförordnad president för de tolv apostlarnas kворum, "förstår vi att vi är Guds barn, att vi levde hos honom som andar innan vi föddes till jorden. Vi förstår att detta liv är en prøvotid, att livet inte började när vi föddes, att det inte kommer att ta slut när vi dör. Då får livet en mening. Det får mening och ändamål oavsett de kaotiska förhållanden som människosläktet skapar åt sig självt."²

Välsignelsen av en fysisk kropp

I föruttolllvaron gladde vi oss åt möjligheten att komma till jorden, få en fysisk kropp och få jordiska erfarenheter. Vi visste att det var det enda sättet varigenom vi kunde bli lika vår fullkomlige Fader i himlen och till slut kunna njuta av det slags liv som han lever — evigt liv. President Joseph Fielding Smith (1876–1972) sade: "Inget bör hållas mer heligt och äras mer än förbundet genom vilket människoandarna, Guds avkomma i andlig form, får privilegiet att komma till denna värld i jordiska tabernakel ... Lucifer och hans änglar fick det hårdaste straff som någonsin givits. Att för evigt förnekas privilegiet att få jordiska kroppar är den största förbannelsen av alla. Dessa andar kan inte framåtskrida, de kan inte hoppas på uppståndelse och evigt liv! ... En ande kan inte fullkomnas utan en kropp av kött och ben. Denna kropp och dess ande får erfara odödligheten och frälsningens välsignelser genom uppståndelsen ... På inget annat sätt kan andarna bli som vår himmelske Fader än genom födelse till detta liv och uppståndelse."³

Leva av tro

Några av Guds barn behöver bara få en fysisk kropp innan de kallas tillbaka till hans närvaro, men resten av oss kommer till jorden av fler anledningar: för att lära oss att tro, utveckla kristuslika egenskaper i motgångar och för att prövas. President Marion G Romney (1897–1988), förste rådgivare i första presidentskapet, sade: "Vår tillvaro här på jorden är en nödvändig beståndsdel av vårt framåtskridande. För att uppnå fullkomlighet måste vi lämna vårt förjordiska hem och komma till jorden. När denna förändring skedde drogs en slöja för våra andliga ögon så att vårt minne av föruttolllvaron togs bort. I Edens lustgård begåvade Gud oss med moralisk handlingsfrihet och lämnade oss ensamma på sätt och vis här bland gott och ont för att prövas — för att se om vi, genom att vandra i tro, skulle kunna uppnå vår högsta potential genom att göra 'allt vad Herren, [vår] Gud, befäller [oss]'". (Abraham 3:25)⁴



Beseglingen av generationer är inget som händer automatiskt. Vi har ansvaret att söka efter våra förfäder och som ställföreträdare använda beseglingsmakten för dem i Herrens hus.

Eviga familjerelationer

När vi talar om att uppnå vår eviga potential, är det vår evige Fader vi tänker på som vårt ideal. De som ärver evigt liv intar denna höga och heliga ställning som gifta par, beseglade genom prästadörets kraft, och får glädja sig åt en relation som räcker bortom graven. "Samma sällskaplighet, som finnes ibland oss här, skall finnas ibland oss där", sade profeten Joseph Smith, "men bliver där förenad med evig härlighet, vilken härlighet vi icke nu njuta." (L&F 130:2) Vi kommer säkert att glädja oss åt ett evigt umgänge med nära vänner, men den samvaro som kommer att betyda mest för oss är de familjerelationer som har beseglats för evigt i Herrens hus genom prästadörets förordningar.

En sådan besegling sker inte automatiskt. Vi har ansvaret att söka efter våra

förfäder och som ställföreträdare använda beseglingssmakten för dem i Herrens hus. President Brigham Young (1801–1877) sade: "Vi [är] kallade att återlösa jordens folk. Våra förfäder kan inte fullkomnas utan oss, och vi kan inte fullkomnas utan dem. Det måste finnas denna kedja i det heliga prästadömet. Den måste sammanlänkas från den senaste generationen som lever på jorden tillbaka till fader Adam, för att återföra alla som kan frälsas och placeras där de kan få frälsning och en härlighet i något rike."⁵

Det är en stor välsignelse att leva i den här tidshushållningen. Vi har blivit undervisade om vår föruttolllvaro och våra valmöjligheter där, vi förstår vårt syfte under jordelivet, vi har de nödvändiga prästadöms- och tempelförordningarna för att besegla familjer för evigt och vi har resurserna till att föra detta stora verk framåt. Som profeten Joseph Smith sade: "Skola vi icke fortsätta i denna stora sak!" (L&F 128:22) ■

SLUTNOTER

1. "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", *Liabona*, okt 2004, s 49.
2. "Livets gåta", *Nordstjärnan*, apr 1984, s 29.
3. Conference Report, okt 1965, s 27–28.
4. "Bön är nyckeln", *Nordstjärnan*, aug 1976, s 2.
5. *Kyrkans presidenters lärdomar: Brigham Young*, s 310.

Borde vi bestiga berget?

Michael T Richie

För några år sedan planerade jag och några vänner från institutet en tvådagarsvandring. Vi var erfarna campare, helt bekanta med områdena vi skulle vandra i och väl utrustade för de flesta situationer. Men vi lärde oss snart att utan den Helige Andens vägledning så skulle vår utrustning och kunskap vara nästan värdelösa.

Några dagar före vandringen var himlen molnfri och temperaturen behaglig. Vårt mål var Mount Chocorua i White Mountains-bergs-kedjan i New Hampshire i USA. Det är visserligen sant att bergen i den här regionen inte kan skryta med sådana höjder som i andra delar av världen, men höjdskillnaden från fot till topp är

När alla hade kommit till samlingsplatsen berättade jag om min oro. Till min lättnad kände två andra likadant.

ofta ganska stor och New England är känt för sitt oberäkneliga väder.

Dagen före vandringen började det regna. I normala fall skulle det inte bekymra mig. Det regnade ofta när vi var ute och vandrade. Men den här gången kände jag en ökande oro. Jag tittade på väderleksrapporten. Lätta skurar, inget mer. Ändå kände jag mig mer och mer obehaglig till mods under kvällen. Känslan blev allt starkare medan jag förberedde mig

för sängen, läste skrifterna och bad.

Till slut gick jag bort till min rygsäck och tog fram min karta över White Mountain National Forest. När jag såg Mount Chocorua på kartan kände jag mig dubbelt så orolig. Känslan var så stark att jag funderade på att ställa in vandringen, men det kän-

des inte rätt heller. Jag såg ett annat berg som vi ville bestiga och kände mig genast bättre till mods. Efter en bön kändes det bra att åka dit i stället. Det enda som bekymrade mig var att jag kanske skulle göra min vän Glenn besviken, han hade lagt ner så mycket arbete på att planera vandringen.

Nästa morgon regnade det fortfarande lätt. När alla hade kommit till samlingsplatsen berättade jag för mina vänner om min oro och om mina böner och känslor. Till min lättnad hade två andra känt likadant och Glenn bytte mer än gärna berg. Sedan höll vi en bön och bad Herren att vaka över oss på vår vandring och



hjälpa oss att fatta rätta beslut. Alla tyckte att det kändes bra med de nya planerna och så åkte vi iväg.

Trots att regnet fortsatte fortgick åkturen och klättringen utan problem. Efter middagen slutade det regna. Molnen skingrade sig och uppenbarade en vacker solnedgång. Vi kände oss upplyfta och gick till sängs.

Vid midnatt vaknade vi av ett kraftigt åskväder som varade nästan hela natten. Även om det regnade och blåste hårt och blixtrade mycket där vi var, så kände vi oss inte rädda. Det blixtrade mycket mer längre österut och vad jag kunde se slog blixten ner på ett visst område nästan varje sekund, och så fortsatte det i minst en timme. Jag var glad att jag inte var där och somnade igen. Resten av vandringen var blöt men säker och vi hade mycket trevligt.

Några dagar senare var jag på en institutmiddag utomhus. Alla som hade varit med på vandringen var där. Glenn såg konstig ut när han kom. Han visade oss en del av en resehandbok om White Mountains. Det stod att trots att Mount Chocorua inte är lika högt som närliggande berg, är det ett farligt berg eftersom dess kala topp och position gör berget till ett av bergen i Nordamerika som träffas oftast av blixten. Vi fick också bekräftat att området som vi såg bombarderas av blixtar faktiskt var Chocorua-området.

Vi var så tacksamma att vi hade blivit varnade av den Helige Anden att inte åka dit just då. ■

Michael T Richie är medlem i Scituate församling, Providence stav, Rhode Island, USA.

Jazmín och sabbatsdagen

Marcela Colaberardino de Mitillo

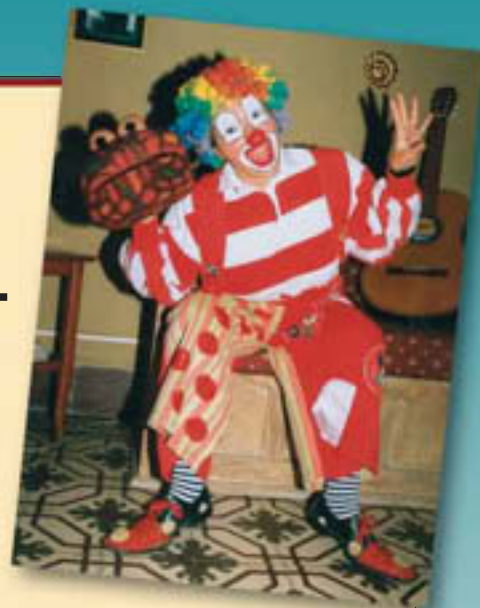
När min makes lön plötsligt minskade med 30 procent för flera år sedan, började jag fundera över hur jag kunde hjälpa min familj att klara av våra utgifter.

Jag hade ofta organiserat födelsedagsfester för mina två barn och bland annat klätt ut mig till clown, hållit i lekar och uppträtt med dockteater. Mina släktingar hade frågat varför jag inte gjorde det till ett jobb och hjälpte andra med deras fester. Nu verkade det vara den perfekta tiden att följa deras råd.

Jag började sätta upp affischer i lokala affärer. En kort tid senare fick clownen Jazmín sitt första jobb.

Men det gick trögt i början. Under de sex första månaderna skulle de flesta av festerna som jag fått erbjuda om hållas på söndagar. Det verkade som alla behövde en clown på sabbaten! Jag hade lovat Herren att jag aldrig skulle arbeta på en söndag, men det var nedslående att behöva tacka nej till arbete när jag behövde det så mycket.

Vid ett tillfälle fick jag ett erbjudande från staden att hjälpa till med firandet av Barnens dag som skulle



hållas på en söndag. Jag skulle få bra betalt, men jag kunde inte bryta mitt löfte. En del av mina vänner sade att jag aldrig skulle få någon framgång om jag inte tog emot arbete på söndagen, men jag kunde inte göra Herren besviken. Vid sådana tillfällen försökte jag tänka på löftena som Herren ger dem som helgar sabbaten. (Se L&F 59:9–13.)

Med tiden började allt gå bättre. Nu, några år senare, har jag många jobb på lördagar och veckodagar. Jag har till och med lyckats övertala några av mina kunder att flytta sina fester från söndag till lördag.

I början undrade jag om jag skulle ha någon framgång när det verkade som om så många behandlade söndagen som vilken annan dag som helst. Men nu inser jag att när vi visar Herren att vi är villiga att hålla hans bud och göra vår del, så kommer han att bereda en väg åt oss att göra det. ■

Marcela Colaberardino de Mitillo är medlem i Roque Sáenz Peña församling, Río Cuarto stav, Argentina.

Ett "slumpartat" möte

Anonym

Det var en gråmulen, regnig dag — mycket ovanligt för södra Kalifornien. Min make och jag hade just varit på en fullsatt begåvnings-session som en del av vår stavs tempeldag. Min make trotsade hällregnet och hämtade bilen medan jag väntade inne i templet.

Medan jag småpratade med en medlem i min församling kom en syster som jag

inte kände fram till oss. Hon var genomvåt och det såg ut som om hon hade gråtit. Hon förklarade att hon hade råkat lämna billyktorna på och att hon nu inte kunde starta bilen. Hon kände igen oss från tempelsessionen — hon var den enda besökaren i den sessionen som inte var från vår stav — och undrade om vi hade några startkablar som hon kunde få låna.

Medan vi talade tittade hon alltmer uppmärksamt på mig och till slut sade hon: "Heter inte du Cathy West?" (Namnet har ändrats.)

Överraskad utropade jag: "Det är mitt flicknamn!"

"Jag heter Diane Cody Hart", svarade hon, "Anne Codys lillasyster."

Anne Cody — namnet var som ett blixtnedslag. Jag hade inte sett Anne på många år. Tre årtionden tidigare och tusentals mil bort hade Anne varit min barndomsvän — och min länk till kyrkan. Min mor och mina systrar och jag var medlemmar i kyrkan, men inte min far. Ingen i min familj var aktiv. Anne tog lugnt

Innan Diane åkte iväg kramade vi om varandra i det silande regnet. "Jag känner mig inte ensam längre", viskade hon.



och konsekvent med mig till kyrkan och Unga kvinnor och kyrkans aktiviteter. Under de där viktiga åren förblev jag aktiv mer tack vare Annes vänskap än på grund av mitt eget vittnesbörd.

Den tunna länken till kyrkan hjälpte mig igenom mina föräldrars skilsmässa. Den inspirerade mig att råda min förtvivlade far att börja gå till kyrkan och lyssna på missionärslektionerna. Den stärktes när min far blev medlem i kyrkan och mina föräldrar gifte om sig. Den var min vägledare under de stormiga tonåren.

Hela tiden var Anne min vän och mitt föredöme. När hon bestämde sig för att gå på Brigham Young-universitetet så ville inte jag bli ensam kvar så jag ansökte också dit. Under den tiden blev mitt vittnesbörd starkare tack vare goda vänner och att jag deltog helt och fullt i kyrkans program.

Under mitt andra år på skolan drabbades min familj av en oväntad tragedi. Min äldsta syster som hade haft känslomässiga problem i många år tog sitt liv. Vårt nyfunna vittnesbörd tröstade oss under den svåra tiden.

Senare träffade jag en återvänd missionär och började planera en tempelvigsel. Dagen före min bröllopsdag fick mina föräldrar sin begåvning, och vi — inklusive min döda syster, med hjälp av en ställföreträdare — beseglades som familj. Annes stilla inflytande hade fört templets välsignelser inte bara till mig, utan också till min familj.

Jag kramade om Diane och uttryckte min uppskattning för

hennes systers vänskap och exempel. När min make kom med bilen sade han att vi inte hade några startkablar men insisterade på att Diane skulle följa med oss till köpcentret i närheten och köpa några.

Diane och jag väntade i bilen medan min make gick in för att leta efter startkablar. Jag frågade Diane om hennes familj, och hon svarade att de allihop hade varit på en tempelsession samtidigt den kvällen — Anne i Chicago, Diane i San Diego och hennes föräldrar i Reno — då heliga tempelförrättningar utfördes för hennes yngre bror som hade dött året innan. Diane hade kommit till templet ensam för att vara med på denna speciella session medan hennes make tog hand om deras tre barn.

Jag kramade Dianas hand och frågade hur hennes bror hade dött. Hon började gråta och viskade att hennes bror — som hon hade stått mycket nära — hade tagit sitt liv. Genom tårarna berättade Diane hur ensam hon hade känt sig, trots att sessionsrummet var fullsatt, när hon tänkte på omständigheterna kring hennes brors död.

Jag kunde se hur Herren hade fört oss två samman den kvällen. Till ljudet av det stilla regnet som smattrade på biltaket berättade jag för henne om min systers självmord många år tidigare och hur min familj kämpade för att förstå och klara av det. Jag höll henne i handen och uttryckte min förståelse och medkänsla tills min make en stund senare kom med startkablarna.

Vi åkte tillbaka till templet och min make startade Dianas bil. Innan hon åkte iväg kramade Diane och jag om varandra i det silande regnet. "Jag känner mig inte ensam längre", viskade hon.

När Diane försvann i regnet förundrade jag mig över min himmelske Faders godhet. Han hade fört mig samman med en av hans döttrar som behövde den tröst som jag var särskilt förberedd att ge. Och han hade gett mig ett ovärderligt tillfälle att återgälda en liten del av det speciella tjänande som en kär vän hade gjort för mig 30 år tidigare. ■

Han tjänade mig innan han träffade mig

José Salvador Yanez López

Jag döptes i Comayagua i Honduras i februari 1992. När jag hade slutfört en mission i El Salvador flyttade jag till San Pedro Sula i Honduras. Där träffade jag Brenda, en vacker ung kvinna som bara hade varit hemma från sin mission i nio dagar. Några månader senare gifte vi oss i templet i Guatemala City i Guatemala.

Vi bosatte oss i Fesitranhs församling i Honduras och det dröjde inte länge förrän jag kallades som förste rådgivare i biskopsrådet. I ett möte för prästadömetts verkställande kommitté



informerade biskopen oss om att en av våra församlingsmedlemmar, broder Fidel Durón, skulle flytta till en annan församling i staven. Han sade att broder Durón var mycket tjänstvilig och att säkert nästan alla församlingsmedlemmarna hade något att tacka honom för.

Broder Durón hjälpte alla som var i behov av hjälp, vare sig det gällde något elektriskt problem, byggarbete, ett trasigt rör eller en tidig skjuts till sjukhuset. Hans tjänande var inte begränsat till kyrkans medlemmar utan han hjälpte också grannar och bekanta. Han var älskad och respekterad av alla. Biskopen gav oss i uppdrag att ta reda på vilka medlemmar som hade något att tacka broder Durón för. Ett möte planerades för att hedra honom för det osjälviska tjänande som han hade utfört under en så lång tid.

Jag sade till mig själv: "Jag har inget att tacka broder Durón för." Jag

hade bara bött i församlingen en kort tid och hade talat med honom vid ett par tillfällen. Han verkade vara en trevlig person, men jag trodde inte att jag hade fått ta emot någon hjälp från honom.

En tid senare kallades jag som medlem av högrådet och blev tilldelad López Arellano församling, församlingen som broder Durón nu tillhörde. En söndag var jag med på söndagsskolan i den församlingen och läraren bad klassdeltagarna att berätta om en personlig upplevelse som hade med tjänande att göra.

Jag råkade sitta till vänster om en syster som hette Adela Rosa de Santos. Hon började berätta hur mannen till höger om henne, broder Durón, hade varit hennes hemlärare när hon och hennes familj var nya medlemmar i kyrkan. Hon berättade

hur hans vänliga tjänande hade styrkt och uppmuntrat dem när de behövde det och hur han hade välsignat dem. Till sist sade hon: "Om det inte hade varit för dig, broder Durón, så skulle jag inte ha varit här."

Jag kunde knappt tro mina öron. Syster Adelas dotter, Suyapa, var den missionär som hade knackat på min

dörr fem år tidigare, och nu var jag medlem i kyrkan och mitt liv var fyllt av de allra rikaste välsignelser. Jag hade fått möjlighet att verka som missionär, ta emot mina tempelförordningar och välsignats med det underbara hoppet om en evig familj.

I det ögonblicket insåg jag att en man som var trogen sitt beslut att tjäna andra, 20 år tidigare ovetande hade arbetat för min

själs välfärd. Jag fylldes av en obeskriverlig glädje och av kärlek till min broder, Fidel Durón. Jag hade en gång trott att jag inte hade något att tacka broder Durón för. Nu såg jag mig själv som den första på listan som biskopen hade bett oss göra.

Det där mötet för broder Durón hölls aldrig, för han kom tillbaka till Fesitranhs församling för en tid. Vi åtnjuter nu en härlig vänskap. Jag har så många anledningar att vara tacksam mot Jesus Kristus för allt han har gjort för mig och även mot broder Durón för den kärlek han visade mig 20 år innan han träffade mig. ■

José Salvador Yanez López är medlem i Fesitranhs församling, Fesitranhs stav, Honduras.

Syster Adela berättade hur hennes hemlärares vänliga tjänande hade välsignat dem. "Om det inte hade varit för broder Durón, så skulle jag inte ha varit här", sade hon.

LÅT DIG INTE BLI LURAD



OAVSETT HUR DEN ÄR FÖRKLÄDD, ÄR SYND ÄNDÅ
SYND. HÅLL DIG BORTA FRÅN DEN.
(SE L&F 50:3; MOSES 4:4.)



Uppenbarelsens ande

ÄLDSTE M GONZALO SEPÚLVEDA

områdesauktoritetssjuttio
området Chile



Om vi mediterar över en situation som oroar oss, ivrigt ber Gud om hjälp och strävar efter att hålla hans bud så kommer uppenbarelser att flöda in i vårt sinne.

För många år sedan fick jag en personlig uppenbarelse som skulle förändra mitt liv för alltid. Jag hade nyligen utexaminerats från högskolan och arbetade för ett bra företag. Allt verkade gå bra för mig, men jag hade ändå en känsla av att något fattades. Och jag hade många frågor som jag inte kunde få svar på. Jag trodde aldrig att en inbjudan från min vän Imable att "träffa mormonerna" skulle leda till att jag fick svar på mina frågor — eller att det skulle ge oanade följder i mitt liv.

När Imable och jag kom till mötet den där söndagen i augusti 1974 kom kyrkans medlemmar — särskilt ungdomarna — fram och hälsade entusiastiskt på oss, som om vi var gamla vänner. Vi lyssnade på en talare som hade en stark tro på det han sade. När han var klar blev jag överraskad över den varma känslan inombords.

Två dagar senare var jag hemma hos en av medlemmarna och lyssnade när missionärerna undervisade om evangeliet. Tråkigt nog tillät inte min familj att missionärerna kom hem till oss på grund av starka religiösa traditioner och för att de var rädda. Jag kunde förstå deras känslor, men jag behövde veta om det var sant, oavsett vad följderna

blev. Därför utforskade jag det i mitt sinne (se L&F 9:8) och bad Gud om visdom och kunskap.

En dag när missionärerna berättade om den första synen, vittnade den Helige Anden starkt för mig att profeten Joseph Smith verkligen hade sett Fadern och Sonen. Jag sade till äldste Dennis Lamb: "Det är sant! Jag vet att det är sant!"

Den kvällen följde jag missionärernas råd att utgjuta mitt hjärta för Gud och fråga honom om också Mormons bok var sann. Återigen erfor jag samma frid och glädje som jag känt tidigare. Jag var tacksam för det nya liv som Herren erbjöd mig genom missionärerna. Mitt sinne och hjärta upplystes "av sanningens ande" (L&F 6:15), och jag fylldes av en ljuvlig vetskap om att det fanns en gudomlig Fader som älskar oss och hjälper oss genom sina tjänare.

Välsignelserna började snart komma. Två månader efter mitt dop döpte jag min yngsta syster och bror. Och ett år senare verkade jag som heltidsmissionär i södra Chile. Min mor döptes medan jag var på missionsfältet och jag fick döpa min far när jag hade kommit hem. Mina två systrar och min bror verkade också med heder som

missionärer. Flera månader efter min mission träffade jag min ljuvliga hustru Adriana och vi beseglades i templet. Vi välsignades med tre barn som föddes inom förbundet. Allt detta för att jag lyssnade till de stilla maningar som vittnade för mig om profeten Joseph Smith och den återställda kyrkan. Vad jag är tacksam för gåvan att få personlig uppenbarelse!

Behovet av vishet

Profeten Joel förutsåg de sista dagarna för omkring 3 000 år sedan och talade om

Jag hade nyligen utexaminerats från högskolan och arbetade för ett bra företag. Men jag hade ändå en känsla av att något fattades.

uppenbarelse. Herren sade genom honom att efter en andlig torka skulle en tid komma när "jag skall utgjuta min Ande över allt kött. Era söner och era döttrar skall profetera, era gamla män skall ha drömmar, era unga män skall se syner." (Joel 2:28) Samma skriftställe citerades av aposteln Petrus på pingstdagen, när omkring 3 000 själar döptes. (Se Apg 2:17, 41.) Och det förkunnades åter av ängeln Moroni när han besökte profeten Joseph Smith. (Se JS skrifter 2:41.)

I vår värld idag ser vi rädsla och förvirring, våld och korruption. Dessa känslor och handlingar orsakas till en del av att människor inte litar på Herrens kraft och av att de inte söker vishet genom personlig uppenbarelse.

Vishet var Kung Salomos enda önskan: "Ge mig nu vishet och förstånd till att vara detta folks ledare och anförare, för vem kan annars vara domare för detta ditt stora folk?" (2 Krön 1:10)

Vishet är något som generöst erbjuds oss, som det står i Jakobs brev 1:5: "Om någon av er brister i visdom skall han be till Gud, som ger åt alla villigt och utan förebråelser, och han skall få den."

Profeten Joseph Smith sökte vishet genom uppenbarelse och som en följd därav förde han fram grundläggande kunskap för mänskligheten i ljuset.

Söka vishet genom personlig uppenbarelse

Vi kan söka vishet för vårt eget liv genom personlig uppenbarelse. Oftast kommer den som stilla maningar och intryck. Om vi mediterar över en situation som oroar oss, ivrigt ber Gud om hjälp och strävar efter att hålla hans bud så kommer uppenbarelsen att flöda in i vårt sinne och vi blir ett ljus för vår omgivning.

Jag vittnar om att om vi följer vår Herre Jesus Kristus och hans lärdomar med tro och ångerfulla hjärtan så leder han oss med "uppenbarelsens ande" (L&F 8:3) — också i tider av rädsla och tvivel — och vi blir välsignade. ■

LÄRARNAS KVORUM

Den andra i en serie artiklar om prästadömetts kvorum och deras syften. Här delger medlemmarna av presiderande biskopsrådet några tankar om lärarnas kvorum.

Hur kan kvorumet hjälpa varje individ att bli andligt stark, särskilt under de kritiska åren i lärarnas kvorum?

Bishop H David Burton (ovan, i mitten), presiderande biskop: Våra ungdomar behöver få möjlighet att känna Anden under kyrkans möten. Tänk på hur mycket det kan betyda för en ung man att knäböja tillsammans med sina kamrater runt ett bord i klassrummet, eller var det än må vara, i ödmjuk bön. Denna vana kan göra stor skillnad i de unga människors liv.

Tänk på hur mycket det kan betyda för en ung man att knäböja tillsammans med sina kamrater, i ödmjuk bön för en annan kvorummedlem.



Richard C Edgley (längst till vänster), förste rådgivare i presiderande biskopsrådet: Tänk vad det kan betyda när de knäböjer i bön för en annan kvorummedlem som är sjuk eller har gått vilse eller

har problem. De börjar utveckla det broderskap som dessa pojkar bör känna. I dessa unga mäns ålder är det oftast vännerna som har störst inflytande på deras liv. Vi skulle vilja att de hade vänner i kvorumet som de kan få andliga upplevelser tillsammans med, som de kan ge stöd och få stöd från och som de kan utveckla ett riktigt broderskap med.

Biskop Burton: Det är en sak att be en rådgivare i kvorumet ringa och fråga om kvorummedlemmarnas välfärd. Det är något helt annat när kvorumpresidenten besöker dem eller ringer.

Vilka var några av era första uppdrag (se L&F 20:53–55) som lärare i aronska prästadömet?

Biskop Keith B McMullin (ovan, till höger), andre rådgivare i presiderande biskopsrådet: Jag minns att mina första hemlärarbesök gjordes med en broder från Skandinavien som talade engelska med stark brytning. Han ringde mig och jag hade svårt att förstå vad han sade. Han bjöd hem mig till sig. Han var äldre, en mycket fin medlem och min seniorkamrat. Han bad mig komma in och sade med sin starka brytning: "Jag tycker att vi ska hålla en bön." Vi knäböjde och höll en bön. Vid den tiden var familjeböner något som bara hölls vid speciella



tillfällen i mitt hem — det hände inte varje dag. Men min hemlärarkamrat visade att bönen kunde vara så mycket mer. Jag tänkte för mig själv: "Hemundervisning är verkligen viktigt, och bönen är en viktig del av hemundervisningen." Och naturligtvis lärde jag mig vilken härlig och dyrbar upplevelse det är.

Biskop Burton: Jag minns hur rädd jag var när jag skulle gå ut på hemlärarbesök första gången. Min kamrat var en mindre aktiv bärare av melkisedekska prästadömet, men han var en trofast hemlärare. När vi kom hem till medlemmarna var den tuffa, stora och något råbarkade mannen så mild och ödmjuk som man kan bli och han insisterade alltid på att vi skulle knäböja i bön med familjerna. Han var en fantastisk människa som lärde mig — en ung lärare — hur en hemlärare bör vara.

Ni har talat om den viktiga roll som ungdomarna har i kvorumledarskapet. Hur är det med de vuxna ledarnas roll i ett kvorum?

Biskop Edgley: Man måste ta med biskopsrådet. Det är där det börjar. Jag tycker om rådet som president Thomas S Monson, förste rådgivare i första presidentskapet har

Med hjälp av en hängiven kamrat kan en lärare lära sig att hemundervisning är viktigt och bönen är en viktig del av hemundervisningen.



En ung mans kurs blir ofta rättfärdig och sann om han har en familj som samlas regelbundet för att be tillsammans i hemmet.

gett. Han sade att man talar med rådgivaren som har ansvar för diakonerna och säger till rådgivaren att se till att varje diakon blir en lärare. Man talar med rådgivaren som har ansvar för lärarna och säger till rådgivaren att se till att varje diakon blir en präst. Som biskop säger man: "Jag tar prästerna. Jag ser till att var och en av dem får melkisedekska prästadömet." Det kan göras. Det har gjorts tidigare.

Vilka är några av de största utmaningarna lärarna står inför i dag och hur kan vi hjälpa dem att vara ståndaktiga?

Biskop Edgley: En pojke i den åldern vill vara oberoende. Han testar sina föräldrar och försöker göra sig fri. Det är en av anledningarna till att lärarnas kvorum måste se till att hans frihet håller sig inom rätt vänskapskrets och rätt miljö.

Biskop McMullin: En ung man är mycket mottaglig för undervisning när han är mellan 12 och 15 år. Ungdomar i den åldern undrar mycket över patriarkaliska välsignelser. De undrar mycket över Mormons bok. Det är en viktig period.

Biskop Burton: Om seglen är satta blir kursen rätt. Om familjen har som tradition att ha hemafton, om de så bara studerar evangeliet ytligt tillsammans, och om de samlas regelbundet för att be tillsammans i hemmet, så är det en stor fördel. Föräldrar bör göra allt de kan för att åstadkomma dessa tre saker. Det är den bästa försäkringen de kan ge sina barn. ■



EN LÄRARE I PRÄSTADÖMET

PAMELA REID

När Darron Moller och hans familj flyttade till East Coast Bays församling i Harbours stav i Auckland i Nya Zeeland, fick Darron Scott Cobbett, en lärare i aronska prästadömet, som hemlärarkamrat.

"Jag visste inte vem Scott Cobbett var, och när jag frågade efter honom så fick jag höra att jag skulle leta efter någon som var längre än jag. Jag såg honom snart", minns Darron.

Scott, 15, är rådgivare i lärarnas kvorumpresidentskap, och liksom Nephi, en av hans hjältar i Mormons bok, är Scott stor till växten. Han delar också Nephis beslutsamhet att följa Herrens bud.

"I skolan lyssnar jag på andra i min klass som gratulerar varandra för att de gjort dumma saker, och jag tänker bara att jag är så glad att jag inte gör sånt", säger Scott. "Ända sedan jag var liten har jag vetat att det är fel att göra sånt, och när man känner till följderna så blir det lättare att inte göra det som är fel."

Som medlem i lärarnas kvorum, som har ansvaret att förbereda sakramentet, råkade Scott ut för något pinsamt en söndag: det fanns inte tillräckligt med sakramentsmuggar till den stora församlingen.

"Jag kände mig illa till mods. Det kändes som om vi inte hade gjort vår plikt",



säger Scott. "Vi beslutade oss för att lärarna behövde vara bättre organiserade, och nu träffas vårt kvorumpresidentskap en timme före sakramentsmötet och har ett möte för att se till att allt är i ordning för sakramentet och för att förbereda för kommande veckor. Jag tycker om ordningen i kyrkan. När det är ordning så behöver man inte oroa sig."

Darron har upptäckt att Scott som hemlärarkamrat har gett hans kallelse en ny dimension. "Jag bestämde mig för att besöka alla familjer varje månad, och Scott har definitivt gjort det

möjligt. Han ringer för att höra om jag har bestämt tider med familjerna. Och när han gav budskapet första gången så bad han mig att komma tidigt så att jag kunde höra vad han hade förberett. Till och med de små barnen lyssnade på honom."

Och vad tycker Scott om att vara hemlärare? "Jag tycker om att gå ut som hemlärare med broder Moller. Om det var två lärare som gick ut tillsammans så skulle vi inte veta lika mycket. Men eftersom jag har en kamrat som är äldre än jag så får jag höra olika synpunkter från olika åldersgrupper. Ibland är det lite skrämmande att ge ett budskap till bara ett fåtal personer. Man vet inte hur de ska ta emot det. Men det känns bra när de lyssnar." ■

Pamela Reid är medlem i Birkenheads församling, Harbours stav, Auckland, Nya Zeeland.



Visste du det här?

VEM ÄR JAG?

Hjältar i Mormons bok

Läs om mitt liv för att lista ut vem jag är. Lär dig mer om mig från skriftställena nedan.

1. Jag är en ättling till Lehi.
2. När jag var 11 år begav jag mig med min far till en rikt befolkad stad söderut.
3. När jag var tonåring förekom det hemska krig och våld.
4. När jag var 15 besökte Herren mig.
5. Jag är en av Jesu Kristi lärjungar.
6. Som tonåring var jag ovanligt "stor till växten" för min ålder.
7. Från det att jag var 16 ledde jag mitt folk i många strider och hade en del framgång som befälhavare.
8. När jag blev äldre predikade jag evangeliet för mitt folk nephiterna mellan krigen med lamaniterna, men jag hade inte mycket framgång.

9. Efter många år avgick jag som befälhavare för mitt folks militärtrupper.

10. Jag sammanställde en bok som täckte nästan 1 000 år av mitt folks historia.

11. Många år efter det att jag avgått erbjöd jag mig att åter leda mitt folks arméer.

12. När min son och jag var åtskilda skrev jag brev till honom.

13. Jag skrev en skarp varning åt folket i de sista dagarna.

14. Min bön till Gud var att mina bröder skulle få lära känna Jesus Kristus.

15. Jag dödades i ett krig mot lamaniterna.

För svaren, se Mormons ord 1:8; 3 Nephi 5:13, 20; 29-30; Mormon 1:6, 8-12, 15-16; 2; 3; 5:1; 8:3; Moroni 8-9.



Förslag till ledare: Sätt upp mål

När du sätter upp dina mål, tänk då på vad du kan göra för att bli en bättre ledare i kyrkan, skolan eller i samhället. Du kan utveckla din talarförmåga, bli mer organiserad och ha bättre kontroll över dina aktiviteter, eller sträva efter att bli mer rättfärdig så att du kan vara ett bättre exempel.

Skriv ner dina mål där du kan se dem ofta, och se till att göra något minst en gång i veckan för att komma närmare målen.

Unga vuxna på Brittiska öarna

Unga vuxna på Brittiska öarna "står mer rakryggade" efter sin största Unga vuxna-konferens någonsin som hölls i Manchester. Över 540 ungdomar från England, Irland, Skottland, Wales och andra platser samlades för en underbar helg tillsammans.

Ungdomarna hjälpte till att ge andra hopp genom ett projekt för att ge humanitär hjälp. De sorterade och pakerade donerade kläder och målade 250 svarta tavlor till

skolpaket. Gruppen städade också en park i Wythenshawe.

Men konferensen handlade inte bara om arbete. Ungdomarna hade en dans, deltog i en pjäs och lyssnade till talare, bland annat äldste W Craig Zwick i de sjuttios kvorum, förste rådgivare i presidentskapet för området Europa Väst, som gav några förslag på hur man kan stå mer rakryggad. "Här är nyckeln", sade han. "Tag på er hela Guds vapenrustning." (Se Ef 6:11-17.)



Liabona främjar förståelse

Jag är ordförande för en liten förening i Italien som arbetar för att främja förståelse mellan de olika religionssamfundet i vårt land. Vi har vid ett flertal tillfällen samarbetat med sista dagars heliga och det har varit mycket positivt.

Tack vare en av era medlemmar har jag i flera år fått *Liabona*. Jag tycker att det är viktigt att läsa den, inte bara för era medlemmar utan för alla som vill veta mer om er kyrka.

Jag har läst och delat med mig av ord från president Gordon B Hinckley, president Thomas S Monson och andra. En artikel som berörde mig djupt var "Vinbärsbusken", av äldste Hugh B Brown. (Se *Liabona*, mar 2002, s 22.)

Jag vill också uttrycka min stora uppskattning för James A Toronto för hans fina artikel "Muhammed ur sista dagars heligas perspektiv". (Se *Liabona*, jun 2002, s 30.) Enligt min åsikt visade denna artikel respekt för

de sanningar som framhålls av en annan trosuppfattning. Jag läste den med stort nöje.

Jag hoppas att Herren fortsätter att utgjuta sin kärlek över alla människor i dessa svåra tider.

*Pasquale Cardinale,
Rom, Italien*

Styrka för svåra tider

Jag vill uttrycka min uppskattning både till dem som producerar *Liabona* och till dem som återger personliga berättelser. Tidningen har varit en del av mitt liv sedan mina första månader som medlem i kyrkan. I dess sidor har jag funnit vägledning och styrka för svåra tider, och jag har blivit påmind om mina plikter (se Mosiah 1:17) när jag har läst de inspirerade budskapen från generalauktoriteter.

*Miltbon Ociel Escobar Pelicó,
Nuevo Palmars gren,
San Felipe stav, Guatemala*

Tacksam för Lilla stjärnan

Tack för en underbar tidning som har goda nyheter till såväl kyrkans medlemmar som medlemmar av andra trosåskådningar. Jag är särskilt tacksam för *Lilla stjärnan*. I varje nummer finns det utmärkta hjälpmedel i det viktiga arbetet att undervisa barnen om evangeliet, och vi använder den varje söndag i Primär.

*Olga Lozano de González,
Azteca församling,
Moderna stav, Monterrey, Mexico*

**Lyssna på profeten**

Budskapen i *Liabona* hjälper mig att förstå livets mening. Tidningen är min vägvisare. Den hjälper mig följa den raka och smala stigen som leder till evigt liv. (Se 2 Nephi 31:18.) Jag älskar att läsa råden som vår himmelske Fader har gett oss genom profeterna. Jag vet att president Gordon B Hinckley är en profet. Låt oss läsa *Liabona* och lyssna på hans råd.

*Andre Tshamola,
Luputa gren,
Kongomissionen Kinsbasa*

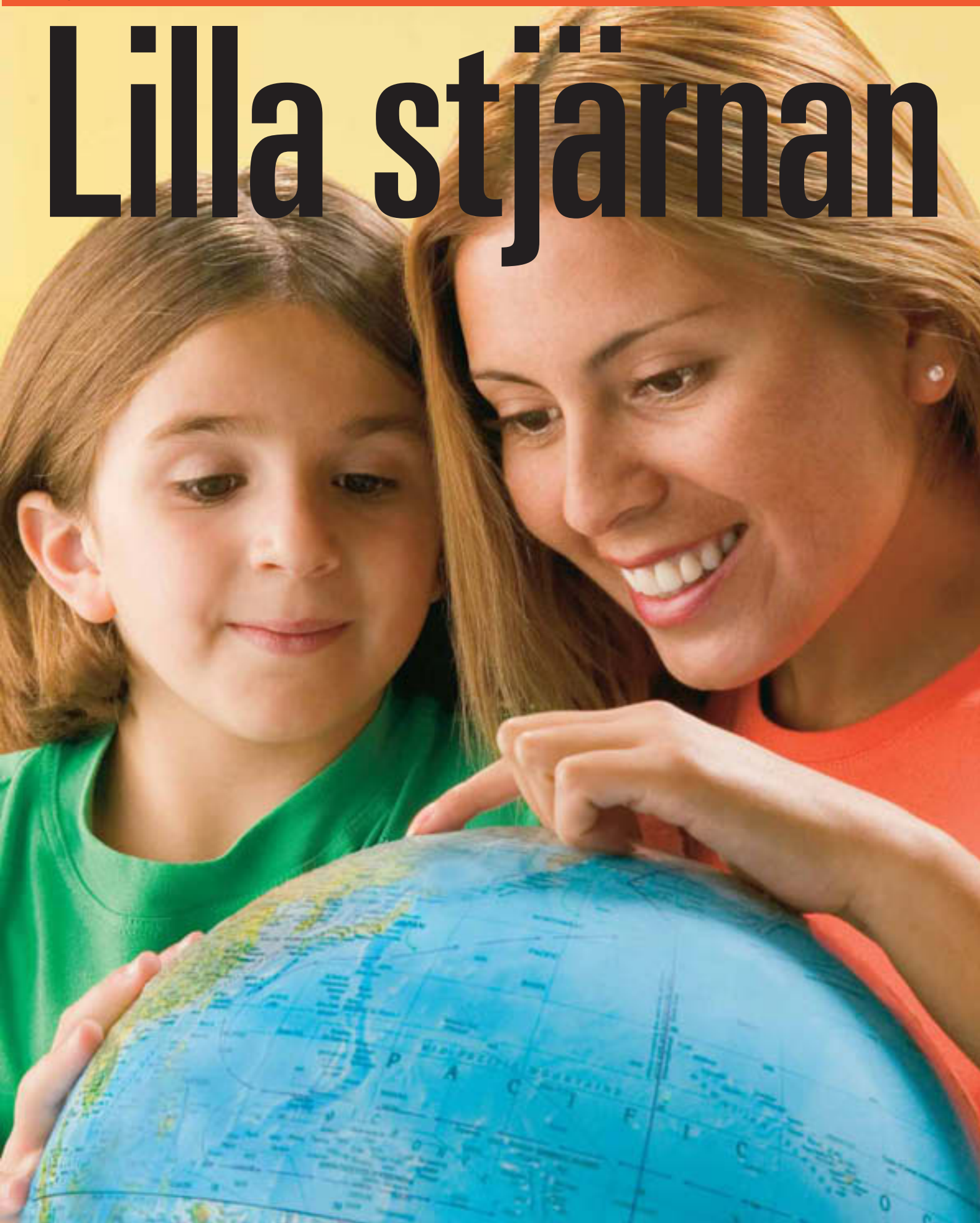
En andlig kompass

Jag fylldes med frid och lugn när jag läste president Thomas S Monsons budskap "Mästarens väg" i januarinumret 2003, för den berörde starkt en personlig upplevelse. Hans budskap stärkte min kunskap om vikten av levande profeter som hjälper oss att hålla rätt kurs. Herren hjälper oss mycket genom den andliga kompass som kallas *Liabona*.

*Jonathan Santacruz,
La Tabona församling,
Palo Verde stav,
Caracas, Venezuela*



Lilla stjärnan



Var inte rädd



När president Hinckley skulle gå ut som missionär gav hans far honom ett kort med fem ord på: "Var inte rädd, tro endast."

PRESIDENT GORDON B HINCKLEY

Jag är optimistisk beträffande Herrens verk. Jag inser naturligtvis att vi omges av många allvarliga problem i världen. Jag har varit i områden där striderna rasar och hatet ständigt brinner i människornas hjärtan. Jag har med stor oro bevittnat hur vårt samhälles moral upplöses. Ändå är jag optimistisk. Jag har en enkel, absolut tro på att det rätta kommer att segra och att sanningen kommer att råda.

När jag blev missionär för många år sedan, gav min far mig ett kort med fem ord på: "Var inte rädd, tro endast." (Mark 5:36)

Jag tror på att Jesu Kristi evangelium, och kyrkan, och Guds rike på jorden ska segra. Herren förkunnade att "detta evangelium om riket skall predikas i hela världen till ett vittnesbörd för alla folk, och sedan skall slutet komma". (Matt 24:14) Kan detta verkligen hända? Jag minns hur jag plötsligt insåg hur det skulle kunna ske.

I Sydamerika träffade jag en kvinna som just hade blivit medlem i kyrkan. Driven av

stor kärlek till det hon hade funnit hade hon entusiastiskt gått ut och berättat om det för andra. På bara sju månader efter dopet hade hon gett missionärerna 300 hänvisningar. Vid ett tillfälle hade 60 personer döpts in i kyrkan.

Ja, detta verk fordrar uppoffringar, ansträngningar, mod att öppna munnen och tro att försöka. Som Paulus skrev till Timoteus: "Den Ande som Gud har gett oss gör oss inte modlösa, utan är kraftens, kärlekens och självbehärskningens Ande.

Skäms alltså inte för vittnesbördet om vår Herre." (2 Tim 1:7-8)

Jag önskar att varje medlem i denna kyrka ville sätta upp dessa ord där han kan se dem varje morgon, då dagen börjar. De ger oss mod att öppna munnen och tro att pröva. De stärker vår övertygelse om Herren Jesus Kristus. Jag tror att fler underverk då skulle ske över hela jorden.

Jag vet att Gud lever, att Jesus är Kristus, att detta är deras heliga verk. ●

Från "Var inte rädd, tro bara", Liahona, maj 1996, s 2-6.



Lär känna president Boyd K Packer

För att lära dig mer om president Boyd K Packer, tillförordnad president för de tolv apostlarnas kvorum, kan du para ihop bilderna med bokstäver på med ledtrådarna nedan.

- ___ 1. President Packer föddes här som femte sonen och tionde barnet i sin familj.
- ___ 2. Om sin barndom sade han: "Jag trodde att vi var fattiga. Senare förstod jag att det inte var sant." Hans familj hade inte så mycket av det här, men de var rika på tro, vittnesbörd och kärlek inom familjen.
- ___ 3. Han visar sin kärlek till naturen genom att måla och snida djur, särskilt dessa flygande varelser.
- ___ 4. Han kunde inte gå ut som heltidsmissionär för andra världskriget bröt ut. I stället tjänade han sitt land genom att manövrera en sån här.
- ___ 5. Han och Donna Edith Smith gifte sig här den 27 juli 1947.

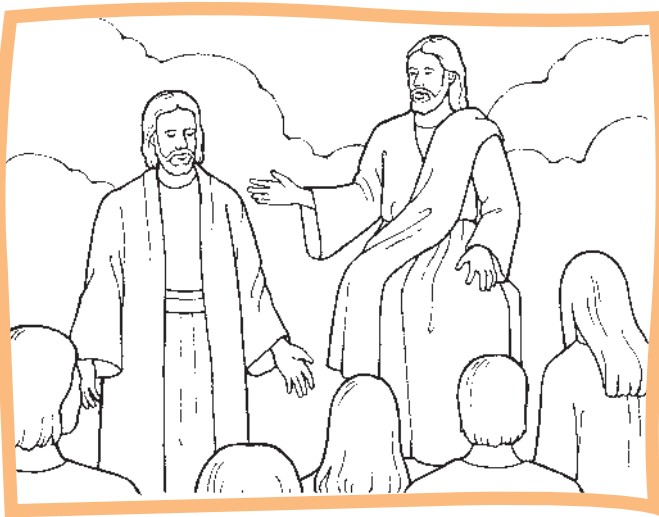
- ___ 6. Dessa starka djur, som skulpterats av hans son, symboliserar hans pionjärförfäders tro och hans egen familjs samarbete och att de tog på sig Frälsarens "ok". (Se Matt 11:29–30.)
- ___ 7. Han och hans hustru Donna har 10 barn. De ägde så'na här för att barnen skulle lära sig att arbeta.
- ___ 8. Han undervisade i seminariet med hjälp av sådana.
- ___ 9. En av hans vuxna söner säger att han ser den här tidigt på morgonen hemma hos sina föräldrar och vet då att hans pappa redan är vaken. President Packer tycker om att skriva och studera.
- ___ 10. Han har sagt att den har haft "större inverkan på [hans] liv än något annat".

Taget från "Äldste Boyd K Packer: Den store Lärarens lärjunge", Nordstjärnan, maj 1987, s 10–15.

Jag är min himmelske Faders barn

Instruktioner: Läs texten under varje bild. Färglägg sedan bilderna.

Du kan använda texterna och bilderna i en hemaftonslektion eller i ett tal i Primär.



1. Innan jag föddes bodde jag i himlen tillsammans med min himmelske Fader och Jesus Kristus.



2. En vacker värld skapades åt mig.



3. Min himmelske Fader bad några speciella människor att hjälpa mig och vägleda mig.



4. Jag kan tala med min himmelske Fader i bön, och han svarar mig.



FRÅN PRESIDENT DAVID O MCKAYS LIV

En välutbildad man



Här kommer David
med våra tidningar!

Som ung man tog David O McKay ett sommarjobb
och delade ut tidningar i ett gruvsamhälle. Han blev
vän med gruvarbetarna och de var alltid glada att se
honom.

God dag,
mina herrar.

Han reste fem timmar enkel väg för att leverera
tidningarna. David hade gott om tid till att läsa
böcker, lära sig citat utantill och få mer kunskap
från skrifterna. Han älskade att lära sig nya saker!
Ibland stannade han till för att be om att få ett
vittnesbörd.



Lycka till! Vi är så
stolta över er.

Några år senare packade han och hans bror och två
systrar en vagn full med grönsaker, konserverad frukt,
mjöl, kastruller och kläder och flyttade till Salt Lake
City för att gå på University of Utah.



Tack, mor.
Vi ska skriva ofta.

David tog sig tid att både studera och att ha roligt. Han gick med i universitetets första lag för amerikansk fotboll.

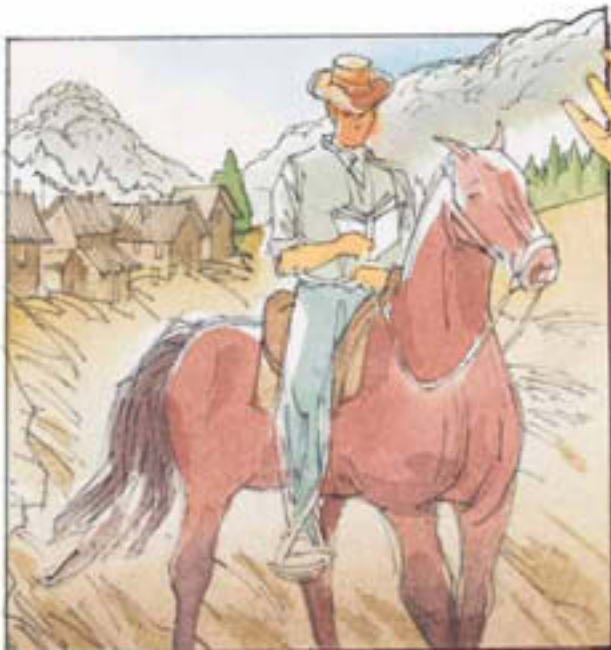
Han valdes till klasspresident.



Grattis, David!
Du har arbetat hårt.

Tack.

Och när han tog examen fick han en utmärkelse som eleven som fått högst betyg.



David slutade aldrig att lära sig mer. När han var president för kyrkan innehöll hans tal ibland citat som han hade lärt sig utantill för länge sedan när han red på sin häst.

Från Susan Arrington Madsen, The Lord Needed a Prophet (1990), s 140–141, 143; och Joy N Hulme, The Illustrated Story of President David O. McKay (1982), s 17, 24.

Du måste själv välja

"Den som äger det eviga livet är rik." (1&F 6:7)

SUSAN B MITCHELL

En sann berättelse tagen från historiska källor

Piscillas farföräldrar bodde i ett vackert hus i Liverpool i England. Priscilla var det fjärde av nio barn och hade många kusiner. Hennes farfar och farmor fick henne att känna att de tyckte bäst om henne i hela världen. Hon tyckte mycket om att vara hemma hos dem och de köpte alltid presenter till henne.

Men så en dag förändrades allt. Missionärer från Amerika undervisade hennes familj om evangeliet och hennes föräldrar döptes. Priscilla och hennes bröder och systrar ville också döpas. När farfar fick reda på det blev han arg.

Priscilla hade aldrig sett sin farfar arg förut. Hon blev rädd. Han skrek oförglömliga, hemska ord åt Priscillas pappa: "Hezekiah, ta din familj och bege dig härifrån. Kom aldrig tillbaka igen!"

När de kom hem samlades den chockade familjen runt öppna spisen. Pappa hade aldrig förr sett så ledsen ut. Mamma hade inte slutat gråta sedan de lämnade farföräldrarnas hus.

Priscilla var förvirrad och förtvivlad. "Varför tycker farfar och farmor inte om oss längre?" grät hon.

Pappa försökte förklara. "Farfar tycker inte om vår nya kyrka. Han vill inte veta av den, och han vill inte veta av oss om vi fortsätter att vara medlemmar." Pappa sträckte på sig. "Men jag vet att Jesus Kristus lever. Detta är hans

sanna kyrka. Han hjälper oss att hitta rätt, så länge vi gör allt vi kan för att bli lika honom."

Priscillas familj försökte vara glada, men allt verkade bli värre. Pappa förlorade sitt arbete som präst i den tidigare kyrkan, så det var ont om pengar, trots att han undervisade i skolan. Mamma lagade kläder i stället för att köpa nya. Priscilla försökte att inte klaga, men det verkade bli allt svårare för varje dag som gick. Hon längtade efter att hälsa på farmor och farfar. Om hon bara kunde få tala med dem ...

Det knackade på dörren. Priscillas hjärta hoppade till av förväntan, men det var inte farmor och farfar. Farbror George och faster Hanna stod på verandan med presenter och en korg med mat. Priscilla var glad att se dem, men fick snart gå ut så att de kunde tala med hennes föräldrar. Det lät allvarligt.

"Priscilla", ropade faster Hannah till slut. "Vad skulle du tycka om att komma och bo hos oss?" De hade inga barn och ville adoptera henne, förklarade farbror George. Det skulle finnas gott om plats för henne i deras herrgård och hon skulle få gå i en bättre skola.

"Dessutom blir det mer över för det nödvändiga till dina bröder och systrar", tillade faster Hannah. Priscilla visste att det var besvärligt för hennes föräldrar att skaffa mat och kläder åt nio barn. Om hon gav sig iväg skulle det bli lättare för hennes familj.





Pappa tittade sorgset ner i golvet. Mamma snyftade i sin näsduk. Det var ett vänligt erbjudande, men det var inte lätt att tacka ja. Priscilla packade sina väskor och tog farväl av familjen.

"Det här blir ditt rum", sade faster Hannah. Priscilla hade alltid fått dela rum med sina fyra systrar. Nu hade hon ett eget rum och ett hembiträde som kom och städade.

Faster Hannah tog henne med och köpte fina klänningar. På kort tid var garderoben full av dem. Hennes faster och farbror planerade fester så att hon kunde få fler vänner. Priscilla hade det mycket bra, men hon saknade sin familj och att lyssna på pappa när han undervisade vid öppna spisen.

Morgonen då Priscilla fyllde 10 år gjorde hon dansande dockor av stockrosorna i trädgården. Hon tyckte

det var spännande med festen som skulle hållas på eftermiddagen, men hon önskade att hennes systrar kunde komma.

Plötsligt fick hon syn på en lång, smal man som kom och gick uppför vägen med en käpp. Priscilla sprang fram för att möta honom.

"Grattis på födelsedagen, prinsessan Priscilla", sade pappa. Han lyfte upp henne och snurrade runt.

"Åh, pappa, du kom ihåg!" ropade hon.

De gick in tillsammans. Pappa tog fram ett brev ur fickan. "Priscilla, farbror George och faster Hanna har bett att få adoptera dig officiellt." Priscilla visste vad det betydde — hon skulle få arva en stor förmögenhet och ett respekterat namn. Hon skulle aldrig behöva oroa sig för pengar igen.

"Jag har fler nyheter", sade pappa. "Snart ska din mor och dina syskon och jag åka till Amerika."

"Kommer ni aldrig tillbaka igen?" frågade Priscilla.

Pappa skakade på huvudet. "George och Hannah älskar dig. De kommer att ta hand om dig och ge dig mer pengar och möjligheter än jag någonsin kan ge dig. Å andra sidan kommer livet i Amerika med den nya kyrkan att bli svårt och kräva många uppoffringar." Pappa tittrade sin dotter i ögonen. "Du måste själv välja, Priscilla."

Priscilla tvekade inte. Hon sprang fram till faster Hannah och kramade och pussade henne. "Jag älskar dig, faster Hannah, och jag ska alltid minnas dig", sade hon. "Men jag vet att Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är sann. Jag måste åka till Amerika med min familj och döpas."

Och det är precis vad hon gjorde. ●

Susan B Mitchell är medlem i West Bountifuls tredje församling, West Bountifuls stav, Utah.



"Offerlagen erbjuder oss ett tillfälle att visa Herren att vi älskar honom mer än något annat. Som följd härav kan livet ibland bli svårt, eftersom detta är den fullkomlighetsprocess som bereder oss för det celestialet riket."

Äldste M Russell Ballard i de tolv apostlarnas kворum, "Offerlagen", Liahona, mar 2002, s 10, 12.

En systers exempel

ÄLDSTE MATTHEW COWLEY
(1897–1953)

i de tolv apostlarnas kvorum

Jag hade en liten mor ... i Nya Zeeland. Jag lärde känna henne på min första mission då jag var [ung]. På den tiden kallade hon mig sin son. När jag kom tillbaka för att presidera, kallade hon mig sin fader ...

Som alltid när jag var i närheten, besökte jag vid ett tillfälle denna enastående lilla kvinnan som då var i 80-årsåldern och blind. Hon bodde inte inom en organiserad gren, och hade ingen kontakt med prästadömet förutom när missionärerna besökte henne. Det fanns inga missionärer där just då. De var ute i krig ...

Hon var ute i sin trädgård vid sin lilla brasa. Jag sträckte ut handen för att hälsa på henne och jag var på väg att gnugga näsa [en maorihälsning] med henne. Och hon sade: "Ta mig inte i hand, fader."

Jag sade: "Åh, det där är ju ren smuts på dina händer. Jag är villig att ta dig i hand. Jag är glad att göra det. Jag vill det."

Hon sade: "Inte än." Sedan kröp hon på händer och fötter bort till sitt lilla hus. Vid ena hörnet på huset fanns en spade. Hon lyfte upp spaden och kröp iväg åt ett annat håll medan hon mätte avståndet. Till slut kom hon fram till platsen hon sökte och började gräva i jorden med spaden. Till sist slog den emot något hårt. Hon grävde upp jorden med händerna och lyfte upp en glasburk. Hon öppnade burken och tog upp något som hon räckte över till mig. Det var en stor summa pengar av Nya Zeeland-valör ...

Hon sade: "Här är mitt tionde. Nu kan jag skaka hand med Guds prästadöme."

Jag sade: "Du är inte skyldig så mycket i tionde."

Hon sade: "Jag vet det. Jag är inte skyldig så mycket nu, men jag betalar lite i förväg, för jag vet inte när Guds prästadöme kommer hit igen."

Och då lutade jag mig fram och tryckte min näsa och panna mot hennes, och tårarna från mina ögon rullade nerför hennes kinder. ●

Conference Report, okt 1948, s 159–160; stavning och interpunktion moderniserad.



Matthew Cowley ordinerades till apostel 1945. När han var ung verkade han som missionär i Nya Zeeland, och senare återvände han som missionspresident under andra världskriget.



Därför att min lärare

Älskar mig

"Tjäna varandra i kärlek." (Gal 5:13)

PATRICIA REECE ROPER

Baserat på en upplevelse i författarens familj

Desiree lyssnade förundrat på sin primärlärare syster Ruiz. Hon kunde knappt tro det som syster Ruiz sade. Det verkade för bra för att vara sant. Desiree tittade på de andra barnen i klassen. De verkade inte vara så förundrade som hon. Till slut räckte hon upp handen. "Menar du det verkligen, syster Ruiz? Skulle du verkligen göra vad som helst för oss?" frågade hon.

"Ja, Desiree." Den vänliga blicken i lärarens ögon övertygade Desiree, mer än hennes ord, att hon verkligen menade det. Men Desiree undrade ändå om det verkligen var sant. Kanske skulle hon få veta det en dag.

Det hade knappt gått en vecka förrän Desiree fick möjlighet att pröva primärlärarens löfte. En dag när Desiree kom hem från skolan hittade hon en lapp på ytterdörren och tog ner den. När hon kom in var det ingen som svarade när hon ropade. Huset var tomt. En konstig, kuslig tystnad omslöt henne och fick nackhåren att resa sig.

"Var är du mamma?" viskade Desiree med tårarna rinnande nerför kinderna. Hon släppte ner ryggsäcken på soffan och satte sig ner bredvid den. Desiree kom

ihåg papperslappen som hon hade i handen och öppnade den. Hon kände igen sin mammas handstil men hon hade skrivit meddelandet med sammanhängande bokstäver. Hennes mamma hade glömt att hon inte kunde läsa skrivstil.

"Jag ska göra allt jag kan för er, för jag älskar er." Minnet av primärlärarens ord kom tillbaka till Desiree. Hon kunde kanske inte läsa skrivstil, men hon kunde läsa tryckt text och hon kunde läsa siffror. Hon kunde leta reda på syster Ruiz telefonnummer och ringa och be henne om hjälp.

När syster Ruiz fick höra Desirees problem sade hon att hon skulle komma över med en gång. För Desiree



kändes det som en lång stund innan hon kom, men fastän syster Ruiz bodde i ett annat samhälle så körde hon dit på bara 10 minuter.

Desiree slängde upp ytterdörren och sprang ner för trottoaren när hon såg syster Ruiz kliva ut ur bilen. Genom tårarna räckte hon över meddelandet från sin mamma till primärläraren.

Syster Ruiz läste meddelandet och log. "Det står att din mamma är hos din mormor och arbetar på ett lapptäcke."

Desiree kom plötsligt ihåg att hennes mamma hade sagt till henne att hon skulle gå till mormors hus lite längre ner på gatan efter skolan. Hon hade satt dit meddelandet för att påminna Desiree men hade glömt att skriva så att Desiree kunde läsa det.

"Vill du att jag ska gå med dig till din mormors hus?" frågade syster Ruiz.

Desiree skakade på huvudet. Hon tittade upp på syster Ruiz. "Du åkte hela den långa vägen bara för att läsa ett meddelande åt mig. Tack!"

Syster Ruiz log, och Desiree märkte att hennes ögon blänkte av tårar. "Det var inte mycket jag gjorde, Desiree. Jag vill göra allt jag kan för dig."

"Det betydde mycket för mig", sade Desiree.



Syster Ruiz kramade Desiree. "Jag är glad att du tycker det."

Desiree tittade noga åt båda hållen innan hon gick över vägen och fortsatte ner till mormors hus. Syster Ruiz tittade efter så att hon kom fram säkert. Sedan åkte hon iväg.

"Var har du varit?" frågade Desirees mamma när hon kom in. "Jag började bli orolig."

"Jag har just fått veta att min primärlärare åker hela vägen hem till mig för att läsa ett meddelande för mig."

"Varför läste du det inte själv?" frågade Desirees mamma.

"Därför att jag inte kan läsa skrivstil."

Desirees mamma gapade av förvåning. "Jag tänkte inte ens på det, Desiree. Jag är ledsen att du var tvungen att ringa din lärare och be om hjälp."

"Det är okej." Desiree log. "Min lärare sade at hon var glad att göra det för att hon älskar mig." ●

Patricia Reece Roper är medlem i Leamingtons församling, Delta stav, Utah.



"Kärlek till Gud och kärlek till hans barn är det högsta motivet för tjänande."

Äldste Dallin H Oaks i de tolv apostlarnas kvorum: "Undervisa om evangeliet", Liahona, jan 2000, s 96.

Jag är ett Guds barn

**”Anden själv vittnar med vår ande att vi är Guds barn.”
(Rom 8:16)**

MARGARET LIFFERTH



Har du någonsin hållit ett spädbarn? Har du någon gång undrat var barnen var innan de föddes? Har du någon gång undrat var du var innan du kom till din familj? Första presidentskapet talar om detta på första sidan i handledningen *Tro på Gud*: ”Du är ett Guds barn. Han är din himmelske Fader. Han älskar dig och bryr sig om dig.”

Hur kan du veta att din himmelske Fader älskar dig? Ett sätt som våra jordiska föräldrar visar sin kärlek på är genom att ge oss mat och tak över huvudet. De lär oss också att välja det rätta. Vår himmelske Fader har gett oss många saker som påminner oss om hans kärlek till oss varje dag — den vackra jorden, skrifterna, levande profeter och vår familj. Och det bästa av allt är att han har sänt Jesus Kristus. Tack vare Jesus Kristus kan vi återvända och bo hos vår himmelske Fader om vi väljer det som är rätt.

President Gordon B Hinckley har sagt att vi kan visa vår kärlek till vår himmelske Fader när vi talar till honom i bön och håller hans bud. När vi gör detta, lovar president Hinckley: ”Han vakar över er och vägleder er och skyddar er. Han välsignar er i ert skolarbete och i Primär. Han välsignar er i ert hem och ni blir bättre pojkar och flickor ... Glöm aldrig, mina kära unga vänner, att ni verkligen är Guds barn och att ni har fått något av hans gudomliga natur, och att han älskar er och vill hjälpa och välsigna er.” (”Du är ett Guds barn”, *Liabona*, maj 2003, s 119.)

En ram för ett Guds barn

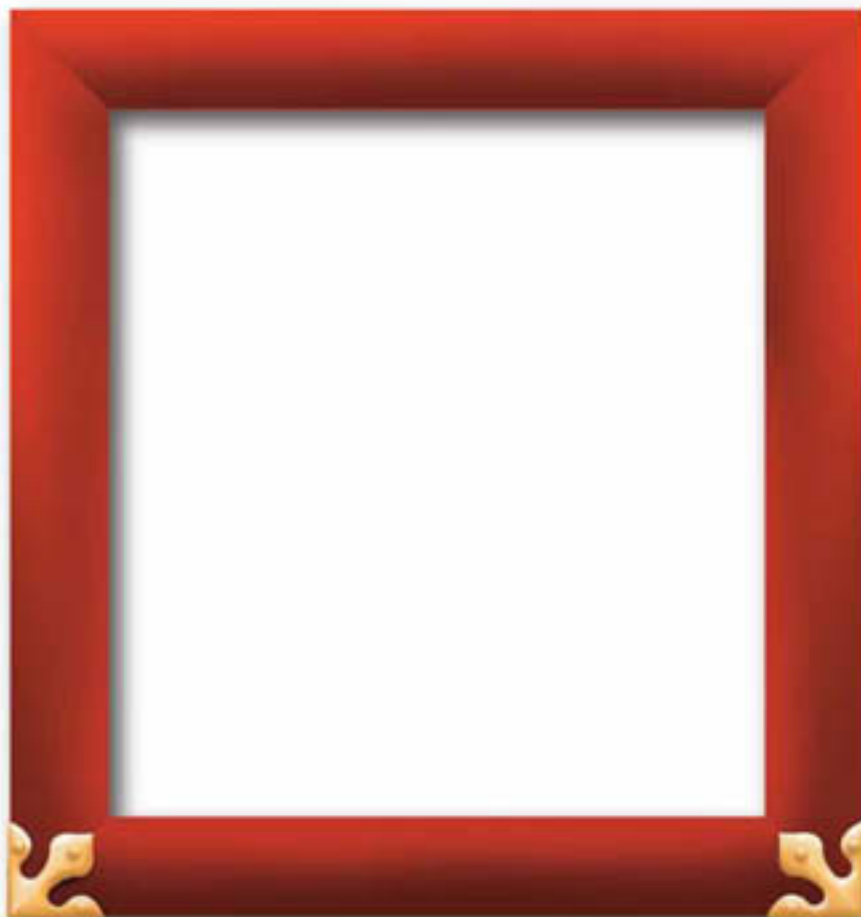
Gör en ram med kronor som påminner dig om att du är ett Guds barn. Ta bort sidan LS15 och klistra fast den på tjockt papper. Sätt fast en spegel eller en bild av dig

själv i ramen. Klipp ut ramen, skårorna på ramen och kronorna. Fyll i de tomma raderna på kronorna. Varje månad sätter du dit en ny krona genom att föra in fläckarna på kronan i skårorna på ramen.

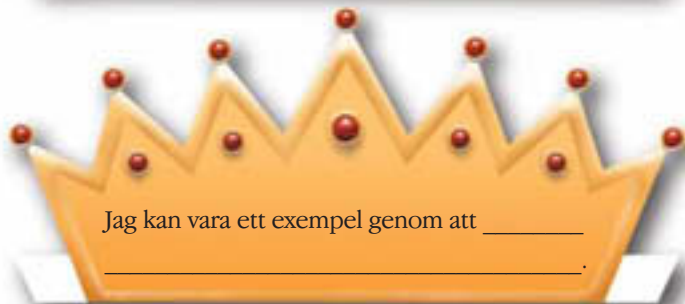
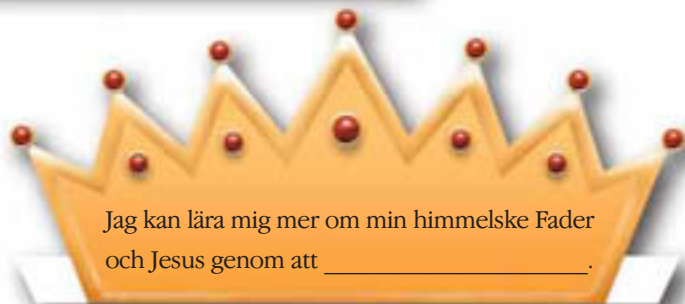
Förslag till samlingsstunden

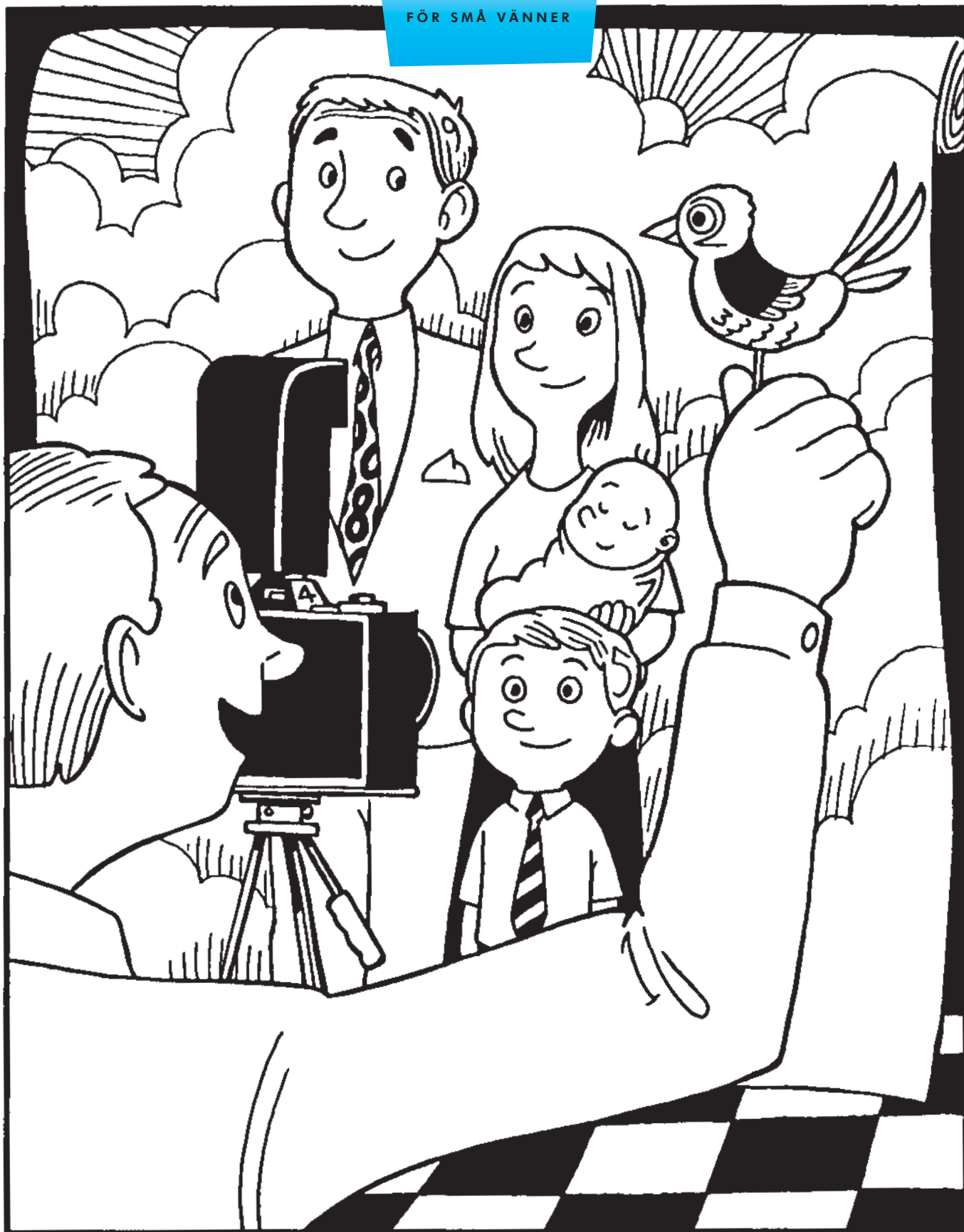
1. *Hjälp barnen att lära sig utantill följande rader från handledningen Tro på Gud (insidan av omslagets framsida): ”Jag vet att min himmelske Fader älskar mig, och jag älskar honom. Jag kan be till min himmelske Fader när som helst och var som helst. Jag försöker minnas och följa Jesus Kristus.” Välj en berättelse i skrifterna som handlar om bön — till exempel Nephi och hans bröder på båten (se 1 Nephi 18) eller Daniel i lejongropen. (Se Daniel 6.) När barnen har gjort ett rollspel av berättelsen med hjälp av enkla kostymer eller namnbrickor talar du om bönens princip. Upprepa de inlärdade raderna tillsammans med barnen. Låt varje klass stillsamt tala om favoritberättelser från skrifterna som handlar om bön. Låt varje klass välja ett barn som återger en berättelse för hela Primär.*

2. *Förklara att våra val är en viktig del av vårt liv på jorden. Vår rätt att välja kallas handlingsfrihet. När vi använder vår handlingsfrihet genom att välja rätt följer vi Jesus Kristus och kan återvända och bo hos honom och vår himmelske Fader. Skrifterna hjälper oss att välja det rätta. Sätt upp en bild av Jesus och gör en stig med tio steg som leder fram till honom och ett barn av papper i början av stigen. Ge varje klass ett papper som har formen av en vägskylt med ett av följande skriftställe hänvisningar på: 2 Mos 20:8; Matteus 19:18; 2 Nephi 32:9; Mosiah 13:20; 3 Nephi 12:34; L&F 42:21; L&F 42:27; L&F 51:9; L&F 89:7–8; L&F 119:4. (Vissa klasser kan få mer än ett papper.) Låt klasserna läsa hänvisningarna och skriva ner principen vi ska följa på papperet. Sätt upp ”vägskyltarna”. Förbered praktikfall som kräver att barnen fattar ett beslut att följa en av ”vägskyltarna” — till exempel: ”Du hör någon säga något ovänligt om en vän. Vad gör du?” Låt barnen svara och flytta sedan fram pappersbarnet längs stigen mot bilden av Kristus. ●*



Obs: Om du inte vill klippa bort sidor från tidningen kan aktiviteten kopieras, kalkeras eller skrivas ut från Internet på www.lds.org. För engelska, klicka på "Gospel Library". För andra språk, klicka på världskartan.





Kan du hitta siffrorna 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9?

ILLUSTRATION ADAM KOFORD



Memory Grove av Al Rounds

Denna vy av templet i Salt Lake City tidigt på vintern efter invigningen den 6 april 1893, är från ett fridfullt område nordväst om templet i närheten av det som nu kallas Memory Grove.

4 När vi inbjuder andra att
hjälpa oss med vårt arbete
i kyrkan känner de sig behövda,
och de känner Anden.



Att be andra
hjälpa oss att
tjäna är ett
av de sju förslagen på
medlemsmissionärsar-
bete. För de andra
sex, se "Sju insikter om
medlemsmissionärsar-
bete", s 16.

Kyrkonytt

Medlemmar påverkade av historisk konferens

På ett historiskt möte den 12 september talade president Gordon B Hinckley via satellitsändning från Salt Lake City till över 23 000 medlemmar som samlats på stavs- och distriktskonferenser i över 35 möteshus i Venezuela och på många öar, däribland Nederländska Antillerna och Aruba. Äldste Russell M Nelson i de tolv apostlarnas kворum och äldste H Aldridge Gillespie i de sjuttios kворum talade också på konferensen.

President Hinckley berättade för de heliga att han som ung pojke ofta brukade se upp på natthimlen och leta reda på Polstjärnan. "Genom att titta på den stjärnan lärde jag mig något viktigt som jag aldrig glömt i hela mitt liv", sade han. "Jag lärde mig att det finns oföränderliga och orubbliga punkter som kan vägleda oss i livet." Han uppmanade kyrkans medlemmar att använda oföränderliga evangeliesanningar på samma sätt i sitt eget liv.

Alla församlingar fick några minuter i början på sina respektive konferenser till att inleda med bön, sång och stavsangelägenheter innan sändningen började från kyrkans huvudkvarter. Efter sändningen avslutade varje församling sitt möte med psalm och bön.

De heliga i Venezuela fann sändningen viktig både för sin egen del

COPYRIGHT INTELLECTUAL RESERVE



President Hinckley talar till sista dagars heliga i Venezuela via satellit.

och som en betydelsefull händelse för landets alla medlemmar.

Trettonårige Marcel Farias, en nyomvänd medlem i La Isabelicas församling, Candelarias stav i Valencia, sade att president Hinckleys ord var mycket viktiga för honom. "Det som gjorde störst intryck på mig var den stora kärlek han har för oss som är medlemmar i kyrkan i Venezuela."

"Att veta att Herren bryr sig om var och en av oss och att han har valt profeter som ska hjälpa oss stärka vår tro har en fantastisk inverkan på våra medlemmar", sade biskop Julio Marquez i Palo Verdes församling, Palo Verdes stav i Caracas.

"Jag kommer aldrig att glömma det som president Hinckley sade om Polstjärnan och om oföränderliga punkter som vägledning i vårt liv",

sade David Munoz i Los Altos gren i Puerto La Cruz stav.

"Denna satellitutsändning", sade Freddy Guedez i Tocuyito församling, Candelarias stav i Valencia, "är en unik och aldrig förut skådad händelse i kyrkans historia i Venezuela."

Alexis Uriepero, president för Porlamars distrikt, sade att konferensen var bevis för honom att "profeten och andra ledare har sina ögon på Venezuela". ■

Nya tempelpresidenter och tempelvärdinnor börjar sitt tjänande

Femtiotvå nya tempelpresidenter inledde nyligen en treårig mission tillsammans med sina hustrur. De flesta paren började sin verksamhet den 1 november 2004.

Aba, Nigeria

President Jerry V och syster Joanne O Kirk

Anchorage, Alaska

President Gary E. och syster Joyce S Cox

Atlanta, Georgia

President Jim David och syster K Caroline Echard

Birmingham, Alabama

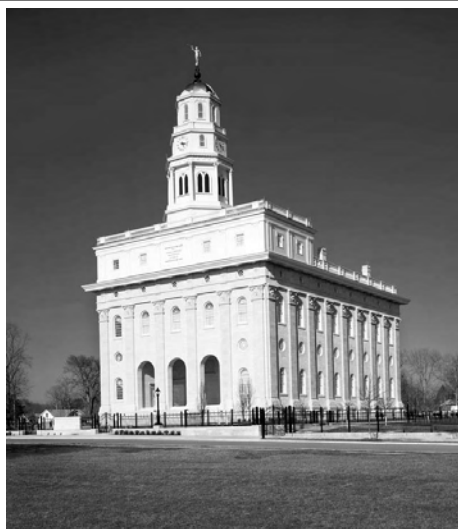
President John Reid och syster DeAnn H Giles

Caracas, Venezuela

President David Craig och syster Diane T Hoopes

Chicago, Illinois

President Glenn Allan och syster Betty J Hansen



Templet i Nauvoo är ett av många tempel som fått ny tempelpresident och tempelvärdinna.

Ciudad Juárez, Mexico

President Ashton Harvey och
syster Naomi H Taylor

Cochabamba, Bolivia

President David Evans och
syster Sylvia L Heywood

Colonia Juárez Chihuahua i Mexico

President John Brentnell och
syster Ellen L Robinson

Columbia River, Washington

President Earl J och
syster Rayola Wheelwright

Columbus, Ohio

President Don Lee och
syster Darlene T Tobler

Dallas, Texas

President Philip Hichborn och
syster Peggy J Besselievre

Denver, Colorado

President Grant Elggren och
syster Edith R Marsh

Detroit, Michigan

President David Ray och
syster Bonnie L Shurtz

Edmonton, Alberta

President Robert Steven och
syster Belva E Patterson

Frankfurt, Tyskland

President Richard Woolley och
syster Kathleen M Fetzer

Fresno, Kalifornien

President Charles Allen och
syster Anne Kropf

Guadalajara, Mexico

President Robert Savage och
syster Kathleen Gabbitas

Halifax, Nova Scotia

President Byron Ronald och
syster Zelma Christensen

Hamilton, Nya Zeeland

President James Anthony och
syster Tepua Morley

Hongkong, Kina

President Kwok Yuen och
syster Hui Hua (Flora) Tai

Johannesburg, Sydafrika

President Richard Woolley och
syster Kathleen M Fetzer

Köpenhamn, Danmark

President Dee Valentine och
syster Kay P Jacobs

Laie, Hawaii

President Wayne Octave och
syster Bernice O Ursenbach

Lima, Peru

President Royden John och
syster Rebecca B Glade

London, England

President Rowland Edward och
syster Barbara J Elvidge

Los Angeles, Kalifornien

President Richard Morris och
syster Darlene A Andrus

Louisville, Kentucky

President James Wayne och
syster Karen L Hansen

Lubbock, Texas

President Thomas Scott och
syster Marian Hendricks

Manhattan, New York

President John Roger och
syster Helen B Stone

Medford, Oregon

President Gene "B" och
syster Carol L Welling

Melbourne, Australien

President Graeme Edward och
syster Marie L Cray

Memphis, Tennessee

President John Richard och
syster Carol K Thorderson

Mérida, Mexico

President Carl Lavon och
syster Jean S Call

Monterrey, Mexico

President Jesús och
syster Adelfa A Santos

Nashville, Tennessee

President Billy Joe och
syster Marianne Eaves

Nauvoo, Illinois

President David Bitner och
syster Anne Wirthlin

Orlando, Florida

President Blaine W och
syster Jeanette Johnson

Perth, Australien

President John Anthony och
syster Vicki T Grincer

Portland, Oregon

President Nicholas Peery och
syster Susan R Collins

Provo, Utah

President Carl William och
syster Carolyn S Bacon

Raleigh, North Carolina

President Grady Lynn och
syster Genevieve B Barnes

Reno, Nevada

President Oris Lorenzo och
syster Alice A Corbridge

Santiago, Chile

President Julio Humberto och
syster Maria Jaramillo

Santo Domingo,

Dominikanska republiken

President Edward Harry och
syster JoAnn A Petersen

Seattle, Washington

President Denzel Nolan och
syster Beverly M Wiser

Spokane, Washington

President Farrell Newren och
syster Joyce L Binns

S:t George, Utah

President Harold Harrison och
syster Mona E Hiskey

S:t Paul, Minnesota

President Thomas Albert och
syster Bonnie A Holt

Tampico, Mexico

President Ricardo och
syster Maria Torres

Tuxtla Gutiérrez, Mexico

President Wilbur Thayne och
syster Carel R Wagner

Winter Quarters, Nebraska

President Robert B och
syster Rene Harbertson

Ständiga utbildningsfonden: Det inspirerade programmet fortsätter

Patricia S Norwood, Kyrkans tidningar

Rodrigo Fontt från Osorno i Chile har sett uppfyllelsen av profetia. Hans liv ändrades precis så som president Gordon B Hinckley sade att det skulle när han tillkännagav ständiga utbildningsfonden för kyrkan för tre år sedan.

Sex månader därefter sade president Hinckley: "Med dessa förbättrade möjligheter kommer de [unga männen och kvinnorna] att ta sig ur fattigdomens kretslopp som de och människor före dem har levt med så länge. De har verkat som missionärer och kommer att fortsätta verka i kyrkan. De kommer att bli ledare i sina hemländer i detta stora verk." ("Låt oss böja oss ner och resa upp varandra", *Liabona*, jan 2002, s 62)

Medan broder Fontt verkade i Chilemissionen västra Santiago, arbetade han på missionskontoret, där han lärde sig hur det var att arbeta med administration. Han tyckte om det, men när han återvände år 2000, ett år innan ständiga utbildningsfonden upprättades, såg han mycket begränsade möjligheter i fråga om framtiden. Många återvända missionärer över hela världen befinner sig i liknande situationer. De har en önskan, men inte färdigheterna att höja sig ur den fattigdom som de och generationer före dem upplevt.

Ständiga utbildningsfonden har

upprättats för att hjälpa dessa unga män och kvinnor som behöver en utbildning för att förbättra sin framtid, men som inte har pengar till det. I början begränsades utbildningsfonden till fem länder – Brasilien, Chile, Mexico, Peru och Filippinerna – tills fonden blivit väletablerad. Nu har den utvidgats till andra länder, däribland Argentina, Bolivia, Kambodja, Colombia, Dominikanska republiken, Ecuador, El Salvador, Indien, Jamaica, Mongoliet, Paraguay,

Sydafrika, Trinidad och Tobago, Uruguay och Venezuela.

President Hinckley rapporterade att efter bara sex månader hade fonden hjälpt 1200 unga sista dagars heliga. I oktober 2004 hade över 15 000 studenter fått hjälp. Deltagarna har tagit eller håller på att ta examen, vilket ger dem större möjligheter att bättre försörja en familj och att verka mer effektivt i kyrkan. På så vis kan de få de utlovade välsignelserna av att betala tionde och offer.

De som ansöker om lån tar en kurs som heter "Planera för framgång". Under kursens lopp upptäcker många av dem att de kan nå sina mål utan att ansöka om lån. Efter att ha hört om programmet och tagit



Biskop Rodrigo Fontt och hans familj skördar välsignelserna av kyrkans ständiga utbildningsfond.

kursen, kunde broder Fontt ansöka om ett lån från fonden och började arbeta på en examen i ekonomi och förvaltning. Fastän han nu har hustru och ett nyfött barn och ett heltidsarbete för att försörja dem, är han på det tredje året av sin utbildning. Han har blivit en ledare i kyrkan och verkar som biskop för Antillanca församling, Osorno stav i Chile.

Biskop Fontt är bara en av många som arbetar hårt på att förbättra sitt liv. Han och hans hustru känner att med denna utbildning går de framåt både timligen och andligen. De uppnår mål som de annars inte skulle ha kunnat nå.

Många studenter finner att de erbjuds bättre anställning till och med innan de tagit sin examen. En del större företag anställer studenter innan de gått ut skolan därför att företagen kan se att dessa studenter kommer att lyckas. Studenter i länder som betjänas av programmet ser en inkomstökning efter examen på 400 procent. Studenter i programmet har möjlighet att tillväxa andligen under skoltiden genom det lokala institutprogrammet.

Ständiga utbildningsfonden har ännu ett mål, förutom att hjälpa unga sista dagars heliga få en utbildning. Under det att fonden hjälper över 15 000 studenter är den också till välsignelse för de tusentals medlemmar över hela världen som bidrar till fonden.

”Varje dag, varje vecka, kommer deras små bidrag som bygger upp

fonden. Om vi inte såg några andra resultat än detta utgjutande av kärlek och offer, skulle vi få dra slutsatsen att fonden hade stärkt uppoffringsandan bland heliga i hela världen och således haft ett stort och gott inflytande på dem”, sade äldste John K Carmack, verkställande direktör för ständiga utbildningsfonden. (”Ständiga utbildningsfonden: En ljus stråle av hopp”, *Liabona*, jan 2004, s 38)

Tusentals medlemmar har gett bidrag genom sina lokala prästadömsledare, som tar emot små summor från barnen i Primär samt mycket större summor från dem som har större tillgångar. Det finns de som förpliktat sig att ge månatliga bidrag. Andra har gett pengar som sparats för länge planerade semesterresor eller husrenoveringsprojekt. Herren uppmärksammar varje offer som görs.

”Vi inbjuder på nytt alla som vill delta att ge ett bidrag, stort eller litet”, har president Hinckley sagt. ”Vi kan då vidga detta stora verk som kommer att göra det möjligt för dem som har tro och slumrande förmåga att höja sig till ekonomiskt oberoende som trofasta medlemmar av Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga.” (*Liabona*, jan 2002, s 62)

Med hjälp av detta inspirerade program, tar sig medlemmar ur fatigdomen, tillväxer i evangeliet och genom återbetalning av lånen hjälper de andra att få en ljusare framtid. De är bevis på uppfyllandet av en profetia. ■

Kyrkan ger hjälp vid orkaner

Fyra stora orkaner härjade på öarna i Västindien och delar av Förenta staterna under augusti och september 2004. De förstörde bostadshus och byggnader och orsakade nästan 1700 dödsfall. Efter orkanerna Charley, Frances, Ivan och Jeanne, kom kyrkan och dess medlemmar snabbt till undsättning. Kyrkan skickade ut över 680 ton livsförnödenheter, 350 000 hygienpaket och 400 000 klädesplagg packade i 70 långtradar. Medlemmar donerade över 310 000 arbetstimmar för upprepning och annan hjälpverksamhet.

Orkanen Charley

Fredagen den 14 augusti drabbades sydvästra Florida i Förenta staterna av orkanen Charley, en kategori fyra-orkan med vindar upp till 290 km i timmen. Minst sexton personer dödades, hundratals skadades och ungefär 1500 blev hemlösa. Miljontals blev utan elektricitet i över två veckor.

Inga medlemmar i kyrkan dödades eller skadades av stormen, men åtskilliga fick lämna sina hem. Minst sju möteshus skadades.

Kyrkan och dess medlemmar kom snabbt till undsättning genom att organisera eller delta i hjälpinsatser.

Orkanen Frances

Orkanen Frances drog in över

Bahamas och Florida med vindar upp till 200 km i timmen bara några veckor efter Charley. Fjorton människor rapporterades döda, inga av dem medlemmar i kyrkan. Över tre miljoner blev utan elektricitet när stormen drabbade Florida. Cirka 53 000 människor använde sig av nödhärbärgen. Närmare tolv av kyrkans byggnader skadades. Templet i Orlando, Florida blev inte skadat.

Många nödhjälpsorganisationer hade ännu inte återhämtat sig från orkanen Charley, men kyrkan satte upp tillfälliga förrådshus i ett antal möteshus inom katastrofområdet. Förnödenheter fraktades från delstaterna Utah och Georgia. Omkring 100 000 hygienpaket delades ut till drabbade invånare och kyrkans medlemmar fortsatte att rensa upp runt om i delstaten.

Orkanen Ivan

Den 7 september drog kategori fyra-orkanen Ivan in över den lilla ön Grenada. Vindar upp till 230 km i timmen förstörde eller gjorde 90 procent av öns byggnader obeboeliga. Minst 39 personer dödades och 40 000 fick uppsöka tillfälliga härbärgen.

Stormen drog förbi öarna Barbados, Trinidad och Tobago och St Vincent innan den tilltog i styrka och svepte in över Jamaica som en kategori fem-orkan med vindar upp till 260 km i timmen. 15 personer dog i Jamaica och 8000 fick uppsöka härbärgen.

Nästa dag drabbades Caymanöarna när orkanen Ivans öga passerade förbi precis utanför kusten. Två dag och 50 procent av bostäderna på öarna gjordes obeboeliga.

Stormen orsakade svåra skador i delstaterna Alabama och Florida. I Förenta staterna tillskrevs Ivan och orkanerna som orsakades av den, 52 dödsfall, och över 440 000 hushåll blev utan elektricitet i många dagar.

Inga missionärer eller medlemmar skadades i några av de berörda områdena.

Kyrkan och dess medlemmar kom åter till undsättning. Humanitär hjälp bestående av hygienpaket, konserver, matlådor och medicinska förnödenheter skickades från biskopens förrådshus i Florida, Georgia, Louisi-

ana och Texas. Förråd skickades per flyg till Grenada, Jamaica och Grand Cayman.

Prästadsledarna i Florida organiserade ett stort frivilligt hjälparbete. Många medlemmar i kyrkan reste många mil för att hjälpa andra medlemmar. Möteshus blev härbärgen och/eller distributionsplatser för förnödenheter, inte bara från kyrkan utan också från andra nödhjälpsorganisationer.

Orkanen Jeanne

Västindien hade inte hunnit hämta sig från orkanen Ivan innan orkanen Jeanne slog till. Den 18 september drog stormen in över Haiti, där det omkom fler människor än i alla de andra stormdrabbade områdena.

När tidningen gick i tryck hade



Vind och vågor från orkanerna förstörde många byggnader, bland annat en del av detta hus i Florida.

över 1500 människor rapporterats döda och ytterligare 900 saknades i det lilla landet på ön Hispaniola. En av dem som dog var en 70 år gammal man som var medlem i kyrkan. Inga missionärer verkade i de svårast drabbade områdena. De hade evakuerats tidigare under året på grund av politiska oroligheter.

Hundratusentals blev hemlösa i städerna Gonaives, Port-de-Paix och Terre-Neuve och 800 medlemmar evakuerades. De största skadorna skedde i Gonaives, där 80 procent av området stod under vatten efter stormens framfart. I stadens möteshus hade nästan en meter vatten och

gyttja kommit in. I staden Saint-Marc bodde omkring 150 medlemmar i tält bredvid möteshuset.

Lokala ledare i kyrkan sörjde för medlemmarnas behov genom att ge ut förnödenheter och medel från fasteofferfonder. Sexton lastpallar med förnödenheter flögs till Haiti och tretton stora containrar med kläder, skor, filter och hygienpaket skickades från kyrkans humanitära hjälpcenter.

Röda korset begärde rådgivare med stor erfarenhet av sorgearbete för att kunna hjälpa många människor. Kyrkans välfärdstjänst skickade 10 sådana rådgivare för att hjälpa

dem som förlorat allt att orka med sina omständigheter och finna hopp för framtiden.

Efter att ha orsakat stor förstörelse på Haiti, svepte stormen vidare till Florida den 26 september. Ingen delstat i USA har drabbats av fyra orkaner under en och samma årstid på över 100 år. Men Jeanne var den fjärde som drabbade Florida under loppet av två månader, först Charley den 13 augusti, sedan Frances den 5 september och därefter Ivan den 16 september.

Många städer i Florida låg mitt i vägen för flera stormar. Dödssiffran i USA för alla fyra stormarna var 91. ■



Frivilliga medlemmar i kyrkan hjälper till att ta bort ett träd som skadat denna bostad i Florida.

Ledare i världen besöker Utah för att lära sig mer om kyrkan

Världsledare inser behovet att lära mer om kyrkan när de ser hur denna religion växer i deras område eller lägger märke till de goda gärningar som kyrkan uträttat genom sin humanitära hjälpverksamhet. Två ledare besökte nyligen Salt Lake City och gjorde en rundtur på tempelområdet för att lära sig mer om kyrkan.

Kirgizistans president och första dam

Askar Akajev och Maijram Akajeva, Kirgizistans president och



Chiles första dam, Luisa Durán de Lagos, besöker kyrkans ledare i Salt Lake City.

första dam, gjorde en rundtur på tempelområdet och bevistade en direktsändning av *Music and the Spoken Word* den 26 september 2004. De besökte också ledare i kyrkan.

Medan president Akajev och hans hustru var i Utah, förlänades de hedersutmärkelser av Utah State College i Orem, Utah. De uppmärksammades för sina bidrag till världssamhället. Paret har bidragit till att barnhem, skolor för barn och centrum för personer med särskilda behov har byggts.

Chiles första dam

Chiles första dam, Luisa Durán de Lagos, besökte Salt Lake City den 21 september 2004 för att personligen tacka kyrkan för den stora humanitära hjälpverksamhet som sker i hennes land.

Mrs Durán de Lagos träffade och talade med första presidentskapet innan hon gjorde en rundtur på centret för humanitär hjälp. Äldste Jeffrey R Holland i de tolv apostlar-

nas kvorum var värd för rundturen och avslutade den med att presentera en gåva: 600 datorer från Brigham Young-universitetet till skolbarnen i Chile.

"Jag kom hit för att jag personligen ville tacka kyrkan för allt de har gett oss", sade hon. "Vi har fått hjälp från kyrkan med 'Chile Solidario', ett program avsett att hjälpa de fattigaste familjerna i Chile att ta sig ur fattigdomen." ■

Utsändning av brasafton

Äldste Russell M Nelson i de tolv apostlarnas kvorum kommer att tala på kyrkans utbildningsverksamhets första brasafton för året, som kommer att hållas den 6 februari 2005 i Marriott Center i Provo, Utah. Brasaftonen direktsänds på engelska, franska, portugisiska och spanska.

Den tolkas på andra språk och kommer att sändas en vecka senare, den 13 februari. Språken innefattar armeniska, bulgariska, danska, finska, holländska, indonesiska, italienska, japanska, kambodjanska, kantoniska, koreanska, mandarin, marshallesiska, mongoliska, norska, ryska, samoanska, svenska, tagalog, thailändska, tonganska, tyska, ukrainska, ungerska och vietnamesiska. ■

Artiklar önskas

Om du har upplevt något inspirerande en jul som du vill berätta om, vill vi gärna att du skriver till oss. Vad gjorde du för att komma närmare Frälsaren? Kunde du hjälpa någon? Fick du själv hjälp av någon? Berätta om din upplevelse för Liahonas läsare. Skicka ditt svar så att det är hos oss den

15 april 2005. Adressen är: **cur-liahona-imag@ldschurch.org** eller Christmas Experiences, *Liahona*, Room 2420, 50 East North Temple Street, Salt Lake City, UT 84150-3220, USA. Uppge fullständigt namn, adress, telefonnummer, e-postadress och församling och stav (eller gren och distrikt). ■



Fler förslag till samlingsstunden, februari 2005



Här följer fler förslag som Primärs ledare kan använda tillsammans med Samlingsstunden i det här numret av

Liahona. För lektionen, anvisningarna och aktiviteten som bör samman med dessa förslag, se "Jag är ett Guds barn" på sidorna LS14 och LS15 i Lilla stjärnan i det här numret.

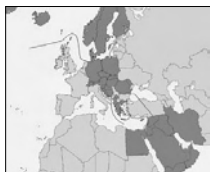
Undervisa om att vår himmelske Fader ville att vi skulle födas in i en familj och få en fysisk kropp. Det är viktigt för oss att ta hand om våra kroppar och hålla dem starka och friska. Gör följande ordremsor: Motion, Hälsosam mat, Vila, God hygien, Skydda din kropp och Vad vi ska undvika. (Använd bilder som visar begreppen för de barn som ännu inte kan läsa.) Sätt upp ordremsorna på tavlan. Lägg föremål eller bilder i en påse eller låda som illustrerar vad

vi behöver göra för att ta hand om våra kroppar. Det kan till exempel vara bilder på mat som rekommenderas eller förbjuds i visdomsordet (se L&F 89), en tvål, en tvättlapp, en tandborste, ett plåster, en liten boll, en liten kudde eller filt, en kam och bilder från Primärpaketen (1–8, 1–15, 1–37, 1–38, 1–40, 1–41, 1–51, 2–23, 2–27, 2–48). Inbjud barnen att välja en sak från påsen eller lådan och passa ihop den med en ordremsa och berätta varför den är viktig för vår hälsa. Stöd principerna med sånger eller psalmer.

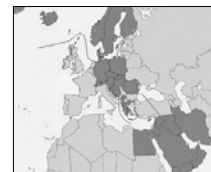
För större barn: Ibland kan det vara svårt att välja att göra det som är hälsosamt för våra kroppar. Berätta med egna ord om hur Daniel vägrade äta kungens mat i Daniel 1. Bär vittne om Herrens löfte i L&F 89:18–21. Gå också igenom "En profets råd till och förbön för ungdomar" (se *Liahona*, apr 2001, s 30–41) angående piercing, tatueringar och anständighet. Bjud in biskopen eller grenspresidenten att tala med barnen om president Hinckleys råd och förbön.

2. Vi visar vår kärlek till vår himmelske Fader genom att hålla buden. Gå igenom Johannes 14:15 med barnen. Hjälp dem lära sig detta skriftställe utantill med hjälp av enkla bilder som ett utklippt hjärta (kärlek) och en bild på en tavla med de tio budorden. Lär barnen att Jesus visade sin kärlek till sin himmelske Fader genom att alltid vara lydig. Visa bilden Jesus ber i Getsemane. (Evangeliet i bild, nr 227) Läs tillsam-

mans med barnen berättelsen om Kristus i Getsemane i Matteus 26:36–39. Förklara att fastän det inte var lätt, var Kristus villig att göra det som hans himmelske Fader ville att han skulle göra för att hjälpa oss återvända hem till vår himmelske Fader och Jesus. Kan ni nämna några saker som vår himmelske Fader har bett oss göra? Låt barnen svara. Sätt upp Mina evangelieideal (se *Liahona*, okt 2004, LS8–LS9) och sätt upp små hjärtan bredvid motsvarande ideal när barnen ger sina svar. Sätt upp bilderna Bergspredikan, Jesus botar den blinde mannen, Stormen stillas, Jesus uppväcker Jairus dotter, Kristus och barnen (Evangeliet i bild, nr 212–216) på tavlan. Lär dem att ett sätt att hålla buden är att älska och vara vänlig mot andra. Be barnen berätta hur bilderna visar att Jesus älskade och hjälpte andra. Sjung en sång eller psalm som handlar om kärlek. Dela ut papper, blyertspennor, och/eller kriter till barnen och be dem skriva ett litet meddelande eller rita en bild som kan skickas till en missionär, en soldat, någon som är bunden vid hemmet, eller till biskopen eller grenspresidenten. Be pianisten spela medan barnen arbetar på detta projekt. Låt varje barn få ta med sig två eller tre pappershjärtan hem. Förklara att de i hemlighet kan utföra vänliga gärningar i familjen och lämna efter sig ett pappershjärta som tecken på att de visar sin kärlek för sin himmelske Fader genom att hålla buden. ■



Lokala nyheter



Budskap från områdespresidentskapet

Följ trofast profeten

I vern i våra barnbarns röster och ögon är alltid uppenbar när de sjunger en av sina favoritsånger: "Lyss till profeten." De sjunger sången med entusiasm och glädje. Den enkla skönheten i denna primärsång är en kraftfull inbjudan till oss alla:

*Lyss till profeten, följ Herrens bud.
Lyss till profeten, han känner Gud.*

När vårt lilla barnbarn Allison hade sett president Hinckley under den senaste generalkonferensen, sade hon: "Mamma, jag vet verkligen att president Hinckley är en Guds profet." Hennes mor frågade då hur hon visste det. Allison svarade med ren och oskyldig röst: "Därför att när jag såg hans ansikte och hörde hans röst så fick jag tårar i ögonen, och jag var inte ens ledsen."

I president Hinkleys avslutande tal under generalkonferensen i oktober gav han oss alla en underbar inbjudan när han sade: "Jag hoppas att fäder och mödrar ska samla sina barn omkring sig och tala om något av det de lärt på denna konferens. Jag önskar att de även skriver ner en del av det, begrundar det och kommer ihåg det."

Vad är vi villiga att göra annorlunda i vårt eget liv för att rätta oss efter det som vår profet har bett oss göra? Den Helige Anden bekräftar i vårt



Äldste W Craig Zwick

hjärta vad vi ska göra för att förbättra våra ansträngningar.

President Gordon B Hinckley har sagt: "En större entusiasm för missionärsarbete stärker hela församlingen. Där det finns entusiasm gentemot nyomvända blir det resultat. Jag är helt övertygad om att himlen ler mot oss. Herren hör och besvarar våra böner om vi tar ställning och ger hans verk vårt allra bästa."

Vi upplever alla stunder av provningar och motgångar i vårt liv och mycket av det vi upplever kommer helt oväntat. En levande profet fick en svår prövning 1831 och fick veta: "Omgjorden edra länder och varen redo. Se, riket är edert, och fienden skall icke få överhanden." (L&F 38:9)

När vår tro provas har vi möjlighet att söka en djupare och mer varaktig källa till styrka genom att ta kontakt med vår gudomliga källa. Vi får också styrka från levande profeters rena vittnesbörd. President Hinckley har

gett en tydlig anvisning: "Förlora aldrig ur sikte den lugnande kraften i Frälsarens försoning att lyfta och frälsa."

Den anmärkningsvärda stadga varmed vår profet handskas med sina egna provningar och sorger lär var och en av oss något som är av evigt värde. President Hinckley är totalt osjälvisk. Hans orubbliga tro på Frälsaren och den stora lycksalighetsplanen hjälper var och en av oss att utveckla större styrka för att handskas med våra egna provningar. Ibland handlar det om att förlora en familjemedlem, en nära vän eller kollega, eller om besvikelsen vi känner då någon som står oss nära gör val som gör oss båda olyckliga.

President Hinckley har utstått alla de svårigheter som har att göra med långa resor och på sitt osjälviska sätt är han alltid intresserad av att nå ut till dem som har nytta av hans besök. Han tänker aldrig på sig själv utan alltid på hur hans besök eller vänliga kärleksbudskap kan välsigna folket. Hur går det för oss med våra besök som hem- och besökslärare? Är vi villiga att följa hans exempel?

Förra året hade president och syster Hinckley en mycket fysiskt ansträngande vecka i Accra i Ghana under invigningen av det nya templet. Profeten visade sig mycket stark under var och en av det vackra templet invignings-sessioner, och sedan påbörjades resan hem.

President Hinckley ville göra ett kort uppehåll och träffa de heliga på Sal, en avlägsen ö i Kap Verde. Mer än 50 trofasta medlemmar samlades på Sals flygplats för att välkomna president och syster Hinckley och äldste Russell M Nelson. De hade samlats på en skuggig plats för att vänta på att profeten skulle gå av planet. När president och syster Hinckley kom fram till gruppen, sjöng de med entusiasm och kärlek: "Tack, Gud, att profeter du sänder." Tårar av tacksamhet flödade när de kände att de var nära Herrens profet, siare och uppenbarare. Det betydde så mycket för dem att president och syster Hinckley personligen hade valt att

besöka deras lilla ö. Det var första gången en Guds profet hade varit i Kap Verde.

Det var verkligen en kärleksgärning som aldrig ska glömmas. Profeten uppmanade dem att vara trofasta och be om vägledning. Han frågade äldste Nelson om det var något han ville säga. Äldste Nelson räckte upp handen med tre fingrar utsträckta och sade bara: "Följ profeten."

Jag uppmanar var och en av er att vandra i tro liksom våra små primärbarn gör. När vi följer profeten vägleds vi att göra gott, våra sinnen blir upplysta och våra själar fylls av glädje. ■

Äldste W Craig Zwick

Andersen har varit beseglare sedan 1987. Han har tjänat som distrikts-president, stavspresident och president för danska missionen bland många andra kallelser. "Nunne Andersen har tjänat så väl i nästan varje position som en syster kan kallas till i kyrkan", säger Århus stavs stavspresident Erik Ryttersgaard. President Jacobs: "Vi är så välsignade att ha tillgång till den rika erfarenhet och kompetens som president och syster Andersen för med sig till Herrens hus." ■

Dee V Jacobs, tempelpresident

Eva-dagen – en dag olik alla andra

11 september 2004 gick Eva-dagen, årets tilldragelse för hjälpföreningen i Göteborgs stav, av stapeln i Utby kapell. Kursutbudet var lika brett som livet självt, kursledarna väl förberedda och de 180 systrarna hungrade efter kunskap. Allt var uppdukat till en lyckad dag.

En andlig ton inför dagen anlades vid den gemensamma inledningen av president Leif Mattsson, Göteborgs stavspresident. Med kärlek och respekt för systrarna i staven delade han med sig av sina tankar. Han berömde det betydelsefulla arbete som föräldrar lägger ner på att förbereda nutida och framtida missionärer. Han talade även om den alltmer unika position som kyrkan har i världen och vad detta innebär för dess medlemmar. Men också

Ny rådgivare i templet i Köpenhamn

Sjukdom gjorde det tyvärr nödvändigt för president Verner Olsen att begära avlösning från sin kallelse som tempelskrivare och förste rådgivare till president Dee V Jacobs. "Han och syster Olsen har arbetat så hårt med att få tempelarbetet att fungera och vi är alla dem djupt tacksamma när de nu slutar efter arton månaders mission i såväl templet i Stockholm som i Köpenhamn", säger president Jacobs. Äldste L Tom Perry avlöste dem personligen med ett varmt tack den 4 september 2004 i templet.

Knut Bent Andersen kallades som andre rådgivare och tempelskrivare och syster Nunne Andersen kallades att vara assistent till tempelvärdinnan

Kay P Jacobs. President Hans Ljungh avlöstes som andre rådgivare och kallades som förste rådgivare. Han är också tempelingenjör. Syster Elvy Ljungh fortsätter som assistent till syster Jacobs. Områdespresident äldste L Tom Perry och hans rådgivare, Bruce Hafen och Craig Zwick, avskiljde paret Andersen och president Ljungh under sitt besök i templet den 4 september. Äldste Perry var mycket nöjd med templets speciella skönhet och erkände det som det enda i sitt slag.

President och syster Andersen som är från Fredericia, Danmark, har hängivet tjänat Frälsaren under hela sitt liv. De har varit tempelarbetare sedan sjuttioalet och president



Anna Stridsberg och Jannice Jansson från Västra Frölunda församling ledde kärlekskursen. Här tillsammans med Hjälpföreningens president i staven, Astrid Karlsson.

för övriga världen med tanke på den trygghet som står att finna på kyrkans heliga platser.

President Mattsson avlöstes av Astrid Karlsson, hjälpföreningens president i staven som förmedlade Herrens och president Hinckleys kärlek till systrarna i världen.

Fyllda av en god ande och glada förväntningar delade systrarna upp sig i de sex olika kurserna. De hade



Jeronimo Bautista med sin dotter Jenny visar konsten att försvara sig.

i förväg fått välja två men många hade nog önskat få närvara vid fler, så bra som de alla lät:

Att trivas med sina barn – med Cecilia Strandman från Täby församling, Stockholm. En utmärkt kurs för alla föräldrar som någonsin känt sig otillräckliga. Ledtemat var ”good enough parenting”, med andra ord mitt allra bästa är bra nog.

Självförsvar – med Jeronimo Bautista från Borås församling. Trots en hel del kast och bra grepp var dock rådet ”bättre fly än illa fäkta”.

Vår bästa tid är nu – med Margareta Mattsson, Kungsbacka församling. Olika systrar med olika livsöden fick dela med sig av sina erfarenheter sammanvävda med syster Mattssons egna erfarenheter och skrifternas råd. Ett minnesvärt råd från denna kurs var vikten av att inte drabbas av den så kallade jämförelsesjukan. Utan att låta bli att jämföra oss med andra och se vårt eget värde i stället.

Kärlekskursen – ledd av Jannike Jansson och Anna Stridsberg från Västra Frölunda församling, Göteborg. Här fick systrarna alla hemliga knep för att gå från glöd till eld i sina äktenskap. Skratt varvades med allvar då skillnaderna mellan mäns och kvinnors syn på romantik diskuterades. Ett var dock säkert – romantik är ett beslut.

Sju vanor till ett mer fullständigt och harmoniskt liv – med Harry Mårdby, Kungsbacka församling. Broder Mårdby förmedlade sin långa erfarenhet av Stephen Coveys sju



Bröderna från Utby församling förbereder det goda som systrarna senare ska njuta av.

vanor. Vi kan uppnå mycket om vi inser att vi själva har ansvaret för våra egna liv. Och att vi är viktiga både för oss själva och Herren.

Slutligen, *Att balansera evangeliet, relationer, yrkesliv och privatliv när man lever som singel* – en kurs ledd av Anna Fåhraeus, Västra Frölunda församling, Göteborg. Livet kan ibland tyckas vara en balansgång som tidvis kräver en tjock lina och jämna vikter, men med rätta mål i sikte kan detta åstadkommas.

Årets Eva-dag var sannerligen en dag olik alla andra. ■

Alexandra Tittus,
Utby församling, Göteborg

Vad behöver vi veta om stil?

122 förväntansfulla systrar fick ett helt smörgåsbord att plocka av när det gäller personlig stil, stil i hemmet och slutligen andlig stil under Stockholms stavs Eva-dag lördagen den 18 september 2004 i Gubbängen.

”Utseende har större psykologisk betydelse än vi tror”, sade Pia Oscarsson, Täby församling och

makeup-artist. "Det handlar inte om utseendefixering, men vi kan själva känna oss piggare av att vara välvårdade."

Ingrid Nilsson, Handens församling, påminde oss om att Herren i Visdomsordet har visat vilken kost som är nyttigast för människan. Hon berättade också om Hälsorådets kostrekommendationer: regelbundna måltider jämt fördelade över dagen enligt tallriksmodellen – två femtedelar kolhydrater (potatis, ris, pasta), två femtedelar grönsaker, och en femtedel protein (kött, fisk eller fågel) samt bröd, frukt och vatten. Naturligtvis behöver vi motionera i cirka trettio minuter varje dag. Att inte röra på sig är farligare än att röka!

Camilla Kärn, sjukgymnast från Västerhaninge församling, berättade om de främsta dödsorsakerna bland svenskar, nämligen hjärt-/kärlsjukdomar, cancer, luftvägssjukdomar, övriga sjukdomar och olyckor samt självmord.

Mia Ridell från Gubbängens församling hade i ett hörn i kulturhallen ställt upp sina egenhändigt målade möbler, hemsydda lapptäcken och konstnärliga bilder. Vi förundrades över hur hon förvandlat fula och slitna saker till individuella, vackra och behagfulla möbler. Eva Åkebrand, också Gubbängens församling, är utbildad florist. "Balans och stabilitet skapar man genom att kombinera olika sorters växter och sätta de 'tyngre' längst bak", sade hon. Syster Åkebrand tillverkade under sin framställning flera olika sor-

ters arrangemang och vackra dekorationer. Flera systrar än jag själv gick nog hem och tänkte: "Jag kanske också kan göra något vackert!"

Kerstin Zetterman från Gubbängens församling berättade om Jesu vänner, Marta som såg till gästerna och irriterade sig över Maria som satte sig vid Jesu fötter och lyssnade. Marta bad Jesus säga till Maria att hjälpa till, men Jesus svarade att Maria valt det viktigaste – evangeliet. "Både Maria och Marta behövs", påpekade syster Zetterman, "men i rätta proportioner."

Pia Wern, första rådgivare i Hjälpföreningen i Stockholms stav, talade om andlig vägledning. I hennes barndom tog hennes far hennes ende bror med sig för att fiska. Pia och hennes två systrar kände sig orättvist behandlade, så de försåg sig med matsäck för att gå till stugan där deras far och bror skulle befinna sig. När natten kom hade de ännu inte hittat stugan så de övernattade

i skogen. Men de blev beskyddade och kom hem nästa dag, uthungrade och trötta – men oskadda.

Stavspresident Gösta Körlof ledde en gång en övning i lumpen. Han såg på himlen att en storm nalkades och satte mannarna att gräva ut en snögrotta. Eftersom solen sken, hade mannarna svårt att tro honom, men de lydde order. En halvtimme senare kom stormen och hela gruppen tillbringade natten i grottan. Fem civila omkom i stormen, eftersom de inte hade vetat hur de skulle förbereda sig. I livet är det likadant. Om vi lyssnar på profeten, kan vi få varning om kommande stormar och instruktioner om hur vi ska förbereda oss.

President Körlofs slutgiltiga uppmaning till oss var att sprida kärlek och glädje omkring oss var vi än går! ■

*Jennifer Usterud, Täby församling
första rådgivare i Hjälpföreningen*

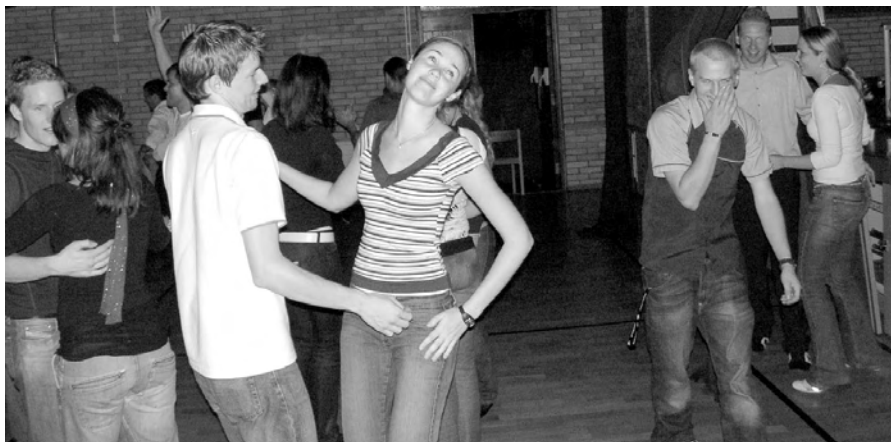
Upplyftande helg för UV i Göteborgs stav

Unga Vuxna från Göteborgs stav, Danmark och Norge, upplevde en händelserik helg 18-19 september 2004, på lördagen volleyboll, brännboll och fotboll i Slottskogen och på kvällen dans i Västra Frölunda kapell.

Söndagens möte på temat "Personlig tillväxt" blev också en härlig dag med Lukas 2:52 som ledmotiv: "Och Jesus växte till i visbet, i ålder och välbehag inför Gud och män-

niskor". Anders Fogelberg talade inspirerande om hur arbete och utbildning, rätt attityd och fokus bidrar till vår personliga utveckling.

Sakramentsmötet höjde anden hos de 128 Unga Vuxna. Först ut var Stefan Ahlström, nyhemkommen missionär, med ett vittnesbörd om Kristus. Lydia Söderberg höll ett kraftfullt tal om att vi bland annat ska förvalta det pund vi fått och



Ungdomarna dansade med liv och lust under lördagen.

utvecklas efter våra förutsättningar. Vår stavspresident Leif Mattsson påminde oss om att liksom Kristus gick från nåd till nåd behöver vi tillväxa allteftersom vi växer i visdom och ålder. Vi är Guds älskade barn som är här för att följa en stor plan för evig utveckling.

Gemenskapen med andra i samma ålder och med samma tro är speciell, vilket Unga Vuxnas tema för 2004, "Ett hjärta och ett sinne", betonar. Det var en härlig helg med mycket roligt och andligt att minnas.

Se gärna www.uvgbg.se, hemsidan för Unga Vuxna i Göteborgs stav. ■

Inga Ottosson,

Västra Frölunda församling, Göteborg

Besök av Västerås släktforskningsklubb

Medlemmar av Västerås släktforskningsklubb kom på studiebesök till kyrkans byggnad i Västerås kvällen den 21 september 2004 för att lära mer om kyrkans resurser för släktforskning. De sex medlemmarna av vårt släkthistoriska centers organisation förklarade med hjälp av

ytterligare åtta medlemmar hur kyrkan är organiserad samt anledningen till att vi som kyrka bedriver släktforskning, nämligen tempelarbete. "Familjer kan vara tillsammans för evigt" framfördes i ett uppskattat sångframförande. De cirka trettio besökande gavs tillfälle att själva gå runt bland olika stationer – det släkt-historiska centret, vikkväggar med tempelbilder, grundläggande släktforskning samt utplacerade Family-Search-datorer. Medlemmar besvarade frågor om evangeliet. En video-film om hur man forskar med hjälp av Family History Library Catalog-ski-van visades. Hela programmet var mycket uppskattat, liksom förfriskningarna. Ordföranden i Västerås släktforskningsklubb visade sitt tack



Medlemmar i Västerås släktforskningsklubb fyllde kapellet.



Henrik Sahlin talar om templets betydelse med en intresserad åhörare.



Intresset var stort vid Bo Wihlmanns demonstration av PAF5.

med att överlämna en medlemsnål från föreningen till kyrkan. Klubben fick motta FHLC- och PAF 5,2-skivorna av oss. Besökarna var mycket imponerade av medlemmarnas goda mottagande och kyrkans principer.

2003 uppfylldes målet som Västerås gren satte två år tidigare, att få ett eget släktforskningscenter. Centret håller öppet minst två kvällar i veckan för både medlemmar och icke medlemmar. Föreståndare är Harry Gustafsson som till hjälp har sex

ämbetsmän och två släktforskningshandledare. Merparten av grenens aktiva medlemmar är nu engagerade i släktforskning vilket resulterat i att tempelbesöken ökat. ■

Henrik Sablin & Harry Gustafsson,
Västerås gren

Psykiskt, fysiskt och andligt välbefinnande nära sammankopplat

Stockholms Södra Stav bjöd lördagen den 25 september 2004 i Västerhaninge kapell in till utbildning i hur vi rätt kan förvalta och förstå sambandet mellan timligt/fysiskt och andligt/känslomässigt (1 Kor 3:16; L&F 29:31-35).

Inbjudna föreläsare var läkaren Maj-Lis Hellénus, chef för forskningsenheten Livsstil och hälsa vid Karolinska Institutet och författare till flera olika skrifter om vikten av fysisk aktivitet och kost för hälsa och välbefinnande, samt Gillian Johansson, dietist på Livsstilsenheten vid Centrum för allmänmedicin vid Karolinska Institutet.

”Rörelse, fysisk aktivitet, är en fantastiskt effektiv medicin”, sade dr Hellénus, ”för att förebygga sjukdomar som har samband med fetma. Stillasittande är lika farligt som att vara storrökare! Stress ger störningar i hormonbalansen och påverkar var fettet lägger sig – runt midjan! Midjemåttet visar om vi befinner oss i riskzonen: ökad risk för män är 94 cm, kvinnor 80 och avsevärt ökad risk



”Stillasittande är lika farligt som att vara storrökare!” understryker dr Maj-Lis Hellénus.

102 respektive 88 cm. (Mätning görs över naveln på en utandning.) Dessa mått gäller oavsett hur lång eller kort man är.

Bukfetma ger matsmältningsrubbingar (kolesterol/förhöjda blodfetter), glukosintolerans (problem för insulinet att reglera kroppens sockerbalans), högt blodtryck, inflammationer, höga urinsyranivåer (ger gikt) och ökad risk för hjärtinfarkt, stroke, diabetes. Motion är en färskvara som bör upprepas minst tre gånger i veckan i trettio- eller flera tiominutersperioder. Vare sig man är överviktig eller inte, är det viktigaste att vara rörlig – och det är aldrig för sent att börja! Bukfettet är det som försvinner först.”

Gillian Johansson berättade att eftersom vi äter cirka femtio ton mat under vår livstid, har vi stora möjligheter att välja *vad* vi äter, liksom *hur* vi äter. Kroppen tar lättare upp energi med 5–6 måltider per dag. Kolhydrater ger oss energi, protein bygger upp våra celler, och vitaminer och mineraler är skyddsämnen. Tallriksmodellen visar en bra fördelning. Vi behöver inte så mycket protein (kött, fisk, ägg) som vi vanligen

äter (belastar njurarna). En fjärdedel fisk eller kött räcker gott, medan resten bör bestå av potatis/ris/pasta/bröd (kolhydrater) samt grönsaker/rotfrukter/frukt/bär (mineraler/vitaminer).

Gillian betonade föräldrars ansvar att lära ut goda matvanor. Maten kan göra oss sockerberoende utan att vi är medvetna om det. Antal sockerbitar i olika vanliga produkter motsvarar t ex i: 1 dl O’Boy 4 st; 1 dl mjölk 2 st; 1 ½ dl blåbärssoppa 8 st; 1 ½ dl fruktyoghurt 6 st; 2 ½ dl läsk 8 st; 1 ½ dl saftkräm 7,5 st och ½ dl ketchup 4 st.

För att se om man väger för mycket, räknar man vikten delat med längden x längden. Blir resultatet mindre än 18,5 = undervikt, 18,5 – 24,9 = normalvikt, 25 – 29,9 = övervikt och över 30 = fetma. Ett gott råd är att vid behov äta mindre portioner och se upp med fett och socker.

Råd och stöd finns under www.viktlinjen.com. ■

BIK

Intressant läsning i ”Varde ljus...”

Torsten Wiklöf, Södertälje församling, har tidigare skrivit böckerna ”Vandra i Bibeln” och ”Missionärsminnen”. En ny skrift, ”Varde ljus...”, kommer inom kort.

”Missionärsminnen” finns i de flesta medlemmars hem nu”, säger broder Wiklöf, ”och den har även sålts till icke medlemmar. Jag har

fått många uppskattande brev och påringningar. De flesta säger sig ha lärt om vikten av tro, mod och prästadörets kraft och att söka den Helige Andens vägledning. Skildringarna om förhållanden i Chile har också varit uppskattade. Många föräldrar skriver att de nu läser boken för sina barn. Andra har gett den till släktingar och vänner samt till undersökare.

En översättning till engelska har redan gjorts och vi hoppas finna någon som kan översätta boken även till spanska, så att medlemmarna i Chile kan läsa den.”

Kompendiet ”Vandra i Bibeln” har blivit mycket uppskattat på en del platser. Det används på hemaftnar, ges till undersökare, och många anser att det öppnat Bibeln för dem och lärt dem svara på olika doktrinära frågor. Det har hjälpt en del skeptiska undersökare att förstå att Mormons bok är helig skrift.

Efterfrågan på ”Min plan” som nämns i ”Missionärsminnen”, sid 113, har blivit så stor, att den kommit ut i bokform med titeln ”Varde ljus ...” Den handlar bland annat om världens historia från Adam till Kristi andra ankomst, Bibelns många profetior och hur de uppfyllts, hur raser och släkten uppkommit, hur den patriarkaliska ordningen fungerat, hur moderna arkeologer bevisat att Bibeln inte är en sagobok och hur Bibeln i sin tur bär vittne om Mormons bok. Boken har två bilagor, en om våra trosartiklar och en om evolutionsläran och dess brister. Där finns mycket intressant att läsa. ■

BIK

Stavsmästerskap i golf

Åtta golfare från Stockholms stav hade en trevlig dag på Enköpings golfbana fredagen den 24 september 2004. Segrare i stavsmästerskapet blev David Luthman, Örebro församling, tätt följd av K-G Jonsson, Borlänge gren, Guy Sjökvist, Täby församling, Ronald Spångberg, Stockholms församling, Sven Luthman, far till David, Ingemar Nyman, Thomas och Marita Möller, alla tre i Täby församling. Poängen kanske inte

var så storslagen, men genom att handicapen varierade från 11,0 till 36,0 blev spänningen ett viktigt inslag.

Segrare 2003 var Thomas Möller och 2002 Owe Rosén, Gävle gren. Fredagen den 16 september 2005 ser arrangören Ingemar Nyman fram emot att alla med handicap upp till 36 som inte lyckades frigöra sig den här gången deltar i golftävlingen, som då spelas för fjärde året i rad. ■

BIK

En sång för min själ – i Örebro

Än en gång har ett lyckat samarbete mellan Gunnel Hedberg och Peter Edvinsson resulterat i en musikalisk teaterupplevelse. Efter år av textförfattande och musikskapande samt cirka nio månaders repetitioner var det premiär den 8 oktober i Örebro kapell. Fyra föreställningar under oktober månad blev snabbt fullbokade, varför biskopsrådet överväger eventuell repris på nyåret 2005.

Reklamlapparna som distribuerats till släkt och vänner, ger denna korta beskrivning:

”En musikalisk teaterupplevelse där humor, kärlek, förlåtelse och offer är ingredienser”.

En sommardag 1910 är gårdsmusikanten Lasse Muntergök på väg hem för att tillsammans med sina orkesterbröder fira sin mors 75-årsdag. Lasse hoppas samtidigt få större förståelse för sin kärlek till musik och sitt liv som kringvandrande spelman.

Hemkomsten blir minnesvärd, familjekonflikten ett faktum, som med tiden förändrar Lasses liv och ger det nya dimensioner. ”En sång för min själ” bygger delvis på verkliga händelser.

Repetitioner och instudering har för det mesta fogats samman med Unga mäns och Unga kvinnors veckoverksamhet, även om annan övningstid också behövts. Biskopsrådet har helhjärtat stött projektet och under församlingens aktivitetskommittés ledning har både yngre och äldre medlemmar engagerats. Olika kommittéer fick i uppdrag att bygga scendekor, studera in sånger, ge regi, skaffa props, upprätta budget, lägga masker och sminka, sy scenkläder, lokaländring och städning, lära in ljus- och ljudteknik, tryckning av reklam, videoinspelning, sekretariat och biljettbokning. Dessa aktiviteter involverade 30–40 av församlingens

medlemmar. De entusiastiska arbetsinsatserna från alla involverade resulterade i att de efter första föreställningen fick höra kommentarer som: "Jag har sett tidigare produktioner men den här var den bästa", eller "Fantastiskt! Visa detta i TV!" och "Budskapet har verkligen hjälpt mig."

Under hela repetitionstiden har enskilda och gemensamma böner hållits för projektets framgång. Sufflösens nödvändiga men oftast inte behövliga insatser visade att bönerna besvarats. Personliga, andliga erfarenheter har flera upplevt och den goda andan i truppen har gjort repetitions-tillfällena till timmar man sett fram emot med iver. För att få rätt balans i rollfördelningen har vi fått tillstånd att låna in ett par förmågor från Karlskoga, Stockholm och Skövde och de bidrog i hög grad till framgången.

Avsikten med hela projektet är att någon eller några ska beröras av innehållet på ett sådant sätt att en del av evangeliets innehåll ska bli "mina fötters lykta och ett ljus på min stig". (Ps 110:105) Publikens bifall och reaktioner tycks ha uppfyllt den målsättningen. ■

Arne Hedberg

Stavscenter blir lokalt släktforskningscenter

Kyrkans policy är numera att det ska finnas ett lokalt släktforskningscenter i varje möteshus. Då man hittills inte lyckats lösa de prak-

tiska problemen för att kunna upprätta ett sådant center i Västerhaninge kapell, fungerar det tidigare stavscentret för släktforskning i Västerhaninge efter beslut av stavspresidentskapet i Stockholms södra stav från och med september 2004 som ett lokalt släktforskningscenter för församlingarna Handen, Västerhaninge och Västerhaninge II.

Bertil Rydgren, högprästens gruppleddare i Handens församling, är kallad som kommittéordförande och huvudansvarig prästadömsledare för det organisatoriskt sett förändrade centret.

Handens församling satsar under sin gruppleddares ledning på släktforskning och tempelverksamhet, bland annat nybörjarkurser i släktforskning under söndagsskoltid, ledda av Margareta Forsnacke, en av våra hängivna och entusiastiska

släktforskare. Hon finns också i centret för att individuellt stödja och bistå kursdeltagarna i det stora uppdrag Herren givit oss, att sammanlänka våra familjer så långt tillbaka som möjligt.

Församlingens ungdomar deltar regelbundet i dop och konfirmation i templet. Första lördagen i varje månad ges medlemmarna möjlighet att delta i förberedande arbete för sina avlidna anförvanter. Hittills har ett tjugotal bröder och systrar regelbundet deltagit i detta viktiga arbete. Vi planerar även att ha regelbundna beseglingssessioner parallellt med våra begåvnings-sessioner en gång i månaden.

Vi är rikt välsignade som har nära till templet och har förmånen att ha två beseglare bland våra bröder. Elia ande sprids alltmer i församlingen. ■

Bertil Rydgren

Redaktör för de lokala sidorna är Birgitta Karlfeldt (BIK). Förslag till nyhetsartiklar kan sändas via e-post till birgitta.karlfeldt@telia.com. Alla artiklar redigeras. Prästadömsledare, primär- och hjälpföreningsledare samt ledare för Unga män och kvinnor bör vid större konferenser eller andra speciella aktiviteter alltid utse någon att skriva och ta bilder för att sedan *inom tre veckor* mejla in detta till redaktionen. Artiklarna ska spegla tillämpandet av profetens och apostlarnas aktuella lärdomar – tjänandeprojekt, tempelresor, historiska händelser, tillväxt, medlemsmissionärsarbete, humanitär hjälp, framgång inom seminariet eller institutet etc.

Bilder ska *helst* vara originalfoton, inte datautskrivna elektroniska bilder. Digitala eller scannade bilder måste ha hög upplösning (300 dpi) och sändas separat, inte tillsammans med en artikel. Alla bilder ska förses med bildtext samt namn på fotograf. Papperskopior av bilder sänds till adress Stora Hundens gata 618, 136 64 HANINGE. Bilder returneras inte. Dikter publiceras inte. ■