

Liahona

FÖRSTASIDESARTIKEL:

Konsten att bygga ett familjeliv, s 26

Möt äldste Cook, s 16

Musikens makt, s 30, 36, LS8



Första presidentskapet: Thomas S Monson,
Henry B Eyring, Dieter F Uchtdorf

De tolv apostlarnas 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, David A Bednar, Quentin L Cook

Chefredaktör: Jay E Jensen

Rådgivande: Gary J Coleman, Yoshihiko Kikuchi,
Gerald N Lund, W Douglas Shumway

Verkställande direktör: David L Frischknecht
Planerings- och redigeringschef: Victor D Cave

Seniorredaktör: Larry Hiller

Grafisk chef: Allan R Layborg

Redaktionschef: R Val Johnson

Biträdande redaktionschef: Jenifer L Greenwood

Medredaktörer: Ryan Carr, Adam C Olson

Biträdande redaktör: Susan Barrett

Redaktionspersonal: Christy Banz, Linda Stahle Cooper,
David A Edwards, LaRene Porter Gaunt, Carrie Kasten,
Jennifer Maddy, Melissa Merrill, Michael R Morris, Sally J
Odekirk, Judith M Paller, Vivian Paulsen, Joshua J. Perkey,
Kimberly Reid, Richard M Romney, Don L Searle, Janet
Thomas, Paul VanDenBerghe, Julie Wardell

Chefssekreterare: Laurel Teuschler

Grafisk chef: M M Kawasaki

Grafikansvarig: Scott Van Kampen

Produktionschef: Jane Ann Peters

Design- och produktionspersonal: Cali R Arroyo, Collette
Nebeker Aune, Howard G Brown, Julie Burdett, Thomas S
Child, Reginald J Christensen, Kathleen Howard, Eric P
Johnsen, Denise Kirby, Ginny J Nilson, Randall J Pixton

Tryckerichef: Craig K Sedgwick

Distributionschef: Randy J Benson

Översättning: Claes-Göran Edlund

Ansvarig utgivare för Kyrkonytt: Gösta Körlof

Redaktör: Eivor Hagman

Medusagatan 2A

533 38 Jönköping

Tfn/Fax 036-71 96 63

E-post: eivorhagman@hotmail.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 distributionscentret.
Avgiftsfritt telefonnummer: 00800 3478 3388. Priset för en
helårsprenumeration är SEK 150:00 (inkl moms och porto)
och betalas till pg 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-post till liahona@ldschurch.org.

Liahona (en term i Mormons bok som betyder "kompass"
eller "vägvisare") publiceras på albanska, armeniska,
bislama, bulgariska, cebuano, danska, engelska, estniska,
fijianska, finska, franska, grekiska, haitiska, hindi, holländ-
ska, indonesiska, isländska, italienska, japanska, kambod-
janska, kinesiska, kiribat, koreanska, kroatiska, lettiska,
litauiska, malagassiska, marshallesiska, mongoliska, norska,
polska, portugisiska, rumänska, ryska, samoanska, singale-
siska, slovenska, spanska, svenska, tagalog, tahitiska, tamil,
telugu, thailändska, tjeckiska, tonganska, tyska, ukrainska,
ungerska, urdu och vietnamesiska. (Hur ofta den utkommer
varierar för olika språk.)

© 2008 Intellectual Reserve, Inc. Med ensamrätt.

Tryckt i Förenata staterna.

Text och visuellt material i *Liahona* får kopieras för tillfällig
bruk, som inte är kommersiellt, i kyrkan eller hemmet. Visuellt
material får inte kopieras om restriktioner för detta anges intill
konstverket. Copyrightfrågor 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 "Languages".

For Readers in the United States and Canada:

April 2008 Vol. 132 No. 4. 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, \$12.00 plus applicable
taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah.
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 Poste Information: Publication Agreement
#40017431)

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

LIAHONA, APRIL 2008



2 En skatt av evigt värde



36 Psalmernas helande verkan

PÅ OMSLAGET

Framsidan: Illustration Esther Tsai,
kopiering förbjuden. Baksidan:

Foto John Luke.

LILLA STJÄRNAN, OMSLAGET

Illustration Dilleen Marsh.



8 Försoningen och tro



16 Ett villigt hjärta och sinne

FÖR VUXNA

- 2 Budskap från första presidentskapet: En skatt av evigt värde *Thomas S Monson*
- 8 Försoningen och tro *Dallin H Oaks*
- 16 Äldste Quentin L Cook: Ett villigt hjärta och sinne *Jeffrey R Holland*
- 25 Besökslärarnas budskap: Äktenskapet mellan man och kvinna är instiftat av Gud
- 26 Enligt gudomlig plan
- 36 Psalmernas helande verkan
- 44 Sista dagars heliga berättar
Till slut ville mamma veta
Treasure Elder Barfuss
Hur kunde hon förlåta honom?
Thomas E Horlacher
Hur jag fann Kristus i Kapernaum
Jason Jones
- 48 Brev till redaktionen

FÖRSLAG TILL FAMILJENS HEMAFTON

*De här undervisningsförslagen
kan användas både
i klassrummet och
hemma. Skraddarsy för-
slagen så att de passar in
på din familj eller klass.*

**"Värdig musik,
värdiga tankar",**

s 30: Börja med att leka en lek där
familjemedlemmarna försöker
komma på vilken psalm eller pri-
märsång som spelas bara genom att
höra en eller två noter och sedan
tre eller fyra. Om de inte kan gissa
vilken det är kan du ge en liten

ledtråd. Samtala om hur musiken
är en viktig del av vårt liv och hur
god musik kan inspirera oss.
Förklara med hjälp av arti-
keln hur musik kan påverka
våra tankar och användas
för att kontrollera
dem. Sätt upp som
mål att lära er orden till en favo-
ritpsalm utantill.

**"Förbered dig för att ta emot
templets förrättningar",** s 40: Skriv
ner broder Dahlquists åtta rekom-
mendationer på papperslappar och
låt varje person välja en. Be var och



FÖR UNGDOMAR

- 14 Med nya ögon
Angie Bergstrom Miller
- 22 Frågor och svar:
Vad ska jag säga när
mina vänner säger
att Jesus Kristus var
en stor morallärare men inte Frälsaren eller Guds
Son?
- 30 Världig musik, värdiga tankar
Boyd K Packer
- 40 Förbered dig för att ta emot templets förrättningar
Charles W Dabquist II



30 Världig musik, värdiga tankar



- 40 Förbered dig för att ta emot
templets förrättningar

När du letar efter den finska VDR-ringen som
är gömd i det här numret kan du tänka på hur du
får hjälp att välja rätt när du följer profeten.



en att berätta hur deras råd kan hjälpa oss stå på heliga platser och förbereda oss för att ta emot templets förrättningar. Använd utdrag från artikeln som stöd för diskussionen. Välj en princip att arbeta på som familj under de kommande veckorna.

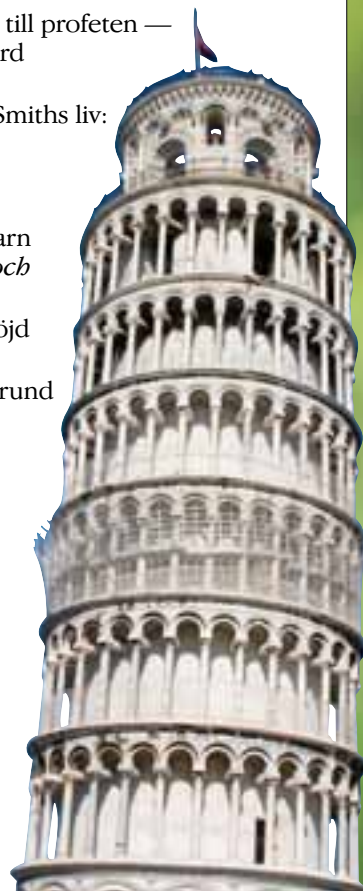
“Mammas sång”, s LS8: När du har läst berättelsen ber du familjemedlemmarna att berätta om tillfällena då de har varit rädda. Fråga dem vad de gjorde för att övervinna rädslan. Samtala om hur vi kan bli hjälpta av att sjunga

en psalm eller primärsång. Välj en sång som familj eller enskilt som ni kan tänka på när ni behöver tröst eller styrka.

“Var nöjd”, s LS12: Berätta vad äldste Odumes pappa ville att hans familj skulle lära sig. För att hjälpa barnen se sina välsignelser kan du göra en ”tacksamhetsburk”. Be familjemedlemmarna skriva eller rita sådant som de är tacksamma för och lägga papperna i burken. Uppmuntra barnen att också tänka på välsignelser som inte har med saker att göra.

LILLA STJÄRNAN: FÖR BARN

- LS2 Kom lyssna till en profets röst: Tre broar
Thomas S Monson
- LS4 Samlingsstunden: Lyss till profeten —
Han ger oss Herrens ord
Linda Christensen
- LS6 Från profeten Joseph Smiths liv:
Den första synen
- LS8 Mammas sång
Sheila Kindred
- LS10 Sång: Om jag var ett barn
Mabel Jones Gabbott och Darwin Wolford
- LS12 Vänner emellan: Var nöjd
Alexander A Odume
- LS14 Nya vänner: På säker grund
Jennifer Maddy



ÄMNEN I DETTA NUMMER

Sidnumren representerar artikelns första sida.

LS = <i>Lilla stjärnan</i>	Omvändelse, 44, 45,
Arv, 2	LS12
Besöksundervisning, 25	Primär, LS4
Cook, Quentin L, 16	Profeter, LS4
Den första synen, LS6	Psalmer, 36
Den Helige Anden, 36	Senfärdighet, 2
Döden, 44	Skriftstudier, 46
Exempel, LS14	Smith, Joseph, LS6
Familjen, 26, LS12	Tankar, 30
Familjens hemafton, 1, 26	Tempel, 40
Förberedelse, 2, 40	Tillkännagivandet om
Förlåtelse, 45	familjen, 25, 26
Förnöjsamhet, LS12	Tro, 8, 22, LS12
Förrättningar, 40	Tröst, 36, LS8
Hemundervisning, 2	Uppoffringar, 2
Jesus Kristus, 22, LS10	Vittnesbörd, 22
Lydnad, LS12	Äktenskap, 25, 26
Musik, 30, 36, LS8	

En skatt av evigt värde



Mästaren talade om rikedomar som är inom räckhåll för alla — ja, utesäglig glädje här och evig lycka i nästa liv.

PRESIDENT THOMAS S MONSON

Som pojke läste jag med förtjusning *Skattkamarön* av Robert Louis Stevenson. Jag såg också äventyrsfilmer där några män hade var sin bit av en sliten karta som visade vägen till en nergrävd skatt, om man bara kunde hitta alla bitarna och sätta ihop dem.

Jag minns att jag lyssnade på ett femtonminutersprogram på radion varje vardagseftermiddag — *Jack Armstrong, belyllepojken*. När programmet började hörde man en mystisk röst säga i radion: ”Vi går nu med Jack och Betty mot den sägenomspunna hemliga ingången till elefanternas begravningsplats, där en skatt ligger gömd. Men vänta! Faran lurar på vägen framför oss.” Ingenting kunde slita mig från det programmet. Det var som om jag själv ledde sökandet efter den gömda skatten av dyrbart elfenben.

I en annan tid och under andra omständigheter talade världens Frälsare om skatter. I sin bergspredikan förkunnade han:

”Samla inte skatter på jorden, där rost och mal förstör och där tjuvar bryter sig in och stjälar.

Samla er skatter i himlen, där varken rost

eller mal förstör och där inga tjuvar bryter sig in och stjälar.

”Ty där din skatt är, där kommer också ditt hjärta att vara.”¹

Den utlovade belöningen var ingen skatt av elfenben, guld eller silver. Inte heller bestod den av landområden eller en aktieportfölj. Mästaren talade om rikedomar som är inom räckhåll för alla — ja, utesäglig glädje här och evig lycka i nästa liv.

Jag har valt att ta fram de tre bitarna av din skattkarta som leder dig till evig lycka. De är:

1. Lär av det förgångna.
2. Förbered dig för framtiden.
3. Lev i nuet.

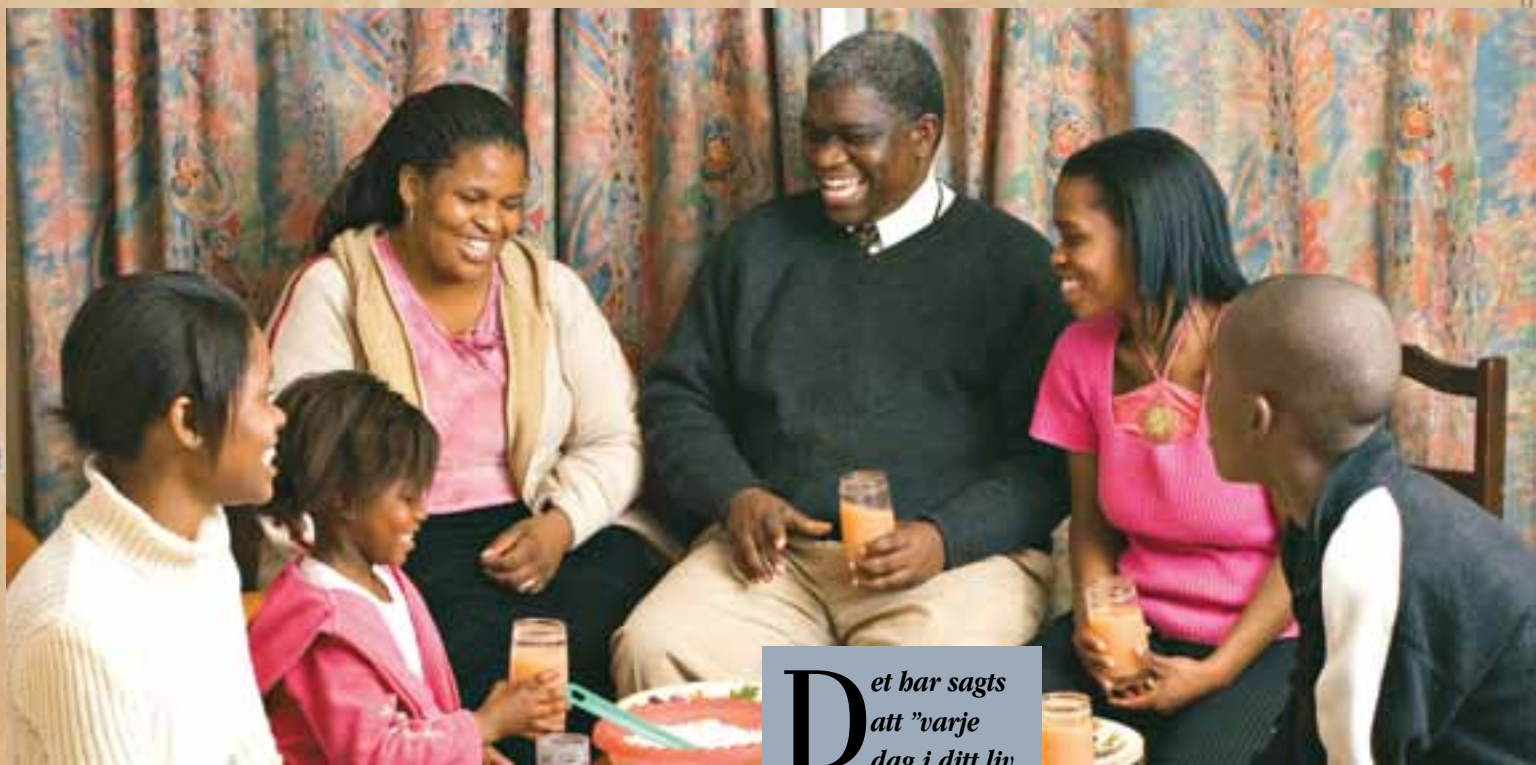
Låt oss se på varje del av kartan för sig.

Lär av det förgångna

Vi har alla en arvedel — vare sig det är pionjärfäder, senare omvända eller andra som hjälpt till att forma vårt liv. Denna arvedel är en grund som byggts av uppoffringar och tro. Vi har förmånen och ansvaret att bygga vidare på denna fasta och stabila grund.

Karen Nolen skrev en berättelse som gavs ut i *New Era* 1974 där hon berättar om Benjamin Landart, som 1888 var femton år gammal och en framstående violinist. Att bo





Det har sagts
att "varje
dag i ditt liv
är ett speciellt
tillfälle ... Varje dag,
varje timma, varje
minut är något
särskilt".

på en gård i norra Utah med sin mor och sju syskon var ibland svårt för Benjamin eftersom han fick mindre tid än han hade önskat att spela på sin fiol. Ibland brukade hans mor låsa in fiolen tills han gjort sina sysslor på gården, så svår var frestelsen att spela för Benjamin.

På hösten 1892 ombads Benjamin att resa till Salt Lake City för att provspela för en plats i territoriets orkester. För honom var det en dröm som blivit sann. Efter flera veckors övning och böner for han till Salt Lake City i mars 1893 till den länge emotsedda provspelningen. När dirigenten, Mr Dean, hört Benjamin spela, talade han om för honom att han var den bästa violinist han hört väster om Denver. Han ombads komma till Denver kommande höst för repetitioner och fick veta att han skulle tjäna tillräckligt för att försörja sig plus en del att sända hem.

En vecka efter den glada nyheten kallade emellertid Benjamins biskop honom till sitt kontor och frågade om han inte kunde skjuta upp orkesterplanerna ett par år. Han sade till Benjamin att innan han började tjäna pengar fanns det något han var skyldig Herren. Sedan bad han Benjamin ta emot en missionärskallelse.

Benjamin tyckte nästan att den missade chansen att spela i territoriets orkester var mer än han kunde stå ut med, men han visste ändå vilket beslut han skulle fatta. Han lovade biskopen att om han hade någon möjlighet att få fram pengar till en mission, så skulle han ta emot kallelsen.

När Benjamin berättade för sin mor om kallelsen blev hon överlycklig. Hon berättade för honom att hans far alltid hade velat gå ut som missionär men att han hade dött innan han fått möjlighet till det. Men när de diskuterade hur missionen skulle finansieras, mulnade hennes ansikte. Benjamin sade att han inte ville låta henne sälja ännu mer av deras mark. Hon studerade hans ansikte en stund och sade sedan: "Ben, det finns ett sätt att få fram pengarna. Vår familj äger en sak som är tillräckligt värdefull för att räcka till en mission. Du får sälja fiolen."

Sex dagar senare, den 23 mars 1893, skrev Benjamin i sin dagbok: "Jag vaknade i morse och tog fram min fiol ur fodralet. Hela dagen spelade jag den musik jag älskade. På kvällen, när det skymde och jag inte längre såg att spela, lade jag tillbaka instrumentet i fodralet. Det får räcka. I morgon reser jag till min mission."

Fyrtiofem år senare, den 23 juni 1938, skrev Benjamin i sin dagbok: "Det bästa beslut jag någonsin fattat i mitt liv var att avstå från något jag älskade så högt för den Gud jag älskade ännu mer. Han har aldrig glömt mig för detta."²

Lär av det förgångna.

Förbered dig för framtiden

Vi lever i en föränderlig värld. Tekniken har förändrat nästan varje del av vårt liv. Vi måste klara av de här framstegen — och dessa omvälvande förändringar — i en värld som våra förfäder inte kunde drömma om.

Kom ihåg Herrens löfte: "Om I ären beredda skolen I icke frukta."³ Rädsla är framåtskridandets dödsfiende.

Förberedelser och planering är nödvändiga för att vi inte ska slösa bort vårt liv. Utan mål kan vi inte nå verklig framgång. En av de bästa definitioner på framgång jag funnit låter ungefär så här: Framgång är ett fortlöpande förverkligande av värdiga ideal. Någon har sagt att problemet med att inte ha något mål är att man kan springa hela livet fram och tillbaka på banan utan att någonsin korsa mållinjen.

För många år sedan sjöngs en romantisk, fantasifull ballad som innehöll frasen: "En önskan gör allting bra, så önska, och allt blir som det ska."⁴ Jag vill säga här och nu att önskningar inte kan ersätta grundlig förberedelse när det gäller livets prövningar. Förberedelser innebär hårt arbete, men de är absolut nödvändiga för framgång.

Vår färd in i framtiden blir ingen jämn motorväg som sträcker sig härifrån till evigheten. I stället möter vi vägskäl och kurvor på vägen, för att inte tala om oväntade gupp. Vi måste be varje dag till vår kärleksfulle himmelske Fader som vill att var och en av oss ska lyckas i livet.

Förbered dig för framtiden.

Lev i nuet

Ibland låter vi våra tankar på morgondagen ta upp allt för mycket av i dag. Dagdrömmar om det förgångna och längtan efter framtiden kan ge tröst men kan inte ersätta vårt liv här och nu. Detta är möjligheternas dag för oss, och vi måste fånga den.

Professor Harold Hill ger i Meredith Willsons *The Music Man* varningen: "Om du samlar på morgondagar, kanske du finner att du bara har en mängd tomma gårdagar."

Det blir ingen morgondag att minnas om vi inte gör

något i dag, och för att leva helt och fullt i dag måste vi göra det som är allra viktigast. Låt oss inte skjuta upp det som betyder mest.

Jag läste nyligen om en man som strax efter sin hustrus bortgång öppnade hennes byrålåda och fann ett klädesplagg som hon hade köpt när de besökte östra delen av Förenta staterna nio år tidigare. Hon hade aldrig haft det på sig, utan sparat det till något speciellt tillfälle. Nu skulle förstås det tillfället aldrig komma.

Den här mannen berättade det hela för en vän och sade: "Spara aldrig något bara för ett speciellt tillfälle. Varje dag i ditt liv är ett speciellt tillfälle."

Vännen sade senare att de orden förändrade hennes liv. De hjälpte henne att sluta skjuta upp sådant som var viktigt för henne. Hon sade: "Nu är jag mer med min familj. Jag använder kristallglas varje dag. Jag har nya kläder på mig till snabbköpet om jag känner för det. Jag håller på att sluta använda orden 'nån gång' och 'endera dan'. Nu tar jag mig tid till att ringa mina släktingar och nära vänner. Jag har ringt gamla vänner för att ordna upp gamla meningsskiljaktigheter. Jag talar om för min familj hur mycket jag älskar dem. Jag försöker att inte försena eller skjuta upp någonting som kan få mig att skratta och vara glad. Och varje morgon säger jag till mig själv att det här kan bli en alldeles särskild dag. Varje dag, varje timma, varje minut är något särskilt."

Ett underbart exempel på den här filosofin återgavs av Arthur Gordon för många år sedan i en tidskrift. Han skrev:

"När jag var omkring 13 år och min bror 10, hade far lovat att ta med oss på cirkus. Men vid lunchtiden kom ett telefonsamtal: Han var tvungen att ta itu med något brådsakande på kontoret. Vi förberedde oss på besvikelsen. Men så hörde vi honom säga i luren: 'Nej, jag kommer inte. Det får vänta.'

När han kom tillbaka till bordet, log mor. 'Cirkusen kommer tillbaka, vet du', sade hon.

'Jag vet', sade far. 'Men det gör inte barndomen.'⁵



Äldste Monte J Brough, tidigare i de sjuttios kворum, berättar om en sommar i hans barndomshem i Randolph, Utah, när han och hans yngre bror Max bestämde sig för att bygga en koja i ett stort träd på bakgården. De planerade sitt livs underbaraste skapelse. De samlade ihop byggnadsmaterial från hela grannskapet och bar upp det till den plats i trädet där två grenar utgjorde en idealisk plats för en koja. Det var svårt, och de var ivriga att bli färdiga. Visionen av den färdiga trädkojan gav dem en stark motivation att fullborda projektet.

De arbetade hela sommaren och till sist på hösten, strax innan skolan skulle börja igen, var kojan klar. Äldste

Det gamla talesättet "skjut aldrig upp till morgondagen vad du kan göra i dag" är dubbelt viktigt i fråga om att uttrycka kärlek och tillgivenhet till släktingar och vänner.

Brough säger att han aldrig ska glömma känslan av glädje och tillfredsställelse de kände när de äntligen kunde njuta frukten av sitt arbete. De satt i kojan, såg sig om några minuter, klättrade ner från trädet — och kom aldrig tillbaka dit. Det färdiga projektet, hur underbart det än var, lyckades inte behålla deras intresse ens en dag. Med andra ord: Planeringen, insamlandet, byggandet och arbetet — inte det färdiga projektet — var det som gav den bestående tillfredsställelse och glädje de upplevde.

Låt oss avnjuta livet medan vi lever det och, liksom äldste Brough och hans bror Max, finna glädje i färden.

Skjut inte upp

Det gamla talesättet "skjut aldrig upp till morgondagen vad du kan göra i dag" är dubbelt viktigt i fråga om att uttrycka kärlek och tillgivenhet — i ord och handling — till släktingar och vänner. Författarinnan Harriett Beecher Stowe sade: "De bittraste tårar som gjuts över graven är över ord som lämnats osagda och handlingar som lämnats ogjorda."⁶

En poet har i en vers beskrivit sorgen över för alltid förlorade möjligheter. Jag citerar en del här:

*Ett kvarter bort har jag en vän,
som jag har planer på att besöka se'n.
Men dagar och veckor och månader går,
innan jag vet ordet av har det gått ett år.
Jag binner aldrig träffa min gode vän,
för tiden flyr och jag kan inte fånga den ...
Morgondagen kommer och morgondagen går,
avståndet mellan oss växer och består.*

*Bara ett kvarter bort, men utom räckhåll känner jag —
telegrammet kommer:*

"Jim dog idag."

*Kanske är det vad vi förtjänar till sist:
Ett kvarter bort en vän som vi mist.⁷*

I enlighet med andan i den versen bestämde jag mig för några år sedan för att inte längre skjuta upp att besöka en kär vän som jag inte sett på många år. Jag hade tänkt hälsa på honom i Kalifornien men det hade inte blivit av.

Bob Biggers och jag träffades när vi båda tjänstgjorde vid staben på flottans utbildningscenter i San Diego, Kalifornien, mot slutet av andra världskriget. Vi blev goda vänner ända från början. Han besökte Salt Lake City en gång innan han gifte sig och vi höll kontakten per brev efter det att jag muckade 1946. Min hustru Frances och jag har utväxlat julkort varje år med honom och hans hustru Grace.

Slutligen, i början av januari 2002, planerade jag in ett besök på en stavskonferens i Whittier i Kalifornien, där paret Biggers bor. Jag ringde till min vän Bob, som nu är 80, och ordnade så att Frances och jag kunde träffa honom och Grace så att vi kunde prata om gamla tider.

Det blev ett underbart besök. Jag hade med mig ett antal fotografier som hade tagits när vi låg i flottan tillsammans för över 55 år sedan. Vi pekade ut dem vi kände och utbytte adresser så gott vi kunde. Bob är inte medlem i kyrkan, men han mindes att han varit på ett sakramentsmöte med mig för länge sedan när vi var stationerade i San Diego.

När Frances och jag tog farväl av Bob och Grace kände jag en överväldigande känsla av frid och glädje över att äntligen ha sett till att än en gång träffa en vän som jag mindes med värme under alla dessa år.

En dag får vi alla slut på morgondagar. Låt oss inte skjuta upp det som är viktigast.

Lev i nuet.

Nu har du skattkartan på plats: **Lär av det förgångna. Förbered dig för framtiden. Lev i nuet.**

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. Fråga familjemedlemmarna hur de förbereder sig för en händelse. Hur långt i förväg börjar de förbereda sig? Säg att vi behöver förbereda oss för evigt liv genom att samla skatter i himlen. Läs Matteus 6:19–21 och be familjemedlemmarna turas om att läsa styckena i budskapet.

2. Läs det första stycket under rubriken "Lär av det förgångna" och be familjemedlemmarna berätta om en person eller händelse som har haft positivt inflytande på deras liv. Vittna om att ett sätt att få vägledning på vägen mot evig lycka är att lära sig av det förgångna.

3. Återge en eller två av berättelserna under rubriken "Lev i nuet". Be familjemedlemmarna att sätta upp ett mål för att göra en viktig sak som de har skjutit på. Nästa månad kan du be familjemedlemmarna berätta hur det gick.

Jag slutar där jag började. Med vår Herre och Frälsare: "Samla inte skatter på jorden, där rost och mal förstör och där tjuvar bryter sig in och stjälar.

Samla er skatter i himlen, där varken rost eller mal förstör och där inga tjuvar bryter sig in och stjälar.

Ty där din skatt är, där kommer också ditt hjärta att vara."⁸ ■

SLUTNOTER

1. Matt 6:19–21.
2. Se "Benjamin: Son of the Right Hand", *New Era*, maj 1974, s 34–37.
3. L&F 38:30.
4. "Wishing (Will Make It So)", text av B G DeSylva.
5. *A Touch of Wonder* (1974), s 77–78.
6. I *The Harper Book of American Quotations* (1988), sammanställd av Gorton Carruth och Eugene Ehrlich, s 173.
7. Charles Hanson Towne, "Around the Corner", i *Poems That Touch the Heart*, sammanställda av A L Alexander (1941), s 1.
8. Matt 6:19–21.

Försoningen och tro



För att få komma tillbaka till hans närhet måste vi vara mer än rena. Vi måste också förändras från en moraliskt svag person som har syndat till en stark person med den andliga ställning som krävs för att få vistas i Guds närhet.

ÄLDSTE DALLIN H OAKS
i de tolv apostlarnas kворum

Evangeliets första princip är tro på Herren Jesus Kristus. Utan denna tro, sade profeten Mormon, är vi inte redo att bli räknade ibland hans kyrkas medlemmar. (Se Moroni 7:39.) Det första budet Jehova gav Israels barn var: ”Du skall inte ha andra gudar vid sidan av mig.” (2 Mos 20:3) Vi bör alltid sätta Frälsaren främst. Denna mäktiga tanke — att vi måste ha tro och sätta Herren främst i vårt liv — verkar enkel, men många anser det vara svårt i praktiken.

I skrifterna står det att tro kommer av att lyssna på Guds ord. (Se Rom 10:17.) Guds ord, som kommer till oss genom skrifterna, profetisk undervisning och personlig uppenbarelse, lär oss att vi är barn till Gud, den evige Fadern. Det lär oss om Jesu Kristi identitet och uppgift, hans som är Faderns enfödde Son, vår Frälsare och Återlösare. Grundad på vår kunskap om dessa sanningar är tro på Herren Jesus Kristus en övertygelse och förtröstan om att Gud känner oss och älskar oss och hör våra böner och besvarar

dem med det som är bäst för oss.

Tro på Herren är förtröstan på Herren. Vi kan inte ha sann tro på Herren utan att också ha fullständigt förtroende för Herrens vilja och på Herrens val av tidpunkt. Som resultat kan inte denna tro, hur stark den än är, ge ett resultat som strider mot hans vilja som vi tror på. Tänk på det när dina böner inte verkar besvaras på det sätt eller vid den tidpunkt du önskar. Kraften i tron på Herren Jesus Kristus är alltid underkastad himlens ordning, Herrens godhet, vilja, visdom och val av tidpunkt. När vi har den sortens tro och tillit till Herren, upplever vi verklig trygghet och frid i livet.

Vi ser först till vår Frälsare, Jesus Kristus. Han är vårt föredöme. Vårt föredöme är inte den senaste populära stjärnan inom sport eller underhållning. På liknande sätt består inte våra mest värdefulla ägodelar av dyra leksaker eller tidsfördriv som uppmuntrar oss att koncentrera oss på sådant som är timligt och att glömma det som är evigt. Vårt föredöme — vår främsta prioritet — är Jesus



Kung Benjamins församling beskrev sin mäktiga förändring med att säga att de "icke mera [både] någon benägenhet att göra ont, utan alltid gott". Personer som upplevt denna slags förändring i hjärtat har uppnått den andliga ställning som krävs för att få vistas i Guds närhet.

Kristus. Vi måste vittna om honom och lära varandra hur vi kan tillämpa hans lärdomar och hans exempel i vårt liv.

Frälsaren uppbygger oss

President Brigham Young (1801–1877) gav oss några praktiska råd om hur man kan känna igen honom som vi följer. "Skillnaden mellan Gud och djävulen", sade han, "är att Gud skapar och organiserar, medan djävulens hela avsikt är att förgöra."¹ I den jämförelsen har vi ett bra exempel på sanningen "att det finnes en motsats till allting". (2 Nephi 2:11)

Kom ihåg att vår Frälsare, Jesus Kristus, alltid bygger upp och aldrig bryter ner oss. Vi bör tillämpa kraften i det exemplet när det gäller hur vi använder vår tid, bland annat i fråga om fritidssysselsättningar och tidsfördriv. Tänk på ämnena i böcker, tidningar, filmer, teve och musik som vi gjort populära genom att ge dem vårt stöd. Är den underhållning vi väljer att se uppbyggande eller nedbrytande för Guds barn?

Under min livstid har jag sett en stark tendens att byta ut det som bygger upp och förädlar Guds barn mot framställningar och



beteenden som är nedslående, förnedrande och nedbrytande. Det mäktiga i denna jämförelse är att allt det som bygger upp människor tjänar Mästarens sak och allt som bryter ner människor tjänar motståndarens sak. Varje dag främjar vi det ena eller det andra genom vårt stöd därtill och genom våra tankar och önskningar. Detta bör påminna oss om vårt ansvar att stödja det som är gott och motivera oss att göra det på ett sätt som är välbehagligt för honom vars lidande ger oss hopp och vars exempel ger oss vägledning.

Lidande är en del av omvändelse

Det centrala i Jesu Kristi evangelium — dess mäktigaste begrepp, förutom den universella uppståndelsen — är Frälsarens försoning. Vi är hans tjänare och det är viktigt att vi förstår vilken inverkan försoningen har i vårt liv och i deras liv som vi undervisar. En viktig del av denna kunskap är att vi förstår sambandet mellan rättvisa och nåd och försoningen, och vilken roll lidande och omvändelse har i denna gudomliga process.

Rättvisans fruktansvärda krav på dem som har överträtt Guds lagar — det tillstånd av bedrövelse och ändlös pina som beskrivs i skrifterna — kan hindras och svepas bort av Jesu Kristi försoning. Detta samband mellan rättvisa å ena sidan och nåd och försoningen å andra sidan är huvudbegreppet i Jesu Kristi evangelium.

Mormons bok lär att Frälsaren inte återlöser människor i deras synder: ”De onda [förbliva] som om ingen återlösning hade skett utom det att dödens bojar skola upplösas.” (Alma 11:41) Frälsaren kom för att återlösa människorna från deras synder på villkor att de omvänder sig. (Se Helaman 5:11.)

Ett av dessa omvändelsens villkor är tro på Herren Jesus Kristus, vilket inbegriper att vi tror och litar på hans



försoningsoffer. Som Amulek lärde: ”Den som icke utövar tro till omvändelse är utsatt för de krav, som rättvisan enligt hela lagen ställer. Sålunda kommer den stora och eviga återlösningens planen endast den till godo, som har tro till att omvända sig.” (Alma 34:16) Detta innebär naturligtvis att den som inte omvänder sig måste lida för sina synder. Innebär det också att en person som omvänder sig

President Brigham Young lärde: ”Skillnaden mellan Gud och djävulen är att Gud skapar och organiserar, medan djävulens hela avsikt är att förgöra.”

inte behöver lida alls eftersom hela straffet läggs på Frälsaren? Det kan inte vara meningen eftersom det inte stämmer överens med Frälsarens andra lärdomar.

I Alma 34:16 står det att den som omvänder sig inte behöver lida som Frälsaren gjorde för denna synd. De syndare som omvänder sig får erfara ett visst lidande, men, tack vare sin omvändelse och försoningen behöver de inte erfara den fulla omfattningen av det eviga lidande som Frälsaren

utstod för denna synd.

President Spencer W Kimball (1895–1985), som gav oss sådan genomgripande undervisning om omvändelse och förlåtelse, sade att personligt lidande är en mycket viktig del av omvändelse. ”En person har inte börjat omvända sig förrän han har lidit intensivt för sina synder ... Om en person inte har lidit”, sade han, ”har han inte omvänt sig.”²

Frälsaren undervisade om denna princip när han sade att hans försoningsoffer omfattade ”alla dem som hava ett förkrossat hjärta och en ångerfull ande, och för ingen annan kan lagen fullbordas”. (2 Nephi 2:7) Den botfärdige syndare som kommer till Kristus med ett förkrossat hjärta och en bedrövad ande har genomgått en process av egen smärta

och eget lidande för synden. Han eller hon förstår innebörden i Almas ord att ingen utom de i sanning botfärdiga blir frälsta. Alma den yngre förstod detta. Läs hans ord i Mosiah 27 och i Alma 36.

Omvändelse har varit ett budskap som förekommit i alla tidsutdelningar.



Hur trösterikt är inte löftet i Jesaja 1:18 att "om era synder än är blodröda, skall de bli snövita".

President Kimball sade: "Ofta tror människor att de har omvänt sig och är värdiga förlåtelse när allt de har gjort är att uttrycka sorg eller ånger över den beklagliga händelsen."³

Det är stor skillnad mellan sorgen efter Guds vilja (se 2 Kor 7:10), som innefattar personligt lidande, och den lättsamma och relativt smärtfria sorgen över att ha blivit ertappad eller den malplacerade sorg Mormon beskriver som "de förtappades sorg, emedan Herren icke ville tillåta dem att alltid finna lycka i synd". (Mormon 2:13)

Vi måste åstadkomma en mäktig förändring

Varför är det nödvändigt att vi lider på vägen mot omvändelse för allvarliga överträdelser? Vi har en tendens att tänka på omvändelsens följder som enbart ett renande från synd, men det ger en ofullständig bild. En person som syndar är som ett träd som lätt böjer sig i vinden. En blåsig och regnig dag böjer sig trädet så långt ner mot marken att bladen blir nedsmutsade av jord. Om vi bara koncentrerar oss på att rengöra bladen kan trädets svaghet som får det att böja sig och smutsa ner bladen bli kvar. På liknande sätt kommer en person som bara är ledsen för att han eller hon smutsas ner av synden att synda igen vid nästa storm. Svagheten får trädet att fortsätta böjas tills det har blivit stärkt.

När en person har genomgått den process som resulterar i vad skrifterna kallar ett förkrossat hjärta och en ångerfull ande, gör Frälsaren mer än att rena honom eller henne från synd. Han ger honom eller henne också

ny styrka. Denna styrka är av största betydelse för att vi ska förstå syftet med reningen, vilket är att vi ska kunna återvända till vår himmelske Fader. För att få komma tillbaka till hans närhet måste vi vara mer än rena. Vi måste också förändras från en moraliskt svag person som har syndat till en stark person med den andliga ställning som krävs för att få vistas i Guds närhet. Vi måste, som det står i skrifterna, bli "en helig genom Herrens, Kristi, försoning". (Mosiah 3:19) Det är det skrifterna menar med förklaringen att en person som har omvänt sig från sina synder överger dem. (Se L&F 58:43.) Att överge en synd är mer än att bestämma sig för att inte upprepa den. Att överge synden kräver en grundläggande förändring hos personen.

Kung Benjamins församling beskrev denna mäktiga förändring med att säga att de "icke mera hava någon benägenhet att göra ont, utan alltid gott". (Mosiah 5:2) Personer som upplevt denna slags förändring i hjärtat har uppnått den andliga ställning som krävs för att få vistas i Guds närhet. Det är det som vi menar med frälsning.

Omvändelse har varit ett budskap som förekommit i alla tidsutdelningar. Den uppståndne Herren betonade detta för nephiterna när han förklarade det som han kallade "det evangelium, som jag har givit eder" (3 Nephi 27:13): "Detta är budet: Omvänden eder, alla världens ändar, och kommen till mig och låten döpa eder i mitt namn, på det I mån bliva helgade genom att erhålla den Helige Anden, så att I kunnen stå fläckfria för mig på den yttersta dagen." (3 Nephi 27:20)

I en nutida uppenbarelse sade Herren; "Sannerligen, sannerligen säger jag eder: De som icke tro edra ord och ej låta döpa sig i vatten i mitt namn till syndernas förlåtelse, så att de kunna erhålla den Helige Anden, skola bliva fördömda och icke inkomma i min Faders rike, där min Fader och jag äro." (L&F 84:74)

En säker förlåtelse

Jag vill som avslutning ge ett budskap om hopp som gäller alla, men som är särskilt viktigt för dem som anser

att det är för svårt att omvända sig. Omvändelse är en pågående process som alla människor är i behov av eftersom "alla har syndat och saknar härligheten från Gud". (Rom 3:23) Det är möjligt att omvända sig, och sedan är förlåtelsen säker.

President Kimball sade: "Ibland kan en person bli så överväldigad av skuldkänslor när han ser tillbaka och ser hur avskyvärd och motbudande hans överträdelse är att han blir nedslagen och tänker: 'Kan Herren någonsin förlåta mig? Kan jag någonsin förlåta mig själv?' Men när man nått förtvivlans djup och känner hur hopplös ens situation är, när man ropar till Gud utan hopp men med tro, så kommer en stilla, svag men genomträngande röst som viskar till själen: 'Dina synder äro dig förlåtna.'"⁴

När detta händer har vi uppnått fullheten i det dyrbara löftet att Gud ska ta bort skulden från vårt hjärta genom sin Sons förtjänster. (Se Alma 24:10.) Hur trösterikt är inte löftet i Jesaja 1:18 att "om era synder än är blodröda, skall de bli snövita". Hur underbart är inte Guds eget löfte att "den som omvänder sig från sina synder

får förlåtelse, och jag, Herren, kommer icke ihåg dem mera". (L&F 58:42)

Jag vittnar för er, mina älskade bröder och systrar, att dessa ord är sanna, att detta budskap är Jesu Kristi lära, Gud, vår evige Faders plan, vars upphovsman och fullkomnare vår Frälsare Jesus Kristus är. Jag vittnar om Jesus Kristus och om hans profet och om evangeliets återställelse i dessa sista dagar genom Joseph Smiths medverkan. ■

Från ett tal under ett seminarium för missionspresidenter i Provo, Utah i juni 2001.

SLUTNOTER

1. *Discourses of Brigham Young*, utvalda av John A Widtsoe (1954), s 69.
2. *The Teachings of Spencer W. Kimball*, sammanställda av Edward L Kimball (1982), s 88, 99.
3. *The Teachings of Spencer W. Kimball*, s 87.
4. *Förlåtelsens under*, s 291.

Gud ska ta bort
skulden från vårt
hjärta genom sin
Sons förtjänster.

Med nya ögon

ANGIE BERGSTROM MILLER

På något sätt hade det blå ögat hjälpt mig se klarare.

”Jag är ful”, sade jag medan jag misstroget stirrade in i spegeln.

Samma högra öga tittade tillbaka på mig. Men runt mitt vänstra öga fanns det värsta blåmärke jag någonsin sett.

”Det är inte så farligt, faktiskt”, sade min vän Emily utan övertygelse.

Jag himlade åt henne med mitt friska öga och lade tillbaka isblåsan.

Bara femton minuter tidigare hade mitt vänstra öga fått en oavsiktlig men välriktad stöt från min vän Jannas armbåge. Händerna flög omedelbart upp mot ansiktet och jag försökte låta bli att ramla. Janna bad om förlåtelse. Jag kunde höra mina vänner samlas runt mig för att se om jag var okej.

Fastän det gjorde ont insåg jag inte vad som egentligen hade hänt förrän jag tog bort händerna och hörde hur alla drog in andan.

”Vadå?” frågade jag. Ingen svarade.

Jag sprang bort till spegeln. Inom några sekunder hade huden runt ögat svällt och blivit fyra gånger så stort. Klarrött blod fyllde blåmärket.

”Hur ska jag kunna gå ut bland folk?” sade jag och tog en isblåsa från Jannas hand. Hon bet sig i läppen och bad om ursäkt för kanske hundra gången. Jag höll isen mot ögat och hoppades att blåmärket skulle

vara borta nästa morgon.

Fastän svullnaden hade gått ner något och inte var lika röd morgonen därpå hade blåmärket tyvärr antagit en mörkare röd färg. Jag såg ful ut och kände mig ännu fulare.

Jag försökte dölja ögat med smink men det gjorde bara att blåmärket blev lilaaktigt. Och inget kunde göras åt svullnaden. Till slut tog jag på mig en keps och satte den så att jag knappt kunde se något.

I skolan den dagen kändes det som om alla stirrade på mig. Jag vägrade att se någon i ögonen. I flera dagar kunde jag inte tänka på något annat, trots mina vänners försök att uppmuntra mig.

På söndagen var jag sur för att jag inte kunde ha på mig kepsen i kyrkan. Men allt förändrades under söndagsskolelektionen.

”Be för att ni ska kunna se er själva som Herren ser er”, sade läraren angående försoningen och personligt värde.

Jag rörde vid blåmärket och tänkte för mig själv: ”Han ser mig som en flicka med ett fullt blått öga.” Men sedan slutade jag tycka synd om mig själv, mitt perspektiv förändrades, och jag undrade: ”Hur ser min himmelske Fader mig?”

Ögonen fylldes av tårar när jag tänkte på vilken kärlek han har, inte bara för andra utan



också för mig. "Han ser mig som sin dotter som är värd hans Sons liv", insåg jag.

Jag kände Anden vittna om min själs stora värde som en Guds dotter. Jag tänkte på ett skriftställe som jag hade lärt mig i seminariet. Jag slog upp skrifterna och fann det i Första Samuëlsboken 16:7: "Se inte på hans utseende och på hans resliga gestalt ... Ty det går inte efter vad en människa ser. En människa ser det som är för ögonen, men HERREN ser till hjärtat." Utseendet var inte lika viktigt som vem jag var inuti.

Mitt tänkesätt ändrades igen när jag tittade runt i rummet och kände en enorm kärlek för människorna jag såg omkring mig. Jag fylldes av min himmelske Faders kärlek och för ett ögonblick tror jag att jag till viss del såg mina klasskamrater som min himmelske Fader ser dem — som hans barn.

Under resten av sabbatsdagen kände jag mig fridfull och tröstad och brydde mig inte längre om vad andra tänkte. Jag älskade dem, och jag såg dem alla i ögonen — med båda ögonen. ■



EN SANNING ROTAD DJUPT I DIN SJÄL

"Du är bokstavligen en dotter till himmelska föräldrar med gudomliga egenskaper och en evig bestämmeelse.

Denna enastående sanning bör slå rot djupt i din själ och ligga till grund för varje beslut du fattar medan du växer upp till mogen kvinna. Din värdighet, ditt värde, dina rättigheter och ditt löfte kan aldrig bestyrkas på ett bättre sätt. Din Fader i himlen vet vad du heter och känner till dina omständigheter. Han hör dina böner. Han känner dina förhoppningar och drömmar, och även din oro och dina besvikelser. Och han vet vad du kan bli, genom tro på honom."

Äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum, "Till unga kvinnor", *Liahona*, nov 2005, s 28.

Äldste Quentin L Cook

Ett villigt hjärta och sinne

ÄLDSTE JEFFREY R HOLLAND
i de tolv apostlarnas kворum

Det var brandövning i grundskolan i Logan i Utah och brandövningsledaren Joe Cook, sexornas duktiga elevledare, hade bestämt sig för att de skulle ha roligt. Han blev glad när eleverna snabbt evakuerade byggnaden efter det att larmet hade gått. "Det här blir en rekordtid", tänkte unge Joe. "Vi kommer att gå till historien." När så berömmelsen var precis inom räckhåll hörde Joe orden: "Det finns fortfarande någon i byggnaden. Byggnaden *är inte* tom."

Medan rekordtiden gick upp i rök fick Joe Cook till slut syn på en ensam förstaklassare som kom ut ur byggnaden. Det var hans lillebror Quentin! Joe hade förnekats sin rättmätiga plats i Cache Valleys historia av sitt eget kött och blod!

Rasande skrek Joe: "Vad i hela världen är det du gör?"

Quentin höll upp en par stora, slitna kängor och sade: "Joe, du vet att [han nämnde en väns namn] ibland måste ha på sig avlagda skor som är för stora för honom. När brandlarmet



gick började han springa och tappade de här. Han ville inte förstöra brandövningen så han lämnade dem kvar och sprang ut barfota. Jag hämtade hans kängor åt honom för jag ville inte att hans fötter skulle bli kalla i snön."

Denna fina berättelse visar

hur hängiven äldste Quentin La Mar Cook har varit ända sedan barnsben när det gäller sådant som rör hjärtat, och mot principerna som Frälsaren undervisade om. "Jag har känt Quentin i hela mitt liv", säger barndomsvännen och före detta missionärskamraten Lee Burke, "och han har



aldrig gjort något som skulle vanära honom själv, hans familj eller hans kyrka." Att Herren kände till denne unge mans bestämmelse var uppenbart för hans älskade mor Bernice när hennes patriarkaliska välsignelse avslöjade att hennes söner "skulle ge ära" åt familjen och "vara mäktiga i att föra fram

Herrens verk". Sönerna har gjort just detta, och äldste Quentin L Cook kommer att fortsätta göra det i sitt ämbete som en Herren Jesu Kristi apostel.



Till höger: Med äldste Jeffrey R Holland och äldste Marion D Hanks, tidigare deras missionspresident och tidigare medlem i de sjuttios kvorum. Motsatt sida, överst: Åttaåriga Quentin Cook (till vänster) med sin familj och som 19- och 3-åring.

Lärdom från andra

Quentin föddes den 8 september 1940 i Logan i Utah som son till J Vernon och Bernice Kimball Cook. Han lärde sig i unga år av sin far att sätta upp mål och arbeta mot dem.

”Min far hade tre regler”, säger äldste Cook. ”För det första skulle vi ha bra mål. För det andra kunde vi ändra på målen när som helst. För det tredje skulle vi arbeta flitigt på att uppnå målen, *vilka de än var.*”

Hans täta samtal med fadern lärde honom att observera människor omkring sig och tillämpa det bästa hos dem på sig själv. ”Andra har så mycket att erbjuda om vi

bara är villiga att lära av dem”, säger äldste Cook. ”Det är därför det är viktigt att omge sig med goda människor.”

Han hade den möjligheten när han växte upp i Logan. Han minns till exempel att han lyssnade uppmärksamt när äldste L Tom Perry, nu medlem i de tolv apostlarnas kvorum, då en ung man, nyligen återvänd från andra världskriget, talade om sina upplevelser under ett sakramentsmöte. Detta inspirerade ögonblick är fortfarande ett av hans första och starkaste barndomsminnen.

Som ung man älskade äldste Cook sport. Han hjälpte high school-lagen i basket och amerikansk fotboll att bli erkända i hela staten. Han var också intresserad av debatter och politik. Som 16-åring utvaldes han och en annan ung man att representera staten vid ett nationellt evenemang. Där fick han möjlighet att träffa nuvarande och blivande amerikanska presidenterna Dwight D Eisenhower, John F Kennedy, Lyndon B Johnson, Richard M Nixon och Gerald R Ford. Att se dem arbeta med lagstiftningsprocessen gjorde stort intryck på honom och påverkade honom i hans planer att studera juridik.

Före sin mission studerade äldste Cook vid Utah State University där han valdes in i elevrådet tillsammans med sin vän W Rolfe Kerr som senare kallades till de sjuttios första kvorum och nu verkar som chef för Kyrkans utbildningsverksamhet.

Mellan 1960 och 1962 verkade äldste Cook i Brittiska missionen, samma mission som jag kallades till. Vi påverkades starkt av vår mis-

sionspresident, äldste Marion D Hanks, då medlem i de sjuttios första råd. Han betonade lärlungenskap och beslutsamhet för alla

sina missionärer. Han lärde oss att älska Frälsaren, att värdesätta Mormons bok och att vara trofasta mot kyrkan och evangeliet i resten av vårt liv. Nu, över 45 år senare, är det en ovanlig situation att två före detta missionärskamrater



verkar tillsammans i de tolv apostlarnas kvorum.

Listan på goda män och kvinnor som han hade möjlighet att lära av fortsätter, men äldste Cook påpekar att många av dem inte hade några höga ämbeten just då. De var bara bra människor.

”Vi kan lära oss av lärdomar, och vi kan lära av goda exempel”, säger äldste Cook. ”Men när man hittar människor som har lagt ihop dessa två saker, vilkas liv överensstämmer med det de har lärt sig om Jesu Kristi evangelium, så är det en underbar kombination. Och dessa människor behöver inte vara generalauktoriteter eller ha ett framstående yrke. Det finns sådana människor inom alla yrkesbanor.”

Familijs inflytande

Äldste Cook har välsignats med att träffa goda människor i hela sitt liv, men de som har haft störst inflytande på honom är medlemmarna i hans egen familj.

Han är tacksam för en kärleksfull, engagerad far och en mor som ”älskade Frälsaren. De gjorde allt de kunde för att uppfostra oss på rätt sätt.” Han uppskattar sin bror Joes och sin syster Susans kärlek och stöd.

En av de centrala upplevelserna i hans liv inträffade när han var 15 år. Hans bror Joe ville verka som missionär, men fadern — en god man som hade tappat intresset för aktivitet i kyrkan — ansåg att Joe i stället skulle studera medicin. Joe och Quentin hade stor respekt för sin far så de drog sig tillbaka för att begrunda hans råd.

De samtalade långt in på natten och vägrade för- och nackdelar mot varandra.



Logan Student Is Elected To Boys Nation

An outstanding Logan High school student, Quentin Cook, was today elected one of the "E. S. Senators" at Boys Nation, the result of events at Camp W. G. Williams.

This selection is the top honor bestowed at the annual youth convention of the American Boy Scouts.

The other Senator is William McDonald of West Jordan High. The victory was the result of a campaign to represent Utah at Boys Nation in Williams, D. C. later this month.

They were set in a two-hour contest that eliminated 100 of the 1,000 youth of Boys Nation. The Utah team of 100 youth was selected by the judges and the youth of the other states.



STATE SENATOR was to become the Utah Senator of Boys Nation.

Slutresultatet blev detta: Om kyrkan bara var en bra institution så skulle Joe kunna hjälpa människor mer genom att studera medicin. Men om Frälsaren verkligen levde, om Joseph Smith verkligen var en profet, om kyrkan han organiserade under Guds ledning verkligen var Jesu Kristi kyrka, om Mormons

bok var sann, då stod det helt klart vilken

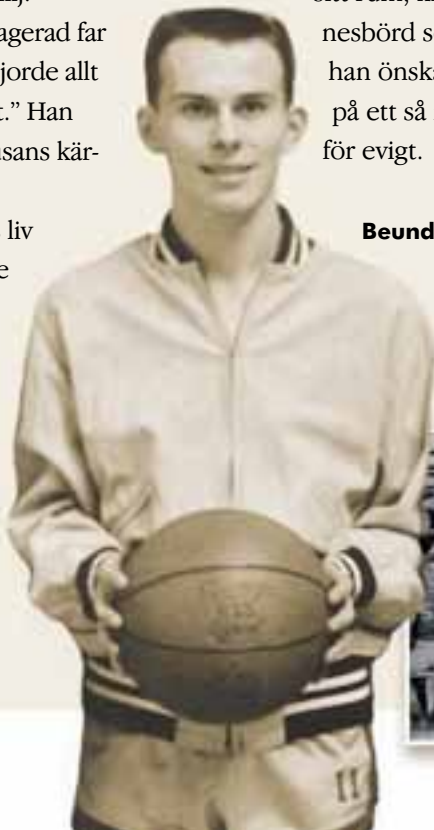
förpliktelse Joe hade. Följande morgon använde sig Joe av detta resonemang när han pratade med sin far och bar sitt vittnesbörd. En kort tid därefter åkte han iväg som missionär med sin fars stöd och sin mors glädjefyllda välsignelse.

Det samtalet hade stor inverkan på unge Quentin. Han hade alltid haft ett vittnesbörd om Frälsaren. Men Joseph Smith, kyrkan, Mormons bok — det var något helt annat för en 15-åring. Han trodde, men behövde fortfarande få ett andligt vittnesbörd som bekräftade att de var sanna.

När samtalet var över den kvällen gick Quentin till sitt rum, knäböjde i bön och bad om samma vittnesbörd som hans bror hade, ett vittnesbörd som han önskade få av hela sitt hjärta. Och det kom på ett så mäktigt sätt att alla tvivel sopades bort för evigt.

Beundran för Mary

En annan person som haft stort inflytande på hans liv är hans hustru Mary. ”Det skulle vara svårt att hitta någon annan i hela världen som är så god



och rättfärdig och glad som hon är”, säger hennes make. ”Hon har en underbar humor.”

Deras dotter Kathryn Cook Knight styrker den bedömningen. ”Pappa var



en perfekt far”, säger hon. ”Jag avgudar allt hos honom. Men mamma är ett helgon.”

Syster Cook har stor musikalisk talang. Hon har undervisat i musik och fyller hemmet med musik. Faktum är att äldste Cook lärde känna Mary under en talangshow i sjuan. Han minns: ”En liten blondhårig flicka ställde sig upp och sjöng 'On the Sunny Side of the Street'. Redan i sjuan hade hon en anmärkningsvärt djup röst. Jag blev helt hänförd. Och den sången kunde ha varit temat för resten av hennes liv. Hon har en underbart glad och solig personlighet.”

Under skoltiden fick de många möjligheter att arbeta tillsammans. I junior high valdes han till elevrådsordförande och hon till vice elevrådsordförande. De var med i samma debattlag. Och som klasspresident i high school arbetade han tillsammans med henne som då var medlem i elevrådet.

”Vi var vänner långt innan vi var något annat”, minns äldste Cook. ”Jag beundrade henne innan jag blev förälskad i henne, och

att gifta mig med henne var det bästa jag har gjort.”

Äldste och syster Cook gifte sig i templet i Logan i Utah den 30 november 1962.

Kärlek till alla slags människor

Efter det att Quentin hade tagit examen i statsvetenskap vid Utah State University 1963 flyttade han och Mary till Kalifornien där han fick en doktorsexamen vid Stanford University 1966. Äldste Cook började sedan arbeta för advokatbyrå Carr, McClellan, Ingersoll, Thompson and Horn i San Francisco-området.

Det var där som han beslutade att ”det måste synas vad jag tror på och vem jag är”. I sitt arbete inom affärs- och hälsovårdsjuridik träffade äldste Cook välutbildade och inflytelserika människor. Sonen Larry minns att han rördes av hur väl respekterad hans far var bland sina medarbetare i affärsvärlden och samhället. ”Jag var med på avskedsmiddagarna där pappa hedrades när han lämnade advokatbyrå och senare när han avgick från ledarskapet för ett hälsovårdssystem”, minns Larry. ”Jag förundrades över hur kollega efter kollega, ingen av dem medlem i kyrkan, berättade — ofta tårögt — om vad pappa hade betytt för dem, hur han hade väglett och hjälpt

Äldste och syster Cook uppfostrade sina barn (till vänster och nedan) i Kalifornien där han arbetade med affärs- och hälsovårdsjuridik.

Ovan: Med Van Johnson, medarbetare inom Sutter Health. Motsatt sida: I high school utvaldes äldste Cook som deltagare i Boys Nation där han hjälpte till att lägga en krans vid den okände soldatens grav. Han var också stjärna i skolans basket- och fotbollslag.



dem, hur han osjälviskt hade främjat deras karriär utan någon tanke på att det tog tid och energi från hans egen.”

Samtidigt ledde hans tjänande i kyrkan till uppskattat umgänge med medlemmar vars kulturella bakgrund skilde sig åt och vars ekonomiska situation varierade stort. Genom upplevelserna både inom yrket och i kyrkan utvecklade han förmågan att förstå och relatera till personer i alla tänkbara livssituationer, och hans kärlek till alla människor stärktes.

Han kallades att verka som biskop, sedan som rådgivare i stavspresidentskapet (till sin älskade äldre bror Joe!) och senare som stavspresident. Under den tiden arbetade han inte bara med engelsktalande församlingar utan också med församlingar där man talade spanska, tonganska, samoanska, tagalog, mandarin och kantonesiska.

En del av medlemmarna hade knapphändig utbildning och dåligt med pengar. Men de hade mycket att ge. Han minns särskilt ”en av de stora män jag har känt”, som försörjde sig på att leverera bröd och som kallades till biskopsrådet. Denne man hade sett församlingsledarna ta med sig portföljer till sina möten så han bestämde sig för att ta med sig en också. Men eftersom han inte hade något att lägga i den ännu så fyllde han den med surdegsbröd som han delade med sig av. Denne ödmjuka mans villighet att tjäna överträffades bara av hans kärlek till andra människor.

”Det är inte särskilda yrken eller utbildningsnivåer jag pratar om när jag säger att vi ska lära oss av goda människor”, säger äldste Cook. ”Man kan hitta goda människor överallt och lära av dem alla.”

Förberedelse i hemmet

Medan äldste Cook och hans hustru uppfostrade sina tre barn i San Francisco-området var han noga med att utveckla en nära relation till vart och ett av barnen, trots allt arbete i yrkeslivet och i kyrkan.

”Det är viktigt”, säger han, ”särskilt för dem som har ledarställningar i kyrkan, att ha en relation till sina barn så att barnen kan se deras dygder tillämpas i andra situationer än i kyrkan — oavsett om det gäller trädgårdsarbete, idrottsutövning eller något annat som man kan göra ute tillsammans.”

Äldste Cooks andra son, Joe, minns ett exempel på visad kärlek, inte bara undervisad. En gång var hans far orolig när Joe skulle köra tillbaka till San Francisco efter sin första termin vid Brigham Young-universitetet. Det var i slutet av december, vägarna kanske var snöklädda och han skulle vara trött. När terminen var över knackade det på dörren till studenthemmet. Joe öppnade och där stod hans far. Han hade flugit upp från San Francisco för att vara reskamrat åt sin son på resan hem. Joe säger att detta inte bara var ett stort bevis på hans pappas kärlek till honom, utan samtalen de hade på vägen hem — som var fyllda av olika evangelieprinciper och upprepade vittnesbörd om Frälsaren — satte stor prägel på unge Joes vision av vad han ville när det gällde hans vittnesbörd och hans eget framtida faderskap.

Liksom fadern lärde äldste Cook sina barn att sätta upp mål och bedöma hur deras handlingar och aktiviteter skulle påverka uppfyllandet av dessa mål. Familjen Cook satte också upp mål för familjen som i första hand var



fokuserade på evangeliet. Äldste Cook menar att om en familj deltar i lämpliga religiösa aktiviteter tillsammans, till exempel bön, skriftstudier och regelbundna hemaftnar, så kan barnen uppfostras rättfärdigt var som helst.

Nyckeln, säger äldste Cook, är personliga religiösa vanor. "Det absolut viktigaste för mig som far var när jag gick förbi barnens dörrar och såg dem studera skrifterna eller stå på knä i bön", säger han.

Men det är troligare att personliga religiösa vanor utvecklas "när familjens religiösa vanor klargör för barnen att alla andra mål i livet, till exempel yrkes- och utbildningsmål, kommer i andra hand jämfört med målet att ha ett vittnesbörd om Frälsaren och att leva rättfärdigt".

Förberedelser för tjänande

Under tre årtionden i Kalifornien gick äldste Cook från den ena ansvarsfyllda positionen till den andra, både inom yrket och i kyrkan. Han avancerade till delägare i sin advokatbyrå och anställdes sedan som verkställande direktör för California Healthcare System som senare gick samman med Sutter Health, där han blev vise ordförande.

Under den tiden verkade han som regionrepresentant och områdesauktoritet innan han kallades som medlem i de sjuttios andra kvorum 1996. Han kallades till det första kvorumet 1998.

Som generalauktoritet har äldste Cook verkat i presidentskapet för området Filippinerna/Mikronesien och som president för områdena Stillahavsöarna och Nordamerika Nordväst. Hans kärlek till de trofasta heliga runtom i världen fortsatte att växa.

Som verkställande chef för kyrkans



missionärsavdelning hade han en viktig roll i utformandet av den nya vägledningen för missionärer, *Predika mitt evangelium*. Men äldste Cook tar inte åt sig någon ära för det. "Herrens hand var med i det hela från första dagen", säger han. "Varenda medlem i första presidentskapet och de tolv bidrog på ett otroligt sätt."

Redo och villig

Äldste Cook är väl förberedd för att verka i de tolv apostlarnas kvorum. Hans villighet att lära av andra och hans livslånga osjälviska tjänande gjorde det möjligt för honom att erbjuda Herren sitt hjärta och villiga sinne.

"Jag har vördat, stött och hedrat alla som har varit apostlar", säger han. "Deras inflytande över mig har varit djupgående. Jag vet inte vad jag kommer att bidra med, men jag vet att Jesus Kristus är Frälsaren, att Gud är vår Fader i himlen, att Joseph Smith är denna tidsutdelnings profet och att vi har en profet i dag. Den kunskapen är det centrala i mitt liv."

Vi kan vara säkra på att denna kunskap fortsätter att vara det centrala i äldste Quentin L Cooks apostoliska verksamhet. ■

Om sin hustru Mary säger äldste Cook: "Att gifta mig med henne var det bästa jag har gjort." Nedan: Efter generalkonferensen i oktober 2007 när han inröstades till de tolv apostlarnas kvorum. Motsatt sida: Äldste och syster Cooks barn och barnbarn.



Frågor och svar

”Vad ska jag säga när mina vänner säger att Jesus Kristus var en stor morallärare men inte Frälsaren eller Guds Son?”

L I A H O N A

Du kan börja med att kortfattat bära ditt vittnesbörd om Jesus Kristus. Säg till dina vänner att du håller med om att Herren var en stor morallärare men att du också tror på skrifterna som vittnar om att han är Frälsaren och Guds Son. Säg att ditt vittnesbörd ger dig frid och tillförsikt. Säg till dina vänner att de kan få samma kunskap om de vill. Om de inte är intresserade finns det inte mycket du kan säga för att övertyga dem. Ändra glatt samtalsämne.

Om de vill veta sanningen kan ditt vittnesbörd kanske fånga deras intresse och ge dig chansen att lära dem hur de själva kan få ett vittnesbörd. De behöver studera skrifterna, lyssna på andras vittnesbörd och be uppriktigt om det de lärt sig så att den Helige Anden kan uppenbara sanningen för dem. Du kan hjälpa dem komma igång genom att bära följande vittnesbörd:

1. Vår himmelske Fader vittnade själv om att Jesus Kristus är hans Son. (Se Matt 3:17; 17:5; 3 Nephi 11:7; Moses 6:52, 57.) Den senaste händelsen inträffade 1820 när Joseph

Uppmuntra dina vänner att utveckla ett vittnesbörd genom att studera skrifterna, be med tro och försöka följa Herrens lärdomar.

Ge skriftställehänvisningar som undervisar och vittnar om Frälsaren.

Respektera deras åsikter — låt dem ”tillbedja hur, var eller vad de vill” (Trosart 11) — men låt dem också få höra ditt vittnesbörd om Jesus Kristus.

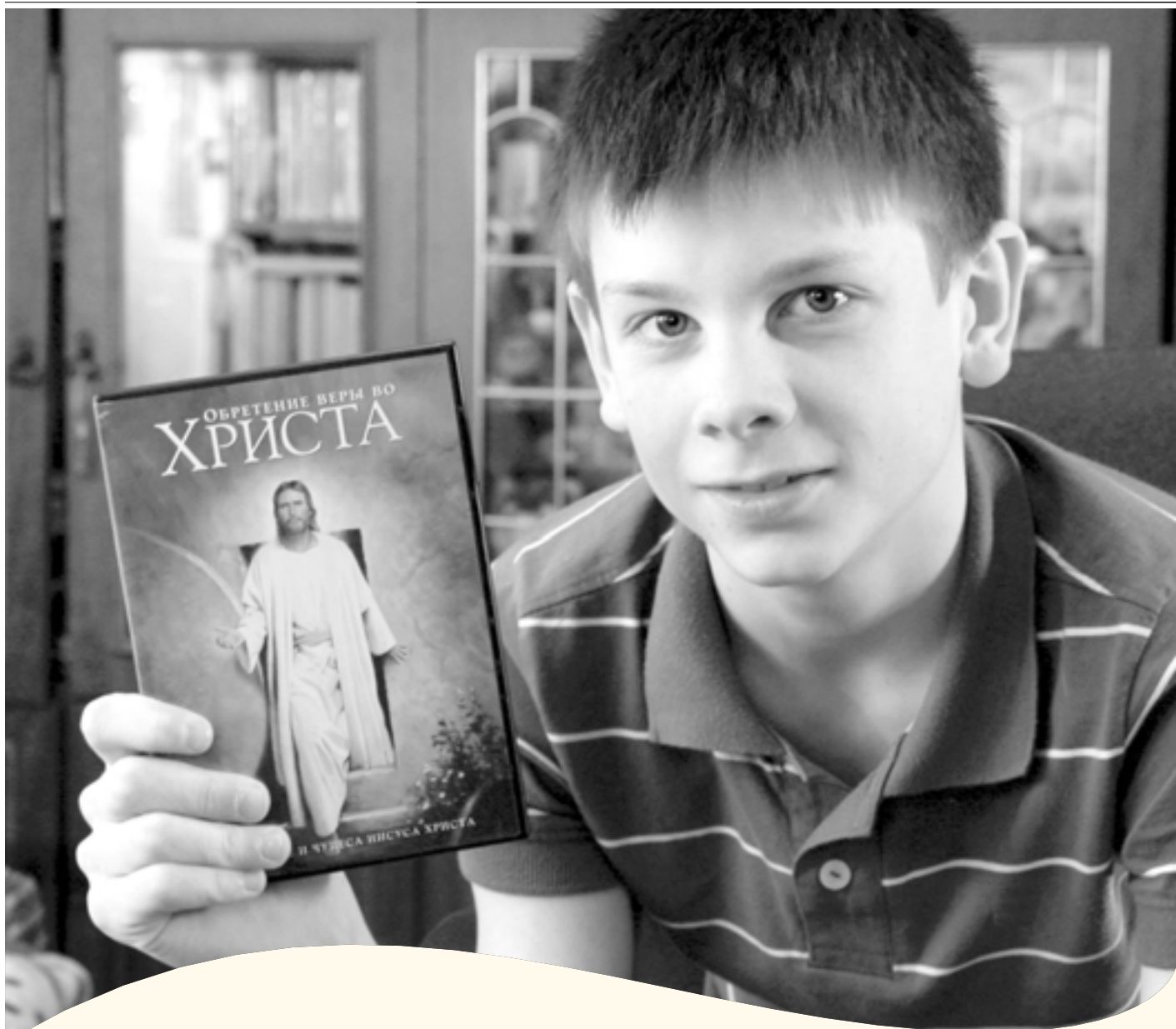
Kyrkans DVD Tro på Kristus (artikelnr 54041 180) finns på närmaste distributionscenter eller på www.ldscatalog.com.

Smith hörde vår himmelske Fader säga om Frälsaren: ”Denne är min älskade Son, Hör honom.” (J S skrifter 2:17)

2. Om dina vänner tror att Jesus var en stor morallärare kan du inbjuda dem att undersöka hans lärdomar och vittnesbörd. Frälsaren sade sådant som bara han kunde säga, till exempel: ”Jag är uppståndelsen och livet. Den som tror på mig skall leva om han än dör.” (Joh 11:25) För att kunna vara en morallärare måste han undervisa om sanningen, och Herren själv vittnade: ”Jag är Jesus Kristus, Guds Son.” (3 Nephi 9:15)

3. Profeter vittnar också om Frälsaren. Aposteln Petrus, till exempel, vittnade: ”Du är Messias, den levande Gudens Son.” (Matt 16:16) Inbjud dina vänner att lyssna på generalkonferensen eller ge dem ett exemplar av marsnumret 2008 av *Liabona*. I det numret och på konferensen vittnar levande apostlar och profeter — särskilda vittnen om Jesus Kristus — om att han är Frälsaren och Guds Son.

Slutligen kan du berätta för dina vänner



varför vi behöver en Frälsare. Förklara att synd och död hindrar oss från att återvända till vår himmelske Fader. Det vara bara Guds Son som kunde genomföra försoningen och göra förlåtelse och uppståndelse möjliga. Vittna om att utan Jesu Kristi försoning skulle vi inte kunna uppleva frid under det här livet eller evigt liv i den kommande världen. "Det [finns] under himlen [inget] annat namn, som givits åt människor, genom vilket vi blir frälsta." (Apg 4:12)

LÄSARNA



Jag skulle säga till mina vänner att Jesus verkligen var en stor morallärare.

Något av det viktigaste han undervisade om var att han

var den utlovade Frälsaren och Guds Son.

Jag tror inte att en person som ljugar och hittar på en sådan berättelse kan vara

en stor morallärare. Mina vänner skulle behöva avgöra om han var en ärlig man.

Jag tror att Jesus var den han utgav sig för

att vara, Guds Son. Jag har lärt mig detta genom bön och skriftstudier och skulle inbjuda mina vänner att göra detsamma.

Jacob J, 13 år, Arizona, USA

En gång när jag var tillsammans med mina vänner sade en av dem att han inte trodde att Jesus Kristus var allt det som folk säger att han är, och att Bibeln kunde ha skrivits av vem som helst. Jag hade aldrig tidigare känt Anden så starkt som när jag sade: "Jag vet att den är sann. Jag vet det." Alla var tysta. Min vän sade

att han önskade att han hade samma kunskap. Det var det perfekta tillfället att tala om för honom hur man får ett vittnesbörd. Be om att vår himmelske Fader ska vägleda dig så att du kan vara ett redskap i hans händer. Var inte rädd för att bära ditt vittnesbörd.

Laura R, 20 år, Asunción, Paraguay



Låt honom eller henne titta på kyrkans DVD Tro på Kristus. Jag har sett många människor få vetskap om att Jesus Kristus är Guds Son och att han genomförde den oänd-

liga försoningen. Bär också ditt vittnesbörd, för då kommer en andlig bekräftelse genom den Helige Anden.

Äldste Mahunray Ada, 22 år,
Filippinernamissionen Manila

I den här situationen är det inte bra att försöka bråka och insistera på att Jesus Kristus verkligen var Frälsaren. Jag skulle försöka förklara genom att ge fakta och samtidigt vittna om att Jesus är Frälsaren och Guds Son. Jag är övertygad om att Gud stöder dig, och Anden hjälper dig definitivt att komma på bra tankar och de nödvändiga orden. (Se Hebr 10:15–16; 3 Nephi 28:11.)

Elena F, 19 år, Ulianovsk, Ryssland



Du kan bära ditt vittnesbörd om Kristus. Du kan berätta vad du tror och läsa skriftställen i Bibeln. Om de inte är intresserade är det bara att gå vidare och inte låta det

påverka ditt vittnesbörd.

Cortney C, 16 år, Arizona, USA

Jag skulle inte argumentera utan bära mitt vittnesbörd om Frälsaren och på så sätt hjälpa dem förstå att han inte bara dog och uppstod utan att



Jag vittnar om att han undervisar om sanningen — men han är så mycket mer än en lärare. Han är exemplet på det fullkomliga livet — men han är så mycket mer än ett exempel. Han är den store läkaren — men han är så mycket mer än en läkare. Han är bokstavligen världens Frälsare, Guds Son, Fridsfursten, Israels Helige, ja, den uppståndne Herren.”

President Thomas S Monson, "Ditt personliga inflytande", Liahona, maj 2004, s 23.

han också led för oss så att vi kan omvända oss. Han visade genom sitt exempel hur vi kan komma tillbaka till honom och bo för evigt hos honom. Hjälp dem också förstå att Mormons bok är ännu ett testamente om Jesus Kristus.

Cristopher F, 18 år, Talagante, Chile

Var aldrig rädd för att bära ditt vittnesbörd om Frälsaren. Vittna för dem om att du vet att Jesus Kristus är Guds Son och att han verkligen dog för våra synder. Anden kommer att vittna för dem om att han är Kristus, Frälsaren och världens Återlösare. Det kanske är just ditt vittnesbörd som övertygar dem om vem han verkligen är.

Chelsea N, 18 år, Nevada, USA

Svaren är avsedda att ge hjälp och perspektiv, inte att vara tillkännagivanden om kyrkans lära.

NÄSTA FRÅGA

“Mina föräldrar är inte aktiva i kyrkan. Hur håller jag mig stark utan deras stöd?”

Skicka ditt svar så att vi har det senast den

15 maj 2008, till:

Liahona, Questions & Answers 5/08

50 E. North Temple St., Rm. 2420

Salt Lake City, UT 84150-3220, USA

Eller skicka e-post till: liahona@ldschurch.org

Följande information och tillstånd måste finnas med i din e-post eller ditt brev:

FULLSTÄNDIGT NAMN

FÖDELSEDATUM

FÖRSAMLING (eller gren)

STAV (eller distrikt)

Jag ger er tillstånd att trycka svaret och fotografiet:

UNDERSKRIFT

FÖRÄLDERS UNDERSKRIFT (om du är under 18 år)

Äktenskapet mellan man och kvinna är instiftat av Gud



Undervisa om de skriftställen och uttalanden som tillgodoser behoven hos de systrar ni besöker. Bär vittnesbörd om läran. Inbjud dem ni undervisar att berätta vad de har känt och lärt sig.

Varför är äktenskapet mellan man och kvinna instiftat av Gud?

L&F 49:16–17: ”De tu skola vara ett kött, på det att jorden må uppfylla ändamålet med sin skapelse, och på det den må uppfyllas med det antal människor, som voro till innan jorden skapades.”

Julie B Beck, Hjälpföreningens generalpresident: ”Vi tror på bildandet av eviga familjer. Det innebär att vi tror på att vi bör gifta oss ... Vi vet att vi stod på vår Frälsare Jesu Kristi sida i den stora förjordska konflikten för att bevara vår möjlighet att tillhöra en evig familj.” (”Vad sista dagars heliga kvinnor gör bäst: Stå starka och orubbliga”, *Liabona*, nov 2007, s 110)

Äldste David A Bednar i de tolv apostlarnas kvorum: ”Två tungt vägande doktrinära skäl hjälper oss förstå varför eviga äktenskap är väsentliga i Faderns plan.

Skäl 1: *Manliga och kvinnliga andar kompletterar och fullkomnar varandra, och män och kvinnor är*

därför avsedda att tillsammans utvecklas mot upphöjelse ...

Skäl 2: *Enligt den gudomliga planen behövs både mannen och kvinnan för att skaffa barn till jorden och skapa den bästa miljön för barnens fostran och vård ...*

Som män och kvinnor, som män och hustrur och som ledare i kyrkan är ett av våra främsta ansvar att hjälpa unga män och kvinnor lära mer om och förbereda sig för ett rättfärdigt äktenskap genom vårt exempel. Då unga kvinnor och män iakttar värdighet, lojalitet, uppoffring och hållandet av förbunden i våra äktenskap, kan dessa ungdomar söka efterleva samma principer under sin uppvaktning och sitt äktenskap ... Med tanke på vårt eget exemplars betydelse: Kan ni och jag urskilja områden där vi behöver förbättra oss?” (”Äktenskapet är väsentligt för Guds eviga plan”, *Liabona*, jun 2006, s 51, 52, 54)

Vad har jag för ansvar när jag vet att äktenskapet är instiftat av Gud?

Äldste Russell M Nelson i de tolv apostlarnas kvorum: ”[Låt oss] begrunda ... konkreta handlingar som kan stärka äktenskapet ...

Att uppskatta ... [Leta] efter det som är gott hos varandra och [ge] varandra ärliga komplimanger ...



Mitt andra förslag — att *kommunicera* ... Par behöver tid på tu man hand för att iaktta, samtala och verkligen lyssna på varandra. De behöver samarbeta — hjälpa varandra som likvärdiga makar ...

Mitt tredje förslag är att *begrunda* ... Flitigt deltagande i tempeltjänst och regelbundna skriftstudier i familjen ger näring åt äktenskapet och stärker tron i familjen.” (”Vårda er om äktenskapet”, *Liabona*, maj 2006, s 37–38)

Äldste Richard G Scott i de tolv apostlarnas kvorum: ”Jag lovar dig att genom din lydnad och fortsatta tro på Jesus Kristus, samt din kunskap om hela lyckalighetsplanen, även om viktiga delar av den inte är uppfyllda i ditt liv just nu, kommer de att bli det i Herrens egen bestämda tid. Jag lovar också att du kan få en meningsfull utveckling och glädje under dina rådande omständigheter. Som dotter eller son till Gud — lev efter bästa förmåga enligt den del av planen du kan leva efter.” (”Glädjen av att leva efter den stora lyckalighetsplanen”, *Nordstjärnan*, jan 1997, s 72) ■

Enligt gudomlig plan

Vi tror att familjen är instiftad av Gud. Vår uppfattning om familjen förklaras i den profetiska handledningen: "Familjen: Ett tillkännagivande för världen."

Då det finns så mycket spetsfundigheter framställda som sanning, så mycket bedrägeri angående normer och värderingar, så mycket lockbeten och frestelser till att långsamt befläckas av världen, har vi känt oss manade att varna och förvarna er. Därför utfärdar vi i första presidentskapet och de tolv apostlarnas råd nu en kungörelse till kyrkan och till världen som ett klargörande och en ytterligare bekräftelse av normer, lärdomar och förfaringsätt angående familjen som profeterna, siarna och uppenbarrarna i denna kyrka gång på gång under dess historia tillkännagett.¹

Med dessa ord introducerade president Gordon B Hinckley (1910–2008) "Familjen: Ett tillkännagivande för världen"² under Hjälpföreningens allmänna möte den 23 september 1995 i Salt Lake City i Utah.

"Vi rekommenderar alla att omsorgsfullt, med eftertanke och bön, läsa denna kungörelse", sade han. "Varje nations styrka har sin grund inom dess hems väggar. Vi uppmanar vårt folk överallt att stärka sina familjer i enlighet med dessa hävdvunna värderingar."³



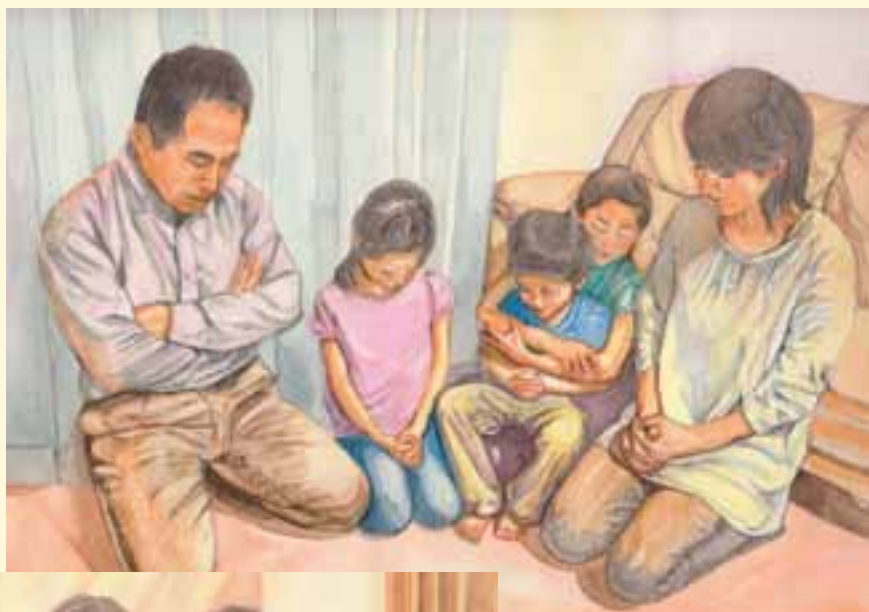
"Största förutsättningarna för lycka i familjelivet finns då det byggs på Herrens Jesu Kristi lärdomar."

Här följer några bilder av människor från Asien, vars kultur är känd för sin "starka och innerliga familjesamhörighet", som inbegriper "respekt för de äldre och höga krav på barnen".⁴ Dessa bilder är representativa för sista dagars heliga i hela världen och skildrar viktiga lärdomar som finns i tillkännagivandet om familjen.



"Familjen är instiftad av Gud. Äktenskap mellan man och kvinna är en nödvändig del av hans eviga plan. Barn har rätt att födas inom äktenskapets ram, och att fostras av en far och en mor som ärar sina äktenskapslöften med fullständig trohet."

"Framgångsrika äktenskap och familjer skapas och bevaras genom principerna tro, bön, omvändelse, förlåtelse, respekt, kärlek, medkänsla, arbete och sund rekreation."





"Man och hustru har ett bögtidligt ansvar att älska och vårda sig om varandra och sina barn. 'Barn är en Herrens gåva.' (Psaltaren 127:3) Föräldrar har ett heligt ansvar att uppfostra sina barn i kärlek och rättfärdighet, att sörja för deras fysiska och andliga behov, att lära dem älska och tjäna varandra."



FAMILJEVÄLSIGNELSER SOM FAMILJENS HEMAFTON MEDFÖR

"För sex år sedan flyttade jag till Tokyo som ung ensamstående sista dagars helig kvinna. Familjens hemaftnar har fått mig att känna mig som en del av min evangeliefamilj. Först hade jag hemaftnar med mina två rumskamrater. När jag senare bodde ensam hade jag hemafton varje måndag för mig själv. Jag läste skrifterna, förberedde min söndagslektion eller tittade på en av kyrkans filmer.

Nu har min församling en hemaftonsgrupp för ensamstående som träffas en gång i månaden efter söndagens möten, och jag ser verkligen fram emot det. Jag får möjlighet att prata med bröder och systrar som jag, på grund av deras kallelser i

kyrkan, annars inte skulle ha möjlighet att lära känna.

I staven har en annan församling hemaftnar för en grupp ensamstående varje vecka. Jag började gå dit nyligen. Ibland är missionärerna och deras undersökare med. Lektionerna varje vecka är väl förberedda, andliga, och jag lär mig mycket. Jag tänker ofta på något som jag har lärt mig och säger: 'Okej, jag ska försöka göra det!' Det är roligt att prata med alla medan vi njuter av förfriskningarna.

Det är viktigt för mig att vara tillsammans med vänner som har samma tro som jag. Precis som det står i Moses 7:18: 'Herren kallade sitt folk SION, emedan de

voro av ett hjärta och ett sinne och bodde i rättfärdighet; och det fanns inga fattiga ibland dem.' När vi är av ett hjärta och ett sinne utgjuts många välsignelser över oss. Och därigenom stärks tron och vittnesbördet hos varje person som deltar.

Jag vet att Herren älskar oss. Jag är tacksam för våra profeter och för fortsatt uppenbarelse. Jag är tacksam för att Herren har gett oss familjens hemafton genom sina profeter. De upplevelser jag har och det jag lär mig på familjens hemafton som ensamstående sista dagars helig blir också till välsignelse för mig när jag har en egen familj."

Mieko Takahashi, Tokyo, Japan



"Enligt gudomlig plan skall fadern presidera över sin familj i kärlek och rättfärdighet och han har ansvaret att sörja för och beskydda sin familj. Moderns främsta ansvar är barnens omvårdnad. I dessa beliga ansvar är fadern och modern skyldiga att hjälpa varandra som likvärdiga makar."

SLUTNOTER

1. Se "Håll stånd mot världens bedrägerier", *Nordstjärnan*, jan 1996, s 100.
2. *Liabona*, okt 2004, s 49.
3. *Nordstjärnan*, jan 1996, s 101.
4. "The Asians at Berkeley", *Wall Street Journal*, 30 maj 1995, s A14, citerat i *Nordstjärnan*, jan 1996, s 99.



Värdig musik, värdiga tankar

PRESIDENT BOYD K PACKER

president för de tolv apostlarnas kворum

När jag var pojke bodde vi i ett hus omgivet av en fruktträdgård. Det tycktes aldrig finnas tillräckligt med vatten till träden. Dikena plöjdes upp varje vår men blev snart fulla av ogräs. En dag när jag hade hand om bevattningen fick jag problem. När vattnet rann genom dikena som var fulla av ogräs rann det över åt alla håll. Jag jobbade i vattenpölar som hade bildats och försökte bygga upp vallar. Så



fort jag byggt upp en vall rann vattnet ut åt ett annat håll. En granne kom gående genom fruktträdgården. Han tittade på en stund och så tog han spaden och rensade dikets botten med några kraftiga spadtag så att vattnet kunde rinna igenom den kanal han hade gjort. Han sade: "Om du vill att vattnet ska hålla sig i sitt lopp måste du ge det någonstans att ta vägen."

Jag har lärt mig att tankar liksom vatten håller sin kurs om vi ger dem någonstans att ta vägen. Annars följer våra tankar liksom vattnet minsta motståndets lag och letar sig alltid ner till lägre nivåer. Den största utmaningen och det svåraste man ställs inför under jordelivet är förmodligen att lära sig att styra sina tankar. I Bibeln står det: "Som en människa tänker i sitt hjärta, sådan är hon." (Se King James Bible, Proverbs 23:7.) De som kan kontrollera sina tankar har övervunnit sig själva.

Sinnet är som en scen

Om man lär sig att behärska sina tankar kan man övervinna vanor, till och med nedbrytande personliga ovanor. Man kan få mod, besegra fruktan och få ett lyckligt liv. När jag växte upp fick jag höra minst hundra



Tankar, liksom vatten, håller sig i sitt lopp om vi ger dem någonstans att ta vägen. Om ni lär er behärska era tankar kan ni få mod, besegra fruktan och få ett lyckligt liv

Ni bar inte råd att fylla ert sinne med vår tids ovärdiga musik. Den är inte ofarlig. Den kan välkomna ovärdiga tankar på ert sinnes scen.

gånger att tankarna måste styras, men ingen talade om för mig hur man skulle göra. Jag har tänkt på detta genom åren och kommit fram till att sinnet är som en scen. Under varje vaket ögonblick är ridån uppe. Det utspelas alltid något skådespel på denna scen. Det kan vara en komedi, en tragedi, något intressant eller tråkigt, bra eller dåligt, men något spelas alltid upp på våra sinnens scen.

Har du lagt märke till att skumma små tankar kan krypa in från kulisserna och tilldra

sig din uppmärksamhet? Mitt i nästan vilken föreställning som helst på den här scenen och utan att du egentligen vill det. Dessa fördömliga tankar kommer att försöka dra uppmärksamhet från allt annat. Om du tillåter dem att utvecklas, kommer alla goda tankar att lämna scenen. Du blir utlämnad till orättfärdiga tankars inflytande eftersom du accepterat dem. Om du ger efter för dem kommer de att spela upp vad som helst på sinnets scen, så långt din tolerans tillåter. De kan spela upp teman som bitterhet, avundsjuka eller hat. De kan vara vulgära, omoraliska och depraverade. När de väl är uppe på scenen kommer de, om du

ger dem tillåtelse, att hitta på de mest övertygande saker för att hålla kvar din uppmärksamhet.

De kan verkligen göra det intressant. De kan till och med övertyga dig om att de är oskyldiga, för de är ju bara tankar.

Vad gör man i en sådan situation, när sinnets scen tas över av orena tankars nycker, oavsett om de är grå och verkar nästan rena? Eller om det är orena tankar som du inte kan tvivla på att de är dåliga? Om du kan fylla ditt sinne med rena, uppbyggliga tankar, finns det inget utrymme för dessa ihärdiga nycker, så de försvinner.

Hur kontrollerar man sina tankar?

Jag inser att det i dagens värld ofta är svårt att hålla sinnet fyllt

med värdiga tankar. Detta kräver noggrann kontroll. Men det går, om man ser till att tankarna har en säker plats att ta sin tillflykt till. Jag har hittat ett sätt att göra en sådan



plats och jag skulle vilja berätta om det för er. Det har att göra med musik — värdig musik. En klok man sade en gång: ”Musiken är ett av de mäkti-

gaste verktygen att styra sinnet med.” Om den styr sinnet på ett positivt sätt eller på ett negativt sätt bestäms av vad den för fram på sinnets scen. Om man kan säga att en sång är andligt inspirerande eller att den får dig att se dig själv i ett ädlare perspektiv, då är musiken värdefull. Om den bara underhåller eller upplyfter sinnet har den också en roll att fylla. Men om den får dig att vilja reagera på ett köttsligt, sensuellt sätt eller att tänka på orättfärdiga önskningar, då bör du undvika den musiken. Den är inte värdig.

Det har alltid funnits sådana som tagit det vackra och korrumpert det. Det har hänt med naturen. Det har hänt med litteratur, drama, konst, och det har sannerligen hänt med musik. I århundraden har det varit uppenbart att sånger kan leda människor vilse då fel slags ord sjungs till lockande musik. Och musiken själv kan döva den andliga känsligheten på det sätt den spelas, genom dess rytm och intensitet.

Vi lever i en tid då samhället undergår en stor men subtil förändring. Samhället blir mer och mer släpphänt när det gäller vad som accepteras som underhållning. Som följd härav tycks mycket av den musik som framförs av populära artister i dag mer ha för avsikt att egga än att lugna. En del musiker befrämjar öppet orättfärdiga tankar och handlingar.

Ni ungdomar har inte råd att fylla ert sinne med vår tids ovärdiga musik. Den är inte ofarlig. Den kan välkomna ovärdiga tankar till ert sinnes scen och ange tempot efter vilket de dansar och ni kanske handlar. Ni bryter ner er själva när ni identifierar er med sådant som ibland omger extrem musik — sjaskighet, vanvördnad, omoral och missbruk. Sådan musik är inte värdig er.

Välj noga vad ni lyssnar på och framställer. Det blir en del av er. Det styr era tankar och påverkar även andra människor. Jag skulle vilja rekommendera att du går igenom din musik och kastar bort det som frambringar nedbry-

tande tankar. Sådan musik borde inte höras av ungdomar som bryr sig om sin andliga utveckling.

Med detta menar jag inte att all musik av i dag framkallar ovärdiga tankar. Det finns musik i dag som skapar förståelse hos människor. Musik som inspirerar till mod. Musik som väcker en känsla av andlighet, vördnad, lycka och medvetenhet om det vackra.

Välj inspirerande musik

Herren sade: ”Ty min själ har lust i hjärtats sång, ja, de rättfärdigas sång är en bön till mig, och den skall

besvaras med välsignelser över deras huvuden.” (L&F 25:12) Kyrkans första presidentskap har kommenterat musikens inflytande på vårt liv med följande ord: ”Genom musiken sträcker sig människans förmåga att uttrycka sig bortom det talade språkets gränser på ett både subtilt och mäktigt sätt. Musik kan användas till att upphöja och inspirera, eller framföra budskap om förnedring och förintelse. Därför är det viktigt att vi som sista dagars heliga alltid tillämpar evangeliets principer och söker Andens vägledning när vi ska välja vilken musik vi omger oss med.”¹

Jag vill säga till er unga ledare att noga planera för den musik ni ska använda under olika aktiviteter. Rådgör med era rådgivande om valen ni gör. Ni behöver deras visdom,





för gapet mellan kyrkan och världen, med dess extrema musik, är bredare i dag än den någonsin varit under tidigare generationer. President J Reuben Clark Jr (1871–1961), en av våra stora ledare i kyrkan, förklarade det på följande sätt: "Våra plikter i kyrkan tillåter oss inte att tillhandahålla eller tolerera osund underhållning i tron att om vi inte gör det kommer ungdomarna att gå någon annanstans för att få det. Vi kan knappast sätta upp

ett roulettbord i kulturhallen med ursäkten att om vi inte ger ungdomarna möjligheten att spela där så kommer de att gå till en spelhall. Vi kan aldrig hålla kvar våra ungdomar på det sättet."

Inte heller är det lämpligt att tillhandahålla sådan musik och atmosfär som lockar ungdomarna i världen. Ni måste stå fasta och inte kompromissa med det som ni vet är rätt och gott. Ni måste ha mod nog att skruva upp ljuset och skruva ner musiken när de inte bidrar till en sådan atmosfär som framkallar värdiga tankar. Och ni måste insistera på höga normer för klädsel och uppförande, både hos dem som underhåller och övriga närvarande.

Jag vill råda er att utveckla era talanger. Och är ni musikaliska bör ni tänka på följande: Det finns mycket musik som inte har skapats ännu — mycket som ska framföras. Er musik kan vara just den värdiga musik som lyfter, som sprider evangeliet, som påverkar människors hjärtan och som ger tröst och styrka till oroliga sinnen.

Det finns många exempel, både gamla och nutida, som vittnar om den rättfärdiga musikens inflytande. Missmodet

försvann och sinnen fylldes med frid då orden till "Kom, kom Guds folk" gav pionjärerna mod att möta sina svårigheter. Samma sång har varit till inspiration för många genom åren. En gång pratade jag med en pilot som just återvänt från en mycket farlig flygning. Vi pratade om mod och fruktan och jag frågade hur



han hade hållit modet uppe under allt det han hade utstått. Han sade: "Jag har en favoritpsalm, och när situationen var förtvivlad, när vi inte trodde att vi skulle återvända, sjöng jag den inom mig själv, och det var som om planets motorer upprepade melodin för mig."

*Kom, kom Guds folk,
ej kamp och möda räds,
blott med fröjd framåt drag!
Fast lång och svår
dig resan syns, dock gläds,
nåd du får, ny var dag.²*

Ur detta föddes tro, den nödvändiga ingrediensen i mod.

Herren själv förbereddes för sin största prövning genom musikens inflytande, för skriften säger: "När de sedan hade sjungit lovsången, gick de ut till Oljeberget." (Mark 14:26)



Välj en favoritpsalm

Kom ihåg, ungdomar, jag vill att var och en av er ska komma ihåg att detta är er kyrka, och han är er Herre och er Frälsare som står i spetsen för den. Hans ständiga vägledning och inspiration är tillgänglig för er om ni

håller ert sinne fyllt till brädden med det som är gott, vackert och inspirerande. Och det här är ett sätt att göra det. Välj en favoritpsalm eller sång, precis som min vän piloten gjorde, en med ord som är upplyftande och musik som är vördnadsfull, en psalm som får er att känna något som liknar inspiration. Det finns många vackra sånger att välja bland. Sök Andens vägledning när ni gör ert val. Gå igenom sången noga i era tankar. Lär er den utantill. Även om ni inte är musikaliska kan ni tänka er igenom en enkel sång. Använd sången som en väg för era tankar att följa. Gör den till er nödutgång.

När du märker att sjabbiga skådespelare glider ut på sinnets scen från dina tankars kulisser, sätt då, så att säga, på denna CD. Den kommer att ändra hela din sinnesstämning.

Eftersom musiken är upplyftande och ren kommer de låga tankarna att skamset glida bort, för dygd umgås inte med orenhet, och det onda kan inte tolerera ljusets närhet. I sinom tid kommer du att märka att du nynnär musiken inom dig, nästan automatiskt, för att driva bort ovärdiga tankar. När ni ungdomar engagerar er i sådant som är rättfärdigt och nyttigt ska ni hålla ert sinne fyllt av värdiga tankar, för som en människa tänker, sådan är hon. Då kommer ni att kunna åstadkomma sådant som förverkligar er själva.

Ni är söner och döttrar till vår allsmåttige Gud. Jag bär vittne om att Gud är vår Fader, att vi är hans

barn, att han älskar oss och har gett oss stora och härliga ting i det här livet. Jag vet detta och jag tackar honom för det upplyftande inflytande som god musik haft på mitt liv genom att den påverkar mina tankar och upplyfter min själ. ■

Anpassat från ett tal under generalkonferensen i oktober 1973.

SLUTNOTER

1. *Priesthood Bulletin*, aug 1973, s 3.
2. *Psalmer*, nr 19.

När ni engagerar er i sådant som är rättfärdigt och nyttigt, och håller ert sinne fyllt av värdiga tankar, kommer ni att kunna åstadkomma sådant som förverkligar er själva.



Psalmernas helande verkan

Kyrkans medlemmar berättar hur Sions psalmer har välsignat deras liv.

Jag förstod hans kärlek

Det fanns en period i mitt liv när jag hade vandrat långt bort från de principer jag visste var sanna. På grund därav var jag mycket olycklig. Jag trodde att försoningen gällde för andra, men i mitt sinne hade jag kommit alltför långt bort för att tro att den kunde tillämpas på mig. Jag trodde inte jag var värd att frälsas.

En söndagsmorgon hörde jag klockorna från en närbelägen kristen kyrka ringa psalmen "När från nattligt viloläger". (*Psalmer*, nr 85) Musiken rörde vid mitt hjärta och för första gången på många månader kände jag Anden. Jag började gråta när jag insåg att min himmelske Fader använde psalmen för att jag skulle känna hans kärlek och veta att han skulle hjälpa mig.

Omvändelseprocessen var inte lätt och jag blev missmodig många gånger. Men känslan jag hade den där söndagsmorgonen blev kvar hos mig och efter en tid blev jag fullt aktiv och tog emot min begåvning i templet i Dallas i Texas.

När jag hör psalmen nu påminns

jag om det fina ögonblick när han som jag trodde hade glömt bort mig visade sin kärlek på ett sätt som han visste att jag skulle uppfatta.

Jessica Blakely, New Mexico, USA

Vi inbjöd Anden

Min make och jag ville öka andligheteten när vi studerade skrifterna som familj. Vi hörde att äldste Gene R Cook, då medlem i de sjuttios kvorum, hade som förslag att familjen skulle sjunga en psalm före skriftstudierna, så vi bestämde oss för att följa hans råd. Våra tonårssöner var något motsträviga inför förslaget men gick med på att försöka.

Följande dag spelade jag psalmer på stereon i cirka en halvtimme innan vi skulle läsa tillsammans. Det som sedan hände förändrade allt för oss. Musiken hade påverkat vår då 13-åriga son (den som varit störst motståndare mot vårt förslag) så mycket att han ville sjunga alla verserna i psalmen. Han ville till och med sjunga en psalm till! Samma son litat nu till psalmerna när han känner sig missmodig eller blir frestad.

Vi använder inte bara psalmerna under våra skriftstudier utan också på familjens hemafton och på söndagar.

Marci Owen, Utah, USA

Vi förlorade mamma

Min 86-åriga mammas hälsa hade blivit allt sämre under några månader och jag var rädd att hon inte skulle vara kvar hos oss så mycket längre. Min make och jag hade planerat att åka till Lille, en resa på 13 mil, för att närvara vid stavs-konferensen, men jag ville inte gärna lämna min syster att ensam ta hand om mamma.

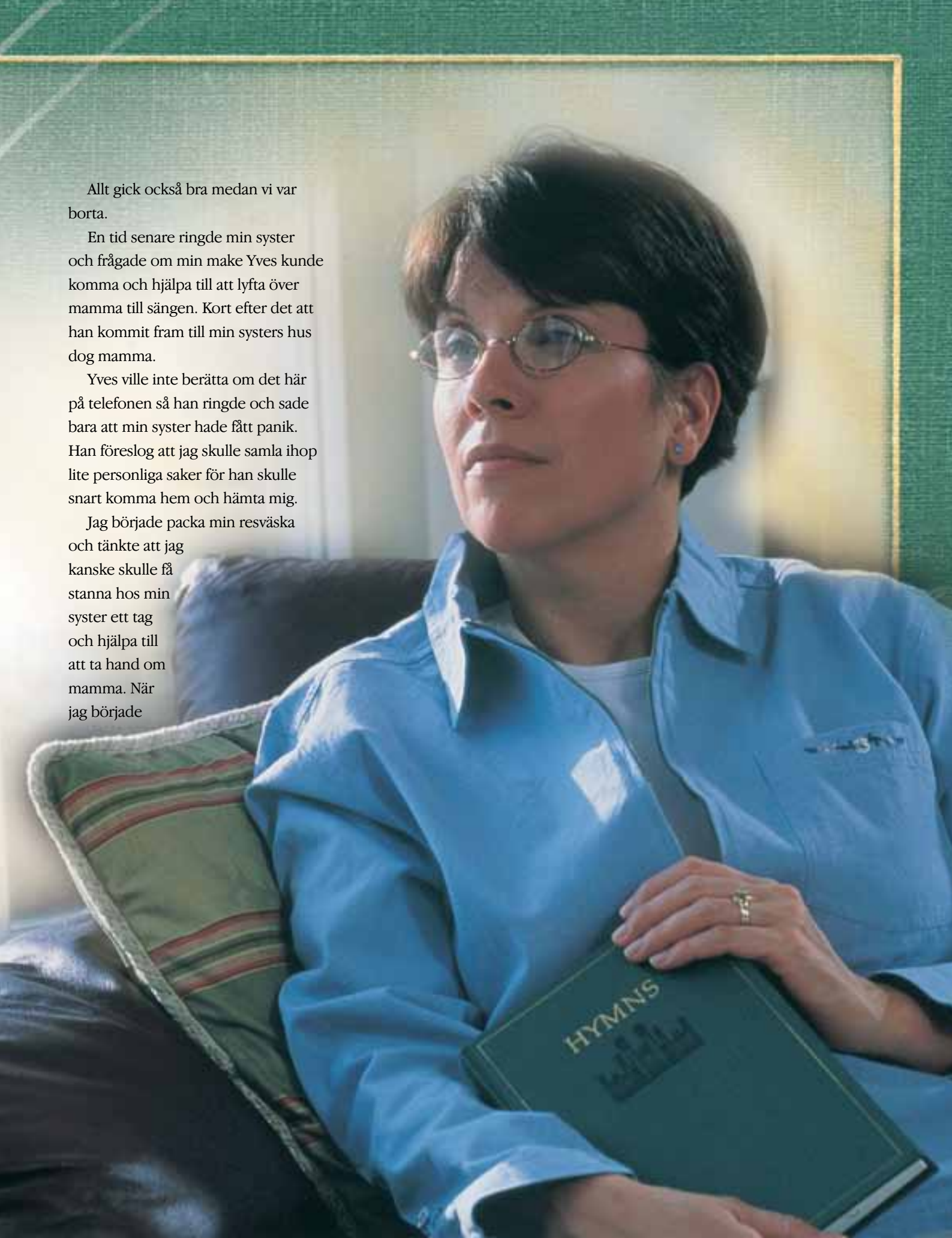
Jag vädjade till min himmelske Fader att allt skulle gå väl medan vi var borta. Omedelbart hörde jag orden "frid, var lugn" ("Mästare, hör hur det stormar", *Psalmer*, nr 66) inom mig och min oro avtog. Vi åkte iväg till konferensen och jag kände mig lugn och förvissad om att Herren hade hört min bön och att han vakade över mamma.

Allt gick också bra medan vi var borta.

En tid senare ringde min syster och frågade om min make Yves kunde komma och hjälpa till att lyfta över mamma till sängen. Kort efter det att han kommit fram till min systers hus dog mamma.

Yves ville inte berätta om det här på telefonen så han ringde och sade bara att min syster hade fått panik. Han föreslog att jag skulle samla ihop lite personliga saker för han skulle snart komma hem och hämta mig.

Jag började packa min resväska och tänkte att jag kanske skulle få stanna hos min syster ett tag och hjälpa till att ta hand om mamma. När jag började



packa kände jag Anden viska att det inte längre behövdes. Jag visste att mamma hade dött. Men jag kände också frid, precis som när jag skulle iväg till stavskonferensen.

Yves kom hem och hade svårt att berätta vad som hade hänt. För att lätta på hans börda sade jag att jag redan visste att mamma hade gått bort.

Kunskapen om evangeliet var till stöd för mig och jag kunde trösta min syster när vi sörjde mamma. Jag bad många gånger om frid och varje gång kände jag mig försäkrad om att min himmelske Fader och min Frälsare Jesus Kristus hjälpte mig igenom min sorg och smärta. Genom vår tro och våra böner förstod vi vad den heliga psalmen talar om: "Frid, var lugn."

Nicole Germe, Pas-de-Calais, Frankrike

Sången lindrade vår smärta

För många år sedan planerade jag att tillbringa

julaftonen med min familj, men jag var lite ängslig inför det. Jag hade precis blivit medlem i kyrkan och min familj var kritisk mot min nya religion. Situationen förvärrades när jag gav mamma skjuts hem till mormor. Mamma hade druckit en hel del och jag kände mig frestad att gräla på henne. Glädjen jag vanligtvis kände under julen hade ersatts av missmod. Jag bad tyst om hjälp.

Jag slog på radion och sökte upp musikkanalen jag vanligtvis lyssnar på, i hopp om att det skulle göra mig lite gladare. Men jag kände mig manad att stänga av radion och sjunga några julpsalmer. Jag gjorde det, och



STÄRKANDE KRAFT

"Psalmer spelar en viktig roll när det gäller andlig-

het, uppenbarelse och omvändelse ... Stärkande psalmer skapar en atmosfär som inbjuder den Ande som leder oss till omvändelse."

Äldste Jay E. Jensen i de sjuttios kворum, "Psalternas stärkande kraft", Liahona, maj 2007, s 11, 12.

O My Father

Each Life That Touches Ours for Good 293

mamma, som blev överraskad, verkade lugnare. Hon till och med började sjunga med lite.

Mitt humör förändrades omedelbart och jag påmindes om julens sanna mening. När jag tänkte på hur Frälsaren så osjälviskt gav sitt liv för oss verkade mina egna problem mycket små och lätthanterliga. Jag insåg att jag hade fått många välsignelser i livet och många anledningar till att glädjas. Jag kände att den Helige Anden var med mig och att jag skulle kunna reagera lugnt på den kritik jag kunde tänkas få i fråga om kyrkan.

Sången tog inte bort mina problem men den gjorde så att jag kunde ha en positiv inställning gentemot dem — och det gjorde stor skillnad.

Kimberley Hirschi, Kalifornien, USA

Min börda lyftes bort

År 1988 hade jag problem med mitt företag. När jag hade rådfrågat min stavspremier bestämde min hustru och jag att vi skulle sälja företaget och hitta annat arbete. Jag försökte hela tiden att få tag på arbete, men efter varje avslag blev min hustru och jag frustrerade och förtvivlade, och vi var alltjämt utan stadig inkomst.

Efter ett år hade vi inte så mycket pengar kvar och jag kände mig nedtyngd av en börda som var nästan out hårdlig. Vi hade en son på mission och sex barn hemma. Jag kände att jag svek dem.

En dag när hjärtat var tungt insåg jag att jag hade haft en melodi i huvudet i flera dagar. Jag märkte snart att

det var en psalm, och Anden tröstade mig när jag påmindes om orden:

*Är du ödmjuk i din svaghet, så
skall Herren Gud dig leda.*

*Han tar dig ömt i handen och
besvarar varje bön.*

(”Är du ödmjuk i din svaghet”,
Psalmer, nr 76)

Med en gång kände jag bördan lyftas från mig och jag förstod att min himmelske Fader kände till min situation. Vi hade det svårt ekonomiskt i flera år men jag blev tröstad av att veta att han skulle vägleda våra beslut om vi försökte göra hans vilja.

Vi flyttade till en annan stad och startade så småningom ett nytt företag. Med hjälp av andra kunde vi köpa ett hus och få företaget att blomstra.

Vi har det inte längre svårt ekonomiskt men jag försöker fortfarande lyssna när jag börjar tänka på en psalm. Jag har lärt mig att min himmelske Fader ofta besvarar mina böner med hjälp av helig musik.

Warren C Wassom, Idabo, USA

Hur kunde jag sjunga?

För flera år sedan dog mamma i en bilolycka där en onykter förare var inblandad. I chocktillstånd skyndade jag till mina föräldrars hus och hjälpte mina syskon och skadade pappa att planera begravningen.

Kort efter det att jag återvänt hem kallades jag att verka som sångledare i Primär. När jag höll på att förbereda mig kände jag mig blockerad och började tvivla på min förmåga. ”En

sångledare i Primär måste vara entusiastisk och glad”, tänkte jag för mig själv. Jag kände mig bara sorgsen. Jag ville uppmuntra barnen men kände att jag skulle göra dem besvikna. Hjärtat värkte av sorg. Jag undrade om jag någonsin skulle bli glad igen — eller ha en önskan att sjunga.

Dagen innan jag skulle börja verka i min nya kallelse var min make och jag med på en tempelsession med vänner som skulle beseglas. Innan sessionen började inbjöds vi till templets kapell för en inledningspsalm, en bön och ett tal av någon i templet. När vi sjöng ”Guds lagar milda är” (*Psalmer*, nr 78) lade jag märke till orden i psalmen:

*O, låt ej gråt och sorg
ditt sinne tynga då.*

*Se, Herren är din fasta borg,
i bön till honom gå.*

Jag kände mig tyngd av ”gråt och sorg” och insåg att där, i hans heliga tempel, kunde jag gå till honom i bön. I fjärde versen fanns ett budskap riktat just till mig:

*Hans godhet ändlös är,
hans nåd var morgon ny.
I bön han är mig städse när,
jag vill till honom fly.*

I det ögonblicket visste jag att jag skulle kunna uppfylla vilken kallelse som helst och att jag kunde känna glädje, även fast jag saknade mamma. Och eftersom jag visste att min Frälsare bar min börda så kunde jag sjunga!

Sberi Stratford Erickson, Idabo, USA ■

Förbered dig för att ta emot templets förrättningar

CHARLES W DAHLQUIST II

Unga mäns generalpresident

När jag var pojke brukade jag promenera på en kyrkogård i närheten med morfar Ahlander. Jag lärde mig älska de där promenaderna och uppskatta den speciella känsla jag hade där. Men jag förstod inte varför jag kände som jag gjorde.

För inte så länge sedan gick jag ensam längs Susquehannaflodens strand i Pennsylvania, där Johannes Döparen visade sig för Joseph Smith och Oliver Cowdery och återställde aronska prästadömet en vacker vårmorgon 1829. När jag begrundade den händelsen kände jag återigen att jag befann mig på helig mark. Under årens lopp har jag känt ett liknande band till evigheten när jag har besökt slagfält och andra heliga platser världen över.

På var och en av platserna kändes det som om slöjan mellan jordelivet och



evigheten var mycket tunn. Över varje plats vilade en försäkran om att livet inte börjar med ett barns skrik eller slutar med döden, utan bara fortsätter.

I dag stod jag återigen på helig mark, i ett av Guds heliga tempel, och ännu en gång hade jag känslan av att evigheten var mycket nära. Samma känsla hade jag när jag besökte templen i Finland, Schweiz, Hongkong och Costa Rica. Varje tempel är en helig tillflyktsort, en fristad från världens stormar, en fridfull plats där vi kan delta i heliga förrättningar för oss själva och för andra och bli stärkta och förberedas att stå för sanning och rättfärdighet.

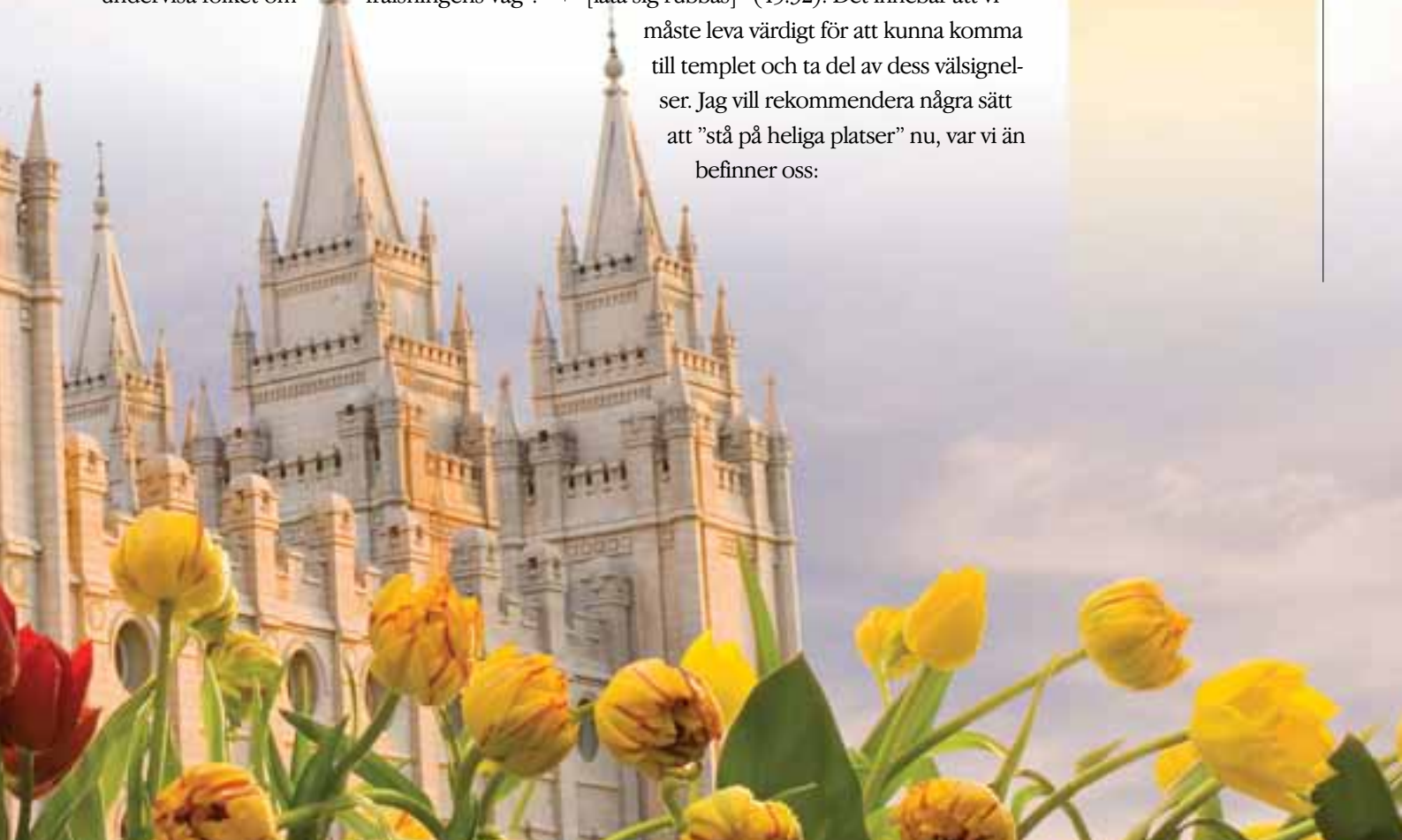
Profeten Joseph Smith sade att templet är en plats där Gud kan "uppenbara för sitt folk förrättningarna, hus och hans rikes undervisa folket om som tillhör hans härligheter, samt frälsningens väg".¹

President Gordon B Hinckley (1910–2008) sade: "Jag uppmanar vårt folk överallt, med all den övertalningsförmåga jag besitter, att leva värdigt en tempelrekommendation, att skaffa en sådan och betrakta den som en dyrbar tillgång, och göra större ansträngningar att besöka Herrens hus och ta del av andan och välsignelserna som finns där."²

I dag finns det tempel över hela världen som är till välsignelse för de heliga. Även om du inte är gammal nog att delta i alla templets förrättningar kan du ta del av templets välsignelser genom att utföra dop för de döda när du blir 12 år. Och oavsett om vi bor nära ett tempel eller hundratals mil därifrån kan vi leva varje dag så att vi är värdiga att ta del av välsignelserna som kommer när vi besöker templet. I Lärnan och förbunden säger Herren: "Mina lärjungar skola stå på heliga platser och icke [låta sig rubbas]" (45:32). Det innebär att vi måste leva värdigt för att kunna komma till templet och ta del av dess välsignelser. Jag vill rekommendera några sätt att "stå på heliga platser" nu, var vi än befinner oss:



Vi måste leva värdigt för att kunna komma till templet och ta del av dess välsignelser. Jag vill rekommendera några sätt att "stå på heliga platser" nu, var vi än befinner oss.





1 Följ alltid normerna i broschyren
Vägledning för de unga och undvik "oheliga platser". För att komma in i templet måste vi vara värdiga. Det hjälper om vi står på heliga platser nu. Det innebär att vi undviker platser och situationer där vi kan frestas att göra felaktiga val. Jag minns en berättelse av president J Reuben Clark Jr (1871–1961), en rådgivare i första presidentskapet, om hans tonårsdotter. Hon skulle just gå på en dans och han sade: "Ha så roligt, raring. Var tillbaka till midnatt." Hon svarade: "Pappa, det här är en skolbal. Vi åker till dansen och kommer inte tillbaka förrän i morgon bitti." President Clark svarade: "Ja, jag vet att många kommer att göra så. Men du måste vara tillbaka före midnatt." Då sade hon desperat: "Pappa, du litar inte på mig!" Han svarade: "Raring, på fel plats och fel tid litar jag inte ens på mig själv. Var tillbaka till midnatt."³

Du måste fatta liknande beslut var du än är. Ställ dig själv frågan: "Är det här en plats där Anden kan vistas?" Var modig nog att gå därifrån om det inte är det. Om ditt rum (inklusive bilderna på väggen) inte är en plats där Anden kan vistas så behöver du ändra i rummet så att det är det. Lär dig tidigt att stå på heliga platser, att umgås med bra vänner, så att du får stöd i din strävan efter att alltid vara värdig att komma till Herrens hus.

2 Håll dig nära och stärk din familj. Templets budskap är ett budskap om familjen — den eviga familjen. Vårt hem kan vara en plats för helighet och styrka. I broschyren



Vägledning för de unga står det:

"Att få tillhöra en familj är en stor välsignelse. Din familj kan ge dig vänskap och lycka, hjälpa dig att lära dig rätta principer i en kärleksfull miljö och hjälpa dig i dina förberedelser för evigt liv. Alla familjer är inte likadana

men var och en är viktig i vår himmelske Faders plan.

Gör din del för att bygga ett lyckligt hem. Var glad, hjälpsam och omtänksam mot andra ... Försök att vara en fridsstiftare i stället för att retas, gräla och bråka. Kom ihåg att familjen är den heligaste enheten i kyrkan."⁴

3 Gör skriftstudier till en del av ditt liv — inte bara genom att läsa regelbundet utan också genom att lita på att skrifterna hjälper dig att fatta viktiga beslut.

När jag var missionspresident i norra Tyskland hade jag ett mycket svårt problem. Jag hade sökt efter ett svar i många veckor, utan resultat. En morgon läste jag i



Mormons bok där Nephi fick befallningen att bygga en båt: "Jag, Nephi, gick ofta upp på berget, och jag bad ofta till Herren, varför han visade mig stora ting." (1 Nephi 18:3) När jag läste den versen fick jag tanken: "Det är det som jag behöver göra." Jag begrundade och bad. Till slut kom svaret och jag visste vad jag behövde göra. Jag är tacksam för den inspiration jag fick — medan jag sökte i skrifterna. När jag fick mitt svar kände jag att jag "stod på en helig plats". Jag vet att också du kan få liknande upplevelser när du söker, begrundar och ber om skrifterna.

4 **Var med på seminariet när du är gammal nog.** Jag har märkt att när ungdomar går till seminariet regelbundet så blir de påmind om att de verkligen är söner och döttrar till Gud, att de alltid kan be honom om hjälp när de ska göra val och att han besvarar deras böner. Det är också en plats där de blir påmind om att de inte är ensamma och att det finns många andra i världen som strävar efter att stå på heliga platser och leva värdigt.

5 **Fyll ditt sinne med positiva, rena och upplyftande tankar.** I min patriarkaliska välsignelse får jag löftet: "Lyft blicken mot ljuset ovan så att de som går vid din sida vet att du söker efter något högre." Jag har märkt att det bästa sättet att hålla blicken på ljuset ovan är att kontrollera mina tankar genom att lära mig skriftställen, dikter, psalmer och annat upplyftande material utantill. När vi sedan frestas av orena eller negativa tankar kan vi använda dessa positiva tankar och driva bort de orena tankarna.

6 **Ha en bild av ett tempel i ditt rum.** När våra barn var små bad vi dem att välja ett tempel som betydde något särskilt för dem. Sedan köpte vi bilder av dessa tempel till deras rum för att hjälpa dem komma ihåg hur viktigt templet är och hur viktigt det är att alltid vara värdig att besöka templet. Det är något speciellt med att se en bild av templet varje dag och använda det för att på nytt stärka vår beslutsamhet att vara värdiga att besöka templet. Du kan också sätta upp en bild av dig bredvid templet för att påminna dig själv om att du hör hemma i templet!

7 **Ta dig tid till att utveckla dina talanger och bli det som din himmelske Fader förväntar sig att du ska bli.** Vi är välsignade med Unga kvinnors program Personlig tillväxt och aronska prästadömet's Plikt mot Gud-program. Syftet med dessa program är att vi ska bli mer lika Frälsaren genom att sätta upp och uppnå värdiga mål, utveckla karaktär och färdigheter, stärka vår familj och utveckla tro på Jesus Kristus.

8 **Åk till templet så ofta du kan när du har fyllt 12 och utför dop för de döda.** Vi lever i en välsignad tid när det finns 124 tempel spridda på jorden. Många av er kan besöka templet som ungdomsgrupper och som familj. Men även om du inte har ett tempel i närheten kan du ta del av templets välsignelser genom att lära dig mer om templet och alltid vara värdig en tempelrekommendation. När jag var missionspresident fanns det inget tempel i vår mission så missionärerna kunde inte besöka templet under sin tid där. Först tänkte jag inte på att jag borde uppmana dem att ha en giltig tempelrekommendation. Men i slutet av 1994 rådde president Howard W Hunter (1907–1995) kyrkans vuxna medlemmar att ha en giltig tempelrekommendation — även om de inte bodde nära ett tempel.⁵ Under de följande intervjuerna med våra missionärer undervisade jag om denna princip och hade en tempelintervju med varje missionär. Vilken välsignelse det var för vår mission och för våra missionärer!



Må vår himmelske Fader välsigna er så att ni hela tiden, i alla beslut ni fattar, förbereder er för att stå på heliga platser nu, så att ni alltid kan vara värdiga att komma till Herrens heliga tempel. Ni är den "ungdom av ädel härkomst"⁶ som vi sjunger om. Ni är "Israels hopp".⁷ Ni måste vara redo att utföra det stora rättfärdiga arbete som Herren har sänt er hit för att utföra. Må Gud

välsigna er, mina kära unga vänner, så att ni ihärdigt förbereder er för att vara värdiga att komma till templet och ta del av de heliga förrättningar som vår himmelske Fader har berett för var och en av oss. ■

SLUTNOTER

1. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s 412.
2. Se "Om missioner, tempel och förvaltare", *Nordstjärnan*, jan 1996, s 56.
3. Se *The Teachings of Harold B. Lee*, redigerad av Clyde J Williams (1996), s 629.
4. (2002), s 10.
5. Se "Den stora symbolen för vårt medlemskap", *Nordstjärnan*, nov 1994, s 6.
6. "Starka som bergen i Norden", *Psalmer*, nr 177.
7. "Israels hopp", *Psalmer*, nr 169.

Till slut ville mamma veta

Treasure Elder Barfuss

När begravningsprocessionen med bilar svängde in på den smala vägen till kyrkogården for en ström av minnen över mig. I min sorg över pappas för tidiga död sökte jag tröst i evangeliet och i skrifterna. Jag kom att tänka på Predikaren 3:1: "Allt har sin tid."

Min familj gick inte till någon kyrka regelbundet när jag var liten, men mina föräldrar visade sin tro genom det kristuslika sätt som de hjälpte behövande och genom att låta var och en av oss barn veta att vi var älskade. Mina föräldrar hade varit delaktiga i alla faser av mitt liv utom en, och det gjorde dem mycket ledsna eftersom de inte förstod och inte ville lyssna på mitt vittnesbörd om det jag hade funnit.

När jag var 17 introducerade några goda vänner kyrkan för mig. Det återställda evangeliet besvarade frågor som jag hade haft i många år, men mina föräldrar ville inte ha något med det att göra. När jag blev medlem i kyrkan som 18-åring kom bara mormor till mitt dop. Hon var inte sista dagars helig men hon verkade förstå mitt andliga behov och hon försäkrade mig om att mina föräldrar en dag skulle acceptera mitt beslut.

M*in make, mamma och jag gick tillbaka till monumentet. Det fanns ett skriftställe inristat på stenen som förändrade min familj för evigt.*

Jag gifte mig en kort tid efter mitt dop och flyttade iväg med min make. Jag berättade om min tempelbesegling några år senare i ett brev till mina föräldrar, och om glädjen i min nyfunna tro. Men jag kunde inte få dem intresserade av evangeliet. Nu var pappa borta och mamma

och min lillasyster hade lämnats ensamma.

Mina tankar avbröts när bilarna stannade. Precis till vänster om oss lade jag märke till ett monument som var täckt av ett lövverk. En inristning på stenen tycktes kalla på oss, men vi gick bort till



begravningsplatsen utan att titta på den.

Efter gudstjänsten uttryckte vi vår tacksamhet till vänner och släktingar och tog farväl. Min make, mamma och jag gick sedan tillbaka till monumentet. Det fanns ett skriftställe inristat på stenen som förändrade min familj för evigt: ”Ty se, mitt verk och min härlighet är att åvaga-bringva odödlighet och evigt liv för människan.” (Moses 1:39)

Fjorton år efter mitt dop och min konfirmation ställde mamma för första gången frågor. Tack vare det återställda evangeliet kunde jag svara på dem. Hon och min syster döptes och konfirmerades en kort tid därefter. Lite över ett år senare utfördes tempelarbetet för pappa.

Över 30 år har gått sedan den där dagen på kyrkogården. Under den tiden har flera medlemmar i släkten beseglats i templet. Mamma blev hjälpföreningspresident och tjänade hängivet i flera år. Min syster gifte sig, fick barn och verkade i många år som Laurellledare och som Unga kvinnors president, och arbetade för LDS Family Services.

Allt har sin tid — Glädjen sin tid och sorgen sin. Jag är tacksam för vetskapen om att böner besvaras i Guds egen tid och att skrifterna ger oss livets ord när vi söker, begrundar och delar med oss av dem till varandra. ■

Hur kunde hon förlåta honom?


Thomas E Horlacher

En dag 1961 när äldste Roger Slagowski och jag knackade dörr i Wilhelmshaven i Västtyskland hälsades vi ödmjukt välkomna in i en äldre änkas enkla lägenhet. Jag blev så förvånad att jag frågade henne om hon verkligen förstod vilka vi var. Hon försäkrade oss

om att hon gjorde det och att hon hade väntat på oss.

Hon berättade att två sista dagars heliga äldster hade knackat på hennes dörr många årtionden tidigare när hon var en ung mor. Hon var upptagen just då så hon skickade iväg dem. Efteråt kändes det hemskt och hon lovade sig själv att om några sista dagars heliga missionärer någonsin knackade på hennes dörr igen så skulle hon släppa in dem.

Emma Henke var skärpt och lyssnade uppmärksamt på vårt budskap, men hon hade ofta en frånvarande



Emma Henke lyssnade uppmärksamt på vårt budskap, men hon verkade ofta ha en frånvarande blick.



blick. Hon var vänlig mot oss och alltid ivrig att dela med sig av sitt magra förråd av mat, men vi undrade om hon verkligen förstod hur viktigt vårt budskap var. Till slut bestämde vi oss för att sätta upp hennes namn på listan över telefonkontakter och bara besöka henne då och då när vi var i området.

Några veckor senare besökte vi henne igen. Medan vi var där sade Emma plötsligt till vår stora förvåning att hon hade bestämt sig för att döpas!

Först nu började hon ge oss lite detaljer om sitt svåra liv. I slutet av första världskriget hade hennes lilla dotter dött. År 1924 hade en nioårig dotter dött i difteri. På vintern 1941–1942 fick hon ett sista brev från sin 21-åriga son som kämpade vid ryska fronten under andra världskriget. En kort tid senare fick hon veta att han hade dött.

Emmas make Hugo hade föraktat den nazistiska regeringens policy. Hon vädjade ofta till honom att vara försiktigare. Tidigt en morgon 1944, när regeringens radar hade spårat en BBC-signal till familjen Henkes hem, slog Gestapo in dörren och arresterade honom. Han skickades till ett koncentrationsläger nära Hamburg

och Emma och hennes enda överlevande barn, en liten son, lämnades att ta hand om sig själva.

Emma begav sig till den nazistiska ämbetsman på orten som var ansvarig för att ha fängslat hennes make och vädjade om hans liv på sina bara knän, men förgäves. I mars 1945 fick hon veta att Hugo hade dött. Ämbetsmannen själv dömdes till livstids fängelse men hade släppts strax innan vi knackade på Emmas dörr. Hon sade att hon ofta såg honom köra längs stadens gator i en ny och dyr bil. Dagen då Emma sade att hon ville döpas hade hon äntligen fått styrka nog att förlåta honom för att han tagit ifrån henne hennes make och avfärdat hennes vädjanden om barmhärtighet. Hon var fast besluten att lämna domen i Herrens händer.

Emma blev en trofast medlem i kyrkan och fann stor glädje och tröst i det återställda evangeliets sanningar. I november 1966, när hon skyndade över ett torg i Wilhelmshaven på väg till ett hjälpföreningsmöte, kollapsade hon och dog av en hjärtattack.

Syster Henke vägrade att bli bitter trots svårigheterna i sitt liv. Hon dog fri från hämndlystnad och hat. Säkert har denna kära syster glatts åt en härlig återförening med alla som hon älskat och förlorat. ■

Hur jag fann Kristus i Kapernaum

Jason Jones

Efter flera års planering och förberedelse var jag äntligen på väg till det heliga landet med min familj och några nära vänner. När vi närmade oss Galileiska sjön såg vi fram emot att få se Kapernaum.

I Matteus står det att när folket hade avfärdat Kristus i hans hemstad Nasaret så gjorde Frälsaren Kapernaum till "sin egen stad". (Matt 9:1) Det var i Kapernaum och på Galileiska sjöns stränder som Kristus kallade Petrus, Jakob, Johannes, Andreas och senare Matteus som lärjungar. (Se Matt 4:18–22; 9: 9.)

Kapernaum betyder "Naums by", eller trygghetens eller tröstens by. Kristus kände verkligen medlidande med människorna i staden och tröstade dem genom att kasta ut onda andar, bota "alla sjuka" och uppresta döda. (Se Matt 8:16; Mark 5:35–42.) Fastän Kristus senare tillrättavisade folket i Kapernaum för att de hade avvisat honom utförde han förmodligen fler underverk där än någon annanstans.

I Kapernaum utforskade vi ruiner och vandrade längs gamla vägar, hänfödda över vad denna lilla by hade bevittnat. (Se Matt 11:23.) Senare tog

jag en paus och satte mig under ett träd där jag funderade och tittade ut över Galileiska sjön. Men mina stora förväntningar om att få känna hur skrifternas händelser kom till liv införlivades inte. Trots alla förberedelser innan resan, min uppriktighet i att söka Kristus och beslutsamheten som hade fört oss hit till slut, kände jag en tomhet som tyngde hjärtat.

Varför kunde inte denna plats där Kristus välsignade så många människor också välsigna vårt liv? Medan jag brottades med mina känslor fick jag en önskan att läsa i skrifterna. Jag frågade alla i gruppen men tråkigt nog

hade ingen tagit med sig en bibel. Som tur var hade en person i gruppen en handdator med en elektronisk version av Bibeln. Vi samlades runt den och lyssnade när någon läste verserna i Matteus 4 och Markus 5 om Frälsaren i Kapernaum.

Så fort vi började fokusera på skrifterna ersattes tomheten jag hade känt med den trösterika känslan av Frälsarens kärlek och ett vittnesbörd om de händelser som skrifterna vittnade om. Vi hade kommit till Kapernaum för att söka efter Kristus, men vi fann honom inte förrän vi sökte i skrifterna. Det var inte

den fysiska omgivningen som bar vittne för oss utan den Helige Anden.

Skriftstudier kan berikas av historia, kommentarer, språkliga insikter och enstaka resor, men det finns ingen ersättning för den direkta kunskap vi får av Anden när vi fördjupar oss i skrifterna. Mosiahs söner, som "hade rannsakat skrifterna med flit, på det de måtte få kännedom om Guds ord" (Alma 17:2), exemplifierade denna princip.

Må våra dagliga skriftstudier vara kärnan i vårt sökande efter Kristus, för skrifterna är verkligen den bästa platsen att finna honom på. ■

Vi samlades och lyssnade när en person i gruppen läste några verser om Frälsaren i Kapernaum.



Läkande balsam

Liabona är verkligen en kompass i mitt liv. Den är en läkande balsam för mina sår och ger mig hopp när jag känner mig missmodig. Artiklarna innehåller svar på mina frågor och dess ljus skingrar mina tvivel. När jag läser vittnesbörden, konferenstalen och annat material stärks min tro på Skaparen och

jag känner mig närmare medlemmarna i kyrkan, vars utstrålning kan kännas genom tidningen.

Carmen Moscoso, Schweiz

Nummer tillägnade ett visst ämne

Jag har märkt att det ibland kommer särskilda nummer av *Liabona*. Två exempel är numret för nyomvända (okt 2006), som jag värdesätter oerhört, och numret för dem som förbereder sig för att gå ut som missionär (mar 2007).

Kan ni ge ut ett nummer för undersökare och släktingar till nyomvända? Det är svårt för mig att berätta om evangeliet för min familj eftersom de inte tror att vi tror på Gud och Jesus

Kristus. Jag skulle vilja ha lite material som kunde öppna deras ögon, skingra deras tvivel och hjälpa dem respektera det beslut jag har fattat.

Héctor Leal Reyes, Mexico

*Redaktionens anmärkning:
Vi hoppas att marsnumret 2008 hjälpte din familj och många andra att bättre förstå vad kyrkans medlemmar tror i fråga om Frälsaren.*

Mer än guld värd

Jag upptäckte *Liabona* när jag blev medlem i kyrkan för ett antal år sedan. I början tänkte jag inte så mycket på tidningen, men med tiden blev den något av det mest underbara i mitt liv och en nyckel till framgång. Den stärkte mitt vittnesbörd om det återställda evangeliet och hjälpte mig att hålla mig stark i kyrkan. Tack vare denna styrka kunde jag motstå frestelser och vara ett gott exempel för en medarbetare som så småningom döptes och konfirmerades.

Det är så underbart att studera och berätta om *Liabona*. Den kommer att hjälpa mig i hela mitt liv. Jag är så tacksam för budskapen av Herrens profet och apostlarna varje månad. *Liabona* är sötare än honung för mig och mer än guld värd.

Aldemir Guanacoma Ave, Bolivia

Unga missionärer

Artikeln "En VDR-ring på rektorns kontor" (mar 2007), som handlar

om en flicka som berättade för skolans rektor om kyrkan när rektorn frågade om flickans VDR-ring, inspirerade min femåriga son och andra primärbarn i vår gren att alltid ha på sig sin VDR-ring.

Min son och ett annat barn hade sin första missionärsupplevelse när deras skollärare frågade om ringarna och barnen kunde berätta för dem om kyrkan.

Aleksey Dobrovolsky, Ukraina

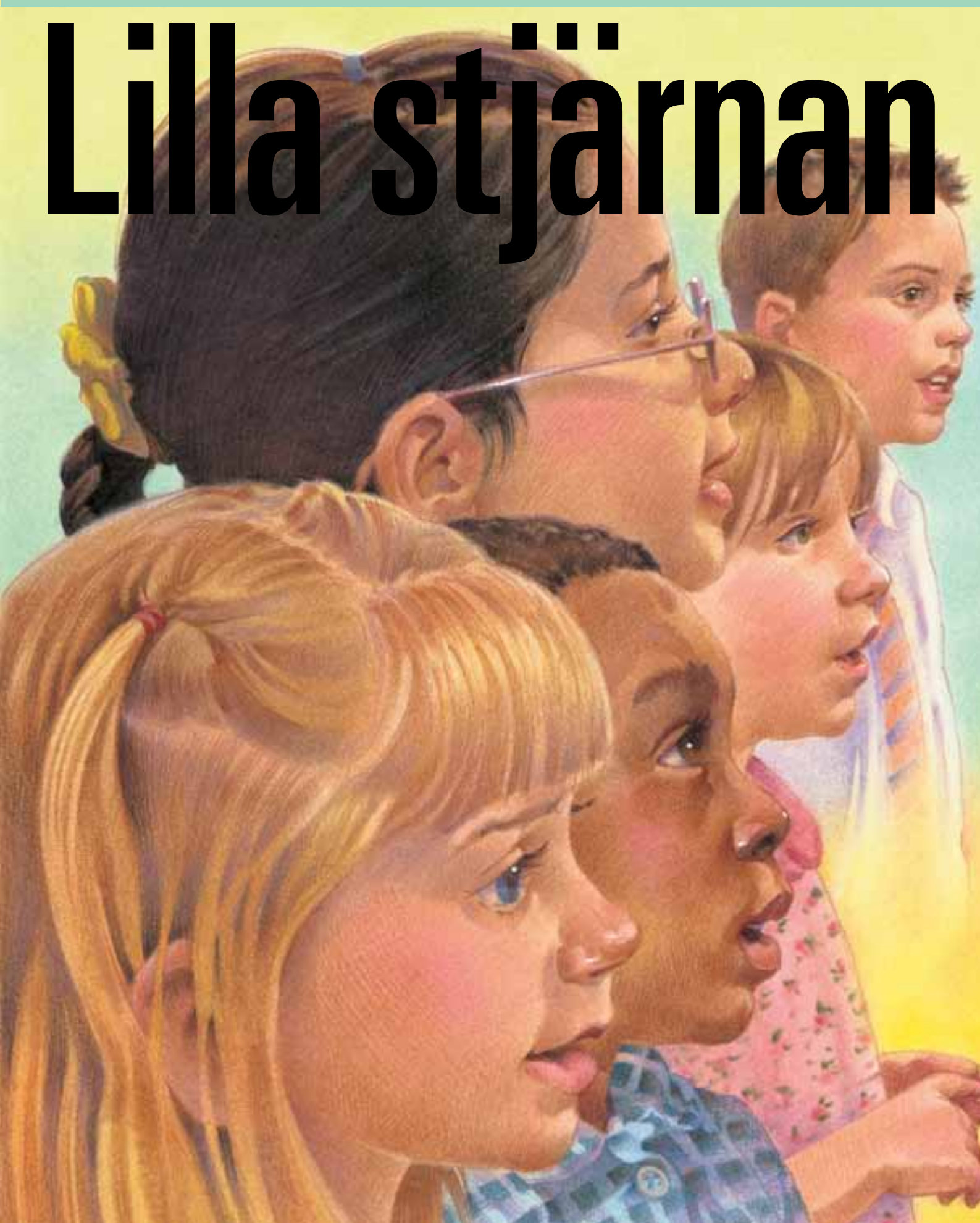
En skatt för själen

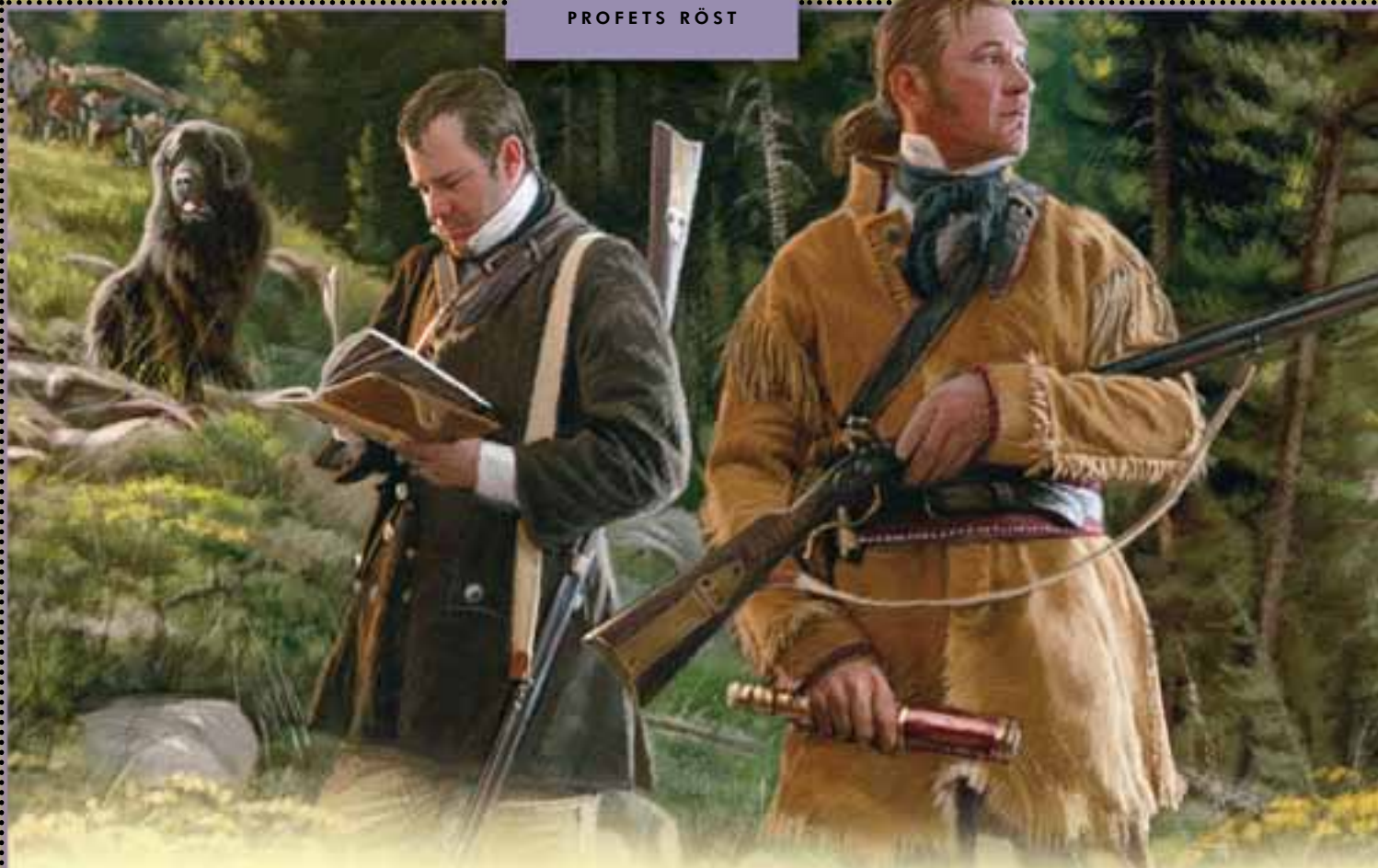
När jag var nydöpt uppmanade en syster mig att prenumerera på *Liabona*. Jag läste inte mycket till att börja med, men med tiden insåg jag hur värdefull tidningen är. Dess budskap har stärkt min ande och besvarat mina böner. Det första jag läser är budskapet från första presidentskapet och besökslärares budskap. Jag har också låtit min son Ricardo läsa barnens avdelning. Jag är så glad att jag har tidningen i dag.

Tack vare *Liabona* har jag fått kunskap och växt på många sätt, både känslomässigt och andligt. Det är utan tvekan värt besväret att läsa tidningen. Den är en skatt för själen och är till vägledning i mörka stunder, precis som skrifterna. Jag vet bättre hur jag ska bemöta världen i dessa sista dagar. Jag är tacksam över att ha kunnat glädjas åt den i 14 år.

Sylvia Figueroa-Ostolaza, Puerto Rico

Lilla stjärnan





President Monson undervisar oss om de broar vi måste gå över.

Tre broar

PRESIDENT THOMAS S MONSON

För många år sedan läste jag en bok som hette *The Way to the Western Sea* (Vägen till Västhavet) av David S Lavender. Den berättar på ett spännande sätt hur Meriwether Lewis och William Clark ledde en expedition över nordamerikanska kontinenten för att upptäcka ett sätt att ta sig till Stilla havet över kontinenten.

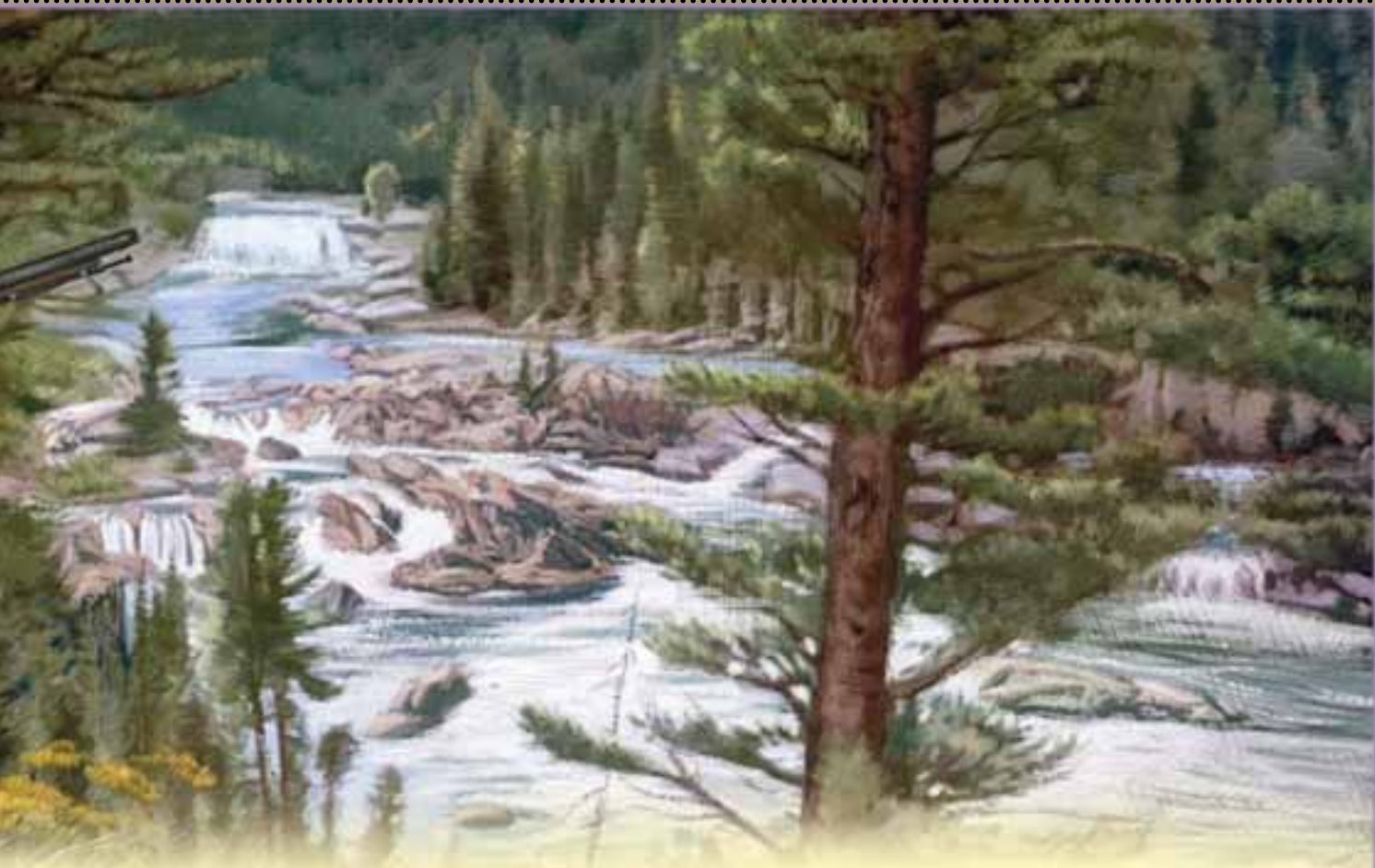
Deras vandring krävde det yttersta av dem. De tog sig över djupa klyftor och fick gå långt till fots bärande på båtar fyllda med förnödenheter, för att hitta ett nytt vattendrag att färdas på.

När jag läste om deras upplevelser tänkte jag ofta: "Tänk om de hade haft nutidens broar att spänna över klyftorna eller

de rasande vattnen." Jag kom att tänka på magnifika broar som byggts i vår tid och som gör att vi lätt kan ta oss över sådana hinder: Den vackra och berömda Golden Gate Bridge i San Francisco, den robusta Harbour Bridge i Sydney i Australien och andra i många länder.

Faktum är att vi alla är resenärer — ja, upptäcktsresanden i jordelivet. Vi har inte fördelen av tidigare personliga erfarenheter. Vi måste ta oss över branta stup och stormiga vatten under vår resa här på jorden.

Jesus Kristus var er, min och hela mänsklighetens allra störste arkitekt och brobyggare. Han byggde de broar som vi måste gå



över för att nå vårt himmelska hem.

Jesus gav oss Lydnadens bro. Han var ett ständigt exempel på personlig lydnad eftersom han lydde sin Faders bud.

Den andra bron som Mästaren gav oss och som vi måste gå över är Tjänandets bro. Vi ser till Frälsaren som vårt exempel på tjänande. Fastän han kom till jorden som Guds Son tjänade han ödmjukt människorna i sin omgivning. Han välsignade de sjuka. Han gjorde så att den lame kunde gå, den blinde se, den döve höra. Han uppväckte till och med döda.

Slutligen gav Herren oss Bönens bro. Han sade: "Bed alltid, så skall jag utgjuta min Ande över dig, och stor skall din välsignelse bli." (L&F 19:38)

Jesus, brobyggaren, överbryggade den stora avgrund som vi kallar döden. "Liksom i Adam alla dör, så skall också i Kristus alla göras levande." (1 Kor 15:22) Han hjälpte oss med det som vi inte kan göra för oss själva och därför kan mänskligheten gå över de broar som han byggde — in i det eviga livet. ●

Från ett tal under generalkonferensen i oktober 2003.

NÅGOT ATT TÄNKA PÅ

- 1. Vilket bud skulle du vilja följa bättre? Hur kan Jesu Kristi exempel hjälpa dig?**
- 2. Vem känner du som du kan tjäna? Vart kan du gå för att få bra förslag på hur du kan hjälpa och tjäna den personen?**
- 3. Vad tror du Herren menade när han uppmanad oss att alltid be? Vad innebär det att ha en bön i hjärtat?**
- 4. Hur kan du komma närmare Jesus Kristus och din himmelske Fader tack vare att du vet att Jesus Kristus gjorde evigt liv möjligt för oss?**



JAG KAN FÖLJA PROFETEN

1. _____
2. _____
3. _____

Lyss till profeten — Han ger oss Herrens ord

”Ty Herren, Herren gör ingenting utan att ha uppbarat sin hemlighet för sina tjänare profeterna.”

(Amos 3:7)

LINDA CHRISTENSEN



Världen är förvirrad, full av nöd och svält. Om du inte tror det, se på Aktuellt. Men vi kan bli ledda rätt på denna jord genom vår profet som ger oss Herrens ord.

Dessa ord från ”Lyss till profeten” (*Barnens sångbok*, s 58–59) säger att vi leds rätt genom att följa profeten. För att bli ledda av profeten behöver vi *lyssna* och *lyda*. Kan du komma ihåg en gång när du lyssnade på profeten? Kan du komma ihåg en gång när du eller din familj valde att lyda och göra det som profeten bad er att göra? Hur kändes det när du lydde?

Lyssna på några primärbarn som berättar vad det innebär att följa profeten: Austin säger: ”När jag gör som han säger så blir jag glad.” Lindsay säger: ”Profeten har bett mig att ha passande kläder, gå till kyrkan, läsa skrifterna och be. Han vill att jag ska döpas, välja det rätta och följa mammas och pappas exempel.”

I Lära och förbunden 21:5 står det: ”Ty hans ord skolen I taga emot som från min egen mun.” Det skriftstället lär att profeten alltid säger det som vår himmelske Fader vill att du ska veta. Profeten visar alltid hur du ska leva så att du kan återvända till din himmelske Fader en dag.

Aktivitet

Ta loss sidan LS4 och klistra fast den på tjockt papper. Lyssna när profeten talar under generalkonferensen och välj ut tre saker han ber dig att göra. Skriv dem

på affischen. Sätt upp affischen där du kan se den och bli påmind om att följa profeten.

Förslag till samlingsstunden

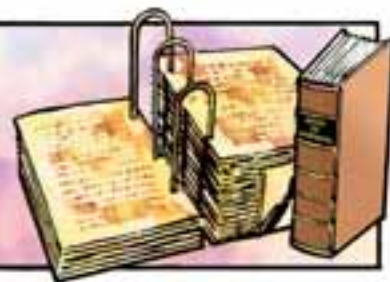
1. *Gå kort igenom hur Johannes Döparen kom till Joseph Smith för att återställa aronska prästadömet och hur Petrus, Jakob och Johannes återställde melkisedekska prästadömet. Förklara hur vår himmelske Fader kan välsigna kyrkans medlemmar genom prästadömet. Inbjud en prästadömsledare, efter godkännande av biskopen eller grenspresidenten, att tala i Primär om hur prästadömet välsignar oss. Dela ut papper och pennor, kriter eller tuschpennor. Be barnen att rita exempel på hur prästadömet har välsignat deras liv. Be ett barn att läsa Lära och förbunden 107:64–67. Fråga: ”Vem är ’presiderande högpräst över kyrkans högre prästadöme?’” Säg till barnen att vår profet har alla prästadömet nycklar, det vill säga att han har myndighet att presidera över hela kyrkan. Sjung ”Tack, Gud, att profeter du sänder”. (Psalmer, nr 10) Bär ditt vittnesbörd om profeten och om prästadömet.*

2. *Visa Evangeliet i bild 520 (Gordon B Hinckley) och återge berättelsen som president Hinckley (1910–2008) återgav om en kvinna som förlät en tonåring för ett felaktigt val som förändrade hennes liv för evigt. (Se ”Var mer förlåtande”, Liahona, mar 2007, LS2–LS3.) Säg att vår profet har sagt att vi ska förlåta andra. Använd dramatiseringar för att hjälpa barnen lära sig berättelser i skrifterna om förlåtelse. (Se ”Dramatiseringar”, Undervisning: Den högsta kallelsen [2000], s 164–165.) Till exempel: Första Moseboken 42–45 — Josef förlåter sina bröder; Första Nephi 7 — Nephi förlåter sina bröder. Bär ditt vittnesbörd om Frälsarens försoning. Hjälpt barnen förstå hur han gjorde det möjligt för oss att omvända oss och få förlåtelse så att vi kan återvända för att bo hos vår himmelske Fader igen. ●*



FRÅN PROFETEN JOSEPH SMITHS LIV

Den första synen



När Joseph var 14 år tyckte många människor i hans hemstad att det var spännande med religion. Olika predikanter höll möten för att få människor att bli medlem i deras kyrkor. Joseph lärde sig om de olika kyrkorna men han kunde inte bestämma sig för vilken han skulle bli medlem i.



Predikanterna har olika åsikter om saker och ting. De kan inte ha rätt allihop!

En dag när Joseph studerade Bibeln läste han Jakobs brev 1:5. Sedan visste han vad han skulle göra.



”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.”

Joseph bestämde sig för att göra så som det står i skrifterna — fråga Gud. Han gick ut i skogen för att be.



Han hade aldrig bett högt förut. Han tittade sig omkring för att vara säker på att han var ensam och sedan knäböjde han.



Så fort han försökte prata omgavs han av ett tjockt mörker. Han blev rädd och trodde att han skulle förgås. Han bad för att bli fri från den onda makten.



Joseph sade senare: "I detta förfärliga ögonblick såg jag en ljuspelare mer strålande än solen alldeles över mitt huvud, och den sänkte sig gradvis, tills den vilade på mig ... Jag [såg] 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.*"



Vår himmelske Fader och Jesus Kristus visade sig för Joseph. De sade att han inte skulle bli medlem i någon av kyrkorna för de var alla orätta.

När Joseph berättade för andra om sin syn retade de honom. Präster i andra kyrkor följde honom fastän han bara var en pojke.

Det finns inte något sådant som syner längre!

Antingen ljugar du eller så har du blivit bedragen av djävulen.



Joseph förnekade aldrig sitt vittnesbörd. Han sade: "Trots att man hatade och förföljde mig, emedan jag sade, att jag hade haft en syn, var det dock sant ... Jag visste det och jag visste, att Gud visste det och jag kunde icke förneka det."



Mammas sång

SHEILA KINDRED

Baserad på en sann berättelse

Susan vaknade plötsligt. Vad var det för ljud? Hon lyssnade uppmärksam. Vinden ven genom eukalyptusträden och fick frökapslar att ramla ner på taket ovanför sovrummet. Ljudet av de fallande frökapslarna lät som kraftigt regn och hade väckt henne.

Susan suckade. Hennes familj hade just flyttat in i huset och hon var inte van vid alla nya ljud än. Det hjälpte inte att Susan nu sov ensam. I det gamla huset hade hon delat sovrum med sin storasyster.

Hon drog upp täcket under hakan när en ny kaskad frökapslar slog emot taket. Hon var rädd, ensam och kände att hon saknade pappa. Susans pappa var militärofficer. Han var iväg på en utbildning. Fastän han inte var utsatt för någon fara blev Susan plötsligt rädd. Tänk om pappa en dag sändes ut i krig och blev dödad? Hon ville inte växa upp utan pappa. Hon behövde honom.

Susan fick tårar i ögonen och visste att hon behövde hjälp med att lugna rädslan som blev allt värre. Hennes syster var inte i närheten men hon visste att Jesus och hennes himmelske Fader alltid var nära.

Susan samlade mod och slank ut ur täcket och knäböjde bredvid sängen. Hon bad till sin himmelske Fader att han skulle hjälpa henne, ta bort hennes rädsla.

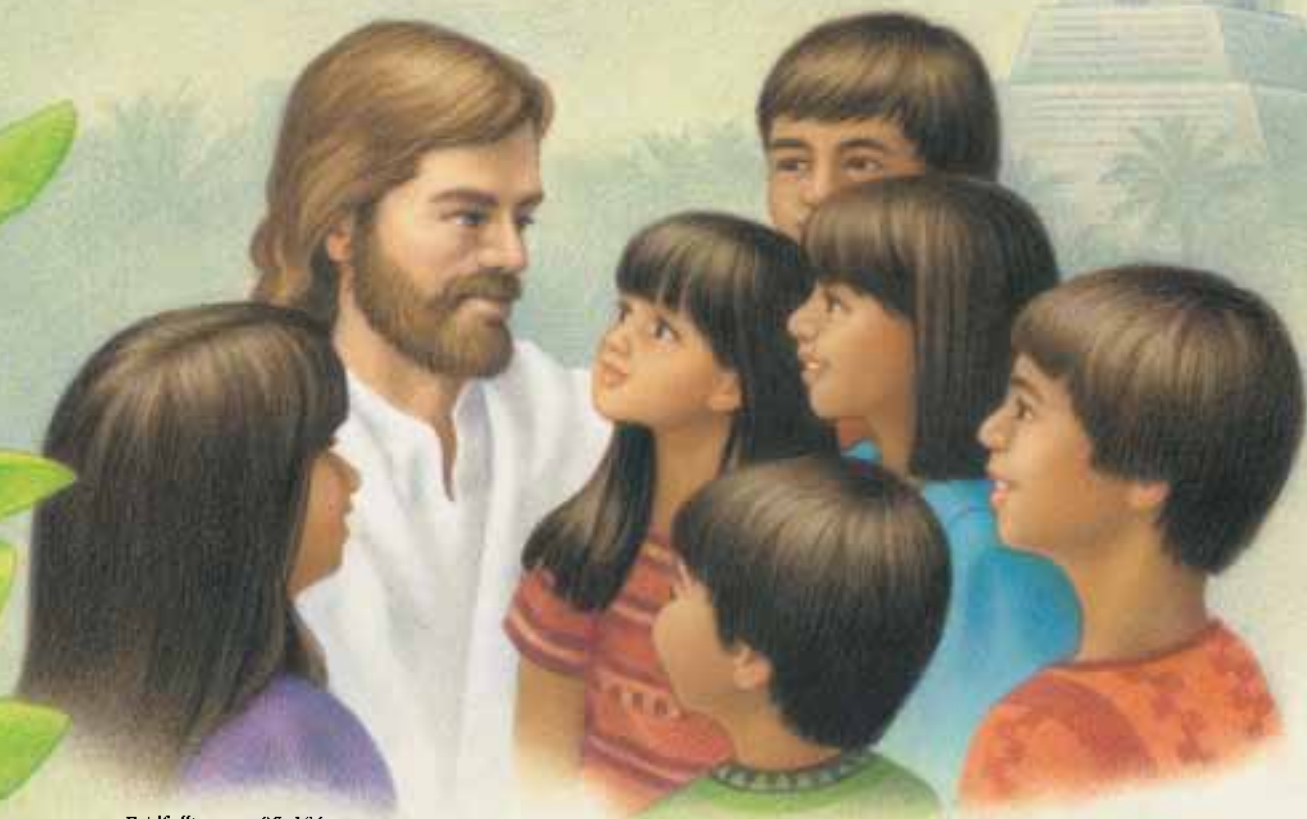
Och då hörde Susan något. Det lät mjukare än smattrandet på taket. Det var mammas röst, och hon sjöng. Mamma sjöng medan hon gick genom huset, avslutade sina sysslor och gjorde sig klar för sängen.

Susans mamma hade en vacker röst och sjöng ofta, men det här var den vackraste sången Susan någonsin hört henne sjunga. Susan kände inte igen melodin men orden handlade om Jesus. Sången fyllde henne med frid.

Susan tackade sin himmelske Fader, lade sig i sängen igen och lyssnade på sin mammas sång. Hon fick tårar i ögonen igen, men den här gången var det tårar av tacksamhet och lättnad. Hon kände att allt var bra. Hon visste att hon hade en kärleksfull familj. Hon visste att hennes himmelske Fader brydde sig om henne. Hon kände att oavsett vad som hände så skulle det alltid finnas en anledning att hoppas. Susan visste att om hon blev rädd igen så kunde hon känna frid genom att tänka på kvällen då hennes mammas sång var starkare än hennes rädsla. ●



Om jag var ett barn



Fridfullt ♩ = 96 104

F
B^b7
F
B^bm
F

G^m
C⁷
F
B^b7
F

1. Om jag var ett barn, när Je - sus
 (2. då) ha - de jag vi - lat tryggt i hans
 (3. En) dag ska han å - ter - vän - da

C⁷ F D Gm
 kom ner till ne - phi - ter - nas ar - ve -
 famn; han ha - de sett på mig vän - ligt och
 hit, så - ga i kär - lek och gläd - je mitt

Gm⁷ B^bm C⁷ F
 land och bad med allt fol - ket, som såg på hans
 sagt ett ord till väl - sig - nel - se, se - dan han
 namn. Jag hop - pas jag då är så ren som de

Dm Gm C⁷ 1. 2 F
 sår och rör - de så ömt hans hand, 2. då
 milt sin hand på mitt hu - vud lagt. 3. En
 barn som sam - la - des i hans

3 F B^bm F
 famn. *pp*
len.

Text: Mabel Jones Gabbott, 1910 2004

3 Nephi 17:11 13, 21 24

Musik: Darwin Wolford, f. 1936

Ur "Song of Cumorah", en Mormons bok-kantat för barn.

© 1981 Jackman Music Corporation. Alla rättigheter förbehållna. Denna sång för kopieras för tillfällig, icke-kommersiell användning i kyrkan eller hemmet.

Var nöjd

”Jag har lärt mig att vara nöjd med det jag bar.” (Fil 4:11)



Från en intervju med äldste Alexander A Odume, områdessjuttio i området Afrika Väst, av F Onyebueze Nmeribe

Jag växte upp i en by i södra Nigeria. Min pappa var bonde och odlade jams, majs, kassava, bananer och annan gröda som han sålde. Mina föräldrar lärde mig genom sina exempel att arbeta hårt. Vi arbetade alla på gården och hade tillräckligt med mat att äta. Pappa ansåg att om en människa arbetar hårt och lever ett bra liv så skulle det gå bra för henne.

Mina föräldrar var inte medlemmar i kyrkan men de trodde på Gud. De lärde mig att Gud lever och att Jesus Kristus är Frälsaren.

Pappa lärde mig också att respektera äldre — att lyda personer med myndighet. Det är en tradition i mitt samhälle att hedra dem som är äldre.

När jag var barn fick vi mat av en granne

under en särskild högtid. När vår familj får en sådan gåva är traditionen i mitt hem att pappa bestämmer när familjen ska äta maten. Den här gången var pappa inte hemma. Jag ville så gärna äta maten att jag grät och vädjade till mamma att ge mig lite. Mamma ville respektera pappas traditionella roll, men hon ville inte att jag skulle vara ledsen. Hon tog av maten och gav mig lite att äta.

När pappa kom hem var han inte glad över det jag hade gjort. Han bad mig komma in i hans rum och där sade han att han var besviken för att jag inte hade visat mig nöjd med det jag redan hade. Han lärde mig att frid i sinnet och ett bra liv bara är till för dem som är nöjda med det de har.

Åratal senare började jag besöka många olika kyrkor, men jag kände mig aldrig hemma någonstans. En dag när jag kom hem från arbetet talade min hyresvärdinna om för mig att min hustru och jag var tvungna att flytta ut nästa dag. Jag kunde inte komma på något som vi hade gjort fel eller några problem som kunde vara orsaken till att hon bad oss flytta.

Jag gick hem till en vän för att be om hjälp med att hitta en ny lägenhet och där träffade jag missionärerna. De presenterade



A F R I K A

NIGERIA

sig och sade att de kunde besvara mina frågor efter lektionen. När de undervisade om profeten Joseph Smith och evangeliets återställelse tänkte jag på hur jag hade gått från den ena kyrkan till den andra utan att hitta sanningen. Jag bestämde en tid för att träffa missionärerna och de undervisade min hustru och mig. Vi döptes och konfirmerades snart.

Sedan dess har jag haft flera ämbeten i kyrkan. Jag

upptäckte att mina föräldrar hade lagt en mycket fast grund för mig i och med min tro på Gud, min förmåga att vara nöjd med vad jag har och min vetskap om att vi kan bli frälsta genom Jesu Kristi försoning.

Barn, lyssna på era föräldrars råd och följ råden från era lärare och ledare i Primär. Jag vet att om ni är lydiga, om ni läser Mormons bok, om ni hedrar ert dopförbund så välsignar Herren er. ●



På säker grund

JENNIFER MADDY

Kyrkans tidningar

BARN I HELA VÄRLDEN BER, SJUNGER PRIMÄRSÅNGER OCH LÄR SIG OM EVANGELIET — PRECIS SOM DU! DEN HÄR MÅNADEN FÅR DU TRÄFFA JUDY OCH CHRISTOPHER SERENI FRÅN CALCI I ITALIEN.

Italien finns det ett torn som lutar. Man har trott att arkitekten från 1100-talet menade att klocktornet skulle luta, men vetenskapsmän har upptäckt att det var gjort för att stå rakt. Marken under lutande tornet i Pisa förflyttar sig oväntat. Vatten samlas under grunden och stiger och sjunker beroende på årstiden. I 200 år har byggare försökt få tornet att stå rakt men en sak gjorde det omöjligt: Tornets grund ändrade lutning beroende på hur den instabila marken rörde sig.

I Calci, en stad utanför Pisa, står i alla fall inte Judy eller Christopher Sereni från Pisa gren på skakig grund. De har byggt en stark grund baserad på evangeliet, kärlek till varandra och kärlek till familjen.



Favoriter

Judy, 11 år

Mat: jordgubbar

Skolämne: historia

Familjeaktivitet: spela spel tillsammans

Sport: volleyboll

Vill besöka: templet

Christopher, 8 år

Mat: gelato (italiensk glass)

Skolämne: litteratur

Familjeaktivitet: spela videospel med pappa

Sport: fotboll

Vill besöka: havet



När de blir stora

Judy vill bli skådespelerska eller sångerska.
Christopher vill åka motorcykel och spela fotboll.

Styrkan i tjänande

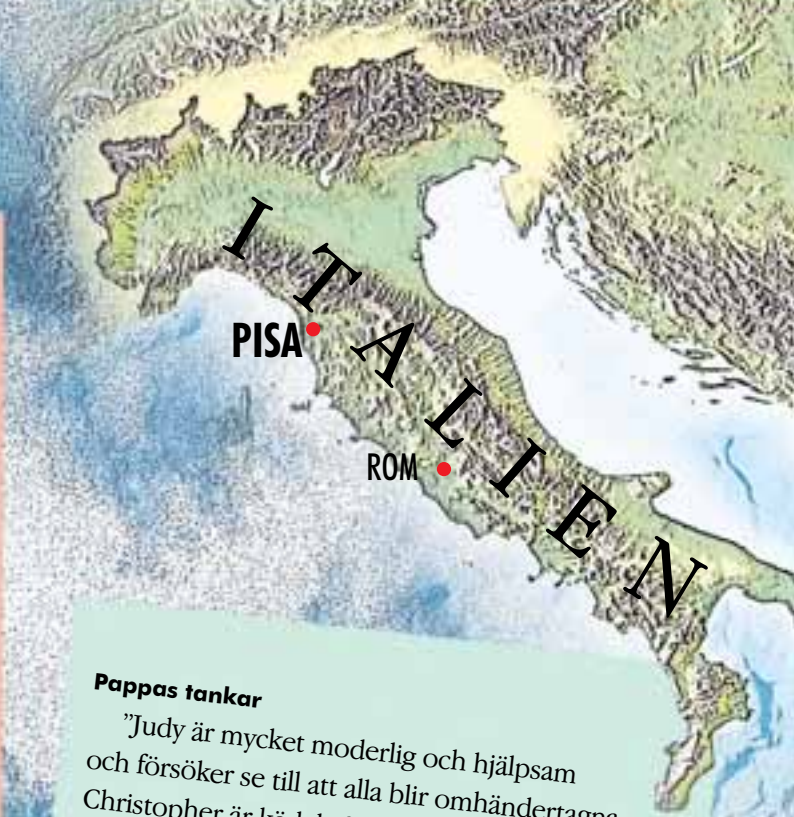
En sak som gör att familjen Sereni är stark i evangeliet är deras dopförbund. Christopher döptes och konfirmerades nyligen, och något som gjorde det extra speciellt var "när pappa och en vän sjöng tillsammans", säger han.

Nu arbetar Christopher och Judy på att hålla sitt dopförbund hela tiden och göra sådant som Jesus Kristus vill att de ska göra. "När jag har vänner som gör sig illa försöker jag hjälpa dem", säger Christopher. Judy tycker också om att tjäna: "Jag hjälper till hemma. Jag hjälper Christopher med läxorna och tjänar mina vänner."

Pappa tillägger: "Alltid när vi ber dem duka eller diska efter en måltid så är de villiga att göra det. De hjälper till av egen fri vilja."

Ett starkt exempel

Det finns inte så många medlemmar i kyrkan i Calci, men Judy ser inte det som något problem. Hennes evangeliegrund är ändå orubblig. "Några vänner har frågat mig om kyrkan", säger hon. "Jag tog med mig en vän till kyrkan, och hon kom och tyckte om det. Ibland har några retat mig eller någon i klassen har hört att jag går till en annan kyrka. Men för det mesta förstår mina vänner, och de ställer frågor."



Pappas tankar

"Judy är mycket moderlig och hjälpsam och försöker se till att alla blir omhändertagna. Christopher är kärleksfull och snäll. Tillsammans är de mycket glada. Naturligtvis bråkar de ibland som bröder och systrar gör, men de är lyckliga, och det är viktigt."

Andlig grund

Barnens andliga grund stärks när de går till Primär. Judy tycker om att läsa ett skriftställe vid talarstolen och båda tycker om att sjunga sånger. Christophers favoritsång är "Jag är Guds lilla barn".¹ De goda känslor de får i kyrkan fortsätter när de kommer hem. "Jag känner Anden när vi har familjebön", säger Christopher, och Judy håller med. I dag arbetar vetenskapsmän på att stabilisera lutande tornet. De säger att det kommer att stå kvar i ytterligare 300 år eller så. Som väl är har Judy och Christopher byggt sitt liv på en säker grund, en som kommer att stötta dem i all evighet. ●

SLUTNOT

1. *Barnens sångbok*, s 2-3.



Några kvinnor, av Walter Rane

Artisten bedrar minnet av trofastbeten hos "några kvinnor", nämnda och onämnda, som följde Jesus Kristus: "Några kvinnor, som bade blivit befriade från onda andar och botade från sjukdomar: Maria, som kallades Magdalena — från henne bade sju onda andar farit ut — vidare Jobanna som var hustru till Herodes förvaltare Kusas, och Susanna och många andra som tjänade [Jesus Kristus] med vad de ägde." (Luk 8:2-3)



Ar 1995 utfärdade första presidentskapet och de tolv kvorum "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", vari de bekräftade de lärdomar och seder som profeter upprepade gånger har undervisat om under kyrkans historia. De förkunnade att varje person är "en älskad son eller dotter till himmelska föräldrar och har som sådan gudomliga egenskaper" och att familjen, enligt gudomligt påbud, "har en central roll i Skaparens plan för sina barns eviga bestämmelse". Se "Enligt gudomlig plan", s 26.