

Liahona

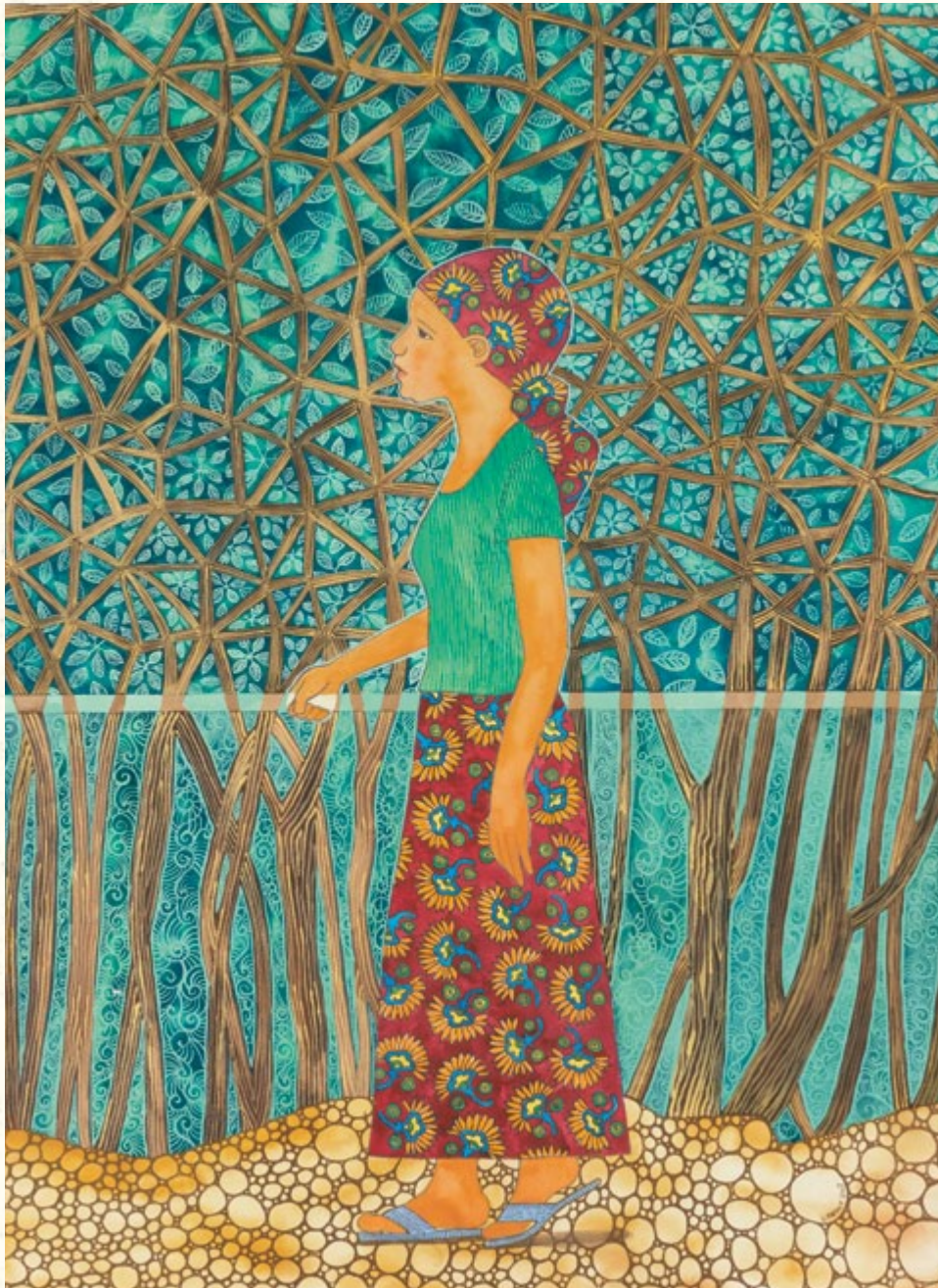


**Han kan bota oss,
var och en, s. 18**

**Äldste och syster Holland
om Hjälpföreningen, s. 28**

Välj de utvaldas väg, s. 54

Rosa får en vän, s. 66



Håll fast vid ledstången av järn, av Louise Parker

I sin målning av en kvinna som håller fast i ledstången av järn påminner konstnären från Sydafrika oss om att vi är en del av en världsomfattande kyrka som är sammanlänkad av många saker, bland annat vår tro på Mormons bok.

"Och jag såg en ledstång av järn, och den sträckte sig längs flodens strand och ledde till trädet bredvid vilket jag stod.

Och jag såg även en trång och smal stig

som gick längs ledstången av järn ända till trädet bredvid vilket jag stod ...

Och det hände sig att jag såg andra tränga sig fram, och de kom fram och grep tag i änden på ledstången av järn. Och de strävade framåt genom mörkrets dimma och klamrade sig fast vid ledstången av järn, ända till dess de kom fram och åt av trädets frukt" (1 Nephi 8:19–20, 24).



BUDSKAP

- 4** Budskap från första presidentskapet: Leta efter det goda
Dieter F. Uchtdorf
- 7** Besökslärnarnas budskap: Under prästadömet och efter prästadömet
mönster

ARTIKLAR

- 14** Åtskilda av en översvämning, förenade i bön
Melissa Merrill
Hur familjen Torres i Costa Rica bemötte en tragedi med tro.
- 18** Helar varje hjärtesår
Yoshihiko Kikuchi
Frälsaren kan bota känslomässiga sår och förjaga hat om vi litar på hans försoning och låter den Helige Anden uppmjuka vårt hjärta.

- 24** En storslagen gemenskap av heliga
Oavsett var kyrkans medlemmar bor ger evangeliet dem styrka att möta livets utmaningar.
- 28** "Kärleken upphör aldrig": Ett samtal om Hjälpföreningen
Jeffrey R. Holland och Patricia T. Holland
Äldste och syster Holland delger sina tankar om Hjälpföreningens gudomliga roll.

AVDELNINGAR

- 8** Små och enkla medel
- 10** Vad vi tror på: Gud uppenbarar sanning för sina profeter och för oss
- 12** Evangelieklassiker: Låt dig inte bedras
Joseph Fielding Smith

- 17** Vi talar om Kristus: Förbind dem som har ett förkrossat hjärta
Georges A. Bonnet
- 32** Vårt hem, vår familj: Undervisa om läran om familjen
Julie B. Beck
- 38** Sista dagars heliga berättar
- 74** Kyrkonytt
- 80** Tills vi möts igen: Trygg i min församlingsfamilj
Caroline Kingsley

PÅ OMSLAGET

Framsidan: *Kristus, Tröstaren*, av Carl Heinrich Bloch © IRI. Baksidan: fotoillustration David Stoker.



- 42 Hemlärar- och besökslärar-undervisning: Ett hjälparbete**
Har du nyligen kallats som hem- eller besökslärare? De här nio förslagen kan vara till hjälp.



Se om du kan hitta Liahonan som är gömd i det här numret. Ledtråd: under regnbågen.



- 46 Rakt på sak**
48 Affisch: Superbra!
49 Ska jag åka eller stanna?
 Rodolfo Giannini
När det var dags för mig att gå ut som missionär låg båda mina föräldrar på sjukhus. Jag visste inte om jag kunde lämna dem.
- 50 Trons försvarare**
 Richard M. Romney
Celva försvarar spelet både på och utanför fotbollsplanen.
- 52 Vad är tolerans?**
 Russell M. Nelson
Finns det gränser för kristlig kärlek och tolerans?
- 54 De utvaldas väg**
 Koichi Aoyagi
När vi döps har vår resa mot evigt liv bara börjat.
- 58 Flickan med det vackra leendet**
 Michelle Glauser
Jag kunde inte kontrollera situationen men jag kunde kontrollera min inställning.

54



- 59 Särskilt vittne: Hur kan evangeliet hjälpa mig att vara glad?**
 David A. Bednar
- 60 Elis operation**
 Jane McBride Choate
Eli hade en operation framför sig och behövde känna frid.
- 62 Räkna Guds gåvor**
 Henry B. Eyring
Vi kan komma ihåg våra välsignelser genom att följa det här rådet.
- 64 Ta med Primär hem: Vår himmelske Fader talar till oss genom sina profeter**
 JoAnn Child och Cristina Franco
- 66 Aktivitetsdagen var svaret**
 Rebecca Barnum
Jag hade inte fått några vänner i det nya området och ville inte gå på aktivitetsdagen.
- 68 Vår sida**
69 Affisch med skriftställe: Mose
70 För små barn

MARS 2011 ÄRGÅNG 135 NUMMER 3
LIAHONA 09683 180

Internationell officiell tidskrift för Jesu Kristi Kyrka av
Sista Dagars Heliga

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

De tolv apostlarnas kvorum: Boyd K. Packer, L. Tom Perry,
Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, M. Russell Ballard,
Richard G. Scott, Robert D. Hales, Jeffrey R. Holland,
David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson,
Neil L. Andersen

Chefredaktör: Paul B. Pieper

Rådgivande: Stanley G. Ellis, Christoffel Golden Jr.,
Yoshihiko Kikuchi

Verkställande direktör: David L. Frischknecht

Planerings- och redigeringschef: Vincent A. Vaughn

Grafisk chef: Allan R. Loyborg

Redaktionschef: R. Val Johnson

Biträdande redaktionschefer: Jenifer L. Greenwood,
Adam C. Olson

Medredaktör: Ryan Carr

Biträdande redaktör: Susan Barrett

Redaktionspersonal: David A. Edwards, Matthew D. Flitton,
LaRene Porter Gaunt, Larry Hiller, Carrie Kasten, Jennifer Maddy,
Melissa Merrill, Michael R. Morris, Sally J. Odekirk, Joshua J.
Perkey, Chad E. Phares, Jan Pinborough, Richard M. Romney,
Janet Thomas, Paul VanDenBerghe, Julie Wardell

Chefssekreterare: Laurel Teuscher

Huvudansvarig för grafik: J. Scott Knudsen

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: Evan Larsen

Översättning:

Översättningstjänst

Mariatorget 1A

118 48 STOCKHOLM

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

E-post: edlundcg@ldschurch.org

För prenumeration och priser utanför Förenta staterna och
Kanada, kontakta kyrkans lokala distributionscenter eller
församlings- eller grensledare.

Ansvarig utgivare för Liahona: Claes-Göran Edlund

Ansvarig för Kyrkorytt: Gösta Körlof

Redaktör: Eivor Hagman

Medusagatan 2A

533 38 Jönköping

Tfn/Fax 036-71 96 63

E-post: eivorhagman@hotmail.com

Prenumeration eller ändring av adress sker genom din
enhets tidskriftsombud eller direkt till distributionscentret.
Telefonnummer: 08-500 655 20. Priset för en
helårsprenumeration är SEK 80:00 (inkl moms och porto) och
betalas till pg 260353-8. Skriv "Liahona".

Skicka manuskript och förfrågningar till Liahona,
Rm. 2420, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT
84150-0024, USA; eller via 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, fijiiska, finska,
franska, grekiska, holländska, isländska, indonesiska, italienska,
japanska, kambodjanska, kinesiska, kiribati, koreanska, kroatiska,
lettiska, litauiska, malagassiska, marshalliska, mongoliska,
norska, polska, portugisiska, rumänska, ryska, samoanska,
slovenska, spanska, svenska, tagalog, tahitiska, thailändska,
tjeckiska, tonganska, tyska, ukrainska, ungerska, urdu och
vietnamesiska. (Hur ofta den utkommer varierar för olika språk.)

© 2011 Intellectual Reserve, Inc. Med ensamrätt. Printed in the
United States of America.

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

For Readers in the United States and Canada:

March 2011 Vol. 135 No. 3. LIAHONA (USPS 311-480) Swedish
(ISSN 1522-9246) is published monthly by The Church of Jesus
Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City,
UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada,
\$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt
Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address.
Include address label from a recent issue; old and new address
must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt
Lake Distribution Center at address below. Subscription help line:
1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American
Express) may be taken by phone. (Canada Poste Information:
Publication Agreement #40017431)

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

Mer information på internet

Liahona.lds.org

FÖR VUXNA



Äldste och syster Holland samtalar om hur
Hjälpföreningen kan stärka enskilda, familjer
och församlingar och grenar (se sidan 28).

Gå till www.reliefsociety.lds.org för att lära
dig mer.

Äldste Kikuchi vittnar om Frälsarens kraft att
bota, också dem med långvariga

fördomar (se sidan 18). Gå till www.JesusChrist.lds.org
för att lära dig mer om Frälsarens mission.

FÖR UNGDOMAR

Det finns filmer om evangeliet, vittnesbörd, artiklar
och mer på www.youth.lds.org.

FÖR BARN



Det finns många aktiviteter för barn på
www.liahona.lds.org.

PÅ DITT SPRÅK

Liahona och annat material från kyrkan finns på många språk på
www.languages.lds.org.

ÄMNEN I DET HÄR NUMRET

Sidnumren gäller artikelns första sida.

Behålla nyomvända, 80

Bön, 14, 41, 66, 70

Dop, 54, 68

Enighet, 24

Exempel, 40, 70, 72

Familjen, 28, 32, 49

Förlåtelse, 18

Försoningen, 17, 18

Helbräddagörelse, 18

Hjälpföreningen, 7, 28

Hopp, 17

Inställning, 4, 58

Jesus Kristus, 17

Kyrkans ledare, 9, 47

Kärlek, 18, 52, 80

Lydnad, 50

Lära, 32

Missionsarbete, 39, 40,

47, 48

Motgångar, 14

Offer, 39

Omvändelse, 38, 54

Profeter, 10, 64, 69

Prästadömet, 7, 60

Skrifterna, 10, 13, 73

Tacksamhet, 62

Tempel, 46

Tjänande, 28

Tolerans, 52

Tro, 39, 41, 50, 60, 66

Undervisning, 32

Uppenbarelse, 10

Upphöjelse, 32

Uthållighet, 54

Vittnesbörd, 24

Välsignelser, 62

Vänskap, 66, 80

Ärlighet, 40

**President
Dieter F. Uchtdorf**
andre rådgivare i första
presidentskapet



Leta EFTER DET GODA

När ett ungt par i kyrkan letade efter en ny bostad pratade de med möjliga grannar om grannskapet och skolorna i området.

En kvinna sade följande om skolan hennes barn gick i: "Det är en fantastisk skola! Rektorn är en underbar och god man och lärarna är kvalificerade, snälla och vänliga. Jag är så glad att våra barn kan gå i en så fin skola. Du kommer verkligen att tycka om den!"

En annan kvinna sade om sina barns skola: "Det är ett hemskt ställe. Rektorn är självupptagen och lärarna är okvalificerade, oförsämda och ovänliga. Om jag hade råd att flytta ut ur området skulle jag göra det snabbt som ögat!"

Det intressanta var att båda kvinnorna pratade om samma rektor, samma lärare och samma skola.

Har du någon gång lagt märke till att folk vanligtvis hittar det de söker efter? Om man söker tillräckligt länge kan man hitta både bra och dåligt hos nästan allt och alla. Folk har gjort samma sak med Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga sedan den organiserades. De som söker efter det goda hittar ett vänligt och medkännande

folk — ett folk som älskar Herren och vill tjäna honom och välsigna sina medmänniskor. Men det är också sant att de som söker efter dåliga saker säkerligen hittar sådant som inte är så idealiskt.

Tråkigt nog händer det också ibland inom kyrkan. Det finns ingen ände på kreativiteten, påhittigheten och ihärdigheten hos dem som letar efter en anledning att kritisera. De verkar inte kunna släppa taget om sitt agg till andra. De skvallrar och letar efter fel hos andra. De håller forna oförrätter vid liv i årtal och tar varje tillfälle i akt att slå ner på och förnedra andra. Det här är inte behagligt för Herren, "ty där avund och stridslust råder, där råder också oordning och allt som är ont" (Jak 3:16).

President George Q. Cannon (1827–1901) kände president Brigham Young (1801–1877) väl och hade ett nära samarbete med honom i många år, både som medlem i de tolv apostlarnas kворum och som hans rådgivare i första presidentskapet. Efter president Youngs död skrev president Cannon följande i sin dagbok: "Jag kritiserade aldrig och hittade aldrig något fel med [Brigham Youngs]



uppträdande, råd eller lärdomar i mitt hjärta, och ännu mindre i mina ord eller handlingar. Det är jag glad för nu. Det jag alltid hade i åtanke var: Om jag kritiserar eller letar efter fel hos eller dömer broder Brigham, hur långt ska jag då gå? Om jag börjar, var ska jag sluta? Jag vågade inte lita på mig själv i detta. Jag visste att avfall ofta kom av att man hänger sig åt kritik och att söka fel hos andra. Andra med större styrka, visdom och erfarenhet

UNDERVISA FRÅN DET HÄR BUDSKAPET

”Du kanske känner att du saknar kunskap om en viss princip som du förbereder dig för att lära ut” står det i *Undervisning: Den högsta kallelsen* ([2000], s. 19). ”Men när du under bön studerar den, strävar efter att leva enligt den, förbereder dig för att undervisa om den, och sedan berättar om den för andra, kommer ditt eget vittnesbörd att stärkas och fördjupas.”

Om du söker efter det goda i livet och hos andra den här månaden blir du bättre förberedd att undervisa om det här budskapet och att vittna om att det är sant.

Några tittar på det här glaset och säger att det är halvfullt. Andra säger att det är halvtomt. Hur du ser det är helt upp till dig.

än jag kanske kan göra mycket och besparas onda konsekvenser, men det vågade jag inte göra.”¹

President Cannons mäktiga råd är något vi medlemmar i kyrkan bör begrunda med stor omsorg. Guds ord uppmanar Kristi efterföljare att vara ”rena ... fredliga, milda, fyllda av barmhärtighet och goda frukter, opartiska och uppriktiga”. För dem som stiftar frid ”[sås] rättfärdighetens frukt ... i frid” (se Jak 3:17, 18).

Vi har ett val. Vi kan söka efter det dåliga hos andra. Eller så kan vi stifta frid och arbeta på att ge andra den förståelse, rättvisa och förlåtelse som vi så desperat vill ha själva. Det är vårt val. För vad det än är vi söker, det kommer vi säkerligen att finna. ■

SLUTNOT

1. George Q. Cannon, dagbok, 17 jan. 1878; moderniserad stavning.

Ett hundbett från den ljusa sidan

Tara Stringham

Sommaren 2009 blev jag biten i ansiktet av min väns hund. Bettet gjorde att läppen sprack och måste sys.

Efter händelsen kände jag mig mycket missmodig. Jag lät motgången dominera mina tankar och det kändes som om hela livet var förstört. Jag kände mig mycket besvårad på grund av läppen och ville inte gå ut och visa mig över huvud taget. Det kändes som om alla mina planer som gällde piano, volleyboll, kyrkan, simning och skolan grusats av skadan.

Men när jag bad, fick prästadömsvälsignelser, pratade med mina föräldrar eller fick besök av släkt och vänner så blev jag upplyft och kände mig glad trots det svåra. Jag insåg

samt om andras tanker på min skade så var det med medlidande i åtanke.

Upplevelsen stärkte min karaktär och jag lärde mig att inte oroa mig så mycket över vad andra tycker om mig. Jag välsignades också på så sätt att skadan hjälpte mig förstå att jag bör tänka mindre på mig själv och börja bry mig mer om andra. Min ande stärktes oerhört under den här tiden.

Jag lärde mig att motgångar är en del av vår himmelske Faders plan för oss. Om vi ser det som är bra och inte det dåliga så kan vi övervinna motgångar, bli en bättre person och låta upplevelserna stärka vårt vittnesbörd.

BARN

Se det som är bra omkring dig

Du kan se bra saker överallt omkring dig om du lär dig att leta efter dem. Ett sätt du kan lära dig att känna igen välsignelser på är genom att göra det till en vana varje kväll att räkna upp allt

det som var bra som du såg under dagen.

Titta på den här bilden. Hur många bra saker ser du?

Ta dig tid i kväll att berätta för en familjemedlem om några av de bra saker du såg idag.





Under prästadömet och efter prästadömet

Studera materialet och samtala om det med systrarna du besöker om så är lämpligt. Använd frågorna för att hjälpa dig stärka dina systrar och göra Hjälpföreningen till en aktiv del av ditt eget liv.

Tro • Familj • Tjänande

Mina kära systrar, vi är så välsignade! Vi är inte bara medlemmar i kyrkan utan också medlemmar i Hjälpföreningen — "Herrens organisation för kvinnor".¹ Hjälpföreningen visar att Gud älskar sina döttrar.

Gläds ni inte när ni tänker på föreningens spännande början? Den 17 mars 1842 organiserade profeten Joseph Smith systrarna "under prästadömet och efter prästadömet".²

Systrarna fick myndighet och vägledning av att vara organiserade "under prästadömet". Eliza R. Snow, Hjälpföreningens andra generalpresident, sade att Hjälpföreningen "inte kan existera utan prästadömet av den anledningen att den får all sin myndighet och sitt inflytande från den källan".³ Äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kворum har sagt: "Den myndighet som ska utövas av Hjälpföreningens ämbetsmän och lärare ... var den myndighet som skulle komma till dem genom organisationens samband med Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga och genom deras egen avskiljning under prästadömsledarnas händer, som de kallats av."⁴

Systrarna fick heliga ansvarsuppgifter genom att vara organiserade "efter prästadömet". Julie B. Beck, Hjälpföreningens generalpresident, har sagt: "Vi verkar på ett likartat sätt som prästadömet — vilket innebär att vi söker, tar emot och agerar i enlighet med uppenbarelse, fattar beslut i råd och ägnar oss åt att ta hand om enskilda en och en. Vi delar prästadömet mål att förbereda oss för det eviga livets välsignelser genom att ingå och hålla förbund. Därför, liksom för våra bröder som innehar prästadömet, är vårt verk att frälsa, tjäna och bli ett heligt folk."⁵

Barbara Thompson, andra rådgivare i Hjälpföreningens generalpresidentskap.

Vad kan jag göra?

1. Hur kan jag hjälpa systrarna jag besöker att glädjas åt välsignelserna som Hjälpföreningens heliga arbete för med sig?

2. Vad ska jag göra den här månaden för att öka min förmåga att ta emot personlig uppenbarelse?

Från skrifterna

1 Kor 11:11; Läran och förbunden 25:3; 121:36–46

Från vår historia

När templet i Nauvoo byggdes ville en grupp systrar organisera sig för att stödja byggnationen. Eliza R. Snow formulerade riktlinjer för den nya gruppen. När hon visade dem för profeten Joseph sade han: "Tala om för systrarna att Herren har tagit emot deras offer och att han har något bättre åt dem ... Jag skall organisera kvinnorna under prästadömet efter prästadömet".⁶ En kort tid senare sade profeten till den nyligen organiserade Hjälpföreningen: "Jag vider nu om nyckeln för er i Guds namn, och denna förening skall nu glädja sig och kunskap och intelligens skall flöda ner från och med denna tidpunkt."⁷ Systrarna förväntades höja sig till en ny helighetsnivå och att förbereda sig för de prästadömsförrättningar som snart skulle ges i templet.

SLUTNOTER

1. Spencer W. Kimball, "Hjälpföreningen — Dess löften och möjligheter", *Nordstjärnan*, mars 1977, s. 2.
2. Joseph Smith, citerad i Sarah Granger Kimball, "Auto-biography", *Woman's Exponent*, 1 sep. 1883, s. 51.
3. Eliza R. Snow, "Female Relief Society", *Deseret News*, 22 apr. 1868, s. 81.
4. Se Dallin H. Oaks, "Hjälpföreningen och kyrkan", *Nordstjärnan*, maj 1992, s. 35.
5. Se Julie B. Beck, "Hjälpföreningen: Ett heligt verk", *Liahona*, nov. 2009, s. 111.
6. Joseph Smith, citerad i Kimball, "Auto-biography", s. 51.
7. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 446.

För mer information, gå till www.reliefsociety.lds.org.



Små och enkla medel

"Med små och enkla medel uträttas mycket stort"
(Alma 37:6).

KYRKANS HISTORIA VÄRLDEN ÖVER

Nederländerna

För femtio år sedan den här månaden organiserades den första staven i Nederländerna, Hollands stav i Haag. Det var den första staven i kyrkan där man inte pratade engelska. Hundra år tidigare, i augusti 1861, var Paul Augustus Schettler och A. Wiegers van der Woude de första missionärerna som predikade evangeliet i Holland. Under de följande 100 åren döptes över 14 000 personer i Nederländerna. Många av dem emigrerade till Förenta staterna. Idag bor nästan 9 000 medlemmar i Nederländerna.

Den 8 september 2002 invigde president Gordon B. Hinckley (1910–2008) templet i Haag som nu

betjänar fem stavar och ett distrikt i Nederländerna, Belgien och delar av Frankrike.



Templet i Haag



I ALMANACKAN

Unga kvinnors allmänna möte

Alla unga kvinnor från 12 till 18 år, deras mammor och unga kvinnors ledare inbjuds till Unga kvinnors allmänna möte den 26 mars. Under mötet talar en medlem i första presidentskapet och Unga kvinnors generalpresidentskap. Temat för årets möte är "Vi tror" (TA 1:13).

Där så är möjligt uppmanas de unga kvinnorna, deras mammor och deras ledare att träffas i möteshusen för att se utsändningen tillsammans. Hör med din prästtadsledare eller gå till www.broadcast.lds.org för att få mer information om sändningstider och platser.

KYRKAN I NEDERLÄNDERNA

Medlemmar	8,909
Missioner	1, som delas med Belgien
Stavar	3
Församlingar och grenar	33
Tempel	1

Hur mycket vet du om kyrkans ledare?

Nästa månad är det generalkonferens och första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum är några av

talarna. Se om du kan matcha deras namn med händelser eller andra detaljer från deras liv.

- A. Som ung tyckte han om att spela "vanball", en sport som liknar volleyboll.
- B. Den här ledaren har samma namn som sin pappa och kallas Hal av familj och nära vänner.
- C. När den här aposteln var diakon tog hans pappa, som var konstnär, honom till den heliga lunden. När de kom hem målade hans pappa en tavla av den heliga lunden åt honom. Ända sedan dess har den här aposteln haft tavlan uppsatt på sitt kontor som en påminnelse om det speciella tillfället.
- D. När han var fem år flyttade hans familj till en gård med mjölkkor i Pocatello i Idaho, USA. Där födde han upp kaniner, red och lekte på fälten med sina syskon.
- E. Han är den enda medlemmen i första presidentskapet eller de tolv apostlarnas kvorum som fötts utanför Förenta staterna.
- F. På high school var han seniorklasspresident och deltog i debatter.
- G. Ända sedan ungdomen har han varit en entusiastisk idrottsman. Han var duktig i amerikansk fotboll, basket, löpning och baseball i high school och var en del av fotbolls- och basketlaget som deltog i statsmästerskapen.
- H. Han spelade dam med sin lille son



1. President Thomas S. Monson
2. President Henry B. Eyring
3. President Dieter F. Uchtdorf
4. President Boyd K. Packer
5. Äldste L. Tom Perry
6. Äldste Russell M. Nelson
7. Äldste Dallin H. Oaks
8. Äldste M. Russell Ballard
9. Äldste Richard G. Scott
10. Äldste Robert D. Hales
11. Äldste Jeffrey R. Holland
12. Äldste David A. Bednar
13. Äldste Quentin L. Cook
14. Äldste D. Todd Christofferson
15. Äldste Neil L. Andersen



nästan varje kväll. Hans son minns: "Han brukade spela tre omgångar. Han lät mig vinna en omgång, sedan slog han mig en omgång och så spelade vi en omgång när antingen han eller jag vann."

- I. Han tjänade sitt land som pilot under andra världskriget när han var drygt 20 år.
- J. För att tjäna pengar till college arbetade han på en ostronbåt. Andra fiskare retade honom för att han vägrade dricka alkohol, ända tills en man föll överbord. Den här aposteln var, tack vare sitt beslut att vara avhållsam, nykter och kunde rädda mannen som hade fallit överbord.
- K. Som elev på college arbetade han som radioannonsör.
- L. Innan han kallades till de tolv apostlarnas kvorum var han president för Ricks College och hjälpte till med skolans övergång till Brigham Young-universitetet – Idaho.
- M. Han utförde öppen hjärtkirurgi på president Spencer W. Kimball (1895–1985) en kort tid innan president Kimball blev kyrkans president.
- N. Äldste Scott var den här aposteln missionspresident i Argentina.
- O. Innan han kallades som generalauktoritet arbetade han, liksom sin far, inom bilbranschen.



Gå till www.newsroom.lds.org för att få mer biografisk information om kyrkans ledare.

*svar: A. 5; B. 2; C. 10; D. 15; E. 3;
 F. 13; G. 11; H. 1; I. 4; J. 9; K. 7;
 L. 12; M. 6; N. 14; O. 8*

GUD UPPENBARAR SANNING FÖR SINA PROFETER OCH FÖR OSS

En profet är ett särskilt vittne om Jesus Kristus och vittnar om hans gudomlighet. Gud kallar en profet att vara hans representant på jorden. En profet undervisar om sanning, tolkar Guds ord och följer på annat sätt Guds vägledning för att välsigna vårt liv. När en profet talar för Gud är det som om Gud själv talade (se L&F 1:38). Profeter finns på jorden idag precis som det fanns profeter förr.

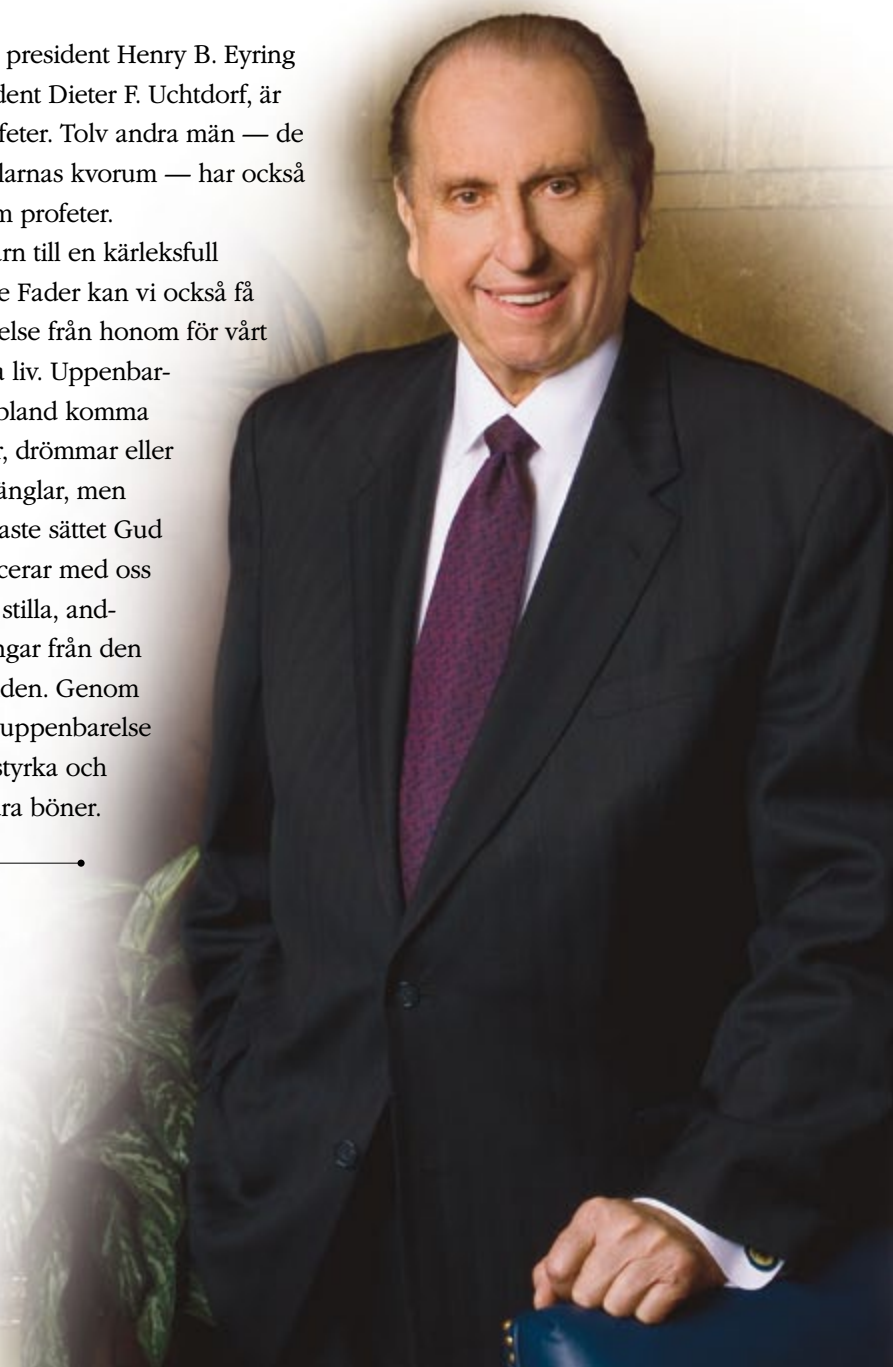
Uppenbarelse för hela kyrkan kommer genom presidenten för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, Thomas S. Monson. Han är Guds profet. När kyrkans medlemmar pratar om "profeten" menar de kyrkans president. Men det finns andra profeter på jorden idag. President Monsons två

rådgivare, president Henry B. Eyring och president Dieter F. Uchtdorf, är också profeter. Tolv andra män — de tolv apostlarnas kворum — har också kallats som profeter.

Som barn till en kärleksfull himmelske Fader kan vi också få uppenbarelse från honom för vårt personliga liv. Uppenbarelse kan ibland komma som syner, drömmar eller besök av änglar, men det vanligaste sättet Gud kommunicerar med oss är genom stilla, andliga maningar från den Helige Anden. Genom personlig uppenbarelse kan vi få styrka och svar på våra böner.

"Vi är tacksamma över att himlen verkligen är öppen, att Jesu Kristi återställda evangelium finns på jorden idag och att kyrkan är grundad på uppenbarelsens klippa. Vi är ett välsignat folk med apostlar och profeter på jorden i dag."

President Thomas S. Monson, "Avslutningsord", *Liahona*, nov. 2009, s. 109–110.



Var kan vi läsa inspirerade lärdomar från nutida profeter?

1. Läran och förbunden är en samling uppenbarelser som getts till nutida profeter. Den finns på Internet på www.scripts-ures.lds.org.



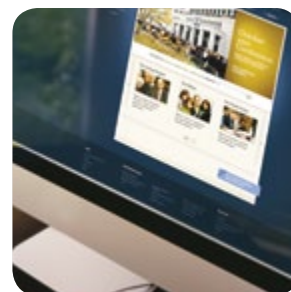
2. Ett budskap från kyrkans president eller en av hans rådgivare finns varje månad i Liahona (finns på vissa språk på LDS.org).



3. "Familjen: Ett tillkännagivande för världen" och "Den levande Kristus: Apostlarnas vittnesbörd" är profetiska uttalanden om sanningar angående familjen och Frälsaren. Båda finns på LDS.org.



4. Alla medlemmarna i första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum talar var sjätte månad under kyrkans generalkonferens. Läs texten eller se dem tala på www.conference.lds.org.



1. Fasta, begrunda och be om vägledning.

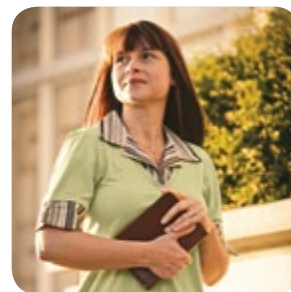
Hur kan vi få personlig uppenbarelse?



2. Läs skrifterna. Genom dem kan vår himmelske Fader besvara våra böner och ge oss vägledning allteftersom den Helige Anden hjälper oss förstå vad vi läser.



3. Gå till kyrkan varje söndag och, om möjligt, till templet.



4. Håll buden så att du är värdig att ta emot inspiration från den Helige Anden. ■

"Jag skall tala till ditt förstånd och till ditt hjärta genom den Helige Anden, som skall komma över dig och som skall bo i ditt hjärta.

Och se, detta är uppenbarelsens ande" (L&F 8:2–3).

För mer information, se Dallin H. Oaks, "Två kommunikationslinjer", *Liahona*, nov. 2010, s. 83; *Evangeliets principer* (2009), "Guds profeter", s. 39–42 och *Stå fast i din tro* (2004), "Uppenbarelse", s. 161–165.

Låt dig inte bedras



Joseph Fielding Smith, kyrkans tionde president, föddes den 19 juli 1876. Han ordinerades till apostel den 7 april 1910 och inröstades som kyrkans president den 23 januari 1970. I det här talet som president Smith höll 1953 undervisade han ungdomar om hur de kan undvika att bedras av världens falska teorier.

President Joseph Fielding Smith (1876–1972)

Vissa personer anpassar sina normer till världsliga trender, men vi måste stå fasta i skrifterna och evangeliets uppenbarade sanningar.

Vi lever i en mycket bekymmersam värld och jag tänker tala rakt på sak: Vi lever i en värld som har förkastat Gud eller som håller på att göra det, och det fort. Vi lever i en värld där kristna präster i olika kyrkor har blivit skrämde av människofilosofier och således, eftersom de inte har Herrens Ande, har försökt ändra på skriften, eller skrifternas betydelse, så att de harmonierar med de falska teorier som är så vanliga i världen idag, teorier som står i direkt motsats till gudomlig uppenbarelse. Och ändå ändrar dessa rädda människor, som dominerats av falska filosofiers inflytande, lärdomarna så att de stämmer med dessa

teorier och tankar som är gudlösa till sin natur. Vi har inte råd att göra så ...

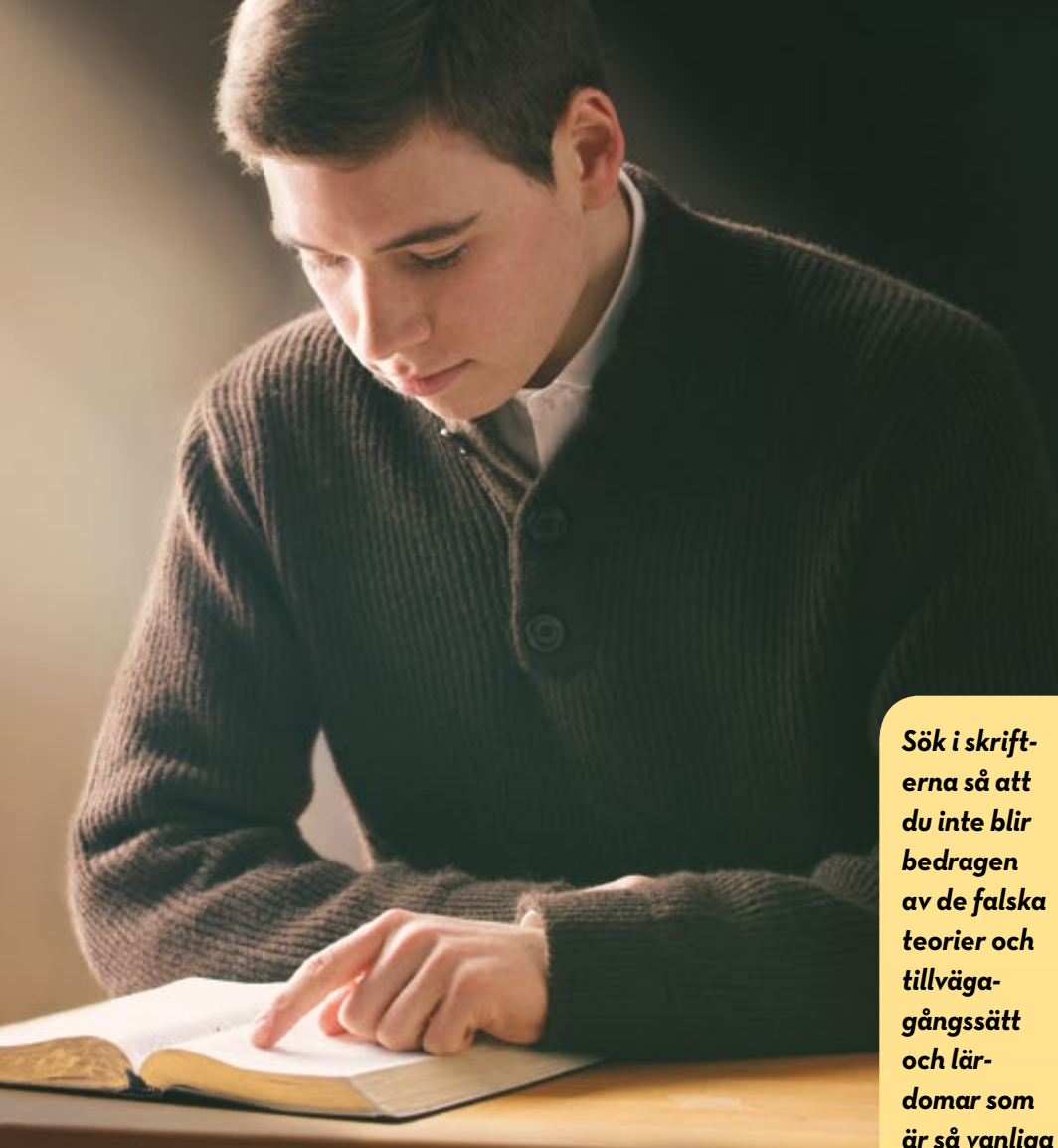
”Ljuset lyser i mörkret, och mörkret förstår det inte. Dock skall dagen komma då ni skall förstå Gud själv, eftersom ni är levandegjorda i honom och genom honom.

Då skall ni veta att ni har sett mig, att jag är och att jag är det sanna ljuset som är i er, och att ni är i mig. Annars kunde ni inte tillväxa” (L&F 88:49–50).

Detta är en underbar uppenbarelse. Den innehåller så mycket av stor betydelse för varje medlem i kyrkan. Jag undrar hur många av oss som har läst kapitel 88? Nöj dig inte med att bara läsa det här

kapitlet. Anta det som ditt tema — det finns inget bättre — men läs hela uppenbarelsen. Nej! Läs hela boken. Herren befallde i det första kapitlet i Läran och förbunden, som är förordet till boken, Herrens förord:

”Utforska dessa bud, ty de är sanna och trovärdiga, och de profetior och löften som finns i dem skall alla fullbordas” (L&F 1:37). ”Utforska dessa bud.” Hur mycket älskar vi Herren? Vilket är det största av alla buden? Herren har berättat för oss här, i kapitel 59 i Läran och



**Sök i skrift-
erna så att
du inte blir
bedragen
av de falska
teorier och
tillväga-
gångssätt
och lär-
domar som
är så vanliga
i världen
i dag.**

förbunden, vilket det är, när han tillämpar det på medlemmarna i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga i denna tidernas fullhets utdelning:

”Därför ger jag dem [kyrkans medlemmar] ett bud och säger så: Du skall älska Herren din Gud av allt ditt hjärta, med all din förmåga, allt ditt förstånd och all din styrka, och i Jesu Kristi namn skall du tjäna honom” (L&F 59:5) ...

Det första budet är således att älska Gud av hela vår själ och tjäna honom i Jesu Kristi namn, och han har befallt oss

att bekanta oss med dessa sanningar som har uppenbarats för oss i tidernas fullhets utdelning.

Hur många av oss har gjort det? Så jag säger till dig, och till alla kyrkans medlemmar för den delen: Låt inte din kunskap stanna vid en enda vers [L&F 88:86, det årets tema för veckoträffarna], vilket är ett utmärkt tema, utan sök i skrifterna så att du inte blir bedragen av de falska teorier och tillvägagångssätt och lärdomar som är så vanliga i världen i dag. Om du gör detta, om du har Herrens

Andes vägledning i ditt hjärta, vilket alla medlemmar i kyrkan har rätt till, den Helige Andens sällskap, så leds du inte vilse av människans teorier eftersom Herrens Ande talar om för dig att de är falska, och du kommer att ha urskilningens anda så att du kan förstå ...

Om du förstår Jesu Kristi evangelium så skall det göra dig fri. Om din softball, din volleyboll, din basket, din löpning, ditt dansande, dina andra intressen saknar Herrens Ande så är de inte av något värde för dig. Gör allting i en anda av bön och i tro. Jag tror att så är fallet — kanske är det onödigt för mig att säga det — men låt så vara. Gör allting med blicken endast fäst på Guds ära, och låt oss undervisa för att bygga upp och stärka oss själva och Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. ■

Från "Entangle Not Yourselfes in Sin", Improvement Era, sep. 1953, s. 646–647, 671–672, 674, 676–678; skrivning med stor begynnelsebokstav och interpunktion standardiserad.

Åtskilda av en översvämning, förenade i **bön**

Medlemmarna i familjen Torres var instängda i sovrummet, barrikaderade bakom möbler och fastklamrade vid trädgrenar. De gjorde det enda som kunde rädda dem.

Melissa Merrill

Kyrkans tidningar

Den 25 september 2005 började som en lugn, fridfull söndag för Victor Manuel Torres Quiros, hans hustru Yamileth Monge Ureña och deras barn. De hade kommit hem efter kyrkan och vilade, läste och njöt av en lugn, regnig eftermiddag hemma bland bergen i Costa Rica.

Det hade regnat nästan hela helgen, men det var inte ovanligt för området eller årstiden. Omkring klockan fem på eftermiddagen såg broder Torres att floden som rann nära deras hus hade stigit mer än vanligt och kom allt närmare. Han talade lugnt om det för familjen och som en försiktighetsåtgärd började han och hans elvaårige son Erick att lägga filter vid dörrarna för att hindra vattnet från att sippra in.

Bara ett ögonblick senare hade floden stigit så pass att vattnet stod en och en halv meter högt runt

huset. Inom några sekunder kom vattnet forsande in genom fönstren. (Familjen fick senare veta att ett jordskred hade orsakat den plötsliga översvämningen.) Broder Torres skrek till sin familj att springa till baksidan av huset där det fanns några träd och högre mark. Hans tre tonårsdöttrar Sofia, Korina och Monica sprang genast ut.

Men syster Torres kunde inte ta sig ut. Hon sprang med Elizabeth, ett barn som bodde hos familjen över helgen, till ett sovrum. De satte sig genast på sängen som otroligt nog flöt på vattnet. Ingen av dem visste var de andra var eller om de var i säkerhet. Lilla Elizabeth sade till syster Torres: "Gråt inte. Kom ihåg att Gud älskar oss." Sedan började de be.

Broder Torres hade följt med sina döttrar ut när han insåg att han inte visste var Erick var. Han kämpade emot strömmen och tog sig tillbaka in i huset. Han såg Erick stå på en

hög med bråte — en rasad vägg, några möbler, skräp och flera grenar som vattnet hade tryckt in mot en stängd dörr. Tillsammans tog de sig till köket där broder Torres såg till att Erick kom högt upp på en säker plats. Broder Torres upptäckte sedan att vattnet hade virat en sladd runt hans ben, så det var svårt för honom att röra sig. Ändå lyckades han knuffa undan kylskåpet och några möbler så att dörren inte gick igen och stängde in honom och hans son.

Från köket kunde Erick och broder Torres se flickorna på baksidan, men de visste inte hur det var med syster Torres och Elizabeth. Broder Torres föreslog att de tillsammans skulle be sin himmelske Fader om hjälp.

Under tiden satt flickorna utanför i ett guavaträd, och även de bad. Sofia, Korina och Monica såg hur vattnet forsade genom huset.

ILLUSTRATIONER BJÖRN THORKELOSON

An oil painting depicting a woman and a young child in a room that is partially submerged in water. The woman, with dark hair and wearing a red t-shirt and blue jeans, is sitting in the water, looking upwards with a distressed expression. The child, wearing a white t-shirt and brown shorts, is leaning against her, also looking up. The water is rendered in shades of blue and green, with white foam from the waves. In the background, a large, light-colored wall or ceiling is visible, with a red, branch-like structure hanging from it. A wooden cabinet is partially submerged in the water on the right side of the frame.

Så vitt de kunde se var det omöjligt att
någon som hade blivit kvar i huset
fortfarande kunde vara vid liv.
Flickorna var oroliga för sin
familj och kalla och rädda så
de sjöng psalmer och bad
tillsammans.



”Vi bad vår himmelske Fader att få vatten att sjunka”, säger Sofia. ”Vi förstod att vi behövde ha tro. Om vi inte hade det skulle underverket inte ske. Vi blev så glada när vi öppnade ögonen och såg att vattennivån hade sjunkit.”

Den fortsatte att sjunka. Efter en liten stund kom deras pappa ut och frågade om de var okej. Det hade blivit mörkt så han gick tillbaka in i huset och hittade ett stearinljus, och med lite bensin gjorde han en fackla så att grannarna skulle veta var familjen var, att de faktiskt var i huset.

En granne såg facklan och kom för att hjälpa dem. Han hjälpte flickorna ner från trädet och med broder Torres hjälp flyttade de på sakerna som blockerade dörren till sovrummet där syster Torres och Elizabeth var. Den natten sov familjen hos en släkting.

Eftersom det var mörkt när familjen Torres gav sig av visste de inte exakt vilka skador huset hade fått. På måndagsmorgonen återvände de och upptäckte att de hade förlorat allting.

Men de klagade inte. ”Vi visste att Herren ger och Herren tar”, säger broder Torres (se Jobb 1:21). Fastän deras hus och tillhörigheter hade

förstörts säger syster Torres att de ”bara kände sig tacksamma eftersom vi såg himlens fönster öppna sig för oss”, både för att deras liv bevarades och för de välsignelser de fick efteråt.

Många av välsignelserna kom i form av den generositet som kyrkans medlemmar i Costa Rica visade. Innan torsdagen hade familjen fått sängar och andra möbler, mat, kläder och andra förnödenheter från medlemmar i stavarna i San José-området. Fyra dagar senare hade familjen hittat en annan plats att bo på.

”Vi lärde oss att Gud visar sin kärlek till oss med hjälp av andra människor”, säger syster Torres. ”Det var så många människor, så många bröder och systrar som hjälpte oss. Vi fick så mycket kärlek. Vi hade ingen anledning att fråga: 'Varför hände det oss?'”

”Det var ett underverk att vi överlevde”, säger broder Torres. ”Vår familjs tro har verkligen stärkts. Jag vet utan tvekan att Gud lever och älskar oss.”

Syster Torres tillägger: ”Vi har länge haft ett motto i familjen: 'Gud bryr sig om detaljerna i vårt liv.' Efter den här upplevelsen visste vi att det är sant. Vår himmelske Fader känner oss. Han besvarar våra böner.” ■

Från baksidan där systrarna Torres befann sig verkade det omöjligt att någon i huset fortfarande kunde vara vid liv. Flickorna som var oroliga och rädda sjöng psalmer och bad tillsammans.

FÖRBIND DEM SOM HAR ETT FÖRKROSSAT HJÄRTA



Georges A. Bonnet

På 1990-talet tog min anställning vid kyrkan min familj till Afrika där jag fick i uppdrag att ordna med nödhjälp i Burundi, Rwanda och Somalia. Det här var under en förödande period av svält, brutalitet och krig, och lidandet var överväldigande.

Tusentals människor satt i flyktingläger. Hundratal föräldralösa barn bodde i enkla skjul de hade tillverkat själva. Överallt led människorna av kolera, tyfus och undernäring. Stanken av avfall och död förstärkte känslan av hopplöshet.

Jag kände mig starkt motiverad att erbjuda all hjälp jag kunde. Kyrkan samarbetade med Internationella rödakorskommittén och andra organisationer, men jag undrade ändå ibland om våra insatser gjorde någon skillnad med tanke på den omfattande grymheten och tragedin. Det var svårt att skaka av sig känslan av hopplöshet och missmod och ofta grät jag efter dagens slut.

Det var under den här svåra tiden som ett välbekant skriftställe fick en djupare innebörd för mig. Jesaja förkunnade att Frälsaren "blev smord till att förbinda dem som har ett förkrossat hjärta, till att förkunna frihet för de fångna och öppna fängelset för de bundna" (L&F 138:42).

Jag hade sett och pratat med många människor som hade "ett förkrossat hjärta" på mycket påtagliga sätt. De hade förlorat sina närmaste, sitt hem och sitt fridfulla

Vi kan alla ha ett klart hopp om att våra hjärtan kan förbindas och botas genom Jesu Kristi försoning.

levnadssätt. Ändå visade många tecken på att ha blivit "förbundna". Vi kom till exempel ofta till provisoriska hem där de boende frågade: "Vill ni be med oss?" Människorna verkade få glädje och frid genom att be till Herren.

Vi vet naturligtvis att försoningen inte bara påverkar människor under det här livet. Det sker även efteråt. Jag vet att det finns återlösning för de döda och uppståndelse för alla tack vare Frälsaren. Smärtan vi upplever i det här livet — hur svår den än är — tas bort och botas genom försoningen.

Mormon och Moroni levde i en tid av blodbad och död men skrev om ett hopp som är förankrat i en levande Gud vars nåd och rättvisa övergår allt förstånd (se till exempel Moroni 7:41–42). Min tro stärktes när jag studerade de här profeternas uttalanden. När jag undrade om våra ansträngningar gjorde någon skillnad kände jag en förvisning om att Frälsarens nåd är den yttersta återlösande kraften. Våra bästa ansträngningar kanske är begränsade, men hans är oändliga och eviga.

Det råder inget tvivel om att världens förhållanden skapar många former av förtvivlan, men ingen ligger bortom Återlösarens förmåga att bota. Vi kan alla ha ett klart hopp om att våra hjärtan *kan* förbindas och botas genom Kristi försoning. Denna kunskap gjorde att jag kunde gå vidare med mitt arbete i vetskap om att hans ansträngningar *alltid* lyckas. ■

Helar

Frälsaren kan bota sårade hjärtan, missförstånd och hat om vi ser till hans ord och hans försoning.

I augusti 1978 fick jag i uppdrag att närvara vid en stavskonferens i Söul i Sydkorea. Efter ledarskapsmötet för prästadömet stod jag i korridoren när en syster i 60-årsåldern viskade till mig på japanska: "Jag tycker inte om japaner."

Jag blev chockad och förvånad. Jag vände mig om och svarade på japanska: "Jag är ledsen att du känner så." Jag undrade vad hon hade upplevt i livet som fått henne att känna så. Vilken skada hade mitt folk gjort mot hennes folk?

I mitt tal under stavskonferensens kvällssession talade jag om Frälsarens försoning och hans stora offer. Jag talade till stav medlemmarna om Nephi och hur Herrens Ande tog honom till ett högt berg. Han såg där livets träd, som hans far



Äldste
Yoshihiko Kikuchi
i de sjuttios kvorum



varje hjärtesår

Lehi hade sett, och han såg Jesusbarnet (se 1 Nephi 11:1–20). Sedan frågade en ängel honom om han visste vad trädet betydde som hans far hade sett i en syn.

Nephi svarade: "Ja, det är Guds kärlek som utgjuts i människobarnens hjärtan. Därför är den det mest begärliga av allt." Ängeln tillade: "Ja, och det mest glädjande för själen" (1 Nephi 11:22–23).

Guds kärlek kan hjälpa oss övervinna alla fördomar och missförstånd. Vi är i sanning Guds barn och vi kan få del av hans kärlek i vår själ om vi önskar det.

*Herre, lär mig älska dig och
gå den väg du visat har.
Ge mig kraft att lyfta andra,
att till kärlek vara snar.¹*

Hjälp mig aldrig döma andra

Utan att ha planerat det började jag prata om min anknytning till folket i Korea. Jag berättade för församlingen att jag hade vuxit upp med nio koreanska kusiner. De kom hem till oss, och mina syskon och jag gick ofta hem till dem. Jag åt koreansk



mat och lärde mig koreanska sånger. Min faster gifte sig med en underbar koreansk man. Deras barn växte upp i Japan, i samma stad jag växte upp i.

Mitt i talet bad jag någon att spela piano medan jag sjöng en koreansk folksång tillsammans med president Ho Nam Rhee, den första stavspre-

sidenten i Sydkorea. Sedan bad jag president Rhee hjälpa mig att sjunga den koreanska nationalsången som jag inte hade sjungit sedan jag var liten. Det var länge sedan min koreanske farbror hade lärt mig den, men orden kom tillbaka till mig. Sedan bad jag de församlade att sjunga den med mig. Alla ställde sig upp och sjöng sin vackra nationalsång. Många tårar föll och det var svårt för mig att sjunga. Vi kände en underbar och ljuvlig ande.

Jag sade till medlemmarna i staven att precis som jag älskade mina koreanska kusiner, älskade jag också dem — därför att vi alla är Guds barn, därför att vi alla är bröder och systrar i evangeliet och tack vare Guds kärlek (se 1 Nephi 11:22, 25). Vi kände alla denna eviga kärlek, och nästan alla där grät. Jag sade till dem: "Jag älskar er som mina bröder och systrar i evangeliet."



VAR EN SANN LÄRJUNGE

"Jag [har fått] veta att rasistiska gliringar och nedsättande kommentarer ibland hörs hos oss. Jag påminner er om att ingen som faller nedsättande kommentarer om någon av en annan ras kan anse sig vara en sann Kristi lärjunge. Inte heller kan han anse sig vara i samklang med Jesu Kristi kyrkas lära ...

Vi är medlemmar i Herrens kyrka. Vi har plikter såväl mot honom som mot oss själva och andra."

President Gordon B. Hinckley (1910–2008), "Behovet av större vänlighet", *Liahona*, maj 2006, s. 58, 60.

När kvällssessionen var över ställde sig stavsmedlemmarna i en lång kö för att hälsa på mig. Den sista personen i kön var den 60-åriga koreanska systemen. Hon kom fram till mig med tårar i ögonen och bad om ursäkt. Herrens Ande var stark. Frälsarens helande vingar lyfte oss alla och en anda av frid rådde bland de församlade. Jag kände mig som ett med dem.

*Hjälp mig aldrig döma andra —
är jag själv från synder fri?
Jag vill glömma och förlåta
innan stunden är förbi.*

Ditt budskap förändrade mitt tänkesätt

Jag kallades som medlem i de sjuttios kворum 1977. Sedan dess har jag haft förmånen att besöka hundratals stavar. Efter ett ledarskapsmöte för prästadömet i Taylorsville, Utah, kom en storvuxen man fram till mig och viskade att hans bror hade dödats under andra världskriget och att han hatade det japanska folket. Men efter konferensen kom samme man fram till mig med tårar i ögonen. Han grät av glädje och gav mig en kram därför att jag hade berättat om min omvändelse och min kärlek till Amerika, och det hade berört honom.

Vid ett annat tillfälle kom en syster fram till mig under en stavskonferens i Georgia, USA, och sade att hon hade förlorat sin far under andra världskriget. Men efter mötet sade hon till mig: "Jag måste be om ursäkt. Eftersom min far dödades av japaner har jag låtit hatet frodas i hjärtat." Sedan sade hon: "Du sade att din far också dödades under kriget men att du senare tog emot evangeliet, vilket

förändrade ditt liv. Och nu säger du att du älskar oss. Jag skäms över mig själv. Fastän jag föddes in i kyrkan har jag hatat ditt folk ända till denna dag. Men ditt budskap förändrade mitt tänkesätt."

Jag har haft så många liknande upplevelser. Jag har fått träffa många människor, och tack vare evangeliet kan vi älska och förstå varandra.

All min skuld har tagits bort

Några år senare under en brasafton som hölls efter ett besök till Adam-on-di-Ahman bad den som ansvarade för servicemissionärerna i området mig att berätta om min omvändelse. Jag gjorde det och tackade sedan paren som kommit till brasaftonen för att de förberett sina barn att verka som missionärer och bildligt talat skickat dem till min dörr.

Medan jag skakade hand och gjorde mig redo att gå sade den ansvarige: "Innan mötet är slut har jag något jag måste erkänna." Jag minns inte de exakta orden, men i stort sett sade han:

"Som ni vet tjänade jag mitt land som marinsoldat när jag var ung. Jag dödade många japanska soldater under den tiden. Jag trodde att jag hade tjänat mitt land trofast, men under många år, varje gång jag såg människor från Asien, särskilt japaner, drabbades jag av allvarliga depressioner. Ibland



kunde jag inte ens leva normalt. Jag pratade med ledare i kyrkan och samtalade om mina känslor med professionella terapeuter.

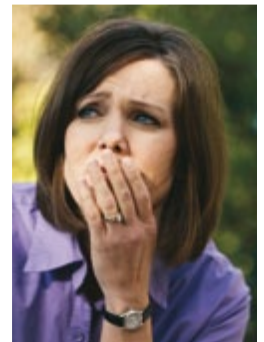
I dag när jag såg äldste och syster Kikuchi och deras son kom minnena tillbaka. Men sedan lyssnade jag när äldste Kikuchi bar sitt vittnesbörd och berättade om sin omvändelse, sin kärlek till Herren och evangeliet, och om sin kärlek till var och en av oss. Han sade att han hade hatat amerikaner och amerikanska soldater men att evangeliet hade förändrat hans liv genom Herrens helande kraft. När jag hörde det, var det som om jag också hörde Herrens röst säga: "Det är över. Det är bra nu."

Han sträckte ut händerna och lyfte dem och sade, med tårar i ögonen: "All min skuld har tagits bort. Min börda har lyfts bort!"

Han kom fram till mig och kramade mig. Sedan kom våra hustrur fram och vi kramade om varandra och grät.

Jag har lärt mig att Frälsaren kan bota sårade hjärtan, missförstånd och hat om vi ser till hans ord och hans försoning. Han helar oss på samma sätt som han helade israeliterna från ormbetten (se 4 Mos 21:8–9; 1 Nephi 17:41; Alma 33:19–21). Det är "Guds behagliga ord ... som helar den sårade själen" (Jakob 2:8) och det är genom hans sår som vi är helade (se Jes 53:5; Mosiah 14:5).

*Jag vill skänka tröst och lindring,
hela varje hjärtesår;
ta min broders hand i kärlek
när hans väg är mörk och svår.*



Han helar oss på samma sätt som han helade israeliterna från ormbetten. Det är "Guds behagliga ord ... som helar den sårade själen" och det är genom hans sår som vi är helade.



ÄLSKA VARANDRA

"Moder Theresa, en katolsk nunna som arbetade bland de fattiga i Indien under större delen av sitt liv, sade följande djup-sinniga sanning: 'Om du dömer människor har du inte tid att älska dem.' Frälsaren lärde: 'Detta är mitt bud att ni skall älska varandra så som jag har älskat er.' Jag frågar: *Kan vi älska varandra som Frälsaren befallt om vi dömer varandra?* Och jag svarar som moder Teresa: Nej, det kan vi inte."

President Thomas S. Monson, "Kärleken upphör aldrig", *Liahona*, nov. 2010, s. 124.

Ni får 10 minuter

Jag föddes i ett litet samhälle på den nordliga ön Hokkaido i Japan. När jag var fem år dödades min far av ett angrepp från en amerikansk ubåt. Som pojke blev jag bitter mot amerikanerna. Jag växte upp så, utan att egentligen veta vad det var som hade orsakat kriget.

När jag tog examen från junior high school var vi fattiga. Mor hade inte råd att skicka mig till en högre utbildning så jag bestämde mig för att börja arbeta för att bekosta min vidareutbildning. Det fanns inget arbete i vår lilla by, men nio timmar hemifrån, i Muroran där mor växte upp, fick jag jobb på en plats där man producerar tofu.

Jag gick upp halv fem varje morgon i Muroran, tillverkade tofu till klockan tolv och levererade sedan tofun till olika affärer till klockan sex på kvällen. Efter arbetet tvättade jag mig, bytte kläder, åt och sprang till min kvällskurs. Jag kom hem igen omkring halv elva och gick och lade mig klockan elva. På grund av mitt utmattande schema gjorde jag snart slut på all min energi och blev sjuk.

Jag bodde hemma hos ägaren till tofubutiken men jag sade upp mig från jobbet och frågade min morbror om jag kunde få bo hos honom så att jag kunde avsluta mitt första år på high school. Jag förblev sjuk, trots medicinerna jag fick. Jag visste inte vad jag skulle göra. Jag blev desperat och kände att jag kanske skulle dö. Jag bad intensivt: "Om det finns en Gud, vill du välsigna mig så att jag kan bli bra?" Sedan sade jag något som var en aning förmätet: "Om jag blir frisk vill jag återgälda dig för det."

Medan jag bodde hos min morbror knackade två utlänningar på dörren tidigt en kväll. De var missionärer från Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. En av dem, äldste Law - seniorkamraten - hade varit bonde i S:t Anthony i Idaho, USA. Den andre, äldste Porter - en ny äldste - var från Salt Lake City. Det var kallt, regnigt och nästan mörkt och de var redo att åka hem. Men av någon anledning fortsatte de att knacka dörr.

De knackade på min dörr och jag var ensam hemma. Jag öppnade och sade: "Nej tack."

De unga männen var ödmjuka och envisa, men jag sade ännu en gång: "Nej tack." Och jag tillade: "Ert folk dödade min far." Jag var fortfarande bitter.

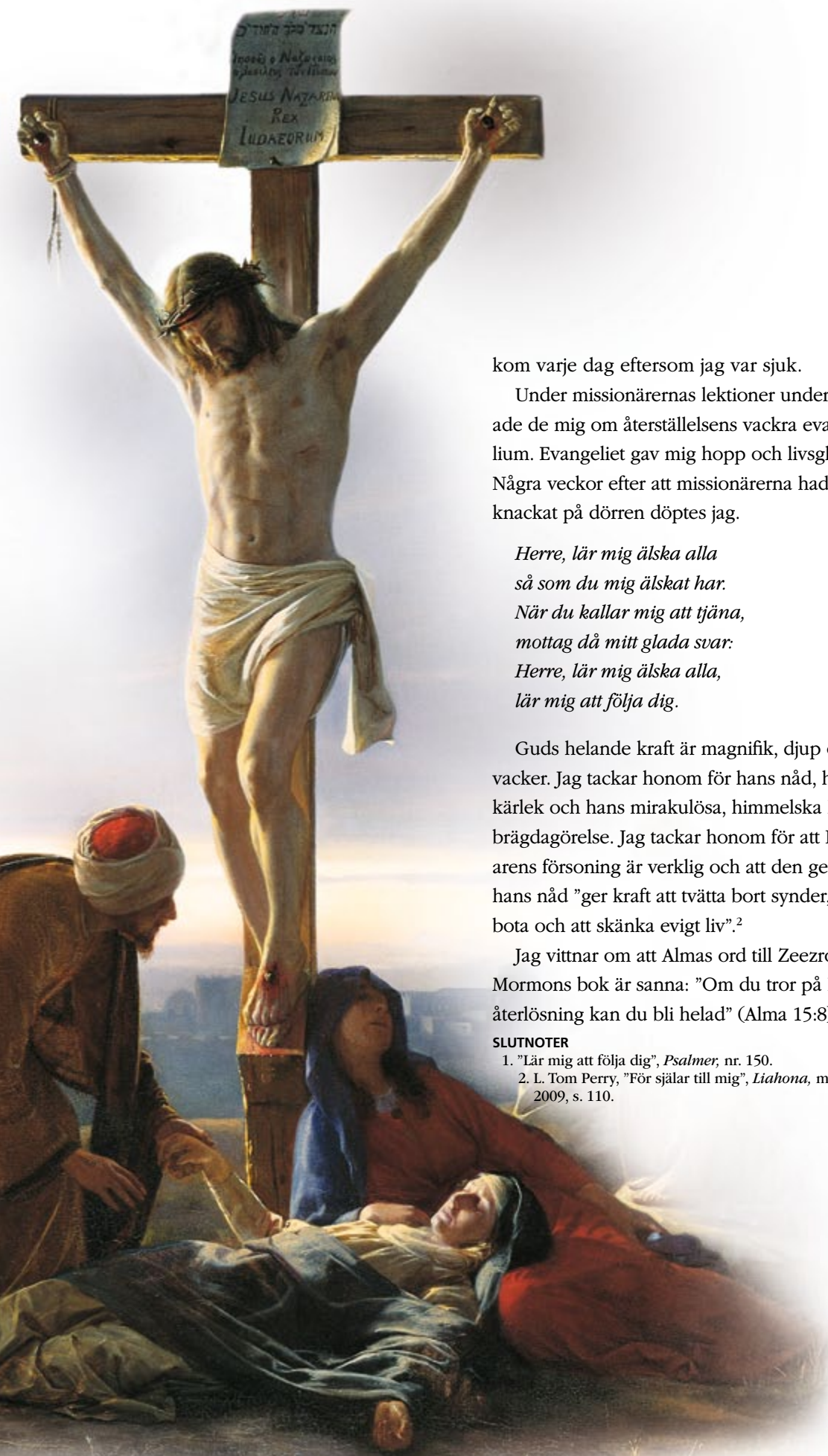
Men äldsten från Idaho lät sig inte avskräckas utan frågade hur gammal jag var. Jag sade: "Vad har min ålder med det här att göra? Var snälla och gå."

Han svarade: "Jag vill berätta för dig om en pojke i din ålder som såg *din* himmelske Fader och *din* Frälsare, Jesus Kristus. Vi vill berätta om den händelsen." Jag blev alldeles stelfrusen där jag stod i dörren.

Jag sade: "Ni får 10 minuter."

De där 10 minuterna berörde mig djupt och förändrade mitt liv. Berättelsen missionärerna återgav var så djup och vacker. Jag fick veta att jag är ett Guds barn och att jag kom från honom. Äldsterna





kom varje dag eftersom jag var sjuk.

Under missionärernas lektioner undervisade de mig om återställsens vackra evangelium. Evangeliet gav mig hopp och livsglädje. Några veckor efter att missionärerna hade knackat på dörren döptes jag.

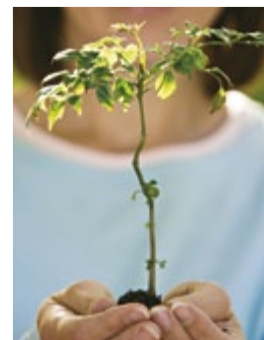
*Herre, lär mig älska alla
så som du mig älskat har.
När du kallar mig att tjäna,
mottag då mitt glada svar:
Herre, lär mig älska alla,
lär mig att följa dig.*

Guds helande kraft är magnifik, djup och vacker. Jag tackar honom för hans nåd, hans kärlek och hans mirakulösa, himmelska helbrägdagörelse. Jag tackar honom för att Frälsarens försoning är verklig och att den genom hans nåd "ger kraft att tvätta bort synder, att bota och att skänka evigt liv".²

Jag vittnar om att Almas ord till Zeezrom i Mormons bok är sanna: "Om du tror på Kristi återlösning kan du bli helad" (Alma 15:8). ■

SLUTNOTER

1. "Lär mig att följa dig", *Psalmer*, nr. 150.
2. L. Tom Perry, "För själar till mig", *Liahona*, maj 2009, s. 110.



**Guds helande kraft
är magnifik, djup
och vacker. Jag
tackar honom för
hans barmhärtighet,
hans kärlek och hans
mirakulösa, himmel-
ska helbrägdagörelse.**

EN STORSLAGEN gemenskap av heliga

Medlemmarna i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga finns i olika länder, har olika yrken och ämbeten och ställs inför många olika utmaningar.

Men Frälsaren och hans evangelium ger lösningar på våra problem, förenar oss i kärlek och ett gemensamt mål och för oss samman som en världsomfattande gemenskap.

Vare sig du samlas med 13 andra i en liten gren i Ukraina eller med 200 i en församling i Mexiko, tillhör du något mycket större. Vår gemensamma tro på Frälsaren gör oss bokstavligt talat "inte längre gäster och främlingar utan medborgare tillsammans med de heliga och tillhör Guds familj" (Ef 2:19).

När du lär känna några av dina medmänniskor från olika delar av världen i den här artikeln (och i varje nummer av kyrkans tidningar) hoppas vi att du ska få en försäkran om att Jesu Kristi evangelium kan ge dig det du behöver för att möta dina egna utmaningar.





**Vi'iga Faatoia
från Samoa**

60 år
Borgmästare
Förste rådgivare i ett biskopsråd



**Lucia Leonardo
från Guatemala**

23 år
Studerande
Andra rådgivare i Unga
kvinnors presidentskap i en stav

Tsunamin som drabbade Samoa i september 2009 dödade min sonson. Den dödade min systers son. Jag förlorade mitt hem, två bilar och nästan allt jag ägde. Nästan hela vår by flyttar upp i bergen så att det här inte ska kunna hända igen.

Jag vet att Gud älskar dem som överlevde för han har genom kyrkan gett oss nya hem, mat och vatten. Jag vet att han älskar dem som inte överlevde för vi kan, genom hans kraft, vara tillsammans igen. Vi har blivit välsignade.

Problemen jag ställs inför är desamma som alla i min ålder har. Vad ska jag göra med mitt liv? Vad ska jag studera? Vem ska jag gifta mig med? Hur hanterar jag pressen från vänner utanför kyrkan att sänka mina normer? Ibland är det lätt att bli nedslagen eller att känna sig ledsen eller nervös.

Evangeliet har väglett mitt liv på alla sätt. Jag behöver fortfarande arbeta på några detaljer men jag vet vad jag vill, och jag vet vart jag är på väg tack vare evangeliet. Jag är tacksam för det. Det gör mig verkligen glad. Det hjälper mig att vara stark och att hjälpa andra, för jag vet att när jag behöver hjälp så kan jag be till min himmelske Fader.



Valerina M. från Utah, USA

10 år

Det är inte alltid lätt att vara storasyster. Ibland blir jag irriterad. Men jag har lärt mig att vara en bra vän till min lillasyster och lillebror genom att titta hur mamma gör och se relationen hon har med sina systrar. Hon lär mig att vara ett kristuslikt exempel för människorna omkring oss. Jag kan göra det för att visa hur mycket jag uppskattar vår himmelske Faders och Jesu Kristi kärlek, och mammas och pappas kärlek.





Elizabeth Kangethe
från Kenya
27 år
Frilansjournalist
Hjälpföreningspresident i en församling



Harrison Lumbama
från Zambia
46 år
Styrelseledamot i en ideell
hjälporganisation
Distriktspresident

Innan jag tog emot evangeliet var min värld en mörk plats. Jag var sen att förlåta och hyste elaka känslor mot alla som jag kände hade förolämpat mig. Jag var desillusionerad i fråga om äktenskap eftersom jag såg män som var onyktra och kvinnor som blev slagna överallt omkring mig.

Jag förändrades när jag tog emot Jesu Kristi evangelium. Det var underbart att komma till kyrkan och se familjer sitta tillsammans, att få undervisning om kärlek, ömsesidig respekt och förståelse. Jag övergav traditioner som inte var i samklang med evangeliet.

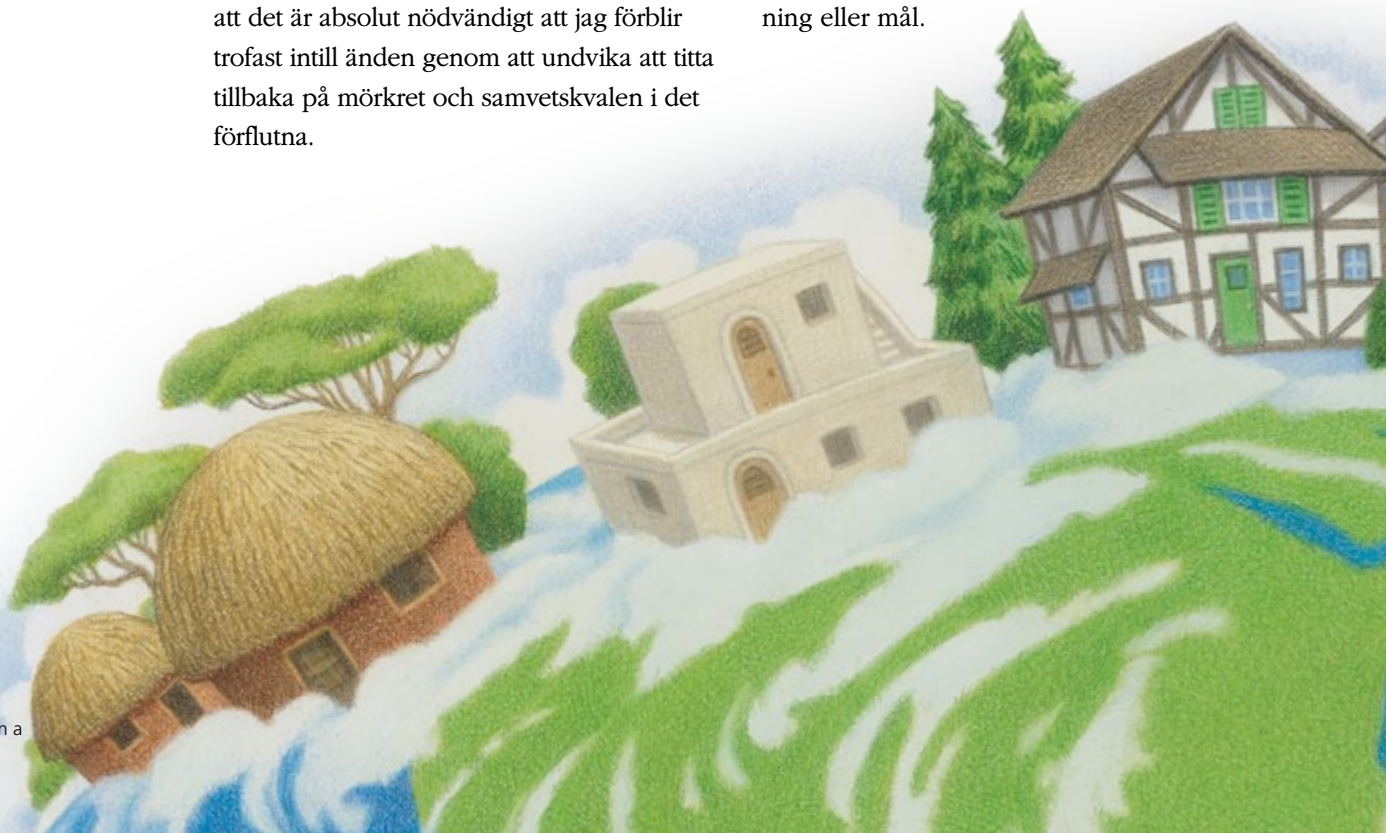
Jag kände mig manad att sluta fred med någon som jag såg som fiende. Nu har vi tät kontakt. Jag träffade en underbar återvänd missionär och vi ska snart vigas i templet.

Jag är övertygad om att jag är på rätt plats. Kärleken och omsorgen som medlemmarna visar varandra gör att jag känner samhörighet. Mitt liv har blivit mer meningsfullt. Jag inser att det är absolut nödvändigt att jag förblir trofast intill änden genom att undvika att titta tillbaka på mörkret och samvetsqualen i det förflutna.

En av de största prövningarna i mitt liv har varit att få pengarna att räcka till. Levnadskostnaden är hög jämfört med vad jag tjänar. Varje dag är jag upptagen med att tänka på att hyran måste betalas, att maten håller på att ta slut, att barnen har skolavgifter och så vidare.

Det evangelium som jag nu omfattar har verkligen hjälpt till att hålla mig vid mina sinnens fulla bruk, trots prövningarna. Tack vare att jag håller buden och mina förbund verkar saker och ting på något sätt mer uthärdliga. Eftersom vi följer tiondelagen har vår himmelske Fader välsignat oss så att vi aldrig behöver gå hungriga, och genom hans nåd lyckas vi övervinna hindren i livet. Evangeliet har blivit ett lugnande botemedel mot livets faror. Det har gett oss hopp om en bättre framtid, om vi är lydiga och trofasta.

Oavsett vilken prövning jag har mött, har evangeliet haft ett svar åt mig. Utan det skulle mitt liv helt enkelt vara utan inriktning eller mål.





Varvara Bak
från Ryssland
25 år
Studerande
Primärlärare



Chhoeun Monirac
från Kambodja
18 år
Förste rådgivare i Unga mäns
presidentskap, seminarielärare

Jag vill vara mer kristuslik - inte för att jag väntar mig att bli fullkomlig - men jag vill komma ihåg vem jag är och vara bättre idag än vad jag var igår. Det kan vara svårt när normerna i världen runtomkring oss är så låga. Det skulle vara lätt för mig att sänka mina normer.

Men på ett sätt är det inte så svårt att hålla kyrkans normer. Jag tror andra uppskattar personer med höga normer. Jag har alltid tyckt om människor som inte röker eller dricker och som har bra normer. Så när jag undersökte kyrkan följde jag redan många evangelienormer, och eftersom jag höll de buden fick jag snabbt ett vittnesbörd om dem.

Vi ställs alla inför oväntade problem i livet. När min familj hade återvänt hem efter att ha beseglats i templet i Hongkong och precis innan en av mina systrar skulle åka iväg på en heltidsmission förlorade min äldre bror och syster sina jobb och pappas lön halverades. Det var en svår tid för de elva personer som bodde i vårt lilla hem, men vi höll fast vid löfena vi hade fått i templet.

Under den tiden påminde den Helige Anden mig om ett skriftställe: "Men sök efter Guds rike innan ni söker efter rikedomar" (Jakob 2:18). Det gav mig hopp. Jag litade på att Gud skulle välsigna mig och min familj.

Min bror och syster har nu fått nya jobb som gör att min familj har mat att äta, och jag har varit på flera lovande jobbintervjuer. Det är ett underverk som har stärkt vår tro på Kristus. Jag vet att Herren älskar oss och känner oss. Han vet vad vi behöver. Om vi håller hans bud får vi framgång i landet (se Mosiah 2:22). ■



"KÄRLEKEN UPPHÖR ALDRIG": ETT SAMTAL OM Hjälpföreningen



Äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum och hans hustru Patricia T. Holland berättar om insikter angående Hjälpföreningens roll.

Jag kan inte tänka mig ett liv utan Hjälpföreningen", säger Patricia T. Holland i en intervju med kyrkans tidningars journalister angående vikten av Hjälpföreningen. "Det är därför att jag inte kan tänka mig att leva utan evangeliet, och Hjälpföreningen har varit en plats där jag personligen har lärt mig väldigt mycket om evangeliet."

Syster Holland och hennes make äldste Jeffrey R. Holland erkänner båda evangeliets kraft i sitt liv. De uppskattar också Hjälpföreningens inverkan när det gäller att bygga ett starkt hem. "Hjälpföreningen har alltid varit en styrka för kyrkan", säger äldste Holland. "Den har alltid tillhandahållit det som behövs i varje steg av kyrkans utveckling. Idag är dess insatser ännu viktigare med tanke på de svåra tider vi lever i. Hjälpföreningen är inte bara ett program. Den är evangeliet — evangeliet i verksamhet i våra anmärkningsvärda kvinnors liv. I svåra tider inser vi att den erbjuder medlemmarna, och i förlängningen hela kyrkan, precis den hjälp vi behöver just då."

Här delger äldste och syster Holland sina tankar om Hjälpföreningen och styrkan som familjer, församlingar

och grenar får del av när prästadömet och Hjälpföreningens ledare arbetar tillsammans.

Vilken roll har Hjälpföreningen när det gäller att stärka tron och familjen?

Syster Holland: Hjälpföreningen behövs nu mer än någonsin på grund av de utmaningar vi ställs inför i världen idag. Kyrkans kvinnor har större behov av att vara rättfärdiga, att leva nära Anden och att vara trofasta. Och kvinnor behöver också varandra för att uppehålla och stärka sin tro.

Äldste Holland: Det Hjälpföreningen gör är att undervisa om evangeliet på ett unikt, mäktigt sätt, med en kvinnas säregna röst. Hjälpföreningen är ett av de medel varigenom evangeliets lärdomar och värderingar blir en del av kvinnornas liv. Men tänk på att evangeliets principer inte är begränsade till kön. Kärlek, barmhärtighet och medlidande liksom styrka, ledarskap och beslutsamhet är alla dygder i evangeliet. Vi bör alla ta till oss så många av dessa dygder som vi kan, både män och kvinnor.

Var och en av oss som färdas längs evangeliets väg är

en individ — en dotter eller en son till Gud. Som enskilda medlemmar måste vi vara absolut bergfasta. Ingen organisation är starkare än sina medlemmar, inget hem starkare än sin grund.

Syster Holland: När jag tänker på alla välsignelser vi som sista dagars heliga får i våra tempel, i våra församlingar och grenar, i våra äktenskap och i våra familjer, inser jag att de beror på hur väl prästadömet och Hjälpföreningen — männen och kvinnorna — arbetar tillsammans hemma och i kyrkan.



”Med tanke på de utmaningar som kvinnan och familjen ställs inför så finns det ingen organisation i världen som blir till större hjälp i framtiden än Hjälpföreningen.”

Patricia T. Holland

Äldste Holland: Kvinnor kommer hem från Hjälpföreningen varje vecka och berättar för männen i sitt liv vad de har lärt sig. Likaså har min hustru och mina döttrar välsignats under årens lopp av den prästadömsundervisning som jag och våra söner har tagit emot och delat med oss av.

Syster Holland: Jag tycker det borde sägas att med tanke på de utmaningar som kvinnan och familjen ställs inför så finns det ingen organisation i världen som blir till större hjälp i framtiden än Hjälpföreningen. Vi behöver få kyrkans kvinnor att förhålliga sina kallelser som ledare och som ”kaptener” för barnens välfärd, särskilt nu när vi ser familjer falla sönder. Vi måste marschera tillsammans, hand i hand, för att få arbetet gjort.

Hur har Hjälpföreningen välsignat dig och din familj?

Syster Holland: Hjälpföreningens inverkan på mig började redan innan jag föddes eftersom både min mor och mormor verkade i Hjälpföreningen. När jag var liten lärde jag mig av dem. Jag ville bli som dem. De berättade om min gammelmormor Elizabeth Schmutz Barlocker som verkade

som hjälpföreningspresident i 40 år. Hon gav allt hon hade, inklusive sin mat och sina kläder, till sina systrar i evangeliet. Hon litade på att Gud skulle beskydda och välsigna henne i detta tjänande, och det gjorde han. Dessa tre kvinnors exempel och deras tjänande i Hjälpföreningen inspirerar mig än idag.

Äldste Holland: Jag har ju inte gått i Hjälpföreningen, men den formade mitt liv medan jag växte upp. Min mor verkade i vår församlings hjälpföreningspresidentskap under nästan hela min



tonårstid. Det var något underbart för en ung man att se. Helt visst kommer dessa välsignelser från våra förfäder till oss och

välsignar våra barn och barnbarn.

Men mitt vittnesbörd om Hjälpföreningen har också kommit genom min hustru. Jag är stolt över att vara gift med en före detta hjälpföreningspresident. Jag har välsignats på ett direkt sätt av hennes hängivenhet. Jag visste när jag gifte mig med Patricia Terry vilken slags kvinna hon var eftersom jag hade sett henne tjäna Herren. Hon hade stigit fram och axlat sina ansvarsuppgifter i riket. För mig var hon större än själva livet. Nu välsignas vårt äktenskap och våra barn av dessa värderingar och dygder. Har Hjälpföreningen välsignat mig? Absolut!

Hur kan prästadömet och biorganisationernas ledare arbeta tillsammans för att stärka en församling eller gren?

Syster Holland: Hjälpföreningen organiserades efter prästadömet s mönster. Det visar på en vacker parallell mellan prästadömet och Hjälpföreningen och förstärker

tanken att män och kvinnor stärker rättfärdigheten hos varandra. Männen behöver välsignas av kvinnorna och kvinnorna behöver välsignas av männen. Det får vi lära oss på ett mäktigt sätt i templet. Församlingar och grenar blir starkare ju mer prästadömet och biorganisationernas ledare arbetar tillsammans. Vi har sett kraften i församlingsrådsmötena på varje plats vi har bott på.

Männen och kvinnorna är alla en del av Kristi kropp, och vilket underbart medlemskap det är! Vi får lära oss i



skrifterna att "om ni inte är ett är ni inte mina" (L&F 38:27) och att "ögat ... inte [kan] säga till handen: 'Jag behöver dig inte'" (1 Kor 12:21).

Äldste Holland: På grund av dagens invecklade problem behöver församlingarnas och grenarnas ledare samarbeta. Biskopen är den ende som har prästadömsnycklarna att leda församlingen. Församlingens och grenens rådsmöten är den plats där den nödvändiga samordningen äger rum. Ju bättre rådet fungerar desto bättre fungerar kyrkan. Så är det i varje församling och gren.

Biskopen kan använda församlingens rådsmöten till att analysera församlingens behov tillsammans med andra församlingsledare. Finns det medlemmar som är i behov av timlig välfärdshjälp? Finns det någon ung man som snart är redo att gå ut som missionär? Förbereder sig par för att komma till templet? Vad kan vi som församlingsråd göra för att vara till hjälp?

Kom ihåg att en mors bekymmer inte kan särskiljas från barnens och makens behov. Genom besökslärarna ser hjälpföreningspresidenten både hela familjens behov och

de enskilda medlemmarnas. Det är en mäktig resurs att ta till vara i församlingsråden.

Hur kan Hjälpföreningen hjälpa kyrkan möta 2000-talets utmaningar?

Äldste Holland: Den nuvarande ekonomiska nedgången världen över har omformat jorden ekonomiskt sett. Men undervisning om principerna för välfärd och en förutseende livsstil har alltid varit en del av Hjälpföreningen. Världen kan

"Samma färdigheter och tankar som Hjälpföreningen alltid har stått för innehåller många av svaren på de problem vi möter över hela världen. 'Kärleken upphör aldrig' är ett budskap som hela den mänskliga familjen kan förena sig under."

Äldste Jeffrey R. Holland



tycka att det är gammalmodigt att konservera frukt eller sy lapptäcken på 2000-talet. Men det finns just nu människor som är hungriga och fryser. För dem skulle lite

konserverad frukt och ett varmt täcke komma som en gåva från himlen. Det blir aldrig omodernt att leva förutseende. Det här är ingen tillbakagång till 1800-talet utan den riktning vi behöver ta då vi kastar oss in i 2000-talet. Samma färdigheter och tankar som Hjälpföreningen alltid har stått för innehåller många av svaren på de problem vi möter över hela världen.

"Kärleken upphör aldrig" är ett budskap som hela den mänskliga familjen kan förena sig under. Det är inget program — det är evangeliets stridsrop (se 1 Kor 14:8–10). Evangeliet kommer aldrig att upphöra, så "Kärleken upphör aldrig" är ett lämpligt motto för Hjälpföreningen (1 Kor 13:8). Det förstärker det faktum att kyrkans män och kvinnor arbetar mot samma mål. De strävar efter att bli Kristi lärjungar.

Och om vindarna blåser så blåser de. Om stormarna kommer så kommer de. Evangeliet är alltid svaret, oavsett



frågan. Det segrar alltid. Vi är byggda på klippan, som är Jesus Kristus, och det är hans bergfasta evangelium som kan ta oss igenom de svåra tiderna.

Syster Holland: Jag tror att det i kvinnors hjärtan finns en önskan att hjälpa andra i nöd. Det har ingen betydelse om en kvinna är ung eller gammal, gift eller ensamstående. Hjälpföreningen utgör en ypperlig möjlighet för henne att tjäna för det finns alltid personer som behöver hjälp. Likaså behöver varje kvinna någon gång själv hjälp. "Kärleken upphör aldrig" är verkligen en evig princip med ett mäktigt budskap som alla kan följa.

Äldste Holland: Kom ihåg att Hjälpföreningens tjänande inte begränsas till medlemmarna i kyrkan. Vi försöker alla ta hand om våra egna, men det fina systerskapet i Hjälpföreningen — särskilt med tanke på tjänande — har inga gränser. Det hjälper oss att engagera oss i grannfamiljen som inte delar vår tro, eller att delta i en aktivitet för att hjälpa en skola eller hålla våra grannskap och samhällen rena och säkra.

Vilken roll kommer Hjälpföreningen att ha i framtiden?

Syster Holland: Självklart kommer Hjälpföreningen att ha en betydande roll i framtiden. Ju mörkare världen blir desto klarare lyser evangeliets ljus. Hjälpföreningen har ett stort ansvar att undervisa våra systrar om evangeliets principer. Den viktigaste bland dessa lärdomar är att Gud, vår himmelske Fader, sände sin Enfödde Son, Jesus Kristus, till jorden. Hans försoning, uppståndelse och exempel lär oss att ha tro på honom, omvända oss, ingå förbund och älska

FÖRSAMLINGSRÅD: DÄR LEDARNA ARBETAR TILLSAMMANS

"Församlingsrådet består av biskopsrådet, församlingskamreren, församlingens verkställande sekreterare, högprästernas gruppleddare, äldstekvorumets president, församlingens missionsledare och presidenterna för Hjälpföreningen, Unga män, Unga kvinnor, Primärföreningen och Söndagsskolan ...

Rådsmedlemmar uppmuntras att säga sin ärliga mening ... Både män och kvinnor ska känna att deras inlägg uppskattas ... Kvinnors synsätt skiljer sig ibland från männens, och detta bidrar till ett viktigt perspektiv ...

Församlingsrådets möten ska koncentreras på sådant som stärker den enskilde och familjen" (*Handbok 2: Kyrkans förvaltning* [2010], 4.4; 4.6.1).

varandra. Jesus Kristus är ljuset som aldrig upphör — det starka ljus som ska skingra mörkret.

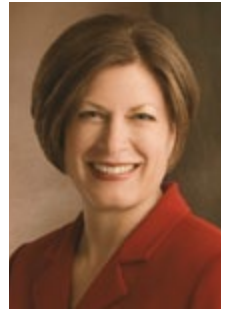
Äldste Holland: I Matteus 7:16 står det: "På deras frukt skall ni känna igen dem." Också när våra barn var små kunde de till exempel se sin mors hängivenhet mot evangeliet och rollen en kvinna har i det. De följde ofta med henne när hon tjänade sina hjälpföreningssystrar. Ibland fick de be om att vår gamla bil skulle starta. De såg henne när hon pul-sade genom snön i en gammal jacka för att hjälpa hjälpföreningssystrar i New England. De var små, men de har aldrig glömt det. De såg sin mors uppoffringar och trofasthet, och som en följd därav är vår dotter en sista dagars helig kvinna som är djupt engagerad i tjänande, och våra söner hyser stor respekt och beundran för våra svärdöttrars beslutsamhet och hängivenhet. Tack vare deras mors exempel är det tydligt att våra barn är medvetna om kvinnans ytterst viktiga och upphöjda plats i deras liv och i Guds rike.

På liknande sätt ser andra sista dagars heligas exempel på "frukt"

— den frukt som kommer när vi arbetar på att bli den levande Gudens lärjungar. Det är det ljuset som aldrig kan förmörkas. Hjälpföreningens framtid är ljus eftersom evangeliet är ljus. Guds rikes ljus kommer aldrig att slockna. Och allteftersom behoven ökar ljuder evangeliets stridsrop allt tydligare. De rättfärdiga prästadömsmännen och hjälpföreningskvinnorna i kyrkan är bland de första att frambära det budskapet och utföra detta tjänande. ■

Intervjun hölls av LaRene Gaunt och Joshua Perkey från kyrkans tidningar.

Julie B. Beck

Hjälpföreningens
generalspresident

UNDERVISA OM LÄRAN OM FAMILJEN

När jag träffar unga ensamstående vuxna runt om i världen frågar jag: "Varför är första presidentskapet så måna om er och förser er med så många resurser?" Här är några av svaren jag får: "Vi är kyrkans framtida ledare." "Vi behöver utbildning för att hålla oss starka." "Våra vittnesbörd stärks i våra seminarie- och institutklasser." "Vi behöver träffa andra bra ungdomar i kyrkan." "Vi är framtidens hopp." Jag har sällan hört: "Så att jag en dag kan bli en bättre pappa eller en bättre mamma." Deras svar handlar i regel om dem själva eftersom de befinner sig i ett sådant skede av livet.

Inte desto mindre behöver ungdomarnas föräldrar, lärare och ledare undervisa det uppväxande släktet om läran om familjen. Det är nödvändigt för att hjälpa dem uppnå evigt liv (se Mose 1:39). De behöver veta att läran om familjen är baserad på skapelsen, fallet och försoningen. De behöver förstå vilka hoten mot familjen är så att de vet vad de kämpar mot och kan förbereda sig. De behöver tydligt förstå att evangeliets fullhet fullbordas i tempelns förordningar och förbund.

Läran om familjen

I Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga har vi en lära om familjen som grundas på

skapelsen, fallet och försoningen. I och med jordens skapelse tillkom en plats där familjen kunde bo. Gud skapade mannen och kvinnan som de två väsentliga delarna i en familj. Det ingick i vår himmelske Faders plan att Adam och Eva skulle beseglas och bilda en evig familj.

Fallet gav familjen möjlighet att växa. Adam och Eva var familjeledare som valde att ha en jordisk upplevelse. Fallet gjorde det möjligt för dem att få söner och döttrar.

Försoningen gör det möjligt för familjen att bli besegrad för evigt. Den gör det möjligt för familjer att uppleva evig tillväxt och fullkomning. Lycksalighetsplanen, som också kallas frälsningsplanen, var en plan som skapades för familjer. Det uppväxande släktet behöver förstå att familjen är det centrala i vår lära.

När vi talar om att kvalificera oss för det eviga livets välsignelser så menar vi att kvalificera oss för eviga familjer. Det här var Kristi lära, och den återställdes genom profeten Joseph Smith. Den står upptecknad i Läran och förbunden

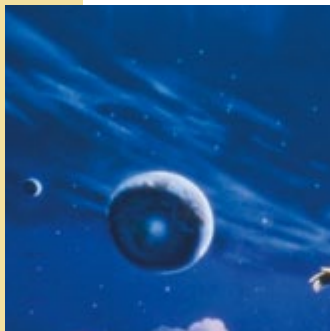
2:1–3:

"Se, jag skall uppenbara prästadömet för er genom

Den här generationen anmodas försvara läran om familjen som aldrig tidigare. Om de inte känner till den kan de inte försvara den.



*Vi har en lära om
familjen som grundas
på skapelsen, fallet och
försoningen.*



profeten Elias hand, innan Herrens stora och fruktansvärda dag kommer.

Och han skall inplantera i barnens hjärtan de löften som gavs till fäderna, och barnens hjärtan skall vända sig till sina fäder.

Om det inte vore så, skulle hela jorden bli fullständigt ödelagd vid hans ankomst.”

Det här skriftstället handlar om tempelvälsignelser — förordningar och förbund utan vilka jorden blir ”fullständigt ödelagd”.

”Familjen: Ett tillkännagivande för världen” skrevs för att understryka att familjen har en central roll i Skaparens plan.¹ Utan familjen finns det ingen plan; det finns ingen orsak till jordelivet.

Hot mot familjen

Förutom att vi alla måste förstå läran om familjen så måste vi också förstå hoten mot familjen. Om vi inte gör det kan vi inte förbereda oss för striden. Överallt finns det bevis på att familjen blir alltmer oviktig. Färre gifter sig, äktenskapsåldern stiger och skilsmässotalet stiger. Antalet utomäktenskapliga födslar stiger. Antalet aborter stiger och legaliseras alltmer.

Vi ser lägre födselotal. Vi ser det ojämlika förhållandet mellan män och kvinnor och vi ser kulturer som fortfarande praktiserar misshandel inom familjen. I många fall blir karriären viktigare än familjen.

Många av våra ungdomar känner en allt mindre tilltro till familjen som institution. De lägger allt större värde på utbildning och allt mindre vikt vid att bilda en evig familj. Många ser inte bildandet av en familj som ett trobaserat arbete. För dem är det ett val ungefär som att shoppa. Många misstror också sin egen moraliska styrka och sina kamraters moraliska styrka. Eftersom

Skilsmässa, något som blir allt vanligare, är ett av hoten mot familjen.



frestelserna är så svåra är många osäkra på om de framgångsrikt kan hålla sina förbund.

Många ungdomar har också otillräckliga och outvecklade sociala färdigheter, vilket är till hinder för dem när de ska bilda en evig familj. De blir alltmer skickliga på att samtala med någon som befinner sig 8 mil bort och mindre och mindre dugliga på att föra en konversation med någon i samma rum. Det gör det svårt för dem att umgås med varandra.

Vi ställs också inför samma problem som vi kan läsa om i Efesierbrevet 6:12: ”Ty vi strider inte mot kött och blod utan mot furstar och världshärskare här i mörkret, mot ondskans andemakter i himlarna.” Politiska beslut fattas varje dag som går emot familjen, och den lagliga definitionen av en familj förändras runt om i världen. Pornografin härjar. Den nya målgruppen för dem som framställer pornografi är unga kvinnor. Föräldrar framställs som löjliga och utan verklighetsanknytning. Familjefientliga mediabudskap finns överallt. Ungdomar blir allt mindre lyhörda inför behovet att bilda eviga familjer.

Vi ser hur det här kan hända när

vi läser vad antikristen Korihor sade: "Och sålunda predikade han för dem och vilseledde många hjärtan och fick dem att lyfta upp sina huvuden i sin ogudaktighet. Ja, han vilseledde många kvinnor, och även män, till att bedriva hor" (Alma 30:18). Satan vet att han aldrig kommer att få en kropp. Han kommer aldrig att få en familj. Därför har han de unga kvinnorna som målgrupp eftersom de kommer att skapa kroppar för framtida generationer.

Korihor var en antikrist. En antikrist är emot familjen. Allt våra ungdomar får höra i världen som är emot familjen är också emot Kristus. Så enkelt är det. Om våra ungdomar slutar tro på sina fäders rättfärdiga

traditioner, som folket i Mosiah 26, om våra ungdomar inte förstår sin del i planen, kan de ledas vilse.

Undervisa det uppväxande släktet

Vad är det vi hoppas att det här uppväxande släktet ska förstå och göra till följd av det vi undervisar dem om? Svaren på den frågan och huvuddelarna av läran om familjen finns i tillkännagivandet om familjen. President Gordon B. Hinckley (1910–2008) sade att tillkännagivandet var "ett klagörande och en ytterligare bekräftelse av normer,

Ungdomarnas föräldrar och ledare och lärare bör undervisa om läran om familjen till det uppväxande släktet så som den finns upptecknad i skrifterna och i tillkännagivandet om familjen.



FAMILJEN ÄR EVIG

"Familjen är inte en jordisk tillfällighet. Den existerade som en organisatorisk

enhet i himlarna innan världen formades. Historiskt sett började den på jorden med Adam och Eva enligt det som upptecknats i Första Moseboken. Adam och Eva vigdes och beseglades för tid och all evighet av Herren och därför kommer deras familj att bestå för evigt."

Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum, "The Family: A Proclamation to the World", i *Clothed with Charity: Talks from the 1996 Women's Conference (1997)*, sammanst. av Dawn Hall Anderson, s. 134.

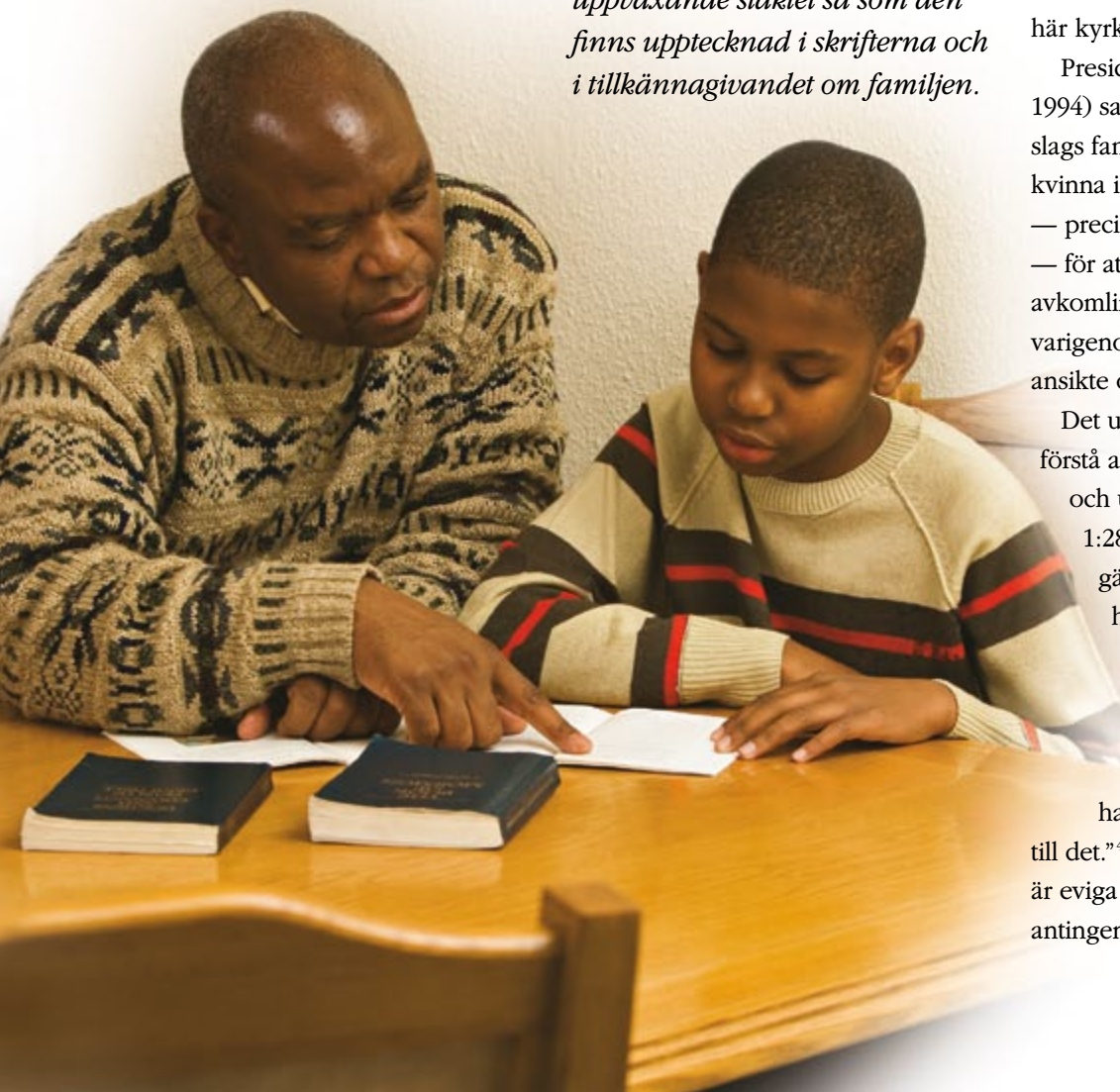
lärdomar och förfaringssätt" som den här kyrkan alltid har haft.²

President Ezra Taft Benson (1899–1994) sade: "Denna orden ...[är] en slags familjestyrelse, där en man och kvinna ingår ett förbund med Gud — precis som Adam och Eva gjorde — för att beseglas för evigt [och] få avkomlingar ... och det är enda sättet varigenom vi en dag kan se Guds ansikte och leva."³

Det uppväxande släktet behöver förstå att befallningen att föröka sig och uppfylla jorden (se (1 Mos 1:28; Mose 2:28) fortfarande gäller. Barnafödande är en handling som är baserad på tro. President Spencer W.

Kimball (1895–1985) sade:

"Det är ytterst själviskt av ett gift par att vägra ha barn när de har möjlighet till det."⁴ Moderskap och faderskap är eviga roller. Båda har ansvaret för antingen den manliga eller kvinnliga





TILL LÄRARE

”Ert viktigaste intresse, er förnämsta och nästan enda plikt är att undervisa om

Herren Jesu Kristi evangelium så som det har uppenbarats i dessa sista dagar. Ni ska undervisa om detta evangelium och använda som ert källmaterial och er auktoritet kyrkans standardverk och deras ord vilka Gud har kallat att leda sitt folk i dessa sista dagar.”

President J. Reuben Clark Jr. (1871–1961), förste rådgivare i första presidentskapet, *Den utstakade kursen för utbildningen i kyrkan*, rev. uppl. (2004), s. 10; se också *Undervisa om evangeliet: Handbok för KUV:s lärare och ledare* (2004), s. 4.

delen av planen. Ungdomsåren är rätt tid att förbereda sig för dessa eviga roller och ansvarsuppgifter.

Föräldrar, lärare och ledare kan hjälpa ungdomarna förbereda sig för Abrahams välsignelser. Vilka är då dessa välsignelser? Abraham talar om det för oss i Abraham 1:2. Han säger att han ville ha ”den rättighet vartill jag skulle ordineras för att förvalta ... och ... vara en som ägde stor kunskap ... och bli fader till många nationer, en fridsfurste, och då jag önskade ta emot undervisning och hålla Guds bud, blev jag en rättmätig arvinge, en högpräst med den rätt som tillhörde fäderna”.

Var är de välsignelser Abraham fick? Endast de som beseglats och vigts i templet kan få dessa välsignelser. En man kan inte bli en ”fader till många nationer” utan att ha beseglats till sin hustru. På samma sätt kunde inte Abraham på

ett rättmätigt sätt tillhöra fäderna utan en hustru som hade rättigheter som tillhör mödrarna.

Berättelserna om Abraham och Sara och om Isak och Rebecka finns i Första Moseboken. Abraham och Sara fick bara en son, Isak. Om Abraham skulle bli ”fader till många nationer”, hur viktig var då inte Isaks hustru Rebecka? Hon var så viktig att han skickade sin tjänare många mil för att finna den rätta unga kvinnan — en som skulle hålla sina förbund, en som förstod vad det innebar att bilda en evig familj.

I Första Moseboken 24:60 välsignas Rebecka att bli mor till ”tusen gånger tiotusen”. Var

får man sådana välsignelser? Man får dem i templet.

Berättelsen om Isak och Rebecka är ett exempel på en man som har nycklarna och en kvinna med inflytande som arbetar tillsammans för att deras välsignelser ska uppfyllas. Deras berättelse är av stor vikt. Israels hus välsignelser var beroende av en man och kvinna som förstod sina roller i planen och sitt ansvar att bilda en evig familj, att föda barn och att undervisa dem.

I vår tid har vi ansvaret att sända ut ”Isak” och ”Rebecka” från våra hem och klassrum. Varje ung man och ung kvinna behöver

Vi förbereder våra ungdomar för templet och för en evig familj.





ANVÄND "FAMILJEN: ETT TILLKÄNNAGIVANDE FÖR VÄRLDEN"

- Sätt upp ett exemplar av tillkännagivandet hemma eller i klassrummet.
- Uppmuntra ungdomarna att ha ett exemplar av tillkännagivandet i sina skrifter.
- Länka viktiga uttalanden i tillkännagivandet till lärdomar som kommer från skrifterna.
- Studera och hänvisa till tillkännagivandet under familjens hemafton.

förstå sin roll i det här storslagna kompanjonskapet — att de var och en är en "Isak" eller en "Rebecka". Då kommer de tydligt att veta vad de måste göra.

Lev med hopp om evigt liv

Föräldrar, lärare och ledare: Lev i ert hem, i era familjer och i era äktenskap på ett sådant sätt att ungdomarna kan hoppas på evigt liv när de ser er. Lev och undervisa med så stor tydlighet att er undervisning tränger igenom allt buller ungdomarna hör och att det genomtränger deras hjärtan och berör dem.

Lev i ert hem så att ni klarar av det grundläggande på ett strålande sätt, så att ni avsiktligt visar att ni vill uppfylla era roller och ansvarsuppgifter i familjen. Sträva efter noggrannhet snarare än fullkomning. Om ni har era mål och ni är noga med hur ni genomför dem i ert hem så kommer ungdomarna att lära av er. De lär sig att ni ber, studerar skrifterna tillsammans, har hemafton tillsammans, prioriterar måltiderna och talar respektfullt om er äktenskapspartner. Då får det uppväxande släktet stort hopp genom ert exempel.

Det här vet jag

Vi förbereder våra ungdomar för templet och för en evig familj. De kan uppleva många hot som avskräcker dem från att bilda en evig familj. Vår roll är att undervisa dem så att de inte kan missförstå. Vi måste vara mycket tydliga i fråga om huvudpunkterna i lärdomarna som finns i "Familjen: Ett tillkännagivande för världen".

Den här generationen anmodas försvara läran om familjen som aldrig tidigare. Om de inte känner till den kan de inte försvara den. De behöver förstå templet och prästadömet.

President Kimball sade:

"Många av de sociala band som tidigare förstärkt och bevarat familjen är idag upplösta. Den tid ska komma då endast de som har en djup och aktiv tro på familjen är i stånd att bevara sin familj bland den tilltagande ondskan runt omkring oss ...

Somliga definierar ordet familj på ett så otraditionellt sätt att de helt definierar bort den ...

Vi, av alla människor, bröder och systrar, bör inte förledas av skenbara argument om att familjeenheten på något sätt är knuten till en utvecklingsfas som samhället går igenom.

Det står oss fritt att motstå de rörelser som förminskar familjens betydelse och som förstörar upp betydelsen av självisk individualism. Vi vet att familjen är evig."⁵

Jesu Kristi evangelium är sant. Det återställdes genom profeten Joseph Smith. Vi har evangeliets fullhet i dag. Vi är söner och döttrar till himmelska föräldrar som sände iväg oss till denna jordiska upplevelse för att förbereda oss för den eviga familjens välsignelse. Jag bär mitt vittnesbörd om vår Frälsare Jesus Kristus, att vi genom hans försoning kan bli fullkomliga och uppfylla vårt ansvar i våra jordiska familjer, och att vi genom hans försoning har löfte om evigt liv i en familj. ■

Från en utsändning till seminarie- och institutlärare den 4 augusti 2009.

SLUTNOTER

1. Se "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", *Liahona*, nov. 2010, s. 129.
2. Gordon B. Hinckley, "Håll stånd mot världens bedrägerier", *Nordstjärnan*, jan. 1996, s. 100.
3. Ezra Taft Benson, "Vad jag hoppas att ni lära era barn om templet", *Nordstjärnan*, maj 1986, s. 5.
4. Se Spencer W. Kimball, "Befäst era hem mot det onda", *Nordstjärnan*, okt. 1979, s. 9.
5. Se Spencer W. Kimball, "Familjer kan vara eviga", *Nordstjärnan*, nov. 1980, s. 5–6.

JAG HITTADE EN KYRKA TILL SLUT

Jag kände en tomhet under större delen av mitt liv och längtade efter något att hålla fast vid. Jag miss-tänkte att det jag letade efter kunde finnas i en kyrka, så ända sedan jag var ung undersökte jag ett antal religioner och filosofier. Många av dem var goda och fyllda av goda människor. Några av dem var konstiga och hade inget av det jag sökte efter.

Efter att ha sökt i många år blev jag uttråkad och missmodig och gav upp. Jag bestämde mig för att bygga en relation till Gud på egen hand och hålla mig borta från organiserad religion.

En tid efter att jag fattat det beslutet tittade jag på ett teveprogram som handlade om andlighet. Programvärden intervjuade en sista dagars helig familj. När jag lyssnade på familjen kände jag den kärlek och fasta tro som jag hade letat efter så länge. Jag imponerades också av att sista dagars heliga lägger stor vikt vid familjen. Kanske skulle jag undersöka bara en kyrka till.

Längst ner på teveskärmen fanns ett telefonnummer till Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga i

Milano. Jag ringde och pratade med några medlemmar som var i stavscentret. De ordnade så att missionärerna skulle ringa till mig.

Det här skedde under en mycket hektisk tid för mig så när missionärerna ringde för att bestämma tid

frågade jag om jag kunde ringa dem om några veckor när saker och ting hade lugnat ner sig. Det gick bra och de gav mig telefonnumret till hjälpför-eningspresidenten som ringde och inbjöd mig att komma till kyrkan på söndagen. Jag gick dit och tyckte om precis allt där: lektionerna, människorna och anden. När jag gick hem var jag mycket glad.

Jag gick till kyrkan varje söndag under de följande två månaderna. Sedan döptes jag i oktober 2008. Mitt sökande var inte bara över, det hade fullbordats. Jag kände inte längre den törst och längtan som jag en gång gjorde.

Jag är oerhört tacksam över att ha funnit sanningen, men på sätt och vis är jag ledsen för att det tog så lång tid för mig att hitta Jesu Kristi evangelium. Trots det är jag tacksam för upplevelsena jag hade under mitt sökande. Eftersom jag letade på så många platser känner jag extra stor tillfredsställelse över vetskapen om att jag har hittat rätt plats — platsen där jag hör hemma. ■

Barbara De Giglio,
Lombardiet, Italien

Jag bestämde mig för att hålla mig borta från organiserad religion. Men en tid efter att jag hade beslutat det såg jag en intervju med en sista dagars helig familj på teve.



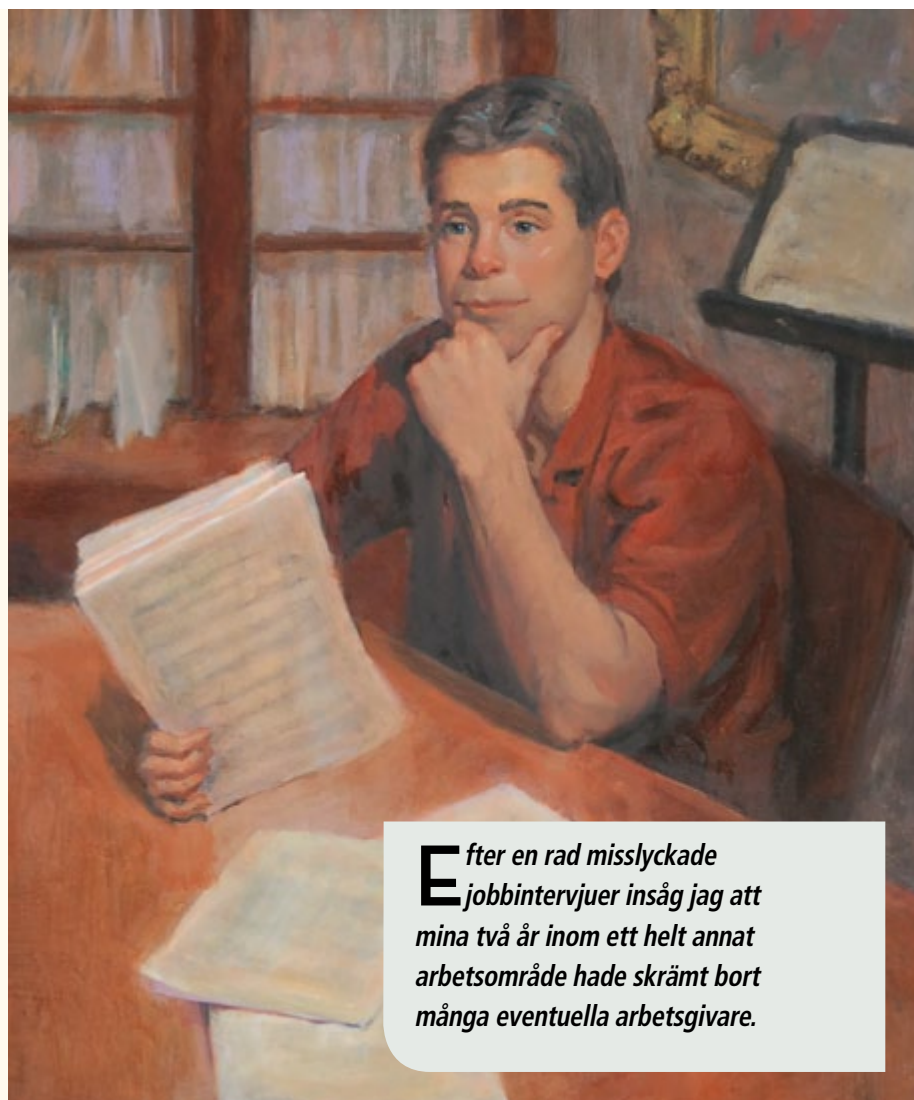
HUR BLIR DET MED MIN KARRIÄR?

Allt verkade börja ordna sig för mig. Jag hade tagit en examen i musik från Oxford-universitetet och börjat arbeta för en professionell orkester i Edinburgh i Skottland. Jag avancerade i min karriär och fick många vänner.

Medan jag studerade hade jag bestämt mig för att skjuta på heltidsmissionen. Nu hade jag inte en tanke på att gå ut som missionär. Rädslan för många saker, särskilt för att min karriär skulle gå i stöpet, fick mig att tro att jag var ett undantag och att jag inte behövde tjäna som missionär. Uppoffringarna det skulle innebära kändes för stora.

Men goda vänner och härliga andliga upplevelser fick mig att börja tänka om. Kärleken från en omtänksam, påpasslig biskop hjälpte mig få ett starkare och mer innerligt vittnesbörd om det återställda evangeliet. Snart förstod jag att jag behövde tacka ja till kallelsen att tjäna. Jag hade ingen aning om hur jag skulle kunna gå tillbaka till min karriär i den konkurrenspräglade miljön efter två år, men jag litade på att Herren skulle välsigna mig för mitt beslut. Jag sade upp mig från jobbet utan att veta hur saker och ting skulle lösa sig.

Jag kallades att verka i Västindienmissionen som fransktalande missionär. Jag fick svåra utmaningar men jag älskade att tjäna folket och



Efter en rad misslyckade jobbintervjuer insåg jag att mina två år inom ett helt annat arbetsområde hade skrämt bort många eventuella arbetsgivare.

se deras liv förändras. Under de två åren fokuserade jag enbart på att söka min himmelske Faders vilja. Genom att osjälviskt tjäna andra upplevde jag större glädje än jag någonsin hade väntat mig.

När jag kom hem från missionen såg jag världen ur perspektivet nya prioriteringar och värderingar, och jag försökte fortsätta att låta Jesus Kristus vara det centrala i mitt liv. Jag började genast söka jobb men det fanns inte så många. Efter en rad misslyckade jobbintervjuer insåg jag att mina två år inom ett helt annat arbetsområde hade skrämt bort många eventuella arbetsgivare. Skulle missionen verkligen kosta mig min karriär?

Jag är tacksam för att svaret var nej. Nästan tre månader senare såg jag en jobbannons som var perfekt för mig. Jag hade precis de kvalifikationer som arbetet krävde. Dessutom krävdes det att den anställde kunde prata flytande franska! Min mission öppnade dörren för den här möjligheten. Tre intervjuer senare blev jag erbjuden jobbet. Jag låg längre fram i karriären än jag skulle ha gjort om jag inte hade gått ut som missionär. Jag kände Herrens barmhärtighet och kärlek. Jag vet att han förbereder välsignelser för oss när vi gör vår del.

Det som profeten Joseph Smith sade är sant: "Låt oss ... med glädje göra allt det som står i vår makt. Och sedan kan

vi med största förvisning stå stilla och se Guds frälsning och hans arm uppenbaras" (L&F 123:17). ■

David Hooson, London, England

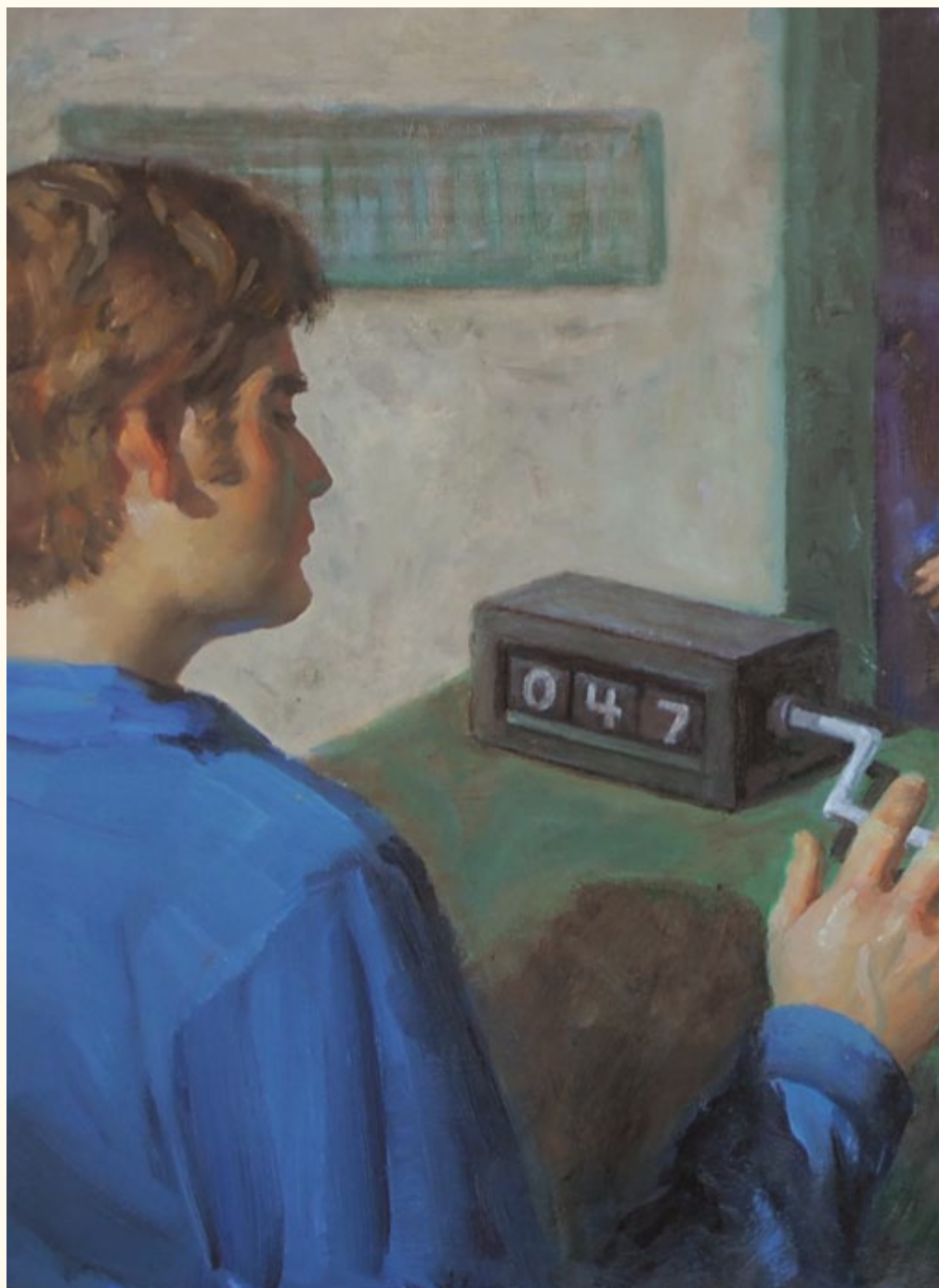
JAG SADE IFRÅN TILL MINA ARBETSKAMRATER

En morgon på jobbet sade fabrikscheferna till alla anställda att vi förutom vår timpenning skulle få en bonus för varje produkt vi tillverkade. Ju mer vi producerade desto mer skulle vi tjäna. Det här hände fyra månader innan jag skulle gå ut som missionär, så nu kunde jag tjäna mer pengar för att betala för den tiden.

Produktionen ökade markant och även vår lön. Jag arbetade vid en gummipress som krävde tre man för att köras och varje gång en gummiform kom ut ur inkubatorn och aktiverade den automatiska räknaren såg jag framför mig hur pengarna växte på banken.

Men den nya bonusen uppmunttrade också till fusk. En medarbetare brukade smyga sig in bredvid den automatiska räknaren och peta till spaken några extra gånger och sedan återvända till sin arbetsplats. Jag flinade när jag såg det, skakade på huvudet och fortsatte arbeta. Jag kände att så länge det inte var jag som manipulerade räknaren så var jag fortfarande hederlig.

Men det dröjde inte länge förrän jag insåg att det inte hade någon



betydelse vem som drog i räknaren eftersom jag fick lika mycket betalt som de andra i mitt arbetslag. Jag var lika skyldig till att stjäla från företaget som de andra. Skulle jag bekosta min mission med stulna pengar?

Jag oroade mig för vad jag skulle göra. Lönen var ju inte så mycket större. Många skulle säga att det inte var värt att grubbla över, men jag var bekymrad. Jag visste att jag behövde prata med de andra i arbetslaget.



Den nya bonusen uppmuntrade till fusk. En medarbetare brukade smyga sig in bredvid den automatiska räknaren och peta till spaken några extra gånger.

"Skojar du?" sade Bob (namnen har ändrats), den äldste i laget. "Alla fuskar. Cheferna också. De förväntar sig det."

Han såg inget fel med det han gjorde. Vad annat kunde jag göra? Även utan manipuleringen med

produktionsvolymen var vår press den mest produktiva på vårt skift. Jag hörde ofta andra säga att de önskade att de arbetade i vårt lag.

"Jag kan byta plats med Jack vid den andra pressen", sade jag till Bob.

"Jag tycker du är idiotisk", sade han, "men jag kan jobba med Jack".

När Jack och jag hade bytt lag påminde Bob mig ofta om hur mycket mer pengar han tjänade än jag. Jag kom att tänka på orden från "En grundval blev lagd": "Ej räds, jag är med dig, nu frimodig var." Orden hjälpte mig att bortse från Bobs pikar.

Det dröjde inte så länge förrän Bob kom och sade att det inte gick så bra

att arbeta med Jack och att laget ville ha mig tillbaka. Jag blev förvånad. Jag sade till Bob att jag kunde komma tillbaka men att det inte fick förekomma något fusk. Han gick med på det. Mitt gamla lag var glada att ha mig tillbaka och det blev inget mer fuskande.

Jag förväntade mig att bli prövad före missionen men jag trodde inte att min ärlighet och mitt mod skulle prövas. Jag är tacksam över att Herren var med mig och gav mig sitt bistånd när jag behövde styrka att göra det som var rätt.¹ ■

Kenneth Hurst, Alabama, USA

SLUTNOT

1. Se "En grundval blev lagd", *Psalmer*, nr. 38.

VI VÄNDE OSS TILL GUD

En söndag fick vår stav höra den underbara nyheten att äldste Carlos H. Amado i de sjuttios kворum skulle komma och tala till vår stav på tisdagskvällen. Min familj och jag var överförtjusta men jag undrade hur vi skulle hinna till mötet.

Som gymnasielärare undervisade jag en klass på tisdagskvällar. Och jag fick sällan ta ledigt. Vi i familjen visste inte vad vi skulle göra, men vi var fast beslutna att få höra äldste Amado tala, så vi vände oss till vår himmelske Fader i bön och hoppades att han skulle göra det möjligt.

Dagen före konferensen kände jag mig manad att fråga rektorn om jag kunde avsluta lektionen 20 minuter tidigare så att min familj och jag kunde vara med på mötet. När

jag kom in på hennes kontor hann jag inte säga ett enda ord förrän hon frågade mig om det gick bra att ha tisdagens lektion två timmar tidigare än normalt. Det innebar att lektionen skulle vara över två timmar tidigare.

Vilken välsignelse det var för oss. Vi kom till mötet i god tid och kände Anden när vi hörde en av Herrens lärjungar tala. Vår femårige son fick till och med möjlighet att krama om och prata lite med äldste Amado innan mötet började. Vi åtnjöt en stark Ande tillsammans med resten av åhörarna. Dessutom fick vi ett vittnesbörd som familj om att vår himmelske Fader känner till våra önskningar och hör våra böner. ■

Miguel Troncoso, Santa Cruz, Argentina



HEMLÄRAR- OCH BESÖKSLÄRARUNDERVISNING: ETT hjälparbete

*Har du nyligen kallats som
: hem- eller besökslärare? Titta
: på de följande nio förslagen.*

”Jag vet att vi är i slutet av månaden och jag är så ledsen att vi inte har haft möjlighet att ge dig besökslärarnas budskap”, sade syster Julie B. Becks besökslärare. Men samtidigt som hon uttalade orden var hon på väg ut från Hjälpförningens generalpresidents hem med en korg kläder som hon skulle stryka och lämna tillbaka till syster Beck. ”Tror du att vi kan räkna det här som ett besök?” frågade hon syster Beck tveksamt.

När syster Beck återger den här händelsen får hon tårar i ögonen och frågar: ”Hur kunde min underbara vän och hängivna besökslärare någon sin känna att jag *inte* hade fått något besök eller någon omsorg? Det var inte första gången hon hade kommit förbi för att hjälpa till med något den månaden. Hur kunde hon missa att hon hela tiden tjänade och välsignade min familj? Hennes kärlek och omsorg om mig är ett stort exempel på besöksverksamhet. Naturligtvis kunde hon rapportera att jag hade fått besök!”

Som syster Becks upplevelse visar är inspirerad besöks- och hemverksamhet mer än ett formellt besök, och den tar aldrig slut. Hem- och besöksverksamheten handlar mer om att ta hand om människor än att genomföra en uppgift, och när besöken utförs på rätt sätt så representerar de omvårdnad, inte antal. Vi har i uppgift att vaka över och tjäna varandra så som Frälsaren gjorde. Här är några förslag som kan vara till hjälp:

- **Håll reda på vem du besöker och vem din besökskamrat är.** Prästadömetts eller Hjälpförningens ledare i din församling eller gren bör ge dig namn och kontaktinformation för varje familj eller enskild som du fått i uppgift att besöka. Presentera dig för din kamrat och för personerna du ska besöka och börja bygga en relation.
- **Gör dina besök.** Träffas hemma hos personen om möjligt. Om det inte går kan ni träffas nära personens arbetsplats, ta en promenad tillsammans eller träffas före eller efter söndagens möten. Undervisa och inspirera varandra — kanske genom att börja med budskapet från första presidentskapet eller besökslärarnas budskap. Bär ditt vittnesbörd. Berätta vad som händer i ditt liv. Utveckla ett kärleksfullt band genom att vara vänlig och omtänksam. Lyssna uppriktigt. Behåll förtroenden som andra ger dig. Fortsätt att vara en vän — tillit stärks ofta med tiden.
- **Be med och för dem du undervisar.** I slutet av besöket kan det vara lämpligt att fråga: ”Kan vi hålla en bön tillsammans?” Familjens överhuvud bör välja vem som ska be. Fortsätt att be för dem du besöker under dagarna och veckorna mellan besöken. Be din himmelske Fader om hjälp att veta hur du ska vaka över och älska dem.
- **Var till hjälp.** Var uppmärksam på och förutse behov. Om en syster du besöker till



DIN TRO VÄXER



”Jag fick ett telefonsamtal från en orolig mor i en stat långt borta. Hon berättade att hennes

ogifta dotter hade flyttat till en annan stad, långt hemifrån. Hon anade genom den bristfälliga kontakten hon hade med sin dotter att något var fel, fruktansvärt fel. Modern oroade sig för dotterns moraliska säkerhet. Hon vädjade till mig att hjälpa hennes dotter.

Så jag tog reda på vem dotterns hemlärare var. Jag ringde honom. Han var ung. Men han och hans kamrat hade båda vaknat mitt i natten, inte bara med oro för flickan utan också med inspiration om att hon var på väg att göra val som skulle medföra sorg och bedrövelse. Och enbart med denna inspiration från Anden åkte de för att besöka henne. Först ville hon inte berätta något om sin

situation. De vädjade till henne att omvända sig och följa den väg som Herren hade berett åt henne och som hennes mor och far hade lärt henne att följa. Hon insåg medan hon lyssnade att det enda sättet som de kunde ha vetat allt de visste om hennes liv, var om det kom från Gud. En mors bön hade nått vår himmelske Fader och den Helige Anden hade sänts ner till hemläarna med ett ärende ...

Din tro växer när du tjänar Herren genom att visa omsorg om vår himmelske Faders barn som Herrens lärare i deras hem. Dina böner blir besvarade. Du lär dig för egen del att han lever, att han älskar oss och att han även sänder inspiration till dem som bara har början till tro på honom och en önskan att tjäna honom och hans kyrka.”

President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, ”Andens gåvor för svåra tider” (KUV:s brasafton för unga vuxna, 10 sep. 2006), lds.org/broadcast.





Välsignelser som besöksverksamheten ger

Silvia H. Allred

första rådgivare i Hjälpföreningens generalpresidentskap

Som vuxen syster i kyrkan får du möjligheten och ansvaret att tjäna som besökslärare. I den egenskapen får du tillfälle att göra mycket gott. När du besöker dina tilldelade systrar får du:

- lära känna och älska systrarna du besöker och bli vän med dem
- möjlighet att berätta om och vittna om evangeliets lärdomar
- ha gott inflytande på och stärka systrarna
- möjlighet att erbjuda hjälp och hjälpa dem vid behov
- känna hur Anden vägleder dig i arbetet
- känna glädje genom ditt tjänande
- stärkas andligen som en Guds dotter i förbundet.



exempel snart ska ha ett prov i skolan kan du laga middag till henne någon gång under veckan så att hon har mer tid till att studera. Om brodern du besöker söker jobb kan du presentera honom för personer som kanske kan vara till hjälp.

- **Ställ frågor som är till hjälp.** Frågor kan leda till tillfällen att ge tröst, prata om relevanta evangelieprinciper och att tjäna på ett meningsfullt sätt. Du kan fråga: "Vad är det som bekymrar dig?" "Vad har du för frågor om evangeliet?" Eller så kan du vara mer detaljerad: "Kan vi hjälpa dig med hushållsarbetet?" "Vill du ha skjuts till affären eller till ett läkarbesök?" Frågor ger ofta bättre resultat än att bara säga: "Ring oss om du behöver något."
- **Sök inspiration.** Anden kan hjälpa dig veta hur du kan hjälpa dem som du har i uppgift att besöka. Du kan få maningar om vilka ämnen du ska ta upp eller hur du kan vara till hjälp. När du lär känna dem du besöker bättre kan du också bli manad att uppmuntra dem att ta emot ytterligare förrättningar och förbund eller att mer till fullo ta del av alla välsignelser som evangeliet erbjuder.
- **Rapportera riktig information.** Rapportera om den timliga och andliga välfärden hos dem du besöker, om hur du eventuellt har hjälpt dem, och om eventuella behov. Rapportera konfidentiell information direkt till hjälpförenings- eller kvorumpresidenten.
- **Samordna med din kamrat.** Dela med din kamrat upp ansvaret efter behov för att kunna kontakta och vaka över alla. Ni kanske måste turas om att besöka och hjälpa dem ni besöker och rapportera om deras välfärd.
- **Kom ihåg.** Håll reda på viktiga händelser för dem du undervisar, till exempel födelsedagar, men också dagliga händelser som kan vara viktiga för dem. ■

Glädjen i att undervisa om evangeliet

Min hemlärarkamrat och jag besökte ett äldre par. Jag hade bara varit hemma från min mission i några veckor men hade redan börjat glömma hur det kändes att undervisa om evangeliet. Men det besöket

och lektionen vi höll tände åter lågan. Jag kände Anden så starkt och allt jag kunde göra var att le och försöka hålla tillbaka tårarna.

Hemlärarverksamheten är viktig för unga vuxna för vi behöver alla, oavsett

omständigheter, bli stärkta av Anden. Världen lockar oss, och ett av de bästa sätten att hålla oss borta från farliga stigar är att undervisa om det återställda evangeliet.

Ramon Kaspers, Nederländerna



Glädje i Herren

Jag får prövningar, och när saker och ting inte går som jag har tänkt är det lätt att klaga. Men mitt perspektiv ändrades när min kamrat och jag fick i uppgift att besöka en familj som inte hade varit i kyrkan på länge.

Under ett av våra besök insåg jag att familjens problem fick mina problem att verka som regndroppar i havet. Det kändes inte troligt att de skulle komma till kyrkan men min kamrat och jag fortsatte att arbeta med dem.

En söndagsmorgon före sakramentsmötet kände jag att jag skulle ställa mig vid dörren. Till min stora förvåning såg jag vår familj komma in i kapellet! Det finns inte ord att uttrycka hur glad jag blev. Mina egna problem uppslukades av glädjen i Herren (se Alma 31:38).
Rati Mogotsi, Sydafrika

Morgondagens vänner

När jag åkte hemifrån för att studera i Frankrike fick besöksverksamheten en ny mening för mig. Syst-rarna jag fick i uppgift att besöka var inte bara några namn som jag vagt kunde koppla ett ansikte till, utan de blev nära vänner. Flera gånger manades jag av den Helige Anden vid särskilda

tillfällen att be och ibland fasta för dem eller att ringa, trösta, lyssna, skriva till, gå hem till eller bara lägga armen runt dem. De här små gesterna var betydelsefulla för dem, men de var också betydelsefulla för mig.

Alla systrar var olika. Några var i min ålder, andra var äldre. Några var

Alla åldrar är den bästa

När jag fick i uppgift att besöka en äldre kvinna undrade jag om vi skulle ha något gemensamt på grund av åldersskillnaden. Men jag insåg snart att Herren visste att det passade särskilt bra att just min kamrat och jag besökte den här system som behövde någon att prata med och som lyssnade på henne.

Jag insåg att jag kunde vara ett redskap i Herrens händer för att tjäna den här system. Jag upptäckte också att jag hade mycket att lära av henne. När vi tillbringade tid tillsammans så blev *båda* glada.
Teboho Ndaba, Sydafrika

unga, gifta mödrar. Andra var ensamstående. Våra besök gjorde att vi kunde se bortom våra skillnader.

Jag flyttade nyligen till en ny ort. Jag gladdes storkligen när jag fick i uppgift att besöka några systrar. Idag är de bara namn. I morgon är de vänner.

Nirina J-Randriamiharisoa, Madagaskar

Rakt på sak

Mina vänner som inte är medlemmar i kyrkan har pratat med mig om vad som händer i templet.

Hur känner de till det, och vad ska jag säga om det?



Låt för det första inte dina vänners frågor bekymra dig. Templets symboler och förrättningar har nått allmänheten på olika sätt under årens lopp, främst genom personer som har lämnat kyrkan. Men bara för att människor utanför kyrkan känner till sådana saker så betyder inte det att de är mindre heliga. Det som är viktigt är att

vi fortsätter att hålla dem heliga och visar vår hängivenhet mot Herren.

För det andra: Om någon frågar dig om templets ceremonier kan du sanningsenligt säga att du inte vet så mycket om dem eftersom du inte har varit med om dem än. Men för att klara upp missförstånd kan du förklara att vi går till templet för att ingå förbund med vår himmelske Fader och att det "hjälp oss [att] minnas Frälsaren, hans roll i vår himmelske Faders plan och vårt beslut att följa honom" (*Stå fast i din tro* [2004], s. 146). Templets symboler och ceremonier är heliga och ska inte nämnas offentligt, inte heller kan de förstås eller uppskattas på ett lämpligt sätt utanför templet.

För att lära dig mer kan du läsa följande material som finns på vissa språk på LDS.org:

- Häftet *Förbered dig för det heliga templet* (2003).
- Avsnittet "Tempel" i *Stå fast i din tro*, sidorna 146–149. ■



komma ihåg att trots att de är våra vänner så bör vi i kyrkan hedra deras ämbete och visa respekt genom att kalla dem "broder" eller "syster". ■

Är det okej att tilltala kyrkans ledare med deras förnamn?

Ibland kommer vi våra ledare så nära att vi frestas att bli alltför vardagliga i vår relation till dem. Det är förstås bra att vara vänlig, men det är också viktigt att visa tillbörlig respekt för dem och deras ämbete. I kyrkan är det en sed att tilltala vuxna med "broder" eller "syster", en benämning som både visar respekt och påminner oss om att vi är barn till vår himmelske Fader. Andra mer formella titlar som *äldste*, *biskop* eller *president*, används också för att visa respekt. Heltidsmissionärer är föredömen i det här när de kallar varandra "äldste" eller "syster".

Det är viktigt att visa respekt mot våra ledare i kyrkan och

President Monson har sagt att det är ett prästadömsansvar att verka som heltidsmissionär.

Vad innebär det?

Under senaste generalkonferensen sade president Thomas S. Monson: "Jag [vänder] mig till er unga män i aronska prästadömet och till er unga män som ska bli äldster: Jag upprepar det som profeter

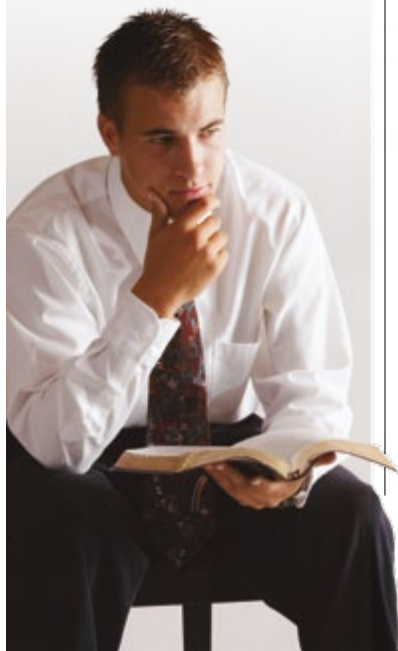
länge har lärt — att varje värdig och duglig ung man bör förbereda sig att verka som missionär. *Missionsarbetet är en prästadömsplikt — en plikt som Herren förväntar sig av oss som har fått så mycket.*"¹

En del av att ta emot prästadömet är att samtycka till att ta på sig ansvarsuppgifterna och plikterna som följer med det. Som med andra gåvor vår himmelske Fader ger oss förväntar han sig att du använder prästadömet till att välsigna andra. "Ty av den åt vilken mycket är givet krävs mycket" (L&F 82:3).

Bärare av aronska prästadömet ska "varna, förklara, förmana och undervisa samt inbjuda alla att komma till Kristus" (L&F 20:59). Som president Monson sade är det varje prästadömsbärares plikt att verka som heltidsmissionär. På missionsfältet ägnar du all din energi, tid och koncentration åt att uppfylla den plikten: Du tjänar, predikar evangeliet och inbjuder alla att komma till Kristus. Naturligtvis får du alltid välsignelser när du utför din plikt. Din mission blir en tid när du upplever stor glädje och andlig tillväxt. ■

SLUTNOT

1. Thomas S. Monson, "Vi möts tillsammans igen", *Liahona*, nov. 2010, s. 5–6; kursivering tillagd.



SUPERBRA!

VÄLJ ATT VARA EN HJÄLTE.

Följ profeten.
Förbered dig för
att verka som
missionär.

(Se L&F 15:6.)



SKA JAG ÅKA ELLER STANNA?



Bara några dagar innan jag skulle åka ut som missionär lades mina föräldrar in på sjukhus. Jag visste inte om jag kunde lämna dem.

Rodolfo Giannini

Jag hade den stora turen att ha en vän som ledde mig till Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Jag fick undervisning av missionärer som kallats av Gud att föra ut evangeliets ljus till världen. Två år efter mitt dop kallades jag att verka i Italienmissionen Milano. Innan jag åkte hade jag en mäktig andlig upplevelse.

Mina föräldrar var inte medlemmar i kyrkan och delade inte min glädje för det här missionärstillfället. Vi hade hemska gräl som gjorde mig mycket ledsen.

Två dagar innan jag skulle åka ut som missionär blev båda mina föräldrar plötsligt mycket sjuka. Min mor fick hälsoproblem som hon var tvungen att läggas in på sjukhus för. Inget läkarna försökte med hjälpte.

Pappa hade skrumplever och läkarna sade att det skulle bli svårt för honom att återhämta sig.

Samma kväll knäböjde jag i bön till min himmelske Fader och sade: "Fader, hjälp mig. Min familj är sjuk och jag kan inte lämna dem under de här omständigheterna. Jag ber, Fader, hjälp mig veta om det är rätt att åka eller stanna."

Jag mediterade över situationen i några minuter. Sedan kände jag en liten men genomträngande röst som sade: "Ha tro så ordnar sig allt till det bästa."

Trots sorgen jag kände över att se mina föräldrar så dåliga bestämde jag mig för att ta planet till Rom och sedan till Förenta staterna där jag skulle få undervisning på missionärsskolan.

Mina nätter på missionärsskolan var inte roliga. Jag tänkte hela tiden på mina föräldrar. Slutligen fick jag tillstånd av missionärsskolans president att ringa dem och höra hur de mädde.

Mamma sade glädjestrålade till mig på telefonen att hon och pappa hade upplevt ett underverk från Herren — ord jag aldrig skulle ha förväntat mig få höra från en kvinna utan större tro. Hon sade att deras hälsa förbättrades när jag hade åkt. Läkarna kunde inte förklara det. Mina föräldrar var friska och glada. Min glädje var enorm.

Tack vare den här upplevelsen har mitt vittnesbörd stärkts om kraften i tro, bön och lydnad. Jag är tacksam för att Herren tog hand om mina föräldrar under min mission. ■

TRONS FÖRSVARARE

Kubangila Kasanza Celva från Kinshasa i Demokratiska republiken Kongo, är en duktig deltagare i många lag.

Richard M. Romney

Kyrkans tidningar

Anfallsspelaren från det andra laget dribblar fort mot målet. Han verkar säker på att han ska göra mål. Men då kommer Celva ifatt honom, matchar hans fotsteg och sparkar bort bollen. Sedan rusar han iväg i motsatt riktning.

"Jag spelar back", säger 12-årige Celva. "Det är mitt jobb att hindra det andra laget från att göra mål."

Celva är just en sådan spelare som man vill ha på sin sida. Han är tyst men bestämd. Han är redo att arbeta hårt och tycker om att se alla i laget lyckas. De här egenskaperna gör honom också till en duktig spelare i andra lag — i kyrkan och familjen. Samma sak är det med hans villighet att försvara tron.

Celva och Nephi

Celvas favoritskriftställe är 1 Nephi 3:7: "Jag skall gå och göra det som

Herren har befallt." Liksom Nephi litar Celva på Herren. "Han ber mig inte göra något utan att bereda ett sätt för mig att göra det på. Han stärker mig och sänder andra att hjälpa mig."

Gör det

"Att *lyssna* på det vi får lära oss om evangeliet är viktigt", säger Celva. "Men det är också viktigt att *göra* det som vi blir undervisade om." Han kommer ihåg sitt dop och försöker använda den Helige Andens gåva varje dag till att göra kloka val. Han har just fått aronska prästadömet, ser fram emot att komma till templet en dag för att ingå fler förbund med Herren och planerar att gå ut som heltidsmissionär. Han vill vara ett gott exempel för sina bröder och hjälpa sin mamma och pappa.

"Jag hedrar mamma och pappa genom att göra det de ber mig om och genom att hålla vår himmelske Faders bud", säger han. "Som äldsta

barnet vet jag att det är viktigt att jag är ett gott exempel för mina bröder, för det jag gör kommer de förmodligen att göra också."

Håller sig stark

Celva vet att det är viktigt att arbeta hårt, både inom sporten och



VAD BETYDER ETT NAMN?

Celva är ett namn som betyder något speciellt. Det är en kombination av Celvas pappas namn, Celestin, och mam-

mans, Valerie. "Det påminner mig om hur mycket de vill vara tillsammans och skapa en lycklig familj", säger Celva.

Hans bröders namn har också särskild betydelse. Nathan, 7 år, har fått sitt namn efter en vis man i Bibeln. Beni, 4 år, betyder "välsignad". Och tvååringens namn är Celestin Jr, efter pappan, men alla kallar honom för Le Petit ("lillen").

MER INFORMATION PÅ INTERNET

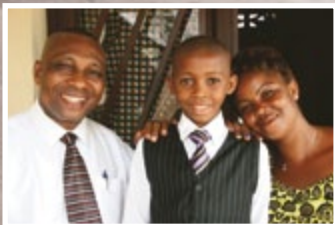
Gå till www.liahona.lds.org för att se en karta över Kinshasa och en film där Celva sjunger en psalm och bär sitt vittnesbörd.



i evangeliet. Familjebön och enskild bön, skriftstudier enskilt och med familjen, hemaf-ton — allt är en del av hans vanliga rutin. Han har ett vittnesbörd om Vidsdomsordet och vet att en del saker är bra att äta men att det finns annat som är dåligt. "Idrottsmän borde inte dricka öl", säger han med eftertryck.

En sann försvarare

När kyrkan nu fortsätter framåt, in i framtiden, känns det bra att veta att det finns starka unga män som Celva som är angelägna om att göra det rätta. "Jag vet att min himmelske Fader lever, att Jesus Kristus är verklig och att Joseph Smith var den profet som återställde evangeliet till jorden", säger Celva. "Jag har det vittnesbördet och kommer alltid att försvara kyrkan på alla sätt." ■



Frälsaren lärde oss att vi inte behöver tolerera ondska. "Jesus kom in på tempelplatsen och ... slog omkull borden för dem som växlade pengar."

Tolerans är en dygd som vi har stort behov av i denna turbulenta värld. Men vi måste inse att det är skillnad mellan *tolerans* och *tolerera*. Din älskvärda tolerans gentemot en person ger inte honom eller henne licens att göra fel, inte heller förpliktigar din tolerans att du tolererar hans eller hennes försyndelser. Den skillnaden är grundläggande för att man ska förstå vad den här viktiga dygden handlar om.

Två stora bud

Våra främsta prioriteringar i livet är att älska Gud och att älska vår nästa.¹ I vid bemärkelse omfattar detta vår "nästa" i vår familj, i vårt samhälle, vår nation och vår värld. Lydnad mot det andra budet gör det lättare att lyda det första budet. "När ni är i era medmänniskors tjänst, är ni endast i er Guds tjänst" (Mosiah 2:17).

Dopet överbryggar olikheter i bakgrund

På varje kontinent och på havets alla öar samlas de trofasta till Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Skillnader i kulturell bakgrund, språk, kön och ansiktsform bleknar i betydelse när medlemmarna förlorar sig i att tjäna sin älskade Frälsare.

Det är endast kunskapen om Guds sanna faderskap som kan ge en fullkomlig uppskattning för människans



tolerans?

sanna broderskap. Den kunskapen väcker en önskan att bygga broar av samarbete i stället för murar av segregation.

Intolerans sår stridighet medan tolerans tränger undan stridighet. Tolerans är nyckeln som öppnar dörren till ömsesidig förståelse och kärlek.

Riskerna med gränslös tolerans

Nu vill jag dock komma med ett viktigt varningens ord. Man kan felaktigt anta att om lite av något är bra så måste mycket av det vara bättre. Så är det inte! Överdoser av behövlig medicin kan vara giftiga. Gränslös barmhärtighet kan motarbeta rättvisan. Så kan också tolerans, utan gränser, leda till ryggradslös eftergivenhet.

Herren har dragit linjer för att fastställa godtagbara gränser för tolerans. Faran uppstår när dessa gudomliga gränser överskrids. Liksom föräldrar lär små barn att inte springa och leka på gatan, lärde Frälsaren oss att vi inte behöver tolerera ondska. "Jesus kom in på tempelplatsen och ... slog omkull borden för dem som växlade pengar" (Matt 21:12; se också Mark 11:15). Herren älskar syndaren, men har sagt att han inte kan "se på synd med den minsta grad av overseende" (L&F 1:31).

Äkta kärlek till syndaren manar till modig konfrontation — inte eftergivenhet! Äkta kärlek stödjer inte ett självdestruktivt beteende.

Tolerans och ömsesidig respekt

Vår hängivenhet mot Frälsaren får oss att förakta synden men den får oss också att

följa hans bud att älska vår nästa. Vi lever tillsammans på den här jorden som vi ska vårda, lägga under oss och dela med tack-samhet.² Var och en av oss kan hjälpa till att göra livet i den här världen till en angenämare upplevelse.

Första presidentskapet och de tolv apost-larnas kvorum gjorde ett offentligt uttalande som jag citerar från:

"Det är moraliskt fel av en person eller grupp att förneka någon hans eller hennes obestridliga värdighet på grund av den tragiska och motbjudande teorin om att det finns överlägsna raser eller kulturer.

Vi uppmanar alla människor överallt att på nytt besluta sig för att anamma de tidlösa idealen tolerans och ömsesidig respekt. Vi tror uppriktigt att när vi visar varandra hänsyn och medkänsla upptäcker vi att vi alla kan leva tillsammans i fred trots stora olikheter."³

Tillsammans kan vi vara intoleranta i fråga om överträdelse men toleranta mot vår nästa med olikheter som han eller hon håller heliga. Våra älskade bröder och systrar över hela världen är *alla* Guds barn. Han är vår Fader. Hans Son Jesus är Kristus. Hans kyrka har återställts till jorden i dess sista dagar för att välsigna alla Guds barn. ■

Från ett tal under generalkonferensen i april 1994.

SLUTNOTER

1. Se Matt 22:36–40; Joh 13:34–35; 15:12, 17; Rom 13:8; 1 Tess 3:12; 4:9; 1 Petr 1:22; 1 Joh 3:11, 23; 4:7, 11–12; 2 Joh 1:5.
2. Se 1 Mos 1:28; L&F 59:15–21; Mose 2:28; Abraham 4:28.
3. Uttalande av första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum den 18 oktober 1992; citerat i "Church Exhorts Ethnic, Religious Tolerance", *Church News*, 24 okt. 1992, s. 4.



**Äldste
Russell M. Nelson**

i de tolv apostlarnas kvorum



**Äldste
Koichi Aoyagi**

i de sjuttios kvorum

Som tonåring i Matsumoto i Japan var jag mycket intresserad av att lära mig engelska. Vid 17 års ålder gick jag med i engelskaklubben på mitt gymnasium. I början av skolåret bestämde sig klubben för att hitta en person med engelska som modersmål som kunde lära oss konversera. Vi letade och letade men de engelskalärare vi pratade med ville ha betalt och klubben hade inte råd med det. Vi blev missmodiga och gav nästan upp.

Men så en dag när jag cyklade till skolan såg jag några unga amerikaner i kostym som delade ut flygblad. Jag tog ett och lade det i fickan. Efter skolan studerade jag papperet och såg att det var en inbjudan att närvara vid en kostnadsfri kurs i konversationsengelska. På flygbladet stod namnet "Jesu Kristi Kyrka

Efter flera veckor började jag fråga missionärerna om deras kyrka och de frågade om jag ville veta mer. Jag tackade ja och de gav mig missionärslektionerna. Just då varken förstod jag eller uppskattade helt vikten av det jag fick lära mig, men jag kände Anden och jag insåg att principerna som missionärerna undervisade mig om var bra. När de uppmanade mig att döpas sade jag ja.

Men innan jag döptes behövde jag få mina föräldrars tillstånd. Först var de helt emot det. Kristendomens läror var främmande och konstiga för dem. Men jag var ännu inte redo att ge upp. Jag bad missionärerna komma hem till mig och förklara för mina föräldrar vad kyrkan handlar om, vad missionärerna

DE UTVA

av Sista Dagars Heliga". Jag hade aldrig hört talas om en sådan kyrka men var överförtjust. Jag hade löst engelskaklubbens problem!

Omkring 30 klubbmedlemmar gick tillsammans med mig på den nästkommande lektionen. Missionärerna undervisade oss och vi hade alla mycket trevligt. Från allra första lektionen märkte jag att det var något annorlunda med missionärerna. Deras värme, kärlek, positiva inställning och gladlynthet hade stor inverkan på mig. Det verkade lysa om dem. Jag hade aldrig förr träffat några som de.

hade undervisat mig om och vad som förväntades av mig. Anden uppmjukade mina föräldrars hjärtan och den här gången gav de mig tillåtelse att döpas.

På drift

När jag hade döpts och konfirmerats gick jag till den lilla grenen i Matsumoto med 12 till 15 aktiva medlemmar. Jag fick vänner och det var roligt att komma dit varje söndag. Omkring ett år senare var jag klar med gymnasiet och flyttade till Yokohama för att gå på ett universitet. Närmaste gren var Tokyo centrala gren som hade över 150 aktiva medlemmar. När jag kom till den nya

grenen kände jag mig som en lantis i den stora staden. Det var svårt att få vänner. En söndag stannade jag hemma i stället för att gå till kyrkan. Snart slutade jag gå helt och hållet. Jag började bli vän med klasskamrater som inte var medlemmar och kom längre och längre bort från kyrkan.

Detta fortsatte i flera månader. Men så en dag fick jag ett brev från en syster i Matsumoto gren. "Jag hörde att du har slutat gå till kyrkan", skrev hon. Jag blev förvånad. Tydligt hade någon från min nya gren talat om för henne att jag inte gick till kyrkan längre! Systemen fortsatte sitt brev med att citera Läran och förbunden 121:34: "Se, många är kallade, men få är utvalda." Sedan skrev hon: "Koichi,

beslutade mig för att be. Om jag inte kände något kunde jag helt bortse från kyrkan och buden och aldrig gå dit igen. Men om jag fick ett svar, som Moroni lovade, så skulle jag behöva omvända mig, ta till mig evangeliet av hela mitt hjärta, komma tillbaka till kyrkan och göra allt jag kunde för att följa buden.

LDAS VÄG

du har döpts som medlem i kyrkan. Du har kallats, men du är inte längre bland de utvalda."

När jag läste de orden fylldes jag av skuld-känslor. Jag förstod att jag behövde förändra mig på något sätt. Jag insåg att jag inte hade ett starkt vittnesbörd. Jag var inte säker på om Gud levde och jag visste inte om Jesus Kristus var min Frälsare. I flera dagar kände jag obehag när jag tänkte på budskapet i brevet. Jag visste inte vad jag skulle göra. Men så en morgon kom jag att tänka på något som missionärerna hade lärt mig. De hade bett mig läsa Moroni 10:3-5 och lovat att jag kunde få veta sanningen själv. Jag

När jag knäböjde och bad den morgonen vädjade jag till min himmelske Fader att svara mig. "Om du lever — om du är verklig", bad jag, "låt mig då få veta det." Jag bad för att få veta om Jesus Kristus var min Frälsare och om kyrkan var sann. När jag hade avslutat bönen kände jag plötsligt något speciellt. Jag omgavs av en varm känsla och mitt hjärta fylldes av glädje. Jag förstod sanningen: Gud *lever* verkligen, och Jesus *är* min Frälsare. Herrens kyrka återställdes verkligen av profeten Joseph Smith och Mormons bok är Guds ord.

Det behöver knappast sägas att jag bad om förlåtelse samma dag och beslutade mig för att följa buden. Jag började gå till kyrkan igen och lovade Herren att jag skulle göra

Det är en sak att döpas. Det är en annan att hålla ut till änden.



vad som än krävdes för att förbli trofast.

En kort tid senare började kyrkan göra upp planer på att bygga ett kapell i Yokohama. Medlemmarna i grenen förväntades bidra med pengar och arbete för uppförandet av kapellet. När missionspresidenten uppmanade medlemmarna att bidra med så mycket de kunde kom jag ihåg mitt beslut att göra vad Herren än bad mig om. Så varje dag efter skolan i nästan ett år hjälpte jag till med att bygga kapellet.

Fyra mål att uppnå

Vid omkring samma tid kom äldste Spencer W. Kimball (1895–1985), då i de tolv apostlarnas kvorum, på besök till Japan och uppmanade kyrkans ungdomar att uppnå fyra mål: (1) skaffa en så bra utbildning som möjligt, (2) verka som heltidsmissionärer, särskilt de unga männen, (3) gifta sig i templet och (4) skaffa sig färdigheter för att kunna försörja en familj. Innan dess hade jag aldrig planerat att uppnå dessa fyra mål. Men jag knäböjde och bad: "Himmelske Fader, jag vill uppnå de här fyra målen. Snälla, hjälp mig."

Jag visste att jag, för att kunna hålla mig kvar på de utvaldas väg, behövde följa Herrens tjänares råd. Jag bestämde mig för att göra allt jag kunde för att följa äldste Kimballs råd och arbeta flitigt för att bygga upp kyrkan.

Under flera år därefter fortsatte jag att arbeta mot mina fyra mål. Jag verkade som byggnadsmissionär i två år och hjälpte till att bygga två kapell i mitt hemland. Sedan kallades jag att gå ut som proselyterande heltidsmissionär. En kort tid efter att jag återvänt hem gifte jag mig i templet med kvinnan från Matsumoto gren som hade skrivit det där brevet till mig. Senare fick jag mitt drömjobb i ett utlandsbaserat

FYRA MÅL

1. Skaffa dig en så bra utbildning som möjligt.

2. Verka som heltidsmissionär.

3. Gift dig i templet.

4. Skaffa dig färdigheter så att du kan försörja en familj.



handelsföretag. När jag följde Herrens ord och profeternas råd kände jag återigen att jag befann mig på de utvaldas väg. Och jag strävar efter att hålla mig kvar på den vägen idag.

Hör hans röst

Mina unga bröder och systrar, Frälsaren kallar hela tiden på oss alla och inbjuder oss att följa honom. Herren sade: "Mina får lyssnar till min röst ... och de följer mig" (Joh 10:27). Du har hört Herrens röst. Du har följt honom genom att döpas in i hans kyrka. Du har i sanning blivit kallad. Men att vara utvald är något helt annat.

Bestäm dig nu för att du ska göra vad som än krävs för att förbli trofast. Bestäm dig för att hålla ut till änden genom att följa alla Guds bud. Sätt upp rättfärdiga och värdiga mål. Skaffa dig en utbildning, verka som missionär, gift dig i templet och försörj din familj, både andligt och timligt. Om du inte har fått ett vittnesbörd ännu ber jag dig att gå ner på dina knän och be din himmelske Fader hjälpa dig att få kunskap om sanningen. När sedan svaren kommer, bestäm dig då för att helhjärtat utföra Herrens verk. Gör vad som än krävs för att komma in på de utvaldas väg. ■

Flickan med det vackra leendet

Jag var rädd, men jag hittade ett hemligt vapen som hjälpte mig övervinna rädslan.

Michelle Glauser

I månader hade jag förberett mig för den här dagen tillsammans med min pianolärare. Jag skulle delta i Achievement in Music, en årlig tävling där musikelever testas i allt möjligt — från teorikunskaper till dynamiken i ett inövat musikstycke. Slutligen var dagen inne, och tillsammans med den kom nervositeten.

Den värsta delen av tävlingen var när man skulle framföra olika stycken inför domare. Jag kunde mina musikstycken, men händerna darrade medan jag spelade.

Framförandet jag hade gruvat mig för var över. Jag kunde slappna av för nu behövde jag bara ge min muntliga rapport om en kompositör. Jag hittade rätt plats och väntade i en kö framför två dörrar. Jag tittade nyfiket in genom dörren till vänster. En vänlig lärare uppmuntrade eleverna när de nervöst gick in för att bekanta sig med henne. Det var tydligt att hon ville få dem

att känna sig väl till mods.

Sedan tittade jag in genom dörren till höger. En annan pianolärare var där inne. Hon var äldre och hade en sträng blick som fick mina händer att börja kallsvettas. Ju mer jag såg henne prata med eleverna, desto räddare blev jag. Allt jag kunde tänka var: "Jag hoppas jag får den första domaren."

Jag läste min rapport om och om igen. När jag stod längst fram i kön hoppades jag att personen till vänster skulle bli klar först. Men till min förfäran började eleven till höger att gå mot dörren. Jag vågade inte gå in i rummet. Sedan fick jag plötsligt tanken: "Le bara så stort du kan."

Jag gick in med spänstiga steg och det största leende jag någonsin haft. Det är som de säger: Om man låtsas vara glad så blir man glad. Jag skakade domarens hand med ett strålande leende. Sedan läste jag upp rapporten med en klar röst och gjorde uppehåll då och

då för att le mot henne. När jag var klar tackade jag henne för tiden hon hade ägnat åt mig. Jag var inte lika rädd för henne längre. När jag gick ut ur rummet kände jag mig lättad och glad.

Några månader senare lyssnade jag medan min pianolärare läste upp kommentarerna från domarna. När hon kom till sista kommentaren sade hon: "Oj, du imponerade verkligen på den här domaren. Hon skrev: 'Michelle, flickan med det vackra leendet.'" Jag behövde inte fråga vem det var som hade skrivit det.

Genom att förändra min inställning kunde jag göra mitt bästa. När det är något svårt jag måste göra bestämmer jag mig för att göra det givande och roligt i stället för att visa mig ovillig. Jag förstår att min inställning påverkar mina upplevelser. Genom att sträva efter att ha en bra inställning har jag lärt mig tycka om mina utmaningar. ■

Särskilt vittne



Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum återger sina tankar om det här ämnet.

HUR KAN EVANGELIET HJÄLPA MIG ATT VARA GLAD?

*Från ett tal under ett andligt möte
vid Brigham Young-universitetet –
Idaho den 23 augusti 2002.*

Vår himmelske Faders plan för lycka är utformad för att ge ledning åt hans barn, hjälpa dem bli lyckliga och tryggt föra dem tillbaka till honom.

I det här livet upplever vi ömhet, kärlek, vänlighet, glädje, sorg, besvikelser, smärta och kanske även fysiska begränsningar på sådana sätt som förbereder oss för att komma och bo hos vår Fader i himlen igen. Det finns sådant vi måste lära oss och upplevelser vi måste ha på jorden.

Källan och orsaken till sann glädje är evangeliets sanningar och lydnad mot den eviga lagen.

Lydnad mot evangeliets principer inbjuder den Helige Andens ständiga sällskap. Den Helige Anden hjälper oss veta, förstå och följa Jesu Kristi lärdomar.

För att du ska känna dig glad och trygg inbjuder jag dig att studera och följa Frälsarens evangelium ännu flitigare. Vi ska inte bara följa evangeliet utan vi ska tycka om att följa evangeliet. När vi gör det får vi oräkneliga välsignelser, större styrka och sann glädje.

Du vet vad som är rätt och vad som är fel, och du har ansvaret att lära dig "genom studier och även genom tro" (L&F 88:118) vad du ska och inte ska göra.

Elis operation

"Alla de som tar emot detta prästadöme tar emot mig, säger Herren"
(L&F 84:35).

Jane McBride Choate

Baserad på en sann berättelse

Eli tittade på traven med läxor hans vän hade tagit med hem åt honom efter skolan. Eli hade missat ännu en skolvecka på grund av en öroninfektion.

Den kvällen kom Elis föräldrar in i hans rum. Hans mamma satte sig på sängkanten och tog Elis hand. "Eli, doktorn tror att du behöver opereras", sade hon.

"Opereras? Varför då?"

"Han vill sätta in rör i öronen som hindrar dig från att få fler infektioner", sade mamma. "Det gör inte ont och du kommer att vara hemma från sjukhuset nästa dag." Hon kramade hans hand.

Eli litade på sina föräldrar. Men tanken på en operation skrämde honom. Han tänkte på berättelsen han hade hört i Primär om Joseph Smith. När Joseph var sju år blev

skelettet i hans ben infekterat. Infektionen blev allt värre tills läkaren beslutade att de måste ta bort en del av skelettet. Annars skulle Joseph kanske förlora benet eller till och med dö.

På Joseph Smiths tid gav läkarna alkohol till patienterna att dricka för att lindra smärtan under en operation, men Joseph vägrade att dricka alkoholen som läkaren ville ge honom. Och han vägrade att bindas vid sängen. Han sade att om hans pappa höll om honom så skulle han inte röra sig. Josephs pappa höll honom stadigt i sina armar under den smärtsamma operationen. Operationen lyckades och Joseph blev frisk.

Eli tänkte på Josephs mod och tro på sin pappa. "Kan jag få en välsignelse, pappa?" frågade han. Eli visste att en prästadömsvälsignelse

kunde hjälpa honom. Elis pappa hade gett honom en välsignelse i början av skolåret.

"Vilken bra ide!" sade hans pappa.

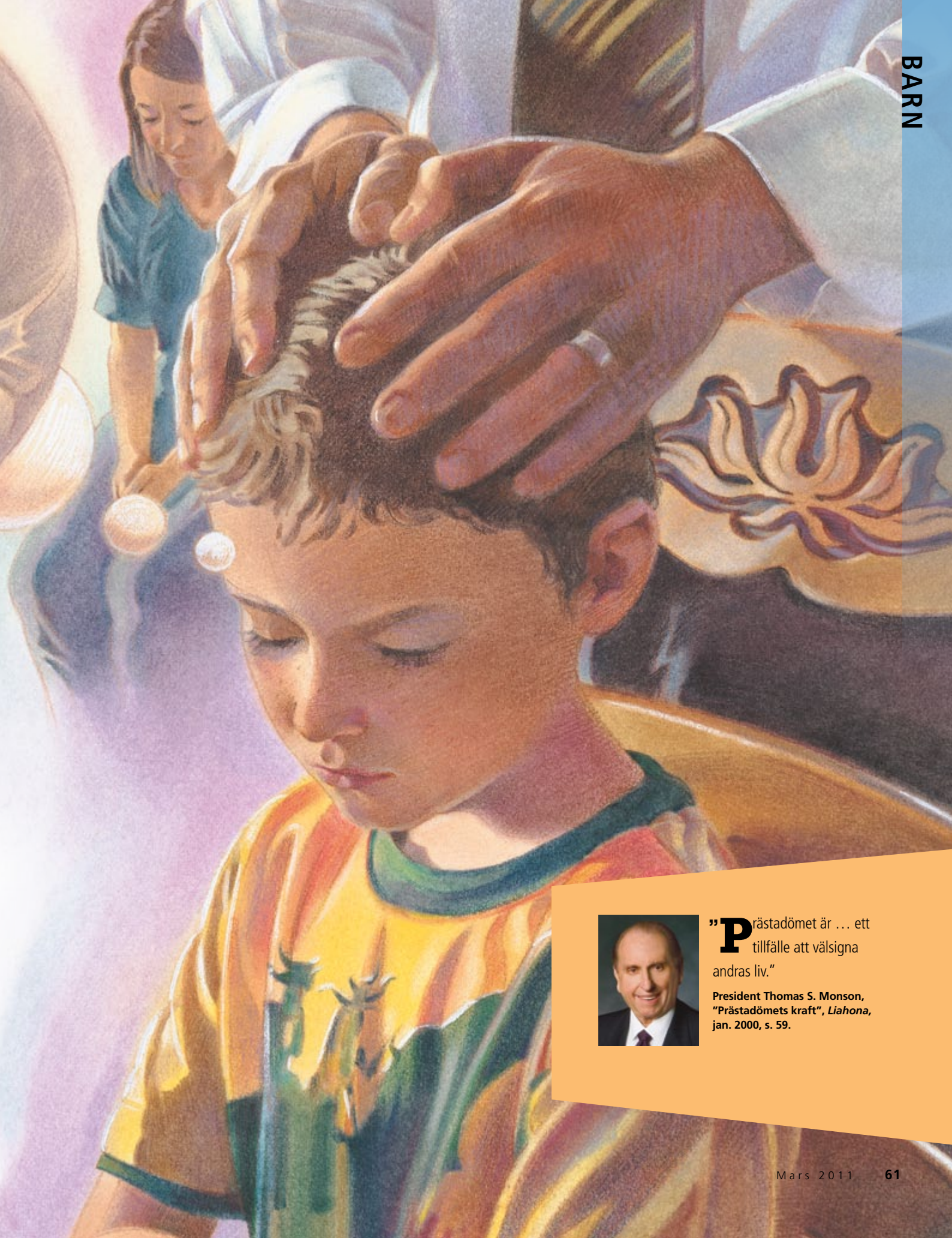
Elis mamma lade armarna i kors och böjde huvudet. Eli kände sin pappas händer på huvudet. Pappas röst blev allt säkrare medan han välsignade Eli att han inte skulle vara rädd och att han skulle bli helt frisk.

När välsignelsen var över var Eli inte rädd längre. "Nu kan jag opereras", sade han.

Tre dagar senare åkte han till sjukhuset och kom hem igen dagen därpå. Öroninfektionerna var snart borta och Eli tog snabbt igen allt skolarbete han hade missat.

Eli var tacksam över att vara medlem i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga och att han kunde välsignas genom prästadömet. ■





Prästadömet är ... ett tillfälle att välsigna andras liv."

President Thomas S. Monson,
"Prästadömetets kraft", *Liahona*,
jan. 2000, s. 59.

**President
Henry B. Eyring**
förste rådgivare i första
presidentskapet



Räkna Guds gåvor

Guds barn har haft en tendens att glömma Gud ända sedan jorden skapades. Tänk på Moses tid, när Gud gav sina barn manna och på ett mirakulöst och synligt sätt ledde och skyddade dem. Ändå varnade profeten folket: "Tag dig till vara ... så att du inte glömmet vad dina ögon såg" (5 Mos 4:9).

Hitta sätt att se och komma ihåg Guds välvilja. Det stärker vårt vittnesbörd. Tänk på sången vi sjunger ibland: "Räkna ... Guds gåvor, nämn dem en och en, se, vad Gud dig givit och dig giver än" ("Räkna Guds gåvor", *Psalmer*, nr. 167).

När våra barn var mycket små började jag skriva några rader om vad som hände varje dag. Jag hoppade aldrig över en dag hur trött jag än var eller hur tidigt jag än skulle stiga upp dagen därpå. Innan jag skrev brukade jag fundera över frågan: "Har jag sett Guds hand röra vid oss, våra barn eller vår familj idag?" När jag tittade tillbaka på dagen som gått såg jag saker som Gud hade gjort för någon av oss som jag inte hade tänkt på under dagens jäkt. Jag insåg att jag, genom att försöka minnas, gjorde det möjligt för Gud att visa mig vad han hade gjort.

Den Helige Anden hjälper oss se vad Gud har givit oss. Jag vittnar om att Gud älskar oss och välsignar oss, mer än de flesta av oss ännu har insett. Jag vet att det är sant och jag gläds åt att minnas honom. ■

Från ett tal under generalkonferensen i oktober 2007.



SE VAD GUD DIG GIVIT!

Du kan lära dig att lägga märke till välsignelserna som din himmelske Fader ger dig på samma sätt som president Eyring gjorde — genom att skriva ner dem.

1 Lägg ett anteckningsblock eller en dagbok och en penna vid din säng.

2 Skriv följande varje kväll innan du ber och går och lägger dig:

- Datumet.
- Två eller tre bra saker som hände den dagen.
- På vilket sätt du tror att de här bra sakerna är välsignelser från din himmelske Fader.

3 När du ber kan du tacka din himmelske Fader för alla bra saker du kom ihåg. Du kan också berätta för din familj om välsignelserna du har upptäckt!



FOTOILLUSTRATION WESTON COLTON; ILLUSTRATIONER KEITH CHRISTENSEN

HUR HERREN VÄLSIGNADE ISRAELS BARN

Första Moseboken i Gamla testamentet berättar om hur Herren hjälpte sitt utvalda folk när de hade problem. Matcha varje problem med en välsignelse som Herren sände för att hjälpa sitt folk.

PROBLEM

1. Herrens utvalda folk var slavar i Egypten.

2. Farao, kungen i Egypten, tillät inte att de lämnade platsen.

3. Farao lät folket gå, men sedan skickade han sin armé efter dem för att försöka ta dem tillbaka.

4. Människorna var törstiga i vildmarken.

5. Folket hade ingen mat kvar. De var hungriga.

6. Folket behövde hjälp med att följa Herren.



VÄLSIGNELSER

A. Herren sände många plågor till Egypten, och farao lät slutligen folket gå.

B. Herren gav Mose de tio budorden. Han lät hela folket höra hans röst och visade sig för några av dem.

C. Herren befälde Mose att slå på en klippa med sin stav, och vatten rann ut.

D. Herren befälde Mose att leda folket ut ur Egypten till det utlovade landet.

E. Herren delade på Röda havet så att folket kunde fly.

F. Herren sände mat till folket som smakade som bröd och honung. Det kallades *manna*, och de hittade det på marken varje morgon.

Svar: 1. D; 2. A; 3. E; 4. C; 5. F; 6. B.

Du kan använda den här lektionen och aktiviteten för att lära dig mer om månadens tema i Primär.

Vår himmelske Fader talar till oss genom sina **profeter**

JoAnn Child och Cristina Franco

"Vad jag, Herren, har talat, det har jag talat ... antingen genom min egen röst eller genom mina tjänares röst, ty det är detsamma" (L&F 1:38).

Om du behövde be någon ge ett viktigt budskap till folket du älskar, vilken slags person skulle du då fråga? Du skulle förmodligen välja någon som är ärlig, någon som tar ansvar och som är pålitlig.

Vår himmelske Fader ger sina budskap till sina barn på jorden genom profeter. Han vet att hans profeter är ärliga, ansvarsfulla, pålitliga och rättfärdiga.

I skrifterna läser vi ord från många profeter som skrev ner de inspirerade budskap vår himmelske Fader gett till sina barn. Låt oss lära oss mer om profeternas ord i skrifterna.

Malaki gav Herrens budskap till folket att de skulle ge tionde och offergåvor (se Mal 3:8–10).

Alma den yngre lämnade sin post som huvuddomare för att vara missionär i landet (se Alma 4:15–20). Han berättade om Guds budskap för många människor.

Moroni gav vår himmelske Faders



budskap till oss alla när han gav oss löftet om att läsa Mormons bok: "Och jag uppmanar er att ni, när ni får dessa uppteckningar, frågar Gud, den evige Fadern, i Kristi namn, om inte dessa uppteckningar är sanna. Och om ni frågar med ett uppriktigt hjärta, med ärligt uppsåt och med tro på Kristus, skall han uppenbara sanningen om dem för er genom den Helige Andens kraft" (Moroni 10:4).

Joseph Smith fick ett särskilt budskap från vår himmelske Fader och Jesus Kristus (se Joseph Smith — Historien 1:11–20). Joseph Smith förkunnade det budskapet till alla människor under hela sitt liv.

Vi är välsignade att ha en profet idag. Vi kan höra budskap från vår himmelske Fader när vi lyssnar på profeten.

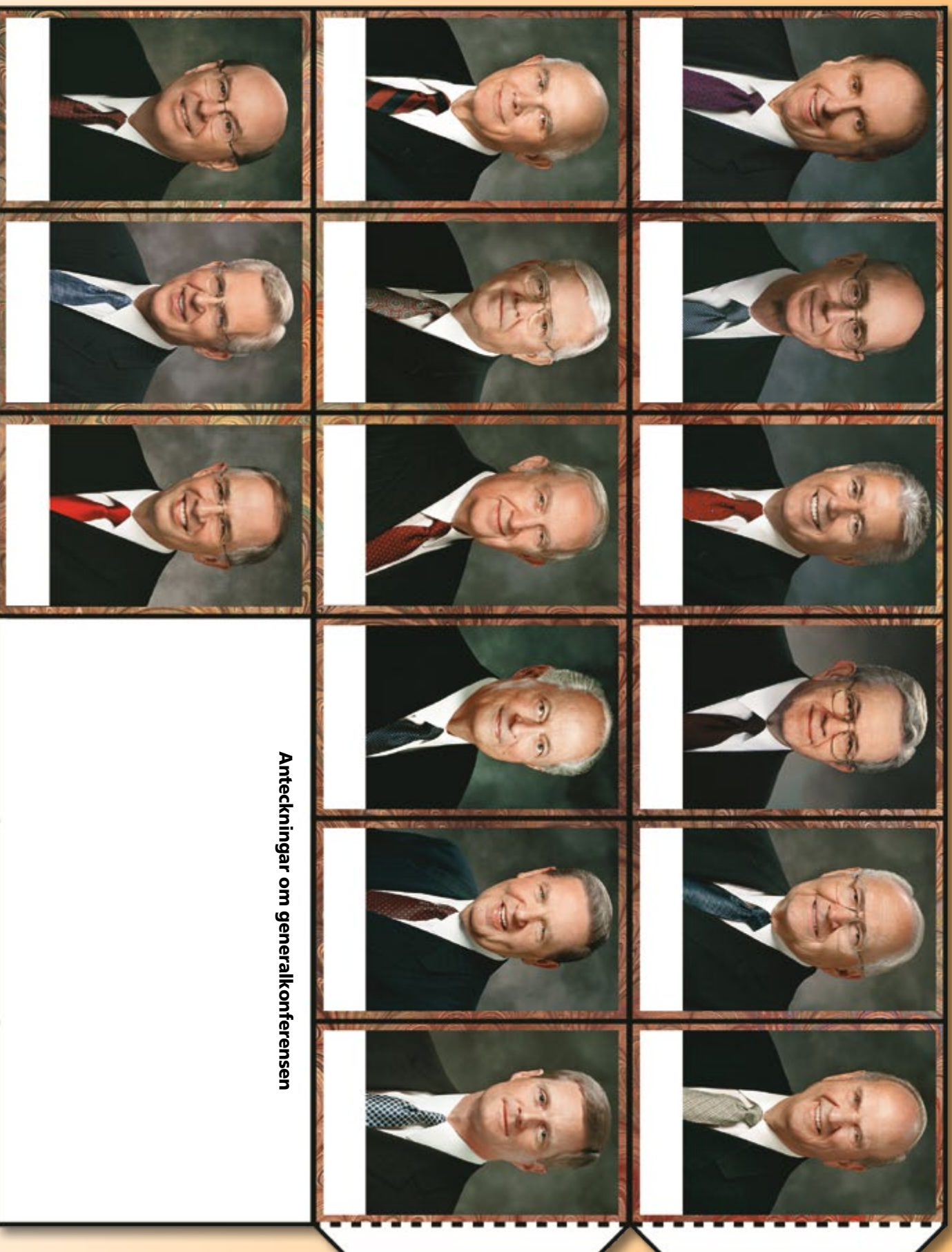
Aktivitet

Klipp ut pappersremssorna med bilder av första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum. Klistra fast änden av remssorna vid början på nästa. Vik remssorna fram och tillbaka vid linjerna så att det blir ett häfte.

Skriv namnet på varje generalauktoritet under hans bild med hjälp av listan här nedanför. Lyssna på deras tal på generalkonferensen och använd häftet till att göra anteckningar. Berätta om dina tankar om generalkonferensen under en middag med familjen eller en hemafton. ■

Thomas S. Monson
Henry B. Eyring
Dieter F. Uchtdorf
Boyd K. Packer
L. Tom Perry
Russell M. Nelson
Dallin H. Oaks
M. Russell Ballard
Richard G. Scott
Robert D. Hales
Jeffrey R. Holland
David A. Bednar
Quentin L. Cook
D. Todd Christofferson
Neil L. Andersen





Anteckningar om generalkonferensen

Aktivitetsdagen var svaret

"Ni får ingen förvisning förrän efter det att er tro har prövats"
(Ether 12:6).



Vilken hemsk dag! Jag pratade inte med någon i skolan idag, jag lekte inte med någon på rasterna och jag satt inte bredvid någon på lunchen. Min familj har bott i den här nya staden i två veckor men jag har fortfarande inga vänner!

När jag gick på uppfarten till det nya huset såg jag att min lillasyster lekte med en flicka som bodde på andra sidan vägen. Hon vinkade. "Hej, Rosa!"

Jag vände på huvudet och svarade inte. Det finns tre flickor som bor på samma gata som är lika gamla som min lillasyster. Hur många av flickorna som bor på vår gata är i min ålder? Inga. Inte en enda!

Jag knuffade in ytterdörren och slängde ryggsäcken på golvet.

"Syster Garcia från Primär ringde för att påminna dig om aktivitetsdagen idag", sade mamma.

"Jag vill inte gå på aktivitetsdagen", muttrade jag. "Jag har precis varit tillsammans med barn jag inte känner hela dagen. Jag vill inte vara med flickor jag inte känner en timme till!" Det kanske är lätt för en del att prata med personer de inte känner men det är det inte för mig.

"Jag vet att det har varit svårt för dig att flytta hit och lämna alla dina vänner", sade mamma. "Jag har bett om att vi snart ska få några nya vänner."

"Jag också", sade jag. "Jag ber om det varje kväll, men

min himmelske Fader har inte besvarat bönerna än. Det är som om han inte lyssnar."

Mamma kramade min hand. **"Telefonsamtalet från syster Garcia kanske är ditt svar"**, sade hon.

"Hur kan det vara svaret på mina böner?" frågade jag.

"Ibland när vi ber förväntar sig vår himmelske Fader att vi gör något själva för att få svar på våra böner", sade mamma. "Det är att visa tro. Vi behöver göra mer än bara be. Ibland behöver vi göra något i tro innan vi får välsignelsen."

"Kan det vara så?" tänkte jag. "Kan aktiviteten idag verkligen vara svaret på mina böner?"

Senare frågade mamma om jag ville ha skjuts till aktiviteten. Jag tog ett djupt andetag och nickade. Fastän jag var rädd kändes det som det var det rätta att göra.



"Gud [kommer] inte alltid att ögonblickligen belöna dig efter dina önskemål. I stället svarar Gud på det sätt som i hans eviga plan är bäst för dig."

Äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum: "Trons stödjande kraft i osäkra och prövande tider", *Liahona*, maj 2003, s. 77.



Mitt hjärta slog fort när vi kom till kyrkan. Syster Garcia hälsade mig välkommen och ledde mig till en stol vid bordet. Hennes vänliga röst och varma leende fick mig att känna mig bättre till mods.

En flicka på andra sidan bordet tittade på mig. "Hej, jag heter Teresa", sade hon. "Är du ny?"

Jag hade en klump i halsen så jag bara nickade.

"Jag tror jag har sett dig i skolan", sade Teresa. "Vilken klass går du i?"

Jag svalde nervöst. "Fröken Lees klass", sade jag.

"Jag är i klassen i rummet bredvid!" sade hon.

Vi pratade om våra klasser och våra favoritämnen. Medan vi pratade blev jag förvånad över hur mycket vi

hade gemensamt. Vi tyckte båda om att åka rullskridskor!

När mamma hämtade mig efter aktiviteten hoppade jag in i bilen.

"Mamma, får jag leka med min nya vän Teresa?" Jag vinkade åt Teresa och hon vinkade tillbaka.

Mamma tyckte det var en jättebra idé, och resten av kvällen åkte min nya vän och jag rullskridskor uppför och nerför min gata.

Den kvällen när jag knäböjde vid sängen tackade jag min himmelske Fader för att han hade besvarat mina böner. Först var jag rädd för att gå på aktivitetsdagen, men jag är glad att jag gjorde det. Jag är glad att jag var modig nog att göra något i tro. ■

Vår sida



Sonja K., 5 år, Ryssland

DEN VIKTIGASTE DAGEN I MITT LIV

Den här bilden är av min pappa och mig på min dopdag för två år sedan. Jag ska alltid komma ihåg den dagen för det var den viktigaste dagen i mitt liv. Det var den dagen jag ingick ett förbund med min himmelske Fader. Jag vet att min himmelske Fader och Jesus Kristus lever och att de älskar mig väldigt mycket.

Jag tycker jättemycket om att åka till templet. Fastän jag inte kan gå in än tycker jag om att vara utanför, och jag påminner alltid mina föräldrar om att besöka templet.

**Milton Aarón V.,
10 år, Ecuador**



**"Vår president Thomas S. Monson",
av Tyla J., 7 år, Utah, USA**

Skicka en teckning, ett foto, en upplevelse eller ett vittnesbörd till Vår sida till liahona@ldschurch.org och skriv "Our Page" på ämnesraden.

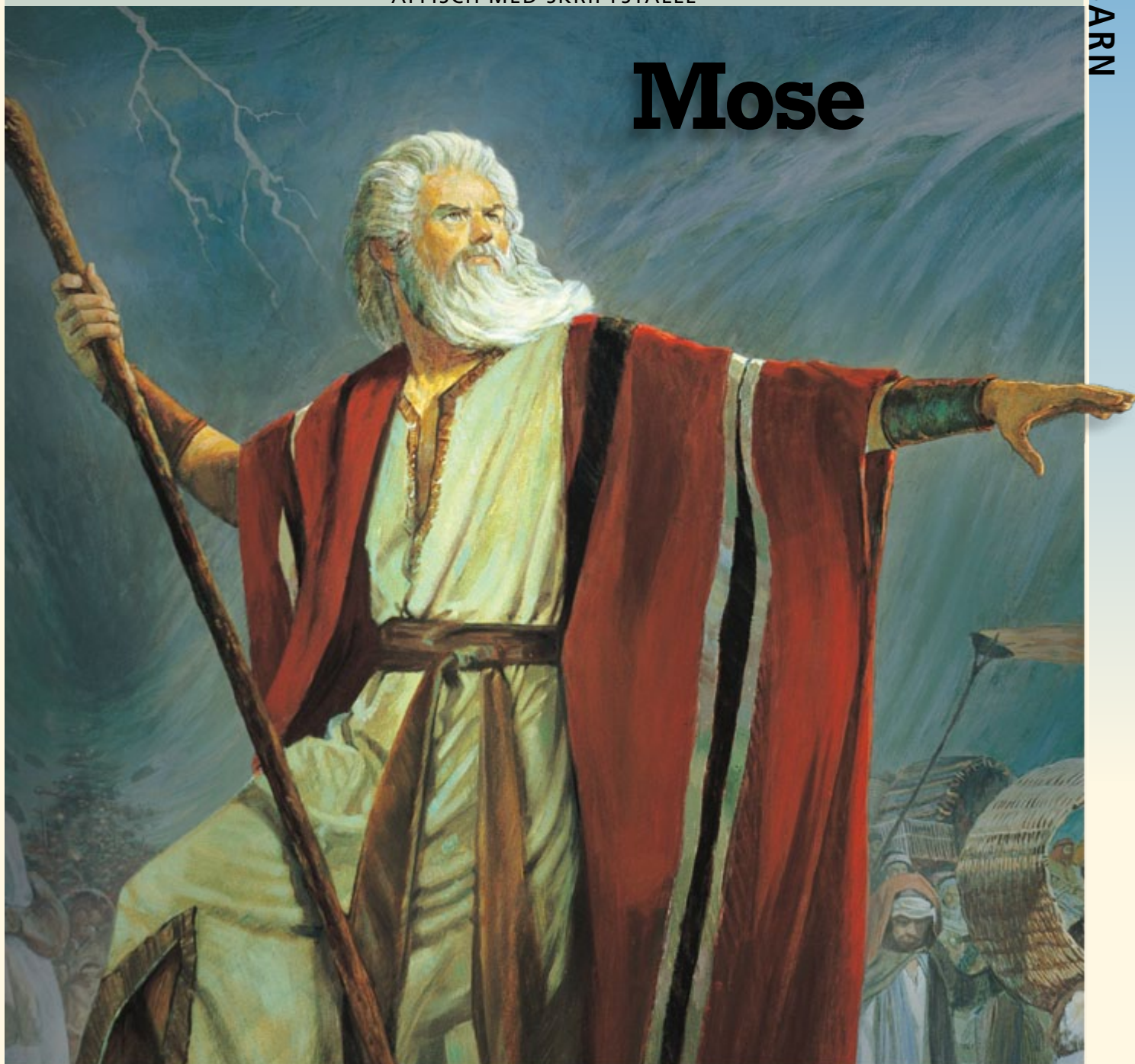
Varje bidrag måste innehålla barnets fullständiga namn och ålder (måste vara mellan 3 och 12 år) samt föräldrarnas namn, församling eller gren och stav eller distrikt, samt skriftligt tillstånd från föräldrarna (e-postmeddelande går bra). Brev kan komma att förtydligas eller förkortas.



**Celeste och
Giuliana C., 7
och 6 år, från
Argentina,
tycker om
att hjälpa**

sin mamma genom att städa sitt rum och plocka undan sina leksaker och skor. De passar också sin lillebror och leker med honom när deras mamma är upptagen. Familjen tycker om att åka till tempelträdgården tillsammans. Celeste och Giuliana säger att det gör dem mer eniga som familj.

Mose



Om Mose

Herren gav Mose kraft att utföra underverk. Han delade på Röda havet så att israeliterna kunde fly från Egypten. Senare fick han de tio budorden.

Du kanske inte alltid förstår varför Herren vill att du ska göra vissa saker i livet, men om du är lydig och har tro, som Mose hade, så välsignar Herren dig.

Var du kan lära dig mer

Andra Moseboken 3–14 Mose utför underverk och leder israeliterna ut ur Egypten.

Andra Moseboken 19–20 Herren ger Mose de tio budorden.

Daniel visar hur man ber

Laurie Williams Sowby

Baserad på en sann berättelse

"Ingen får förakta dig för att du är ung, utan var ett föredöme för de troende" (1 Tim 4:12).

1. Daniel var glad. Han satt på ett flygplan och skulle besöka sin farmor och farfar i Peru. De var inte medlemmar i kyrkan men han älskade dem och de älskade honom.



2. När Daniel kom till Peru var han glad att se sin farmor och farfar. Men han längtade också hem lite. Allt var annorlunda i Peru än hemma i Spanien. Men han visste att en sak kunde vara likadan.



4.

Därför att Jesus sade att vi ska göra det.

Varför vill du be?

3.

Kan vi be en bön innan vi lägger oss?



Okej. Hur ber man?

5.

Vi går ner på knä, böjer huvudet och blundar.



6.

Vi kan tacka vår himmelske Fader för våra välsignelser och be honom hjälpa oss.



7. Daniels farmor och farfar tyckte så mycket om det att de bad varje morgon och kväll medan Daniel var på besök.



8. Daniel kände sig glad när han bad med sin farmor och farfar. Han visste att vår himmelske Fader också var glad.



VAR ETT **GOTT** EXEMPEL

Daniel lär sig att vara ett gott exempel. Rita ett glatt ansikte i cirk-larna bredvid bilderna av Daniel där han är ett gott exempel. Rita ett ledset ansikte i cirk-larna bredvid bilderna av Daniel där han är ett dåligt exempel.

TIPS TILL FÖRÄLDRAR

- Läs berättelsen "Daniel visar hur man ber" med ditt barn. Berätta om en upplevelse där någons goda exempel hjälpte dig.
- Återge berättelsen om Abinadi i Mormons bok (se Mosiah 11–17). Säg att Abinadis stora exempel och lärdomar hjälpte till att omvända Alma till sanningen.



Matcha skrifterna

I skrifterna finns berättelser om profeter och andra personer som är exempel på hur man kan lyda vår himmelske Fader. Följ linjerna för att se vilken bok berättelsen om varje profet finns i.

Mormons bok



Nya testamentet



Gamla testamentet



Den kostbara pärlan



Daniel



Nephi



Joseph Smith



Johannes Döparen



Liv förändras för dem som **tillämpar konferensen**

Melissa Merrill

Kyrkans tidningar

En kort tid efter generalkonferensen i oktober 2010 bestämde sig Jared och Kathleen Smith från Utah, USA för att ta en biltur runt bostadsområdet med sina tre barn och njuta av de vackra höstlöven. Innan de gav sig av lade broder Smith en liten flaska invigd olja i fickan. Orden i president Henry B. Eyrings tal under prästdömsmötet om att alltid vara redo att tjäna inom prästadömet hade funnits i hans tankar (se "Tjäna med Anden", *Liahona*, nov. 2010, s. 59).

På vägen hem råkade de åka förbi en samling människor som stod runt en liten flicka som låg på vägen. Det såg ut som om hennes huvud hade skadats. De hörde en kvinna ropa: "Finns det någon som har invigd olja? Snälla!" Broder Smith stannade bilen snabbt och gav sin olja till flickans pappa. Efter en prästadömsvälsignelse återfick flickan medvetandet och började prata med sina föräldrar. En liten stund senare kom en ambulans som tog henne till sjukhuset.

"Vi fick en varm och fridfull känsla i hjärtat eftersom vi hade varit på rätt plats i rätt tid och haft olja med oss, och, som president Eyring talde om, var redo", säger broder Smith. "Våra barn såg hur prästadörets makt kan vara till välsignelse och vi åkte därifrån med en känsla av vår himmelske Faders kärlek, både till oss och till den lilla flickan och hennes familj."

Liksom familjen Smith har många familjer välsignats av att de följt råden som de fick under generalkonferensen. När medlemmarna nu förbereder sig för ännu en generalkonferens berättar tre familjer om hur de följt profetens ord.

För att läsa fler berättelser (på engelska) eller för att återge en egen upplevelse (på vilket språk som helst) kan du läsa hela artikeln i avdelningen Church



Ett buskap under en generalkonferens av äldste James B. Martino gav Anne Te Kawa från Nya Zeeland mod att be om vägledningen hon behövde.

News and Events på LDS.org på [lds.org/church/news/how-general-conference-changed-my-life](https://www.lds.org/church/news/how-general-conference-changed-my-life).

Anne Te Kawa, Tararua, Nya Zeeland

I början av 2010 hade jag några allvarliga personliga prövningar. Min biskop föreslog att jag kunde ha nytta av att träffa en professionell terapeut. Tanken var befängd. Jag arbetar och utbildar inom behandling av drog- och alkoholmissbruk, så jag tänkte: "Jag är praktiskt taget en terapeut själv! Jag behöver ingen hjälp utifrån."

Jag kämpade fortfarande med några av prövningarna — och min stolthet — när det var dags för generalkonferensen i april. Äldste James B. Martino i de sjuttios kворum höll ett tal med titeln "Allt samverkar till det bästa" (se *Liahona*, maj 2010, s. 101), som handlar om hur man hanterar prövningar.

Hans budskap berörde mig och jag bestämde mig för att be om vägledning om vad jag skulle göra. Jag lämnade konferensen med en önskan att stärka min tro och att lita på att Frälsaren vägledde mig genom den Helige Anden.

I flera veckor begrundade och bad och funderade jag, och slutligen bestämde jag mig för att gå till en terapeut. Det har varit en lyckad upplevelse

som varit till hjälp för mig. Jag har fortsatt att känna mig trygg när jag har läst äldste Martinos tal på nytt, upplyfts av bön till min himmelske Fader och litat på hans Sons, Jesu Kristi, försoning. Jag vittnar om att sättet att övervinna prövningar på är att alltid ödmjukt söka Herren. Han vägleder oss så att vi vet vad vi behöver göra.

Andrea Roueche, Texas, USA

Min make Collin och jag blev föräldrar i oktober 2009. När vår dotter Eliza var fem månader gammal började vi prata om när vi skulle börja ha med henne på hemaftnarna och skriftstudierna. Skulle det ge något att ha hemafton när hon var vaken? Kunde hon verkligen få ut något av att vi läste Mormons bok högt?

Under generalkonferensen i april 2010 sade äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum: "Unga människor i alla åldrar, även småbarn, kan bli och blir påverkade av den speciella anda som finns i Mormons bok" ("Vaka och håll ut" *Liahona*, maj 2010, s. 40).

Förändringarna vi har gjort har varit enkla och skett gradvis. Vi spelar regelbundet en CD med primärsånger för Eliza. Vi läser några verser i Mormons bok med henne under middagen. Vi har börjat ha familjebön precis innan Eliza ska lägga sig. När vi går på promenad pekar jag på fåglarna och säger till henne: "Jesus gjorde fåglarna åt oss." Hon kanske inte förstår det just nu, men det kommer hon att göra.

Jag har märkt att det här har tagit bort mycket av oron inför framtiden. Jag känner att om jag gör min del genom att

lära Eliza vad hon behöver veta och genom att följa profetiska råd så välsignas hon i framtiden.

Sela Fakatou, West Midlands, England

I vår familj har alla mycket att göra. Ibland tar vi oss inte tid att lyssna noga på varandra eller att öva på att vara vänliga eller artiga. Som förberedelse inför en stundande generalkonferens bad vi därför om att få veta vad vi kunde göra för att komma närmare varandra som familj.

Äldste Robert D. Hales tal, "Vår plikt mot Gud: Föräldrars och ledares ansvar mot det uppväxande släktet" (se *Liahona*, maj 2010, s. 95), besvarade våra böner och våra frågor.

Jag berördes särskilt av berättelsen om äldste Hales sonson som frågade: "Farfar! Finns du därinne?" Äldste Hales i de tolv apostlarnas kvorum sade: "Att finnas *därinne* betyder att vi förstår våra ungdomars hjärtan och har ett förhållande till dem. Och att ha ett förhållande till dem betyder inte bara att prata med dem utan också att göra saker tillsammans med dem."

Vi har arbetat på att förbättra våra relationer till varandra. Under middagen pratar vi om dagen som varit. Vi pratar om utmaningar vi ställs inför och hur det vi lär oss från skrifterna hjälper oss att möta och övervinna utmaningarna.

Det har krävts ansträngningar för att få det här utbytet. Men allteftersom de här goda vanorna har blivit en del av vårt familjeliv har jag känt en särskild kärlek till min familj. När jag har följt de profetiska råden jag fick under generalkonferensen har svar på andra frågor kommit till mig, och jag har sett hur jag kan bli mer lik Frälsaren Jesus Kristus. Mer än någonsin tidigare känner jag frid i stället för oro. ■

Collin och Andrea Roueche fann svaren de sökte i ett konferensbudskap av äldste David A. Bednar.



Små frön av oberoende sås i små utrymmen

Allie Schulte

Välfärdsavdelningen

Många av kyrkans medlemmar bor i lägenheter eller små hus utan utrymme för en trädgård. Andra bor i torra områden där marken är karg. En del känner att de inte har tid eller ekonomiska medel till att odla mat. Men med tro, ihärdighet, tålamod och lite kreativitet kan alla lyckas med odling.

När medlemmarna under bön begrundar rådet att plantera trädgårdsland och söker efter sätt att följa den principen så kommer de att förundras över lösningarna de upptäcker. Här är några upplevelser och råd från medlemmar som har följt rådet att plantera trädgårdsland.

En budgetträdgård

Noelle Campbell från Houston i Texas, USA bodde i en liten radhuslägenhet. Hon upptäckte att mycket av det hon behövde för att plantera trädgårdsland fanns i hemmet. Hon började plantera grönsaker i gamla behållare på verandan — allt från tvättmedelskartonger till kattsandlådor.

Hon förundrades över hur mycket mat hon kunde producera i de små behållarna. Senare utökade hon trädgårdslanden, fortfarande med sådant som fanns hemma. Gamla bokhyllor och lådor förvandlades till en vertikal trädgård. Ramen till en gammal trampolin används nu som stöd för bönor, ärtor och andra klättrande plantor. Hon använder också gamla galler från grillar för att hindra tomaterna från att luta.

”Jag tycker om utmaningen att odla i behållare, att se verandan förvandlas från en 2,5 kvadratmeter stor betongplatta till en grön, levande, producerande trädgård”, säger Noelle.



FOTO NOELLE CAMPBELL

Lådor, hinkar, flaskor och andra behållare kan användas för att förvandla små utrymmen till produktiva trädgårdar.

Använd behållare

I Alberta i Kanada vet Shirley Martin av erfarenhet att man kan odla nästan vilken planta som helst i så enkla behållare som gamla läsk- eller juiceflaskor. Hon säger att nyckeln till att lyckas med en sådan trädgård är tillräckligt med ljus, även om det bara är ett fönster eller en lampa som främjar planttillväxt, och att vattna oftare eftersom behållare torkar ut mycket fortare än ett grönsaksland.

”I år”, säger Shirley, ”odlar jag en köksträdgård i några krukor på altanen bestående av örter, sallad, tomat, lök, gräslök och paprika. Det är bara fantasin som sätter gränser.”

Lära genom att göra

Kwan Wah Kam från Hongkong bestämde sig för att plantera trädgårdsland som

komplement till hennes hemförråd. Hon hade aldrig försökt odla egen mat men antog att hon kunde lära sig allt hon behövde veta genom att läsa böcker.

Informationen hon hittade var till hjälp, men Kwan upptäckte snart att den största lärdomen fås genom att faktiskt plantera. Efter varje nytt år av erfarenhet har hon lärt sig mer om vilken jord som är bäst för vissa frön, hur man skiljer på bra och dåliga frön, hur man bevattnar och gödslar plantor och den bästa tiden att odla olika grönsaker.

Men det Kwan lärde sig begränsades inte till trädgårdsodling. En kväll höll en hemsk storm på att förstöra hennes trädgård. På morgonen blev hon förvånad att se att plantorna inte hade skadats utan i stället växte ännu mer av allt vatten.

”Av den upplevelsen lärde jag mig att med tro på Gud kan vi bli starkare när vi möter våra prövningar och svårigheter med mod”, säger Kwan. ”Välsignelserna jag har fått av att odla är både timliga och andliga.” ■

”Det har inte funnits många år i mitt liv när jag inte har tagit hand om en trädgård. Även nu, när jag bor i en lägenhet i staden, planterar jag och skördar varje år ... Varje vår när jag tittar på ett litet obetydligt frö och lägger det i en väl förberedd fröbädd så förundras jag över hur mycket det kommer att producera.”

Äldste L. Tom Perry i de tolv apostlarnas kворum, ”The Law of the Harvest”, *New Era*, okt. 1980, s. 4.

TEMPELNYTT

President Monson tar första spadtaget i Rom

President Thomas S. Monson tog första spadtaget till templet i Rom den 23 oktober 2010. Templet som tillkännagavs två år tidigare blir tre våningar högt, får en yta på 3 700 kvadratmeter och blir det tolfte templet i Europa och det första i Italien.



President Thomas S. Monson tog första spadtaget till templet i Rom den 23 oktober 2010.

När templet är klart betjänar det medlemmarna i Italien och grannländerna. Det 16 hektar stora tempelområdet blir ett religiöst och kulturellt centrum där det kommer att finnas ett multifunktionellt möteshus, ett informationscenter, ett släktforskningscenter och ett gästhem för tempelbesökare.

Tempel under uppbyggnad i Argentina

Äldste Neil L. Andersen i de tolv apostlarnas kворum tog första spadtaget för ett tempel i Córdoba i Argentina den 30 oktober 2010. På området har ett av kyrkans första kapell i Argentina stått. ”Vad underbart att dess slutliga syfte blir att omfatta Herrens hus”, sade äldste Andersen. Templet blir det andra i Argentina. Det finns också ett tempel i Buenos Aires.

Första spadtaget i Gilbert, Arizona

Äldste Claudio R. M. Costa i de sjuttios presidentskap tog första spadtaget till templet i Gilbert i Arizona, USA den 13 november 2010. Gila Valley-templet och templet i Gilbert i Arizona som tillkännagavs den 26 april 2008 var de första templen som tillkännagavs av president Thomas S. Monson efter att han blivit kyrkans president. Templet i Gilbert blir Arizonas fjärde tempel. Ett femte tempel i Phoenix är fortfarande i planeringsstadiet. ■

BREV TILL REDAKTIONEN

Tycker om affischerna

Liahona är alltid så intressant! Jag kan identifiera mig mer med tidningen och känner mig som en större del av den eftersom vi inbjuds att bidra på så många sätt. Jag tycker om affischerna. Jag ramar in dem och sätter upp dem på mitt kontor. Tack för allt ni gör.

Bertha Viola Rétiz Espino, Mexiko

Medlemsantalet fortsätter att öka

Vi, medlemmarna i Abuakwa gren i Ghana, firade nyligen vårt ettårsjubileum som gren. I början var 50 närvarande på sakramentsmötet och nu är vi 128. Vi älskar våra ledare. Vi läser och studerar *Liahona*, vi köper ytterligare exemplar till nyomvända och andra som inte har tidningen, och medlemsantalet ökar varje dag. Vi vet att Mormons bok är sann.

Christopher Pidoal, Ghana

Ett ankare i ett stormigt hav

Jag är så tacksam över att ha *Liahona* hemma! Den är en källa till kraft. En dag när mitt sinne bombarderades av orena tankar fördjupade jag mig i *Liahona*, och tankarna försvann. *Liahona* hjälpte mig rena mina tankar och var som ett trygghetsankare i ett stormigt hav.

Victorino F. Dela Cruz Jr., Filippinerna

Skicka dina kommentarer eller förslag till liahona@ldschurch.org. Breven kan komma att förkortas eller förtydligas. ■

FÖRSLAG TILL FAMILJENS HEMAFTON

Det här numret innehåller artiklar och aktiviteter som kan användas under hemaftnarna. Här följer några exempel.

”Åtskilda av en översvämning, förenade i bön”, sidan 14: När ni har läst artikeln kan du betona bönens principer genom att ni läser Alma 34:18–27 tillsammans. Be familjemedlemmarna berätta om tillfällen när deras böner har besvarats.



”Helar varje hjärtesår”, sidan 18: När ni har läst och samtalat om olika delar av artikeln kan ni som familj sjunga ”Lär mig att följa dig” (*Psalmer*, nr. 150). Samtala om hur ni kan reagera positivt om någon förolämpar er. Samtala om hur försoningen, när man förstår och tillämpar den, kan ”bota sårade hjärtan, missförstånd och hat”.

”Undervisa om läran om familjen”, sidan 32: Medan du

återger Julie B. Becks budskap kan du inbjuda familjemedlemmarna att samtala om läran om familjen. Samtala om hoten mot familjen och hur de kan övervinnas genom tro. Hjälptill att skingra den oro eller tvekan dina barn kan känna när det gäller att starta en familj i rätt tid.

”Räkna Guds gåvor”, sidan 62:

Innan ni läser artikeln som familj kan ni lägga ut olika föremål i rummet som påminner er om era välsignelser. Det kan vara kläder, mat, skrifterna, konstverk av Frälsaren, fotografier av familjen och så vidare. Be familjen att titta på de här ”välsignelserna” och berätta varför de är tacksamma för dem. Du kan be familjemedlemmarna räkna upp sådant de är tacksamma för och föreslå att de går igenom listan då och då.

Hemafton långt hemifrån

Tre av mina barn studerar långt bort från hemmet just nu så vi har hemafton genom internet. Jag skickar e-postmeddelanden till dem om andliga upplevelser vi har hemma och lärdomarna vi får från *Liahona* eller skrifterna — särskilt Mormons bok. Om det går en vecka och jag har glömt att skriva så säger de: ”Snälla mamma! Vi saknar att ha hemafton.” Genom den här kommunikationen har de kunnat stärka oss fastän de inte är här personligen.

Jag tror att familjens hemafton är ett inspirerat program eftersom det hjälper oss bygga en grund på den fasta klippa som vår Frälsare, Jesus Kristus är. Familjens hemafton hjälper oss också åstadkomma det Herren vill att vi ska uppnå — att vi kan vara en familj som är tillsammans för evigt. ■

Norma Leticia Treviño de Taylor, Nuevo León, Mexiko

Varför handböcker?

När kyrkans ledare presenterade två nya handböcker och förklarade hur vi ska införa dess riktlinjer under två världsomfattande ledarutbildningsmöten nyligen, besvarade de också frågan: Varför är handböckerna viktiga?

Kyrkans handböcker kan vara en välsignelse bland annat därför att de: (1) bevarar stabiliteten hos riktlinjerna under snabb tillväxt, (2) minskar på första presidentskapets börda och (3) underlättar uppenbarelse för lokala ledare.

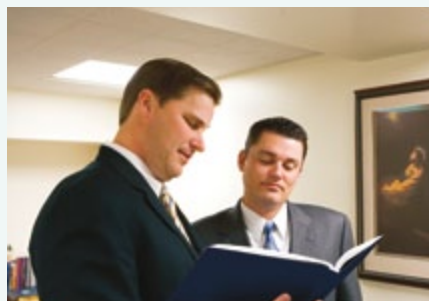
Stabilitet och tillväxt

Handböckerna hjälper till att bevara stabiliteten hos riktlinjerna, föreskrifterna och programmen i en kyrka som erfar en snabb tillväxt runtom i världen.

”Vårt medlemsantal har ökat sedan kyrkan organiserades 1830, och det kommer att fortsätta växa, med tusentals enheter över hela världen”, sade president Thomas S. Monson under det världsomfattande ledarutbildningsmötet i november 2010. ”Det är nästan omöjligt att bibehålla fastheten hos kyrkans riktlinjer, föreskrifter och program utan de här handböckerna.”

Första presidentskapets börda

Handböckerna reducerar första presidentskapets tidskrävande börda att besvara frågor om riktlinjer och



Kyrkans ledare som känner till och följer handböckerna inbjuder den Helige Andens vägledning och inspiration.

rätta till fel som görs i samband med riktlinjerna.

”När vi i första presidentskapet träffas regelbundet varje veckodag måste vi med nödvändighet ta itu med och rätta till fel”, sade president Monson. ”De flesta av de här felen hade kunnat undvikas om ledarna hade varit väl bekanta med handböckerna och följt de riktlinjer och föreskrifter som finns där.”

President Monson sade att ibland kan välmenande ledare som inte känner till kyrkans riktlinjer och föreskrifter fatta beslut som leder till potentiellt skadliga avvikelser i kyrkans program.

”Vare sig du varit medlem i hela ditt liv eller är en relativt ny medlem: Rådfråga handboken när du är osäker på någon riktlinje eller föreskrift”, sade president Monson. ”Det finns trygghet i handböckerna.”

Underlättar uppenbarelse

Handböckerna hjälper till att underlätta uppenbarelse för lokala ledare som söker Andens vägledning i förvaltningen av kyrkans angelägenheter.

”När ledare i kyrkan känner till sina plikter och följer fastslagna föreskrifter inbjuder de den Helige Anden att inspirera dem själva och dem de betjänar”, sade äldste Quentin L. Cook i de tolv apostlarnas kворum under mötet i november 2010.

Broder David M. McConkie, förste rådgivare i Söndagsskolans generalpresidentskap, illustrerade vikten av handböckerna under generalkonferensen i oktober 2010.

När broder McConkie som ny stavspresident fick undervisning av en områdessjuttio ställde han ett antal frågor som, till hans förlägenhet, alla besvarades i handböckerna.

”Jag ställde inga fler frågor. Jag insåg att det var bäst att jag läste handboken”, sade broder McConkie. ”Det strider mot himlens ordning att Herren upprepar till oss personligen det som han redan uppenbarat till oss som grupp” (”Lärande och undervisning av evangeliet”, *Liahona*, nov. 2010, s. 13).

Gå till avdelningen **Serving in the Church** på LDS.org för att hitta materialet från de världsomfattande ledarutbildningsmötena i november 2010 och februari 2011 som ljud och bild, text och enbart ljud. ■

TRYGG I MIN FÖRSAMLINGSFAMILJ

Caroline Kingsley

Ett av mina käraste barndomsminnen är klapprandet av min mammas högklackade skor på köksgolvet medan hon gjorde familjen redo för kyrkan. Hon var mycket engagerad i vår församling och verkade som hjälpföreningspresident i många år. Jag kunde aldrig drömma om att det där skulle förändras.

När jag var omkring 12 år och hon och jag bodde själva så lämnade hon kyrkan av anledningar som jag inte förstod. Men fastän mamma — mitt föredöme — hade beslutat sig för att gå en annan väg, så visste jag att evangeliet var sant och fortsatte gå till kyrkan. Mamma tyckte inte om mitt beslut men körde mig ändå till och från kyrkan varje vecka.

Det var ofta känslomässigt svårt att vara i kyrkan, särskilt under sakramentsmötet när jag satt längst bak och tydligt kunde se alla mödrar, fäder och barn som satt tillsammans. Många gånger satt jag tillsammans med en väns familj. Jag kommer alltid att vara tacksam för min "mormonfamilj" och andra i min församling som var extra noga med att uppmärksamma mig under den där svåra tiden.

Mina hemlärare, till exempel, var trofasta, trots att det bara var mig de kom för att besöka och trots att jag bodde längre bort än de flesta av församlingsmedlemmarna. Jag såg fram emot tillfället att samtala om evangeliet och känna prästadörets och Andens styrka hemma.

Många församlingsmedlemmar var människor jag hade känt i hela mitt liv. Med sina bekanta ansikten, välkomnande leenden och vänliga samtal blev de mina församlingsmodrar, -fäder, -bröder och -sysstrar. Känslan av



När jag började gå till kyrkan själv vid 12-årsåldern insåg jag att min himmelske Fader hade välsignat mig med ett skyddsnät.

tillhörighet och kärlek mildrade smärtan av att vara i kyrkan utan min familj.

Jag vet att jag inte är ensam om att gå igenom den här situationen. Många ungdomar kommer till kyrkan utan ena eller båda föräldrarna. Men genom föredöme, vänskap och ämbeten kan vi nå ut till dessa söner och döttrar till vår himmelske Fader och hjälpa dem känna sig välkomna, undervisa dem om evangeliets principer och uppmuntra dem att ta aktiv del i möten och aktiviteter.

"Vår himmelske Fader planerade att vi skulle födas in i en familj — den mest grundläggande, den mest helgade och den mäktigaste gruppen på jorden", sade Virginia H. Pearce, tidigare rådgivare i Unga kvinnors generalpresidentskap. "Och det är inom familjen som en del av de viktigaste lärdomarna vi någonsin får tas emot. Förutom familjegruppen har Herren också sett till att det finns en församlings- eller grensfamilj ... Det är inte meningen att församlingen ska ersätta familjeenheten utan stödja familjen och dess rättfärdiga undervisning. En församling är ytterligare en plats där det finns tillräckligt med hängivenhet och energi för att bilda ett slags 'skyddsnät' för var och en av oss när vår familj inte kan eller vill tillhandahålla all den undervisning och alla de tillväxtmöjligheter vi behöver för att kunna återvända till vår himmelske Fader. Vi behöver få större uppskattning för församlingsfamiljens kraft och förnya vår hängivenhet mot att delta i gemenskapen med sista dagars heliga på ett positivt sätt."¹

Jag är så tacksam för dem som blev mitt skyddsnät och gav mig en önskan att göra det samma för andra. ■

SLUTNOT

1. Virginia H. Pearce, "The Rewards of a Ward", *New Era*, mars 1995, s. 41.



KRISTI ORD

Jag skall bli frisk, av Al Young

"Och se, en kvinna som hade lidit av blödningar i tolv år närmade sig Jesus bakifrån och rörde vid hörntofsen på hans mantel.

Hon tänkte: 'Om jag bara får röra vid hans mantel blir jag frisk.'

Jesus vände sig om, och då han fick se henne, sade han: 'Var vid gott mod, min dotter. Din tro har frälst dig.' Och från det ögonblicket var kvinnan botad" (Matt 9:20–22).



Guds helande kraft är magnifik, djup och vacker", skriver äldste Yoshihiko Kikuchi i de sjuttios kворum. "Jag tackar honom för hans nåd, hans kärlek och hans mirakulösa, himmelska helbrägdagörelse. Jag tackar honom för att Frälsarens försoning är verklig och att den genom hans nåd 'ger kraft att tvätta bort synder, att bota och att skänka evigt liv'." Se "Helar varje hjärtesår", sidan 18.

BUDSKAP FRÅN OMRÅDESLEDARNA

Den "viktiga och storslagna" hemligheten

Äldste Louis Weidmann, Schweiz

Områdessjuttio

I somras hade jag möjlighet att delta i ett vittnesbördsmöte för unga ensamstående vuxna. Det rådde en underbar anda där och alla kunde känna hur evangeliets lärdomar gav hopp, frid och glädje. En av de unga ensamstående vuxna uttryckte i sitt vittnesbörd hur tacksam han var för prästadömet. Med rörelse beskrev han hur han och hans vänner hade deltagit i ett mästerskap under ett fotbollsläger och då fick möjlighet att välsigna en skadad medspelare. Han tackade för att hans vän, som hade gett välsignelsen, var värdig.

Jag tänkte på prästadörets återställelse, på kärleken från vår himmelske Fader och hans Son som gav oss den kraften. Joseph Smith skrev följande till de heliga i Nauvoo: "Se, hela sakens viktiga och storslagna hemlighet, och *summum bonum* [det bästa] av hela [ämnet] ... består i att få det heliga prästadörets makt."¹ Jag kom att tänka på alla de gånger jag har använt prästadömet i min familj, och hur min tillit till Gud har stärkts när jag har gjort det. Mitt vittnesbörd stärktes när jag såg min Återlösares helande inflytande verka genom prästadörets kraft. Men Herren varnade Joseph Smith för "att prästadörets rättigheter står i oskiljaktig förbindelse med himlens krafter, och att himlens krafter inte kan kontrolleras eller användas utom genom rättfärdighetens principer."² För mig som en far som har prästadömet innebär det att jag måste se till att mitt liv är harmoni med evangeliet och vara trofast mot mina förbund. President Packer sade följande i ett av hans senaste tal till fäderna och familjerna



Äldste Louis Weidmann

i kyrkan: "När prästadörets myndighet utövas på rätt sätt gör prästadömsbärarna det som [Herren] skulle göra om han var där."³ Men att verka i enlighet med Herrens vilja är endast möjligt om vi har Anden med oss. Om vårt beteende å andra sidan går tvärtemot Herrens bud, "se, då drar sig himlarna tillbaka, Herrens Ande sörjer, och när

den dragit sig tillbaka, är det slut med den mannens prästadöme eller myndighet".⁴

Som fäder måste vi sträva efter att leva som Kristus och undvika allt som hindrar oss från att känna Anden eller att vara rena. Vi får inte titta på någon form av pornografi, vara arga och otåliga i vår familj, försumma bön, skriftstudier eller våra prästadömsplikter och mycket mer, så att prästadörets kraft inte hålls tillbaka. Om vi bara kan förstå vilken underbar gåva Gud har gett oss i form av den viktiga och storslagna hemligheten, summum bonum av allt, prästadörets kraft! Ty sann glädje kan bara hittas i lydnad mot Guds bud och i en evig familj — men för att få det behöver vi prästadömet

och värdiga prästadömsbärare. President Packer vittnar: "Det yttersta syftet med all aktivitet i kyrkan är att en man och en kvinna och deras barn ska vara lyckliga i hemmet, skyddade genom evangeliets lagar och principer, tryggt beseglade i det eviga prästadörets förbund."⁵

Jag uppmanar oss fäder att av hela vårt hjärta sträva efter att förstå hur viktigt prästadömet är och strikt leva efter det så att vi, genom prästadörets kraft, kan vägleda vår familj och skydda dem från Satans rasande stormar. Jag vittnar om prästadörets gudomliga kraft och om vår Återlösares stora kärlek. ■

SLUTNOTER

1. Lärnan och förbunden 128:11; kursivering tillagd.
2. Lärnan och förbunden 121:36.
3. Boyd K. Packer, "Prästadörets kraft", *Liahona*, maj 2010, sidan 7.
4. Lärnan och förbunden 121:37.
5. "Prästadörets kraft", sidan 9.

Guldkorn från stavskonferensen i Göteborg

Annelie Hulldin, Alingsås församling

Stavspresident Ulf Strömbom inledde stavskonferensens söndagsmöte den 17 oktober 2010 med att tala om vikten av att ha ett tryggt och fast handtag att hålla i när det stormar. Vi ska ha en hand att hjälpa andra



Äldste Wright, områdessjuttio, presiderade vid stavskonferensen i Göteborgs stav. Stavspresident Ulf Strömbom till vänster

med, men vi måste vara noga med att hålla fast oss själva med den andra handen så att vi inte faller båda två. Att det kommer stormar i livet, det kan vi vara helt säkra på. I Helaman 5:12 står det *"när djävulen sänder sina stormar ..."* — inte *om*.

Vi fick också jämförelsen med en medicin man måste ta varje dag för att hålla hälsan på topp. Det hjälper inte att ta den varannan dag eller sju tabletter en gång i veckan för att ta ikapp bortglömda tabletter under veckan som gick. Samma princip gäller med skriftstudier. Vi behöver en daglig dos i lagom storlek för att det ska bli en bra dag. Vi kan inte heller vänta på att vi skall få tid utan vi måste ta tid att studera skrifterna. Dessutom finns det en plats som vi borde besöka så ofta vi kan, där det aldrig stormar, och det är templet. Frekventa besök i Herrens hus ger verkligen frid och styrka att reda ut livets olika situationer.

Anne Würgler från Kungsbacka

berättade om ett tillfälle när hon suttit och studerat skrifterna och ett skriftställe bokstavligt hoppade ut. Det skriftstället, Läran och förbunden 58:3–4, har dessutom slagit rot i hennes hjärta. Vår himmelske Fader har en egen tidsplan som vi inte alltid

kan se men som vi kommer att förstå om vi litar på Herren och överlämnar oss i hans vård. Då kommer det att ske i rätt tid.

Maureen Rasmusson från Jönköping talade om att vi ska vara mer som barn. Det finns inget som är för barnsligt eller oansenligt att be om. Låt oss aldrig be om ursäkt för att vi kanske är för barnsliga, för det finns ingen som är det.

Vi fick också korta vittnesbörd från missionspresident och syster Andersson och tempelpresident och syster Oscarson som alla var tacksamma för möjligheten att vara här i Sverige för att tjäna Herren och det svenska folket.

Äldste Wright, områdessjuttio, talade till oss både lördag och söndag. På söndagen talade han bland annat om kapitel 17 i Tredje Nephi, när Jesus betjänar folket. "Har ni några som är sjuka bland er? ... För dem hit så skall jag bota dem, ty jag hyser medlidande med er, mitt inre är fyllt av barmhärtighet." Alla som var

där knäböjde och tillbad honom och satt vid hans fötter.

"Syskon, när vi lyssnar genom Anden kommer vi symboliskt att sitta vid hans fötter och jag lovar att han har makt att hela alla våra bekymmer, och vi har alla möjlighet att ta del av denna välsignelse", sade äldste Wright och fortsatte att citera från Tredje Nephi 17: "Han tog deras små barn ett efter ett och välsignade dem ... och sade till dem: Se era små ... och änglarna betjänade dem."

Vi uppmanades att se och lyssna efter de änglar som vi har runt oss och ta del av det budskap som kommer genom dem. Om vi öppnar våra sinnen och lyssnar kan detta vara konferensen som förändrar. Äldste Wright sade också att vi är älskade och att Herren känner oss och vill hjälpa i allt. ■

Ny biskop i Kungsbacka

Lennart Johansson, Göteborgs stav

Söndagen den 26 september 2010 avlöstes biskop Per Herrey och hans rådgivare Bengt Andersson och Anders Tageson från sina kall i biskopsrådet.

Som ny biskop inröstades Erik Bentham, 59 år, med sina rådgivare Bengt Andersson och Anders Tageson.



Ny biskop i Kungsbacka församling, Erik Bentham, här tillsammans med sina rådgivare Bengt Andersson och Anders Tageson.

Biskop Bentham har tagit sig an uppgiften med stor ödmjukhet och gott mod.

"Till en början var jag helt förskräckt", förklarar han. "Nu har jag erfaren Herrens kärleksfulla, förtröstande och lugnande arm runt min axel och jag känner en ödmjuk optimism och tålmodig tillförlit."

Biskop Bentham blev medlem vid 16 års ålder i Luton, England. Han berättar: "Min far fick kontakt med kyrkan genom två medlemmar på sitt arbete. Jag var inte särskilt intresserad när min far bad mig lyssna på vad missionärerna hade att säga. Men till slut, för att göra min pappa glad, var jag med på en diskussion. De berättade om Joseph Smiths första syn och evangeliets återställelse. Trots min

egen beslutsamhet att inte vara mer än artig och sedan förkasta deras budskap så var det någonting som sade mig att om detta som berättades för mig var sant borde jag inte nonchalera det. Det var början till mitt sökande efter sanningen. Några månader senare fick jag den andliga bekräftelsen som jag behövde för att ge mig en önskan att döpas och bli medlem i kyrkan."

Han tjänade som missionär i Englandmissionen Leeds mellan 1974 och 1976. "Två fantastiska år fulla av många härliga och andliga minnen som har gett otroliga välsignelser. En mission är inte bara en prästadömsplikt, det är ett privilegium utan dess like. Jag rekommenderar alla unga män att ta tag i detta

privilegium med full kraft."

Han gläds över sin familj som består av hustrun Angela och barnen Mark, 30, Daniel, 29, Joseph, 25 och Alice, 17. "Vi gläds tillsammans över våra 2,5 barnbarn, Stella, 4, Emil, 2 och en på väg."

Civilt har han arbetat för SKF i 33 år. Han arbetar som Solutions Architect inom IT-utveckling av administrativa datasystem.

Han har varit med så länge att han fått tillfälle att tjäna i de flesta ämbeten en man i kyrkan kan få. Bland annat har han haft förmånen att tjäna som rådgivare till 6 underbara biskopar och grenspresidenter, och varit grenspresident en gång.

Biskop Bentham avslutar med att säga han känner att Herren vill att alla inbjuds att utöva tro nog att tillämpa de fundamentala saker som leder till att vi känner en personlig närhet till vår himmelske Fader och Jesus Kristus, får andlig vägledning i våra liv och erfar bekräftelse av vårt värde och vår värdighet. ■

Nya ungdomsprogram presenteras för föräldrar i Malmö församling

Rasmus Sanchez Hansen

En mörk afton, den 24 september 2010, nära hamnen i Malmö träffades cirka tjugo föräldrar till ungdomar i Malmö församling till ett fint program sammansatt av presidentskapen för Unga män och Unga kvinnor.

För att så många som möjligt skulle komma delades en inbjudan ut cirka fyra veckor innan,

och en del medlemmar kontaktades personligen och genom telefonsamtal.

Unga mäns president Daniel de Souza öppnade aftonen med att bjuda välkommen. Alla hade en trevlig stund med mat förberedd av Hjälpföreningens president.

De församlade blev förberedda att känna

Ett tjugotal föräldrar från Malmö församling samlades för att få information om de nya programmen för Unga män och Unga kvinnor.



Anden av broder och syster Saffer som underhöll med vacker musik på gitarr som syster Saffer själv hade komponerat.

Det nya Plikt mot Gud-programmet presenterades med mycket kärlek och inlevelse av president De Souza och hans rådgivare broder Magnus Molbæk. Programmet bygger på att de unga männen nu ska ta mera ansvar för sin personliga, andliga och fysiska utveckling genom att lära sina plikter i det aronska prästadömet, tillämpa lärdomarna i sitt liv och berätta om det för andra. Föräldrarna började förstå hur viktig deras roll är i att förbereda sina unga män för att komma värdiga till Herrens tempel, tjäna en heltidsmission och gifta sig i templet.

Presentationen förstärktes med bilder från ungdomarnas aktiviteter i kyrkan, tillsammans med andlig musik, och vittnesbörd av alla ungdomarna i Malmö församling visades på film. Föräldrarna fick i uppgift att svara på frågor om hur väl de känner sina ungdomar, vilket orsakade mycket skratt.

Unga kvinnors president Ann Stigsson, och Maria Sjödin från Unga kvinnors presidentskap, berättade om Personlig tillväxt-programmet och hur detta inspirerade program hjälper unga kvinnor att känna sig älskade och hålla fokus på Jesus Kristus och evangeliet. Också här finns det nya möjligheter för att mäta sin personliga framgång på kyrkans hemsida.

Som avslutning på en andlig och trevlig kväll fick föräldrarna möjlighet att diskutera ämnen som berör ungdomarna i dag, till exempel "när är det lämpligt

att prata om sex med sin son eller dotter?" Önskan om att dela med sig av erfarenheter och vittnesbörd var så stor att ett nytt föräldramöte planerades för mars 2011. Till minne av kvällen fick alla föräldrar en CD-skiva med ungdomarnas vittnesbörd.

På en plats i mörkret en kall höstafton i Malmö lyste evangeliets ljus och upplivades hjärtan av Herrens kärlek och ande. Detta tack vare engagerade ungdomsledare som liksom Herren förstår att ungdomarna är vår framtid. Den tid vi som föräldrar och ledare investerar i deras utveckling kommer att bygga upp vittnesbörd och Sion genom de inspirerade program som Herren har givit oss i dessa, de sista dagarna. ■

Ny ansvarig för Informationstjänsten i Sverige

Anne-Sofie Wihlman

Ingrid Nilsson, Handens församling, kallades till nationell chef för informationstjänsten i Sverige i september 2010. Hennes företrädare Leif Mattsson avlöstes i början av september.

Ingrid Nilsson är född och uppväxt i kyrkan i Jönköping. Hon är gift med Per Nilsson och de har fem barn. Hon arbetar som lärare på högsta-diet sedan 1973 och undervisar i hemkunskap och ger stödundervisning, främst i matematik.

Hon har tjänat inom informationstjänsten under lång tid, dels i Stockholms södra stav, och dels nationellt tillsammans med Per. Hon har till exempel varit med om att arbeta fram firandet av FN:s familjedag i Stockholm den 15 maj och har också varit verksam i den numera nedlagda "Stockholm KeyCity". Ingrid nämner att Stockholm Key City bland annat medverkade till att Alf Svensson (kd) erhöll en "familjeutmärkelse" för ett par år sedan. Utmärkelsen ges till någon som främjar familjevärderingar i samhället.

Informationstjänsten syftar till att föra fram kyrkan i medierna på ett positivt sätt genom att arbeta med kyrkans hemsida, hjälpa alla enheter i landet att förbättra sina mediekontakter samt att aktivt arbeta med att skapa goda relationer med olika opinionsbildare. Ingrid beskriver det som att vi ska "bli bättre på att vara stolta över att vara

medlemmar i kyrkan!" Varje stav har en lokal informationstjänst som stöds av nationella chefen för informationstjänsten. I hennes uppdrag ingår också att ordna samverkan med dessa i alla stavar och distrikt. Ett kommande projekt är EU:s "volontärår" 2011. Kyrkan har lång erfarenhet av volontärbete bland annat genom "Mormon Helping Hands" (där kyrkan samarbetar med andra

organisationer) och alla lokala frivilliga insatser som görs. Hon hoppas därför att kyrkan kan få vara med i detta arbete.

Informationstjänsten har en viktig uppgift: Att sprida kännedom om kyrkans verksamhet. Vi önskar henne verkligen lycka till i detta arbete! ■



Ingrid Nilsson, ny chef för informationstjänsten i Sverige

Första hjälpen i Linköping

Jennifer Larsson, Linköpings gren

Lördagen den 11 september 2010 samlades vi till en aktivitet i Linköpings gren där vi fick lära oss sådant som de flesta av oss önskar att vi aldrig måste tillämpa, men hoppas ha modet och förmågan att utföra om det skulle behövas. Två skickliga instruktörer från Röda Korset var inbjudna av aktivitetskommittén för att undervisa oss i första hjälpen. De tillhandahöll praktiska redskap så att vi kunde öva på de olika livräddande manövrerna: Att kontrollera medvetande och andning, larma SOS-centralen, skapa en öppen luftväg, lägga en medvetslös person i stabilt sidoläge samt utföra hjärt-lungräddning vid hjärtstopp.

Den sistnämnda övningen krävde både fysisk styrka (för att utföra bröstkompressionerna), koncentrationsförmåga (för att räkna till 30 kompressioner mot 2 inblåsningar) och samarbetsförmåga. Vem gör vad vid en krissituation och hur kan man avlösa varandra utan att avbryta

hjärt-lungräddningen?

Efter denna kraftansträngning var det dags för en fikapaus och ifall att någon skulle ha satt en kakbit i halsen, fick vi sedan repetera Heimlich-metoden. Vi fick också lägga tryckförband på varandra, samtidigt som vi påmindes om att lägga fötter och ben högt vid en större blödning nedanför hjärtat, så att största möjliga mängd blod ska nå hjärnan. I studiematerialet som alla tolv deltagare fick med sig hem fanns dessutom en utförlig beskrivning av första hjälpen vid de allt vanligare hjärt- och kärlsjukdomarna, och slutligen fick vi en snabb genomgång av hur man kan hjälpa den som drabbas av bröstsmärtor eller stroke.

Det kändes bra att få fräscha upp gamla kunskaper och nyttigt att få öva på de olika momenten igen. Jag för min del blev samtidigt påmind om att jordelivet är en gåva och en prövningstid inför evigheten. Vi får många erfarenheter här eftersom vår ande är förenad

med en dödlig kropp. Vi lär oss att känna glädje och tillfredsställelse genom att vi vet vad sorg och lidande innebär. Som sista dagars heliga strävar vi efter att gå i Jesu fotspår och att bli mer lika Honom. Gud är allsmäktig och avgör när var och ens gärning på jorden är fulländad, men liksom Jesus gav de döda liv igen, kanske vi, om vi kallas därtill, med moderna metoder kan bli medel i Herrens händer att utföra livsuppehållande mirakel och blåsa in livsandan i en medmänniska. ■



Från vänster: Christina Petersen, Daniel Petersen, Roger Siikavaara (som övar hjärt-lungräddning) och Mikael Siikavaara. De små barnen var nog mest intresserade av dockorna, stora som små.

TeamMagnus hedrar minnet av kära som dött i cancer

Håkan Palm



Sandie Petersson från Gimo tillsammans med Per Herrey och far och mor till Sandies kusin som Sandie hedrade. Per, i TeamMagnus VIP-stall, cyklade ställföreträdande för Sandie eftersom hon är ryggmärgsskadad. På bilden syns tavla nr 1 på TeamMagnus Wall of Honor.

Cykelsällskapet TeamMagnus, som startade år 2008 för att hedra minnet av Magnus Palm som endast 5 år gammal år 1979 dog i cancer, har nu utvecklat ett sätt för alla att hedra minnet av en kär person som dött i cancer.

I samarbete med Svenska kyrkan i Mora genomfördes den 28 augusti 2010 den första avtäckningsceremonin av hedersplaketterna TeamMagnus Wall of Honor i Mora kyrka.

Ceremonin var gripande och innehöll bland annat barnkör, gestaltande dans, tal av de som cyklat för att hedra någon, sång av Per Herrey, en tyst minut och bön av komminister Anna-Karin Strand, Mora församling.

Sylvia och Leif Eriksson hade en "35-kilometersdate" i 35-kilometersloppet och hedrade

minnet av Ulla-Britt Balck respektive svärsonen Johannes Bergström. Peter Ternström spurtade in som etta i 88-kilometerloppet, *tätt* följd av Viktor Fhors, Bengt Emanuelsson och Stefan Ekholm.

Vill du själv år 2011 hedra någon som dött i cancer med hjälp av TeamMagnus gör så här:

- 1) Forska fram födelseår och dödsår
- 2) Mejla hakan@palm.st och anmäl ditt intresse
- 3) Var beredd att närvara vid nästa års avtäckningsceremoni i samband med Vasatrampet, där du cyklar antingen 35, 88 eller 140 kilometer.

Du kan cykla ensam eller som förälder/barnaktivitet eller varför inte ha en "35-kilometersdate" med din käresta. ■

Talangafton i Helsingborg

Moa Svensson, Helsingborgs församling

Fredagen den 15 oktober 2010 hade Helsingborgs församling talangafton där vem som helst fick vara med och dela med sig av sin talang, med allt från sång och dans till lapptäcken och kuddar.

Förutom medlemmar och undersökare hade även vissa med sina kompisar och alla verkade njuta av kvällen.

Det började med uppträdanden. Underbara sånger sjöngs och roliga sketcher spelades upp där ingen i publiken kunde hålla sig för skratt. En av missionärerna hade med sig gitarr och spelade upp en låt som handlade om livet på MTC (Missionary Training Center) som var väldigt underhållande.

Rebecca och Claus-Jörgen Wrang lockade fram mest skratt med sin sketch om de bergsbestigande bröderna S:t Gothard.

Efter det var det dags för utställningarna där Cecilia Helmstad hade med sig sina akvarellmålningar som tävlade med Viveka Svenssons foton om platsen på väggen. Casper Wagner och Simon Wikström hade med sig sina Warhammer-figurer som blev rätt populära. Andra hade med sig



Alla hade roligt tillsammans på Helsingborgs församlings talangafton.

FOTO VIVEKA SVENSSON

stickade mössor, egengjorda väskor, noggrant sydda lapptäcken och fina kuddar. Samtidigt bjöds det på fika som många hjälpt till med för att det skulle räcka till alla.

En sak var i alla fall säker, och det är att alla man såg hade roligt tillsammans när de tittade på andras hantverk eller bara pratade. ■

HUR JAG VET

Mitt vittnesbörd

Elsie Helsing, Trollhättans församling

I min barndom hade jag en levande bild av Gud och Jesus Kristus såsom omstrålade mänskliga väsen. En bild som barn nog vanligen har. Den var verklig med trygghetskänsla och utan någon mystik.

Jag kände kontakt i mina små böner som mina föräldrar hade lärt mig. Att använda egna ord var naturligt för mig.

Detta följde mig under många år men när jag blev äldre och kom ut i livet suddades denna bild ut mer och mer — kanske genom olika trosåskådningar. Jag förlorade dock inte intresset för religion, men mina böner blev snart inte alldeles nödvändiga tyckte jag. Oftast bad jag då jag kände mig svag för att få hjälp och stöd. Jag kände mig förvirrad och osäker om vad som var rätt och fel när det gällde religion.

Åren gick. En dag fick jag syn på en annons i Trollhättans tidning om en engelskakurs med underskrift "Jesu Kristi Kyrka av



Elsie Helsing

Sista Dagars Heliga". Mitt intresse var väckt och jag började kursen.

När jag kom i kontakt med missionärerna lärde de mig med sitt levnadssätt en ny väg. Jag började studera evangeliet såsom de framställde det och fann att allt måste vara sanning. På samma gång började bilden av Fadern och Sonen, som hade skapats i mitt sinne under barnåren, komma tillbaka och bli allt tydligare.

Jag tvivlade aldrig på kyrkan. Jag förstod inte allt från början men sedermera har jag fått

kunskap om många ting, som jag då inte förstod.

Jag tog emot kallet att vara söndagsskollärare året innan jag blev medlem. Jag blev medlem i kyrkan år 1952, ett steg som jag aldrig har ångrat. Jag är tacksam för medlemskapet i kyrkan och för mitt vittnesbörd som har blivit starkare för varje dag. ■

.....

Välkommen att skicka in din berättelse om hur du fick ditt vittnesbörd, cirka 300-500 ord, till eivorhagman@hotmail.com eller asw@bredband.net (för Stockholms stavar).

Redaktionen för Liahonas lokala sidor

Eivor Hagman, redaktör
eivorhagman@hotmail.com
Medusagatan 2 A,
553 38 Jönköping
Tel. 036-719663
Anne-Sofie Wahlman,

assisterande redaktör
(för Stockholms stavar)
asw@bredband.net
Färnebogatan 2 A,
723 42 Västerås
Tel. 021-127321 ■

Favoritskriftställe

Ungdomar mellan 12 och 30 år inbjuds att skicka in ett favoritskriftställe och skriva några rader om hur det har varit till hjälp och inspiration. ■

Försöker likna Jesus

Under denna rubrik kan barn skicka in berättelser om hur de försöker likna Jesus. ■

Läsarkommentar

Korta kommentarer från läsare välkomnas. ■

En mission är livets bästa grundutbildning

Daniel Englund, Utby församling

Jag skriver denna artikel med fokus på er som funderar på eller förbereder er för att en dag åka ut och tjäna Herren på en mission. En viktig fråga man då kan ställa sig är: "Varför vill jag åka ut på mission?" Min anledning var enkel. Jag kände att jag ville åka ut för att "betala av min skuld till Herren" för alla de välsignelser som jag fått.

Under min mission, två år av oändliga välsignelser, tjänade jag i Coloradomissionen Denver Syd, en plats som jag lärt mig att älska. Det är en plats som nu har en stor betydelse för mig. Under en mission kan man få en inblick i vad det betyder att vara en Kristi efterföljare, att få vandra i hans fotspår. När du väljer att förlora dig själv i arbetet och fokusera på det som verkligen betyder något, det är då som du finner störst glädje (se Matt 16:24–25). Det var då jag var ödmjuk och formbar. Det var då jag var som lyckligast och det var då jag fick uppleva mirakel. Det var även då kärleken till människorna växte.

Jag tror att det är viktigt att veta att som med mycket annat i livet så kommer det jobbiga dagar under en mission. Kom ihåg att dessa dagar går förbi och är nödvändiga för vår utveckling. Jag tänker på Joseph Smiths situation i fängelset i Liberty, Missouri, då han bad till Gud om hjälp och vägledning. Vi kan nog alla precis som Joseph undra varför vi behöver gå igenom svårigheter? Jag har många gånger funnit tröst i Herrens ord i Läran och förbunden 121:7–8; 122:7–8.

Min mission har hjälpt mig på så många olika sätt. Jag ser dessa två år som "livets bästa grundutbildning". De har hjälpt mig att bli en bättre person. Jag har lärt mig att uppskatta saker och ting på ett helt annat sätt. Jag har fått en större kärlek till min familj och mina vänner. En mission kan göra att man är mer förberedd på framtida utmaningar såsom giftermål, familj, arbete och fortsatt tjänande.

Så varför ska man åka ut? Jag har nu kommit hem från mitt livs äventyr och inser att jag är i en större skuld till Herren nu än vad jag var innan. Vi är i evig skuld och bör vara evigt tacksamma för det som vi har välsignats med. När ni beslutat er för att gå på mission kommer Gud att hjälpa er därför att han älskar er. Han vill att ni ska åka ut på ert livs äventyr, ett äventyr som kommer att finslipa er till de instrument han behöver för att bygga upp sitt rike på jorden. Han behöver oss alla i detta arbete (se L&F 128:22). Du kommer att tacka dig själv en dag för beslutet om att gå ut på en mission, liksom andra som kommer att tacka dig för din villighet att tjäna vår Mästare, och hjälpa dem tillbaka till vår himmelske Fader. ■

En andlig upplevelse

Karl-Erik Spåls, Uppsala församling

Jag letade efter min plånbok flera gånger på samma ställe i mina kläder över allt i tre veckor utan resultat. Hopplöst, tyckte jag. Har jag tappat den eller var är den? Jag tyckte jag gjort allt — men nej!

Jag gick ner på knä och bad en bön. Direkt kände jag att jag fick svar. Herren tyckte att jag då gjort allt jag kunde, och kom till min hjälp. Det visade sig att jag hade lagt plånboken på ett ovanligt ställe. Nu hittade jag den direkt!

Så nu vet jag. Gör vi allt vi kan, håller Gud sitt löfte om hjälp. Jag känner tacksamhet till min församling, dess ledare och syskonen. ■



Daniel Englund tjänade (september 2008–september 2010) i Coloradomissionen Denver Syd. Han ser dessa två år som livets bästa grundutbildning.

FOTO DANIEL ENGLUND



Karl-Erik Spåls

FOTO Ulf HAMMAR

EUROPE AREA (SWEDISH)