

ÅRGÅNG 133 • NUMMER 1 • JESU KRISTI KYRKA AV SISTA DAGARS HELIGA • JANUARI 2009

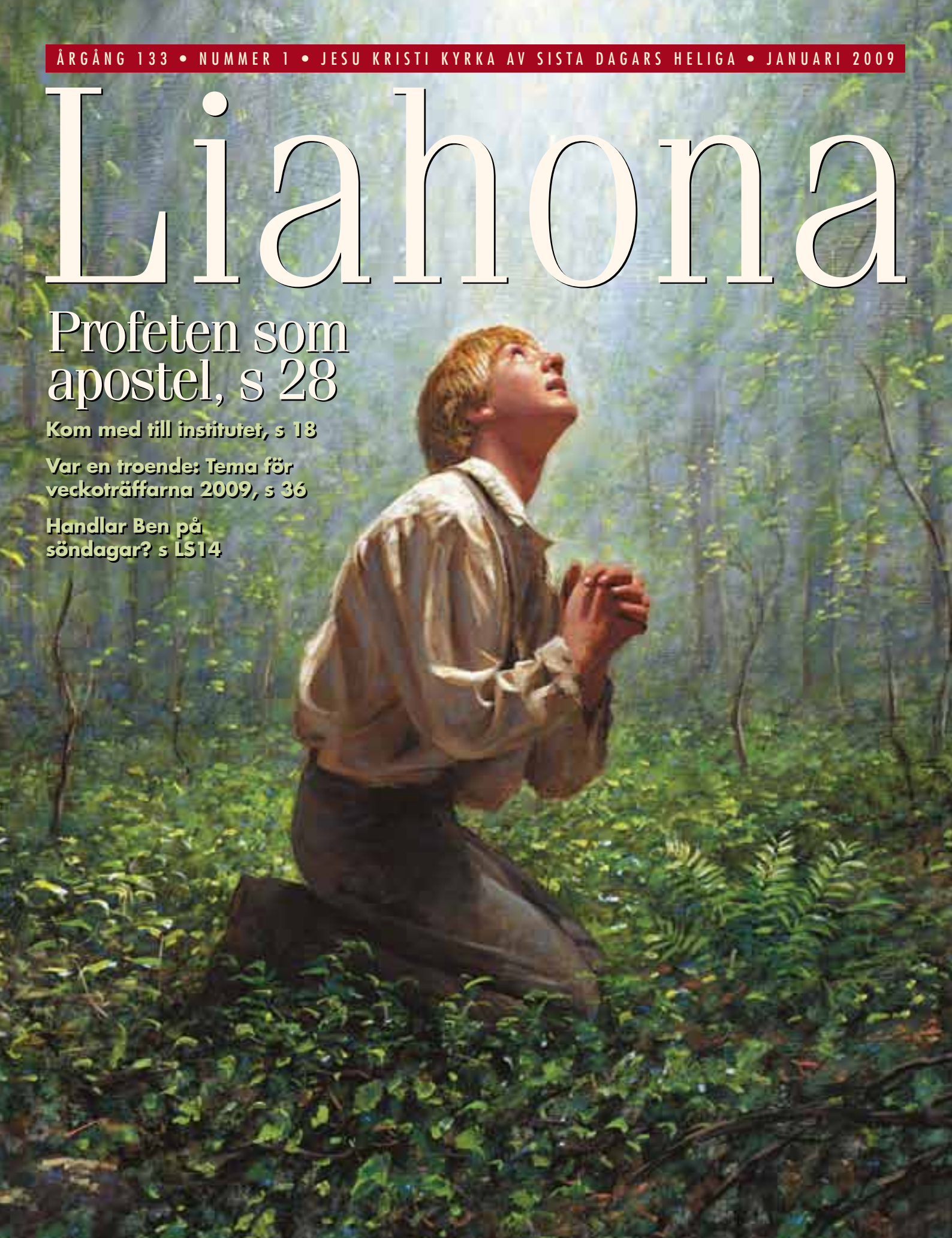
Liahona

**Profeten som
apostel, s 28**

Kom med till institutet, s 18

**Var en troende: Tema för
veckoträffarna 2009, s 36**

**Handlar Ben på
söndagar? s LS14**



vuxna

BUDSKAP FRÅN FÖRSTA PRESIDENTSKAPET

- 2 Låt oss höja en varnande röst Henry B Eyring

BESÖKSLÄRARNAS BUDSKAP

- 25 Stå stark och orubblig i din tro

ARTIKLAR

- 10 Berika dina studier av Läran och förbunden
Söndagsskolans generalpresidentskap
Fyra sätt att få ut mer av dina studier av Läran och förbunden.
- 18 Ge näring åt själen på institutet
Unga vuxna berättar hur institutet har stärkt deras vittnesbörd och förändrat deras liv.
- 26 Tro till att korsa floden Adam C Olson
Med vatten upp till bröstet i en översvämmad flod lärde sig Rafael att de som går Herrens ärenden är berättigade till hans hjälp.
- 28 Joseph Smith: En Jesu Kristi apostel
Dennis B Neuenschwander
Joseph Smith kallades av Gud som ett apostoliskt vittne om Jesu Kristi realitet, uppståndelse och återlösande makt.
- AVDELNINGAR
- 14 Budskap från Läran och förbunden: Självtillit i Guds närhet Michael John U Teh
Vad kan vi göra för att förtjäna Guds tillit?
- 44 Sista dagars heliga berättar
En mors råd, en familjevälsignelse och frid genom försoningen.
- 48 Hur du kan använda det här numret
Förslag till familjens hemafton, ämnen i detta nummer och en lyckad hemafton.

PÅ OMSLAGET

Framsida: Jag såg ett ljus, av Jon McNaughton.
Baksida: Joseph och Hyrums martyrdöd, av Gary Smith.

ungdomar

ARTIKLAR

- 8 Jag upptäckte Gud Mary Weenig
Jag åkte till Alaska för att arbeta — och för att få svar på en fråga.
- 22 Den mest användbara lärdomen Clayton M Christensen
Jag var i desperat behov av att få veta om Mormons bok var sann.
- 36 Ett föredöme för de troende Unga mäns och Unga kvinnors generalpresidentskap
Du kan påverka världen!
- 40 Det finns hopp i Haiti Richard M Romney
Tonåringar i Haiti har fångat missionärsandan.

AVDELNINGAR

- 17 Affisch: Låt dem flöda
- 35 Korta budskap
En gåva, en favoritpsalm.
- 39 Rad på rad: Första Timoteusbrevet 4:12
Insikter om årets tema för veckoträffarna.



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

De tolv apostlarnas kворum: 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,
D. Todd Christofferson

Chefredaktör: Spencer J. Condie

Rådgivande: Gary J. Coleman, Kenneth Johnson,
Yoshihiko Kikuchi, W. Douglas Shumway

Verkställande direktör: David L. Frischknecht
Planerings- och redigeringschef: Victor D. Cave
Seniorredaktör: Larry Hiller
Grafisk chef: Allan R. Loyborg

Redaktionschef: R. Val Johnson
Biträdande redaktionschefer: Jennifer L. Greenwood,
Adam C. Olson

Medredaktör: Ryan Carr

Biträdande redaktör: Susan Barrett

Redaktionspersonal: Christy Banz, David A. Edwards,
Matthew D. Flittin, LaRene Porter Gaunt, Carrie Kasten,
Jennifer Maddy, Melissa Merrill, Michael R. Morris, Sally J. Odekir,
Judith M. Poller, Joshua J. Perkey, Chad E. Phares, Jan Pinborough,
Richard M. Romney, Don L. Searle, Janet Thomas, Paul
VanDenBerghe, Julie Wardell
Chefssekreterare: Laurel Teuscher

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, Kim Fenstermaker, Kathleen Howard,
Eric P. Johnsen, Denise Kirby, Scott M. Mooy, Ginny J. Nilson
Prepress: Jeff L. Martin

Tryckerichef: Craig K. Sedgwick

Distributionschef: Randy J. Benson

Översättning: Claes-Göran Edlund

Ansvaret utgivare för Kyrkorytt: Gösta Käröf

Redaktör: Eivor Hagman

Medusagatan 2A

533 38 Jönköping

Tfn/Fax 036-71 96 63

E-post: eivorhagman@hotmail.com

Översättningstjänst

Box 17558

11891 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
helsprenumeration är SEK 150:00 (inkl moms och porto) och
betalas till pg 2609353-8. Skriv "Liahona".

Sänd manuskript och frågor till *Liahona*, Rm. 2420, 50 E. North
Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA; eller sänd
e-post: 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, holländska, isländska, indonesiska,
italienska, japanska, kambodjanska, kinesiska, kiribat, koreanska,
kroatiska, lettiska, litauiska, malagassiska, marshallesiska,
mongoliska, norska, polska, portugisiska, rumänska, ryska,
samoaanska, sinhala, slovenska, spanska, svenska, tagalog,
tahitiska, tamil, telugu, thailändska, tjekiska, tonganska, tyska,
ukrainska, ungerska, urdu och vietnamesiska. (Hur ofta den
utkommer varierar för olika språk.)

© 2009 Intellectual Reserve, Inc. Med ensamrätt. Tryckt i
Förenata staterna.

Text och visuellt material i *Liahona* får kopieras för tillfälligt 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:
January 2009 Vol. 133 No. 1. 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 Post
Information: Publication Agreement #40017431)

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

barn

KOM LYSSNA TILL EN PROFETS RÖST

LS2 **Bli mer lik Jesus Kristus** Dieter F. Uchtdorf

ARTIKLAR

LS8 **Talangshowen** Alison Palmer

LS14 **Bens vecka** Lana Krumweide

AVDELNINGAR

LS4 **Samlingsstunden: Jag har en himmelsk Fader som
älskar mig** Cheryl Esplin

LS6 **Från profeten Joseph Smiths liv:
Utgivningen av Mormons bok**

LS10 **Nya vänner: Av hela ert
hjärta** Richard M. Romney

LS13 **Färgläggningssidan**



LILLA STJÄRNAN,
OMSLAGET
Illustration Steve Kropp.



Se om du kan hitta
den bulgariska VDR-
ringen som är gömd
i det här numret.
Välj rätt sida!

brev till redaktionen

Jag gjorde min nya gren till mitt "hem"

Jag fick nyligen ett jobb i Bengaluru
i Indien, en stad som ligger långt från
min hemstad Chennai. Jag tyckte om
mitt nya jobb, men det var en annan
sak att gå till en ny gren. Jag kände mig
som en främling och saknade min gren
hemma. Sedan läste jag artikeln "Göra
en församling till ett 'hem'" i januari-
numret 2008 av *Liahona*. Jag kände
mig tröstad och började presentera mig
själv för många medlemmar. Jag tog
emot en kallelse och fick nya vänner.
Men det viktigaste av allt är att jag nu
inser bättre varför jag kommer till kyr-
kan. Nu tittar jag efter nya ansikten och
tar kontakt med dem. Tack för artikeln.
Joseph Isaac, Indien

Liahona hjälper mig predika evangeliet

Jag har alltid *Liahona* med mig.
Tack vare det har jag haft möjlighet
att få många hänvisningar till mis-
sionärerna. När jag måste vänta på
min tur på sjukhuset läser jag den,
och människor blir nyfikna så jag tar
tillfället i akt att berätta för dem om
Jesu Kristi evangelium och om fräls-
ningsplanen som Gud har undervisat
oss om. Att ha med mig *Liahona* vart
jag än går har hjälpt mig prata om
Jesus Kristus och predika evangeliet
för andra.

Margarita Herrera de Bello, Mexico



Låt oss höja en varnande röst

PRESIDENT HENRY B EYRING

förste rådgivare i första presidentskapet

Eftersom Herren är god kallar han tjänare till att varna folk för fara. Denna kallelse att varna blir svårare och viktigare på grund av det faktum att de värdefullaste varningarna handlar om faror som människor inte anser är verkliga ännu. Tänk på Jona. Han flydde först från Herrens kallelse att varna folket i Nineve som var blinda för faran med att synda. Han visste att ogudaktiga människor under århundradenas lopp hade förkastat profeterna och ibland dödat dem. Men när Jona började predika i tro välsignade Herren honom så att han var i säkerhet och fick framgång.

Vi kan också lära oss av våra erfarenheter som föräldrar och som barn. De av oss som är föräldrar har känt oron av att ana faror som våra barn ännu inte kan se. Få böner är så innerliga som när en förälder ber för att få veta hur han eller hon ska hjälpa ett barn att hålla sig borta från fara. Många av oss har välsignats med att höra och följa en förälders varnande röst.

Jag kan fortfarande minnas hur min mor talade mjukt till mig en lördagseftermiddag när jag som liten pojke bad henne om tillåtelse att göra något som jag tyckte var fullkomligt rimligt men som hon visste var farligt. Jag förundras fortfarande över den

kraft hon fick, från Herren tror jag, att få mig att ändra mig med så få ord. Som jag minns det, sade hon: "Å, jag antar att du *kan* göra det. Men *valet* är ditt." Den enda varningen fanns i betoningen hon lade på orden *kan* och *valet*. Men det räckte för mig.

Hennes förmåga att varna med så få ord hade sitt ursprung i tre saker som jag visste om henne. För det första visste jag att hon älskade mig. För det andra visste jag att hon hade ställts inför liknande situationer och välsignats genom att göra rätt val. Och för det tredje hade hon förmedlat sitt fasta vittnesbörd om att valet jag var tvungen att göra var så viktigt att Herren skulle tala om för mig vad jag skulle göra om jag frågade honom. Kärlek, exempel och vittnesbörd: det var nycklarna den dagen, och det har de varit närhelst jag har välsignats med att få höra och sedan följa varningen från en Herrens tjänare.

Vår förmåga att påverka andra med vår varnande röst är av betydelse för alla lärjungar som ingått förbund med Jesus Kristus. Detta är befallningen som getts till varje medlem i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga: "Se, jag sände ut er att vittna för och varna folket, och det tillkommer var och en som har blivit varnad att varna sin nästa." (L&F 88:81)



Herrens ord gäller missionärerna och oss alla: "Och om nu er glädje blir stor över en enda själ som ni har fört till mig i min Faders rike, hur stor blir då inte er glädje, om ni för många själar till mig!"

När du
inbjuder
andra att
få undervisning
av missionärerna
kan du vittna om
att de undervisar
om sanningen och
att de har val att
erbjuda som leder
till lycka.

Vår skyldighet att varna

Skyldigheten att varna vår nästa gäller alla oss som har accepterat dopförbundet. Vi ska tala om evangeliet med vänner och släktingar som inte är medlemmar. Vårt syfte är att inbjuda dem att få undervisning av heltidsmissionärerna, som kallats och avskilts till att undervisa. När en person har valt att tacka ja till vår inbjudan att få undervisning har en löftesrik "hänvisning" skapats, en som gör det mycket troligare att han eller hon går ner i dopets vatten och sedan förblir trofast.

Som medlem i kyrkan kan du förvänta dig att heltidsmissionärerna eller församlings- eller grensmissionärerna kommer att hjälpa dig göra upp en lista över personer som du kan dela med dig av evangeliet till. Missionärerna kanske föreslår att du tänker på släktingar, grannar och bekanta. De kanske ber dig sätta upp ett datum då du ska försöka ha personen eller familjen förberedd för att få undervisning av missionärerna. Jag har gjort det. Tack vare att vi i vår familj tackade ja till denna inbjudan från missionärerna välsignades jag med att få döpa en änka i 80-årsåldern som fått undervisning av kvinnliga missionärer.

När jag lade händerna på hennes huvud för att konfirmera henne som medlem i kyrkan kände jag mig inspirerad att säga att hennes val att döpas skulle välsigna generationer i hennes familj, både efter och före henne. Också när hon hade avlidit kunde jag vara i templet tillsammans med hennes son när han beseglades till henne.

Du kanske har haft sådana upplevelser med personer som du har inbjudit att få undervisning, och vet att det finns få ögonblick i livet som är ljuvligare. Herrens ord gäller missionärerna och oss alla: "Och om nu er glädje blir stor över en enda själ som ni

har fört till mig i min Faders rike, hur stor blir då inte er glädje om ni för många själar till mig!" (L&F 18:16)

Missionärerna hjälper och uppmuntrar oss, men huruvida sådana ögonblick vid dopbasängen och i templet kommer oftare, beror till stor del på hur vi ser på vårt ansvar och vad vi väljer att göra åt det. Herren skulle inte använda ordet *varna* om det inte fanns någon fara. Men det finns inte många människor vi känner som inser det. De har lärt sig ignorera de ökande bevisen på att samhället håller på att falla sönder och att deras liv och familj saknar den frid som de en gång trodde var möjlig. Denna villighet att ignorera tecknen på fara kan göra det enkelt för oss att tänka: "Varför ska jag prata med någon om evangeliet som verkar nöjd? Vilka faror finns det för dem eller mig om jag inte gör eller säger något?"

Faran kan vara svår att se, men den är verklig, både för dem och för oss. Till exempel kommer alla du träffat i det här livet vid ett eller annat tillfälle i den kommande världen att veta det du vet nu. De kommer att veta att det enda sättet att få leva för evigt med vår familj och i vår himmelske Faders och hans Son Jesu Kristi närhet, är genom att välja att gå igenom dopets port med hjälp av dem som har myndighet från Gud. De kommer att veta att det enda sättet för familjer att få vara tillsammans för evigt, är att ta emot och hålla heliga förbund som erbjuds i Guds tempel på den här jorden. De kommer att veta att du visste det. Och de kommer att minnas om du erbjöd dem det som någon hade erbjudit dig.

Det är lätt att säga: "Det är inte rätt tid." Men det är farligt att skjuta upp saker och ting. För många år sedan arbetade jag för en man i Kalifornien. Han anställde mig, han



var vänlig mot mig och han verkade sätta stort värde på mig. Jag kan ha varit den enda sista dagars helig som han någonsin kände väl. Jag känner inte till alla de anledningar jag kom på för att vänta på ett bättre tillfälle att berätta för honom om evangeliet. Jag minns bara den sorgsna känslan när jag hörde att han och hans hustru, efter att han hade gått i pension och jag hade flyttat iväg, hade dödats i en bilolycka när de var på väg till sitt hem i Carmel i Kalifornien. Han älskade sin hustru. Han älskade sina barn. Han hade älskat sina föräldrar. Han älskade sina barnbarn och han kommer att älska deras barn och vilja vara tillsammans med dem för evigt.

Jag vet inte hur alla människor kommer att hanteras i nästa värld. Men jag antar att jag träffar honom, att han tittar mig i ögonen och att jag ser följande fråga i dem: "Hal, du visste. Varför sade du inget till mig?"

När jag tänker på honom och när jag tänker på änkan jag döpte och på hennes familj som nu är beseglade till henne och till varandra, vill jag göra bättre ifrån mig. Jag vill stärka min förmåga att inbjuda människor att få undervisning. Med denna önskan och med tro på att Gud hjälper oss så kommer vi att göra bättre ifrån oss.

Kärlek kommer först

Kärlek kommer alltid först. En enstaka vänlig handling räcker sällan. Herren beskrev den kärlek vi måste känna,

och som de vi inbjuder måste se att vi har, med följande ord: "Kärleken är tålig och mild" och den "fördrar allting, den tror allting, den hoppas allting, den uthärdar allting." (1 Kor 13:4, 7)

Jag har sett vad "tålig och mild" och "uthärdar allting" innebär. En familj flyttade in i huset bredvid vårt. Det var ett nytt hus, så jag var en del av den grupp sista dagars heliga som tillbringade ett antal kvällar med att få i ordning trädgården. Jag minns sista kvällen. Jag ställde mig bredvid maken i familjen när vi hade avslutat arbetet. Han inspekterade vårt arbete och sade till oss som stod i närheten: "Det här är den tredje trädgården som ni mormoner har gjort i ordning åt oss, och jag tycker att den här är den bästa." Och sedan berättade han tyst men bestämt för mig om den stora glädje han kände över medlemskapet i sin egen kyrka, ett samtal vi ofta hade under åren han bodde där.

Under hela den tiden tog de vänliga handlingarna mot honom och hans familj aldrig slut, för grannarna lärde sig verkligen att älska dem. En kväll när jag kom hem stod en lastbil på deras uppfart. Jag hade fått veta att de skulle flytta till en annan stat. Jag gick dit för att se om jag kunde hjälpa till. Jag kände inte igen mannen som lastade in hushållsartiklar i lastbilen. Han sade tyst när jag kom närmare: "Hej broder Eyring." Jag hade inte känt igen honom för han var sonen, som nu blivit äldre, som hade bott där,

gift sig och flyttat därifrån. Och på grund av kärleken till honom från många var han nu döpt som medlem i kyrkan. Jag vet inte slutet på den historien för den har inget slut. Men jag vet att den började med kärlek.

För det andra måste vi vara bättre exempel på det som vi inbjuder andra att göra. I en allt mörkare värld blir följande befallning från Frälsaren viktigare: "Låt på samma sätt ert ljus lysa för människorna, så att de ser era goda gärningar och prisar er Fader i himlen." (Matt 5:16)

De flesta av oss är blygsamma nog att tro att vårt lilla ljus kanske är för svagt för att märkas. Men du och din familj iaktas mer än du kanske tror. För en tid sedan fick jag tillfälle att närvara och tala vid möten med nästan 300 präster och ledare för andra kyrkor. Jag pratade personligen med så många jag kunde. Jag frågade dem varför de hade lyssnat så uppmärksamt på mitt budskap, som handlade om kyrkans ursprung, Joseph Smiths första syn och levande profeter. De gav alla i stort sett samma svar. De berättade om en person eller familj – medlemmar i kyrkan som de kände. Ofta fick jag höra: "Det var den finaste familj jag någonsin känt." De berättade ofta om någon samhällsinsats eller katastrofhjälp där kyrkans medlemmar arbetat på ett anmärkningsvärt sätt.

De personer jag pratade med under de där mötena kunde ännu inte se sanningen i läran, men de hade sett dess frukter i medlemmarnas liv, och därför var de redo att lyssna. De

var redo att höra återställsens sanningar – att familjer kan beseglas för evigt och att evangeliet kan förändra själva vår natur. De var redo tack vare era exempel.

Det tredje som vi behöver bli bättre på är att inbjuda med ett vittnesbörd. Kärlek och exempel bereder vägen, men vi måste ändå öppna vår mun och bära vårt vittnesbörd. Vi får hjälp av ett enkelt faktum: Sanning och val har ett oskiljaktigt samband. Det finns några val som alla vår himmelske Faders barn måste göra för att få ett vittnesbörd om andliga sanningar, och när vi väl har kunskap om en andlig sanning måste vi välja om vi ska anpassa vårt liv efter den. När vi bär vårt vittnesbörd om en sanning för våra nära och kära och för våra vänner så måste vi förklara vilka val de måste göra när de själva har fått kunskap om den. Det finns två viktiga exempel: Inbjuda någon att läsa Mormons bok och inbjuda någon att få undervisning av missionärerna.

För att vi ska få veta att Mormons bok är sann måste vi läsa den och göra det val som står i Moroni: Be för att få veta om den är sann. (Se Moroni 10:3–5.) När vi har gjort det kan vi av personlig erfarenhet vittna för våra vänner att de kan göra det valet och få veta samma sanning. När de vet att Mormons bok är Guds ord ställs de inför ett annat val: Om de ska tacka ja till er inbjudan att få undervisning av missionärerna. För att ge en sådan inbjudan med ett vittnesbörd behöver du veta att missionärerna är kallade som Guds tjänare.

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. Gör tre nycklar av papper och skriv ett av följande ord på var och en: "Kärlek", "Exempel" och "Vittnesbörd". Återge president Eyrings berättelse om hans mor. Visa nycklarna och fråga vilken roll dessa tre nycklar hade i berättelsen. Förklara med hjälp av exempel från artikeln hur viktigt det är att vi varnar vår nästa. Be familjemedlemmarna nämna hur de tre nycklarna kan hjälpa oss när vi ska varna våra nästa.

Avsluta med att läsa president Eyrings vittnesbörd i det sista stycket.

2. Överväg att ta med lite godis eller kakor till familjen du besöker. Lägg dem på en plats där alla kan se dem, men bjud inte på något. Återge berättelsen om mannen i Kalifornien som president Eyring arbetade för. Samtala om hur president Eyring kände sig när han fick veta att mannen hade dött. Fråga familjen hur de skulle känna sig om du gick därifrån utan att dela med dig av dina godsaker. Samtala om hur vi kan dela med oss av evangeliet till andra.

Du kan få det vittnesbördet genom att välja att bjuda hem missionärerna för att undervisa din familj eller dina vänner. Missionärerna tycker om sådana möjligheter. När du sitter tillsammans med dem när de undervisar, som jag har gjort, vet du att de fått inspiration och kraft bortom sina år och sin utbildning. När du sedan inbjuder andra att få undervisning av missionärerna kan du vittna om att de undervisar om sanningen och att de har val att erbjuda som leder till lycka.

En försäkran

Kanske några av oss har svårt att tro att vi har tillräckligt stor kärlek eller att vårt liv är tillräckligt bra eller att vår kraft att vittna är tillräckligt stor för att våra grannar ska tacka ja till vår inbjudan. Men Herren visste att vi kanske skulle känna det så. Lyssna på hans uppmuntrande ord som han befallde skulle läggas först i Läran och förbunden: "Och den varnande rösten skall ljuda för alla människor genom mina lärjungars mun, vilka jag har utvalt i dessa sista dagar." (L&F 1:4)

Och lyssna sedan på hans beskrivning av dessa lärjungars kvalifikationer – av våra: "Det som för världen är svagt skall komma fram och bryta ned de starka och mäktiga." (L&F 1:19)

Och sedan: "... så att mitt evangeliums fullhet skall kunna förkunnas av de svaga och ringa till världens ändar." (L&F 1:23)

Och därefter: "... och att i den mån de var ödmjuka de skulle kunna göras starka och välsignas från höjden." (L&F 1:28)

Denna försäkran gavs till de första missionärerna i kyrkan och till missionärerna i dag. Men den ges också till oss. Vi måste ha tro på att vi har tillräckligt stor kärlek och att evangeliet har berört vårt liv tillräckligt mycket för att vår inbjudan att välja kan låta som om

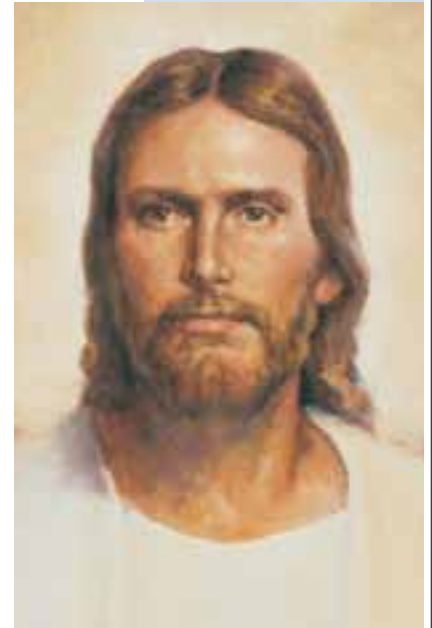
den kom från Mästaren själv, vars inbjudan det är.

Han är det fullkomliga exemplet på vad vi ska göra. Du har känt hans kärlek och hans omsorg utan att reagera, liksom de du pratar om evangeliet med kanske inte reagerar. Gång på gång har han inbjudit dig att undervisas av hans tjänare. Du kanske inte har sett detta i hemlärarnas eller besökslärarnas besök eller i en biskops telefonsamtal, men de är hans inbjudningar till dig att få hjälp och undervisning. Och Herren har alltid gjort följderna klara för oss och sedan låtit oss välja.

Det som Herrens tjänare Lehi undervisade sina söner om har också gällt oss alla: "Och nu, mina söner, vill jag att ni ser till den store Medlaren och hörsammar hans viktiga befallningar och är trofasta mot hans ord och väljer evigt liv enligt hans Helige Andes vilja." (2 Nephi 2:28)

Och av Jakob blir vi uppmuntrade att anta vår skyldighet att vittna om, som vi måste, att när man väljer att få undervisning av missionärerna så väljer man att påbörja vägen mot evigt liv, den största av alla Guds gåvor: "Var därför vid gott mod och kom ihåg att ni är fria att handla av er själva – att välja vägen till evig död eller vägen till evigt liv." (2 Nephi 10:23)

Jag vittnar om att det bara är genom att ta emot och efterleva Jesu Kristi återställda evangelium som vi får den frid som Herren lovade i det här livet, och hoppet om evigt liv i den kommande världen. Jag vittnar om att vi har fått förmånen och skyldigheten att erbjuda sanningen och valen som leder till dessa välsignelser för vår himmelske Faders barn, som är våra bröder och våra systrar. Jesus är Kristus. Han lever och detta är hans verk. ■



Vi måste ha tro på att vi har tillräckligt stor kärlek och att evangeliet har berört vårt liv tillräckligt mycket för att vår inbjudan att välja kan låta som om den kom från Mästaren själv, vars inbjudan det är.



Jag upptäckte Gud

MARY WEENIG

När jag var nästan 18 år flög jag till ett litet samhälle som hette Soldotna i Alaska för att arbeta en sommar. Det var första gången jag bodde på en plats långt hemifrån. Mina föräldrar hade ordnat så att jag skulle arbeta för och bo hos deras goda vänner, familjen Wright, som ägde mataffären på orten. Jag hoppades att jag skulle tjäna tillräckligt med pengar för att kunna gå på college. Jag hoppades också att jag skulle återvända hem med svaret på en fråga som jag upprepade gånger hade funderat över: Finns det verkligen en Gud?

Jag behövde få ett eget svar. Alltså bestämde jag mig för att be varje kväll och fråga Gud om han fanns. På något sätt kände jag att om Gud fanns så skulle han besvara min bön. Om jag inte fick något svar så skulle jag veta att han inte fanns. Enkelt, tänkte jag.

Hemma hos familjen Wright delade jag sovrum med dottern Lisa. Hon var hemma från Brigham Young-universitetet för sommaren och arbetade i mataffären med mig. Jag beundrade Lisa från första början. Hon var vacker, intelligent, hade gott självförtroende och var entusiastisk över livet. Den sommaren tillbringade vi nästan varje timme varje dag tillsammans.

Jag tyckte om att höra Lisa berätta om hur det var på college. Hennes liv lät roligt och mycket självständigt. Lisa hade ett organiserat och balanserat liv, med rätta prioriteringar på plats.

Min beundran för Lisa växte när jag såg att hon läste skrifterna varje dag och bad varje morgon och kväll. Jag ville fråga Lisa hur hon hade kommit att tro på Gud men skämdes för min brist på tro. Jag minns hur jag låg i sängen och undrade vad Lisa pratade med Gud om i sina böner.

Varje kväll knäböjde jag vid sängen och uppsände en snabb bön och frågade Gud om han fanns. Men jag

kände inget speciellt eller andligt. Jag hörde ingen röst. Jag kände på samma sätt efter mina böner som före dem. Denna kvällsrutin fortsatte i två månader. Jag blev missmodig och märkte att mina tvivel om Gud hade stärkts.

En kväll när jag längtade hem väldigt mycket fick jag tårar i ögonen. Jag ville så gärna vara nära min familj, mina vänner och en välbekant miljö. Jag längtade efter att få prata med någon som kände och älskade mig, så jag knäböjde i bön. "Gud, jag behöver dig verkligen just nu", började jag. Under flera minuter avslöjade jag mina sanna känslor för min Fader i himlen. Jag berättade allt för honom. Jag talade med honom som om jag trodde på att han fanns där.

Plötsligt omgavs jag av värme. Det kändes som om min himmelske Fader hade kommit ner och tagit mig i sina armar. Jag var inte ensam längre. Jag omslöt av kärlek och frid. Jag visste att det fanns en Gud.

Jag undrade varför det hade tagit över två månader för mig att få ett svar. Jeremia 29:13 gav mig svaret: "Ni skall söka mig, och ni skall också finna mig om ni söker mig av hela ert hjärta."

Jag fick ett svar på min bön till slut, efter att ha sökt djupt inne i mitt hjärta. Jag visade tillit till Guds existens. Jag sökte högt upp i himlarna med mina ord och tårar.

Mitt liv har förändrats tack vare den kvällen. Jag har verkat som missionär och gift mig i templet. Min tro på Guds existens fortsätter att stärkas.

Jag tänker ofta tillbaka på den där sommaren i Alaska. Utan Lisas exempel kanske jag inte hade varit så ihärdig med att be under de där månaderna. Jag kanske hade slutat be och aldrig upptäckt min himmelske Faders kärlek. Jag kommer alltid att vara tacksam för Lisa och hennes exempel. Hon hjälpte mig lära känna Gud och känna hans kärlek till mig. ■



Berika dina studier av Läran och förbunden



A Roger Merrill (i mitten), president; Daniel K Judd (till vänster), förste rådgivare och William D Oswald, andre rådgivare.

I år har var och en av oss den underbara möjligheten att få stora välsignelser genom att studera Läran och förbunden – en fantastisk bok med uppenbarelsen som skrivits i vår tid och för vår tid.

SÖNDAGSSKOLANS GENERALPRESIDENTSKAP

Läran och förbunden, som ibland kallas Herrens handbok för återställelsen, innehåller "Herren Jesu Kristi milda men bestämda röst då han på nytt talar i tidernas fullbordans utdelning."¹

Många medlemmar känner redan stor kärlek till denna bok. En syster sade: "De detaljerade uppenbarelsen till enskilda i Läran och förbunden är till hjälp. Jag känner att jag kan relatera till dem." En annan sade: "Läran och förbunden hjälper mig relatera till de situationer jag

ställs inför eftersom boken inte är så gammal." En broder sade: "Jag tycker om Läran och förbunden eftersom den hjälper mig förstå vad prästadömet är."

Vi vittnar om att Läran och förbunden verkligen är Herrens ord i vår tid för varje Guds barn och att de som studerar boken får stora välsignelser. Vi vill också ge fyra förslag som kan göra dina studier i år till en givande erfarenhet, och berätta på vilka sätt Söndagsskolan kan vara till hjälp.

Läs boken från början till slut

I *Läran och förbunden och kyrkans historia, Ellevens studievägledning* uppmanas medlemmarna att "läsa Läran och förbunden från början till slut"² under 2009, förutom att fullgöra varje söndags läsuppgifter som är listade ämnesvis.

Att studera på detta sätt hjälper oss förstå både sammanhanget i de kapitel som studeras och själva kapiteln. Det förbereder oss också för att delta i en givande diskussion under söndagsskolkollektionen, som i sin tur ger ny insikt och inspiration som vi kan använda i vårt enskilda liv och i familjelivet.

I dina dagliga skriftstudier kan det vara till hjälp att ägna en eller två dagar i veckan åt att särskilt gå igenom det som ska diskuteras i klassen och sedan fortsätta din läsning av Läran och förbunden från början till slut.

Läs med olika frågor i åtanke

Broder Renzo Molly Barrios Matias från Guatemala lärde sig vilken kraft det finns i att använda skriftstudier till att få personlig uppenbarelse för sitt liv.

"När orkanen Mitch hade dragit igenom Centralamerika 2001 och ödelagt



Mäktig undervisning och inspirerad inläarning inträffar när lärare och elever inser att den verkliga läraren i en lektion i kyrkan är den Helige Anden och att när vi deltar i lektionen så inbjuder vi Anden att bära vittne.

allting hade jag många frågor”, säger han. ”I sökandet efter svar vände jag mig till en vän som jag har stor respekt för. Han sade: ’Läs skrifterna. Du hittar de bästa svaren på dina frågor i dem.’

Detta förändrade mitt liv helt och hållet”, säger broder Matias. ”När jag hade studerat skrifterna under en längre tid började jag få svar på mina frågor. Jag började se att mitt liv hade en mening. Det var då jag bestämde mig för att verka som heltidsmissionär.”

Snart verkade äldste Matias i Hondurasmissionen Tegucigalpa och hjälpte andra upptäcka kraften i att studera skrifterna.

När vi läser med vissa frågor i åtanke inbjuder vi Herren att inspirera

och vägleda oss i våra provningar och möjligheter. Du kan skriva ner de frågor som du under bön vill inkludera i dina skriftstudier. När du får svar kanske du känner dig inspirerad att berätta om denna insikt i Söndagskolan. Klassdeltagarna blir stärkta av att höra någon annan som på lämpligt sätt vittnar om hur Herren använder skrifterna för att ge personlig vägledning och inspiration.

Sök efter samband, mönster och teman

Äldste David A Bednar i de tolv apostlarnas kворum har föreslagit att vi i alla våra skriftstudier söker efter *samband, mönster* och *teman*.³

Ett exempel på ett *samband* i Läran och förbunden är sambandet

mellan lydnad och utlovade välsignelser. ”Jag, Herren, är bunden när ni gör vad jag säger, men när ni inte gör vad jag säger har ni inget löfte.” (L&F 82:10) Våra skriftstudier bli mer meningsfulla när vi förstår detta samband och bestämmer oss för att göra det som Herren har befallt oss.

Ett *mönster* i Läran och förbunden ligger invävt i själva bokens natur. Som det står i inledningen: ”Dessa heliga uppenbarelser togs emot som svar på böner då behoven var stora, och föranleddes av verkliga situationer med verkliga personer inblandade.”⁴ Uppenbarelserna var personliga och besvarar vissa frågor rörande sådant som vår himmelske Fader visste skulle ”bli av största värde” (L&F 15:6; 16:6) för var och en.⁵ Detta mönster, att söka och ta emot personlig uppenbarelse, är något som vi kan följa i vårt eget liv.

Ett av de vanligaste *temana* i alla skrifter är ”Sök mig flitigt och ni skall finna mig, be och ni skall få, bulta och det skall öppnas för er.” (L&F 88:63) Sådana teman uppmuntrar oss att i högre grad ta ansvar för vårt lärande när vi läser och begrunder Guds ord.

Läran och förbunden är visserligen inte alltid en berättelse, men boken vävs samman med samband, mönster och teman. En av välsignelserna med att diskutera skrifterna tillsammans i Söndagsskolan är att vi blir mer medvetna om dessa insikter när

vi berättar om dem och lyssnar på andras insikter.

Sträva efter att bli uppbyggda och att glädjas med varandra

Herren har sagt att när kyrkans medlemmar både lär sig och undervisar genom Anden "[blir] båda uppbyggda och gläds med varandra". (L&F 50:22) Mäktig undervisning och inspirerad inläring inträffar när lärare och elever inser att den verkliga lära- ren i en lektion i kyrkan är den Helige Anden och att när vi deltar i lektionen så inbjuder vi Anden att bära vittne.

I det världsomfattande ledarut- bildningsmötet i februari 2007 om undervisning och inläring, uppmanades vi av äldste Jeffrey R Holland i de tolv apostlarnas kvo- rum att ta större ansvar för att lära oss evangeliet. Sedan visade han hur inspirerade lärare kan inbjuda klass- deltagarna att bli aktiva deltagare i

diskussionerna i stället för passiva.

Äldste Holland sade: "Om vi hjäl- per eleven ta ansvar för inläringen, om vi vittnar om sanningarna vi undervisat om, så kommer Gud, för vårt hjärta och för våra elevers hjärta, att bekräfta Jesu Kristi evangeliums budskap."⁶

När klassdeltagare under bön stu- derar under veckan och sedan läser ur skrifterna tillsammans och berättar om insikter, bär den Helige Anden vittne och "överför" (2 Nephi 33:1) till varje klassdeltagares hjärta vad han eller hon behöver veta och göra. (Se 2 Nephi 32:3–5.)

En personlig inbjudan

När vi studerar och lär av Läran och förbunden i år stärks vår tro på vår himmelske Fader och Jesus Kristus. Likaså stärks vårt vittnesbörd om Joseph Smith som återställensens profet. Herren öppnar vårt förstånd

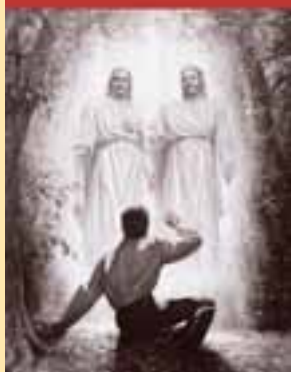
och skrifterna blir i ännu högre grad en viktig del av vårt liv.⁷

I början av detta nya år inbjuder vi dig att tillsammans med oss glatt "utforska dessa bud [i Läran och förbunden], ty de är sanna och tro- värdiga, och de profetior och löften som finns i dem skall alla fullbordas". (L&F 1:37) ■

SLUTNOTER

1. Inledning till Läran och förbunden.
2. *Läran och förbunden och kyrkans historia, Elevens studievägledning* (2000), Inledning, s 3.
3. Se David A Bednar, "En reservoar av levande vatten" (KUV:s brasafton för unga vuxna, 4 februari 2007), www.lds.org.
4. Inledning till Läran och förbunden.
5. För andra exempel på personlig uppenbarelse, se L&F 7–9; 11–12; 14–17.
6. Jeffrey R Holland, "Undervisning och inläring i kyrkan", *Liahona*, juni 2007, s 73; *Ensign*, juni 2007, s 105. Utsändningen finns på flera språk på www.lds.org. Klicka på "Gospel Library", "Additional Addresses", sedan på "Worldwide Leadership Training: Teaching and Learning."
7. Se Joseph Smith–Historien 1:73–74. När Joseph Smith och Oliver Cowdery hade döpts "var [de] fyllda av den Helige Anden". Deras sinnen blev sedan "upplysta [och de] började ... få skrifterna öppnade för [sitt] förstånd".

Läran och förbunden
och kyrkans historia
Klassmedlemmens studievägledning



STUDERA STUDIEVÄGLEDNINGEN

Om vi använder *Elevens studievägledning* i våra studier innan vi kommer till Söndagsskolan så är vi bättre förberedda att "undervisa varandra om rikets lära". (L&F 88:77) Studievägled- ningen innehåller olika hjälpmedel:

- En förklarande inledning till Läran och förbunden.
- En läsuppgift för varje vecka med skriftställekedjor.
- En kortfattad kronologi över kyrkans historia.
- Kartor som anger olika viktiga platser i kyrkans historia.
- Trosstärkande frågor som uppmuntrar till diskussioner om evangeliet.
- Ett exemplar av "Familjen: Ett tillkännagivande för världen".



Självttillit i Guds närhet



När vår tro och hängivenhet stärks kommer vi närmare vår Fader i himlen.

ÄLDSTE MICHAEL JOHN U TEH

i de sjuttios kvorum

Berättelsen om hur profeten Joseph Smith försöker ta reda på vilken kyrka han ska sluta sig till mitt i "striden mellan de olika religionssamfundnen" (Joseph Smith–Historien 1:11) är en berättelse om inspiration och hopp för alla som uppriktigt söker efter sanning. Vilken lättnad det måste ha varit för Joseph – en obetydlig pojke på 14 år med en enkel fråga och en uppriktig önskan – att läsa följande vers i Bibeln: "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." (Jak 1:5)

Den här versen ger stor insikt om vilken slags relation var och en av oss bör ha till vår Fader i himlen. Ja, den uttrycker vår kärleksfulle Faders ömma barmhärtighet och kärlek till en son som kom till honom med en fråga. Fadern besvarar vanligtvis inte böner med syner, som han gjorde i den heliga lunden, men han ger svar som ger stor tröst och frid.

Sådant är hans löfte till oss – att ge villigt och utan hårda ord.

Som liten pojke hade jag flera möjligheter att pröva detta löfte. Jag vittnar om att löftet

är säkert. Vare sig jag hade förlorat en leksak eller en peng eller någon annan ägodel som kan verka obetydlig för vuxna, besvarade min himmelske Fader mina böner och gav mig frid. Jag minns tydligt tilltron jag hade till att ett svar skulle komma. Sådan är en liten pojkes tro. Sådan var den unge Joseph Smiths tro.

Sådan tro är samstämmig med de villkor under vilka böner besvaras, som följande vers visar: "Men han skall be i tro utan att tvivla." (Jak 1:6)

När jag blev äldre upptäckte jag att denna orubbliga tro blev allt svårare att utöva. Världen sår frön av tvivel och fördomar i vårt sinne och hjärta. Därför har Frälsarens uppmaning att vi ska bli som barn (se Matt 18:3) blivit en livslång strävan för mig. Jag har upptäckt att tro "som ett senapskorn" (Matt 17:20) finns inom räckhåll ibland men långt utom räckhåll andra gånger.

Hur kan vi utöva denna slags tro hela tiden? Följande råd ger insikt om denna rättfärdiga strävan: "Det som är av Gud är ljus, och den som tar emot ljus och förblir i Gud får mer ljus, och detta ljus växer sig klarare



och klarare fram till den fullkomliga dagen.”
(L&F 50:24)

Det är denna process profeten Joseph Smith gick igenom. Liksom andra före honom visade han sin duglighet genom att hela tiden utöva tro och använda sin handlingsfrihet på ett rättfärdigt sätt. Han fortsatte i Gud, fick mer ljus, och det ljuset blev klarare och klarare fram till den fullkomliga dagen.

En händelse i profetens liv hade stort inflytande på mig som ung man:

”En natt låg Joseph och sov tungt av ren utmattning ... Plötsligt slog en rasande pöbelhop upp dörren och ... grep tag i honom och drog ut honom från huset medan Emma skrek ...

En grupp samlades ... för att hålla råd ... Efter rådsmötet förkunnade ledarna för pöbelhoppen att de inte skulle döda honom utan klä av honom naken och piska och riva sönder hans kropp ... De slängde en rykande tjärspade i ansiktet på honom och försökte tvinga ner den i halsen ...

När de hade gett sig iväg försökte Joseph resa sig men föll tillbaka igen av smärta och utmattning. Han lyckades emellertid slita loss tjäran från ansiktet så att han kunde andas fritt ...

Profeten fick tag på något att skyla sig med innan han kom hem och tillbringade resten av natten med att tvätta sig ren och binda om sina sår ...

Frälsarens
uppmaning
att vi ska
”bli som barn” har
blivit en livslång
strävan för mig.



Tack vare att Joseph Smith sökte visdom i den heliga lunden och sedan var hängiven kan vi glädjas åt Jesu Kristi evangeliums fullhet.

Följande morgon var det sabbat, och folket samlades som vanligt för att dyrka tillsammans under en timme. Några från pöbelhopen kom också dit ...

Med kroppen blåslagen och ärrad gick Joseph till mötet och ställde sig framför församlingen. Han bemötte sina nattliga angripare på ett lugnt och manligt sätt. Han gav en kraftfull predikan och döpte samma dag tre troende in i kyrkan.”¹

Jag kan inte på långa vägar föreställa mig den smärta och det obehag som profeten Joseph måste ha utstått. Han hade god anledning att inte predika den morgonen, men varken denna eller de många andra händelserna med liknande följder fick honom att frångå sitt ansvar. Hur kan då vi anse oss rättfärdiga om vi frångår vår plikt på grund av något litet obehag eller olägenhet?

När vår tro och hängivenhet stärks kommer vi närmare vår Fader i himlen.

”Då skall Herren svara när du åkallar honom. När du ropar, skall han säga: ’Se här är jag.’” (Jes 58:9)

”Då skall din självtillit växa sig stark i Guds närhet, och läran om prästadömet skall falla över din själ som himlens dagg

... och det skall utan tvångsmedel

strömma till dig i evigheters evighet.” (L&F 121:45–46)

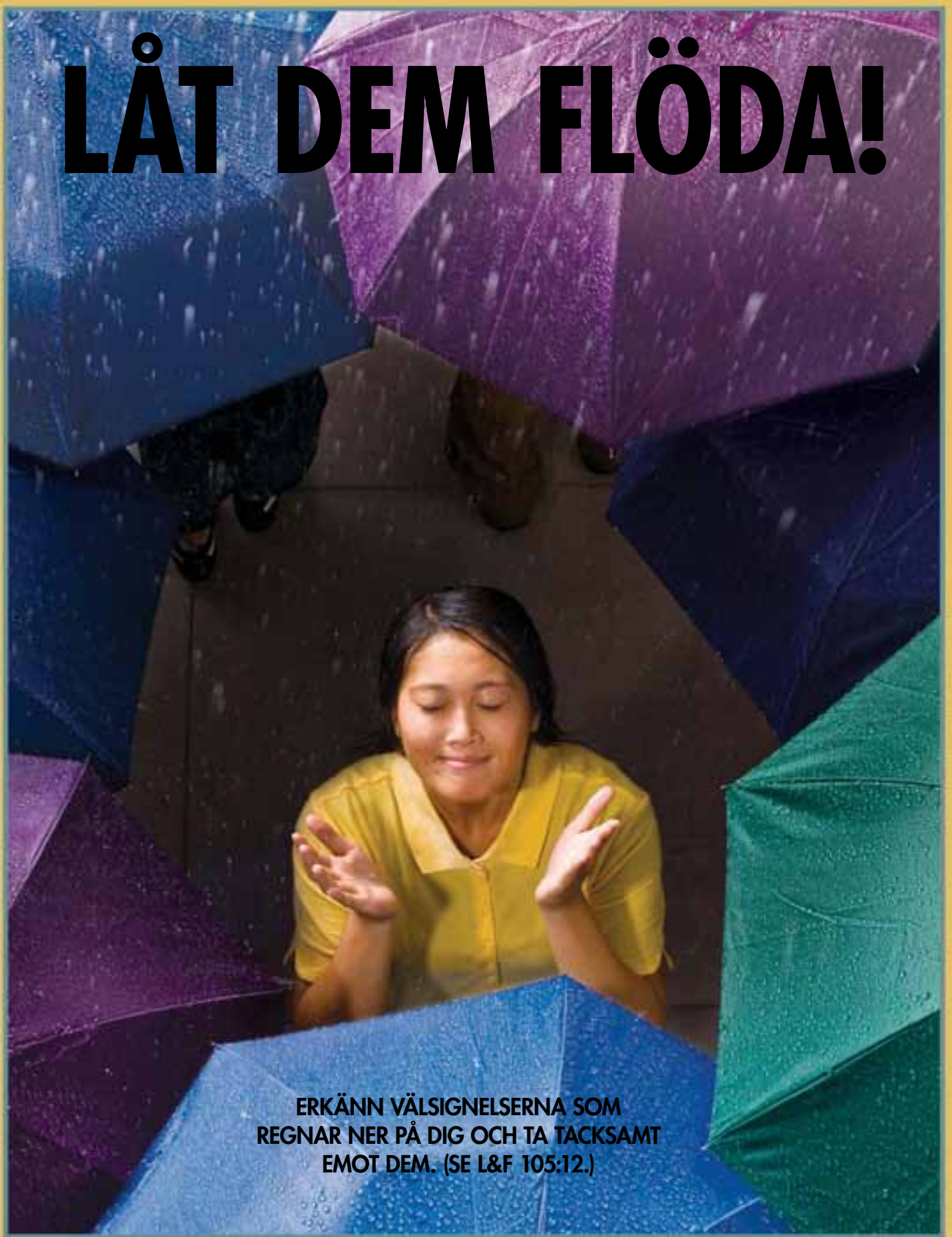
Det är en förmån för mig att vittna om att Joseph Smith är en Guds profet. Tack vare att han sökte visdom i den heliga lunden och sedan var hängiven kan vi glädjas åt Jesu Kristi evangeliums fullhet. Följande hyllning av president John Taylor (1808–1887), som han skrev som medlem av de tolv apostlarnas kворum, beskriver uttrycksfullt vad profeten Joseph Smith gjorde för oss alla: ”Joseph Smith, Herrens profet och siare, har med undantag endast av Jesus gjort mer för människornas frälsning i den här världen än någon annan människa som någonsin levt i den ... Han var stor i livet och han dog stor i Guds och hans folks ögon, och liksom de flesta av Herrens smorda i forna dagar har han beseglat sin mission och sitt verk med sitt eget blod.” (L&F 135:3)

Må vi hela tiden klokt använda vår handlingsfrihet och liksom profeten Joseph Smith utöva orubblig tro oavsett våra omständigheter, så att vår självtillit kan ”växa sig stark i Guds närhet”. ■

SLUTNOT

1. George Q Cannon, *Life of Joseph Smith the Prophet* (1986), s 133–135; se också *History of the Church*, 1:261–264.

LÅT DEM FLÖDA!

A photograph of a woman with dark hair, wearing a bright yellow short-sleeved shirt, standing in the rain. She has her eyes closed and her hands raised in a gesture of openness or prayer. She is surrounded by several large, colorful umbrellas in shades of blue, purple, and green. The rain is visible as white streaks falling around her. The background is a solid yellow color.

**ERKÄNN VÄLSIGNELSERNA SOM
REGNAR NER PÅ DIG OCH TA TACKSAMT
EMOT DEM. (SE L&F 105:12.)**

Ge näring åt själen på institutet

Genom att hjälpa eleverna komma närmare vår himmelske Fader, få vänner och göra prioriteringar stärker institutet vittnesbörd och förändrar liv.

MITT VITNESBÖRD HAR STÄRKTS

Jag blir ofta förvånad över vad jag kan lära mig på institutet. Jag kan inte komma ihåg att jag någonsin varit med på en lektion och gått därifrån utan att ha lärt mig något nytt eller fått större insikt om någon evangelieprincip. Som en följd av detta har mitt liv förändrats.

Bland de många välsignelser jag har fått för att jag varit

med på institutet är bättre familjerelationer och ett större intresse för skrifterna. Det har också stärkt mitt vittnesbörd. Innan jag började på institutet var jag inte säker på om jag ville gå ut som missionär. Nu vet jag att jag behöver gå ut som missionär.

Institutet har varit en underbar erfarenhet för mig. Det har hjälpt mig att bättre förstå och lyda kyrkans normer. Kyrkans lärdomar är vägen till frälsning och upphöjelse, och jag är tacksam att jag kan lära mig om dem på institutet.

Alberto Avilez Rodríguez, Mexico

Institutet är en bra plats för att lära sig om evangeliet och få vänner bland andra sista dagars heliga.





JAG ÄNDRADE MINA MÅL

På sakramentsmötet en söndag lyssnade jag uppmärksamt på en talare som talade om institutet. Han citerade äldste L Tom Perry i de tolv apostlarnas kvorum, som har sagt: "[Institutet] har berikat mitt liv och jag vet att det kommer att göra detsamma för er. Det kommer att vara en sköld och ett skydd för er mot världens frestelser och prövningar."¹ Det var då jag insåg att sanningen i äldste Perrys ord redan hade manifesterats för mig. Jag var så tacksam för välsignelserna jag hade fått på grund av att jag gick på institutet.

En kort tid dessförinnan hade jag börjat en institutkurs om Jesajas lärdomar. Än i dag är det den mest livsavgörande kursen jag någonsin gått. Just den terminen hade varit en förvirrande tid för mig. Inte alla mina mål och prioriteringar överensstämde med evangeliets principer. Men jag gick ändå till institutet regelbundet och hade flera samtal mellan fyra ögon om kyrkans lära med institutläraren. Med tiden, allteftersom mina tankar förändrades, började jag ändra lite på mina mål så att de överensstämde med Herrens plan för mig.

Det var inte förrän jag hörde äldste Perrys citat på sakramentsmötet den där söndagen som jag insåg just hur mycket dessa nya mål välsignade mig. Hela mitt liv blev mycket bättre när jag gick på institutet. Jag var mycket mer lyhörd för Anden och gav mycket mer sällan efter för frestelser. Min inställning hade förbättrats tack vare min närvaro på institutet.

Krista Wren, Arizona, USA
SLUTNOT

1. L Tom Perry, "Ta emot sanningen", *Nordstjärnan*, jan 1998, s 63.



ETT PROFETISKT LÖFTE

"Försumma inte möjligheten att gå på seminarie- och institutkurser. Delta och lär er allt ni kan från skrifterna som lärs ut på dessa utmärkta religionsutbildningskurser. Kurserna förbereder er för att presentera budskapet om det återställda evangeliet för dem som ni kommer att träffa."

Äldste L Tom Perry i de tolv apostlarnas kvorum, "Höj ribban", *Liahona* och *Ensign*, nov 2007, s 48.

JAG VISAR TRO

Min kärlek till institutet började i seminariet. Jag blev medlem i kyrkan som 14-åring och törstade efter kunskap. Jag tyckte om att lära mig mer om evangeliet och tyckte om de beundransvärda vänner och lärare jag träffade under tiden.

Ibland var det svårt att gå till seminariet. Min familj, som inte är medlemmar i kyrkan, stödde inte min närvaro där. Men med hjälp av andra sista dagars heliga kunde jag vara med på det tidiga morgonseminariet. Min familj kunde se att jag var uppriktigt när det gällde mitt medlemskap i kyrkan. Det var mitt sätt att gå den extra milen.

Precis som seminariet berikade mitt liv när jag var tonåring, har institutet berikat mitt liv som ung vuxen.



Institutet är till för ensamstående och gifta studerande, oftast mellan 18 och 30 år.

JAG FÅR NYA VÄNNER

Några år efter min mission flyttade jag till en stad där jag inte kände någon. Jag kom till institutet med en förväntan om att få nya vänner och börja umgås med andra unga ensamstående vuxna i området, som jag hade gjort förut.

Men det var svårt till en början. Det var ingen som var ovänlig, men det verkade inte hända så mycket, och ibland kände jag mig ensam och utanför dem som redan kände varandra väl. Däremot fick jag snabbt goda vänner utanför kyrkan.

Ibland kändes det som om det var lättare att inte gå på institutet än att gå dit. Jag hade ingen skjuts, så jag var tvungen att gå eller cykla varje vecka när jag skulle dit. Jag hade fått goda vänner med liknande intressen på annat håll. Förresten hade jag redan tagit examen från institutet.

Men när jag tänkte på alla orsakerna till att inte gå dit kom jag ihåg hur mycket jag hade växt tack vare lektionerna och vännerna jag hade fått på institutet. Institutet hade gett näring åt mitt vittnesbörd och hjälpt mig få större insikt om Herrens plan för mig. Jag beslutade att fortsätta gå dit, och det är jag glad för. Gradvis under året fick jag faktiskt goda vänner i institutet. Jag blev inbjuden till sociala evenemang och blev mycket mer engagerad med tiden.

Det var svårt att vara med på institutet i ett nytt

Jag har samlat Kristi ord i mitt hjärta och i mitt sinne. (Se L&F 6:20; 84:85.) Dessa lärdomar hjälpte mig tjäna Herren effektivare som missionär.

Jag är tacksam för institutet och vet att det är ett inspirerat program eftersom jag har sett dess välsignelser både i mitt liv och i andras.

Malinda Morrison, Västra Australien

JAG KOMMER NÄRMARE HERREN

Ända sedan jag började gå på institutet regelbundet har jag fått stora andliga välsignelser. Jag har fått en kristuslik kärlek till mina institutkamrater, min tro på Herren växer sig starkare och jag har kommit närmare Jesus Kristus genom skriftstudier.

Lektionerna vägleder mig genom att de hjälper mig bättre förstå hur jag ska använda min handlingsfrihet. De hjälper mig möta prövningar med en positiv inställning och jag har lärt mig att Gud alltid är nära och hjälper mig klara av mina svårigheter. När jag är på institutet får jag svar på mina frågor. Varje gång jag tillämpar lärdomarna i lektionerna verkar andra saker i mitt liv falla på plats lite lättare.

Jag känner att ett av de bästa sätten att använda min tid medan jag är ung är att vara med på institutet.

Ngozichi Okwandu, Abia, Nigeria



område först, men eftersom jag ändå fortsatte gå dit har jag fått många andliga och sociala välsignelser som jag inte skulle ha fått annars.

Dave J Green, Storbritannien

JAG HAR HITTAT HEM

Jag var hemifrån för första gången när mina föräldrar separerade. Det var bara första månaden på college, och allteftersom mitt familjeliv förändrades kämpade jag med att förstå betydelsen av ordet *hem*. När mina föräldrar skilde sig och familjen flyttade ut ur hemmet jag hade bott i under de senaste 18 åren blev jag ännu mer förvirrad. Jag var ju inte hemlös, men det kändes som om jag var det.

Jag har ofta hört kyrkan beskrivas som en "tillflykt undan stormen". (L&F 115:6) Institutet blev denna tillflykt för mig medan jag kämpade mig igenom denna nya storm i livet. Jag anmälde mig till institutet och fastän jag inte kommer ihåg de exakta orden som sades under lektionerna ska jag aldrig glömma känslan av frid och tröst som kom medan jag lyssnade. Jag började upptäcka kärleken som min himmelske Fader har till mig, och jag blev mycket närmare bekant med den bästa rådgivare som jag någonsin haft: Jesus Kristus.

Jag var tvungen att betala för min utbildning på college, men jag fick de värdefullaste lärdomarna på institutlektionerna, som jag kunde gå på gratis. Jag förstår nu att definitionen av ett *hem* inte nödvändigtvis är huset som man växer upp i, utan en plats där livets lärdomar undervisas och där kärlek råder. Tack vare det jag har lärt mig och tack vare Anden jag har känt, har institutet blivit ett nytt hem för mig. Det är underbart att ha en plats där jag känner mig älskad och välkommen. ■

Suzanne Goble, Utah, USA



Alberto



Krista



Malinda



Ngozichi



Dave



Suzanne

HUR HITTAR JAG ETT INSTITUTPROGRAM I NÄRHETEN?

Gå till <http://institute.lds.org> för information om de över 500 instituten världen över. I många fall kan du anmäla dig till kurser på Internet.

Har du inte tillgång till Internet? Din biskop eller grenspresident har en lista över institut.



Den mest användbara

ÄLDSTE CLAYTON M CHRISTENSEN

områdessjuttio
området Nordamerika Nordöst



De av er som känner till Oxford-universitetet kanske vet att det är världens äldsta universitet. Byggnaden jag bodde i som elev byggdes 1410 – vacker att titta på, obekvämt att bo i. När jag kom till Oxford insåg jag att det skulle bli svårt att vara en aktiv medlem i kyrkan. The Rhodes Scholarship Trust, som jag hade fått mitt stipendium från, hade arrangerat många aktiviteter

för dem som fått stipendiet.

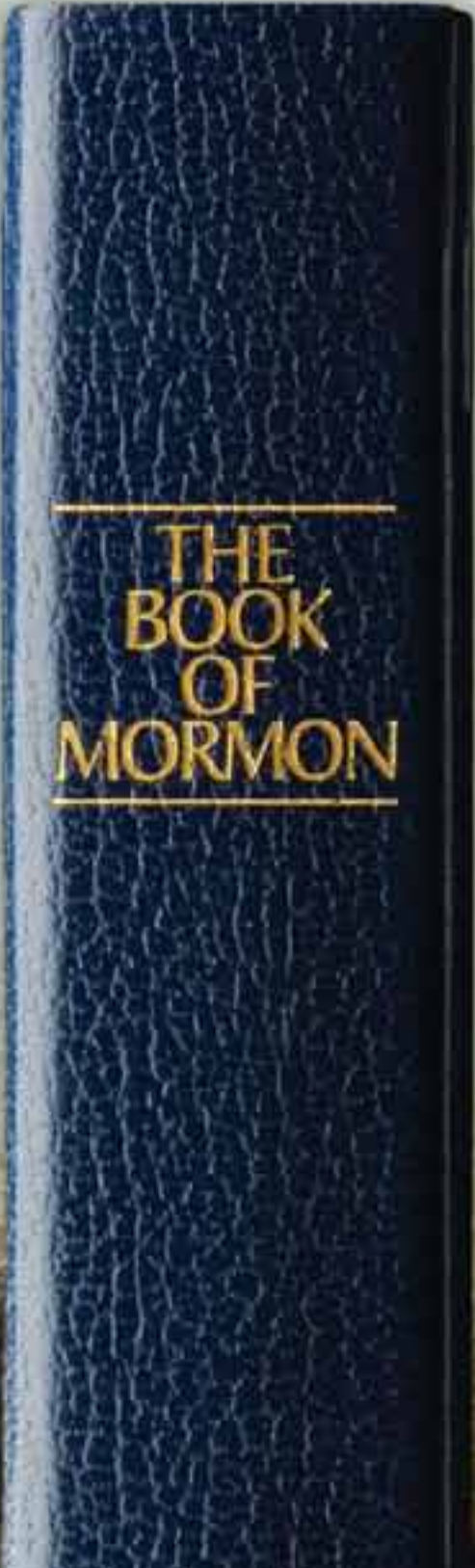
När jag begrundade hur pass engagerad jag ville vara i kyrkan insåg jag att jag inte visste om Mormons bok var sann. Jag hade läst den flera gånger men vanligtvis för att det hade varit en uppgift, antingen från mina föräldrar eller från en lärare på Brigham Young-universitetet. Men den här gången var jag desperat angelägen om att få veta om Mormons bok var sann. Därför bestämde jag mig för att läsa Mormons bok varje kväll mellan klockan elva och tolv för att få veta om den var sann.

Jag undrade om jag vågade använda så mycket tid eftersom jag hade ett krävande skolschema. Jag studerade tillämpad ekonometri. Jag hade tänkt försöka genomföra programmet på två år, medan de flesta i programmet genomförde det på tre. Jag visste inte om jag hade råd att använda en timme varje dag till denna strävan.

Men jag gjorde det ändå. Jag började klockan elva genom att böja knä i bön nära ett litet värmeaggregat i stenväggen, och jag bad högt. Jag talade om för Gud hur desperat gärna jag ville ha reda på om Mormons bok var sann. Jag sade att om han uppenbarade för

Något av det mest värdefulla ni kan göra medan ni utbildar er är att ta reda på om Mormons bok är Guds ord.

lärdomen



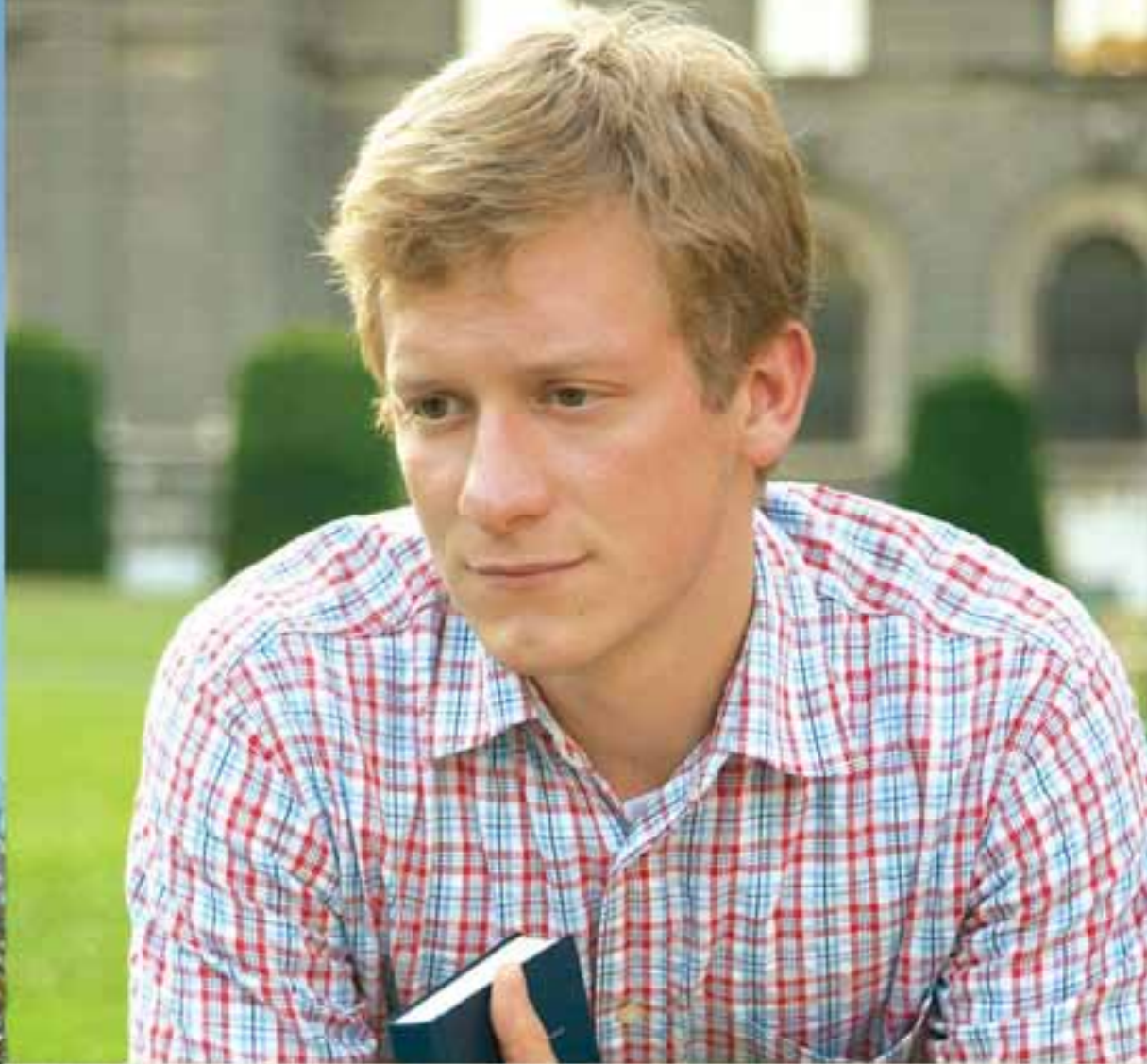
THE BOOK OF MORMON

mig att den var sann så skulle jag tillbringa resten av mitt liv med att bygga upp hans rike. Jag sade att om den inte var sann så ville jag veta det säkert också, för då skulle jag tillbringa mitt liv med att ta reda på vad som var sant.

Jag läste första sidan av Mormons bok. Jag stannade upp i slutet av sidan. Jag tänkte på vad jag hade läst och frågade mig själv: "Kunde det här vara skrivet av en bedragare som försökte lura folk, eller var det skrivet av en Guds profet? Och vad har det för betydelse för mig?" Sedan lade jag ner boken och knäböjde i bön och frågade Gud på nytt: "Snälla, tala om för mig om det här är en sann bok." Sedan satte jag mig på stolen, tog upp boken, vände på sidan, läste den, stannade till vid slutet och gjorde samma sak. Jag gjorde detta under en timme varje kväll, kväll efter kväll, i det kalla, fuktiga rummet i Oxford.

En kväll när jag hade kommit till kapitlen i slutet av Andra Nephi, bad jag min bön, satte mig på stolen och slog upp boken. Plötsligt kände jag i rummet en härlig, varm, kärleksfull Ande som omgav mig och genomträngde min själ och svepte in mig i en kärleksfull känsla som jag inte hade trott att jag kunde känna. Jag började gråta. När jag såg orden i Mormons bok genom tårarna kunde jag se sanningen i orden som jag aldrig hade kunnat föreställa mig att jag skulle förstå. Jag kunde se evighetens härlighet, och jag kunde se vad Gud hade i beredskap för mig som en av hans söner. Den

Jag uppmanar er att ta en timme varje dag och ta reda på om Mormons bok är sann, för det kommer att förändra ert hjärta.



Anden stannade kvar hos mig hela timmen och varje annan kväll när jag bad och läste Mormons bok i mitt rum. Samma Ande kom alltid tillbaka och den förändrade mitt hjärta och mitt liv för evigt.

Jag ser tillbaka på konflikten jag hade upplevt då jag undrade om jag hade råd att studera något annat en timme varje dag som inte var tillämpad ekonometri, för att få reda på om Mormons bok var sann. Jag använder kanske tillämpad ekonometri en gång om året, men jag använder min vetskap om att Mormons bok är Guds ord många gånger varje dag. Av all utbildning jag någonsin följt är detta den i särklass mest användbara kunskap jag någonsin fått.

De av er som kanske fortfarande lever på andras vittnesbörd uppmanar jag att ta en

timme varje dag och ta reda på om Mormons bok är sann, för det kommer att förändra ert hjärta som det har förändrat mitt. Sedan kommer ni en dag att kunna gå till platsen där ni bodde den gången när Gud uppenbarade detta för er och peka på den för era barn och er maka och säga: "Det här är en helig plats för det var här jag fick veta att Jesus är Kristus."

Jag har försökt förhärlika min kallelse och lära känna Jesus Kristus, och jag kan vittna om att jag med säkerhet vet att han är Guds Son, att han lever. Jag vet med säkerhet att han känner och älskar var och en av oss. ■

Från ett andligt möte på Brigham Young-universitetet-Idaho som hölls den 8 juni 2004. För hela texten till talet på engelska, gå till www.byui.edu/Presentations/transcripts/devotionals/2004_06_08_christensen.htm.

Stå stark och orubblig i din tro



Undervisa om de skriftställen och citat 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.

Mosiah 5:15: "[Var] ståndaktiga och orubbliga, alltid rika på goda gärningar så att Kristus, Herren Gud den Allsmäktige, kan besegla er som sina, så att ni kan föras till himlen för att få evig frälsning och evigt liv."

Hur kan jag stå stark och orubblig i min tro?

3 Nephi 6:14: "Kyrkan ... var splittrad i hela landet, utom bland några få av de lamaniter som hade omvänts till den sanna tron. Och de ville inte vika därifrån, ty de var fasta och ståndaktiga och orubbliga och villiga att med all iver hålla Herrens bud."

Julie B Beck, Hjälpföreningens

generalpresident: "Sista dagars heliga kvinnor [måste] vara starka och orubbliga i sin tro. De kan och bör bli mästare på att efterleva och bära sitt vittnesbörd om Herren Jesus Kristus och hans återställda evangelium. Vi gör detta när vi:

1. Ingår och håller förbund med honom.
2. Är värdiga och tjänar Herren i hans tempel.
3. Studerar hans lära i skrifterna och profeternas ord.
4. Gör oss värdiga av, känner igen och följer den Helige Anden.
5. Delar med oss av och försvarar hans evangelium.
6. Deltar i uppriktiga böner enskilt och i familjen.
7. Håller familjens hemafton.
8. Efterlever principerna för oberoende och att leva förutseende.

"Det här är *väsentliga* saker som måste gå före sådant som är *oväsentligt*. Det är enkla, outhärliga saker som nästan verkar världsliga när vi talar om dem ... Ingen kan göra allt detta åt oss – Det är *personliga* vanor som särskiljer oss som starka och orubbliga i det som är rätt." "Stå starka och orubbliga", *Liahona* och *Ensign*, nov 2007, s 109–110)

Cheryl C Lant, Primärföreningens

generalpresident: "Vi blir personligen omvända när vi börjar leva på det sätt Herren vill att vi ska leva – ståndaktiga och orubbliga i att hålla alla buden, inte bara de som är bekväma. Detta blir då en reningsprocess, när vi strävar efter att göra varje dag lite bättre än den förra." ("Rättfärdiga traditioner", *Liahona* och *Ensign*, maj 2008, s 13–14).

Varför ska jag stå stark och orubblig i min tro?

Äldste M Russell Ballard i de tolv

apostlarnas kvorum: "Er tro och er kunskap om evangeliets återställelse ger er styrka att förbli trofasta och vara trogna de förbund ni ingått med Herren och att villigt dela med er av era starka sidor och talanger för att bygga upp Guds rike här på jorden! Ert vittnesbörd om Jesus Kristus är det viktigaste ankare ni kan ha för att ståndaktigt och orubbligt kunna hålla fast vid rättfärdighetens principer, oavsett de svårigheter eller frestelser som kan komma i framtiden." ("Steadfast in Christ", *Ensign*, dec 1993, s 52)

Äldste Richard G Scott i de tolv

apostlarnas kvorum: "Idag kan ni överhuvudtaget inte föreställa er vad ert beslut att orubbligt lyda Herrens vilja kommer att låta er åstadkomma i livet. Er tysta, envisa beslutsamhet att leva ett rättfärdigt liv kommer att skänka er *inspiration* och *kraft* som övergår er nuvarande fattningsförmåga." ("Fatta rätta beslut", *Nordstjärnan*, jul 1991, s 34) ■

Tro till att korsa

"Han räckte ut sin hand från höjden och grep tag i mig, han drog mig upp ur de stora vattnen. Han räddade mig från min starke fiende." (Ps 18:17–18)

ADAM C OLSON

Kyrkans tidningar

Rafael Mateo och hans son Whalincon (kallas "Whally") stannade till i mörkret en stormig eftermiddag och tittade på den regnfyllda flodens brusande vatten. Rafael, förste rådgivare i grenspresidentskapet, och Whally, grenens äldstekvorumpresident, var på väg hem efter en söndag fylld av möten i möteshuset i San José de Ocoa i Dominikanska republiken.

De var redan dyngsura efter att ha traskat genom hållregnet och vadat över den översvämmade Río Ocoa som hade blivit en farlig barriär mellan kyrkan och deras hus. Under den torra perioden tar det omkring en timme att ta sig ner från kyrkan på ena sidan av dalen och sedan upp till huset på höjden på den andra sidan, en sträcka på 6 kilometer. Men när floden svämmar över under regnperioden måste Rafael och hans familj ta en tre timmar och 15 kilometer lång omväg för att hitta en plats där det är någorlunda säkert att vada över floden.

Rafael har tagit den omvägen otaliga gånger förut. Han hade vadat över floden varje dag i tolv år för att komma till arbetet. Och när han kallades att verka som grenspresident två månader efter sitt dop, en kallelse han hade i sex år, blev turena ännu fler. Sedan kallades han som äldstekvorumpresident. Sedan kallades han tillbaka till grenspresidentskapet.

Men det faktum att han blivit mer bekant med floden gjorde den inte mindre farlig, och det rusande vattnet i de översvämmade floderna kunde vara lika dödligt som den breda flod de närde. En kort tid dessförinnan hade en översvämmande flod svept omkull en granne och dödat honom i sin rasande fart.

Far och son tvekade vid flodkanten. Sedan gick

Rafael i. Floden var inte bred, men på grund av att den genomforsats av så mycket vatten hade den blivit förvåningsvärt djup. Det kalla, forsande vattnet stod först upp till hans knän, sedan till midjan och virvlade snart runt hans bröst.

Rafael insåg att han hade problem. Flodbotten var hal och ojämn, och den kraftiga strömmen hotade att få honom att tappa fotfästet. När han hade kommit halvvägs över fick han använda all sin styrka till att bara hålla sig uppe. Han kunde varken ta sig framåt eller bakåt.

Just när han trodde att han var för svag för att hålla emot vattenströmmarna längre, kände han en knuff bakifrån som fick honom att gå mot den motsatta flodbanken. Det var inte förrän han hade nått andra sidan som han insåg att räddaren inte hade varit Whally. Han stod fortfarande på motsatt sida.

Denna räddning tillskriver han makten hos samme Frälsare som har hjälpt honom överleva den hotande kraften i andra prövningar, både fysiska och andliga.

"Jag har många gånger varit tvungen att vada över floder med vatten upp till bröstet i Herrens tjänst", säger broder Mateo. "Men jag står i stor tacksamhetsskuld till Herren. Han har inte bara gett mig möjligheten att tjäna honom utan också uthållighet."

Liksom kung David vet broder Mateo att Frälsaren "grep tag i mig, han drog mig upp ur de stora vattnen. Han räddade mig från min starke fiende." (Ps 18:17–18)

Detta vittnesbörd har burit honom igenom prövningar som kanske inte varit lika tydliga, men lika verkliga, som när han vadade över floden den där stormiga eftermiddagen med Whally.

Trots reskostnaden beseglades broder Mateo, hans hustru Altagracia och tre av deras barn i templet 2001. Sedan dess har de gjort uppoffringar för att spara tillräckligt med pengar för att besöka templet minst två gånger om året.

floden

Det är värt allt arbete och alla uppoffringar, både fysiskt och andligt sett, för broder Mateo.

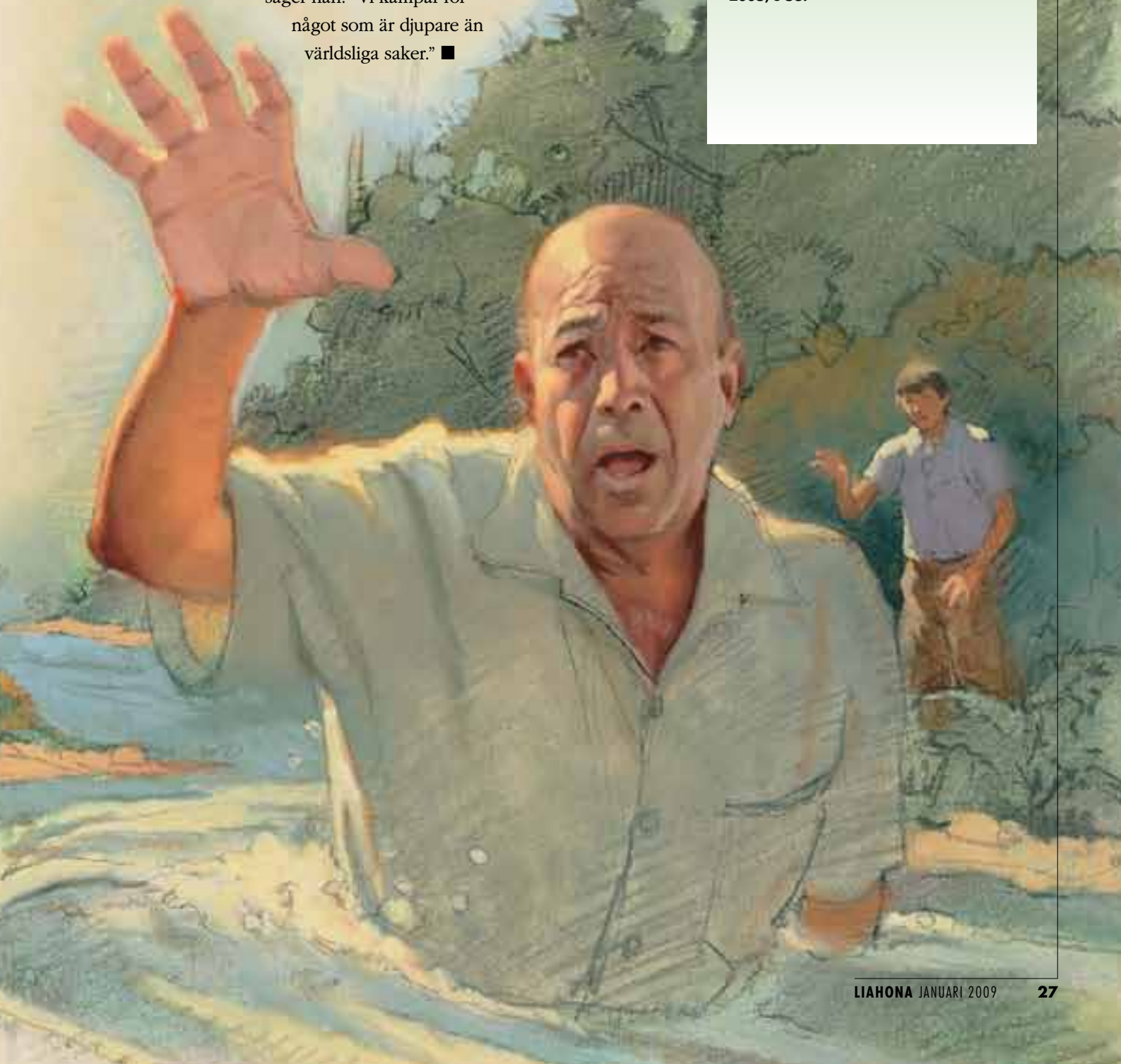
"Det är inte svårt när man vet vad ändamålet är", säger han. "Vi kämpar för något som är djupare än världsliga saker." ■



BERÄTTIGAD TILL HERRENS HJÄLP

"Kom ihåg att det här verket inte bara är ert och mitt. Det är Herrens verk och när vi går Herrens ärenden är vi berättigade till Herrens hjälp."

President Thomas S. Monson, "Det heliga kallet att tjäna", *Liahona* och *Ensign*, maj 2005, s 56.





Joseph Smith:

En Jesu Kristi apostel

ÄLDSTE DENNIS B NEUENSCHWANDER
i de sjuttios kворum

I Läran och förbunden läser vi att Joseph Smith "kallades av Gud och ordinerades till en Jesu Kristi apostel". (L&F 20:2) En apostels kallelse är först och främst att vittna om Jesus Kristus. Profeter i Gamla testamentet vittnade om hans ankomst. Apostlarna i Nya testamentet bar personligt vittnesbörd om Kristus och att han uppstod. Detta apostoliska vittnesbörd utgjorde grunden till deras undervisning. "[Ni skall] bli mina vittnen" (Apg 1:8) löd Jesu instruktion till de ursprungliga tolv. Petrus vittnade på pingstdagen för judarna som hade samlats "från alla folk" (Apg 2:5) att "det är denne Jesus som Gud har uppväckt, och vi är alla vittnen till det." (Apg 2:32) På liknande sätt skrev Paulus till korintierna att Jesus "visade ... sig också för mig". (1 Kor 15:8) Det säkra vittnesbördet om Kristus och om hans uppståndelse är det apostoliska vittnesbördets första pelare.

Den andra pelaren är Frälsarens återlösande och frälsande makt. Petrus lär: "Om [Herren] vittnar alla profeter, att var och en som tror på honom får syndernas förlåtelse genom hans namn." (Apg 10:43)

Utan dessa två vittnesbördspelare om Kristus skulle det inte finnas någon apostel. Ett

sådant vittnesbörd har sin grund i erfarenhet, gudomligt påbud och instruktioner. Lukas skriver till exempel att Kristus visade sig för apostlarna "efter sitt lidande ... då han under fyrtio dagar lät sig ses av dem och talade med dem om Guds rike". (Apg 1:3)

Hur väl uppfyller profeten Joseph Smith dessa apostoliska krav? Svaret är "fullkomligt".

Den första synen

Joseph Smiths apostoliska utbildning började 1820. Medan han begrundade olika religiösa frågor insåg han snart att det inte gick att resonera eller argumentera sig fram till en avgörande slutsats om huruvida en kyrka och dess lärdomar var sanna. Utan gudomlig manifestation kunde unge Joseph bara lägga ännu en uppfattning till den "ordstrid och [det] åsiktstumult" som redan pågick. (Joseph



Profeten Joseph Smith kallades av Gud som ett vittne om Kristi realitet och uppståndelse och om hans återlösande och frälsande makt.



Josephs frågor
som rörde
religion
besvarades genom
den personliga och
fysiska manifestationen
av Gud Fadern
och hans gudomlige
och levande Son,
Jesus Kristus.

Smith–Historien 1:10) Men Josephs frågor om religion besvarades genom den personliga och fysiska manifestationen av Gud Fadern och hans gudomlige och levande Son, Jesus Kristus – en händelse som kallas den första synen.

Liksom för de ursprungliga apostlarna var Josephs möte med gudomen både direkt och personligt. Det fanns inget behov av någon annans åsikt eller av något råd som skulle avgöra vad han såg eller vad det skulle komma att betyda för honom. Josephs syn var först en mycket personlig upplevelse – ett

svar på en viss fråga. Med tiden blev synen, som belystes av ytterligare upplevelser och instruktioner, återställsens grundläggande uppenbarelse.

Hur apostolisk denna manifestation av Kristus, hans existens och uppståndelse än var för Joseph Smith, så var det inte det enda Jesus ville lära honom. Det första pojken Joseph lärde sig hade sitt ursprung i manifestationen om Kristi absoluta, allomfattande och gudomliga makt. Joseph lärde sig minst en betydelse av Kristi återlösande och frälsande makt när han bad i lunden.

Han beskriver följande när han började



be: "Tätt mörker omslöt mig och det tycktes mig för en stund som om jag vore dömd till plötslig undergång." (Joseph Smith–Historien 1:15) Med all energi han för-mådde uppbringa började Joseph be till Gud att rädda honom från hans fiendes grepp.

"I samma ögonblick som jag höll på att sjunka i för-tvivlan och överlämna mig åt undergång ... såg jag en ljuspelare ...

Så snart den syntes fann jag mig befriad från den fiende som hållit mig bunden." (Joseph Smith–Historien 1:16–17)

Joseph Smiths konfrontation med den onde liknar en upplevelse Mose hade, som profeten skulle få reda på några år senare. Men till skillnad från Joseph såg Mose Guds storhet först, och konfronterades sedan med den ondes kraft innan han befriades från dennes inflytande. (Se Mose 1.)

Händelsernas ordningsföljd skiljer sig markant åt. Mose var redan vuxen och hade fått mycket kunskap och inflytande innan denna händelse. Genom att visa sin utomordentliga makt för Mose innan han ställdes inför motståndaren hjälpte Herren honom att få perspektiv på sitt liv. När Mose hade sett Guds härlighet sade han: "På grund av detta vet jag nu att människan är intet, vilket jag aldrig hade föreställt mig." (Mose 1:10) Denna händelse hjälpte Mose att motstå motståndarens frestelser som följde.

Joseph Smith, å andra sidan, var en oerfaren ung man som under hela sitt liv skulle komma att ställas inför motståndarens kraft och de överväldigande problem som den medför. Genom att möta motståndaren först och sedan räddas från hans angrepp genom Faderns och Sonens besök, inhämtade Joseph följande outplånliga lärdom: Hur stor den ondes kraft än är måste den alltid dra sig tillbaka när ljuset visar sig.

Detta var en avgörande lärdom i Josephs apostoliska utbildning. Han behövde den här kunskapen, inte bara på grund av de personliga prövningar som väntade honom utan också på grund av det överväldigande

motstånd han skulle ställas inför medan han grundade och ledde kyrkan.

Pojken Joseph gick in i lunden för att söka visdom, och han fick visdom. Hans apostoliska utbildning hade börjat. Bland den första synens apostoliska lärdomar finns både Frälsarens och vår himmelske Faders fysiska natur, samt de första och grundläggande lärdomarna rörande deras makt – var och en en apostolisk vittnesbördsbärare.

Mormons bok

Joseph Smiths tidiga apostoliska utbildning fortsatte med hans översättning av Mormons bok. Mormons bok gav Joseph tillgång till "det eviga evangeliets fullhet" (Joseph Smith–Historien 1:34), principer som var viktiga att förstå redan innan kyrkan organiserades. Profeten fick läsa ett flertal "tydliga och högst dyrbara" (1 Nephi 13:26) profetiska och apostoliska vittnesbörd om Frälsaren, som alla var exempel för honom.

Profeterna i Mormons bok använder faktiskt över hundra titlar i sin undervisning om Kristus, och var och en hjälpte Joseph förstå Frälsarens gudomliga roll.¹ Tack vare denna undervisning blev Joseph Smith nära bekant med forntida profeter, och han fick insikt om det gudomliga syftet med hans ansvarsuppgifter.

Mormons bok belyser Kristi försonings allomfattande karaktär. Frälsarens heliga offer är inte begränsat till hans tids heliga land eller ens till de ursprungliga tolv apostoliska värld. Försoningen omfattar alla Guds skapelser – tidigare, nuvarande och framtida. Vilket intryck Jakobs undervisning om den obegränsade försoningen (se 2 Nephi 9:7) måste ha gjort på unge Josephs sinne, särskilt i kontrast till den tidens kristna lärdomar.

Mormons bok talar också om den allomfattande uppståndelsen och andra lärdomar i samband därmed. Predikningarna om denna lära av Lehi, Jakob, kung Benjamin, Abinadi, Alma, Amulek, lamaniten Samuel och Moroni är alla rika lärdomskällor.

Under översättningen av Mormons bok tog profeten emot ytterligare värdefull personlig undervisning rörande

Mormons bok är "vår religions slutsten" eftersom den innehåller så många profetiska vittnesbörd om Kristus och står som ett påtagligt vittne om återställelsen.

Kristi återlösande och frälsande makt. År 1828 övertalade Martin Harris Joseph att låna honom de första 116 sidorna av manuskriptet till Mormons bok. När Martin Harris tappade bort sidorna kände profeten stor förtvivlan.² Hans mor Lucy Mack Smith skrev att Joseph utropade: "O min Gud! ... Allt är förlorat! Allt är förlorat! Vad ska jag göra? Jag har syndat – det är jag som har frestat Gud ... Hur ska jag kunna visa mig för Herren? Vilken tillrättavisning förtjänar jag nu inte av den Högstes ängel?"³

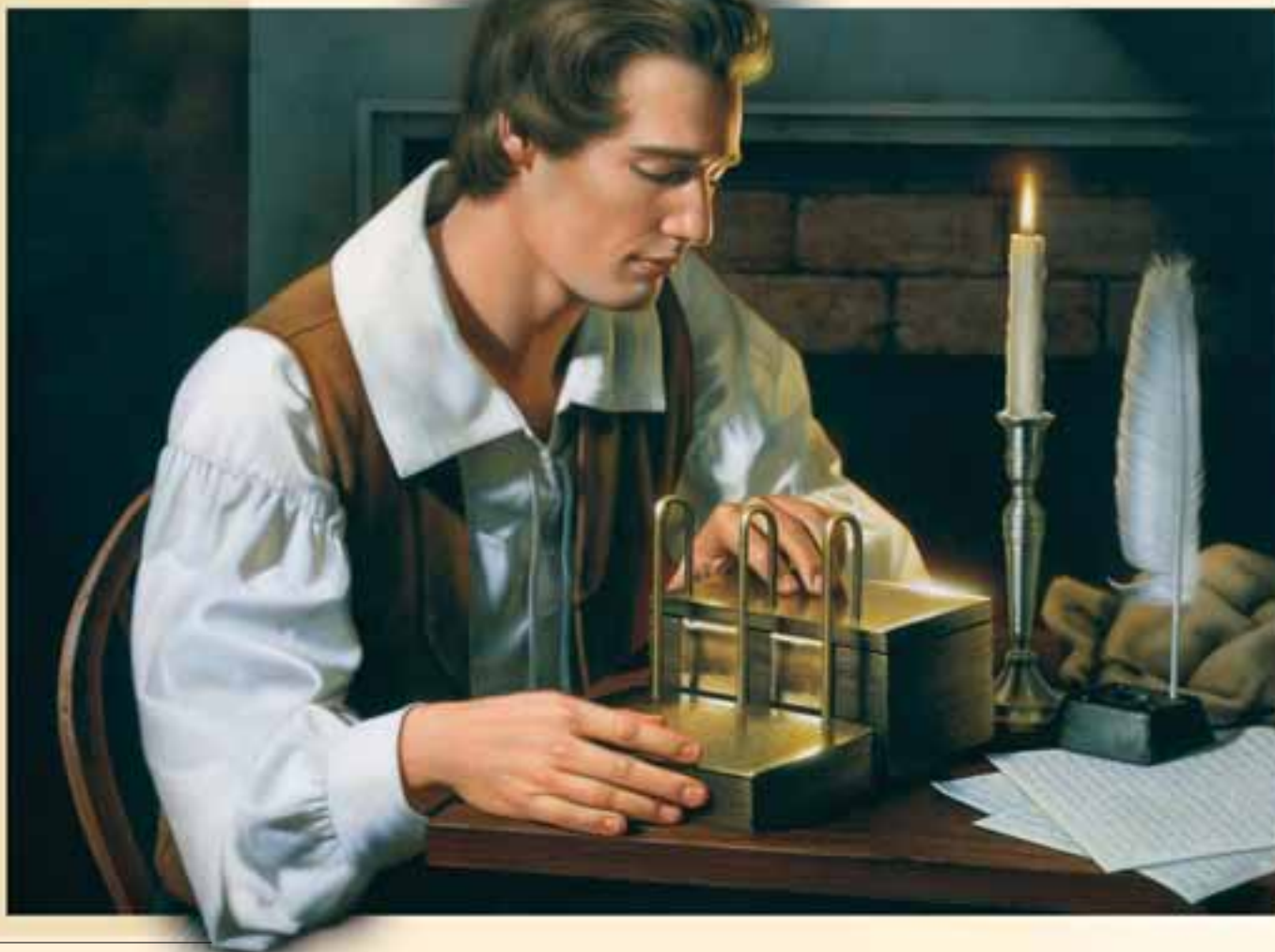
I över en månad lämnade Herren

Joseph i detta hemska kval av ånger.⁴ Sedan kom lättnaden och den apostoliska lärdomen. Herren sade till Joseph:

"Guds verk och planer och avsikter kan inte omintetgöras, inte heller kan de gå om intet ...

Ty även om en människa kan få många uppenbarelser och har förmåga att utföra många kraftgärningar, så måste hon, om hon berömmar sig av sin egen styrka och ringaktar Guds råd samt följer sin egen viljas maning och köttliga lustar, ändå falla och ådra sig en rättfärdig Guds hämnd." (L&F 3:1, 4)

Dessa ord beskrev utförligt vad Joseph



Smith hade upplevt. Han hade lärt sig precis vad den apostoliska kallelsen handlade om och vem aposteln, till varje pris, är skyldig sin lojalitet. "Även om människor ringaktar Guds råd och föraktar hans ord", fick Joseph veta, "borde du ändå ha varit trofast." (L&F 3:7–8) Joseph Smith nekades tillgång till plåtarna under en tid. Han hade också lärt sig något ovärderligt. Så småningom fick han tillbaka plåtarna, liksom sin ställning som översättare.

Hur avgörande var inte lärdomarna som gavs under översättningen av Mormons bok medan Joseph Smith tillväxte i sin apostoliska kallelse! Mormons bok är "vår religions slutsten"⁵ eftersom den innehåller så många profetiska vittnesbörd om Kristus och står som ett påtagligt vittne om återställelsen.

Fortsatta uppenbarelsen och skrifter

När Joseph Smith var färdig med översättningen av Mormons bok 1829 och hade organiserat kyrkan 1830 fick han möjlighet att ta emot fortsatt apostolisk utbildning genom att översätta andra skrifter. Han översatte Bibeln under tre år och började översätta Abrahams bok 1835. Joseph Smiths översättning av Bibeln vidgade hans kunskap om Gamla testamentets profeter och Nya testamentets apostlar. Den resulterade också i ytterligare en uppenbarelse, nämligen Moses bok.

Moses bok gav profeten viktig kunskap om Frälsarens verksamhet, bland annat hans roll i skapelsen. "Herren talade till Mose och sade: ... Jag är begynnelsen och änden, Gud den Allsmäktige. Genom min Enfödde skapade jag allt detta." (Mose 2:1) Han sade också: "Och otaliga världar har jag skapat ... och genom Sonen, som är min Enfödde, skapade jag dem." (Mose 1:33)

Moses bok klargjorde Kristi relation till Fadern i förut-tillvaron och ökade profetens kunskap om rättfärdighetens överlägsna kraft. En av de vackraste apostoliska lärdomarna som kom till Joseph Smith i den här uppenbarelsen var bekräftelsen på Guds kärlek. Detta skilde sig så mycket från den hårda, oförlåtande och fördömande person som många trodde att Gud var. Moses bok uppenbarar en

oändligt barmhärtig Gud. Enok såg att "himlens Gud ... grät" (Mose 7:28) över dem som inte ville ta emot honom. Enok ville veta hur detta var möjligt och fick ett svar som har en familjär biblisk ton: "Jag [har] ... givit dem budet att de skall älska varandra och att de skall välja mig, deras Fader ... Varför skulle inte himlarna gråta, när de ser att dessa kommer att lida?" (Mose 7:33, 37; se också 5 Mos 6:5; 3 Mos 19:18; Matt 22:37–39.)

Under översättningen av Moses bok fick profeten också mer kunskap om Frälsarens återlösande och frälsande makt. Som Herren sade skapades jorden "genom min makts ord" (Mose 1:32) i syftet att "åstadkomma odödlighet och evigt liv för människan". (Mose 1:39) Många år innan Frälsaren sade till Thomas och de tolv att "jag är vägen och sanningen och livet. Ingen kommer till Fadern utom genom mig" (Joh 14:6), uppenbarade han för Mose att "detta är frälsningsplanen för alla människor genom min Enföddes blod, hans som skall komma i tidens mitt". (Mose 6:62)

Den första synen i lunden, översättningen av Mormons bok, revisionen av Bibeln, uppenbarelsen som Moses bok utgör och översättningen av Abrahams bok lade grunden till kyrkan, till stor del genom profeten Joseph Smiths snabbt ökande kunskap och vittnesbörd om Jesus Kristus.

Uppenbarelsen som gavs till honom och sammanställdes i Läran och förbunden innehåller en rikedom av kunskap som har med Frälsaren att göra. Man kan undersöka alla ämnen och korshänvisningar i Handledning för skriftstudier som handlar om Jesus Kristus och ändå inte förstå vidden av informationen om Frälsaren som profeten Joseph Smith gav till världen. Jag är tacksam att veta att Jesus "i begynnelsen [var] hos Fadern". (L&F 93:21) Jag är tacksam att veta att han "har lidit detta för [mig], för att [jag] inte skall behöva lida om [jag] omvänder [mig]". (L&F 19:16)

Mitt vittnesbörd om vad profeten uppenbarade

Jag är tacksam för ännu en sak i samband med Frälsarens verksamhet som djupt rör vid min själ. Efter att ha

Jag är så tacksam för uppenbarelserna som lär mig att Frälsarens försoning omfattar dem som har levt, älskat, tjänat och hoppats på en bättre dag men aldrig hört talas om Jesus eller haft möjlighet att ta emot hans evangelium.

studerat Malakis löften, Moronis första besök hos Joseph, Frälsarens ord till nephiterna och Elias besök i templet i Kirtland, har jag lärt mig att Gud älskar sina barn och har ordnat det så att var och en ska kunna återvända till honom. Jag känner inte till någon lärdom som är mer rättvis eller som ger större hopp än den om de dödas återlösning. Jag är så tacksam för uppenbarelserna som lär mig att Frälsarens försoning omfattar dem som har levt, älskat, tjänat och hoppats på en



bättre dag men aldrig hört talas om Jesus eller haft möjlighet att ta emot hans evangelium. Denna kunskap i sig är tillräcklig för att omvända mig till evangeliet, även om jag inte kände till något annat. Här, åtminstone för mig, finns det yttersta vittnesbördet om Jesus Kristus och hans försoningsoffer.

Vad kan då sägas om Kristi ojämförliga frälsande makt? Det som Joseph Smith lärde sig i den heliga lunden om rättfärdighetens makt att övervinna det onda förebådar den avslutande scenen. Herren uppenbarar följande:

”Jag har utfört och fullbordat hans vilja som jag tillhör, ja, Faderns, beträffande mig – och jag har gjort detta för att kunna lägga allt under mig –

och har behållit all makt, ja, till att förgöra Satan och hans verk vid världens ände

och på den sista, stora dagen för domen.” (L&F 19:2–3)

Vårt eget vittnesbörd om Frälsaren inramas av profeten Joseph Smiths vittnesbörd och lärdomar. Det är inte att undra på att profeten lärde att ”de fundamentala principerna i vår religion är apostlarnas och profeternas vittnesbörd om Jesus Kristus, att han dog, begravdes och uppstod på den tredje dagen och uppsteg till himlen. Allt annat som tillhör vår religion är endast tillägg till detta.”⁶

Joseph Smiths apostoliska vittnesbörd om Jesu Kristi gudomliga realitet och uppståndelse, liksom hans kunskap om Frälsarens återlösande och frälsande makt, kan bäst ses i profetens eget vackra, mäktiga och koncisa vittnesbörd:

”Och nu, efter de många vittnesbörd som har givits om honom är detta det allra sista vittnesbördet som vi ger om honom: Att han lever!

Ty vi såg honom, ja, på Guds högra sida, och vi hörde rösten vittna om att han är Faderns Enfödde –

om att medelst honom och genom honom och av honom skapas och skapades världarna, och deras invånare är födda som söner och döttrar åt Gud.” (L&F 76:22–24)

Jag är så tacksam för Joseph Smiths apostoliska kallelse. ■

Anpassat efter en presentation för de sjuttios kvorum.

SLUTNOTER

1. Se *Book of Mormon Reference Companion*, redigerad av Dennis L Largey (2003), s 457–458.
2. Se Lucy Mack Smith, *History of Joseph Smith*, redigerad av Preston Nibley (1958), s 128–129.
3. *History of Joseph Smith*, s 128, 129.
4. De 116 sidorna försvann i juni 1828. I juli tog Joseph Smith emot det som nu är kapitel tre i Läran och förbunden. I september återgavs plåtarna till profeten. Se de historiska inledningarna till L&F 3; 10.
5. *History of the Church*, 4:461.
6. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith*, s 49.

EN UNG MISSIONÄR

Laukau Mokofisi

Det var min bästa väns födelsedag och hon fyllde 13. Jag rusade iväg för att hitta en present till henne innan skolan började, men jag kunde inte hitta något. Då fick jag syn på Mormons bok. Jag bestämde mig för att utmana mig själv genom att ge den till henne i present. Jag hade en god känsla inom mig men jag var ändå lite rädd eftersom jag aldrig hade gett Mormons bok till någon förut. Jag var rädd att hon kanske inte skulle vilja ha den.

När jag kom till skolan letade jag upp henne och berättade att jag hade en speciell bok till henne. Hon tog emot boken och såg en bild av min familj på framsidan. Jag sade att det var Mormons bok, en bok som berättar sanningen om varför vi är här på jorden. Jag sade också att jag var ledsen att jag inte hade någon bättre present.

Hon tittade mig i ögonen och sade att det var det bästa jag kunde ha gett henne. Hennes ord gjorde mig rörd och jag började nästan gråta. Jag kände mig redan som en missionär! Jag kan knappt vänta tills jag är gammal nog att gå ut som missionär så att jag kan berätta om evangeliet för andra som är som min vän. ■

SÖKANDET EFTER EN FAVORITPSALM

Michael Paul Inyang

Vår missionspresident hade uppmanat missionärerna i Ghanamissionen Accra att "vara fokuserade". Han var känd för att använda de orden. På en av våra zonkonferenser gav han förslag på hur vi kunde göra det och en av huvudpunkterna på hans lista var att vi skulle ha en favoritpsalm.

Han uppmanade oss att välja en psalm vi tyckte om, lära oss den utantill och sjunga den de gånger då vi kanske kände oss frestade eller nedstämda. Hans ord ekade i mitt minne hela dagen.

Jag längtade hem. Ingen i min familj hade skrivit på senaste tiden

och jag kände mig missmodig. Jag hade varit mindre fokuserad. Det var nu jag behövde välja en psalm som upplyfte mig. Jag kände till många psalmer i vår gröna psalmbok, men vilken tyckte jag bäst om?

Den kvällen tog jag en gammal psalmbok och bläddrade igenom de slitna sidorna medan jag letade efter en psalm som var till tröst för mig. Plötsligt kom jag på något. Äldste Sheldon F Child i de sjuttios kворum, som då var president för området Afrika Väst, hade besökt vår grupp på missionärsskolan och talat om försoningen. Han sade avslutningsvis: "Om alla ni unga missionärer förstod vår Herre Jesu Kristi försoning så skulle det inte finnas något behov av missionärsregler."

Det var en sådan psalm jag behövde. Jag var inte förvirrad längre. Om jag hade en psalm om försoningen skulle jag känna min Frälsares kärlek, bli tröstad och hålla mig fokuserad på det han vill att jag ska göra.

Till slut valde jag psalm 83, "Han lever, min Förlossare".

I dag är jag tacksam mot min missionspresident för hans kloka råd. Nu har jag lärt mig en favoritpsalm utantill som jag alltid begrundar och kommer ihåg att sjunga när jag är nedstämd eller ställs inför prövningar och svårigheter. "Han lever, min Förlossare. Vad glädje för mig syndare! ... [Han] tröstar när jag räds." ■



*"Var ett föredöme för de troende i ord och gärning, i kärlek, trohet och renhet."
(1 Tim 4:12)*

Ett föredöme för de troende

UNGA MÄNS OCH UNGA KVINNORS GENERALPRESIDENTSKAP

Kan en rättfärdig ung mans eller ung kvinnas inflytande göra någon skillnad i världen? Svaret är *ja!*

Frälsaren Jesus Kristus har anförtrött dig sitt namn som du fick när du döptes. Han litar på att du representerar kyrkan och din familj genom att tacksamt leva ett gott liv. Han ber dig vara "ett föredöme för de troende", någon som för andra till honom, gör underverk och hjälper honom bygga upp Guds rike på jorden.

Temat för 2009 finns i Första Timoteusbrevet 4:12, där aposteln Paulus ger råd åt sin unge vän Timoteus. Det Paulus sade till Timoteus gäller också dig i dag eftersom du, liksom Timoteus, är en troende! "Ni är utvalda andar som har fötts i denna tid" när Jesu Kristi evangelium har återställts. Ni är en del av en generation med en viss bestämmelse och har "ansvaret att

bygga Guds rike".¹ Du kan påverka hela världen genom din tros kraft och ditt rättfärdiga exempel. Paulus visste det om Timoteus och vi vet det om dig!

President Thomas S Monson har gett oss ett utmärkt råd om hur vi kan vara "ett föredöme för de troende". Han sade: "Se till att varje beslut du överväger klarar följande prov: Hur kommer det att påverka mig? För det med sig något gott för mig? Låt inte ditt uppträdande styras av 'vad kommer andra att tycka?' utan i stället 'vad kommer jag att tycka om mig själv?' Låt dig påverkas av den stilla rösten. Kom ihåg att en som hade myndighet lade sina händer på ditt huvud när du konfirmerades och sade: 'Mottag den Helige Anden.' Öppna ditt hjärta, ja, din själ, för ljudet från denna stilla röst som vittnar om sanningen."²

De troende har ett växande personligt vittnesbörd om Jesus

Kristus. De inser vilken välsignelse ett personligt vittnesbörd är och de vill dela med sig av sin kunskap till andra. Du kan dela med dig av ditt vittnesbörd genom dina ord och ditt exempel.

President Monson sade också: "När ditt vittnesbörd ... är fast rotat kommer det att påverka allt du gör i livet. Det hjälper dig att bestämma hur du använder din tid och vem du väljer att umgås med. Det påverkar hur du behandlar din familj och dina relationer till andra. Det ger dig kärlek, frid och glädje i livet."³

Du lever i en värld som tävlar om din tid och uppmärksamhet. Du ställs inför många påtryckningar och bombarderas av många röster. Ibland kan du bli förvirrad över vad du ska göra och vad som är rätt. Varje vecka har du möjlighet att ta del av sakramentet och förnya ditt förbund att "alltid minnas [Frälsaren] samt hålla de bud som han har givit [dig]". (L&F



EN INBJUDAN TILL UNGA KVINNOR

20:77) När du gör det visar du din himmelske Fader din villighet att ta på dig hans Sons heliga namn. Dina ord och gärningar visar andra att du verkligen håller dina förbund. När du förnyar och håller dina förbund kommer den Helige Anden att vägleda dig och "tillkännage för [dig] allt [du] bör göra". (2 Nephi 32:3)

Normerna i *Vägledning för de unga* stärker dig också och hjälper dig att stå fast som ett föredöme. När du efterlever dessa normer har du den Helige Andens vägledning och ständiga sällskap. Dina tankar och handlingar skiljer sig åt från världens, och ditt exempel påverkar andra. "Ni kommer att känna er

Att vara "ett föredöme för de troende" är inte lätt. Det krävs dagliga ansträngningar för att minnas vilka vi är och vad troende gör. Vi vill inbjuda dig att göra tre saker varje dag som kan ge dig styrka och hjälpa dig bli ett föredöme för din familj och för dina vänner. Som president-skap gör vi dessa saker – 100 procent av tiden. Vill du också göra det?

För det första: Be *varje dag*.

För det andra: Läs Mormons bok *varje dag* i minst fem minuter.

För det tredje: Le *varje dag*.

Vi inbjuder dig att le därför att du lever på jorden i denna otroliga tid när Jesu Kristi evangelium har återställts. Du har fått veta av en Guds profet att de goda människorna i världen kommer att dras till dig i den utsträckning som du "betraktas som annorlunda, på ett lyckligt sätt".¹

Tänk vad som skulle hända om tusentals unga kvinnor som du gjorde dessa tre saker varje dag!

Många av livets varaktiga framgångar byggs på en grundval av att göra små saker ihärdigt under en



Elaine S Dalton (i mitten), president; Mary N Cook (till vänster), första rådgivare och Ann M Dibb, andra rådgivare.

längre tid. Dessa tre saker är små och enkla, men tänk på att "med små och enkla medel uträttas mycket stort". (Alma 37:6) Vi vet att du får välsignelser av att göra dessa tre saker varje dag. Och om du glömmer att göra det en dag kan du börja om på nytt nästa dag.

Vi vittnar om att om du ber, läser Mormons bok och ler varje dag så blir du välsignad för dina ansträngningar och du blir ett föredöme för de troende – en ung kvinna som *kan* åstadkomma en förändring i världen.

SLUTNOT

1. Spencer W Kimball, "Rättfärdiga kvinnors roll", *Nordstjärnan*, maj 1980, s 154.



stolta över er själva och ha ett positivt inflytande på andra.”⁴ Du blir lycklig och dina vänner och din familj kommer att dras till dig genom det ljus och den lycka du utstrålar.

Alltså frågar vi dig: ”Kan en ung man eller en ung kvinna som strävar

efter att leva efter evangeliet och vara ett värdigt föredöme för de troende göra någon skillnad i världen?” Vi vet av hela vårt hjärta att svaret är ett rungande *ja!* Vi tror att om du är ren i tanke, tal och gärningar så påverkar du andra. Vi tror på *dig!* ■

SLUTNOTER

1. *Vägledning för de unga* (2002), s 2, 3.
2. Se Thomas S Monson, ”Var ett föredöme”, *Liahona* och *Ensign*, maj 2005, s 113.
3. *Liahona* och *Ensign*, maj 2005, s 114.
4. *Vägledning för de unga*, s 2.

TILL DE UNGA MÄNNEN I ARONSKA PRÄSTADÖMET

Paulus påminde Timoteus om något mycket viktigt – viktigt för Timoteus och viktigt för varje bärare av aronska prästadömet: ”Försumma inte nådegåvan i dig, den som du fick genom profetord, när de äldste lade händerna på dig.” (1 Tim 4:14) Paulus talade om hur viktigt prästadömet är.

Vad innebär det att inte ”försumma” vårt prästadöme? För det första innebär det att vi lever värdiga de välsignelser som kommer genom prästadömet. Vi ser till att våra tankar, ord och gärningar är rena. Vi lever så att vi är ”ett föredöme för de troende” i allt vi gör: När vi ber och studerar skrifterna dagligen, går på seminariet, betalar tionde och, där

så är möjligt, besöker templet för att utföra dop för de döda.

För det andra innebär det att vi förhållar vårt prästadöme – att vi använder prästadömet till att tjäna och välsigna andra människor. Vi kan göra det genom att fullfölja uppdrag inom prästadömet, tjäna enskilda och kvorumet, eller hjälpa någon hemma, i skolan eller på jobbet som behöver ett vänligt ord, ett leende eller en klapp på ryggen.

För det tredje innebär det att vi lär oss mer om prästadömet och dess plikter. Läs och begrunda skriftstäl-lena om prästadömet, särskilt Alma 13 och Läran och förbunden, kapitel 13, 20, 84, 107 och 121. Läs talen som gavs på prästadöms-sessionen under



Charles W Dahlquist (i mitten), pre-sident; Dean R Burgess (till vänster), förste rådgivare och Michael A Neider, andre rådgivare.

den senaste generalkonferensen och fråga sedan dig själv: ”Hur kan jag tillämpa det jag har lärt mig för att förhålliga prästadömet?”

Vi älskar dig. Vi har stort förtroende för dig. När du strävar efter att förhålliga ditt prästadöme blir du bättre förberedd att tjäna Herren som hel-tidsmissionär, och som Paulus lovade Timoteus blir ditt tjänande och ditt exempel till välsignelse i ditt liv och för människorna omkring dig. Må Gud välsigna dig i dina ansträngningar.

1 Tim 4:12

Detta års tema för veckoträffarna visar hur vi ska vara ett föredöme för världen.

Ingen får förakta dig för att du är ung

Paulus sade till Timoteus att hans relativt unga ålder inte borde ha någon betydelse när det gäller att efterleva evangeliet och att tjäna i kyrkan. Många ungdomar har haft mäktiga andliga upplevelser. Slå upp dessa skriftställe hänvisningar och läs om några av dem: 1 Sam 17:12–49 (David), 2 Nephi 2:4 (Jakob), Mormon 1:15 (Mormon) och Joseph Smith–Historien 1:7–20 (Joseph Smith).

Hur kan du visa din hängivenhet mot evangeliet under den här tiden i ditt liv? Skriv om det i din dagbok.

Ord

Vi visar stor självdisciplin när vi bemästrar våra ord. (Se Jak 3:2.) I stället för att dra ner andra bör våra ord upplyfta dem. (Se Ef 4:29; L&F 108:7.) För att bli bättre på detta kan du till exempel skriva ner specifika mål som har att göra med att ge komplimanger, prata vänligare med familjemedlemmarna, använda ett trevligare tonläge och undvika svordomar och ett rått språk.

¹²Ingen får förakta dig för att du är ung, utan var ett föredöme för de troende i ord och gärning, i kärlek, trohet och renhet. ¹³Fortsätt att föreläsa



Föredöme

”Vi behöver inte vänta på en katastrof, en dramatisk händelse i den värld vi lever i eller en speciell uppmaning för att bli ett föredöme – ja, en förebild. Tillfällena ligger framför oss här och nu. Men de är förgängliga. Troligtvis finner vi dem i vårt eget hem och i vårt vardagsliv. Vår Herre och Mästare visade vägen: ’Han ... gick omkring och gjorde gott.’ (Apg 10:38) Han var sannerligen en förebild – ja, ett föredöme för de troende.

Är vi det?”

President Thomas S. Monson, ”Ett föredöme för dem som tro”, Nordstjärnan, jan 1993, s 96.

Tro

För att vara ett föredöme i tro kan vi följa aposteln Jakobs lärdom: ”Jag [skall] visa dig min tro genom mina gärningar.” (Jak 2:18)

Kristuslik kärlek

”Vi [bör] inom oss så kärlekens frö, Kristina kärlek. Han är

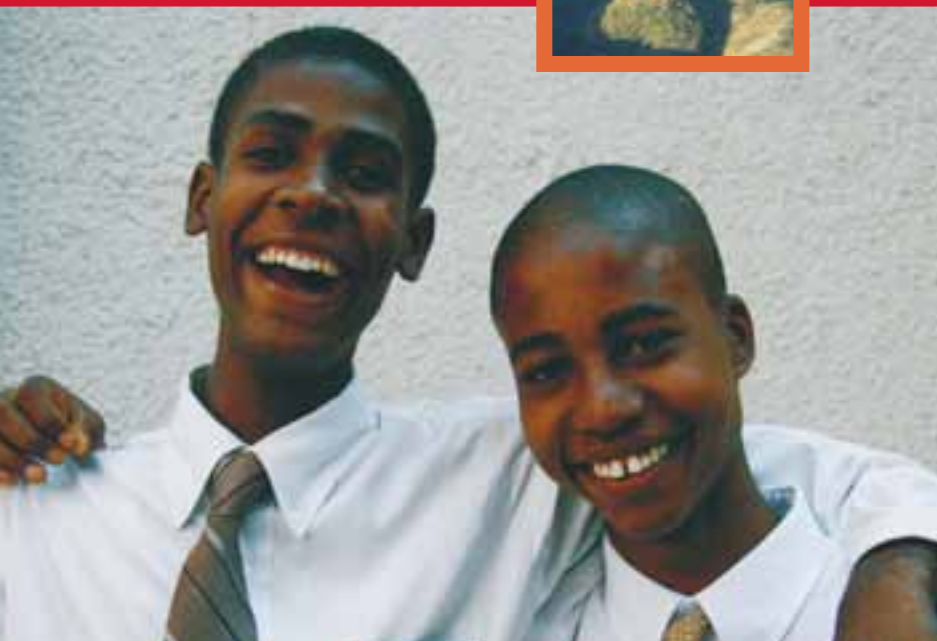


vårt fullkomliga föredöme i kärlek. Hela hans liv, och särskilt hans försoningsoffer, är ett exempel på kärlek. Alla hans handlingar återspeglar absolut, entydig kärlek till hela människosläktet och till var och en av oss. Hans exempel lär oss att kärleken innebär att villigt och glatt underordna personliga intressen andras bästa. Jag tror att vårt framåtskridande mot upphöjelse och evigt liv beror på hur väl vi lär oss och efterlever kärlekens princip.”

Äldste Joseph B. Wirthlin i de tolv apostlarnas kворum, ”Förnyelsens frön”, Nordstjärnan, jul 1989, s 6.

Renhet

Läs orden i psalmen ”Mer helighet giv mig” (Psalmer, nr 77) och begrunda vad det innebär att vara ett föredöme i renhet.



Det finns **HOPP** i Haiti

*Missionärsandan lever och
frodas i denna önation och
det uppväxande släktet är fast
beslutna att behålla den.*



RICHARD M ROMNEY

Kyrkans tidningar

Redaktionen: På grund av politisk instabilitet evakuerades alla missionärer från andra länder från Haiti 2005. I dag är alla 67 missionärer som tjänar i Haitimissionen Port-au-Prince från Haiti, och det går bra för kyrkan här.

Dieuveut Demosthène, 18 år, och Robenson Marcel Laroque Jean, 19 år, är de bästa vänner. Och de tänker behålla den vänskapen. För alltid.

"Vi var grannar och spelade basket tillsammans", säger Robenson. "Jag blev medlem i kyrkan när jag var 16, och efter ett tag föreslog jag för Dieuveut att han också skulle komma. Jag bad mycket och var ihärdig. Och se på honom nu, en stark medlem i kyrkan. Jag är stolt över honom."

"Robenson inbjöd mig många gånger", säger Dieuveut, "och efter ett tag gick jag med på det. Han har alltid pratat med så fina ord, som om han förstår allting. Därför blev hans inbjudan inte irriterande. Den var jättebra. Efter ett tag började jag vara med på missionärslektionerna och blev medlem i kyrkan när jag var 17."

Idealet

Det är det idealiska sättet att göra missionsarbete – vänner som berättar för sina



vänner om evangeliet och ger hänvisningar till missionärerna för att undervisa dem. "Av mig – en person i kyrkan – har vi nu blivit två, och vi fortsätter med samma arbete tillsammans", säger Robenson. Som ett resultat av deras ansträngningar har en av Dieuveuts äldre bröder och en annan vän också blivit medlemmar i kyrkan. En blev två, och två blev fyra.

Robenson och Dieuveut, som kommer från Centrale församling i Port-au-Prince norra stav i Haiti, är typexempel på vad som har hänt med missionsarbetet i Haiti sedan missionärerna från andra länder evakuerades 2005 på grund av politiska oroligheter. Haitimissionen Port-au-Prince har fått lita till sig själv för att få styrka, och funnit den. I dag är det bara haitier som verkar som missionärer i Haiti och tonåringarna förväntas verka när de har blivit gamla nog. Redan innan de kallas som heltidsmissionärer pratar de med grannar och vänner.

Hoppet blomstrar för unga sista dagars heliga som Robenson Jean, Dieuveut Demosthène, Nathalie LaGuerre och Farah Jean-Baptiste som tror att evangeliet både kan förändra deras liv och deras land. Från krönet på en kulle i Port-au-Prince, där landet invigdes för evangeliets predikande, och i hela nationen delar sista dagars heliga haitier med sig av leenden och förbereder sig för framtiden.



Överst: Missionspresidenten och hans hustru pratar med äldre som verkar på missionskontoret. President Pierre-Nau uppmanar ungdomarna i kyrkan att börja nu med att dela med sig av evangeliet. "Ni är redan missionärer", säger han. Ovan: President Francillon i Port-au-Prince norra stav i Haiti gläds åt att umgås med sin hustru och sina barn. Han säger att kyrkan välsignar ungdomarna på många sätt.

"Överallt där man ser Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga i Haiti så vet man att medlemmarna är haitier", säger Farah Jean-Baptiste, 18 år, en ung kvinna som också tillhör Centrale församling. "Det är mycket motiverande för ungdomarna att se att vi är ansvariga för kyrkans framtid här."

"De unga männen och kvinnorna i kyrkan här är motiverade att följa Frälsaren", säger Farahs 17-åriga vän från samma församling, Nathalie LaGuerre. "Vi vill gå i hans fotspår och se hans verk gå framåt. Och vi blir glada när vi ser haitiska missionärer verka i Haiti. De är entusiastiska och glada, och efter missionen berättar de om vilka härliga upplevelser de har haft. Sedan uppmanar de oss att få samma upplevelser och börja i dag genom att berätta om evangeliet för våra vänner."

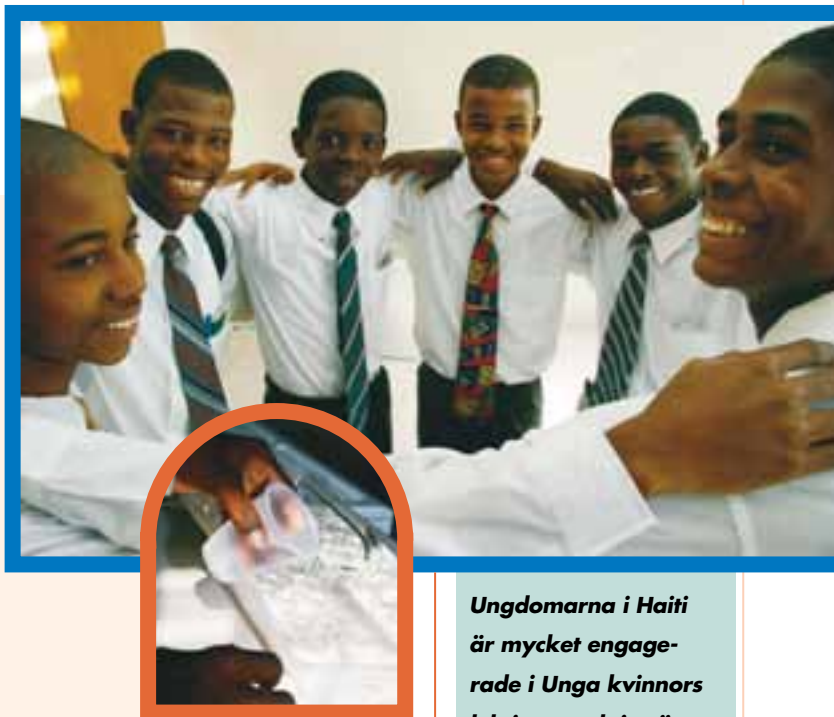
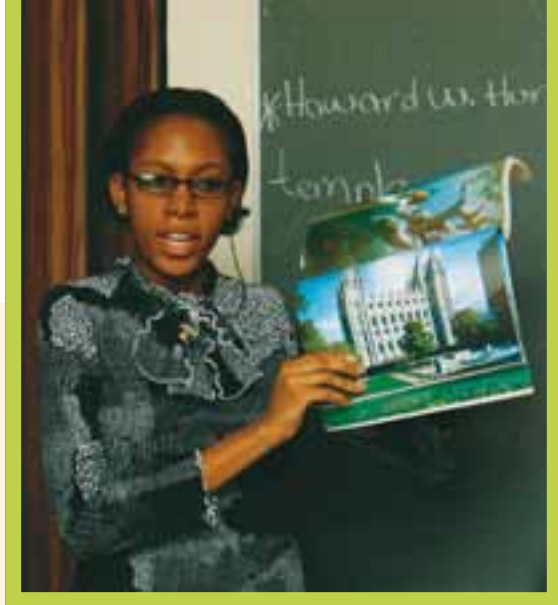
Hon säger att även om unga kvinnor inte har samma ansvar som prästadömet att verka som heltidsmissionärer, "ser vi också att de som verkar får många välsignelser. Man får möjlighet att vara till välsignelse för andra, och det blir man uppbyggd av. Det stärker en

inför de prövningar som kommer i livet och förankrar en i evangeliet. Det visar att man verkligen är en Jesu Kristi lärjunge, att man är ett vittne om honom, och att man följer hans exempel."

Hoppet

"Det finns stort hopp för Guds rike här i Haiti", säger president Gh Ghammald Francillon från Port-au-Prince norra stav. "Ungdomarna är verkligen motiverade att verka som missionärer. Det är en del av deras naturliga uppväxt att ta med en mission i prioriteringarna, också före college. Om du ser missionärerna på gatan så kan du fråga, och de kommer att tala om för dig att de satte studierna åt sidan eftersom de har kallats att utföra Herrens arbete."

Han nämner välsignelserna han känner i sitt eget hem tack vare att hans hustru är en återvänd missionär. Han säger att starkare familjer och starkare ledare är ett direkt resultat av missionsarbetet. "Tänk dig", säger han, "vilken kyrka vi kommer att ha här om 15 till 20 år när så många haitier verkar som missionärer i Haiti!" Han säger att medlemmarna "får kärlek och stöd av så många människor, av profeten och generalauktoriteter och av återvända missionärer från andra länder som tidigare tjänat här. Men just nu är 100 procent haitier, inklusive missionspresidenten Fouchard Pierre-Nau, en återvänd missionär som verkade i Haiti för omkring 10 år sedan."



Framtiden

Några trodde att kyrkan här kanske skulle få problem utan hjälp utifrån. "Men jag var aldrig orolig", säger en missionär som för närvarande verkar i Haitimissionen Port-au-Prince, äldste J Henry Michel. "Kyrkan kommer aldrig att gå under. Det är Jesu Kristi kyrka så den kan inte gå under."

I stället, säger Dieuveut, kommer kyrkan att fortsätta växa allteftersom människor förstår vilken glädje evangeliet ger. "Jag är verkligen tacksam mot Robenson för att han delade med sig av evangeliet till mig", säger han, "och det är därför jag vill dela med mig av evangeliet till andra. Förra veckan frågade jag mig själv om jag visste vad glädje var förut? För i dag, även om jag inte har allt det materiella jag vill ha, känner jag mig alltid fridfull inombords. Jag har stort hopp om att få komma nära min himmelske Fader."

"Jag försöker redan vara missionär", säger Robenson. "Varje dag har jag med mig flera exemplar av Mormons bok i ryggsäcken så att jag kan ge bort dem till andra. Många vet att jag är medlem i kyrkan och att jag är

ivrig att bära mitt vittnesbörd. Att gå ut som heltidsmissionär blir en underbar möjlighet att tjäna Gud genom att tjäna hans barn. Jag vill verkligen gå ut."

Dieuveut säger att han ofta pratar med hemvända missionärer. "De har berättat hur Herren har välsignat människorna genom missionärerna, och jag vill också ge sådana välsignelser. De har berättat hur de levde på missionsfältet, hur mycket de tyckte om det. Dessutom är de värdiga och bra exempel efter missionen. Jag vill bli sådan."

Vad ska hända i framtiden? "Vår himmelske Fader har en plan för Haiti", säger Dieuveut. "Han ger medlemmarna här möjlighet att bli starka. Det är haitier som undervisar haitier, och det är till välsignelse för oss."

Robenson får snart sin missionskallelse och han hoppas det blir till Haiti. Dieuveut ligger inte långt efter och hoppas också på att få verka i sitt hemland. Men oavsett om de kallas till Haiti eller till något annat land så vet de att de får många fler vänner i kyrkan och att deras vänskap lever vidare. För när människor är vänner i evangeliet är de vänner för evigt. ■

Ungdomarna i Haiti är mycket engagerade i Unga kvinnors lektioner och i prästtadömskvorumen. De minns löftena de gav när de döptes och de lever också efter dessa löften varje dag.



Glöm aldrig att du är mormon

Hildo Rosillo Flores

Närhelst vi faller, närhelst vi gör sämre ifrån oss än vi borde göra, glömmar vi på ett påtagligt sätt mor", sade president Thomas S Monson. Han tillade: "Människor vänder sig bort från det onda och visar en bättre sida när de kommer ihåg sin mor."¹

President Monsons budskap har varit till så stor styrka för mig att när jag först hörde orden så kom jag att tänka på mamma och det kloka råd hon gav mig för många år sedan, en kort tid efter det

att jag blivit medlem i kyrkan.

Mamma var medlem i en annan kristen kyrka, men hon var vänlig mot missionärerna som undervisade mig om evangeliet. När jag bestämde mig för att bli medlem i kyrkan så stödde hon mig.

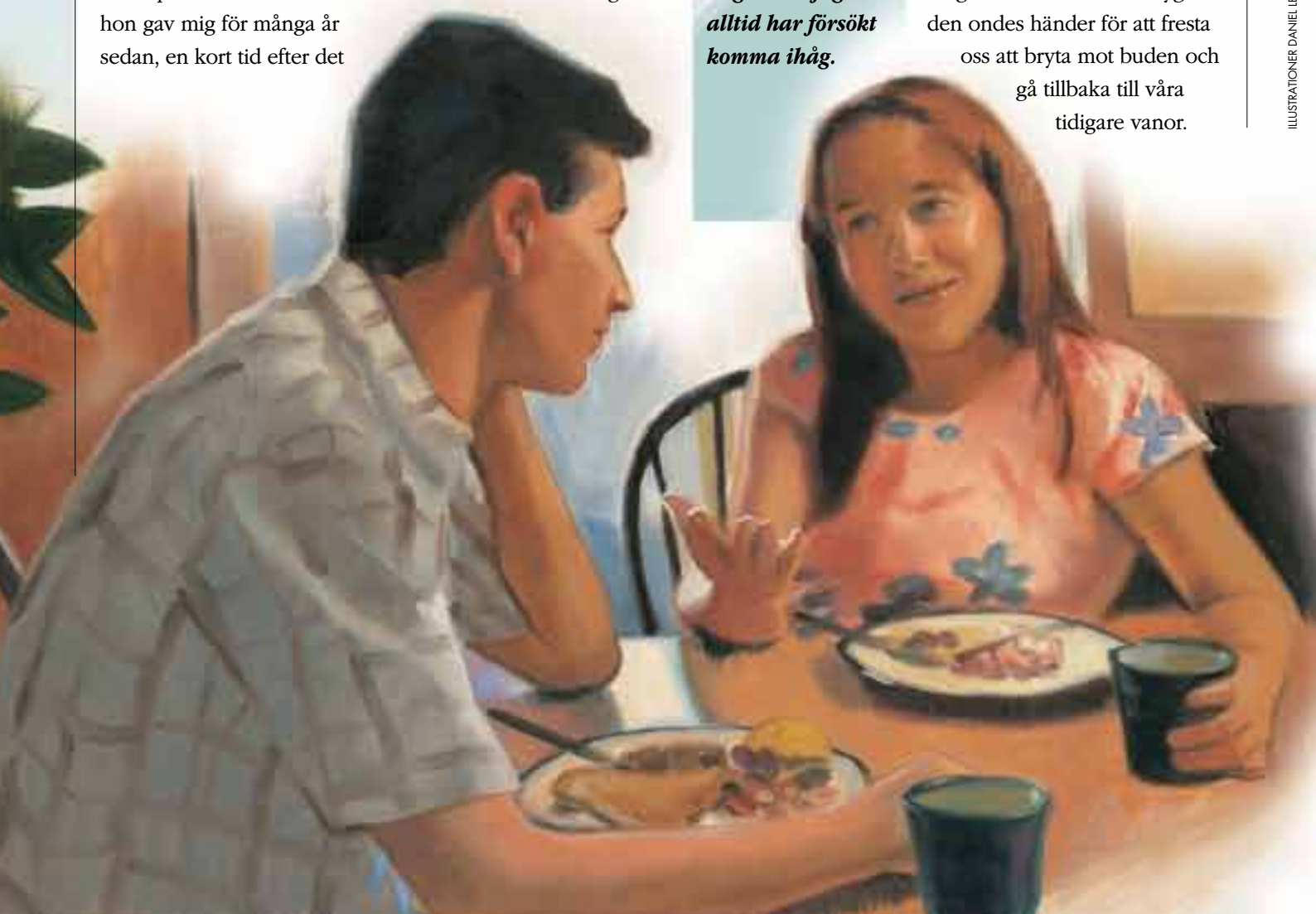
Allt hade gått bra

i mitt nya liv som medlem i kyrkan, ända tills jag var med på ett journalistsdagsfirande i mitt hemland Peru. Under festen jag var med på fylldes luften av tal och berömmande ord. Sedan skulle vi skåla. Allteftersom

festen fortskred blev jag alltmer frestad att dricka med mina vänner.

Förändringen som nyomvända till kyrkan genomgår när de tar emot evangeliet innebär ofta att de måste få nya vänner. Under vissa omständigheter, vilket jag fick lära mig, kan tidigare vänner vara verktyg i den ondes händer för att fresta oss att bryta mot buden och gå tillbaka till våra tidigare vanor.

Jag bestämde mig för att sluta gå till kyrkan. En vecka senare tittade mamma mig rakt i ögonen och sade något som jag alltid har försökt komma ihåg.



När mina
medarbetare bjöd
mig på ett glas öl så tog
jag det, drack ur det, och
fortsatte att dricka. I slutet
av festen fälldes jag av mitt
samvete. Jag hade fallit. Vad skulle
mamma säga?

När jag kom hem gick jag tyst in
och gick sedan och lade mig
direkt. Mamma sade ingen-
ting men jag skämdes och
bestämde mig för att sluta gå
till kyrkan. En vecka senare
när vi satt och åt lunch, tit-
tade hon mig rakt i ögonen
och sade: "Glöm aldrig att
du är mormon."

När jag skulle till och från
jobbet så cyklade jag förbi
kyrkan. Varje gång jag gjorde
det kände jag av mitt dåliga
samvete. En kväll kände jag
att jag inte kunde leva med
skuldkänslorna längre. Jag
ställde cykeln precis framför grens-
presidentens kontor, gick in och bad
om en intervju.

Jag berättade för grenspresidenten
vad jag hade gjort och bad om förlå-
telse. Sedan gav han mig en del råd.
Sedan dess har jag aldrig brutit mot
visdomsordet igen.

Mamma dog för över 20 år sedan,
men jag har alltid försökt komma
ihåg det hon sade att jag aldrig skulle
glömma: Jag är medlem i Jesu Kristi
Kyrka av Sista Dagars Heliga. ■

SLUTNOT

1. "Där är din mor", *Nordstjärnan*, apr 1998, s 4; *Ensign*, apr 1998, s 2, 4.

Jag
visste
inte
om våra barn
skulle leva
eller dö, men
jag visste att om
jag vände mig till
Herren så skulle
han hjälpa mig
bära bördan.

Dubbelt välsignad

Angela Lee

Mitt liv förändrades för evigt
när min make och jag gick
till en läkare för att få reda
på vårt ofödda barns kön och utveck-
ling. Jag grät av glädje när vi upp-
täckte att jag väntade tvillingar. Men
mina tårar blev sorgsna när läkaren
förklarade att en rad komplikationer
gjorde att det var osannolikt att tvil-
lingarna skulle överleva till födseln.
Läkaren föreslog att vi skulle avbryta

graviditeten. Hon sade att det skulle
vara riskabelt att fortsätta och att jag
skulle behöva läggas in på sjukhus så
småningom.

Trots farorna beslutade vi oss för
att låta graviditeten fortgå.

På vägen hem insåg jag hur allvar-
lig situationen var. Jag undrade hur
jag skulle kunna lämna min make
och våra tre barn för att ligga på sjuk-
huset under en längre tid. Vetskapen
om att våra små barn förmodligen
skulle födas för tidigt – och kanske
inte få leva – gjorde mig överväldi-
gad. Jag visste inte om jag kunde
uthärda den här prövningen.

Först när jag fick en prästdömsvälsignelse av min make och min svärfar kände jag frid. Jag insåg att oavsett utgången skulle min familj och jag klara oss. Jag kände min Frälsares kärlek och visste att han skulle vara med oss i glädjen eller sorgen.

En tid senare tog jag farväl av min familj och lades in på sjukhuset på obestämd tid. Personalen övervakade barnens hjärtfrekvens konstant för att vara säkra på att barnen var utom fara. Det var svårt för mig att se hjärtfrekvenserna falla, och jag undrade om de skulle kunna klara den planerade tiden för förlossningen som var 34 veckor. Vid 25,5 veckor började ena barnets hjärtfrekvens att falla till en kritisk nivå och stannade nästan. Läkarna bestämde att om hans hjärta inte började slå normalt så skulle båda barnen förlösas med kejsarsnitt inom några minuter. Jag fick panik när jag hörde sjuksköterskan ringa min make och säga att jag förbereddes för operation och att den neonatala personalen stod redo.

Jag visste att jag behövde min himmelske Faders hjälp för att ta mig igenom den här svårigheten. Jag bad tyst och vädjade om att vårt barn skulle klara sig så att båda tvillingarna fick sin välbehövliga tid att utvecklas i livmodern. Jag bad också om tröst. Återigen kände jag frid, precis som jag hade gjort när jag fick prästdömsvälsignelsen. Jag visste inte om våra barn skulle leva eller dö, men jag visste att om jag vände mig till Herren så skulle han hjälpa mig bära bördan. Det visade sig att barnets hjärtfrekvens blev normal igen och det blev inte nödvändigt med någon operation.

Jag stannade kvar på sjukhuset i ytterligare två månader och många gånger oroade vi oss för barnens skiftande hjärtfrekvens. Men lyckligtvis nog sänktes ingen av tvillingarnas hjärtfrekvens till samma låga nivå igen. Våra söner John och Jacob föddes efter 33 veckor. Navelsträngarna hade snott ihop sig i åtta knutar och John – sonen vars hjärtfrekvens hade varit så låg – hade navelsträngen virad två varv runt halsen. Våra tvillingar fick vara kvar på sjukhusets intensivvårdsavdelning så att kroppstemperaturen och andningen kunde regleras.

Trots alla de problem som har med för tidigt födda barn att göra fick John och Jacob komma hem efter bara 19 dagar.

Våra tvillingar har nu börjat gå och de har inte fått några men efter den för tidiga födseln. Jag är tacksam över att det som började som en prövning blev en av de största välsignelserna i mitt liv. Jag fick två friska söner, och mitt vittnesbörd om kraften i prästdömsvälsignelser och bön stärktes. Jag är också tacksam att jag kan komma ihåg friden och kärleken jag kände i vetskap om att Herren var medveten om min situation. Jag lärde mig att vi får styrka att uthärda våra prövningar med Herrens hjälp. ■

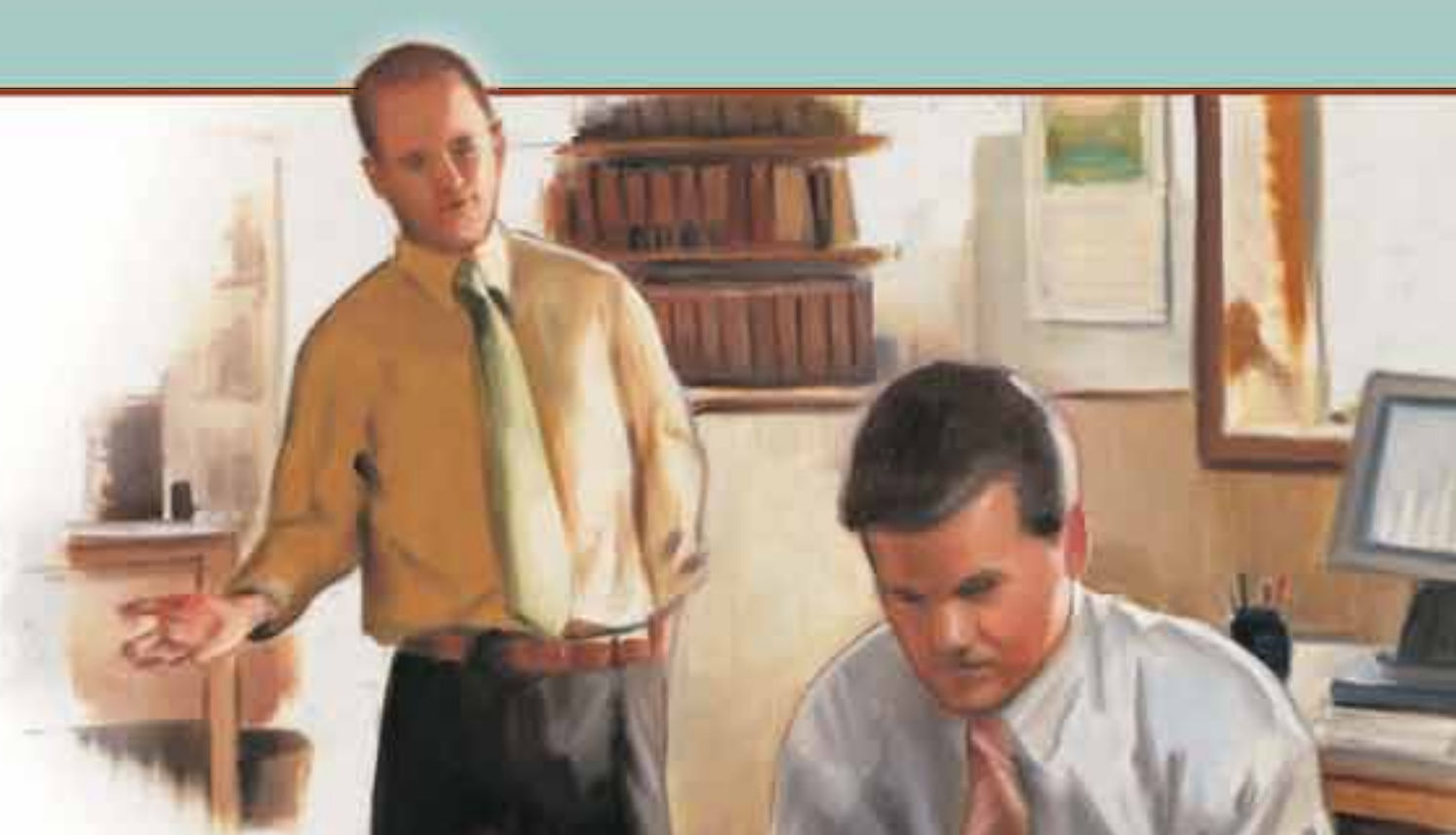
Kunde jag släppa taget om mitt förflutna?

Marcos A Walker

En positiv och glad inställning är oundgänglig för alla som arbetar med försäljning som jag. Men för några år sedan var jag missmodig och hade ingen lust att prata med någon. Särskilt en eftermiddag kändes det svårt.

Min uppsyn måste ha avslöjat mitt dåliga humör, för en av mina medarbetare, som jag har pratat med många gånger, frågade hur det var med mig. Jag berättade att min hustru och jag hade skilt oss efter att ha varit





gifta i sex år. Den här månaden var det sex år sedan skilsmässan så nu hade jag varit skild lika länge som jag hade varit gift. Jag led i sinne och hjärta och själen var fylld av smärta och sorg. Jag gick miste om många av mina barns upplevelser och den vetskapen var en konstant tortyr. Jag överväldigades av ensamhet och såg ingen lösning – eller ens något hopp – i horisonten. Detta, sade jag till min medarbetare, var priset jag fick betala för mina misstag.

Min kollega som var medlem av en annan kristen kyrka frågade: "Vad pratar du om för pris? Jesus Kristus har betalat priset om du verkligen har omvänt dig från dina synder. Eller kommer du inte ihåg varför han kom till jorden?"

Jag förbluffades över hans ord

M*in själ
var
fylld av
smärta och sorg.
Detta, sade jag till
min medarbetare,
var priset jag fick
betala för mina
misstag.*

som gjorde mig mållös. De ekade inom mig hela eftermiddagen. Ja – fastän jag fick leva med följderna av mina misstag så hade Jesus Kristus betalat priset. Varför hade jag inte insett det tidigare? Jag kände till läran och jag visste att den var sann. Insikten om att försoningen hade kraft i mitt liv fyllde mig med en känsla av frid och tröst som jag kommer ihåg än i dag.

Flera år har gått sedan den händelsen på jobbet. Jag har lärt mig att en del av följderna av våra handlingar förblir hos oss hela livet. Många av

dem påverkar våra nära och kära. Ensamheten har inte varit lätt, men den har hjälpt mig inse mina svagheter och att be min himmelske Fader och andra om förlåtelse som påverkats mest – mina barn och deras mamma.

Till skillnad från hur jag kände mig den där eftermiddagen kan jag säga att jag nu känner frid och hopp. Jag vet att Jesus Kristus har betalat priset, och jag tvivlar inte på det för jag har omvänt mig. Han har stöttat mig under dessa svåra år. Fastän svårigheterna fortsätter vet jag att om jag omvänder mig, vänder mig till Herren och håller buden så fortsätter han att stötta mig. ■

FÖRSLAG TILL FAMILJENS HEMAFTON

Dessa undervisningsförslag kan användas såväl i klassrummet som i hemmet. Du kan anpassa dessa tankar till din familj eller klass.

"Berika dina studier av Lärnan och förbunden", s 10: Samtala med de äldre barnen om hur de kan förbereda sig för att lära och delta under Söndagsskolan. Uppmana dem att sätta upp ett mål för att förbereda sig bättre för Söndagsskolan det här året, eller sätt upp ett familjemål som ni kan arbeta på tillsammans. Hjälpe de mindre barnen att sätta upp mål som passar deras förmåga, som att ta med sig skrifterna till lektionerna, komma i tid, be för läraren eller räcka upp handen. Diskutera hur ni kan hjälpa varandra uppnå målen.



"Ett föredöme för de troende", s 36: Låt familjemedlemmarna skriva ner exempel på hur de har sett andra vara "ett föredöme för de troende". Läs upp listorna och diskutera hur varje familjemedlem kan vara ett gott exempel. Sätt upp några mål för hur ni kan vara det.

"Talangshowen", s LS8: Läs artikeln och påpeka vilken talang Marie upptäckte att hon hade. För att hjälpa familjemedlemmarna upptäcka sina dolda talanger kan du låta var och en beskriva en talang som personen som sitter till vänster har. Om tiden tillåter kan du göra om proceduren flera gånger. Avsluta med att läsa Moroni 7:47 och det infällda citatet av äldste L Tom Perry.

"Bens vecka", s LS14: Läs artikeln och betona vilket mod Ben behövde för att be sin farfar låta bli att ta

ÄMNEN I DETTA NUMRET

Numret anger första sidan av artikeln.

LS = Lilla stjärnan	Omvändelse, 46
Apostlar, 28	Primär, LS4, LS8
Aronska prästadömet, 38	Psalmer, 35
Besöksundervisning, 25	Sabbaten, LS14
Bön, 8, 10, 14, 45	Skrifterna, 10, 22, 28, 39, LS4
Exempel, 2, 8, 36, 39, 40, LS2, LS10, LS14	Smith, Joseph, 10, 14, 28, LS6
Familjens hemafton, 48, LS10	Söndagsskolan, 10
Frestelser, 44	Talanger, LS8
Försoningen, 28, 35, 46	Tro, 14, 18, 25, 26, 39, 45, LS2
Hopp, 40, LS2	Undervisning, 10
Institutet, 18	Uppoffringar, 26
Jesus Kristus, 46, LS2	Utbildning, 22
Kärlek, 2, LS4, LS8	Vittnesbörd, 2, 8, 18, 22, 28, 36
Kristuslika egenskaper, LS2	Välsignelser, 17, 18, 26, 45
Lärnan och förbunden, 10	
Missionsarbete, 2, 35, 40	
Mormons bok, 22, 28, 35, LS6	

honom med och handla på en söndag. Samtala om hur familjemedlemmar kan vara modiga när de strävar efter att följa buden. Gör rollspel om några situationer där man behöver ha mod att välja det rätta.

En lektion som förändrade våra hemaftnar

Vi har tre små barn i åldrarna fem, tre och ett. Först var våra hemaftnar en katastrof. Barnen försökte hela tiden hålla uppmärksamheten på sig själva. Min hustru och jag kände oss nästan besegrade.

Men så en måndagskväll undervisade min hustru om lamaniten Samuel med hjälp av flanellografigurer. Vi turades alla om att sätta upp bilderna på flanellografen som

motsvarade personerna i berättelserna allteftersom de nämndes. Barnen tyckte om aktiviteten så mycket att vi hade vår första fridfulla och andliga hemafton på flera månader.

Den lektionen revolutionerade våra hemaftnar. Vi började förbereda fler interaktiva lektioner och barnen erbjöd sig att göra allt möjligt för att hemaftnarna skulle fungera. Vi började också ägna mer tid åt att planera

våra hemaftnar. Vi såg till att alla hemaftnar hade sin egen agenda. De varierande aktiviteterna hjälpte till att behålla barnens intresse.

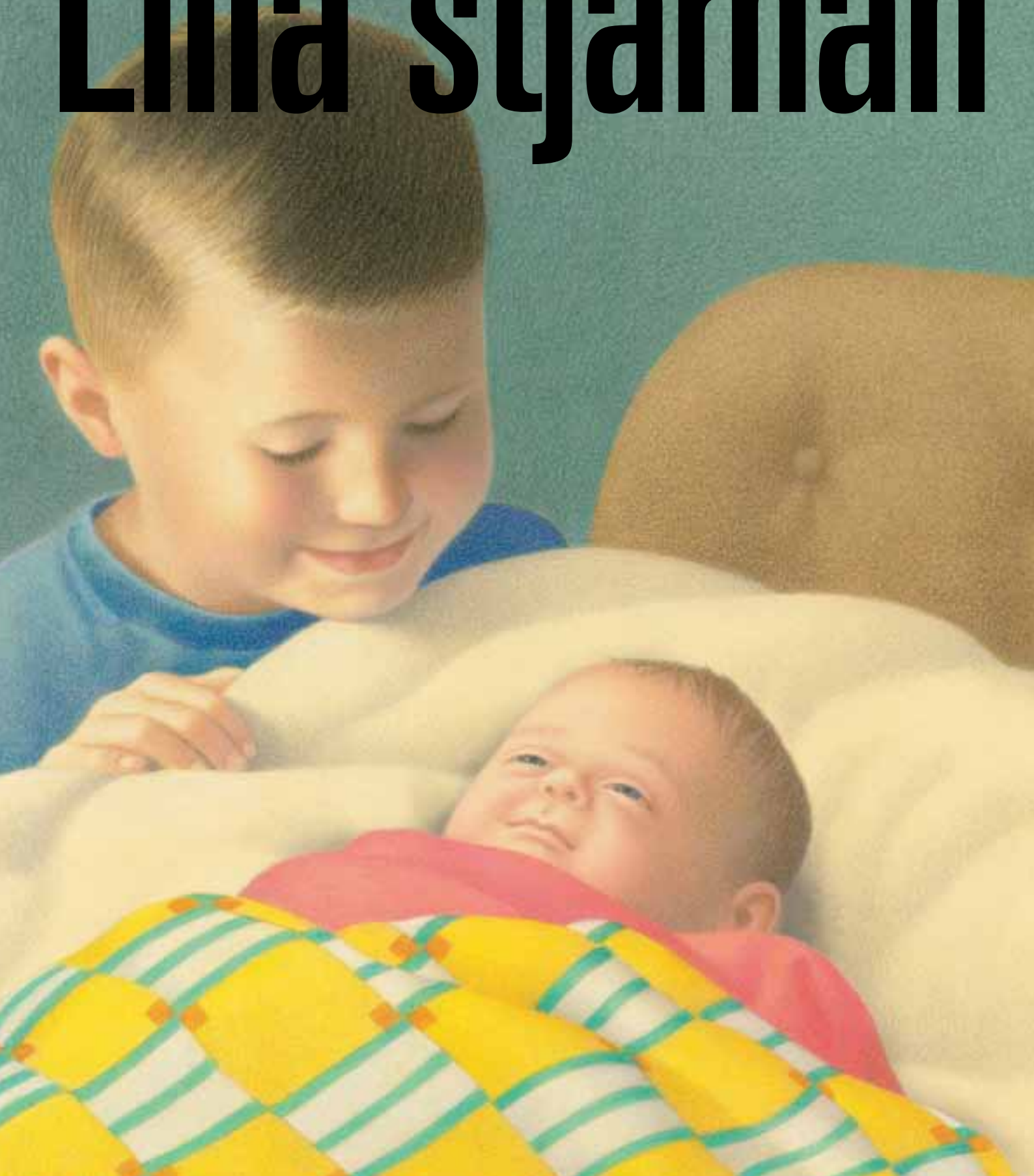
Det har krävts medvetna ansträngningar för vår del att införa och hålla kvar detta i våra hemaftnar. Men våra barn ser nu fram emot hemaftnarna och deltar på ett mer konstruktivt sätt.

Francis O och Ada U Nmeribe,
Abuja, Nigeria

ER BÄSTA HEMAFTON

Skicka in en beskrivning av er bästa hemafton till liahona@ldschurch.org.

Lilla stjärnan



Bli mer lik Jesus Kristus



**President Uchtdorf
förklarar vad det
innebär att utveckla
kristuslika egenskaper.**

PRESIDENT DIETER F UCHTDORF

andre rådgivare i första presidentskapet

Jesus Kristus sade till sina apostlar i början av sin jordiska verksamhet: "Följ mig, så skall jag göra er till människofiskare." (Matt 4:19) Vi behöver "följa honom", och när vi gör det välsignar Frälsaren oss utöver vår egen förmåga att bli vad han vill att vi ska bli.

Att följa Kristus är att bli mer lik honom. Det är att lära av hans egenskaper. Frälsaren inbjuder oss att lära oss hans evangelium genom att leva efter hans lärdomar. Forntida och nutida profeter beskriver det med två ord: "Håll buden" – varken mer eller mindre.

I skrifterna anges ett antal kristuslika egenskaper som vi behöver utveckla under livets gång. Det är kunskap och ödmjukhet, barmhärtighet och kärlek, lydnad och ihärdighet, tro och hopp. Kristuslika egenskaper är gåvor från Gud. De kan inte utvecklas utan hans hjälp.

Den enda hjälp vi alla behöver ges friskostigt till oss genom Jesu Kristi försoning.

Att tro på Jesus Kristus och hans försoning innebär att vi helt förlitar oss på honom – att vi förlitar oss på hans oändliga

kraft, intelligens och kärlek. När du tror på Jesus Kristus litar du på Herren tillräckligt mycket för att följa hans bud, även när du inte helt förstår anledningarna till dem. I vår strävan att bli mer lika Frälsaren behöver vi genom sann omvändelse förtrösta på Jesu Kristi förtjänster och välsignelserna av hans försoning.

När vi steg för steg utvecklar kristuslika egenskaper, bär de oss "som på örning". (L&F 124:18) Både tro och hopp för oss över hav av frestelser, över berg av prövningar och för oss i säkerhet tillbaka till vår eviga destination och vårt hem. ●

Från ett tal under generalkonferensen i oktober 2005.

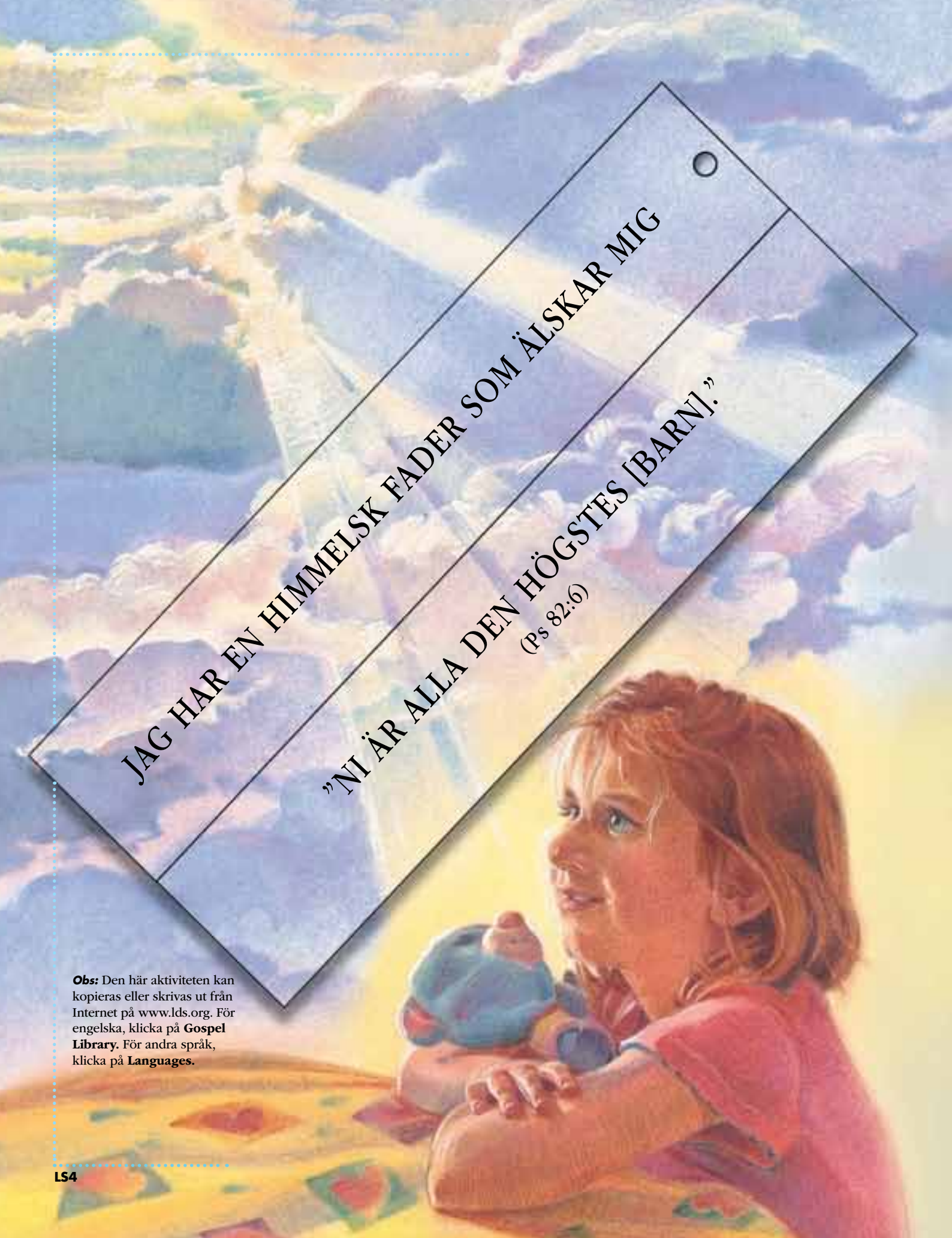
NÅGOT ATT TÄNKA PÅ

1. Skrifterna hjälper oss veta hurdan Jesus är. Kan du nämna en av dina favoritberättelser i skrifterna om Jesus?

2. Jesus var ödmjuk och trofast. Vilka är några andra ord som beskriver honom?

3. Vi lär oss att bli som Jesus steg för steg. Vad är en sak du kan göra för att visa din kärlek till en vän eller familjemedlem?





JAG HAR EN HIMMELSK FADER SOM ÄLSKAR MIG

”NI ÄR ALLA DEN HÖGSTES [BARN].”
(Ps 82:6)

Obs: Den här aktiviteten kan kopieras eller skrivas ut från Internet på www.lds.org. För engelska, klicka på **Gospel Library**. För andra språk, klicka på **Languages**.

Jag har en himmelsk Fader som älskar mig

”Ni är alla den Högstes [barn].” (Ps 82:6)

CHERYL ESPLIN



Hur kan du verkligen veta att du är ett Guds barn? Många barn vet inte att de har en Fader i himlen som älskar dem och som kan hjälpa dem. Många barn vet inte att de bodde hos vår himmelske Fader innan de kom till jorden. De vet inte att de kan be till honom. Liksom du har de glömt hur det var att bo i himlen.

Du har skrifter, profeter, den Helige Anden och en familj som undervisar och påminner dig om hur det var att bo hos vår himmelske Fader som hans barn. I skrifterna står det att du fick din första undervisning i himlen och förbereddes för att komma till jorden. (Se L&F 138:56.) De lär oss också att den Helige Anden ”vittnar med vår ande att vi är Guds barn”. (Rom 8:16) Sångerna ”Jag är Guds lilla barn” (*Barnens sångbok*, s 2–3) och ”Jag bodde i himlen” (*Lilla stjärnan*, apr 1999, s 5), kan påminna dig om vem du är och var du kom ifrån.

Vår himmelske Fader vill att du ska komma ihåg att han är din andes Fader. Han skapade dig. När du ber kan du be din himmelske Fader hjälpa dig komma ihåg att du är hans barn. Den Helige Anden kan hjälpa dig tänka och handla som ett Guds barn.

Aktivitet

Klipp ut bokmärket på sidan LS4 och sätt fast det på tjockt papper. Vik det på mitten. Limma ihop baksidorna och slå ett hål längst upp. Knyt ett band eller en garnbit genom hålet. Använd det här bokmärket i dina skrifter som påminnelse om att du har en himmelsk Fader som känner dig, älskar dig och alltid hör och besvarar dina böner.

Förslag till samlingsstunden

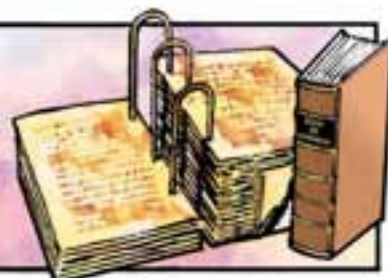
1. Gör med hjälp av Primär 6, sidan 2 i ordning småbilder och ordremsor från bilden av frälsningsplanen och sätt upp dem i tur och ordning. Börja med att säga till barnen att vår himmelske Fader älskar oss och har gett oss en fullkomlig plan. Jesus Kristus är den centrala personen i planen, och om vi följer honom kan vi återvända och bo hos vår Fader i himlen. Dela upp primärbarnen i fyra grupper och ge olika delar av planen till var och en av grupperna. Dela ut papper, pennor eller kriter, skriftstäl-lehänvisningar och en sång eller handling (se listan nedan). Låt varje grupp läsa sitt skriftställe och sedan rita något som händer under den delen av planen. När grupperna är färdiga kan du undervisa om frälsningsplanens delar i rätt ordning, med hjälp av de olika grupperna. **Förjordiska livet:** L&F 138:56; Mose 4:2; Abraham 3:22–23 (handling: räcka upp händerna och viska: ”Hurra!”). **Jordelivet:** Abraham 3:24–25; Trosartikel 3 (sång: ”Håll alla buden” *Barnens sångbok*, s 68–69). **Ande-världen:** Alma 40:11–14; L&F 138:30–32. **Härlighetsrikena:** teletiala–L&F 76:81; terrestriala–L&F 76:71; celestiala–L&F 76:92–96 (sång: ”Familjer kan vara tillsammans för evigt”, *Barnens sångbok*, s 98).

2. Visa en bild på ett tempel. Fråga: ”Vad tänker ni på när ni ser ett tempel eller en bild på ett tempel? Varför tror ni andra arbetar så flitigt för att hålla templet vackert och rent?” Förklara att templet är en helig plats. Hjälpt barnen lära sig 1 Kor 3:16 utan-till. Förklara att vår kropp, liksom templet, är helig. Vi behöver ta väl hand om den. Visa Evangeliet i bild 114 (*Daniel vägrar äta och dricka av kungens mat och vin*). Berätta vad som hände med Daniel och hans vänner när de behandlade sin kropp som ett tempel. (Se Dan 1:5–20.) Visa föremål som representerar sömn, bra mat, motion, renhet och anständighet (till exempel en kudde, en frukt, en boll, en kam, en slips). Låt föremålen gå runt bland barnen medan de sjunger en sång om templet. Pausa musiken ofta och be barnen som håller i ett föremål att säga något de kan göra för att behandla sin kropp som ett tempel. Vittna om att vår kropp, liksom templet, är helig. ●



FRÅN PROFETEN JOSEPH SMITHS LIV

Utgivningen av Mormons bok



1829 avslutade Joseph Smith med hjälp av sin skrivare Oliver Cowdery översättningen av Mormons bok.

Oliver, Herren är nöjd med oss.

Nu behöver vi bara ge ut den här underbara boken.

Joseph och Oliver begav sig till Palmyra i New York och pratade med Egbert B Grandin, en boktryckare.

Vi behöver 5 000 exemplar av den här boken så snart som möjligt.

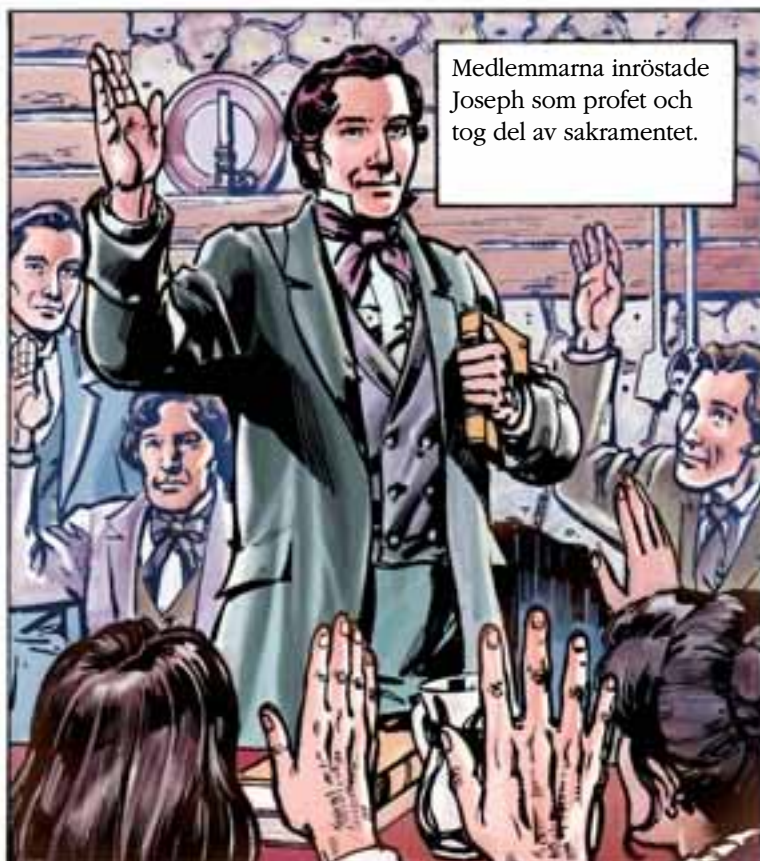
Det kostar 3 000 dollar.

Eftersom ni vill ha så många exemplar och det är en sådan stor bok så kan det ta över ett år.

Flera månader senare blev mr Grandin orolig för att Joseph inte skulle kunna betala. Han avbröt tryckningen av Mormons bok tills han kunde vara säker.

Jag intecknade min gård för att kunna trycka Mormons bok. Det borde göra mr Grandin lugn.

Vad fint, Martin!



Talangshowen

"Men den kärlek som är Kristi rena kärlek består för evigt, och var och en som på den yttersta dagen befinns vara fylld därav, med honom är allt väl."
(Moroni 7:47)

ALISON PALMER

Baserad på en sann berättelse

Marie tittade ut genom bilfönstret medan hon och hennes primärklass åkte till sjukhemmet. Hon hoppades att ingen av flickorna hade märkt tårarna som kommit upp i ögonen.

När syster Gibson hade föreslagit att de skulle



ha en talangshow på aktivitetsdagen verkade det som en bra idé. Alla flickorna hade börjat planera vilken talang de skulle visa upp.

Marie hade försökt, men hon hade

inte kunnat komma på något som hon kunde göra.

Några av flickorna skulle spela piano. En flicka skulle spela fiol och en skulle sjunga. Någon annan skulle läsa en dikt som hon hade skrivit och Maries bästa vän Shelley skulle göra en baklängesvolt. Andrea skulle inte framföra något men hon hade bakat kakor som alla skulle få efter showen.

Ju mer Marie tänkte på talangshowen desto mer övertygad blev hon om att hon inte hade några talanger. Hon var inte ens säker på varför hon hade kommit. Syster Gibson hade försökt få henne att känna sig bättre till mods och sagt att hon ännu inte hade upptäckt en mycket speciell talang som hennes himmelske Fader hade gett henne. Men det var svårt för Marie att tro på. Hon trodde inte att hon någonsin skulle blir bra på något.

Det var tyst i samlingsrummet i sjukhemmet. Det fanns gamla människor överallt och Marie blev ännu mer nervös. Hon visste inte vad hon skulle säga till dem eller hur hon skulle bete sig. De andra flickorna verkade känna på samma sätt. De stod i en klunga tillsammans och tittade sig blygt omkring



tills syster Gibson visade dem var de skulle sitta.

Marie kände sig fortfarande illa till mods när programmet började. Sedan, precis efter det första pianosolot, hörde hon någon hosta bakom sig. Marie vände sig om och såg en gråhårig kvinna. Hennes kropp skakade varje gång hon hostade.

Marie slutade tänka på sig själv och började oroa sig för kvinnan. Hon tog tyst upp en tablett ur fickan och gick bort till kvinnan. Hon lade handen på kvinnans axel och höll fram den lilla gåvan. När den rynkiga

handen sträckte sig fram mot den och kvinnan log mot Marie kände hon sig glad och fridfull.

Marie stannade kvar hos kvinnan under resten av programmet. Hon höll hennes hand och berättade ibland vad som skulle hända. Det kändes bra att göra något för någon annan och det hindrade henne från att tycka synd om sig själv.

När det var dags att gå kramade kvinnan om Marie och viskade: "Tack för att du pratade med mig. Du har en verklig talang för att få andra att känna sig älskade."

På vägen tillbaka till kyrkan var Marie tacksam för att hon hade en talang trots allt. När hon tjänade andra kände hon sin himmelske Faders kärlek, och hon hjälpte andra att känna hans kärlek också. Det var en mycket speciell talang att ha. ●



"Vi har alla fått talanger, skönhet och förmågor i stora mått."

Äldste L Tom Perry i de tolv apostlarnas kворum, "Staying Power", Ensign, jul 2003, s 42.

Av hela ert hjärta

Barn över hela världen älskar och dyrkar Jesus Kristus – precis som du!
Den här månaden ska vi träffa Ricardo Fortuna från Santo Domingo i Dominikanska republiken.

RICHARD M ROMNEY

Kyrkans tidningar

Vad Ricardo Fortuna än gör, så gör han det med entusiasm. Denne åttaåring från Santo Domingo i Dominikanska

republiken spelar baseboll med ett proffs energi. Han tävlar med leksaksbilar eller gör ett låtsasslagsmål mellan dinosaurier tillsammans med sin vän och sin bror. Han blir glad när hans mamma ber honom komma in i köket för att laga *tostones* (stekta mjölbananer).

Ricardo deltar glatt under familjens hemafton. Han ber uppriktigt tillsammans med sin familj varje morgon och kväll. Han läser och läser sina skrifter. Och han önskar att han kunde gå till Primär mer än en gång i veckan! Vad Ricardo Fortuna än gör, så gör han det med hela sitt hjärta.

En sak som Ricardo gör av *hela* sitt hjärta är att älska Herren. Han vet att det är ett bud för det har han läst i Bibeln: "Du skall älska Herren din Gud av hela ditt hjärta och av hela din själ och av hela ditt förstånd." (Matt 22:37)

"Det betyder att man älskar honom allt vad man kan", säger Ricardo. Den kärleken var särskilt tydlig i familjens lägenhet när de firade jul. Varje kväll läste familjen skriftställen om Frälsarens födelse. Några handlade om vad som hände i det heliga landet. Andra handlade om vad som hände i den nya världen.

Ricardo säger att det är viktigt att komma ihåg Jesus Kristus under julen eftersom det är då alla firar hans födelse. "Men det är viktigt att tänka på Jesus varje dag och följa hans exempel", säger han. "Vi borde komma ihåg att han undervisade oss om vår himmelske Fader och hur vi ska dyrka honom och att han också sände den Helige Anden till oss."

Innanför ytterdörren till familjen Fortunas lägenhet hänger en stor målning av Frälsaren. Oavsett vart i rummet man går så ser man honom.



"Det påminner oss om att tänka på honom", säger Ricardo, "inte bara under julen utan hela året."

Ricardos favoritskriftställe

Ricardo tycker om Trosartiklarna, särskilt nummer fem, som han kan återge *muy rápidamente* (mycket snabbt). "Vi tror att en man för att predika evangeliet och betjäna i dess förordningar måste kallas av Gud genom profetia och genom handpåläggning av dem som har myndighet", citerar han. "Det talar om för oss att Herren kallar ledarna för sin kyrka och att vi undervisar om evangeliet med myndighet."

Rolig mat

Det tar tid att göra hans favoritmat, *tostones*, men Ricardo tycker att det är värt varje minut. Han och hans mamma skalar och skivar mjölbananerna försiktigt. De ser ut som vanliga bananer men är inte söta.

De steker dem i het olja, låter dem svalna och klappar dem torra. Sedan kommer

det som Ricardo tycker bäst om. Han lägger varje skiva i en träpress och trycker ihop den så att den blir platt. Sedan steks skivorna igen. Han tycker särskilt mycket om att äta *tostones* med korv.

Goda exempel

Ricardo leker ofta med sin lillebror Marcus och med en annan vän, Manuel, en medlem i kyrkan som bor i en annan lägenhet i området. Han vet att sanna vänner uppmuntrar varandra att göra det som är rätt. "Eftersom de ser till mig som ett exempel måste jag vara ett gott exempel för dem", säger han.

Ricardo står också sin mamma och pappa nära.



Ricardo säger att det är viktigt att tänka på Jesus Kristus varje dag. Ricardo tittar ofta på målningen som hänger i lägenheten tillsammans med sin pappa, och han läser skriftställen om Frälsarens liv.

ATLANTEN

KUBA

VAR I HELA VÄRLDEN LIGGER SANTO
DOMINGO I DOMINIKANSKA REPUBLIKEN?

DOMINIKANSKA REPUBLIKEN

PUERTO RICO

HAITI

SANTO DOMINGO



"Jag älskar mamma och pappa", säger han. "De hjälper mig och de leker med mig. De undervisar mig och de läser med mig. De ber böner med mig varje morgon och varje kväll."

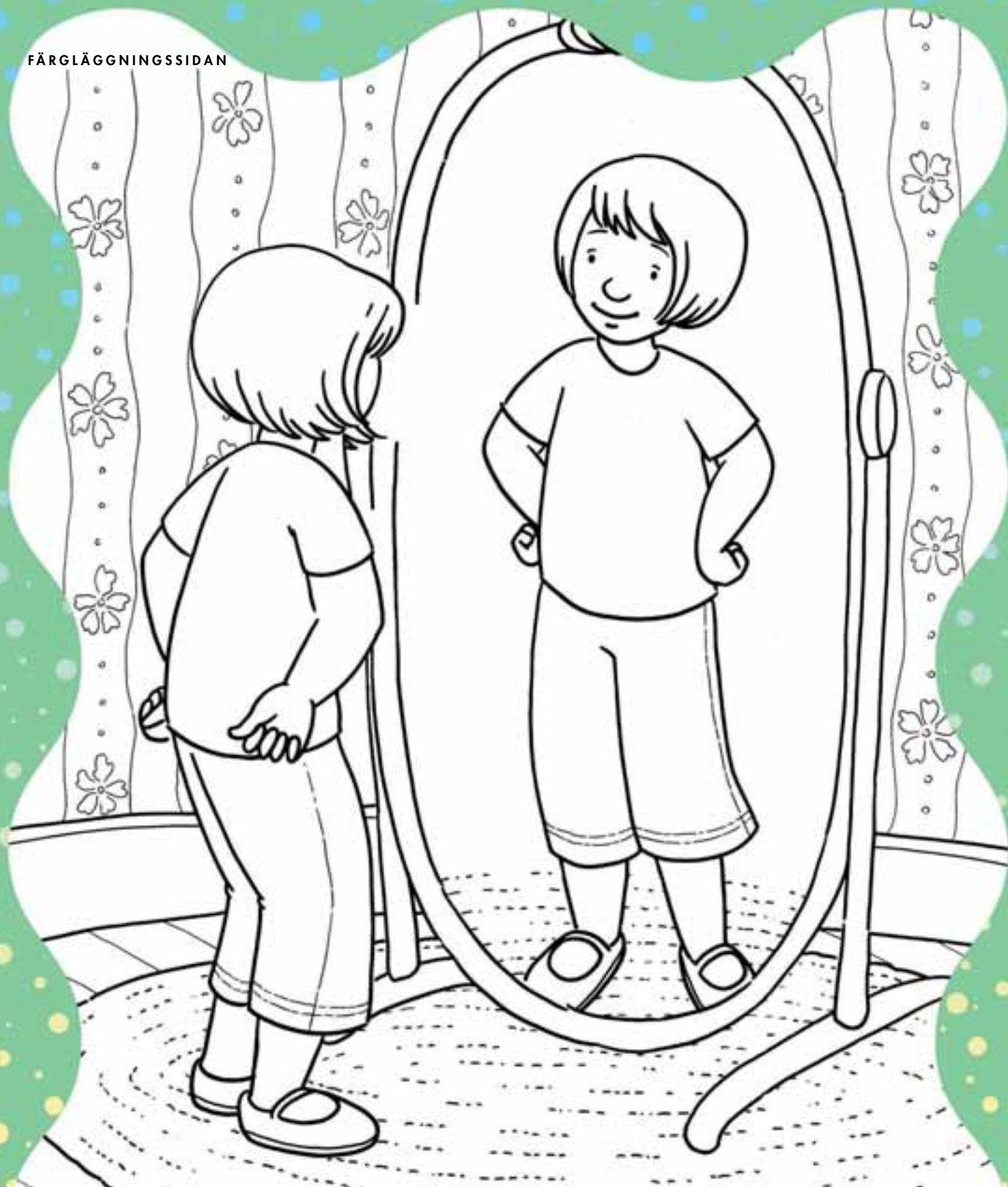
Han ser också upp till president Thomas S Monson som ett exempel. "Jag vet att han är en Guds profet och att han talar Guds ord", säger Ricardo. "Jag vet att han ber sina böner och läser sina skrifter, så jag bör göra det också."

Och Ricardo säger att Jesus Kristus är det största exemplet. "Han lär oss att göra det som är rätt, att vara lydiga, att be på rätt sätt och att vara vördnadsfulla och visa respekt." ●



Ricardo bor i Dominikanska republiken som delar en ö med Haiti. Han lagar mjölbananer och korv, tycker om baseboll och leker med dinosaurier och bilar.





JAG ÄR ETT ANDEBARN TILL MIN HIMMELSKA FADER

"Ni är alla den Högstes [barn]." (Ps 82:6)

Bens vecka

LANA KRUMWIEDE

Baserad på en sann berättelse

"Herren välsignade sabbatsdagen och helgade den."
(Mosiah 13:19)

Ben vilade armen på resväskan som låg bredvid honom i bilen. Mamma och pappa körde honom till farfars hus. Ben skulle vara hos sin farfar i en hel vecka. Inga bröder, ingen lillasyster – bara Ben och farfar.

Ben hade pratat med farfar om deras vecka tillsammans. Farfar sade att det var Bens vecka och att de kunde göra allt det som Ben tyckte om. Ben tittade ut genom fönstret. Hade han kommit ihåg att packa allt? Han hade packat sin turkeps, sina solglasögon och sina favoritböcker.

"Kom ihåg", sade mamma från framsätet, "att farfar inte är medlem i kyrkan. Han är en bra människa och en bra farfar. Men några saker kommer att verka annorlunda hos honom."

"Som vadå?" Ben visste att hans farfar inte gick till kyrkan. Men han hade inte tänkt på hur det skulle bli annorlunda.

"Du kanske får påminna honom om att du inte dricker iste", sade pappa.

"Okej", sade Ben.

"Du kommer inte att kunna gå till kyrkan på söndag,

men du kan hålla sabbatsdagen helig på andra sätt", sade mamma.

"Det ska jag", sade Ben.

När de kom fram till farfars hus väntade han på dem på verandan. Ben var först ut ur bilen. "Farfar!"

"Hur mår min favoritsjuåring?" Farfar gav Ben en stor kram. "Är du redo för din egen speciella vecka? Du får välja vad vi ska göra tillsammans."

"Kan vi gå och fiska?" frågade Ben. "Jag tog med mig min turkeps."

"Visst kan vi det", sade farfar.

"Och kan vi åka till djurparken?" frågade Ben.

"Jag tog med mig mina solglasögon."

"Visst kan vi det", sade farfar.

"Och kan vi läsa tillsammans?" frågade Ben. "Jag tog med mig mina favoritböcker."

"Visst kan vi det", sade farfar. "Och jag tror vi behöver åka på en shoppingrunda så att du kan välja ut en leksak i leksaksaffären."

"Wow", sade Ben. "Det här kommer att bli en jättebra vecka!"

På fredagen åkte farfar och Ben och fiskade.

På lördagen åkte farfar och Ben till djurparken.





*"Var en sann sista dagars
helig ... Håll sabbatsdagen
helig."*

**Se president Ezra Taft Benson
(1899–1994), "Till barnen i
kyrkan", Nordstjärnan, jul
1989, s 76, 77.**



Dagen därpå gjorde farfar pannkakor till frukost. "Idag är det vår shoppingdag", sade farfar.

"Hurra!" ropade Ben. "Vilken leksak ska jag välja?"

Sedan kom Ben ihåg – det var ju söndag. Hur skulle han förklara för farfar att han inte handlade på söndagar?

Efter frukosten bad Ben en bön på sitt rum. Han bad sin himmelske Fader hjälpa honom förklara för farfar hur man helgar sabbatsdagen.

Efter bönen satte sig Ben på sängen. Farfar ropade på Ben: "Jag ska bara ta på mig skorna så kan vi åka."

Ben tog ett djupt andetag och ställde sig upp. Han gick ut till farfar som höll på att knyta sina skor.

"Farfar, tack för att du har tagit med mig och fiskat och till djurparken. Men jag tycker att vi borde vila i dag."

"Vad menar du?" frågade farfar. "Jag lovade att ta med dig på en shoppingtur."

"Jag vet, men tror du att vi kunde göra det någon annan dag?"

"Är allt bra? Är du sjuk?"

"Nej, farfar", sade Ben. "I dag är det söndag. Hos oss går vi inte ut och handlar på söndagar."

Farfar sade ingenting.

"Kan vi inte stanna hemma i dag?" frågade Ben. "Vi kan gå på en promenad. Vi kan läsa böcker."

Farfar log mot Ben. "Visst kan vi det", sade han. "Det är din vecka, så du får välja."

Ben gav farfar en stor kram. "Jag visste att det här skulle bli en jättebra vecka", sade Ben. ●





"Med små och enkla medel uträttas mycket stort" (Alma 37:6), av David Koch

Unga Lucy Mack Smith läser skrifterna för sina söner Joseph och Hyrum i timmerhuset nära den heliga lunden i samhället Palmyra i New York. Efter denna blygsamma början återställde Joseph, som profet för den sista tidshushållningen, evangeliets fullhet till jorden. Och den 27 juni 1844 dog dessa två – i vuxen ålder – som martyrer och vittnen om att återställelsen ägt rum.



"Pojken Joseph gick in i lunden för att söka visdom, och han fick visdom. Hans apostoliska utbildning hade börjat. Bland den första synens apostoliska lärdomar finns både Frälsarens och vår himmelske Faders fysiska natur, samt de första och grundläggande lärdomarna rörande deras makt — var och en en apostolisk vittnesbörds spelare", skriver äldste Dennis B Neuenschwander. Se "Joseph Smith: En Jesu Kristi apostel", sidan 28.

Kyrkonytt



FOTO KELLY LARSEN, © IRI

Äkta makar kan lära sig viktiga evangelieprinciper och relationsfärdigheter genom lektioner som har till syfte att stärka äktenskapet.

Kyrkans kurser syftar till att stärka äktenskap och familj

Eric Eames, Kyrkans tidningar

Till följd av skiftande samhällsvärderingar som underminerar traditionellt familjeliv är det kyrkans föresats att hjälpa till med att "bevara och stärka familjen som samhällets grundläggande enhet". ("Familjen: Ett tillkännagivande för världen", *Liabona*, okt 2004, s 49)

Även om det världsomfattande skilsmässotalet föll något under 2007 så utgör det ökande antalet samboförhållanden och barn som lever utanför äktenskapets ram exempel på samhällets allt svagare tro på det traditionella äktenskapet och familjen.

I ett försök att motverka dessa trender har kyrkan anordnat tre kurser med åtföljande handledningar för att hjälpa medlemmarna förstå lärdomarna om familjens betydelse. Detta hjälper dem att bygga upp och behålla varaktiga familjerelationer.

Kursernas uppläggning

Studiehandledningen *Relationer i äktenskapet och familjen*, som reviderades 2000, ger särskild betoning åt tillkännagivandet om familjen. Handledningen är uppdelad i två delar: Del A, "Stärka äktenskapet", och del B, "Föräldrarnas ansvar att stärka familjen". Kursen hålls vanligen

under söndagsskoltid och medlemmar kan närvara vid antingen den ena eller bägge delarna av kursen, utifrån enskilda behov.

Senare (2006) har Kyrkans familjeservice producerat två nya studiehandledningar – *Stärk äktenskapet* och *Stärk familjen*. Dessa kurser undervisas inom Kyrkans familjeservice och i en del församlingar och stavar, men de hålls utanför söndagens mötesblock.

Kurserna för Söndagsskolan och Kyrkans familjeservice påminner om varandra i det att de kan hjälpa både de som redan är gifta och de som förbereder sig för att gifta sig. Kapitlen om familjen hjälper föräldrarna förstå betydelsen av sin uppgift att "fostra och förmana [sina barn] i Herren". (Ef 6:4)

Det finns också några väsentliga skillnader mellan handledningarna. Handledningen *Relationer i äktenskapet och familjen* riktar sig främst till medlemmar och inriktar sig i hög grad på de lärdomar och principer som finns i skrifterna och som lärs ut av de sista dagarnas profeter och apostlar för att hjälpa medlemmar finna lösningar utifrån sin personliga situation.

"Den som går ut den här kursen gör det med bättre förståelse för och vittnesbörd om de gudomliga principer som är grundläggande för lyckliga äktenskap och familjerelationer", sade David Marsh, chef för kyrkans studiekurser.

Även om handledningarna för Kyrkans familjeservice också är

fokuserade på evangeliets principer innehåller de ytterligare tankar från professionella familjerådgivare och terapeuter, beskriver aktuella forskningsresultat, och bidrar med övningar som hjälper deltagare (medlemmar eller inte) att förbättra sina relationer genom rollspelsövningar.

Stöd för äktenskap och familj

Kurserna är till särskilt stor hjälp när det gäller att undervisa nygifta och nyomvända om betydelsen av eviga familjer och hur man stärker familjen mot samhällets påverkan.

”Vi har många familjer som blir medlemmar i kyrkan från olika kulturer, traditioner och bakgrunder”, sade broder Marsh. ”Handledningen *Relationer i äktenskapet och familjen* hjälper dem att få kunskap om vad Herren lär om familjer.”

Makarna i Sergio Navarros klass i Puebla stav i Cholula, Mexico, sade att handledningen *Stärk äktenskapet* gav dem en önskan att bli bättre män och hustrur, och rollspelsövningarna hjälpte dem att utveckla färdigheter för att lösa relationsproblem.

Varje lektion i handledningarna för Kyrkans familjeservice innehåller tre eller fler inlärningsaktiviteter för att hjälpa deltagarna sätta mål och införliva evangelieprinciper. Kapitlet ”Kärleksfull kommunikation” i handledningen *Stärk äktenskapet*, hjälper till exempel den utbildade läraren deltagarna att öva på att bemöta en partners beskyllningar utan att inta en försvarsattityd.

Broder Navarro sade att han sett

par på randen till skilsmässa som beslutat sig för att hålla ihop efter att ha lärt sig dessa viktiga evangelieprinciper som berör familjen. ”Det har varit en underbar erfarenhet att se vilken nytta de här äktenskapen har haft av detta”, sade han.

Profeter uppmuntrar äkta makar att fortsätta med träffar

Relationen bland många sista dagars heliga par löper mindre risk att explodera än tyna bort. Kärlekens eld i ett äktenskap tynar bort genom försummelse. Kursen *Relationer i äktenskapet och familjen* undervisar om betydelsen av fortsatta träffar inom äktenskapet, det vill säga att ta sig tid för varandra och visa tillgivenhet i det lilla.

President Spencer W Kimball (1895–1985) sade: ”Kärleken ... kan inte förväntas bestå för evigt om den inte ständigt får näring genom små portioner av kärlek, uttryck för uppskattning, beundran och tacksamhet samt av osjälviska tankar.” (”Enighet i äktenskapet”, *Liabona*, okt 2002, s 40)

Finna styrka som föräldrar och deltagare

Handledningen *Stärk familjen* och avsnitten om barnuppfostran i handledningen *Relationer i äktenskapet och familjen* bygger på äktenskapslektionerna genom att hjälpa makar att enas om hur och vad de ska undervisa sina barn om. Syster Marta Tilley, en kyrkans servicemissionär i Lakeland stav i Florida, sade att skilda

uppfostringsmetoder för med sig en känsla av misstroende och oenighet mellan föräldrarna och leder till kaos i hemmet.

Bägge handledningarna hjälper föräldrar att verka i enighet och beskriver positiva uppfostringsmetoder, till exempel genom hemaftnar och familjemöten. Handledningen *Stärk familjen* hjälper särskilt föräldrarna att förstå barn bättre så att problem kan lösas med kärlek och tålmod.

”Dessa program ger dig färdigheter som du kan tillämpa inom evangeliets normer och hjälper dig att bli en mer framgångsrik förälder”, sade syster Tilley.

För ytterligare information

Handledningen *Relationer i äktenskapet och familjen* finns att tillgå genom distributionscentret på 38 språk. Ytterligare 17 språk är planerade.

Handledningarna för Kyrkans familjetjänst finns för närvarande på engelska, portugisiska, spanska och svenska. Översättningar görs just nu till tyska, japanska, ryska och ukrainska. Församlings- och stavsledare som är intresserade av att stödja en kurs bör kontakta sitt lokala familjeservicekontor. De som befinner sig i områden där de inte har tillgång till ett lokalt familjeservicekontor bör kontakta Sharon Parr på parrsd@ldsfamilyservices.org. ■

Lärare har funnit att den verkliga styrkan i varje program kommer av deltagarnas beslutsamhet och aktiva engagemang. Varje kurs uppmuntrar till öppen diskussion och interaktion så att makarna kan lära

sig nya färdigheter av varandra.

Slutresultatet blir att deltagarna avslutar kurserna med större medvetenhet om vår himmelske Faders kärlek till dem och hans engagemang i varje aspekt av deras liv. ■

President Monson i möte med Panamas president

Efter söndagens invigning av templet i Panama City den 10 augusti 2008 kom president Thomas S Monson samman med andra ledare i kyrkan vid ett måndagsmöte med Panamas president Martín Torrijos och hans hustru Vivian Fernández de Torrijos.

President Monson besvarade president Torrijos frågor genom att återge detaljer om byggandet av templet och invigningen. President Monson tog också emot den panamanske ledarens tacksamhet för kyrkans humanitära insatser i Panama. Särskilt intressant var de många projekt som är till hjälp för barn, till exempel distribution av rullstolar, projekt för vaccination mot mässling och polio, och främjande av läs- och skrivkunnet. Fru Torrijos beskrev sitt besök till templets öppet hus och delgav sina intryck av templet och de medlemmar i kyrkan som visade henne

runt i byggnaden.

Under samtalet uttryckte president Dieter F Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, sin uppfattning om värdet av templet för kyrkans medlemmar i Panama och sade att templet skulle föra med sig styrka och välsignelser till alla invånare i landet.

Äldste Richard G Scott i de tolv

apostlarnas kvorum talade om betydelsen av Panamakanalen för världen och framhöll de förändringar som underlättats genom kanalens byggande och användning. Han förmedlade sina känslor om att templet i Panama City också skulle bli en viktig del av landskapsbilden.

President Monson överlämnade till president Torrijos och hans hustru en skulptur som föreställer ett barns första steg och förmedlade sin tolkning av konstverket. Enligt honom förmedlas budskapet att relationer inleds med små steg när vi lär oss av och stärker varandra.

Den första församlingen i Panama organiserades 1941. Idag finns det mer än 41 000 medlemmar i kyrkan i Panama. ■



President Dieter F Uchtdorf; hans hustru Harriet; Panamas president Martín Torrijos; hans hustru Vivian; President Thomas S Monson; hans dotter Ann M Dibb, andra rådgivare i Unga kvinnors generalpresidentskap; Äldste Richard G Scott; Mary Ann Clarke och äldste Don R Clarke.

FOTO © PRESIDENTSKAPET FÖR REPUBLIKEN PANAMA

Kyrkan skickar Atmit till Etiopien

Kyrkan skickade mer än 635 ton Atmit, en särskild mat för svårt undernärda, till Etiopien under en tremånadersperiod, med en sista inplanerad sändning till det torkdrabbade landet i november 2008.

Minst 14 miljoner etiopier var i behov av mat eller pengar. Även om krisen huvudsakligen var en följd av svår torka som på olika ställen förstört hela vårskörderna, har landet också drabbats av höga matpriser, ett flertal katastrofer och ett uppror i den somaliska regionen som förhindrade matsändningarna.

Eftersom regeringen i Etiopien mindes kyrkans betydande hjälp

under hungersnöden 2003 bad de om hjälp. Kyrkan svarade genom att skicka mer än 30 containrar med Atmit till landet. Från och med slutet av augusti till och med oktober skickade kyrkan fem containrar i veckan till landet. Varje sändning tog sex till åtta veckor att komma fram.

På samma sätt som 2003 hade kyrkan ett nära samarbete med Project Mercy, en icke-statlig hjälporganisation med erfarenhet av Etiopien. Tillsammans med den etiopiska regeringen hade Project Mercy uppsikt över distributionen av Atmit.

Atmit är en blandning av havremjöl, mjölkpulver, socker, salt, vita-

miner och mineraler som blandats med vatten och matolja för att uppnå en krämig konsistens. Den har bevisats vara en framgångsrik resurs för att ge mat åt svårt undernärda.

Kyrkan skickade för första gången mathjälp till Etiopien år 1985 i samband med att landet genomled en årslång hungersnöd som dödade mer än en miljon människor. Under matkrisen i Etiopien år 2000 paketerades säd från gårdar som kyrkan äger i England av brittiska medlemmar och skeppades till landet, och år 2003 bidrog kyrkan med 4500

ton av kompletterande födoämnen till hemsökta områden. ■

Kyrkan stöder program i demokratiska republiken Kongo

Med hjälp av kyrkans humanitära hjälpverksamhet sprider sig vaccinationskampanjer från de stora städerna till de mest avlägsna byarna i Afrika för att förhindra smittsamma sjukdomar.

Eftersom ett av fem barn dör varje år i Kongo av sjukdomar som går att förebygga har landet fått hjälp av kyrkan att vända trenden.

”Barndödligheten är mycket hög i Kongo, eftersom invånarna inte har råd med hälsovård och ofta dröjer med att söka hjälp tills det är för sent”, sade syster Marilyn Barlow, en servicemissionär som verkar i den demokratiska republiken Kongo tillsammans med sin make Farrell. ”Även bland kyrkans medlemmar är det svårt att finna en familj som inte har förlorat minst ett barn, och en del har förlorat många.”

Men den verkliga tragedin är att en enkel, billig vaccinering skulle ha kunnat rädda många liv. År 2007 hjälpte volontärer inom kyrkans hjälpverksamhet till med att göra reklam för landets vaccinationsprogram mot mässling. Till följd av detta vaccinerades mer än 670 000 barn mot mässlingen.

Hälsovårdsmyndigheten i Kongo blev så imponerad av hur kyrkan tog hand om sin del av mässlingskampanjen, det rörde sig bland annat om



FOTO ADAM C. OLSON

Kyrkan förser det svältdrabbade Etiopien med 635 ton Atmit.



Äldste Farrell Barlow överlämnar material till dr Charlotte Ngokaba (i mitten) och dr Edward Nginda i Demokratiska republiken Kongo.

information genom radio och television, att de bad om hjälp med ett annat projekt.

År 2008 stod kyrkan för kostnaderna för framställning av uppdaterat material

– affischer och blädderblock – så att regeringen kunde utbilda hälsospecialister och mödrar om betydelsen av vaccinering mot till exempel mässling, polio, stelkramp och tuberkulos.

”[Kyrkans] gåva hjälper oss att utbilda familjer och göra dem friskare”, sade dr Charlotte Ngokaba, nationell chef för vaccinationer i Demokratiska republiken Kongo.

Sedan 2003 har nästan 60 000 volontärer i kyrkan gått samman med World Health Organization (WHO), UNICEF, Amerikanska Röda korset och lokala hälsoministerier för att minska dödligheten i mässling.

Enligt WHO:s rapport lönar sig dessa ansträngningar. Dödstalet i mässling i Afrika har sjunkit med 93 % sedan 1999. Dödstalet i mässling över hela världen har sjunkit med 73 %, från nästan 900 000 år 1999 till cirka 242 000 år 2006. ■

Kyrkan hjälper översvämningsdrabbade i Östeuropa

Kyrkans humanitära hjälpverksamhet bidrog med pengar till området Europa Öst den 22 augusti 2008, för inköp av katastrofutrustning och annat till hjälp för hundratusentals människor som drabbats av områdets värsta översvämning på 200 år.

Minst 65 människor dog och nästan 90 000 hem drabbades av översvämningsskador i delar av Ukraina, Moldavien och Rumänien. En del invånare flydde från området, medan andra stannade kvar.

”Många sitter bara i sina trädgårdar och tittar på sina hem och gråter”, sade äldste Austin Hinkle, en seniormissionär på heltid i Ukrainamissionen Kiev, som verkar tillsammans med sin hustru syster Susan Hinkle.

Kyrkans medlemmar och

missionärer i närheten av de drabbade områdena bildade grupper och reste till översvämningsdrabbade samhällen och byar för att hjälpa till med upprensningen. De heliga samlade också in hygien- och städpaket som de delade ut i lokala byar.

”De som drabbades av den största förlusten är fattiga människor, men de är tacksamma människor”, sade syster Connie Durrance, som verkar som områdets välfärdsspecialist i Europa.

Kyrkans medlemmar hjälpte också offren att reparera sina hem, vilka i en del fall huvudsakligen var gjorda av lera och halm. Äldste Hinkle sade att



Detta hem var ett av 90 000 som skadades av en historisk översvämning i Östeuropa.

översvämningen också skadade vissa människors vinterförråd av mat.

Översvämningarna började efter nästan en veckas häftigt

regn i slutet av juli 2008. Regnet fick floder att svämma över och dränka hem, broar och vägar. Översvämningen skadade också mer än

90 000 hektar jordbruksland.

Hjälp fortsatte att anlända till städer och byar under hela augusti och in i september. ■

Syster Thompson stödjer adoption vid nationell konferens

Som ung socialarbetare kände sig Barbara Thompson, andra rådgivare i Hjälpföreningens generalpresidentskap, betryckt när en medarbetare faktiskt tyckte att abort var ett bra val för gravida flickor som inte kunde ta hand om ett barn.

Hon förklarade för sin medarbetare att adoption var till välsignelse för fler människor.

"Jag har sett hur unga föräldrar blivit välsignade som kärleksfullt överlämnar sina barn till adoption", sade syster Thompson vid en nationell konferens för Families Supporting Adoption (FSA) som hölls den 8 och 9 augusti 2008 i Layton i Utah.

Ett flertal stater och fem kanadensiska provinser deltog i sina egna regionala FSA-konferenser. Syster Thompsons huvudtal sändes

till varje område under den allmänna sessionen den 9 augusti.

Genom sin mångfald av studiegrupper och paneldiskussioner var konferensen till hjälp för biologiska mödrar och adoptivpar att bli mer insatta i adoptionsprocessen.

Dan och Aranne Urbancic, medlemmar i Palo Verde församling, Lake Mead stav i Henderson, Nevada, USA, sade att varje presentation gav deltagarna tillfälle till öppen, ärlig feedback. Makarna som deltog i konferensen i Layton och ville adoptera, var också imponerade över de olika lärarnas kunnskap.

"Man visste att de var insatta i ämnet och inte bara läste ur en bok", sade broder Urbancic.

FSA, som sponsras av Kyrkans familjeservice, har som syfte att



Barbara Thompson

främja positiva åsikter om adoption och erbjuda stöd till biologiska föräldrar, adoptivfamiljer och dem som gynnar adoption. ■

NYHETER

Uppdaterad sökhjälp för möteshus finns att tillgå på LDS.org

En uppdaterad version av kyrkans sökhjälp för möteshus som lanserades den 20 augusti 2008 finns nu att tillgå på maps.lds.org eller genom LDS.org (klicka på **About the Church**, och sedan på **Find a Meetinghouse**) och Mormon.org (klicka på **Worship with Us**).

Det förbättrade programmet införlivar egenskaper från Googles och Microsofts sökmotorer för kartor, och ger användaren en korrekt och visuell överblick över gator, avstånd och platser för kapell världen över.

Larry Richman, chef för Internet Coordination, sade att användaren

får mer exakta vägbeskrivningar till kapell över hela världen än i den tidigare versionen.

Förutom att ge tillgång till mobila funktioner, anges på sidan också olika typer av församlingar i närheten, inklusive församlingar eller grenar som talar särskilda språk och enheter för unga vuxna. ■

De olika ländernas webbsidor blir allt fler

Den 4 augusti 2008 lanserade kyrkan nya webbsidor på engelska för länderna i Stilla havsområdet och på tahitiska för Tahiti.

Den tahitiska sidan finns på www.sdj.org.pf, och innehåller material av lokalt intresse, till exempel budskap från områdespresidentskapet, lokal kyrkohistoria, nyheter, aktiviteter och kalenderpunkter.

Det finns nu 64 nationssidor, medan andra (Kroatien, Ungern, Belgien, Portugal, Filippinerna, Paraguay och Uruguay) är i en uppbyggnadsfas. En länk till de olika ländernas sidor finns på LDS.org under "About the Church". ■

Mormons bok tryckt på sinhalesiska

Översättning och produktion av Mormons bok på sinhalesiska, ett av Sri Lankas officiella språk, blev färdigt i augusti 2008.

Distribution av den sinhalesiska versionen av Mormons bok till kyrkans enheter inleddes i september. Sedan 1983 har singhalesisktalande medlemmar bara haft tillgång till utdrag av Mormons bok på sitt eget språk. Det finns mer än 16 miljoner som talar sinhalesiska.

Sri Lanka, som är beläget vid Indiens sydöstra kust, har mer än 20 miljoner invånare och ingår

SLÄKTFORSKNINGSNYHETER

Kyrkans medlemmar beviljas fri tillgång till folkbokföringslängder från samarbetspartners

År 2009 blir folkbokföringslängder genom FamilySearch.org, från samarbetspartners som Ancestry.com och Findmypast.com, fritt tillgängliga för de medlemmar som är registrerade på hemsidan för FamilySearch. Dessutom har alla de volontärer eller registerrare i FamilySearch som varje kvartal tillgodoser de grundläggande kraven fri tillgång. All data som registrerats av volontärer inom FamilySearch är också i fortsättningen fri för allmänheten.

FamilySearch med samarbetspartners ökar tillgängligheten till brittiska folkbokföringslängder

FamilySearch gick samman med tre organisationer i Storbritannien i juli 2008 för att på ett betydande sätt öka tillgängligheten på Internet till engelska och walesiska folkbokföringslängder. Findmypast.com, [The Origins Network](http://TheOriginsNetwork.com) och [Intelligent Image Management](http://IntelligentImageManagement.com) gick samman med FamilySearch för att publicera onlineregister över folkbokföringslängder för England och Wales från 1841 till 1901. Folkbokföringslängder från 1841 och 1861 finns för närvarande att tillgå på FamilySearch.org och Findmypast.com. Fler år kommer att läggas till allteftersom projektet fortskrider.

i Singapore-missionen. Kyrkan erkändes officiellt i Sri Lanka den

FamilySearch och Ancestry.com i samarbete om USA:s folkbokföringslängder

FamilySearch och Ancestry.com har utbytt resurser för att publicera nya onlineregister och bilder av U.S. Federal Census Collection (1790 till 1930). I juli 2008 överlämnade FamilySearch förbättrade digitala kopior av de ursprungliga folkbokföringslängderna till Ancestry.com. I gengäld överlämnade Ancestry.com kopior av sina folkbokföringsregister till FamilySearch. FamilySearch ska slå samman sina egna register med registren från Ancestry.com för att skapa större folkbokföringsregister med ett flertal nya fält för sökbara data.

Pilotsidan för FamilySearch närmar sig en halv miljard sökbara namn

Med mer än 467 miljoner sökbara namn bidrar pilotsidan till att det blir lättare att få tillgång till släktforskningsuppteckningar genom FamilySearch. Nyligen bifogades 46,3 miljoner namn och 1,2 miljoner bilder till pilot.familysearch.org genom en uppdatering av Förenta staternas folkbokföring från 1850, genom att bifoga 15 stater från USA:s folkbokföring från 1870 och genom uppdatering av 1930 års folkbokföring för Mexico. Englands folkbokföringslängder för 1841 och 1861 publiceras också med länkar till bilder på Findmypast.com. ■

2 mars 1979. Det andra officiella språket på Sri Lanka är tamil. ■



Fler förslag till samlingsstunden, januari 2009



Här följer fler förslag som Primärföreningens ledare kan använda tillsammans med materialet för samlingsstunden i detta nummer av Liahona. För lektionen, anvisningarna och aktiviteten som bör samman med dessa förslag, se "Jag har en himmelsk Fader som älskar mig" på sidorna LS4 och LS5 i Lilla stjärnan i det här numret.

1. Upprepa tillsammans Läran och förbunden 138:56 och ersätt orden *de* och *sin* med *vi* och *vår*. Vi bodde hos vår himmelske Fader och vi fick ansvar. Visa bilder på personer i skrifterna som fick ansvar i föruttlvaron att hjälpa till med att utföra vår himmelske Faders verk (till exempel: Jesus; Maria, mor till Jesus; Adam och Eva; Johannes Döparen; Joseph Smith). Gör ordremsor som berättar vad varje person

gjorde på jorden. Skicka runt ordremsorna i en påse medan pianisten spelar "Jag kan följa Guds plan" (*Barnens sångbok*, s 86–87). När musiken stoppas låter du barnet som håller i påsen läsa en ordremsa och passa ihop den med rätt bild.

Låt varje klass samtala om någon uppgift de kan få i framtiden (till exempel: missionär, far eller mor, primärlärare, biskop). Låt klasserna diskutera med sina lärare vad de kan göra nu för att förbereda sig för dessa uppgifter och de övriga ansvar de kan tänkas få. Gör ordremsor i skilda färger med fraser från "Jag kan följa Guds plan" som berättar vad vi kan göra nu för att förbereda oss för våra uppgifter (till exempel: "låta mig ledas av Gud", "Jag kan följa", "Jag skall kämpa", "Jag skall be"). Låt barnen som är klädda i samma färg som ordremsan ställa sig upp när den frasen sjungs. Vittna om att det är viktigt

att förbereda sig nu för de uppgifter vi har fått.

2. Skriv på tavlan: "Familjen är instiftad av Gud." Låt barnen upprepa meningen tillsammans. Stryk ut ett ord och låt barnen upprepa den igen. Fortsätt att stryka ut ord och låt barnen upprepa meningen tills alla ord är bortsuddade. Fråga: "Varför tror ni att det var vår himmelske Fader plan att vi skulle bo i familjer?" Låt någon av de äldre klasserna ställa sig upp och sjunga första raden av refrängen till "Familjen är från Gud" (*Liahona*, okt 2008, LS12–LS13). Fråga: "Hur kan familjen hjälpa oss att bli den Gud vill att vi ska bli?" Visa en bild på Joseph Smiths familj (3-7 från bildpaketet i *Primär* 3).

Läs tillsammans Joseph Smith — Historien 1:22, 50. Framhåll att Josephs far gav sitt stöd åt Joseph Smith och hjälpte honom att genomföra sin mission. Inbjud i förväg, med

biskopens eller grens-presidentens godkännande, flera vuxna eller barn att berätta om ett tillfälle då kärlek och stöd från en medlem i familjen var till hjälp för dem. Dela ut papper och penna och låt alla barnen skriva eller rita något som beskriver vad de vill göra den här veckan för att bygga upp kärlek i sin familj. Låt dem på samma papper skriva: "Familjen är instiftad av Gud." ■



MÅLNING © 2002 AV GARY KAPP



BUDSKAP FRÅN OMRÅDESPRESIDENTSKAPET

Sök eviga sanningar

Äldste Robert C Oaks

Ar 1960 utbildade jag mig till pilot. Jag arbetade mycket hårt för att lyckas eftersom jag så gärna ville bli stridspilot.

En dag misslyckades jag med en viktig flygning och var säker på att jag skulle bli avstängd från pilotutbildningen. Jag var mycket besviken. Jag hade arbetat i sex år för att komma till den här punkten i livet och nu skulle jag inte nå mitt mål.

Men jag fick en chans till. Jag arbetade hårdare, övervann mina tidigare problem och klarade mig igenom utbildningen. Det gick till och med så bra att jag kunde ansöka till stridsprogrammet.

Det jag lärde mig var att för att lyckas med en pilotutbildning så måste man bemästra flygteknikens grundläggande principer – väder, aerodynamik, drivkraft, fysik och kemi. Dessutom ska man lära sig hur man manövrerar planet med styrspaken, gasspaken och rodret, så att man får planet att åka dit man vill. Man lägger ihop allt detta för att styra ett stort eller litet plan. Om man inte lär sig det grundläggande inom flygteknik kan man råka myck-
et illa ut.

Det finns en staty vid United States Air Force Academy med en mycket talande inskription om denna princip: "Människans 'flygtur' genom livet understöds av hennes kunskaps kraft."

**Äldste Robert C Oaks**

Det är ett bra ordstäv oavsett inom vilket område vi arbetar. Det gäller såväl kirurgen som idrottsman-
nen, bilmekanikern, snickaren och slaktaren. "Vet han vad han gör?" All världslig framgång bygger på att man "vet vad man gör".

Om så är fallet i den här världen, hur mycket mer gäller det då inte i evigheten? Du har rätt, det är mycket viktigt att vi lär oss de grundläggande eviga evangelieprinciperna som hjälper oss att tryggt navigera genom livet och tillbaka till vår himmelske Faders närhet.

Och det gäller hela livet. Det går inte att bara lära sig trosartiklarna och några skriftställen utantill och

sedan valsa nerför vägen medan allt faller på plats, som i en bra Tarzan-film. Vi ställs inför komplicerade utmaningar hela livet som kräver att vi oavbrutet lär oss mer om Herrens principer för den eviga "flygturen".

Det finns några bra skriftställen som tar upp denna princip. Jag vill gå igenom några av dem med er i några minuter.

Vi börjar med Läran och förbunden 93:36: "Guds härlighet är intelligens eller med andra ord ljus och sanning." Vilket tydligt och kraftfullt uttalande detta är, som ger oss insikt om en viktig del av vår himmelske Faders karaktär. Hans härlighet är grundad på intelligens, sanning och ljus. Och vi vet hur man får sanning och ljus – genom att studera, be och söka. Vi får dem i mycket mindre doser, men vi kan få dem, bit för bit.

Men vi har en tendens att bedöma saker och ting enligt vår nuvarande kunskapsnivå. President Brigham Young satte det i ett något annorlunda perspektiv. Låt mig citera: "Jag ska inte sluta lära medan jag lever, inte heller då jag kommer till andevärlden, utan där ska jag göra det med större lätthet. Och när jag på nytt får min kropp ska jag lära mig tusen gånger mer på en tusendel av tiden. Och då tänker jag inte sluta lära, utan kommer att fortsätta min forskning." Vilket storslaget och viktigt begrepp han så tydligt lade fram för oss. Vi behöver fortsätta lära oss varje dag i livet.

Detta är en av de mest kraftfulla sidorna av Jesu Kristi återställda kyrka, att den är grundad på sanning. Faktum är att den förkroppsligar och omfattar all sanning. Både de sanningar som vi normalt håller för timliga eller jordiska och de som är himmelska eller eviga.

Ett annat viktigt skriftställe som handlar om sanning är Johannes 8:32: "Ni skall förstå sanningen, och sanningen skall göra er fria." Alla vill vara fria, och här talar Herren om för oss hur vi kan åstadkomma det. Lär dig sanningen! Men hur går det till? Ja, vi kan gå tillbaka till flygplanet. I tusentals år kunde människan bara drömma om att flyga. Faktum är att många dog medan de försökte sig på sådana tokiga saker som att bygga sig vingar och hoppa ner från höga platser. Intressant och spännande, men inte särskilt effektivt. Men allteftersom människan samlade på sig mer kunskap och mer sanning började hon förstå de fysiska lagar som styr tyngdkraft, aerodynamik, metallurgi och förbränning. Orville och Wilber Wright lade ihop all denna sanning, och se, de blev fria. Fria att flyga och fria att lämna jordens tyngdkraft.

Låt oss nu återgå till de viktigare eviga sanningarna och se hur kunskapen om dem kan göra oss fria. När jag accepterar tanken att tobak inte är nyttig för kroppen blir jag fri från de destruktiva effekter som den har på min kropp. Jag kan springa fortare, dyka djupare och har bättre hälsa än mina rökande vänner.

Jag skulle kunna gå igenom alla föreskrifter för visdomsordet, alkohol, droger, kaffe och te på samma sätt. Att hålla sig borta från dem och leva efter denna sanning gör oss fria från dålig andedräkt, dåliga tänder, dåliga lungor, dåligt hjärta och dåliga vänner. Sanningen gör oss verkligen fria.

Men vad viktigare är, vi kan gå igenom alla evangeliets sanningar och få samma resultat: Om vi följer Herrens bud befriar vi oss från specifika, verkliga problem.

Låt oss ta en specifik sanning som är mer komplicerad men lika verklig som visdomsordet. "Ty den naturliga människan är en fiende till Gud och har så varit från Adams fall, och kommer att så vara i evigheters evighet, om hon inte ger efter för den Helige Andens maningar och lägger av den naturliga människan och blir en helig genom Herren Kristi försoning och blir som ett barn: undergiven, mild, ödmjuk, tålmodig, kärleksfull, villig att underkasta sig allt som Herren anser lämpligt att lägga på henne, alldeles som ett barn underkastar sig sin far." (Mosiah 3:19)

Den naturliga människan är en elak, illvillig person och är därför varken nöjd med sig själv eller med andra runt omkring sig. Men när hon ger efter för den Helige Andens maningar och lägger av den naturliga människan och blir tålmodig och kärleksfull så blir hon vänligare och mer förlåtande mot andra. Detta lockar fram den vänligare

sidan hos dem hon umgås med och hon blir själv bättre behandlad. Hon blir fri från den smärta och bedrövelse som är förknippad med den naturliga människans själviskhet.

Vi besparas inte all smärta genom att efterleva Jesu Kristi evangelium. Vi kom till den här jorden för att prövas av svåra händelser och omständigheter. Men det finns så mycket smärta och lidande vi kan befria oss från om vi följer evangeliets sanningar så som de undervisas oss. Så gott som alla fångar i alla fängelser skulle bokstavligt talat varit fria om de hade känt till och levt efter evangeliets sanningar.

Jag hoppas att vi tydligt kan se hur viktigt det är att vi under hela livet lär oss mer om evangeliet och om timliga sanningar. Det är en central värdering i Jesu Kristi evangelium.

Men hur gör vi det? Svaret på den frågan är lätt att ge men svårt att följa. Det är därför vi är med på Söndagsskolan och på prästadörets lektioner i hela vårt liv. Det är därför vi har skrifterna och det är därför profeterna så ivrigt och så ofta uppmanar oss att läsa i dem dagligen. Och inte bara att läsa dem utan också att begrunda dem. Och att läsa andra goda böcker och lyssna på god musik. Det finns stora sanningar där också.

Det är ett spännande äventyr vi är engagerade i. Låt mig avsluta med ett citat av president Gordon B Hinckley. "Du har inte råd att sluta (lära dig). Du får inte avstanna i din

utveckling ... det finns så mycket att lära sig och så litet tid att lära sig på. Jag medger att jag hela tiden blir bestört över min brist på kunskap, och det som förargar mig tror jag har att göra med de många brådskande krav som begränsar mina möjligheter att läsa."

Jag tycker att det här citatet sätter det ständiga sökandet efter evig sanning i ett större perspektiv. Öka kraften i din "flygtur" genom livet genom att vidga bredden och djupet av din kunskap om evangeliet. ■

Glöm inte bort löftena!

Birgitta Wennerlund, Kristianstads gren

Det är drygt ett år sedan president och syster Ljungh började verka som president och värdinna i templet i Köpenhamn. De delar gärna med sig av sin glädje över att få tjäna sina medsyskon och åt varje förrättning som utförs i templet.

"Vi gläder oss lika mycket åt alla som kommer hit för att få del av de heliga förrättningar som endast utförs i templet, oavsett om de kommer hit för sin egen del eller för att vara ställföreträdare för någon avliden. Vi brukar säga att vi döper oss för de döda, men det finns inga döda", betonar president Ljungh. "De lever i en annan tillvaro, och där väntar de på att vi ska ta dem till templet."

Syster Ljungh berättar att hon känner för varenda person som hon är ställföreträdare för. "Jag brukar



President och syster Ljung gläds åt att tjäna som president och värdinna i templet i Köpenhamn

sitta en stund efteråt i det celestia rummet och tänka på den personen. Då känns det som om jag får välkomna henne dit."

"Och det är väl det allting går ut på", fortsätter syster Ljungh, "att få komma till det celestia riket som det vackraste rummet i templet representerar."

Löften som ger kraft i vardagen

"Ju oftare vi kommer till templet, desto bättre kommer vi ihåg vilka välsignelser vi där blir lovade", säger president Ljungh med eftertryck.

"Det finns en kraft i dessa löften som vi behöver i vardagen. Så även om vi själva har varit i templet och hört löftena, behöver vi få dem repeterade för att kunna påminna oss dem när livet känns svårt eller vi måste fatta viktiga beslut."

President Ljungh berättar om en man som drömde en natt att Frälsaren stod vid hans sängkant och sade: "Jag vill ge dig alla välsignelser som jag nedkallar på ditt huvud i templet och som du kan komma ihåg!"

”En skrämmande tanke att vi bara får det vi minns, eller hur? Men Herren är god och om vi är trofasta så kommer han att uppfylla varje löfte som han gett oss. Vi måste komma ihåg att det är **Herren** som ger oss välsignelserna, även om de uttalas genom tempeltjänarna”, säger president Ljungh.

Han förklarar också att det är inte bara Herrens löften till oss som vi gör rätt i att komma ihåg: ”Vi som har varit i templet har lovat att använda all vår tid, förmåga och kraft åt att bygga upp Guds verk, och i det ingår att utföra detta stora ställföreträdande arbete. Det vi gör för dem som är i andevärlden påverkar vår egen frälsning, vi är beroende av varandra.”

Många böner uppsänds under dagen

Ett litet tempel hålls öppet i enlighet med medlemmarnas önskan och ansträngningar att komma till templet. Grenar och församlingar som har tillräckligt många tempeltjänare kan ringa och boka tid även när templet normalt är stängt. Från templets sida vill man gärna veta i förväg hur många som kommer för att kunna ta emot alla på bästa sätt.

”Ibland är det bara ett fåtal anmällda”, berättar syster Ljungh, ”och då ber vi ännu ihärdigare om att många fler ska komma – och det gör det! Vi måste förvänta oss svar på våra böner och ha tro, då kan Herren ge oss det vi ber om. Jag oroar mig inte för om det ska komma många eller få, jag går

till templet med en önskan att välkomna alla som kommer dit. Men visst är det härligt när vi är många där och kan uträtta mycket!”

”Vi är förundrade över det förtroende som Herren visar oss då han överlämnar ansvaret för ett av sina heliga hus till oss”, säger president

Ljungh. ”Vi är vanliga enkla människor och det visar bara att Herren behöver oss var och en i sitt verk. Den Herren kallar den dugliggör han, om vi anstränger oss att göra vår del. Vi ser med glädje fram emot att få tjäna här under de tre kommande åren.” ■



FOTO SIGRID OLSSON

Unga kvinnor från Handens församling utanför templet i Köpenhamn.

Vår fantastiska tempelresa till Köpenhamn

Janelle Kindestam, Handens församling

IHandens församling är vi inte så många unga kvinnor och då finns möjligheten att verkligen lära känna och umgås med alla. Vi tycker om att göra dop i templet och det började egentligen förra året när en av oss föreslog att vi skulle åka till

Helsingfors tempel, vilket vi gjorde. Det var en väldigt lyckad resa och vi skämtade om att ta Köpenhamns tempel nästa år. Nästa år kom och skämtet blev verklighet. Efter mycket planering och förberedelse bar det av.

Halv fem på morgonen den 12 juni 2008 åkte vi hemifrån med hjälp av snälla föräldrar som skjutade oss till flygbussen. Flyget är bekvämt och det går också fort. Vi hade hela torsdagen och fredagen i Köpenhamn innan vi flög hem igen på lördag förmiddag och vi hann med massor under tiden. Till exempel shoppade vi, åt massa god mat och glass, gick på tivoli, besökte originalstatyn av Kristus och pratade och skrattade i timmar på vandrarhemmet.

Men så klart blev tempelbesöket det käraste minnet. Fredag förmiddag och ett par timmar framåt var vi i templet. Doprummet och trappan ner dit är det vackraste vi någonsin sett. Det var skönt att det var den svenska tempelpresidenten som tog hand om oss då det danska språket faktiskt är så otroligt svårt att förstå. Vi behövde inte ordna någonting själva utan skändes bort av tempeltjänarnas osjälviska tjänande, och ändå var det hela tiden de som tackade och berömde oss för vårt arbete. Tack vare biskopen hade vi egna namn med att göra arbete för. Tempelbesöket avslutades med en god lunch i den vackra tempelträdgården. Vårt besök i Köpenhamns tempel var en härlig och andlig upplevelse som vi aldrig kommer att glömma, ett minne som vi unga kvinnor i Handen alltid kommer att dela med glädje.

Jag känner stor tacksamhet att vi har ett tempel i Stockholm

som man lätt kan besöka när helst man har möjlighet. Även om man inte går dit lika ofta som man skulle vilja eller kunde så är det som en trygghet att veta att det finns så nära till hands. När man väl är i templet känner man en sådan otrolig innerlig frid och man önskar att man kunde stanna där i all evighet. Jag känner även att det jag gör i

templet har en stor betydelse och även om jag inte känner att jag har gjort någonting riktigt stort vet jag att det finns de i himlen som är ytterst tacksamma över mitt tjänande. Det finns inte ord att beskriva hur tacksam jag är att vi kan leva tillsammans i himlen med våra familjer. Templet är verkligen en stor välsignelse vi fått. ■

Midsommar på Tyresta by

Kristina Olergård, Stockholms södra stav

Iöver 30 år har kyrkan arrangerat traditionellt midsommarfirande i vackra Tyresta by, som ligger i direkt anslutning till Tyresta nationalpark i Haninge. Firandet har mest varit en samling för kyrkans medlemmar i Stockholmstrakten, även om en och annan icke-medlem också har letat sig fram under åren.

Sommaren 2008 fick Stockholms södra stav möjlighet att lyfta detta arrangemang. Ett unikt samarbete inleddes med Nationalparkernas hus och Naturvårdsverket, som driver Tyresta by. Man hade där förstått att Tyresta varje år besökts av en hel del midsommarfirare, och ville nu satsa resurser på arrangemanget. Representanter från kyrkan, med Robert Sundquist i spetsen, och Tyresta by träffades för att tillsammans sätta ett programförslag. Detta baserades helt på det program som kyrkan har haft som tradition under åren. Annonseringen, vilken bland annat fanns tillgänglig på Haninge kommuns, Dagens

Nyheters samt Tyrestas hemsidor, stod Tyrestas representanter för. I denna stod det tydligt att Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga var medarrangörer.

Firandet inleddes med det traditionella Tyrestaloppet, 5 km längs med en naturskön slinga i den unika urskogen. Därefter samlades man för att klä stängen. Nästa punkt i programmet var Primärloppet, en annan kär tradition. Men så många barn som deltog detta år, ca 100 stycken, har vi dock aldrig sett tidigare!

Efter en trång, men mycket uppskattad dans kring stängen, ledd av Johanna Höglund, avslutades det hela med den klassiska dragkampen – alltid lika spännande!

Under dagen samlades även familjer och vänner med sina picknickkorgar och runt de tända grillarna, för en stunds trevlig samvaro.

Uppskattningsvis hittade över 1000 personer ut till Tyresta denna

underbara midsommarafton. Av dessa var den övervägande delen icke-medlemmar. Vi kan räkna

med att detta unika samarbete även kommer att fortsätta nästa sommar, även om vi nog då får

flytta ut på ängen om alla besökare ska få chans att dansa runt den vackra stängen under firandet som verkligen är en del av den svenska själen. ■

Svung Nynäshamn 08

David Hedemark, Jonathan Olergård, Mattias Bertilsson, Henrik Olsson, Handens församling.

Återigen samlades ungdomar från hela Sverige för att under fyra dagar umgås, lära känna nya kompisar och stärka sina vittnesbörd, den här gången i Ericssons gamla lokaler i Nynäshamn. Vissa hade rest långt, andra inte lika långt, men alla var lika glada över att vara där.

Första aktiviteten gick ut på att man i blandade lag skulle klara uppgifter vid olika stationer. Uppgifterna inbegrep att hitta golfbollar utspridda i ett becksvalt rum och sedan kasta dem i hinkar (utanför), att gå på styltor, att måla en stor tavla med Svungs tema på och att kasta stövel på ett mycket osedvanligt vis m m. Efter detta fick tjejerna lägga små lappar med sina namn i en ballong, och sedan fick alla killar smälla en ballong, läsa namnet och sedan försöka hitta respektive tjej. När alla hittat varandra, fick man stå och lära känna varandra en stund och sedan var tjejen den första man skulle dansa med på kvällens dans.



FOTO JOHANNA OLERGÅRD

Söta midsommarflickor. Från vänster: Johanna Olergård och Karolina Gardner firade midsommar tillsammans med över 1000 personer vid Stockholms södra stavs midsommarfirande i vackra Tyresta By.

På kvällens invigning bjöds det på många framträdanden i form av kända sånger där texten skrivits om. Som ofta händer så var det många som träffade nya vänner även här, och när dansen avslutades vid midnatt, gick många tillbaka till förläggningen med folk de aldrig pratat med tidigare.

Andra dagen började med morgonsamling följt av fler aktiviteter: fotboll, paintball, fotokurs, kampsport, streetdance och bergsklättring etc. Efter en lång dag pratade alla ivrigt med sina kompisar om upplevelser som de haft under dagen, alla var hittills mycket nöjda med det som varit.

Framåt kvällen bar det av mot Folkets Hus för att kolla på "Svung got Talent"!

Det bjöds på många olika slags nummer. Vann gjorde Sandra från Jakobsberg som sjöng ett fantastiskt

solo. Sen var det dags för dans med Hawaii-tema. De flesta dansade och alla hade mycket roligt.

Tredje dagen var det dags för den efterlängtade beach-dagen på Nicksta. Där bjöds det på minigolf, bad, hopptorn, vattenrutschbanor, vattenskidor, trampbåtar och volleybollturnering. Handen och Malmö möttes i den stora volleybollfinalen och efter mycket slit kammade Handen hem GULDET!

Kvällen började med vittnesbördsmöte, där många delade med sig av sina humoristiska och andliga vittnesbörd. Kön för dem som skulle bära sina vittnesbörd var alltid lång. Efteråt var det dags att åka med bussarna till Ekeby Loge i Tungelsta. Det var en fin lada som var utsmyckad till en mexikansk lokal. Efter maten som intagits vid fint uppdukade bord,

var det dags att rocka loss!

Ingen längtade till den sista dagen av Svung, men så småningom kom den. Efter morgonsamlingen var det bara att byta om för nu tog vi oss till fotbollsplanen! Denna dag var laddad för alla dem som skulle delta i finalerna. Domaren drog igång matcherna och efter full tid så vann först Göteborgs tjejer över Stockholms. För killarna kammade Jönköping hem guld mot Stockholms blandlag. Matcherna var väldigt spännande och roliga!

Efter prisutdelningen så var det inte långt kvar tills man skulle åka hem. Nummer och e-postadresser växlades. Folk sa hejdå till sina vänner och satte sig i bilar och bussar för att åka hem. För många var säkert detta Svung det bästa hittills och vi vet att ALLA redan längtar till nästa! ■

TeamMagnus – för att hedra och minnas

Håkan Palm

Vi vill hedra Magnus – hur och vad ska vi göra?" frågade Magnus syskon och så börjar under vintern år 2007/2008, berättelsen om TeamMagnus.

Daniel, Helena, Samuel, Mikael, Anna och Sofia Palm i Handens församling har en äldre bror (Magnus) som år 1979, endast 5 år gammal, dog i njurcancer. De sista åren i livet älskade Magnus att cykla. Hans barncykel togs sedan över i tur och ordning av alla syskonen.

Och inte nog med det. När Sofia växt ur cykeln ställdes den undan och kom fram när Daniels första barn Louise ville börja cykla. Vid det laget var cykeln ungefär 25 år gammal.

"Vi hedrar Magnus genom att bilda cykellaget TeamMagnus", blev svaret på syskonens fråga. "Vi ska naturligtvis cykla på Magnus cykelmärke och så kan vi samla in pengar till cancerforskning. Vi kan göra en vägg med minnesplaketter

för Magnus och även andra".

Sedan inköptes cyklar, cykelkläder designades, logotype skapades, garage byggdes om till cykelverkstad – allt i samma färger som Magnus barncykel. Orange, svart och vitt.

Det gick inte många veckor förrän skaran av cyklister växte. Varje träning inleds med bön och TeamMagnus head coach Björn Peterson (före detta svensk mästare i cykel på 70-talet) yttrade: "Jag har aldrig varit med om att inleda en träning med bön. Jag har litat enbart på mina muskler."

Assistentcoach är Bo C Bertilson, Barbro Palm utvecklar "TeamMagnus PowerBar", head mechanic är Tonny Sabander, designer är Glen Ekelund, event manager är Mats Lundkvist, homepage editor är Daniel Palm, official photographer är Helena Österlund, TeamMagnus YouTube videomaker är Jens Rydgren.

"Vi är glada amatörer – som leker proffs!" säger Håkan Palm, TeamMagnus team leader, "och samtidigt lockar vår undertext: 'TeamMagnus – cyklar för livet' både till djupare fundering eller lättsammare skraut.

TeamMagnus startade samarbete med Cancerfonden och fler och fler ville vara med för att hedra minnet av Magnus eller någon annan vän eller släkting – eller enbart motionera. En "Wall of Honor" byggs nu i cykelverkstaden, där plaketter med födelsedag, dödsdag och namn, kommer att sitta, på personer som man cyklar för att hedra.

Ett lopp valdes ut för att utgöra mål för 2008 och valet föll på Vasatrampet.

TeamMagnus "intog", med glädje, gemenskap, motionsiver och cirka 50 upplädda cyklister och Cancerfondsinsamlare Mora och

Vasatrampet den 16 augusti 2008.

TeamMagnus har väckt uppmärksamhet och flera stora arrangörer och företag har inlett dialog och vill samarbeta inför nästa säsong med TeamMagnus.

TeamMagnus' koncept med anknytning till familj, Cancerfondsinsamling, släktforskning, miljö, social gemenskap och motion väcker sympati och entusiasm hos de som hör talas om konceptet.

Och troligen gillar Magnus i sin himmel det som hans jordiska familj och deras vänner gör för att hedra minnet av honom och andra. ■

Man kan läsa mer om TeamMagnus på www.TeamMagnus.se.

Lokala nyheter

Artiklar och foton till de lokala sidorna är alltid välkomna.

Alla artiklar redigeras. Artiklar och foton publiceras i mån av plats, kvalitet och lämplighet. Skriftligt fototillstånd från fotografen måste alltid bifogas.

Skickas till: Eivor Hagman,
Medusagatan 2 A,
553 38 Jönköping
Email: eivorhagman@hotmail.com
Tel. 036-719663 ■



TeamMagnus, som bildades för att hedra och minnas Magnus Palm, samarbetar med Cancerfonden för att samla in pengar in pengar till cancerforskningen.

FOTO HELENA ÖSTERLUND
EUROPE AREA (SWEDISH)